



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

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

6 MAI 2007

Question du groupe: Le *Bhagavad Gita* et bien d'autres enseignements spirituels positifs parlent de la maîtrise de soi comme d'un élément bénéfique et nécessaire de la voie du chercheur positif, de la maîtrise de soi devant la tentation et lorsqu'il s'agit d'orienter la volonté soit vers le spirituel soit vers le matériel. Ra propose une compréhension alternative, c'est-à-dire refuser le contrôle et favoriser l'acceptation et l'équilibre général. Existe-t-il un usage positif du contrôle? Est-ce que le contrôle joue un rôle utile dans la discipline de la personnalité? Peut-on par exemple contrôler par l'acceptation, ce qui signifierait que ce qui a été accepté peut être contrôlé ou dirigé?

(Retransmission par Carla)

Nous sommes connus de vous comme étant le Principe de Q'uo. Nous vous saluons dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique, au service duquel nous venons à vous aujourd'hui. C'est pour nous un grand honneur et une grande satisfaction d'être invités à votre cercle de recherche, et nous sommes heureux de pouvoir partager avec vous nos pensées concernant les utilisations positives du contrôle. Comme toujours, nous voudrions préfacier nos remarques par la demande que chacun d'entre vous fasse usage de son sens de la discrimination en choisissant parmi nos pensées celles qui vous sont utiles et en laissant les autres de côté. Nous pourrions ainsi parler plus librement et

être moins préoccupés d'une interférence éventuelle avec le processus de votre évolution spirituelle. Nous ne voulons pas être une pierre d'achoppement sur votre chemin. Nous vous remercions de cette considération.

Le mot 'contrôle' a parfois un relent de négativité, comme quand on dit par exemple qu'une personne est trop dirigiste, ou quelque chose de cette nature; toutefois, il est clair que dès le début de la vie d'un humain de troisième densité l'apprentissage qu'il reçoit a beaucoup à voir avec le contrôle. Le petit enfant doit apprendre à contrôler les mouvements de sa bouche et la respiration qui provient de son larynx de manière à pouvoir reproduire le langage qu'il entend autour de lui dans son berceau ou dans son petit lit afin qu'il puisse demander autrement qu'en pleurant à être nourri, réconforté, soulagé de ses langes mouillés. Bientôt les parents demandent à leurs jeunes enfants de contrôler leur vessie et leurs entrailles afin qu'ils puissent se passer de langes et se libérer du besoin de changer de langes. Une chose après l'autre, dans la vie du jeune enfant, devient un sujet d'apprentissage de la façon de contrôler diverses parties de son corps. Il apprend avec soin comment former des lettres avec la main, et comment acquérir d'autres arts à pratiquer avec les mains et qui poussent à un usage plus habile et agile des doigts.

À un très jeune âge le mental doit commencer à enregistrer des données et à les organiser dans des

banques d'informations qui peuvent être utilisées immédiatement. L'alphabet est appris, les nombres sont appris, puis des mots sont appris, et alors commence la lecture. Et au cours de tout le voyage de l'enfance à l'état d'adulte, des savoir-faire sont enseignés et l'enfant apprend à les enregistrer et à les utiliser. Et tous ces savoir-faire sont appris par l'étudiant qui contrôle et concentre son mental afin de devenir apte à enrouler ce mental autour de ces nouvelles pensées et de ces nouveaux talents.

Cela n'est peut-être pas pensé comme des objets de contrôle, cependant toute la préparation d'un adulte à la vie a un rapport avec le contrôle, et nous ne voulons pas suggérer qu'il y a un côté négatif ou un côté positif à ce contrôle. La culture dans laquelle vous vivez est une culture où ces talents sont considérés comme très nécessaires à la survie et à l'appréciation des belles choses de la vie, comme la plomberie intérieure et le confort et la commodité de la vie telle que vous la connaissez et à laquelle vous êtes accoutumés.

Certes, l'idée de contrôle peut être très négative. La tendance des entités de troisième densité à manipuler et contrôler les circonstances qui les entourent peut devenir une manière très sombre de traiter la vie. Et chacun de vous a peut-être connu des gens dont la vie se passe à comploter et intriguer pour mettre sous leur contrôle les résultats d'événements qui leur sont importants. D'habitude ce contrôle concerne de petites choses, mais le total d'une personne qui en contrôle une autre pendant un certain temps est une polarisation très fortement négative vers le Service De Soi, et c'est très certainement de l'énergie Service De Soi que de voir ou contempler le 'soi' en tant que personne qui s'attache à contrôler les circonstances qui concernent d'autres gens, et qui ne sont véritablement pas, en termes de polarisation positive, disponibles pour un tel contrôle. Par ailleurs, il existe en effet des usages très positifs du contrôle, et cet instrument l'appelle 'maîtrise de soi'.

Il y a, dans les mots 'maîtrise de soi' une nuance que nous souhaitons explorer. Car comme l'a dit celui connu comme T1, il y a ici la question: «qu'est-ce qui est venu d'abord?». Il y a un poussin et un œuf. Est-ce que l'entité contrôle le 'soi' et de ce fait en apprend davantage sur le contrôle du 'soi'? Ou bien est-ce que la personne attend une certaine sagesse pour savoir précisément comment contrôler le 'soi'? Et pour pouvoir nous tirer de cette énigme nous

voudrions remonter un peu en arrière dans cette idée et la regarder d'un point de vue plus large et peut-être plus spacieux.

Celui connu comme G a tout à fait raison de dire qu'aux yeux de ceux de la Confédération qui parlent avec vous ce jour, l'univers est un système qui s'auto-génère et de ce fait il n'est aucunement besoin de contrôler les circonstances en termes de réussite de votre incarnation car vous avez mis en place un système de vortex de possibilités/probabilités de sorte que si les leçons incarnationnelles auxquelles vous avez choisi de réfléchir dans votre incarnation particulière ne 'prennent' pas dans une quelconque circonstance et que vous avez de ce fait peut-être loupé ce catalyseur, une autre circonstance viendra bientôt à votre rencontre en vous offrant la même espèce de catalyseur, la même espèce de difficulté, et la même espèce de questions à vous poser: «pourquoi est-ce que ça m'arrive, et que dois-je en faire?».

Vous ne devez pas contrôler votre vie puisque vous savez que vous serez alimenté en permanence en nourritures spirituelles. Cela n'est pas cause de préoccupation. Et cela peut sans doute apaiser votre mental car si vous n'êtes pas obligé d'aller chercher et saisir la spiritualité quotidiennement ou la validité du catalyseur qui vous est présenté, alors vous pouvez vous détendre et simplement focaliser votre attention sur le moment présent.

Remontons en arrière, car nous voulons vous placer sur la scène de votre expérience incarnationnelle, et nous ne l'avons pas encore fait à notre satisfaction. Qui êtes-vous? Mes amis, vous êtes le Créateur infini unique. Voilà le cœur de votre réalité. Vous êtes une étincelle de l'unité infinie de toute Création. Cette étincelle est votre conscience qui a été enveloppée dans de la chair et des os afin que vous puissiez faire l'expérience de la vie dans cette illusion particulière.

C'est pourquoi, vous êtes des êtres spirituels demeurant dans un monde matériel et physique. Tout ce qui est au centre de votre être appelle le Créateur et voit la vie du point de vue de l'esprit. Cependant, vous avez été amenés dans une culture qui encourage précisément la pensée opposée. Votre culture vous encourage à vous défaire des pensées de spiritualité, au bénéfice de pensées de fonctionnalité, d'économie, de socialisation, de ce qu'il est attendu de faire, et ainsi de suite. Ces deux énergies forment une dynamique qui se trouve en chaque entité de troisième densité, dans une certaine mesure, pour

son incarnation entière. À la minute où un esprit oublie le cœur de son être il peut bien parvenir à se convaincre d'un certain nombre de choses. Il peut parvenir à se convaincre qu'il peut contrôler les autres pour leur propre bien. Il peut parvenir à se convaincre lui-même que les choses qu'il croit sont des convictions tellement bonnes que d'autres entités doivent croire de cette manière aussi, de sorte qu'il peut devenir quelqu'un qui tourmente ou amadoue des entités pour les faire rendre un culte d'une certaine manière ou pour leur faire croire en un certain système de dogmes. Tout cela est subtilement mais nettement négatif ou Service De Soi en ce sens que cette entité utilise le pouvoir de l'esprit humain pour pouvoir changer autrui.

Or, une entité qui fait partie du principe divin ne doit se préoccuper que de son propre contrôle. Le travail d'une entité spirituelle concerne toujours le 'soi'. La recherche d'une entité orientée vers le spirituel est toujours une recherche intérieure. Il se peut que les processus de recherche amènent le chercheur à une communauté d'entités qui font montre d'un amour inconditionnel, et cela est un grand cadeau.

Mais une partie du principe divin n'a en réalité besoin de rien en provenance de l'extérieur. Il n'y a aucun besoin d'aller chercher, aucun besoin de saisir. Tout ce qui est nécessaire se trouve déjà dans votre cœur des cœurs.

La Confédération parle d'acceptation plutôt que de contrôle parce que, de notre point de vue, lorsqu'une entité en vient à une pleine acceptation ou conscience de qui elle est et pourquoi elle est ici, alors cette acceptation initiale prend la forme de vecteurs: chaque pensée et opinion qui survient dans la conscience d'être une entité spirituelle a en elle une orientation qui est de nature spirituelle.

Quand des entités acceptent complètement le fait qu'elles sont des parties du Créateur elles prennent conscience que sous le niveau de la constante et incessante erreur humaine elles sont estimables. Elles sont estimables en tant qu'étoiles ou arbres, ou vent qui souffle, ou herbe qui pousse. Elles sont estimables d'une manière décisive et ultime. Elles n'ont pas trouvé le cœur de cette valeur. Il faut beaucoup de densités d'expérience pour pouvoir affiner le 'soi' jusqu'à ce que le 'soi' devienne transparent au 'soi' et que cette valeur du 'soi' soit clairement perçue par le 'soi'.

Mais, mes amis, il y a de l'aide dans la vie de tous les jours. Car vous voyez la valeur des autres, et cela vous aide fortement. Chaque fois que vous voyez une entité dont vous sentez qu'elle est digne, nous vous demandons de vous rappeler que vous regardez dans un miroir lorsque vous regardez une autre âme. Lorsque vous regardez dans les yeux de cette entité vous et cette entité vous êtes tous deux le Créateur. Lorsque vous voyez du bon dans cette entité, vous pouvez vous arrêter et le marquer car vous venez de voir cette sorte particulière de bonté dans vous-même. Si vous n'étiez pas sensible à cette bonté vous ne l'auriez pas vue dans l'autre 'soi'.

Alors laissez vos propres expériences de la bonté d'autrui re-refléter propre vérité: vous êtes infiniment dignes, vous êtes des citoyens de l'éternité. Votre séjour sur le plan terrestre est court, et vous êtes venus vous donner à vous-mêmes le cadeau de l'apprentissage et de la vénération, et de faire partie du mouvement qui se produit sur la planète en ce moment: l'élévation et la transformation de l'énergie de la planète Terre. Et vous êtes dignes de faire cela.

Le contrôle vous aide — nous devrions peut-être utiliser le mot 'discipline' — la discipline vous aide à garder la focalisation sur votre identité et la raison pour laquelle vous êtes ici. Cette discipline n'est pas une discipline de jugement ni une tentative de vous mettre en forme au fouet. Vous n'êtes pas ici pour juger; vous êtes ici pour aimer. Dès lors, le travail de chaque chercheur est principalement et essentiellement un travail d'être.

Nous constatons que ce concept est très difficile à saisir pour vos peuples. C'est quoi 'être'? Est-ce que c'est inspirer et expirer? Quelle est la valeur du fait d'être tout simplement? Par ailleurs, l'univers dans son ensemble est un seul grand être interactif dont vous êtes un point focal dans un vaste réseau d'autres points de conscience sensibles et intelligents qui collectent de l'expérience pour que le Créateur infini unique puisse mieux se connaître.

Ce don de l'être est toujours votre travail le plus fondamental en tant que chercheur orienté vers la spiritualité. Car le faire est à la surface des choses; c'est l'être qui donne au faire de la profondeur, de la largeur, du sens et de la force.

Le contrôle est sans conteste nécessaire car sans maîtrise de soi et discipline, le chercheur en spiritualité peut se trouver en constant défaut de

conservation du point focal. Parlons un peu de ce point focal que nous vous encourageons à conserver.

Chacun de vous dans ce cercle aujourd'hui a parlé de sentiments concernant sa place dans la vie et, dans certains cas, de l'incroyable rapidité du temps qui passe presque trop rapidement pour être saisi. Mais en chacun de vous il y a un centre. Et il y a une grande habileté à trouver des moyens de vous faire revenir de la périphérie de la vérité et de la beauté de votre vie, toujours à nouveau vers le centre. La vie va toujours vous faire partir en vrilles vers l'extérieur. Des catalyseurs vont vous heurter; de forts catalyseurs comme des maladies, des pertes d'emploi, toutes les difficultés qui éprouvent les entités qui inspirent et expirent et doivent trouver le moyen de conserver un toit au dessus de leur tête. Et votre tâche est de toujours veiller à tourner et d'encourager doucement, très doucement, votre esprit à spiraler à nouveau vers l'intérieur, vers le lieu de pouvoir qui se trouve à l'intérieur, vers le lieu de réconfort qui se trouve très profondément à l'intérieur, vers le Créateur infini unique qui vous attend patiemment dans votre cœur des cœurs.

Plus vous passez de temps dans votre essentialité, plus vous prenez conscience de votre véritable identité et de la puissance de votre être. Et lorsque vous ressentez cette puissance, alors vous voulez bien sûr l'utiliser à bon escient, et pour cela il faut faire appel à toutes les disciplines de personnalité et les rendre attrayantes pour vous. Lorsque vous trouvez le centre de votre puissance, cette énergie créatrice qui a fait tout ce qui est, alors vous souhaitez véritablement l'utiliser bien, l'utiliser sagement, et l'utiliser de manière aimante.

Et ainsi vous vous tournez vers les disciplines qui vous ont déjà servi: la méditation, la prière, la contemplation, les lectures inspirées, les promenades dans la nature, et tous ces moyens par lesquels vous pouvez revenir à la vérité qui vous rend véritablement libre.

Dès lors, la question de l'acceptation ou du contrôle est d'une certaine façon la question de savoir comment vous voulez regarder qui vous êtes. Notre approche du chercheur qui s'éveille est simplement de demander à ce chercheur de prendre conscience de qui il est et de ce qu'il est. Et de prendre conscience du fait qu'il crée sa propre réalité.

Lorsqu'une entité est sur la voie spirituelle depuis un certain temps déjà, il se peut qu'elle commence à se

rendre compte qu'il y a un travail extérieur particulier pour lequel elle possède tout l'ensemble des talents nécessaires à l'accomplir. Et cela peut faire jaillir en elle l'étincelle du désir de demander à être guidée, et quand une entité demande à être guidée, cette guidance est là dans l'instant, il n'y a aucun temps d'attente. Il se peut que vous ne soyez pas capable d'entendre la voix qui vous guide, mais l'énergie de cette guidance et la discrète pression de cette vibration vous accompagne dès ce moment. Cet instrument ouvre sa journée en demandant à celui qu'elle nomme Jésus le Christ: «que souhaitez-Tu de moi aujourd'hui?», C'est sa manière à elle de se centrer et d'offrir sa journée. Et si cette question reçoit une réponse à laquelle elle ne s'attendait pas, cela est bien, cela est acceptable.

Mais le choix de la manière de procéder appartient toujours au chercheur. Dans une société qui a des tendances au bruit, à l'absurdité, et au chaos, il est peut-être bon de recommander que le chercheur en spiritualité dirige son regard vers le mystère qui se trouve dans chaque cellule de son corps et vers l'extérieur, non pas vers les créations humaines, mais vers la Création du Père. Car là vous ne voyez pas de contrôle mais un plan tellement vaste qu'il est inconcevable et cependant complet et parfait de telle sorte que l'organisme tout entier de la planète Terre et tout le biote qui y vit bougent en une danse rythmée et harmonieuse dans laquelle il est subvenu à tous les besoins.

Nous offrons à cet instrument la vision d'une marée déferlante. Elle ne paraît pas être contrôlée mais se précipiter en s'abandonnant vers le rivage pour se retirer ensuite vers les profondeurs de l'océan. Toutefois, si vous réfléchissez aux marées et à la lune vous commencez à y apercevoir un ordre et un équilibre qui gardent la Lune dans son orbite et la Terre dans son orbite, et qui entraînent la lumière du soleil et les étoiles dans leurs cycles. Et cette énergie lunaire circule dans le sang de chacun, de sorte que votre sang afflue et reflue tout comme le font les marées. Vous faites partie de quelque chose qui est dans un équilibre subtil. Vous êtes en contact avec le monde de l'esprit et des énergies les plus hautes, et en même temps vous êtes en contact avec la Terre et ses énergies les plus pesantes. Vous connaissez tout, des anges et chérubins jusqu'aux dégradations de la guerre, du meurtre, de la torture, et du mal que les entités peuvent se faire les unes aux

autres. Et votre regard est le regard qui ordonne les choses dans votre monde.

Nous dirions donc peut-être que votre moyen de contrôle le plus créatif est celui de créer le monde que vous voudriez voir, et le vivre. Car vous êtes véritablement un co-Créateur et vous êtes véritablement à même de créer la réalité que vous souhaitez contempler.

Pouvons-nous demander s'il y a une suite à cette question? Nous sommes ceux de Q'uo.

Jim: Pas de suite, Q'uo.

Très bien mon frère. Nous allons alors demander s'il y a à présent une autre question.

T2: Je ressens en ce moment une très forte connexion avec vous, et je me demande s'il y a un moyen que je puisse poursuivre cette connexion quand je suis toute seule, car je ne suis pas tout le temps dans le Kentucky et je ne suis pas tout le temps dans cette pièce. Je sens que j'ai énormément à gagner en travaillant à vous atteindre et à vous toucher d'une manière semblable à celle que je ressens en ce moment.

Nous sommes ceux de Q'uo, et nous croyons avoir pris connaissance de votre question, ma sœur. Il existe en effet un moyen de nous emporter avec vous. Il y a un moyen pour toutes les entités de nous emporter dans leur cœur, et ce moyen c'est le simple fait de demander notre présence. Nous ne sommes pas limités par votre temps ni par votre espace tels que vous les connaissez dans cette illusion. Nous sommes dans le 'maintenant' par rapport à votre temps et à votre espace, car nous sommes des entités métaphysiques, et pour nous le temps est unifié et circulaire. Par conséquent, chaque fois que vous demandez mentalement que nous interagissions avec vous nous serons là immédiatement.

Nous ne parlerons pas. Nous serons simplement avec vous, et vous ressentirez l'amour inconditionnel de notre vibration. Mais il y a plus que cela, ma sœur, comme vous le savez. Il y a dans le monde de l'esprit énormément de ce qui ne peut pas être exprimé en mots, et alors que nous utilisons cet instrument pour pouvoir créer des mots qui, nous l'espérons, vous seront de quelque utilité, nous accomplissons en même temps une tâche beaucoup plus vaste qui est de simplement communiquer avec vous dans le silence —dans le silence entre les mots et derrière tout discours. Nous partageons avec vous dans ce

silence des concepts qui ne peuvent pas être transmis en mots ni en langage sans d'énormes pertes. C'est comme si on donnait à quelqu'un un beau cadeau, ce beau concept roulé en pelote, et qu'en essayant de mettre ce concept en mots on tirait le fil qui compose cette pelote de manière à ce qu'on puisse voir de façon linéaire tout le fil qui faisait la pelote. C'est un processus long et fastidieux comparé à l'intégralité du concept de communication. Et c'est ce que nous espérons offrir à ceux qui font appel à nous à n'importe quel moment.

Toutefois, notre premier présent est toujours celui d'aimer et d'être aimé, car nous sentons aussi votre amour pour nous. Ainsi l'amour est réfléchi dans l'amour et les concepts du Créateur coulent d'instruments métaphysiques tels que nous dans votre cœur. Nous espérons que vous apprécierez notre compagnie car nous vous assurons, ma sœur, que nous apprécions beaucoup la vôtre et que nous sommes honorés d'être appelés par vous à n'importe quel moment. Et ceci est valable pour tous ceux qui font appel à nous ou aux entités de la Confédération en général. Nous vous en prions, utilisez-nous car nous ne sommes ici que pour une seule raison, et c'est d'interagir avec vous en cette période où vous essayez de vous assurer sur vos pieds spirituels et de faire la différence pour laquelle vous êtes venus ici. Et pouvons-nous dire, ma sœur, que vous ne pouvez pas échouer, que vous ne pouvez pas vous tromper, parce qu'aussi longtemps que vous expirez et inspirerez et aimerez, vous ferez ce pourquoi vous êtes venue ici, et vous le faites très bien.

Pouvons-nous demander s'il y a une suite à cette question, ma sœur? Nous sommes ceux de Q'uo.

T2: La seule chose que je puisse dire pour l'instant c'est 'merci'. Merci.

Nous sommes ceux de Q'uo, et nous vous remercions, ma sœur. Y a-t-il une autre question à présent? Nous sommes ceux de Q'uo.

(Fin de la face 1 de la cassette)

(Retransmission par Carla)

Il semble que nous ayons épuisé les questions que les entités souhaitaient poser en ce moment, et cela étant nous allons vous laisser comme nous vous avons trouvés, dans l'amour et dans la lumière, la paix et la puissance du Créateur infini unique. Nous sommes connus de vous comme étant le Principe de Q'uo.

Nous vous remercions une fois encore pour le plaisir de votre compagnie et la beauté de l'espace sacré que vous avez créé par vos auras entremêlées. Mes amis, nous souhaitons que vous puissiez voir combien vous êtes véritablement beaux. Vous réjouissez nos cœurs et nous vous louons pour votre courage. À nouveau, nous vous laissons dans l'amour et dans la lumière. Nous sommes ceux de Q'uo. Adonaï. Adonaï. ✿