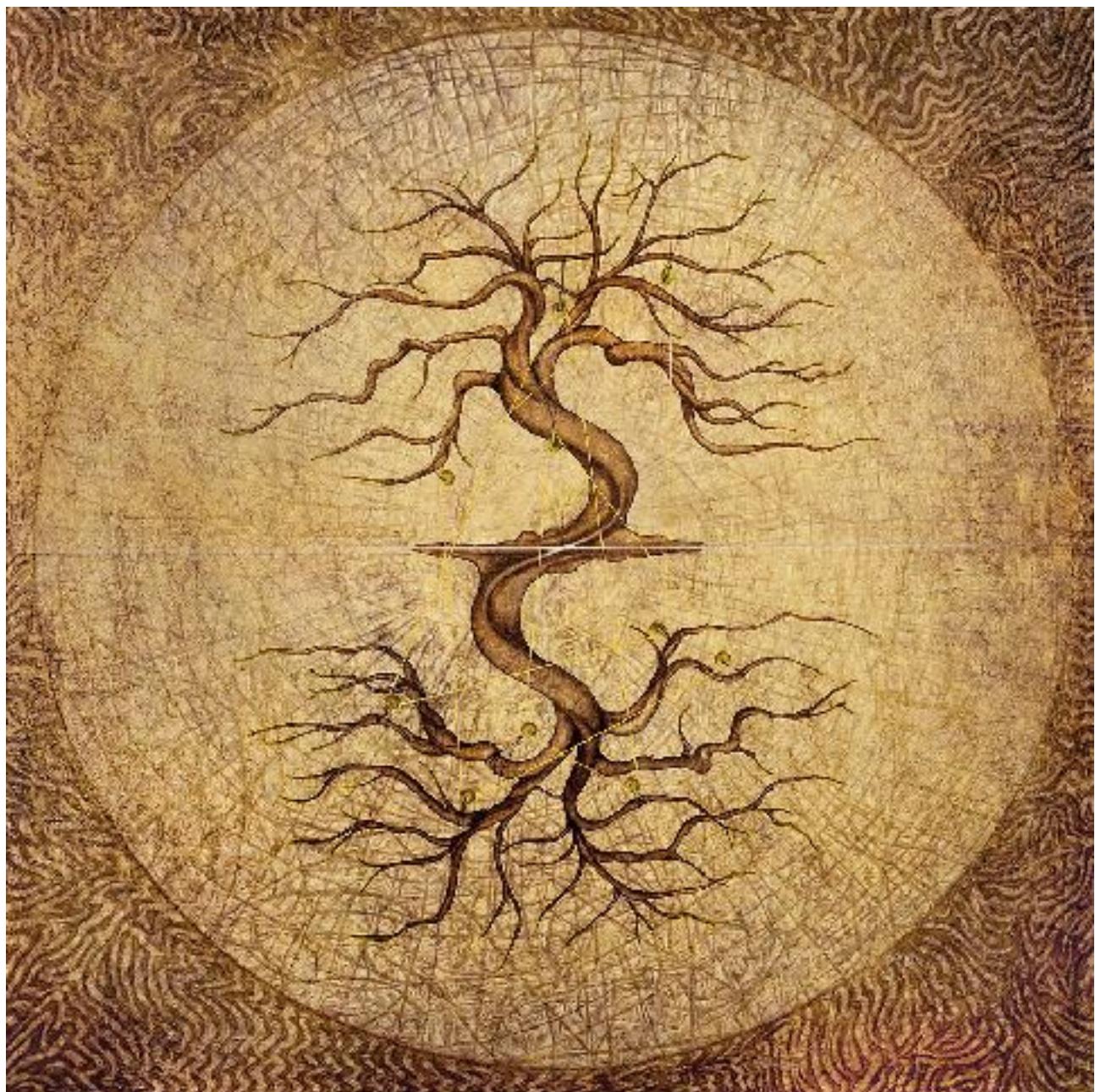


# **Le Guide de la Guérison Karmique**



Comment connaître notre karma pour remplir au mieux notre mission dans cette vie. Et quel est le rôle de notre guide spirituel ?

Comment connaître votre karma ? Ne vous inquiétez pas, le karma se fait connaître lui-même. Vous n'avez pas besoin de le chercher, c'est lui qui vient à vous. Ce qu'il faut, c'est savoir le reconnaître. Mais la plupart des gens jugent trop la vie dans son aspect profane et quotidien, et ils ne voient pas le doigt de Dieu, ils ne voient pas l'épreuve initiatique. Ils n'ont pas une conscience suffisamment éveillée sur les exigences de la spiritualité, pour se rendre compte que leur vie quotidienne est une épreuve spirituelle et un chemin spirituel. C'est pour cela que je dis toujours : « Toute la vie est spirituelle, ou la vie n'est pas spirituelle. La spiritualité est partout ou elle n'existe pas du tout. » Tout est support de la spiritualité comme le simple fait de respirer, d'observer la respiration. Vous allez me dire que c'est un acte naturel pour pouvoir vivre, survivre, pour alimenter les cellules en oxygène. Sur un simple plan physique je suis d'accord avec vous. Mais regardons un peu plus profondément ce qu'est la respiration. C'est l'un des plus grands actes spirituels que l'homme effectue chaque jour et il ne s'en aperçoit pas, il n'en a pas conscience. Par la respiration se crée un rythme. Vous avez conscience de ce rythme quand vous vous écoutez respirer, quand vous méditez ou quand vous vous relaxez, et c'est par ce rythme que l'âme descend dans la matière.

Que fait le nouveau né lorsqu'il vient au monde ? Il prend son premier souffle, il respire. Donc, pour recevoir l'âme, le corps doit articuler le souffle. C'est à ce moment-là que l'âme descend dans le corps, se manifeste à travers son corps. Donc, chaque fois que vous respirez, vous entraînez l'âme dans la manifestation. Si vous respirez de manière chaotique, de manière nerveuse, inconsciente, vous entraînez l'âme dans une chute dans la matière. Donc vous attirez l'âme dans l'inconscience, vous la faites vivre, vibrer inconsciemment.

Par contre, si vous rendez votre respiration consciente, l'âme va pouvoir descendre, vivre, rayonner et vous donner conscience de ce qu'elle est. Lorsque vous méditez, vous essayez d'atteindre de grands états, vous essayez de voir des lumières, de voir le Maître, de voir Jésus ou je ne sais qui. Cessez tout cela et concentrez-vous plutôt sur votre respiration, écoutez votre souffle, entrez dans votre souffle, dans le rythme, et essayez de percer ce mystère. Allez dans la substance du souffle. En allant dans la substance du souffle vous allez avoir un contact avec l'âme, si vous le faites bien, si vous le faites réellement et avec un détachement

complet, sans chercher quoi que ce soit, vous allez réellement avoir un contact avec l'âme, car la loi qui veut que l'âme descende en manifestation au rythme du souffle.

Chaque fois que vous inspirez, l'âme est appelée et le pont se fait. Si vous pouviez être suffisamment clairvoyant pour remarquer ce qui se passe, non pas sur un plan éthérique ou astral, mais sur un plan de l'âme, un plan athmique, vous verriez qu'au moment où votre corps respire, il se fait une grande ouverture, et selon votre degré de conscience, l'âme va pouvoir envoyer sa présence et son pouvoir, ou pas.

À l'expiration, cette porte se referme sur l'âme et la fait descendre dans la matière, et ainsi de suite, à chaque inspiration et expiration. Ce qui fait, que le corps physique, les énergies physiques sont en relation avec les énergies de l'âme, et qu'il devrait y avoir une fusion impeccable et absolue. Si vous inspirez et expirez inconsciemment, vous ouvrez, mais vous n'arrivez pas à attraper l'âme, l'ouverture se referme sur du vide, et l'être humain ne reçoit que du vide.

Combien d'hommes ont l'impression d'être vides ? Est-ce que ce n'est pas l'impression qu'ils ont ?

Quand ils se regardent, ils disent : « Je suis vide. » Ils ne peuvent pas rester seuls. Ils ne peuvent pas vivre sans la télévision, sans la radio, sans le tourne-disque, sans la compagnie des amis, sans le travail, sans lecture, parce qu'ils sont vides, leur carcasse est vide.

Par contre celui qui développe un peu de conscience, lorsqu'il respire, il s'ouvre à son âme, il la prend, il la redescend, et au moment où il la redescend, il est la présence, tout simplement.

Alors, quand vous voulez avoir un contact avec l'âme, étudiez le souffle. Je ne dis pas de pratiquer la technique du souffle, ça, c'est autre chose, c'est un autre exercice. Soyez conscient de votre souffle, placez toute votre conscience dans le souffle, et calmez-le, car on ne peut pas dégager une conscience divine ou avoir une approche de la conscience divine sans être dans une respiration souple et calme.

Petit à petit, en vous fixant sur le souffle, vous allez calmer la respiration, et lorsqu'elle sera bien calme, enfoncez-vous dans la substance du souffle, et chaque fois que vous allez inspirer et expirer, vous allez sentir que vous êtes une présence. **C'est cette conviction d'être une présence qui va changer votre vie, ce n'est pas le fait que vous devez travailler pour découvrir votre âme, ou ouvrir tel chakra. Tout cela ne vaut rien.** Ce sont des réalités certes,

mais dans l'application quotidienne cela n'est pas utile. Ce qu'il faut, c'est déclencher en vous la présence, et cette présence vous pouvez la soupçonner sans être un grand initié, sans attendre des milliers de vies, mais simplement en entrant dans votre souffle.

### **Et entrer dans le souffle, c'est entrer dans le ventre. Pourquoi l'homme ne veut-il pas entrer dans son ventre ?**

Dans le ventre se trouve un chakra que l'on appelle le plexus solaire, et dans le plexus solaire se trouvent tous les traumatismes, tous les complexes, toutes les limites, toutes les noirceurs de l'individu. Ce qui fait qu'avant de découvrir la présence, il va falloir nettoyer. En entrant par le souffle dans votre ventre, donc dans la racine, vous allez être amenés à vivre certaines expériences de purification. Ce qui fait, que si vous avez envie de pleurer, de crier, de faire une posture étrange avec le corps, qui peut être une posture de hatha-yoga ou autre, ne vous bloquez pas, laissez la chose arriver. C'est votre ventre qui se nettoie, car là est la racine de l'être.

En fait c'est avec le ventre que l'on respire, ce n'est pas avec autre chose. On croit que c'est avec les poumons, mais c'est faux. Le poumon ne fait que répartir la substance de l'air inspiré. C'est une raffinerie, c'est un filtre comme le foie, mais ce n'est pas le foie qui capte l'énergie vitale, c'est la rate, c'est la rate éthérique en plus. Donc, il ne faut pas prendre le poumon comme étant l'endroit, la base de la respiration.

L'endroit de la respiration c'est le ventre, et tant que l'homme ne respire pas avec son ventre, il ne peut pas découvrir la présence. Si vous voulez découvrir la présence, il faut nettoyer le ventre, car là est l'origine, la racine de la vie, la racine même de la conscience. C'est pour cela, que là, est implanté le cordon ombilical, car c'est le chakra principal du nouveau né. C'est là qu'il est, il n'est qu'un ventre.

Pourquoi cette notion ?

Non pas qu'à l'origine chacun ne soit qu'un estomac, mais parce que la vie se situe d'abord dans la partie nourricière, à l'image de la mère, à l'image donc de la terre. L'être est d'abord à l'image de l'amibe. Qu'est qu'une amibe ?

C'est avant tout un estomac qui digère. Dans la formation de la vie, il faut donc remonter très loin pour connaître la valeur et la raison de la valeur du chakra dont je parle. Lorsque l'on remonte à la formation première de la vie, à cette cellule première née dans l'océan, cette

cellule n'était qu'un estomac qui digérait, qui transformait une énergie pour perpétuer son corps.

À l'origine, il n'y avait que de l'eau dans les mondes et sur les mondes. Donc cette cellule est née dans l'océan et faisant partie de l'océan à l'heure actuelle encore, n'était qu'un ventre, et n'avait pour but que de développer d'autres cellules.

La formation de corps tel que celui des animaux ou de l'être humain nécessite d'abord la formation d'une cellule mère, et cette cellule doit penser à se créer en tant que chair, puis en tant qu'organes. Et petit à petit, au fur et à mesure que le corps est devenu complet, les chakras se sont développés et pouvaient recevoir La Trinité. Donc, ils pouvaient recevoir les sept rayons et constituer les sept chakras.

Mais lorsqu'il n'était qu'une petite cellule, seul le chakra plexus solaire existait, et on le retrouve partout. Dans n'importe quelle cellule on retrouve le plexus solaire, parce que l'acte premier d'une cellule est de se régénérer, donc de se nourrir, digérer une énergie, qu'elle provienne du plan physique, qu'elle soit donc une substance dense à digérer ou qu'elle provienne d'un plan éthélique, du spectre solaire.

Puis, petit à petit, cette cellule en concrétise d'autres et forme un premier organe, qui en forme un second, puis un troisième, et ainsi de suite jusqu'à obtenir quelque chose qui ressemble à une créature, et qui peut recevoir un minimum de chakras. C'est-à-dire, encore une fois, le chakra plexus solaire et le chakra de la rate, donc ne plus tirer la nourriture simplement du plan physique, mais aussi du plan cosmique.

Au moment où ces deux chakras peuvent se manifester sur un plan physique, dans un corps physique, se déclenche la création d'un troisième chakra, considéré comme étant le premier mais qui, en fait, est le troisième, c'est le chakra racine, soit le chakra où est kundalini. Ce sont là, les trois chakras principaux des animaux.

Lorsque l'on étudie les animaux, on voit qu'ils sont composés principalement de ces trois chakras. Les animaux ont une certaine individualité, ils ont aussi une kundalini, mais par contre ils n'ont pas du tout un chakra du cœur, un chakra de la gorge, un troisième œil, un chakra coronal. Leur évolution n'est pas encore permise, parce que leur corps ne peut même pas le permettre, ils ne sont pas constitués pour cela.

Lorsqu'on a affaire à un organisme qui est destiné à une évolution du type de l'évolution humaine, alors les chakras se constituent et sont acquis au fur et à mesure de l'évolution. On ne fait pas comme cela un homme avec ses sept chakras. L'humanité vient de très loin, et ce

n'est qu'au fur et à mesure de son évolution qu'elle a acquis des chakras, parce qu'elle les a développés.

À l'heure actuelle, que doit faire l'humanité ?

### **À l'heure actuelle l'humanité doit établir la conscience dans chaque chakra acquis.**

L'humanité étant assez développée pour avoir obtenu tous ses chakras, même le chakra coronal, qui est le siège de l'âme, ce qui veut dire que l'âme est suffisamment proche de son plan physique, ce qu'il faut donc, c'est donner de la conscience à chacun de ces chakras.

Conscienciser les chakras et la matière, et ainsi l'homme devient réalisé, l'homme devient un Maître parfait.

Il découvre alors d'autres chakras, mais cette fois en nombre plus réduit, car il n'a plus à descendre dans la matière, il doit au contraire repartir en sens inverse. La spirale se renverse, il doit repartir vers l'unité, et il n'a plus sept portes à ouvrir, sept seuils à franchir, au contraire il doit apprendre à les fermer.

Et ainsi petit à petit, il doit apprendre à dissoudre le chakra plexus solaire. Il doit apprendre à ne plus avoir besoin de nourriture, mais à être la nourriture lui-même.

Petit à petit il doit fermer le chakra de la rate, il doit apprendre à ne plus avoir besoin de se nourrir dans le sein du cosmos, il doit être le cosmos lui-même.

Il doit apprendre à fermer le chakra racine, il ne doit donc plus être une force qui s'alimente au feu cosmique, mais il doit être la force lui-même. Donc, il doit plonger complètement dans la force cosmique et faire un avec lui.

Il doit fermer le chakra du cœur, car il ne doit plus être un intermédiaire, mais il doit être l'amour, et etc.

Ce qui fait que l'individu doit apprendre à individualiser la substance qu'il est, l'atome de conscience qu'il est, et ensuite, il doit apprendre à refermer toutes ses individualisations pour retourner à l'universalité. Et c'est la spirale inversée.

**C'est ainsi que la pyramide a une contre pyramide, soit une pyramide inversée, mais il ne faut pas travailler avec cette pyramide inversée. Vous ne le pouvez pas, parce que vous êtes dans un état où vous devez capter.** Si vous travaillez avec la pyramide inversée, c'est la pyramide qui va happener toutes vos énergies, étant donné que vous ne pouvez pas donner et que cette onde de forme à pour but de donner, alors avant de donner, elle va prendre sur vous. Travailler avec la pyramide que vous connaissez, car c'est elle qui prend, et c'est vous qui vous servez.

## Karma et Plan de Vie

Le grand but de notre incarnation sur Terre est de se libérer du karma que nous portons ou que nous répétons, voire même que nous nous créons encore.

Dans la plupart des traditions, le karma véhicule une notion de lourdeur, d'enfermement, de justice, de fatalité ou de contraintes. Ces fardeaux, liés à un mouvement de causalité, sont dévolus à chacun en fonction de ses actes et paroles passées.

Cela implique des épreuves « punitions » que l'âme doit dépasser pour se perfectionner, atteindre l'équilibre parfait dans un état de grâce divine, qu'il soit nommé nirvana ou paradis.

Pourtant, **le karma est une chance d'évoluer.** Il peut s'interpréter et se vivre positivement. Karma, vieux terme sanskrit, se traduit « action », « acte » et « conséquence ». Il suppose notre **RESPONSABILITÉ** dans ce que nous choisissons de répéter, de vivre, de subir ou de pardonner pour libérer.

Quand je comprends les erreurs de mes vies passées, quand j'assume le rôle que j'ai choisi de jouer dans mes incarnations, alors je suis capable de conscientiser le vrai sens de mon existence, d'évoluer et de libérer mes karmas.

### 1. Karma et réincarnation.

Parler de karma suppose implicitement évoquer la réincarnation car ils sont tous deux intimement corrélés.

Le terme réincarnation signifie sommairement retour dans la chair. L'âme, par essence intemporelle et immatérielle a besoin de la matière, du concret, du tangible donc d'un véhicule de chair dense, solide et palpable pour vivre ses expériences.

C'est en effet à travers mes 5 sens physiques, dans mon corps, que j'éprouve douleur et joie, que je ressens, teste, perçoit, fabrique, crée...

Cela suppose que mon corps, solide et temporel, n'est qu'un véhicule de passage, habité temporairement par mon âme qui passe de corps en corps afin de tester plusieurs existences et conditions de vie.

Donc, la réincarnation englobe les vies successives d'une même âme dans des corps et des époques différents.

La matière devient poussière et retourne à la Terre, tandis que l'âme s'envole vers d'autres sphères, d'autres dimensions avant de revenir vivre dans un corps nouveau les expériences

dont elle a besoin pour progresser et évoluer, en fonction de ses blocages, de ce qui a été appris, accepté ou non.

Ma vie présente résulte en conséquence d'un cycle de réincarnations successives de mon âme avec des expériences de vies variées. Et c'est là que nous trouvons le karma, comme un bagage que nous trimbalons dans nos différents voyages, de vies en vies, parfois en l'allégeant, parfois en ramenant avec nous ce que nous ne voulons pas délester.

Le karma, selon cette approche, c'est l'histoire et l'évolution d'une âme qui s'inscrit dans le temps et l'espace avec des manifestations de cause à effet de vies en vies.

Le karma s'applique aussi à une famille, une communauté, un peuple, une nation, le peuple animal et même à la Terre.

## **2. Pourquoi s'incarner ?**

Mon âme choisit de s'incarner pour vivre les expériences qui me permettent de **découvrir qui je suis** réellement. Les étapes de cette vie et de mes vies me libèrent graduellement de mes conflits et je grandis alors intérieurement pour aller à la rencontre de mon divin.

Je me réincarne dans la matière pour apprendre à travers mon corps **l'expérience du divin incarné**.

L'être humain réunit le plan de la matière – le corps et celui du spirituel – l'âme et c'est dans l'équilibre de cette union que je libère le karma.

Lâcher prise sur le monde des apparences – appâts rances et limité de la matière élève ma pensée vers la Source divine. A travers mon corps et ma propre expérience dans la matière, Dieu prend chair pour vivre tous les possibles réalisables, et formulé différemment je dirais aussi pour vivre toutes les réalités possibles.

Dans la continuité de chacune des vies précédentes, à chaque passage dans la matière, je progresse, je comprends, je change mon karma, mes « valises ».

Le but de toutes mes vies est d'arriver à l'unité parfaite de mon Être divin, lorsque mes dualités (féminin-masculin, cœur-mental, action-inertie, chagrin-joie, haine-amour, rancœur-pardon, manque-abondance, peurs-sécurité, blessures-paix etc) s'équilibreront divinement et harmonieusement.

**Le grand but poursuivit par notre âme est de retrouver son Unité et sa complétude: se sentir UNE et COMPLÈTE.**

Réunir tous les morceaux de mon âme éparpillés et délaissés au cours des différentes vies à travers les blessures, les peurs qui l'ont meurtrie.

C'est vraiment réunifier tous les bouts de mon âme éclatée dans toutes les directions de l'espace-temps au fil de mes incarnations.

Alors j'intègre ce que JE SUIS sur tous les plans et dans toutes les directions de l'espace-temps.

Ainsi nous accédons à la pleine puissance des potentiels divins de notre Être, au-delà des contingences de la matière et de l'espace- temps, dans les plans de conscience supérieurs, où tous les possibles sont réalisables.

Seulement pour en arriver là, notre âme a bien des épreuves, des souffrances, des défis mais aussi l'Amour et des expériences joyeuses à vivre à travers ses différentes incarnations.

### **3. Karma et Plan de Vie**

- Quand l'âme quitte un véhicule, un corps et retourne dans les dimensions supérieures, elle se repose.
- Quand elle se sent prête, elle décide de retourner s'amuser sur les bancs de l'école qu'est notre Terre.
- Seulement d'abord elle passe par la grande bibliothèque céleste où se trouvent ses dossiers (les annales akashiques) dans lesquels est consigné absolument tout ce qu'elle a vécu, en négatif comme en positif.
- L'âme consulte ces registres pour faire le point et voir où elle en est dans toutes ses incarnations.
- C'est ainsi qu'elle choisit et planifie les grandes lignes de son incarnation future en fonction de ce qui a été promis ou engagé, appris ou non, terminé, accepté ou non dans d'autres vies.

Mon âme décide donc de s'incarner au moment le plus opportun pour mettre en œuvre son Plan de Vie.

Pour ce faire, avant de revenir dans un corps physique, mon âme choisi ses parents, sa famille, son environnement de vie, ses alliés, ses bourreaux, les expériences de vie qui lui apporteront les meilleures épreuves et situations pour lui permettre d'apprendre et d'évoluer, et cela qu'elle que soit sa durée de vie.

Or, au moment de l'incarnation, notre âme oublie ses plans et les choix de vie qu'elle a faits. En conséquence, l'être humain que je suis oublie sa mission et les étapes choisies de mon parcours sur Terre. Plus encore, j'oublie d'où je viens et qui je suis, un être divin.

Ainsi, **les grandes lignes de ma vie sont préétablies avant mon incarnation par MOI-MÊME.**

Confronté aux difficultés ou événements perturbants, je me mets en résistance, je me pose en victime, je trouve toutes sortes d'excuses, je blâme et accuse les autres.

Cette attitude vient du fait que **j'oublie que c'est mon âme qui a choisi** de faire ces rencontres, de vivre ces expériences.

Je cherche du sens et des raisons à l'extérieur de moi (*c'est le hasard, c'est la faute à un tel, on m'a obligé, c'est à cause de... etc*).

Je trouve mille excuses à tous ces « malheurs » au lieu d'en rechercher la cause en moi et de rendre grâce pour ce qui me permet d'avancer.

Lorsque je cesse de lutter et de maintenir la souffrance en moi je m'autorise à pardonner et à accueillir la Vie telle qu'elle se présente : quelle libération !

Sachant que mon être divin, caché tout au fond de moi, a choisi et décidé les jalons de ma vie présente, quel est le regard que je porte sur mes défis et étapes à franchir ?

Comment vais-je me positionner ? victime ou créateur ?

En tant qu'être incarné, je n'échappe pas aux épreuves de la vie. Je suis même là pour cette raison : dépasser les étapes à franchir pour transformer mon karma et cheminer vers mon unicité divine.

Certes, le karma est un bagage en continuité de ce que mon âme a choisi d'expérimenter dans son incarnation présente. En m'incarnant je ramène des blessures, des peurs, des mémoires, des défis.

Toutefois, il n'est pas figé. Il **dépend**, en partie, **des choix que je fais**, des décisions que je prends, des actions que je mène.

Finalement, mes plans de vie, **mes karmas sont des instruments à l'élévation de mon Âme.**

Ils me font **prendre conscience de QUI JE SUIS** réellement : un Être divin de Lumière et d'Amour qui a oublié sa partie sacrée et son Unité.

En quelque sorte, en fonction du Chemin de Vie que mon âme a décidé de prendre, j'ai une certaine souplesse dans la route empruntée.

Et toi, chère âme qui lit ce texte, merci d'avancer dans cette voie de lumière, car une âme qui avance, entraîne les autres à la suite de son évolution. Une âme chemine et l'humanité tend vers la Paix.

#### **4. Comment se crée le karma ?**

Quand la charge émotionnelle d'un événement d'une vie passée est trop forte pour être digérée et acceptée, elle s'imprime dans l'âme et se répercute de vies en vies sous forme d'empreinte mémorielle dans les cellules de mon corps. La blessure fixée au plus profond de mon Être conditionne certains comportements et événements futurs, de vie en vie.

D'incarnation en incarnation je traîne ainsi ces mémoires karmiques jusqu'à ce qu'un jour j'ose affronter cette souffrance pour la mettre à jour et la libérer.

Un karma important peut requérir une naissance et un corps particulier pour s'exprimer et se régler plus rapidement.

Il existe aussi des âmes venues s'incarner pour aider les autres, les guider et leur permettre de régler du karma personnel et familial plus rapidement. Ces âmes viennent souvent avec un lourd handicap physique ou psychologique, des maladies envahissantes et encombrantes pour tout l'entourage, des personnalités très particulières.

Même si les grandes lignes de ma vie sont définies avant mon incarnation (certaines rencontres, accidents, étapes), je crée jour après jour mon karma suivant mes actions et le libre-arbitre que j'exerce. J'ai la liberté de penser et agir, que ce soit en positif ou négatif.

Autrement dit **mon destin peut changer suivant mes actions.**

Rien n'est donc complètement établi à l'avance, le **futur se construit dans l'instant présent**.

Quel que soit le chemin que je choisis, certaines épreuves se présentent immanquablement (dû aux vies précédentes), cependant leurs conséquences, leur durée, leur souffrance se transforment en fonction de ma façon d'être, de réagir, de conscientiser tandis que d'autres défis peuvent même être évités grâce aux actions de ma vie présente.

A l'inverse, quand je reste dans mes vieux schémas, dans mes conditionnements, dans mes blessures et mes peurs, je résiste à la transformation et à l'évolution et je continue dans le chemin des difficultés, et cela jusqu'à ce que je comprenne et que je cesse de me créer de nouveaux karmas.

**Je construis chaque jour du karma en fonction de mes actes et pensées.** Je suis incarné car j'ai des expériences à comprendre, des peurs et des blessures à dépasser et libérer.

Or j'ai le choix de me poser en tant que victime ou comme acteur conscient face à un événement. C'est là que réside la différence. C'est dans cette attitude que je libère mon âme petit à petit du karma : quand je prends conscience de l'incidence de mes actes et paroles et que j'y mets de l'Amour.

Le plus crucial et primordial et le plus difficile sans doute est de m'aimer suffisamment moi-même pour **me pardonner de m'être fait vivre ces situations**. Et je dirais même, être dans la gratitude de vivre ces expériences qui me grandissent.

Je remercie le Ciel d'apprendre, je tire des leçons de mes expériences, je deviens créateur de ma vie.

Je crée mon futur et m'aligne dans la lumière de mon âme.

Cela ne signifie pas pour autant que tout devient facile. Prendre conscience avec son mental de ce que l'on a transformé est une première étape, l'accepter et le faire descendre dans son cœur, en est une autre. Ce processus devient cependant de plus en plus rapide au fur et à mesure que j'accueille ma vie et travaille sur moi.

## 5. Pourquoi – comment le karma ?

Le capital karmique est en quelque sorte le bilan de mes actes, paroles et pensées, pris en compte dans ma vie présente mais aussi celles passées.

Le karma aide mon âme à faire le point sur mon évolution et à identifier mes points faibles, mes défis comme mes ressources.

Quand mon âme choisit de revenir s'incarner, elle **choisit par conséquent les expériences qui lui seront le plus profitables à son parcours d'apprentissage** et d'évolution.

Mon âme choisit non seulement les dossiers à travailler, mes bourreaux ou victimes, mais elle choisit également ma famille, les proches, l'environnement social qui me permettent d'aller vers ma meilleure évolution possible.

Le **karma ne cesse donc d'évoluer** : les épreuves que je surmonte et mes actions justes l'allègent, mes faux pas ou mes blocages le chargent.

Dans ma vie présente, je viens équilibrer et alléger au mieux possible ces mémoires et bagages de mes vies précédentes et faire en sorte d'en produire le moins possible pour ma vie future.

En fonction de mes agissements ou attitudes dans les différentes vies, je me réincarne avec des dettes à rembourser, des engagements, des vœux, des promesses, des réparations, des obligations, des schémas de pensées ou de vie, des actions non terminées, des choses non comprises.

Ma manière de réagir, de me comporter, de me positionner mais aussi les véritables intentions qui se cachent derrière les paroles que je prononce ou bien mes actes influencent directement mon évolution et mes futurs possibles.

Chaque épreuve que je connais représente **un apprentissage pour m'améliorer et progresser.**

La vie terrestre est comme une grande école. L'école de la vie. D'abord, je passe par les différentes étapes d'apprentissage, d'essais, d'erreurs, expérimentations puis de tests. Lorsque ma leçon n'est pas comprise, je la recommence sous forme variées jusqu'à ce que l'examen soit réussi, c'est-à-dire que j'ai compris et appris.

**L'erreur n'existe pas, seulement les leçons.** Les expériences ratées font autant partie de mon apprentissage que celles réussies. C'est ainsi que les cycles de réincarnations sont plus ou moins long en fonction de l'élève que je suis.

Ce qui est formidable, c'est que chaque âme réussit son diplôme, quel que soit le nombre de vies nécessaires.

La vie m'apporte toutes sortes de situations et personnes pour me faire grandir. Elle m'envoie un signal lorsque j'ai une leçon à apprendre, comme une invitation à aller à la rencontre de moi-même et à me laisser guider par mon Être divin intérieur. C'est dans mon cœur en effet que je trouve les solutions et les compréhensions nécessaires aux événements pour avancer et libérer du karma.

Le signal se manifeste souvent par une souffrance émotionnelle ou physique, parfois les deux, un ressenti ou des situations dérangeantes récurrentes. Généralement la souffrance émotionnelle suffit à me pousser à changer, mais parfois lorsque je suis en résistance, une souffrance physique apparaît : une maladie (le mal a dit) ou un incident voire un accident surgissent. L'histoire se répète jusqu'à ce que je retienne les leçons dont j'ai besoin pour changer mon parcours et avancer d'une marche supplémentaire.

**J'apprends beaucoup de mes souffrances mais également de mes bonheurs.**

Rien n'est dû au hasard. Le hasard n'existe pas. Se présente telle personne ou tel événement à tel endroit à tel moment selon la route que je décide de suivre. C'est dans mon positionnement, positif ou négatif et en exerçant mon libre arbitre que je crée mon karma ou que je m'en libère.

Je peux décider de rester dans mes blessures, de voir le verre à moitié vide ou plein, de considérer les étapes de vie comme des épreuves ou au contraire je peux choisir de comprendre, d'aller vers le pardon, de régler du karma et de me tourner vers le Cœur.

## 6. Régler son karma

**AMOUR et PARDON** : 2 mots enseignant, enseigne de Vie.

En général je n'ai pas trop de difficultés à aimer ma famille, mes amis... Cela, comme l'a dit Jésus en son temps, même les Pharisiens le font. Mais suis-je capable de pardonner au mari infidèle, à l'ami qui a trahi, à ceux qui m'ont rejeté, abandonné, humilié, qui ont pris le pouvoir sur moi, m'ont utilisé et manipulé, voire même persécuté... ?

Suis-je capable d'aimer mes ennemis, mes bourreaux?

Suis-je capable d'aimer les parties de moi qui me dérangent ou me déplaisent ?

Suis-je capable d'aimer la Vie ?

Et surtout : Parviens-je à aimer ce qui se passe en moi quand je perds le contrôle ?

Parviens-je à m'aimer quand je me fais du tort ?

Ais-je l'humilité de voir quel est mon pire ennemi ou mon ami ?

parce que souvent **mon pire ennemi c'est moi-même**, ou du moins les parties sombres et souffrantes de moi-même.

Et mon ami peut être celui qui me renvoie à moi-même, même si cela passe par des souffrances.

La première des choses et sans doute la plus difficile est de descendre dans mon cœur, de **me pardonner de m'avoir fait vivre ces expériences** éprouvantes.

Chacun de nous a une main tendue pour apprendre cet amour et ce pardon. Et parfois, la vie frappe de plus en plus fort quand je fais la sourde oreille et résiste, jusqu'à ce que je comprenne. Un conjoint qui part, la perte d'un être cher, la perte d'un emploi, d'une maison, une maladie... peut être une main tendue, une porte qui s'ouvre, une opportunité pour des prises de conscience et avancer dans mon évolution.

C'est confronté aux difficultés que je peux me dépasser, faire acte de foi et en conséquence progresser.

Pas la foi religieuse, non, la foi du cœur en soi-même, en mon Être Intérieur Divin, la confiance en l'Amour, la foi que tout est juste et que tout a du sens, la foi que j'ai les capacités à tout surmonter, la foi que je suis un être de Lumière qui a tous les possibles et toutes les réalisations en Soi...

Endoctrinés pendant des siècles par des convictions religieuses, nous croyons à tort qu'il faut souffrir pour mériter le paradis ou expier nos erreurs par des châtiments soi-disant divins. Ces croyances nous ont fait croire que l'être humain n'est pas digne d'accéder à la Lumière, la Paix, l'Amour et à l'Abondance.

Or je ne suis pas obligé de souffrir pour évoluer et régler mes karmas.

Ce sont uniquement mes résistances et mes systèmes de croyances qui me mettent sur le chemin de la douleur, de la confusion, du tourment.

Lorsque je me centre sur mon cœur, que je l'écoute avec amour, alors je suis dans la Foi et la confiance, et les épreuves se dépassent plus légèrement, plus facilement, plus rapidement.

**Un karma peut être modifié, transformé ou annulé** par mes prises de conscience et le pardon.

J'ai toujours le choix d'avancer, de dépasser du karma ou le choix de rester confortablement installé dans mes habitudes, mes schémas, mes repères, mes souffrances car elles sont finalement connues et confortables. Car c'est bien l'inconnu et le changement qui fait peur, et parfois régler du karma et pardonner est plus effrayant que rester dans son mal-être ou sa colère.

Pardonner c'est s'ouvrir à d'autres possibles et retrouver l'Unité de Soi. Habitués que nous sommes à être séparés de notre partie divine, il est troublant et angoissant de se retrouver Soi-même : qu'est-ce que je deviens si je change ? Un peu comme si nous ne saurions pas quoi faire de notre unicité.

Plus je parviens à rentrer dans le pardon, plus j'aime, plus je transmute mes souffrances.

Quand je suis capable d'aimer, je peux pardonner, c'est-à-dire faire la part du don à ceux qui me font souffrir et à moi-même. J'accepte ma responsabilité et je rends à l'autre sa responsabilité, c'est faire la part du don entre chaque personne impliquée dans un karma.

C'est le pardon de soi qui est sans doute le plus difficile.

Accepter que je me suis fait vivre cela ou ceci.

Me pardonner de m'être mis dans telle ou telle situation.

Et pourtant, rien n'est dû ni aux autres ni au hasard, mais tout provient de l'être oublié, déconnecté de son divin que je suis.

**Tout est le reflet de mes propres systèmes de pensées et de mes zones d'ombres intérieures.**

Et plus je rentre la Lumière en moi, et plus je me libère de toutes ces mémoires devenues inutiles.

Rentrer dans mon cœur met de la lumière et de la compréhension dans ce qui me bloque.

Alors mon karma se transforme en énergie d'évolution.

Des mémoires karmiques se libèrent quand mon âme est prête à lâcher, quand dans mon cœur je suis capable de me pardonner et de donner de l'Amour ou de la Lumière à la situation, à la personne, à moi-même.

Ce mouvement de libération va jusqu'à régénérer mes cellules. Ainsi les mémoires libérées ne se manifestent plus dans le corps par des symptômes divers ou dans ma vie par des

situations difficiles. En pardonnant aux autres et surtout en me pardonnant à moi-même, j'évite de recréer du karma et je libère également l'autre de toute forme de dette. Je libère également ma lignée.

## 7. Karma et mémoires

Dire que ne nous souvenons plus de rien de nos vies passées n'est pas tout à fait exact. Nous en avons des réminiscences. Ces résurgences du passé se manifestent de différentes manières :

- Ce que nous appelons un « don » dans cette vie par exemple est la plupart du temps un acquis d'une vie précédente. C'est flagrant chez les peintres, les musiciens, les artistes, ou tout autre talent.
- Une odeur, une image, un son peut réveiller une mémoire karmique en ravivant le « souvenir » imprégné dans mes cellules, et se manifester par une émotion intense, un sentiment de déjà « vécu » ou même parfois par une réaction physique ou un symptôme qui peut s'avérer d'ailleurs assez rude ou violent.
- Des mémoires s'invitent occasionnellement dans nos rêves et l'on se réveille avec le sentiment bizarre que c'était un vrai souvenir ou tellement « réel ».
- L'impression familière de reconnaître une personne alors que nous ne l'avons jamais rencontrée auparavant. Cela peut également aller dans le sens d'une inimitié illogique pour cette personne.
- Ou bien un lieu où nous n'avons jamais mis les pieds nous semble familier.
- La sensation de revivre un événement.

Personnellement, j'ai eu accès à certaines de mes mémoires karmiques par l'intermédiaire de lectures. Je me suis rendue compte que j'attirais à moi toujours le même type de fil conducteur, des scénari similaires, des typologies d'héroïnes semblables. A ces lectures des émotions m'inondaient sans raison apparente, avec parfois la douleur physique présente. Il m'arrivait de ne pas pouvoir tourner la page d'un livre car c'était trop douloureux pour moi sachant ce qui allait arriver. Là je me suis interrogée et j'ai compris que ces schémas répétitifs ravivaient dans mes cellules des mémoires.

Je « re-connaissais » ces actes souffrants pour les avoir vécus. Ces émotions douloureuses s'étaient imprimées dans mon âme si puissamment qu'elle les avait ramenées dans mon incarnation actuelle et qu'il a suffi de simples lectures pour les raviver.

J'ai également eu accès à des mémoires en développant des allergies dont j'ai quasiment pu me libérer en me reconnectant à ces mémoires et en y faisant un travail de pardon.

#### \* Karma et mémoires cellulaires

Les mémoires karmiques s'impriment jusqu'au cœur de nos cellules. Notre corps est imprégné des mémoires que l'on porte. Je vous invite à lire à ce sujet la page « mémoires de l'Âme ». Même nos auras contiennent des mémoires. L'on y trouve des objets (sous forme éthérique), des formes-pensées, des liens qui remontent parfois à plusieurs vies.

Tous les voeux, serments, promesses, contrats, pactes, allégeances, attachements, jurons passés dans d'autres vies ou d'autres plans nous suivent aussi par delà le temps et l'espace et s'impriment dans le corps.

Au coeur de nos cellules sont inscrites toutes nos mémoires. Elles ne s'arrêtent pas à la mort physique du corps mais sont stockées dans notre âme. Du coup à chaque nouvelle incarnation, le nouveau corps est déjà imprégnés de ces mémoires. Comme un souvenir tenace afin que nous n'oubliions pas ce que nous avons à transmuter.

#### \* Connaitre mes mémoires karmiques, est-ce indispensable pour régler mon karma ?

Mettre en lumière et comprendre une mémoire a du sens dans la mesure où j'en fais quelque chose. Savoir juste pour savoir, par curiosité, ce que j'ai fait ou ce que j'ai été dans d'autres vies ne sert pas à grand chose. Ce qui est important c'est ce que je fais de cette information. Comment vais-je l'utiliser pour changer et évoluer ? À moi de prendre mes responsabilités pour modifier et transformer mes attitudes, mes pensées, et savoir ce que je veux faire de ces mémoires que j'ai soulevées. Je peux accepter de la pacifier, de pardonner, ou ne rien faire et au final ça ne changera rien.

## **8. Rôle de nos anges et guides face à notre karma**

Puisque je suis directement responsable de mon karma et ai toute liberté de m'améliorer ou de le continuer, dans cette logique de mon libre arbitre, mes guides et mes anges respectent mes choix, même si ceux-ci vont à l'encontre de l'Amour. Ils n'interviennent donc pas pour supprimer l'épreuve. Par contre, les anges et les Êtres de Lumière m'aident et me soutiennent dans la mesure du possible, sans jamais aller à l'encontre de mon karma. Ils apportent courage ou solution pour se délivrer de ses mémoires.

S'ils m'empêchaient de vivre certaines situations, je n'apprendrais pas et n'évoluerais pas et ils me priveraient de 2 points importants : mon libre arbitre et ma responsabilité. Or, ce sont justement ces 2 spécificités qui font de moi l'Être en devenir que je suis, l'Être unique que je suis, car c'est en gérant ma responsabilité que je suis libre de mon évolution.

Lorsque je franchis une épreuve, ils sont là pour me guider, m'accompagner dans le respect de mes choix et de mes plans de vie. Ils me conseillent et m'entourent de leur Lumière et de leur Amour inconditionnel afin que je puisse régler ce karma.