



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)

© 2009 L/L RESEARCH

MÉDITATION SPÉCIALE

7 JANVIER 2008

Jim: Première question de S: « toute ma vie j'ai eu le sentiment de ne pas être 'à la hauteur' et d'avoir de la colère. Je ressens une très forte colère dans mes relations avec ma mère et aussi dans celles avec mes enfants. Quels sont les principes spirituels impliqués dans le fait de me sentir « pas à la hauteur » qui débouche sur de la colère? Qu'est-ce que je suis supposée apprendre de ces sentiments? Est-ce que cela a quelque chose à voir avec l'acceptation de soi?

(Retransmission par Carla)

Nous sommes connus de vous comme étant le Principe de Q'uo. Celui qui parle ce soir est celui connu sous le nom de Hatonn¹. Nous vous saluons dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique, au service duquel nous venons vers vous ce jour. Merci, mes frères et mes soeurs, de créer ce moment sacré pour rechercher la vérité. C'est une joie de nous joindre à votre cercle de recherche et de participer à cette séance de travail. Nous remercions spécialement celle connue comme S d'avoir demandé des informations concernant des sentiments de démerite et de colère. C'est un honneur que d'être priés de donner notre opinion, et une joie que d'offrir nos humbles pensées.

¹ Le Principe de Q'uo est composé de trois groupes: Hatonn, Latwii et Ra. Habituellement, celui qui s'exprime pour le Principe est Latwii. Occasionnellement c'est Hatonn qui parle, comme au cours de cette séance. Ra n'est jamais le locuteur.

Comme toujours, nous demandons à tous ceux qui lisent ou entendent ces mots d'user de discrimination dans ce que vous prenez et utilisez parmi les choses que nous avons à dire. Suivez la voie de la résonance et utilisez les pensées qui résonnent en vous; laissez les autres de côté. Cela nous permettra de nous sentir libres d'offrir nos opinions sans risquer d'enfreindre votre libre arbitre ou de perturber le rythme de votre propre processus de recherche.

Les émotions sont très, très importantes dans l'apprentissage de la connaissance de soi, et dans le processus de réalisation de la personne consciente de sa propre nature sacrée. Souvent, ceux qui s'efforcent d'être des chercheurs sérieux minimisent ou ignorent l'importance des émotions. C'est parce qu'ils voient le manque de profondeur et l'inconsistance des émotions de surface et qu'ils pensent que puisqu'elles sont tellement déformées et déséquilibrées elles n'ont aucune vertu d'un point de vue spirituel.

Cependant, notre opinion est que les émotions de surface sont le début de l'entrée de l'individu dans son propre mental profond. Chaque émotion est précieuse, l'émotion la plus lourde comme la plus légère, la plus sombre comme la plus gaie.

Les deux émotions dont parle celle connue comme S, l'indignité et la colère, font partie de ce que la

plupart des chercheurs appellent le côté obscur ou le côté sombre du soi.

Le chercheur a le sentiment qu'il n'est pas censé se sentir en démerite. Il n'est pas supposé être en colère. Mais les émotions jaillissent sans se soucier si elles devraient être ressenties ou non. Les émotions expriment une vérité de la vie du chercheur et elles sont, dès lors, de grands cadeaux faits par le soi au soi.

Les émotions commencent par des réponses et réactions impulsives hautement colorées aux catalyseurs. Elles surviennent par surprise. Elles ne sont pas planifiées. C'est pourquoi c'est la vérité qui est leur cadeau. Vous ne pouvez pas vous mentir à vous-même en simulant une émotion. Elle est tout simplement là et vous la reconnaissez.

Cependant, les émotions ne restent pas en surface chez le chercheur persévérant qui reconnaît et apprécie la compagnie de ces émotions. Elles se mettent à avoir une vie plus profonde. A mesure que l'on ressent ces émotions encore et encore, à chaque fois que l'émotion se répète, apparaît l'opportunité de travailler sur cette émotion, de l'embrasser, de l'honorer, et de la regarder pour voir de quel catalyseur elle provient.

Quand on reste sans peur devant les émotions, et que l'on est capable de rester auprès du 'soi' pendant que celui-ci est traversé par une émotion, il y a un approfondissement graduel de cette émotion. Par la suite, à mesure que la répétition et le travail en conscience sur ces émotions commencent à porter leurs fruits, le chercheur commence à entrevoir l'émotion affinée et purifiée qui a commencé par être si hautement colorée. Et par la suite cette émotion peut vous entraîner vers le mental archétypal où se trouvent les vérités les plus profondes.

Dans le mental archétypal ces émotions coulent comme des rivières souterraines qui se déversent dans un océan de félicité et d'amour inconditionnel qui est le début et la fin de tout ce qui est. A mesure qu'elles fraient leur chemin vers le mental archétypal elles arrosent les mythes qui forment les racines de la conscience. Les histoires de votre âme sont émotionnelles et ont une forme et une direction dépendant de ces émotions. Voilà la beauté de cette inconfortable émotion superficielle hautement colorée vécue en premier lieu par le chercheur.

Certes, il est long le trajet qui va de la découverte d'un sentiment de démerite ou de colère jusqu'à un moment du parcours où l'on embrasse cette indignité et cette colère, et qu'on les aime inconditionnellement. Cependant, ma soeur, ce voyage en vaut la peine et il a ses douceurs. Car à chaque fois que vous parvenez à adopter une position de plus grande compréhension de vos propres points de déclenchement et de réaction, vous regagnez une partie du 'soi' fragmenté qui a été abandonné au côté obscur du 'soi'. Et à mesure que vous apportez cela à la lumière de votre attention, vous devenez à même de travailler sur ce sentiment et de l'aider à mûrir, à mûrir, et il commence à avoir davantage de clarté et de pureté.

Autrement dit, vous affinez l'émotion brute de surface pour qu'elle puisse pénétrer de plus en plus profondément les couches d'intégration de la culture, des suppositions antérieures, et de toutes les diverses strates de votre mental de surface, ainsi que de ce que vous avez reçu de votre culture, de vos parents et de vos instructeurs. D'une manière générale, la vérité personnelle ne se trouve pas dans la culture, les parents ou les instructeurs, ni dans ce qu'ils ont à dire. En majorité, le chercheur doit découvrir ses propres vérités et s'en faire un *credo* personnel.

C'est pourquoi, ces émotions qui souvent ne sont pas agréables à vivre, ont une grande valeur. Nous disons cela parce que nous souhaitons encourager le chercheur à travailler avec ce qu'il ressent, sans le juger, sans le condamner, sans y être indifférent, mais bien en y accordant une attention empreinte de respect, en l'investissant et en l'explorant. Chaque émotion qui a reçu cet honneur et ce respect récompense le chercheur par un sens de plus en plus grand de la sûreté quant à ce qu'il est et quant à la raison pour laquelle il est ici.

D'une certaine manière, quand vous travaillez sur les émotions vous récupérez et réintégrez votre 'soi' complet. Vous pouvez voir vos émotions comme un trésor. Les émotions de surface vous disent où se trouve le trésor, que sorte que vous pouvez alors faire bon ménage avec cette émotion et examiner la manière dont elle est survenue. Qu'est-ce qui l'a déclenchée? Qu'est ce qui se passait quand vous avez eu la réaction de vous sentir en démerite ou en colère?

Parfois la réponse est très claire. Parfois la réponse n'est pas claire du tout et alors il vous faut creuser profond pour arriver au trésor enfoui, et passer vos souvenirs au tamis pour retrouver d'autres moments où vous avez eu cette même émotion. Qu'est-ce qui les déclenche? Comparez-les avec ce qui se passe dans le présent, et vous commencerez à distinguer un schéma qui se répète. Vous commencez à mieux vous comprendre et à acquérir une plus grande connaissance de la manière dont vous êtes devenue l'entité qui fait l'expérience en ce moment précis.

Cela est vrai pour toutes les émotions, tant positives que négatives. Cependant, nous voudrions affiner notre point de vue pour parler de ces deux émotions en particulier, et offrir certaines pensées concernant leur valeur et leur place dans le développement du chercheur mature en spiritualité.

Nous allons prendre l'indignité en premier, car c'est l'émotion la plus initiatoire; c'est-à-dire que c'est souvent en réaction à des sentiments d'indignité que le chercheur se met en colère, plutôt que l'inverse. C'est pourquoi, nous voudrions analyser l'indignité en premier lieu.

Cette émotion est très commune. De nombreux chercheurs, spécialement, ont selon eux, trop d'expérience de cette émotion. Certes, cet instrument fait très souvent l'expérience du sentiment d'indignité, continue à éprouver cette émotion, et l'embrasse afin que celle-ci puisse raconter son histoire et sentir qu'elle est acceptée.

Les racines de l'indignité se trouvent généralement dans l'enfance. Dans l'éducation d'un chercheur, à de nombreuses reprises ce chercheur, dans son jeune âge, entend des réprimandes et des gronderies, qu'il est un être indigne, qu'il n'a pas bien agi, qu'il aurait pu mieux faire, qu'il n'a pas fait assez, et autres choses de cette nature. Le jeune 'soi' est relativement sans défense. Il croit ce qu'il entend, il absorbe et prend ces informations pour argent comptant.

Le fait que ce n'est pas la vérité, spirituellement parlant, n'est pas utile à la psychologie concernant la manière dont ces paroles, prononcées avec tant d'insouciance par les parents, enseignants et autres figures d'autorité, s'enfoncent dans la psyché et le mental profond.

L'on se développe physiquement, et les figures d'autorité restent ou non présentes pour continuer à dire au chercheur qu'il ne vaut rien. Cependant, ces

voix ont été intériorisées, de sorte que, même quand les deux parents ont disparu, comme c'est le cas pour cet instrument, il y a toujours la capacité à entendre cette voix qui dit: « voilà un effort méritoire, mais cela aurait été mieux encore si tu avais fait ci et ça » ou encore: « tu es maladroit(e), stupide, tu aurais dû faire davantage », et ainsi de suite.

Il n'est donc même pas nécessaire que ces voix continuent à avoir une vie en dehors du mental du chercheur, car elles sont intériorisées, de sorte qu'elles refont surface dans une situation qui déclenche le souvenir des moments où ces paroles ont été dites jadis.

Ce qui en général déclenche un sentiment d'indignité est une erreur ou faute perçue comme telle par le soi. Cet instrument, par exemple; oublie souvent quelque chose et immédiatement une voix intériorisée lui dit: « comment est-il possible que tu aies pu oublier? » C'est pourquoi elle répond par un sentiment d'indignité.

Il y a autant de façons de découvrir que l'on a commis une erreur qu'il y a de situations. Un nombre infini de choses peuvent amener le chercheur au point où il répond par ce sentiment d'indignité.

Cela est particulièrement douloureux, car un chercheur est en général une personne très orientée vers le Service D'Autrui et, loin d'avoir l'intention de commettre une erreur, ce chercheur a vraiment fait de son mieux et, ayant le coeur sensible, il a essayé de faire plaisir aux gens qui l'entourent. Quand les gens ne sont pas contents, ne comprennent pas le cadeau qui leur est fait, et le lui jettent au visage en s'écriant: « ce n'est pas bon, ce n'est pas assez, c'est mal fait, je n'en ai pas besoin » ou autres choses du genre, le déclenchement est automatique. Le chercheur pense en lui-même: « j'ai fait tant d'efforts, et j'ai échoué ».

Maintenant, l'habileté s'obtient en apprenant comment interrompre le processus de déclenchement. On ne cherche pas à réprimer l'émotion du sentiment de démerite. Le chercheur habile l'accueille, comme il accueille tous les catalyseurs, et le fait entrer dans un processus d'équilibrage en y portant son attention, et même en l'accroissant, et puis en se demandant: « quelle est la dynamique opposée de cette émotion? ».

Dans le cas du sentiment de démerite, l'opposé est le sentiment de mérite et ainsi, après avoir éprouvé le

démérite, l'on attend son opposé dynamique; toujours en méditation, on le demande et on l'invoque, et alors le sentiment de mérite afflue dans la conscience avec ses propres informations.

Pourquoi le chercheur est-il estimable? Parce que le chercheur fait partie de tout ce qui est. Et tout ce qu'il y a c'est l'amour inconditionnel. La valeur du chercheur est, dès lors, infinie. Il n'y a rien d'autre que de la valeur dans la nature véritable et profonde du chercheur. Néanmoins, si l'on n'est pas prudent, on choisit le sentiment de mérite plutôt que le sentiment de démérite, et on fait ainsi un jugement par rapport au 'soi'. Et cela n'est pas quelque chose que nous encourageons.

Nous demandons plutôt que vous regardiez avec compassion le jeu complet du démérite et du mérite jusqu'à ce que vous voyiez que tous deux sont maintenus en équilibre dynamique dans votre nature. Tous deux ont leurs bons côtés car ils vous apprennent des leçons que vous êtes venus ici pour apprendre. Si en effet vous êtes venu pour découvrir votre propre mérite, vous ne pouvez pas y penser sans d'abord vous sentir indigné. C'est comme une alarme ou une sirène qui vous éveille à cette question à l'intérieur de vous-même afin que vous puissiez y travailler pour l'amener à l'équilibre qu'elle mérite et doit avoir dans votre propre caractère.

Lorsque une entité n'est pas éveillée il n'y a habituellement pas une souffrance aussi intense due à l'indignité que ne l'éprouve un chercheur qui s'est éveillé et a découvert sa véritable nature. Alors il souhaite que tout ce qui passe par son mental soient des pensées d'amour et de lumière; de paix et de gentillesse. Et cependant, la dynamique qui apporte du grain au moulin et fait fonctionner l'incarnation est servie, non pas par tous les bons sentiments que l'on peut prendre pour acquis et qui sont très agréables et doux, mais bien par les inconfortables émotions qui éveillent le chercheur à ses déséquilibres de sorte qu'il puisse alors opérer un retournement, se diriger vers eux, les rassembler dans ses bras, et les prendre dans son cœur ouvert.

Nous ne suggérons pas qu'après un certain temps le travail sur le démérite vous fera cesser de vous sentir indigné. Vous pourrez extraire déclencheur après déclencheur; et cependant, en général il y a tellement de déclencheurs enfouis dans le sol des souvenirs qui ont trait à des occasions passées où il y a eu de la souffrance due à un sentiment d'indignité, qu'il y

aura toujours des moments où il y aura un déclenchement et où on se sentira moins que digne.

Si la nature humaine était perfectible, ce ne serait pas ainsi. Mais la nature humaine a été créée pour être imparfaite. Cela donne à l'humain une opportunité permanente d'aller de plus en plus profond pour découvrir des vérités de plus en plus fondamentales à propos du soi.

Les énergies de jugement jouent un grand rôle dans le sentiment de ne pas être à la hauteur. Et nous répétons qu'il n'est pas utile de s'auto-juger. En revanche, il est utile d'avoir de la compassion pour le 'soi' et de faire attention au 'soi'. Toute émotion difficile est un appel à l'aide. C'est un appel qui entre dans le 'soi', dans cet endroit où vous pouvez être votre propre mère, votre propre père, votre propre amie, de sorte que vous pouvez ainsi guérir les blessures du passé et pardonner au 'soi' ainsi qu'à l'autre 'soi' qui vous a d'abord offert les blessures qui vous ont procuré tant de fruits et alimenté votre pensée.

La colère est généralement un sous-produit du jugement, c'est pourquoi nous disons qu'elle est dépendante du sentiment de ne pas être à la hauteur. Nous voudrions faire une distinction entre l'émotion de juste colère qui implique un sens de justice et d'équité, et de colère qui paraît jaillir de nulle part en réaction à quelque chose que quelqu'un dit ou aux petites injustices de la vie.

Il n'est pas nécessaire qu'une personne ait une relation avec une autre personne pour éprouver de la colère. La colère peut être engendrée par le 'soi' tout seul, à cause du large éventail de déclencheurs qui sont enfouis dans les expériences quotidiennes. Disons que quelqu'un a un marteau et un clou; ce quelqu'un prend le marteau et essaie de planter le clou, mais tape sur son doigt au lieu du clou. De la colère apparaît en fin de jugement. Le premier sentiment est un jugement instantané du 'soi': « je ne suis pas à la hauteur, je ne peux même pas enfoncer un clou ». Puis vient la colère. Le chercheur n'a peut-être même pas conscience du jugement qui a précédé la colère, car la colère monte très vite. Cependant, elle est apparue à cause d'un auto-jugement.

Suggérons-nous que l'on devient imperméable à la colère et que l'on n'a plus d'impulsion de colère quand on a travaillé sur la colère pendant une longue période? Non. Nous ne suggérons pas cela. Une fois encore, la constitution humaine est telle qu'il y aura

toujours des imperfections qui subsisteront. Il n'y a pas de vertu à penser: « je peux supprimer cela de ma nature. Je peux dépasser cela. Je peux m'élever au-dessus de cela ».

Ma soeur, nous ne suggérerons jamais que vous devriez vous élever au-dessus de votre colère ou de votre sentiment d'indignité car cela serait abandonner une partie de vous-même. Non pas que vous êtes un être indigne ou coléreux, non, mais cela fait partie du complet éventail des parties positives et négatives, lumineuses et obscures, rayonnantes et magnétiques du 'soi'. Et c'est votre 'soi' tout entier que le Créateur infini unique aime par-dessus tout: non pas le bon 'soi' ou le 'soi' méritoire, ni le 'soi' paisible, mais le 'soi qui est tout à la fois digne et indigne, paisible et de toute autre dynamique qui vous vienne à l'esprit.

Le Créateur vous aime juste telle que vous êtes, et votre espoir, en travaillant sur ces émotions, est d'arriver graduellement en un lieu où vous avez de la compassion, tout comme le Créateur a de la compassion, pour les parties du 'soi' qui vous préoccupent de temps en temps. Elles ne vous diminuent pas. Elles ne devraient en aucun cas vous faire honte. Vos sentiments sont tous également valables et ils méritent tous d'être respectés et traités avec attention.

Nous vous demandons de vous courtiser comme si vous étiez votre propre amant. D'abord le 'soi' est timide et vous, celle qui soigne, devez dire: « oh, mais non! Je ne me sentirai pas offensée. Je voudrais t'entendre parler de ta crainte de ne pas être à la hauteur. Je voudrais t'entendre parler de ta colère. S'il te plaît, viens me raconter ton histoire et je t'écouterai mais je ne te jugerai pas. Je t'aimerai et j'aurai de la compassion pour toi ».

Ensuite, graduellement, vous allez créer pour vous-même un sentiment d'être soignée, de sorte que quand il y aura un déclenchement vous saurez que vous êtes mue par un déclencheur, et vous ne serez plus bouleversée dans vos sentiments de surface. Vos sentiments commenceront à être plus profonds parce qu'il y aura le déclenchement d'une impulsion et puis vous aurez conscience que vous avez travaillé dur pour gagner: « ah! Voilà le sentiment d'indignité! Tiens! Voilà la colère! ». Et vous allez aimer votre sentiment de démerite, vous allez aimer votre colère, vous allez aimer les émotions qui vous font ce que vous êtes. Et l'amour dissout graduellement

l'amertume qui est votre réaction instinctive à ces impulsions de surface qui ne vous plaisent pas à vous, chercheur en spiritualité, et qui ne semblent pas sonner juste.

Nous vous l'assurons, ma soeur, vous sonnez toujours juste. Vos émotions auront toujours une vérité à vous dire, et elles auront toujours les mains pleines de présents. Et quand elles se sentiront aimées et comprises elles vous livreront leurs secrets et vous montreront les endroits en vous qui ont besoin d'être soignés. Prenez-vous donc dans vos bras quand vous ne vous sentez pas à la hauteur ou quand vous vous sentez en colère et dites: « je t'aime de toute façon. Je t'aime de tout mon coeur. Tu es mon adorée. Tu es mon cher petit coeur. Laisse-moi te serrer dans mes bras et te bercer ». Et toute l'amertume fondra graduellement de sorte que, tout en sachant que vous avez des réactions de surface très inégales et parfois même déséquilibrées, vous avez aussi de la compassion.

Le processus du travail sur vous-même est très important, en ce sens qu'une fois que vous avez commencé à avoir de la compassion véritable vis-à-vis de vous-même, alors, et alors seulement, vous pouvez commencer à éprouver véritablement de la compassion pour les autres avec tous leurs défauts perçus par eux et perçus par vous. Quand enfin vous tombez en amour avec vous-même, alors vous pouvez tomber en amour avec d'autres et vous pouvez aussi vous voir vous-même et tous les autres comme des étincelles du Créateur infini unique.

En troisième densité vous existez dans l'obscurité. C'est un lieu de non-savoir. Le voile y est épais. Vous ne cessez pas de faire des erreurs et de vous sentir indigne. Et vous éprouverez de la colère encore maintes et maintes fois. Et cependant, cela aussi est bien. Cela aussi est utile. Cela aussi est du grain apporté au moulin qui crée l'affinage de votre caractère et de votre âme de sorte que vous devenez de plus en plus transparente, non pas parce que vous aurez surmonté le sentiment de colère ou de démerite, mais parce que vous verrez au-delà de ces émotions de surface la beauté de votre 'soi' profond, et vous commencerez à avoir une réelle confiance en ce soi profond qui va au-delà de la houle de surface de la vie ordinaire. Cette transparence fait de vous un fanal qui éclaire de mieux en mieux.

Vous ne cesserez jamais d'être imparfaits dans la troisième densité; mais quand vous avez de la

compassion pour vous-même vous devenez transparents à ces imperfections. Votre foi dans votre 'soi' profond vous libère, arrête de vous faire contracter autour des émotions négatives. Vous les laissez aller.

(Fin de la face 1 de la cassette.)

(Retransmission par Carla)

Vous pouvez recommencer. Et alors que l'énergie du Créateur infini unique qui circule dans votre corps énergétique en quantités infinies trouve le chemin libre vous irradiez sur le monde une lumière infinie, non pas venant de vous, mais passant à travers vous.

Cet instrument nous informe que le dé clic de l'enregistreur est un signal pour nous de quitter la question principale et de prendre en compte d'autres demandes. Pouvons-nous demander à celui connu comme Jim de lire la deuxième question à présent? Nous sommes ceux de Q'uo.

Jim: *(Lisant la question de S.)* « J'ai trois enfants: deux grandes filles et un garçon. Quels sont les principes spirituels impliqués dans ma relation avec eux? »

Nous sommes ceux de Q'uo et nous avons pris connaissance de votre question, ma soeur. Le principe spirituel impliqué dans le fait d'avoir des enfants est celui du gardien et de l'être aimant qui voit la beauté de ces enfants qui ont été des cadeaux qui lui ont été offerts par le Créateur. Les enfants sont pour les parents une opportunité de partager et d'être au service d'une autre entité d'une manière très spéciale.

En tant que mère, vous savez mieux que personne l'impuissance totale de vos enfants au moment où ils sont venus à vous. Ils étaient incapables de parler ou de se mouvoir par eux-mêmes quand ils sont venus à vous. Vous avez dû les nourrir, les garder propres et au chaud, et leur donner un environnement dans lequel ils se sentaient heureux et en sécurité. Et vous avez appris davantage au sujet du Service D'Autrui par votre relation avec eux que, probablement, par n'importe quelles autres relations dans votre vie. Ils ont, de ce fait, été vos plus grands instructeurs.

Comment les avez-vous aimés? Peut-être que vous vous le demandez. Et cependant nous vous assurons, ma soeur, que vous les avez très bien aimés. Et vous continuez à les aimer très bien, de tout votre coeur. Vous pensez peut-être que vous avez été imparfaite

dans l'expression de cet amour. Et cependant vous leur avez toujours donné ce qu'il y avait de meilleur et de plus élevé en vous, et c'est ce que vous espérez toujours en continuant.

Par conséquent, nous vous disons que le principe spirituel impliqué est celui du Service D'Autrui. Vous avez pris des entités qui ont conclu avec vous, avant qu'aucun d'entre vous ne s'incarne, un accord selon lequel vous auriez cette relation spéciale. Et vous avez fait et continuez à faire de votre mieux pour leur offrir tout l'amour de votre coeur. Le plus grand présent que vous leur avez fait est ce simple amour inconditionnel.

Naturellement, il a été nécessaire de leur enseigner les voies de la culture afin de les protéger, pour qu'ils puissent savoir comment se comporter en présence d'autres gens. Et cela vous a certes mise en conflit avec eux de très nombreuses fois. Cependant nous vous assurons, ma soeur, que l'un des moyens dont dispose l'amour pour servir une jeune âme est d'indiquer où se trouvent les limites, où se trouvent les principes qui sous-tendent les interactions humaines.

Si vous leur aviez donné absolument tout ce qu'ils demandaient, si vous aviez accédé à toutes leurs demandes, vous ne leur auriez pas donné votre sagesse. Et, ma soeur, ils ont autant besoin de votre sagesse que de votre amour.

C'est une chose très délicate que d'élever un enfant. On ne peut pas élever deux enfants de la même façon. Chaque entité est sa propre entité. Ce qui fonctionne pour une personnalité ne fonctionne pas pour une autre. Ainsi donc, il y a eu de nombreuses fois où vous vous êtes demandé si vous faisiez ce qu'il était juste de faire. Et cependant nous vous disons que, si vous pouvez maintenir votre intention de donner ce que vous avez de plus élevé et de meilleur, alors vous avez fait ce qu'il fallait.

Par-dessus tout, le principe impliqué dans le fait d'être au service d'autrui est d'offrir avec amour ce que vous avez à offrir. Et, ma soeur, vous avez fait cela très bien et vous continuez à le faire de tout votre coeur. Vous ne pouvez pas vous empêcher de paraître parfois catégorique, et nous venons de vous dire qu'il n'est pas bon d'être catégorique. Mais quand on instruit un esprit en développement il est bon de dire parfois: « ceci n'est pas bien, cela n'est pas utile, ceci ne peut pas aider », et ainsi de suite. Mais essayez toujours, ma soeur, de dire ce que vous

avez à dire et de faire ce que vous avez à faire à partir d'un point d'amour inconditionnel et de compassion.

Pouvons-nous demander si celui connu comme Jim veut bien lire la question suivante? Nous sommes ceux de Q'uo.

Jim: (*Lisant la question de S.*) « j'ai parfois l'impression que mon fils voit des choses que je ne vois pas moi, peut-être des choses en provenance d'un monde invisible. Il est effrayé par cela et ne veut pas en parler. Pouvez-vous confirmer cela? Comment puis-je l'aider à ne pas avoir peur? ».

Nous sommes ceux de Q'uo. Oui, ma soeur, nous pouvons confirmer cela. Quand un enfant est médium, ou quand une entité l'est, ce peut être une chose perturbante et effrayante. Ceux qui l'entourent ne vivent pas ce que lui vit. Il ne dispose pas réellement d'un cadre permettant de comprendre cette expérience. C'est une réaction naturelle que d'éprouver de la crainte quand on vit quelque chose d'inconnu.

Pour vous aider à comprendre à quoi ressemble ce vécu vous pouvez penser à une entité qui a pris une drogue ou ingéré trop d'alcool et, du fait de l'altération de conscience, a une prise de conscience qui n'aurait normalement pas lieu. Cette entité appellerait cela un « bad trip »².

Quand une entité a eu un mauvais voyage elle éprouve de la peur et se contracte autour de cette peur. C'est la peur de l'inconnu. C'est la peur de quelque chose qu'elle ne comprend pas. Naturellement, de la part de votre fils et de la part de tous ceux qui, par nature, sont ultrasensibles et perçoivent des mondes inconnus, ce peut être une source intarissable de malaise et d'inconfort.

En premier lieu, ce que vous pouvez faire pour répondre à son besoin c'est le rassurer et traiter ces choses comme si elles étaient normales. S'il n'en parle pas et ne veut pas en parler, alors vous ne pouvez pas le rassurer verbalement. Mais vous pouvez préserver une quiétude toujours égale, qui ne change pas quand il vit quelque chose qu'il ne comprend pas. Et cela est, en soi, rassurant.

Quand un parent réagit à quelque chose qui est détecté chez l'enfant en ayant peur ou en faisant montre de préoccupation, alors l'enfant le sent et le

projette dans ce qu'il ressent, ce qui accroît son inconfort. Mais s'il ne ressent rien d'autre qu'un amour et une paix constants de la part de ses parents, alors il sait que tous est fondamentalement bien, même s'il ne comprend pas ce qu'il lui arrive.

A mesure que cette jeune entité accumule les années, elle va indubitablement parler davantage de cela; si ce n'est pas à vous, ce sera à quelqu'un d'autre. Si l'enfant choisit de commencer à vous parler de ce qu'il ne comprend pas, alors vous pourrez partager avec lui ce que vous comprenez des mondes invisibles et lui dire qu'ils font aussi réellement partie de toutes choses que les mondes qui sont visibles; ils sont simplement l'autre côté des choses. Il y a le monde physique de l'espace/temps et il y a le monde métaphysique du temps/espace, et il est naturel pour une entité de faire l'expérience des choses tant dans le temps/espace que dans l'espace/temps.

Cependant, normalement l'esprit non éveillé ne fait pas l'expérience du temps/espace. Par conséquent, cette jeune âme n'a personne à qui en parler. Soyez là quand il souhaite parler, et continuez à le rassurer silencieusement jusqu'à ce que vienne le temps où il commencera à communiquer.

A mesure que cette entité sera de mieux en mieux à même de faire usage de son intellect et d'absorber des informations de cette nature, il pourra être utile de laisser tomber de petites graines en disposant de livres et en en parlant afin qu'il puisse choisir, au moment qu'il juge bon, d'entreprendre des lectures sur ces mondes invisibles et de commencer à explorer par lui-même ce qui lui arrive. Il se peut qu'il parvienne à accomplir de lui-même le travail de compréhension de son don. Laisser les livres en un endroit qui lui soit accessible serait utile.

Pouvons-nous demander quelle est la question suivante?

Jim: (*lisant la question de S.*) « j'ai un travail particulièrement difficile; un travail que je n'aime pas mais j'en ai besoin pour pouvoir payer les factures. Comme ce n'est pas la première fois que j'ai un travail difficile, j'essaie de toutes mes forces de voir quelles sont mes leçons, mais je suis toujours dans le désarroi. Est-ce que Q'uo peut me proposer quelques suggestions sur la manière de travailler sur ce catalyseur? ».

Nous sommes ceux de Q'uo et nous avons pris connaissance de votre question, ma soeur. Ma soeur,

² Mauvais voyage (NdT)

peut-être êtes-vous familiarisée avec le concept du corps énergétique avec ses sept chakras. Chaque chakra a ses propres dons et sa propre sorte d'énergie. Et les sept chakras sont tous également importants à l'équilibre du corps énergétique tout entier. Naturellement, vous voulez un corps qui soit fort dans la totalité de son système. Par exemple, vous n'aimeriez pas que vos pieds soient faibles alors que votre mental serait fort. Vous ne voudriez pas que vos mains soient faibles alors que vos épaules seraient fortes, et ainsi de suite.

Vous voulez que toutes vos énergies soient en équilibre et en état de bonne santé. C'est pourquoi, vous voulez que votre rayon rouge soit fort, avec ses questions de sexualité et de survie. De même, vous souhaitez que votre rayon orange soit fort, avec ses questions de relation de 'soi' à 'soi' et les relations individuelles que vous avez avec autrui. Et vous voulez que votre rayon jaune soit fort, avec ses questions de relations de groupe comme la famille de naissance, la famille de mariage, la famille de travail.

La question du travail est donc celle qui concerne votre rayon jaune. Parmi les choix que vous avez eus avant de vous incarner, il y a eu le choix de la facilité des relations de travail. Vous avez choisi de renforcer votre rayon jaune en ayant des situations qui ne seraient pas subjectivement perçues comme idéales sur les lieux de votre travail.

De manière similaire, vous avez travaillé sur les énergies de la famille de naissance et de la famille de mariage, et celles-là aussi ont été quelque peu difficiles de temps en temps. Ces difficultés sont mises en place pour que vous puissiez travailler sur elles et renforcer votre être par votre persévérance à vouloir gérer ces émotions difficiles qui sont amenées par des situations moins qu'idéales dans la famille de naissance, dans la famille de mariage, et au travail.

Comme votre maturité vous a éloignée de l'expérience directe avec la famille de naissance, et comme la vie vous a aussi amenée loin des aspects les plus difficiles de la famille de mariage, il est temps à présent, dans votre incarnation, de faire face aux difficultés qui se focalisent sur la famille de travail.

Comment pouvez-vous le plus habilement vous encourager à voir ces difficultés comme des agents de maturité, des agents qui vont vous aider à devenir plus forte dans votre rayon jaune? Chaque entité doit travailler sur cela pour elle-même. Et peut-être suffit-il que nous vous disions qu'aussi longtemps que vous

cherchez à voir le Créateur dans chaque entité que vous rencontrez, vous ne pourrez pas vous tromper.

Cette entité se demande souvent: « où se trouve l'amour dans ce moment? » Ma soeur, quand vous vous demandez: « où se trouve l'amour dans ce moment? » par rapport à votre environnement de travail de rayon jaune, vous pouvez découvrir que l'amour dans ce moment doit venir de vous. C'est pourquoi, voyez-vous comme une créature d'amour qui est loyale et confiante, parce qu'elle sait que cette situation lui a été donnée pour qu'elle puisse grandir et devenir plus forte, plus sage et plus aimante.

Nous réalisons qu'il n'existe pas de comportement idéal en tous temps, spécialement quand, ainsi que cela a été exprimé à cet instrument au cours de la discussion générale qui a précédé cette méditation, les factures doivent être payées, et que l'environnement de travail a promis de donner un paiement pour le travail accompli mais n'a pas donné le paiement. Ceci crée une crise dans la vie de tous les jours. Il y a des responsabilités qui doivent être assumées. Il y a des enfants qui sont impliqués.

Ma soeur, en premier lieu, voici le moment d'être pratique et d'envisager de trouver un moyen de payer les factures quand, une fois le travail accompli, le paiement pour ce travail sera là.

Mais deuxièmement, voici le moment d'invoquer la foi car, en vérité, le Créateur donne vraiment ce qui est nécessaire pour la journée, de sorte que quand il y a un sentiment de ne pas avoir assez, nous vous demandons de vous focaliser sur les choses que vous avez en une telle abondance, les choses qui sont suffisantes pour la journée. Commencez à travailler à continuer vos remerciements, à vous réjouir et à avoir conscience de l'abondance. Car ceci aussi est une leçon du rayon jaune: qu'il y a abondance, mais seulement pour aujourd'hui.

Dans la prière appelée le Notre Père par cet instrument, il y a cette demande et cette requête: « Donnez-nous aujourd'hui notre pain quotidien ». Focalisez-vous sur ce concept de réjouissance pour ce que l'on a aujourd'hui et de reconnaissance pour l'abondance de ce jour. Et de cette façon vous viendra une amélioration de la situation que vous vivez pour le moment, si pas dans le monde extérieur, certainement dans le monde intérieur de votre propre réalisation. En tant que chercheur, c'est cette réalisation que vous travaillez à affiner.

Cela a été une joie d'être avec ce groupe et nous remercions celle connue comme S et tous ceux qui sont assis dans le cercle aujourd'hui, de nous avoir offert l'opportunité de parler avec vous de ces sujets.

Cependant, l'énergie de cet instrument s'affaiblit et nous voudrions à présent prendre congé de cet instrument et de ce groupe, en exprimant une nouvelle fois notre gratitude et notre plaisir de faire partie de la beauté de cet espace sacré. Nous vous remercions et nous vous offrons notre amour, notre soutien et nos encouragements. A tout instant où vous souhaiteriez notre présence, vous n'avez qu'à demander et nous serons avec vous.

Nous sommes connus de vous comme étant ceux de Q'uo. Nous vous laissons dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique. Adonaï. Adonaï vasu. ✨