



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

4 AOÛT 2009

Jim: Q'uo, la question de ce soir concerne *Living the Law of One – 102: The Outer Work*¹, le livre que Carla va bientôt commencer. Elle voudrait demander si vous auriez des suggestions à faire concernant le travail extérieur, les catalyseurs extérieurs par lesquels nous passons tous dans notre vie, nos activités quotidiennes et ordinaires, et les différents types d'expérimentations que nous faisons et qui nous fournissent des catalyseurs que nous pouvons espérer transformer en expérience.

Pourriez-vous lui donner l'un ou l'autre principe spirituel à considérer en ce sens, et qui pourrait l'aider à commencer et poursuivre le deuxième volume de *Living the Law of One*?

(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 au service duquel nous venons à vous ce soir. C'est toujours un grand honneur d'être appelés par votre groupe, et nous espérons pouvoir offrir quelques pensées à celle du nom de Carla sur le Travail Extérieur, en espérant qu'elles puissent constituer une bonne ressource.

Avant de commencer nous demandons à chacun d'entre vous qui écoutez ou lisez ces mots de faire

appel à sa faculté de discernement en prenant de ce que nous avons à dire les choses qui paraissent en résonance, et en laissant le reste de côté. Cela nous permettra d'offrir notre service sans qu'il y ait possibilité d'enfreindre votre libre arbitre ou de perturber le rythme de votre processus. Nous vous remercions de cette considération.

Nous apprécions la minutie de cet instrument qui établit l'intention que tous les concepts abordés pendant cette séance de travail viennent de nous et non de l'instrument. En outre, nous apprécions le fait que cet instrument n'ait pas tenté de deviner ce que nous allons dire. Ces deux facteurs nous aident à pouvoir aborder ce sujet alors que l'instrument est aussi celle qui questionne. Il y a davantage de possibilités que la retransmission soit imprégnée de personnalité dans une telle situation. Dans ce cas-ci, cependant, nous sentons que ce que nous pouvons dire, nous pouvons le dire librement. Nous remercions l'instrument pour cette manière de veiller à ce que le processus de retransmission reste pur et non dilué dans de l'opinion humaine.

Cet instrument a exprimé à plusieurs reprises auprès de celui du nom de Mick² le sentiment qu'elle va devoir entrer plus profondément dans la contemplation des catalyseurs externes de la vie avant de pouvoir offrir de bonnes informations. Cela

¹ Comment vivre *La Loi Une – 102 : le Travail extérieur* (NdT)

² Mick est le surnom donné par Carla à son mari : Jim McCarty

est dû au fait que, pour cet instrument, il y a une habitude de longue date de s'occuper en premier lieu des aspects métaphysiques d'une situation et ensuite seulement de la situation réelle, celle qui constitue les catalyseurs entrants.

Cette façon de penser est très utile à quelqu'un qui souhaite conserver une harmonisation métaphysique constante et stable, et qui souhaite être un sérieux et fiable instrument de paix, d'amour, de joie, de gratitude et de compassion.

Cependant, ce qui fonctionne pour cet instrument particulier a peu à voir avec ce que cet instrument appellerait « la situation de terrain », et le volume que cet instrument se propose d'écrire concerne justement ce qui se passe sur le terrain, en plein milieu des catalyseurs entrants.

Nous pourrions même dire que pour cet instrument il y a eu une tendance à ne pas respecter ou ne pas accorder toute leur importance aux événements et circonstances physiques qui semblent se produire dans le monde extérieur. Cela est dû à l'irrésistible tendance de l'instrument à automatiquement reconfigurer ce qui arrive par les cinq sens en des schémas qui concernent des principes spirituels tels que l'amour, l'écoute, et ainsi de suite.

A nouveau, ces valeurs sont d'excellentes choses dont on peut parler si l'instrument écrit à propos du travail intérieur. Mais ici, la tentative est d'écrire au sujet des expériences pratiques de la vie, comme le mariage, les enfants, les parents et les dilemmes des relations.

Nous encourageons cet instrument à se défaire de ses préjugés concernant les catalyseurs extérieurs, de cesser d'être une personne dont la faculté d'observation prend le pas sur les réactions immédiates et à vif par rapport aux catalyseurs à mesure qu'ils entrent dans le champ de la conscience. Ce n'est pas chose facile de se dégager de ses propres inclinations personnelles. Cependant, pour compenser l'aura fortement métaphysique qui se superpose à tout catalyseur physique pour cet instrument, il sera nécessaire de faire justement cela: se dégager.

Et entrer, avec créativité et imagination, dans les sentiments intenses, la souffrance aiguë et la détresse de quelqu'un qui est submergé par les catalyseurs extérieurs. Les entités qui souhaitent lire un livre concernant des choses comme le mariage, les enfants,

les parents, le travail, et ainsi de suite, ont des questions profondes qui n'ont pas de réponses. Elles se sentent désemparées et impuissantes en face de l'assaut de catalyseurs et la plupart d'entre elles, ma soeur, n'ont pas votre don qui est ancré si profondément en vous que vous n'en avez peut-être même pas conscience, de sortir les détails des catalyseurs physiques et les placer en un schéma qui souligne les aspects métaphysiques mis en avant par un schéma particulier de catalyseur extérieur.

Plus tôt dans la journée, cet instrument a écrit au sujet d'un sol sain. Elle faisait référence à un livre écrit par celle du nom de Penny, et intitulé *From the Soil to the Stomach*³, et disait que quand on s'approche du sol on voit toutes sortes de vies que l'on n'aperçoit pas quand on se tient debout en traversant une pelouse.

Quand on met ses mains dans la terre pour désherber un terrain planté, l'on voit des vers, des scarabées, des limaces, toutes sortes de petites créatures rampantes dont certaines ont un aspect tout à fait exotique, et elles sont tellement nombreuses à grouiller sur le sol que cet instrument a écrit qu'elles paraissaient participer à une fête. C'est un environnement très occupé, très actif, et ce sont ces scarabées, limaces et micro-organismes qui créent un bon sol sain qui permet aux semences de pousser et de devenir de bonnes plantes saines qui donnent de bons fruits nutritifs.

C'est exactement de cette manière qu'il est nécessaire, quand vous écrivez à propos des catalyseurs externes, de perdre votre altitude et de vous approcher du sol. Car c'est seulement en étant agenouillée au niveau des émotions les plus fortes et les plus sombres qu'il est possible de sentir que vous commencez à créer un accès, à et une compréhension de, l'expérience de la réception de catalyseurs extérieurs.

La tentation, ma soeur, sera de résoudre chaque parcelle de catalyseur à mesure que vous avancez, mais cela c'est mettre la charrue avant les boeufs. Entrez dans la souffrance de quelqu'un qui doit gérer une relation ou une difficulté au travail, ou dans n'importe lequel des nombreux sujets que vous espérez traiter. Il est essentiel à l'intégrité du travail

³ *Du sol à l'estomac* (NdT) Penny Kelly, N.D. *From the Soil to the Stomach; Understanding the Connection between the Earth and Your Health*: Lawton, MI, Lily Hill Publishing, c2001.

que vous passiez de l'observateur à l'expérimentateur et que vous permettiez à ces catalyseurs de venir en vous avec la sorte de force et de puissance qui est commune parmi ceux qui sont sur votre planète.

Ma soeur, le principe que nous vous offrons en ce moment c'est unité avec le corps, l'unité avec la terre, l'unité avec le lourd catalyseur qui n'est pas dilué dans, ou amélioré par de la sagesse, un sens de la perspective, ou un point de vue plus large. Ma soeur, vous avez souffert en chacune des manières dont vous avez besoin de discuter des catalyseurs. Vous avez en effet fait la pleine et intense expérience de ces catalyseurs dans votre propre vie. Mais, ma soeur, il est difficile pour vous d'accéder aux émotions non-taillées, brutes, de ces expériences car, ainsi que nous l'avons dit, votre don inné et inhérent est celui de passer à un plan supérieur avec chaque fibre de votre intention et de votre être.

Les avantages de cette tournure d'esprit sont évidents. Les désavantages ne sont pas aussi évidents car en recréant aussi rapidement un catalyseur extérieur en quelque chose qui est observé par un chercheur en spiritualité, il y a une coupure par rapport à cette forte intensité d'absence de réflexion, de réaction émotionnelle.

De telles émotions vous font éprouver un sentiment d'enfermement, de claustrophobie. Alors vous vous libérez de la proximité du supplice de l'expérience directe. Comme nous l'avons dit, cette tendance que vous avez a de nombreux avantages; elle vous a permis de traverser votre incarnation de manière productive pour le service d'autrui. Cependant, il y a aussi un déficit, et nous voudrions vous demander d'examiner ce déficit.

Ceux qui fonctionnent depuis le niveau appelé par celui connu comme G « présence d'esprit » au cours de la discussion qui a précédé cette séance, ont fait un gain incommensurable en étant à même d'utiliser pleinement l'incarnation physique. Cependant, pour la personne qui crée cette présence d'esprit presque avant que l'expérience se produise, il y a une perte de sens de la réalité, dirons-nous. C'est comme si par votre constante position métaphysique vous aviez donné à votre prise de conscience de la vie la qualité d'un rêve.

Nous ne disons pas que votre intégrité vous a quittée. Nous disons que vous ne pouvez pas écrire, à propos de catalyseurs qui frappent un être physique dans un monde physique, en prenant cette distance

tout en étant capable d'entrer en contact avec ces entités qui cherchent de l'aide pour gérer ces catalyseurs qui viennent de l'extérieur.

Ma soeur, vous avez demandé à vous-même de faire quelque chose qui ne se trouve pas dans votre zone de confort. Votre zone de confort c'est d'écrire à propos des solutions qui viennent à celui qui voit la vie comme un rêve éveillé, une illusion. Il y a un léger sentiment de dégoût à la seule pensée de plonger dans l'expérience soufferte par quelqu'un qui est suicidaire, en colère, désespéré, ou impuissant.

Ainsi donc, nous voudrions vous demander d'analyser ces sentiments bruts et non maîtrisés, même s'ils vous mettent mal à l'aise. C'est seulement à partir de cette expérience personnelle que vous pouvez ouvrir les présents de l'esprit et de vos propres aptitudes innées de manière à vous connecter à ceux qui souffrent.

Vous aimez penser à celui connu comme Jésus pendant qu'il enseigne ou bien alors qu'il est élevé dans les nuées et fait son ascension. Vous n'aimez pas penser à lui en train de suer du sang dans le Jardin de Gethsémani. Passez quelque temps dans ce jardin pendant que vous vous préparez.

Comme toujours, ma soeur, nous vous encourageons fortement à prier et à demander de l'aide à chaque fois que vous vous préparez à écrire. Harmonisez-vous comme pour faire une séance de channeling. Etablissez votre intention et consacrez-vous entièrement et complètement au service que vous espérez offrir. Et ensuite, quand vous vous êtes préparée, allez de l'avant dans la foi qu'un pied mis devant l'autre vous amènera sûrement à votre but.

Ma soeur, nous voudrions aussi recommander que, pendant l'écriture de ce livre, vous vous efforciez d'aller à l'extérieur, dans le monde de la nature, ne serait-ce qu'en vous asseyant à la terrasse avant de votre maison pour sentir la brise. Il est important de comprendre la terre de votre nature. C'est bon de sentir la connexion avec la matrice de la Terre et de se sentir pleinement incarné. Cela aussi vous aidera à entrer dans la condition humaine.

L'aide est là. Les dons sont là. Mais il y a beaucoup de travail qui vous attend pour rendre disponible à vous-même une voix authentique pour ceux qui souffrent.

A présent nous allons nous tourner de ce sujet vers d'autres questions qui pourraient être dans les esprits

de ceux qui sont présents. Y a-t-il une autre question à présent? Nous sommes ceux de Q'uo.

G: Q'uo, moi j'ai une question. Quand une attention consciente est portée aux centres énergétiques supérieurs, que des états de conscience plus stables, plus focalisés, plus tranquilles et plus subtils sont atteints, comment est-ce que cela influence les modèles de respiration du corps?

Nous sommes ceux de Q'uo et nous avons pris connaissance de votre question, mon frère. Nous voudrions dire, mon frère, que la tendance de quelqu'un qui a trouvé l'accès à des états supérieurs de conscience est que la respiration provient d'un niveau de plus en plus profond dans le corps, de sorte qu'à mesure que l'on est plus pleinement conscient on ne respire plus simplement du sommet des poumons, ni même des poumons, mais du plus profond du chakra de rayon rouge, en montant, de sorte qu'à l'expiration l'estomac même peut bouger. Plus serein est l'état d'esprit, plus profonde est la respiration.

Ce n'est cependant pas quelque chose qu'il est nécessaire d'atteindre, même s'il y a de la valeur à approfondir la respiration et à sentir le souffle parcourir tout le chemin jusqu'au ventre et s'exhaler depuis le ventre, étant donné qu'il y a un jeu subtil entre le physique et le métaphysique. Tout comme quand vous souriez vous modifiez la chimie de votre corps, ainsi quand vous approfondissez votre respiration vous modifiez la tonalité de sensation de votre véhicule physique.

Pouvons-nous aller plus loin dans notre réponse? Nous sommes ceux de Q'uo.

G: Merci beaucoup, Q'uo. Dans le cas où la fréquence du cycle de respiration diminue et a peut-être même pour résultat une cessation de respiration, qu'est-ce que cela peut indiquer?

Nous sommes ceux de Q'uo et nous avons pris connaissance de votre question, mon frère. Ce moment de cessation, quand le souffle est expulsé et qu'il n'y a pas un besoin immédiat de prendre une autre respiration est une vacation de l'être physique. C'est une entrée dans l'intemporalité, l'infini et l'éternité. Elle n'est pas complète, en ce sens que le coeur continue à battre et que le pouls circule dans tout le corps. Mais quand cela se produit, naturellement ou lors d'exercices de yoga, cela est une opportunité d'expérimenter l'intemporalité. Il y

a une grande paix et un grand soulagement quand il n'est pas nécessaire d'inspirer ou expirer, et même si ce n'est que pendant un instant c'est une ressource précieuse et utile pour le chercheur en spiritualité, que de faire l'expérience de la cessation de la respiration.

Autant la respiration est une gloire, car la vie est dans le souffle, autant il y a cependant une splendeur dans la conscience qui est suspendue entre les respirations.

Pouvons-nous aller plus loin dans notre réponse, mon frère? Nous sommes ceux de Q'uo.

G: Non, merci Q'uo.

Pouvons-nous demander s'il y a encore d'autres questions?

(Pas d'autres questions.)

Nous sommes ceux de Q'uo et sommes à nouveau avec cet instrument. Comme il semble que nous ayons épuisé les questions de ce groupe pour le moment, nous offrons une nouvelle fois nos remerciements pour le plaisir d'avoir été appelés à cette séance de travail. Nous vous remercions pour la beauté et l'authenticité de votre désir de servir. Nous vous laissons dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique. Nous sommes connus de vous comme étant le Principe de Q'uo. Adonai. Adonai vasu borragus. ✽