OJIA

Reine-Claire et Gaal

Gaiayoga: enseignements pour nos âmes

« Le Gaiayoga est appelé à se développer sans votre appui. Il faut donc des bases connues pour ceux qui prendront l'initiative de poursuivre votre travail. Vous ne serez pas les seuls à œuvrer dans cette dimension. Vous ne devez pas être les seuls. Les bases étant connues, il sera plus facile aux gens de suivre la lignée énergétique requise pour que le travail s'effectue de la bonne façon.

« Ojja 2 est une bible de la fraternité qui existe entre les humains incarnés et nous, les Guides.

« Nous sommes ici pour ressusciter le code christique et vous faites partie de ce plan d'action terrestre. Faites ce que vous pouvez pour semer ce que vous savez. Voilà le but des livres que vous écrivez et de l'action que vous portez auprès des gens. Le but est le même, le moyen est différent. Soyez conscients de l'effet de votre travail et unissez-vous à la Force christique pour laquelle vous oeuvrez quand vous travaillez à éveiller la conscience humaine, peu importe le moyen que vous utilisez. Soyez conscients de notre fraternité »

Reine-Claire et Gaal sont des explorateurs de la nature humaine et des pionniers de la transmutation cellulaire. Ils ont créé le Gaiayoga au printemps 1997, sous la supervision des Guides de lumière dont ils suivent les enseignements. Par la suite, ils ont fondé l'École de vie consciente, qu'ils dirigent ensemble. Le lieu physique de cette école se trouve au Québec, mais des personnes de plusieurs pays participent à ses activités, sur place ou à distance.

ISBN 978-2-9809629-6-7
ISBN 978-2-9809629-8-1 (PDF)
9 782980 962967

Ojja 2

Gaiayoga : enseignements pour nos âmes

Conception et réalisation

de la page couverture :

Nicolas Pinard

ISBN: 978-2-9809629-6-7
978-2-9809629-8-1 (PDF)

Ojja

Ce mot signifie :

la Paix sur Terre

Il se prononce

Odjiya

avec l'accent sur le « i »

Parus aux Éditions Ariane :

Transparence – de l'amour humain à l'Amour conscient

Transparence II – le triangle de la vie consciente

Paru aux Éditions Quebecor :

Les Guides au quotidien

Parus aux Éditions Gaiayoga :

Ojja 1, Histoire d'une âme

Voyage vers mon âme

Le yoga des voyelles

Chantons pour la Terre

Pour nous contacter:

gaiayoga@sogetel.net

© gaiayoga, août 2001, révision novembre 2008

Ojja

2

Gaiayoga :

enseignements pour nos âmes

Reine-Claire et Gaal

Gaiayoga

Table des matières

Introduction **11**

1. Du Yoga du Son au Gaiayoga **19**
Le début de mon travail avec les sons 19
Introduction des sons au Costa Rica 23
À la recherche d'un nouveau nom 29
Premiers contacts avec la Fondation Gaia 31

2. La naissance du Gaiayoga **37**
Description du Gaiayoga 39
Message pour Gaia 44
Questions et réponses 48
La structure cristalline de notre Univers 56

3. La construction chromatique **59**
Les Guides de la construction chromatique 59
Les Enseignements 72
Au sujet de la cellule 72
Au sujet du réveil de l'humanité 75
Au sujet de la simplicité 77
Au sujet de l'harmonie 79
Au sujet de la conscience des gestes 84
Au sujet des transformations de la Terre 85
Au sujet de notre guidance 87
Les Guides de la nouvelle race 90
Les premiers contacts 90
À l'affût du nouveau 96
Des Guides bienveillants 101
Le vécu des cellules 104
Premier message pour toutes les cellules 108
Le gardien de la cellule 110

4. Notre lien avec la Terre 119
Le temps des bouleversements 120
La Terre est le but de l'équipe 123
L'humain et la Terre sont indissociables 128
Le grand livre de l'Univers 130

5. Le Gaiayoga au quotidien 133
Une nouvelle façon de vivre 136
Les éléments fondamentaux du Gaiayoga 143
Avertissement 144
Les outils du Gaiayoga 145
Le Chant des Voyelles 146
La respiration cellulaire consciente 155
Le tube de Lumière 156
La construction de votre système nerveux 160
La construction de votre temple de lumière 161
La maîtrise de votre matière 163
La paix intérieure 164
Votre survie énergétique 168
Du simple au difficile 169
La fin des maîtres extérieurs 171
Les hautes fréquences 174
Le moment présent 176
Sur le chemin de l'autonomie 182
La cellule hebdomadaire 187
Les cristaux 187
Les yeux 189
Le son 190
Le partage 194
La respiration 197
La pyramide 198
L'ouverture du cœur 198
Le travail de groupe 199

6. La race de cristal 203
Notre rôle de guide 203
L'approche du Christ 211
Celui qui vient nous parle 213
Message de Kristos 215
Communication spéciale, juin 2000 218
Communication spéciale, avril 2001 223

7. La quatrième dimension 229
L'accélération 229
Le passage 231
La transition consciente 234
Le tourbillon évolutionnaire 236

Conclusion 239

Introduction

Gaal nous a livré l'histoire de son âme dans notre premier livre intitulé : *Ojja* 1, *Histoire d'une âme*. C'est à mon tour, maintenant, et je le ferai à travers l'histoire du Gaiayoga, sa naissance, son développement et la nouvelle dimension dans laquelle il entre actuellement.

À tous les gens que j'aime, à ceux qui nous écoutent, nous choisissent et nous suivent, à ceux qui nous discutent, nous critiquent, nous craignent, nous fuient, à ceux qui nous recherchent, nous espèrent, nous attendent, je voudrais pouvoir exprimer clairement à quel point il est à la fois si simple et si difficile de vivre consciemment, d'assumer les choix conscients que nous faisons et que nous devons maintenir par des efforts constants.

Le mot discipline fait peur. Il est mal compris parce que trop souvent associé à des règles strictes, des lignes de conduite tracées par une autorité extérieure, qu'elle soit imposée ou choisie comme dans le cas des maîtres spirituels. Quant à l'expression « discipline personnelle », elle fait appel à un sentiment d'austérité, de contrainte. Cependant, il faut bien quelques mots

connus pour expliquer le principe de base de la vie consciente et l'intégration du Gaiayoga dans notre vie quotidienne. Nous avons choisi l'expression « efforts constants ».

Ce processus conscient d'efforts constants ne peut servir à la glorification personnelle. Ceux qui se maintiennent dans l'illusion que la réalisation d'un être conscient s'obtient par des prières ou des méditations passives ou des postures yoguiques ne pourront pas nous suivre dans notre périple. Il faut du nerf, du cran et une détermination profonde pour transformer cette matière sauvage que nous habitons.

Les ashrams sont généralement des réservoirs d'illusions nourrissant des gens sensibles mais naïfs ; on pourrait les comparer à des fabriques de bulles égotiques. C'est ce que nous tentons de ne pas reproduire et c'est pourquoi nous avons créé l'École de vie consciente qui n'est pas attachée à un lieu mais bien à une nouvelle façon de vivre. En effet, partout où nous passons, nous invitons ceux qui nous côtoient à faire ce pas si simple et si difficile, celui d'intégrer le Gaiayoga dans leur vie, celui d'entrer dans la vie consciente.

Nous souhaitons que tous connaissent nos Guides bienveillants qui ont toujours été présents pour nous aider et nous soutenir dans nos moments difficiles, lorsque nous avions l'impression de régresser, avec souvent cette sensation de ne pas être à la hauteur.

En voici un exemple :

Nous sommes très fiers de vous. Malgré vos difficultés personnelles, à tous les deux, il y a un grand travail que vous ne soupçonnez pas, ou pas beaucoup, qui se fait aussi. Il est passé au second plan dans votre réalité... c'est OK, mais prenez conscience de cette contre-réalité, du bienfait que vous faites à toute l'humanité en transformant vos corps, en acceptant de travailler pour la construction chromatique, en acceptant de vous sacrifier un peu, aussi, en acceptant de vous donner – c'est plus juste – à cette cause, la vôtre.

Le travail est parfois difficile, compte tenu de votre réalité physique. Toute notre gratitude vous accompagne. Vous travaillez jour et nuit, vous le savez. Vos êtres sont profondément engagés. L'appel de la Terre grandit au fur et à mesure que s'approche vers vous cette Vibration d'Amour. Poursuivez votre tâche avec le même acharnement. Continuez de vous aimer et surtout de vous transformer. L'héritage humanitaire est grand par le travail que vous exigez de vous-mêmes. Il y a beaucoup à faire, il y a beaucoup de fait. La continuité est dans le temps. Vous allez bien, détrompez-vous.

Merci de participer aussi activement dans toutes les facettes de votre être au mieux-être de l'humanité et bienvenue parmi ceux qui savent. La responsabilité est ainsi partagée. Détrompez-vous, tout va bien et merci. Les Guides de la construction chromatique vous saluent et vous encouragent. Allez, tout va bien.

Chaque fois que nous mentionnons nos expériences personnelles, nous le faisons premièrement, dans le but d'humaniser les enseignements comme nous le demandent nos Guides et, deuxièmement, d'inciter à l'action tous ceux qui désirent bénéficier du travail déjà réalisé dans nos corps.

En connaissant à l'avance les effets de la transmutation de la matière, ceux qui nous liront auront l'avantage de s'éviter des souffrances inutiles dues aux compréhensions erronées. Car notre ressenti, à nous, humains, est juste : c'est la récupération excessivement rapide par notre mental, c'est-à-dire les interprétations et les associations que nous faisons qui provoquent nos réactions égotiques.

Notre ressenti est beaucoup plus subtil que ce que peut décoder notre mental. Alors, pour éviter de tomber dans le piège du mental, il faut sans cesse le vérifier auprès des humains d'une part, et aussi auprès de nos frères de Lumière. C'est ce que nous faisons sans cesse.

Influencés par certaines lectures, nous nous inquiétions un jour du fait que notre démarche nous éloignait de plus en plus des chemins traditionnels.

Voici ce que nos Guides nous ont répondu.

... C'est une voie, sans plus. La vôtre est différente. Elle s'unit à la Terre, au Christ et à la Source. C'est un autre sentier qui a le même but : la réalisation de votre

être profond. Soyez assurés que votre chemin, malgré les risques qu'il comporte, peut vous mener là où vous désirez, dans la gloire et la simplicité de l'être réalisé.

Un chemin nouveau comporte toujours certains risques. L'absence de guides incarnés apporte sa dose de doutes à l'humain. Cela explique les risques inhérents à votre démarche. Cela exige de vous une foi plus profonde, la foi en vous-même. Unissez-vous à tout ce qui est Lumière, à tout ce que vous ressentez vrai pour vous aider sur votre chemin, autant nous que les humains incarnés.

Et plus tard, nous recevions cette guidance :

Votre mission profonde, c'est la transformation de la matière, l'éveil de la conscience de l'humain et le travail sur la Terre. Peu importe où vous êtes, vous œuvrez dans cette conscience ; peu importe avec qui vous êtes, vous êtes cette conscience. C'est ce que vous devez atteindre, c'est ce que vous atteignez par les efforts quotidiens que vous faites pour réveiller cette matière que vous habitez. Le plus important est de transmettre, par le toucher, par la parole, par votre façon d'être, cette conscience qui habite votre matière.

Nos Guides seront plus présents dans ce livre. Dans *Ojja 1*, le Guide du livre nous accompagnait à chaque ligne et dans ce sens, il est difficile d'être plus présent. Mais cette deuxième expérience d'écriture est

tout à fait différente. Elle a évolué autour des messages déjà reçus. Il s'agit d'une compilation des communications que nous avons commencé à écrire ou à enregistrer à partir du printemps 1997. Avant cette date, nous avions chacun un cahier personnel mais ne tenions pas de registre commun.

Avec la naissance du Gaiayoga, en avril de la même année, notre vie a basculé, dans tous les sens.

Ojja 1, Histoire d'une âme raconte les bouleversements que nous avons vécus sur le plan personnel. Maintenant, nous vous ferons participer à notre cheminement relatif à la conscientisation de notre rôle d'enseignants, de guides, et de notre entrée consciente dans la construction chromatique.

Vous serez en contact directement avec l'énergie de nos frères de Lumière à travers les messages qu'ils nous ont transmis. Vous ferez l'expérience non seulement de leurs mots mais aussi et surtout de leur vibration.

C'est la partie la plus importante et vous devez la prendre au sérieux sinon, vous aurez des malaises en lisant ce livre. Nous travaillons avec ces textes depuis déjà plusieurs années et ils ont encore des effets énergétiques indiscutables sur nous. Cela s'est manifesté très nettement dans la première phase de la préparation de ce livre où il nous a fallu lire et relire plusieurs fois une quantité imposante de messages afin de les trier et de les regrouper.

Tout au long de votre lecture, vous remarquerez que la fréquence vibratoire des textes venant de l'autre dimension s'intensifie à mesure que le livre évolue. Cela est dû à notre capacité de plus en plus grande de capter la pureté de leur énergie et de la transmettre avec de moins en moins d'interférence mentale.

OJIA

1.
Du Yoga du Son au Gaiayoga

Le début de mon travail avec les sons

Dans *Ojja 1*, *Histoire d'une âme,* j'ai déjà tracé les grandes lignes de mon parcours professionnel en éducation. Cependant, je n'ai pas mentionné ma très forte attraction pour la relation d'aide qui a toujours été ma priorité, quelle que soit ma tâche d'enseignement. Je débordais toujours le programme ou je faisais tout à fait autre chose, que ce soit à l'école primaire ou à l'université.

Je disais que j'enseignais aux âmes.

Puis, parallèlement, je développai diverses approches comme le tarot psychologique, l'astrologie sidérale, l'analyse des rêves et le toucher thérapeutique. Mais je ne me sentais pas capable de demander de l'argent en échange de mes services, de sorte que je vivais

un déséquilibre. Des amis m'ont aidée à prendre conscience de l'importance de la circulation de l'énergie à travers cette nécessité d'échange sur le plan matériel et d'autres m'ont enseigné comment devenir claire à ce sujet. J'ai bien fait mes devoirs mais je n'ai jamais été confortable et aujourd'hui encore, j'ai beaucoup de difficulté.

Vers l'âge de 40 ans, je me sentais donc un peu écartelée entre mon désir d'être de plus en plus disponible pour la relation d'aide et mon besoin de mettre du beurre sur mon pain tout en assumant ma propriété de Sainte-Monique. Alors, j'ai pensé étudier en psychologie (!!!) pour être reconnue officiellement (eh oui ! moi aussi...!!!). Je croyais pouvoir sauter des étapes vu mon diplôme de Maîtrise en Éducation, mais notre Mère université n'a pas daigné reconnaître ni mes talents, ni mon expérience... Alors, j'ai refusé de recommencer à la base. Ouf !!!

Puis, l'Univers a entendu ma demande et a compris que j'étais prête à assumer mon plan de vie, à me souvenir... Alors, les événements se sont bousculés, comme je l'ai raconté dans *Ojja 1, Histoire d'une âme.*

Hélène Caya fut la personne clé qui me sensibilisa à la dimension vibratoire de l'être humain. J'ai travaillé auprès d'elle pendant trois ans, participant à son chœur de chant, son cours de Yoga du Son et mettant en œuvre sa pièce de théâtre pour enfants. J'ai

aussi reçu d'elle des traitements thérapeutiques avec les sons.

Pendant son dernier séjour à l'hôpital, je la visitai presque quotidiennement et l'assistai du mieux que j'ai pu avec mes rudiments de toucher thérapeutique. Elle ressentait rapidement un soulagement et les résultats l'impressionnaient. En échange, elle m'enseignait comment utiliser un son qu'elle nommait « laser » ainsi que la voyelle « U » pour nettoyer son corps énergétique suite à l'intrusion des médicaments.

Quand Hélène quitta son corps physique, en août 1989, j'ai vécu ce qu'on peut appeler une expérience initiatique qui ne me laissait aucun doute à l'effet que je devais continuer son travail.

Trois avenues s'ouvraient alors devant moi : l'enseignement du Yoga du Son, la direction musicale de son ensemble vocal et les traitements avec les sons. Étant enseignante de profession, j'étais plutôt confortable à m'impliquer d'abord et avant tout dans les cours. J'ai donc immédiatement repris l'enseignement du Chant des Voyelles tel qu'elle nous l'avait montré en utilisant quelques autres activités à partir du peu de documentation que j'avais pu trouver dans ses dossiers. Peu à peu, j'y ajoutai ma touche personnelle et commençai à enrichir les cours à partir de mes lectures, puisées surtout dans la bibliographie suggérée dans ses notes de cours.

Le temps passait et je délaissais un à un les exercices que j'avais faits avec elle ou que j'avais découverts dans ses documents. Je les remplaçais par de nouvelles activités que je créais spontanément, comme j'avais toujours fait dans ma vie d'enseignante, et par celles que me suggéraient mes Guides de l'époque.

Peu à peu ma démarche s'intériorisa. Pendant de longs mois, en plus des cours de Yoga du Son, j'organisai des soirées de Son et Silence. C'était une facette personnelle des rencontres de prière très populaires à cette époque. Et dans les cours de Yoga du Son, il y avait de moins en moins d'activités, de plus en plus de périodes de méditation silencieuse et de partage du ressenti par les participants.

J'appliquais dans mes rencontres la méthode que mes Guides m'enseignaient pour mes sessions individuelles : j'apprenais à décoder mon écoute intérieure en vérifiant le ressenti de mes clients et dans ce dernier cas, celui de mes élèves.

Nous travaillions toujours assis en cercle et bientôt, les participants commencèrent à ressentir une « présence » au centre. Elle se manifestait lorsque les vibrations du groupe s'élevaient grâce aux sons ou pendant des moments intenses de partage lorsque les égos ne se manifestaient pas ou très peu.

Déjà, certains participants savaient reconnaître la vibration christique dans ce phénomène. D'autres, plus sentimentaux dans leur démarche, parlaient de Jésus ou des anges. J'accueillais leurs partages sans confirmer ni infirmer quoi que ce soit au sujet de la nature de cette manifestation. J'étais très prudente malgré mon ressenti qui ne me mentait pas car je me suis toujours méfiée des délires collectifs...

Cependant, je ne manquais pas de les gronder lorsque cette intensité diminuait, croyant à l'époque que c'était par manque de vigilance intérieure de leur part. Alors, on faisait à nouveau des sons. Plus tard, un participant a commencé à voir un cristal dans la dimension subtile. Un cristal énergétique, au centre du cercle, avec sa pointe à moitié enfoncée dans le sol, puis tout à coup, plus rien...

Quelques mois s'écoulèrent avant que nous ne comprenions ce qui se passait vraiment...

Introduction des sons au Costa Rica

En novembre 1992, je fis un voyage en Guadeloupe, avec mon frère et une amie, ma compagne spirituelle de l'époque.[1] En fait, il s'agissait d'un stage avec nos Guides. Ces derniers m'informèrent que j'allais organiser des voyages à la mer afin d'expérimenter le travail des sons dans l'eau.

1. Voir *Ojja 1, Histoire d'une âme,* pages 56-57.

Un mois plus tard, je me retrouvais en République Dominicaine pour un séjour d'une semaine avec un ami chiropraticien. Il avait enrichi sa pratique avec la kinésiologie et il explorait avec moi la dimension énergétique de ses interventions. Il était venu me consulter pour un mal de tête chronique quelques mois auparavant et nous avions rapidement transformé cette relation thérapeutique en association spirituelle. Je lui enseignais à délaisser l'état de transe quand il canalisait les Êtres de l'autre dimension.

C'est avec lui et pendant ce voyage que j'ai finalement accepté de faire éclater ma bulle d'orgueil en me risquant à dire les fameux premiers mots et à canaliser enfin, moi aussi, « comme les autres », c'est à dire à recevoir de l'information sous forme de messages verbaux... [2]

C'est cet ami qui avait trouvé notre lieu de séjour, grâce à un concours de circonstances, en suivant son ressenti, sans passer par une agence de voyages officielle. Dès qu'il m'en parla, j'eus l'intuition que cet endroit allait pouvoir accueillir les groupes avec lesquels j'allais travailler.

Et c'est effectivement dans ce même lieu que je me retrouvai pour ma première expérience de voyage de groupe, en juin 1993. En collaboration avec ma compagne spirituelle et sous la bannière « Sons et Mouvements », je vécus donc en République Domini-

2. Voir *Ojja 1, Histoire d'une âme,* pages 87-92.

caine ma première longue expérience des sons avec un groupe, joignant mon travail de Yoga du Son aux mouvements d'antigymnastique enseignés par mon amie.

À l'automne qui suivit ce premier voyage, cette dernière choisit de poursuivre son chemin seule. Depuis le début de notre association, à l'automne 1989, je suivais les consignes des Guides et la plupart passaient par la canalisation qu'elle faisait. Je me trouvai donc un peu désorientée. J'entrepris tout de même d'organiser un autre voyage en collaboration avec deux amis à qui j'enseignais la canalisation consciente et, avec l'aide des Guides, nous fûmes dirigés au Costa Rica. Voici comment cela s'est passé.

J'eus d'abord l'intention de retourner au même endroit, en République Dominicaine. Les réservations étaient faites et quelques personnes avaient déjà payé directement à l'agence. Mais je n'étais pas très confortable avec ce lieu touristique qui ne nous offrait pas beaucoup d'intimité, ni guère plus de tranquillité.

Un soir, alors que nous étions réunis tous les trois, nous entrâmes en contact avec les Guides :

– *Le lieu que tu as choisi ne convient pas au travail que tu fais. Nous te suggérons de changer d'endroit.*

– Il est trop tard, les gens ont déjà commencé à payer. Je me suis engagée et si je change d'idée, je vais devoir en payer les frais.

– *Ne t'inquiète pas, tout ira bien. Appelle ton agent et dis-lui que tu annules le voyage. L'agence te remboursera.*

– Impossible.

– *Ne t'inquiète pas et fais ce qu'on te dit.*

– Je n'aime pas cette situation. Je ne me sens pas confortable.

– *Que dirais-tu d'aller au Costa Rica ?*

– C'est où ça ???? Je ne connais absolument pas ce pays !!!! Comment voulez-vous que je trouve un endroit convenable pour un groupe ??!!

– *Calme-toi ! Nous allons t'aider. L'endroit dont tu as besoin existe. Tu n'as qu'à le trouver.*

– *Rien que ça ! Trouver un endroit dans un pays que je ne connais pas !*

– *Calme-toi ! Comme tu as mauvais caractère ! Voici ce que tu vas faire : tu vas te rendre à une agence de voyages et tu vas t'adresser à une personne en particulier et lui exposer tes besoins : tu veux un endroit calme, petit, juste assez grand pour ton groupe ; près de la mer mais aussi avec des montagnes et une piscine. Peu coûteux, avec des gens sensibles au travail que tu fais. Voilà.*

– Voilà ?!? C'est tout ! Mais je vais passer pour qui, moi ? Et à quelle agence je vais trouver cette personne magique ?

– Prends l'annuaire téléphonique et ressens bien. Tu vas trouver.

Cela me semblait inconcevable ! Mais je fis ce qu'ils me demandaient. Mes amis et moi, penchés sur les pages jaunes du bottin téléphonique, nous avons opté pour une agence et convenu que nous irions dès le lundi matin. Le premier agent disponible pour nous recevoir était justement spécialisé dans les voyages au Costa Rica. Je lui expliquai ce que « je voulais », comme les Guides me l'avaient suggéré. J'avais l'impression qu'il me regardait avec un drôle d'air. Il fut très poli et nous dit qu'il allait contacter l'agente du Costa Rica et voir si elle connaissait un lieu qui pourrait correspondre à mes besoins. J'étais presque gênée. Il allait me rappeler dans quelques jours.

Le lendemain matin, il me téléphonait déjà pour me dire qu'il avait trouvé et que le propriétaire du lieu était justement au Canada, et très intéressé à nous rencontrer ! Incroyable mais vrai ! Nous voilà donc à l'agence, les trois mousquetaires, l'agent et le propriétaire (dans les faits, il était gérant). Son lieu se nommait Hotelito La Paz (Petit Hôtel de la Paix) et il aspirait à recevoir des groupes de méditation...

Non mais je rêve !

Le contact fut tout de suite très amical et je lui demandai s'il voulait bien m'inviter avec un ami pour que je puisse visiter l'endroit avant d'y amener un groupe. Il accepta volontiers. Pendant qu'il continuait

sa tournée au Canada, je partis avec le « masculin » de notre petite équipe pour visiter son *Hotelito*, à ses frais ! Je tombai en amour immédiatement avec ce lieu. Non pas que c'était un endroit particulièrement extraordinaire mais tout y était ! Tout ce que les Guides nous avaient mentionné : un endroit calme parce qu'isolé, petit car il ne pouvait recevoir plus de vingt personnes, à proximité de la mer avec des montagnes en vue, et une piscine. Tout cela à un coût très minime ! Ça ressemblait aux miracles racontés dans les livres. Vous savez... ceux qui n'arrivent qu'aux autres...

À notre retour au Québec, je conclus l'entente avec le gérant et je commençai à l'initier à mon travail avec les sons. En janvier 1994, j'arrivais chez lui avec un premier groupe québécois d'une vingtaine de personnes.

Quant à la première agence, je téléphonai pour annuler le voyage en République Dominicaine. Cela m'a bien coûté quelques discussions ombrageuses mais à la fin de la semaine, je récupérais tous les dépôts des participants.

Voilà donc comment nos sons conscients se sont infiltrés au Costa Rica.

À la recherche d'un nouveau nom

En juin et septembre de la même année, je retournais au Costa Rica avec des petits groupes, ainsi qu'à l'hiver 1995. Ces séjours dans la nature nous sensibilisèrent à notre lien avec la Terre. De voyage en voyage, grâce à l'ouverture de conscience de certains participants, le contact avec Gaia s'intensifiait. Il s'est concrétisé davantage lors d'un séjour au Mexique, sur l'île de Cozumel. Hotelito La Paz n'étant plus fonctionnel, j'avais été guidée vers cette île. Toujours à partir du vécu des groupes, nous contactions de plus en plus notre résonance avec la Terre, à travers les sons.

Nous rencontrions souvent des gens qui s'intéressaient à notre démarche et nos groupes étaient ouverts à tous ceux qui le désiraient. Les voyages se transformèrent donc assez rapidement en stages internationaux avec traduction.

À la suite de mes lectures et des rencontres de plus en plus nombreuses avec des gens de différents coins de la Terre, je ressentis soudainement la nécessité de changer le nom de mon activité principale, à savoir le Yoga du Son. Cette expression était déjà très utilisée et il y avait trop de choses différentes à son affiche : des prières, des exercices physiques accompagnés de chants, des explorations psychologiques, bref un peu de tout. Pendant deux ans, je cherchai à ressentir ce nouveau nom, en refusant plusieurs suggestions venues de l'extérieur. Mais surtout, je ressentais que je cherchais

plus qu'un mot. Il s'agissait d'un nouveau concept de mon travail.

Quand les Guides me demandèrent de construire la maison qui est actuellement le lieu physique pour notre École de vie consciente, au Québec, je ne savais pas vraiment à quoi elle allait servir. À ce moment, je ne faisais pas encore de stages de quelques jours. J'offrais des sessions individuelles, des cours hebdomadaires de deux heures ou des voyages de deux semaines. Tout ce que je savais, c'est que la vocation de cette maison concernait le son. Alors, il me vint très clairement de l'appeler la Maison Sonidos qui signifie « sons » en espagnol.

Puis, les Guides m'expliquèrent que dans cette maison : j'allais enseigner aux gens la vie consciente.

Ouais, ouais... pour qui elle se prend, que je me disais... Après de trop longues semaines de résistance, je commençai à percevoir la nouvelle forme de mon travail à travers les stages que j'animais dans cette maison. Mais je n'avais toujours pas d'inspiration pour nommer l'activité que nous y faisions. Ce fut en février 1997, au Costa Rica, que la lumière se fit.

ꕥ