Reine-Claire

TRANSPARENCE

Tome III

Mon corps conscient

Éditions Gaiayoga

Table des matières

Préambule 5
Une vague imparable 5
Une perle retrouvée 8
Un nouveau monde en construction 10
Mon corps est un outil 11
1re partie : Moi, ton corps, je te parle depuis longtemps.. 15
I. Ma conscience s'ouvre face à mon corps 16
1. Je ne sais plus comment me comporter 16
2. J'entends le cri de ton être 22
3. Je te demande de respecter ma vie biologique 27
II. J'accueille les réclamations de mon corps 32
4. J'ai besoin de ta présence 32
5. J'ai besoin de plus de temps le matin 33
6. J'ai besoin que tu respectes mon rythme 35
7. J'ai de la difficulté à te suivre 39
8. Je ne peux me transformer dans des conditions de survie 42
9. Je peux te piéger par certaines de mes réactions 46
10. J'ai besoin constamment d'entretien 48
III. J'ai intérêt à écouter mon corps 52
11. Je sais... et je peux t'aider 52
12. Je peux t'informer si tu me laisses me souvenir 55
13. Je te transmets sans cesse des messages 59
IV. Je prends position face à mon corps conscient 62
14. Je te fais signe 62
15. Je peux bruler sous trop d'intensité 66
16. Je suis ton véhicule 69
17. J'ai besoin de ta présence consciente 74
18. Je suis une machine consciente 78
19. Je suis ton corps divin 80

V. J'ai fait gouter le prana à mon corps 88
20. Fais-moi plaisir quand je te le demande 88
21. Je suis une pompe à prana 91
VI. Mon fidèle collaborateur 94
22. Je vois la barricade que tu as érigée 94
23. Je suis le corps de la Terre 97
24. Je suis à ton service... 99
25. Je peux transmettre la paix et l'Amour 101
VII. La saga de mes dents 104
26. Je suis ton laboratoire 104
27. Sers-toi de mes faiblesses 108
28. Je suis ton école 111
VIII. Je suis responsable de tout ce que je vis 114
29. Je réponds à tes états d'âme 114
30. Tu dois contrôler mon feu 117
31. Tu m'as amené à l'orée d'un nouveau monde 127
32. Je ne suis pas toujours le responsable 132
33. Je te joue des tours… 135
34. J'ai besoin de solitude 137
Interlude 139

L'esprit libre est celui
qui sait reconnaitre la prison de la matière,
qui sait s'en servir pour enseigner à ses frères,
qui sait être simplement disponible.
Il y a là matière à réflexion.
(La Source)

2e partie : La fin de mes études *141*
Le doute est l'affaire du mental 142
La volte-face de ma matière 145
Janvier 2016 150
Mes prises de conscience successives 150
Mon environnement vibratoire 152
Mon environnement humain 153
Mon corps hausse le ton 154
Février 2016 156
Mon corps a besoin d'amour pour guérir... 157
L'oubli... 160
Mars 2016 162
Mai 2016 165
Juin 2016 165
Juillet et aout 2016 168
Septembre 2016 168
Octobre 2016 169
Les pistes du chemin de la simplicité 172
Annexes *187*
La pratique des paumes 188
Le véhicule électromagnétique 189
Le mantra de l'Alliance 191

Préambule

Une vague imparable

Ce volume est le 11e de notre collection[1], sans compter les traductions que nous avons faites en anglais, espagnol et italien. Nous, c'est-à-dire moi et Mario-Gaal, mon partenaire sur tous les plans, cofondateur et codirecteur de notre École de vie consciente, coauteur de plusieurs de nos livres, qui était déjà à mes côtés lorsque ceux que nous appelions à l'époque nos Frères de lumière[2] nous ont guidés pour créer le Gaiayoga.

C'est également à la demande de nos Frères de lumière que nous avons écrit nos livres afin de diffuser sous différents titres les enseignements qu'ils nous transmettaient.

Nous avons toujours été guidés dans ce processus. En général, il nous fallait au moins trois ans pour intégrer les enseignements avant d'être en mesure d'écrire. Parfois ce fut plus long et il m'est arrivé d'écrire sous pression, celle provoquée par la quantité de documents accumulés qui ne trouvaient pas en moi le canal nécessaire à leur diffusion.

Après l'écriture du livre *Le nouveau monde*, j'ai senti une libération, une sensation du devoir accompli. Dans ce volume que je croyais être le dernier, j'avais réussi à livrer toutes les communications accumulées qui n'avaient pas encore trouvé place dans nos premiers livres. Tout, absolument tout ce que nous avions reçu dans l'intimité de notre quotidien, concernant nos efforts de transformation de la matière humaine et notre travail avec les groupes qui venaient apprendre à nos côtés.

---

1 Voir en annexe la liste de nos livres.

2 Frères de lumière, Guides, c'est ainsi que nous avons longtemps nommé ceux qui nous enseignent depuis l'autre dimension. Aujourd'hui, nous préférons parler de la Source. Ce terme nous semble plus juste pour désigner cette énergie dans toute sa pureté.

Je me sentais légère, avec la sensation d'avoir intégré encore plus profondément les enseignements reçus. « Le but de l'incarnation est de transformer la matière humaine en la rendant consciente » : cette notion n'était plus une phrase apprise mais le leitmotiv de mon quotidien. Je me suis donc reposée de l'écriture, si l'on peut dire. Mario-Gaal et moi étions désormais autonomes dans la gérance de notre École de vie consciente, plongés à fond dans l'intégration de tout ce que nous avions reçu et communiqué. Et, bien que nous consultions à l'occasion ce que nous nommions désormais la Source, rien ne nous signalait que nous devions continuer à écrire. Jusqu'au jour où… une force imparable s'empara de moi.

Ce fut long avant que j'identifie ce que je ressentais. Quand j'ai compris qu'il me fallait recommencer à écrire, c'est un peu la panique qui m'a traversée : d'accord, mais QUOI ? Et comment ?

J'ai cherché longtemps. Il me semblait que « notre style » devait changer et j'ai même pensé écrire un roman ! Mais les pages restaient toujours blanches... Alors, suivant mon instinct – ma guidance intérieure, pour faire plus spirituel ! – je me suis plongée intensément, sans trop savoir pourquoi, dans la lecture des messages destinés aux participants de nos stages intensifs donnés en France. Et alors…

Et alors, le miracle s'est produit ! Je ne lisais plus de la même façon, je n'avais plus d'efforts à fournir pour trouver le quoi et le comment. J'étais inspirée et je recevais très clairement les choses à mettre en place.

Deux projets, d'un genre tout à fait nouveau pour nous, sont nés presque simultanément : d'abord *Le grand jeu de la respiration cellulaire consciente*, diffusé à la fois sous forme écrite et sous forme audio, et ensuite le cours *Alao Saya*.

Cependant… malgré l'importance de ces deux réalisations qui nous ont occupées durant de longs mois, la sensation du devoir accompli n'a pas refait surface. Au contraire, la vague imparable s'est transformée en raz de marée et de ses flots a pris

naissance ce dernier bébé que vous tenez dans vos mains. Oups… peut-être le lirez-vous sur votre écran… la prose doit suivre son temps, bien sûr…

Mais… comment cela s'est passé ?

Ayant lu pendant plusieurs mois les communications de la Source reçues pendant les stages intensifs, j'en étais saturée. Bien que la pile de documents fût encore trop haute à mon gout, mon corps physique se cambrait à la moindre intention de m'y replonger. J'ai donc remis à plus tard l'exploration de ce matériel et, un peu par dépit, je me suis mise à relire mes messages personnels, question de calmer le raz de marée qui ne me laissait pas en paix.

Aujourd'hui je sais que ce « par dépit » était plutôt ma guidance intérieure, car le fait de relire mes messages personnels m'a fait revisiter les vingt-cinq dernières années de ma vie. J'ai ainsi ravivé ma complicité avec mon corps physique et révisé les différentes étapes de l'évolution de notre association.

En étant constamment mise en face des enseignements reçus et tombés dans l'oubli, ce voyage dans le temps de ma propre vie terrestre m'a permis de reconnaitre humblement combien rapidement j'avais occulté de très grandes leçons. J'ai alors compris qu'il était temps de faire le bilan de mes efforts de transformation de la matière humaine que j'habite.

À force de reprendre contact avec tous les messages de mon corps ainsi que ceux de la Source qui le concernaient, je me sentais de plus en plus volontaire et active dans la transformation de mon véhicule terrestre. En amour avec lui.

Reconnaissante envers mon monde cellulaire pour sa collaboration, heureuse de notre alliance, je découvrais une nouvelle passion : celle de sonder de plus en plus profondément les secrets de mon corps physique en identifiant ses comportements inconscients et en l'amenant vers une obéissance de plus en plus spontanée. C'est alors que j'ai senti naitre en moi le désir profond de faire vibrer chez nos lecteurs les cordes

sensibles de la transmutation cellulaire consciente… jusqu'à ce que ce souhait se transforme en nécessité : je savais dorénavant quel serait le titre de mon prochain livre... *Mon corps conscient*.

Une perle retrouvée

Décider de livrer les secrets de son corps physique ne se fait pas en criant ciseau et savoir que je devais le faire n'était pas synonyme de passer allègrement à l'action. J'ai donc procrastiné un peu jusqu'à ce que je retrouve une communication de la Source reçue en mars 2007, au sujet de nos écrits. Cette petite perle m'a inspirée, et m'a donné le courage de me mettre à nue plus que dans tous nos autres livres… car quoi de plus intime que notre relation secrète avec notre propre corps physique ?

Écrire vous dispense de vos croyances, de vos habitudes et vous permet d'articuler votre nouvelle conscience tout en contactant vos progrès. C'est le but premier ; ensuite, le partage avec les autres les aide à ne pas faire les mêmes erreurs que vous.

Écrire est un acte d'humilité, de mise à nu, de dévoilement, qui vous permet de faire de la place pour le nouveau. Quand tout est jeté sur papier, que tout a été compris et bien articulé, la marche est laissée aux autres et vous poursuivez votre route.

Écrire pour les autres n'a aucun sens. Écrire pour la vérité, pour que la vérité soit répandue, prend tout son sens. Écrivez purement, sincèrement, humblement, le plus connecté possible à votre être véritable sans pour autant oublier votre humanité. Et soyez en paix avec ce que vous faites, au moment où vous le faites. Ne vous préoccupez pas du temps. Préoccupez-vous d'être justes, de faire de bons choix d'actions dans l'instant présent. Ressentez, mes amis, pour toute action posée ; c'est la leçon de votre vie terrestre.

C'est donc en paix avec moi-même que j'ai pris le temps de faire mes devoirs avec attention, en étant accueillante pour mes limites et sincère dans mon action. En écrivant ce livre, j'ai

construit mon être avec cette conscience que tout ce que nous faisons a ce seul et unique but : nous réunifier.

Humblement et avec acharnement, j'ai écrit pour devenir dans la matière ce que je suis dans l'éternité.

Je n'aurai jamais pris autant de temps pour écrire un livre ! Et ce qui m'étonne, c'est l'absence de pression : ce doit être un signe d'intégration…

Oui, je crois sincèrement avoir intégré beaucoup des enseignements de la Source, depuis que j'ai commencé, en 1990, à vivre un contact direct et conscient avec ce que j'appelais à l'époque les Guides. Mais je sais pertinemment qu'il m'en reste au moins autant à assimiler.

C'est long ! Oh ! Que c'est long… Tant de détours inutiles empruntés par ignorance des comportements automatiques de la matière humaine, par ignorance de l'histoire de notre planète Terre, par ignorance de la simplicité de l'expérience d'incarnation, par ignorance, point.

Par manque de sagesse, aussi. Il nous a été inculqué la croyance que la sagesse vient avec l'âge. Je ne peux le nier, maintenant que je la ressens transpirer de mon être, mais je sais sans l'ombre d'un doute qu'elle peut se manifester plus tôt, si la bonne information arrive au bon moment, sur un terrain volontaire, habité par un être qui a choisi l'éveil de sa conscience.

C'est donc en toute humilité que je vous offre la suite de mon parcours d'éveil, dans le but de vous inspirer et vous donner le courage de braver les tempêtes de votre matière humaine. L'objectif étant que nous nous retrouvions tous unis, le plus rapidement possible, dans ce nouveau monde en construction.

Un nouveau monde en construction

Que venons-nous vivre sur cette Terre ?

Dans la plupart des enseignements spirituels traditionnels, on nous explique que nous venons vivre la réalité de la matière pour ensuite retourner au royaume céleste. Selon certains, nous répétons cela en boucle jusqu'à ce que nous ayons compris quelque chose. Quoi, ce n'est pas spécifié ou en tout cas, cela reste vague… Chose certaine, ces deux réalités, celle de la matière et celle des royaumes célestes, sont séparées. La mort seule peut nous donner accès à l'autre dimension, exception faite pour quelques illuminés dans chacune des religions connues.

Toutes les traditions que je connais occultent la partie la plus importante, à savoir : nous venons pour TRANSFORMER notre matière humaine. D'abord nous incarner, ce qui veut dire habiter notre corps physique, puis le maitriser afin que l'expérience soit complète pour enfin passer à autre chose. Dans les enseignements du nouveau monde, toutes ces réalités – celle de la matière et celle des autres dimensions – existent conjointement.

Chez les plus éveillés, on parle aussi beaucoup de l'illusion de la matière ou de réalités temporaires. Mais peu importe comment on nomme la vie dans la troisième dimension, ce que nous venons apprendre dans cette expérience d'incarnation, c'est à discerner les jeux de notre mental quand il essaie de comprendre l'Univers et ses multiples dimensions auxquelles il n'a malheureusement pas accès. C'est tout simplement impossible pour lui de concevoir ces autres dimensions.

En revanche, lorsqu'il nous est permis de nous incarner, nous avons tous le pouvoir de vivre la réalité que nous nous construisons, de la faire évoluer, d'en tirer les leçons, puis de tourner la page pour explorer ensuite d'autres univers. Toutes ces réalités temporaires nous font vivre des émotions et la maitrise de la matière passe par ces expériences.

Nous sommes venus pour explorer, mais l'on nous apprend à juger, à contrôler, à nous maintenir dans une certaine forme d'être. Notre défi est donc de nous remettre en position d'exploration. La Source nous a appris que pour celui qui vit l'instant présent et tout ce qu'il contient, le danger de se perdre n'existe pas. Il nous faut seulement être vigilant pour reconnaitre la réalité qui nous convient et c'est là que la maitrise de la matière prend toute son importance.

Notre mental humain, avec sa capacité d'interpréter, nuit beaucoup à notre clairvoyance. Il nous faut apprendre à suivre le fil conducteur de notre ressenti profond ; nous devons nous laisser guider par la partie de nous qui connait la prochaine étape, nous y accrocher fermement pour ne pas nous laisser distraire par les interprétations humaines.

La Source m'a dit, un jour *: « Bienheureux celui qui sait nommer les choses… Laisse-toi guider dans ce nouveau monde sans essayer de contrôler, sans vouloir être celle qui observe. Vis l'expérience. Celui qui sait ne peut pas tout nommer. »*

La Source m'a aussi répété à quelques reprises qu'un être conscient vit d'abord les expériences pour ensuite les comprendre. C'est donc dans cet esprit que je vous invite à ce voyage intérieur en compagnie de mon corps qui devient de jour en jour plus conscient.

Mais qu'est-ce que ça veut dire, un corps conscient ?... et à quoi ça sert ?...

Mon corps est un outil

Un jour, je vivais de forts malaises dans mon corps physique et j'avais « tout essayé » pour retrouver l'harmonie mais je n'y arrivais pas. J'ai alors consulté la Source qui m'a répondu par la voix de Mario :

Jusqu'à quand désires-tu que ton corps manifeste cet état ? Que fais-tu pour écouter ses demandes, pour répondre à ses besoins ? Ton corps est un outil... y serais-tu trop identifiée ?

Ton Esprit est puissant, tes croyances sont profondes… prends le temps d'utiliser ta puissance et de ne pas seulement t'en tenir à des solutions mécaniques, matérielles. Utilise la force de l'âme que tu es pour libérer ce corps que tu habites. Descends en lui, profondément ; rejoins la zone qui semble en dysharmonie et habite-la de toute ta présence. Écoute-la. Calme-la. Guéris-la.

Prendre soin de ton corps, c'est prendre soin d'un enfant, d'un être complexe ; c'est prendre le temps de l'écouter, de découvrir sa vérité et de l'aider à retrouver le chemin de l'harmonie.

Qu'y a-t-il en lui qui ne doit plus y être ?
Quelle est la cause ?
Quelle est la cause ?*...*

Remonte à la source, écoute cette zone en dysharmonie... Apportes-y ta lumière, ton amour, ta présence rassurante. Réveille les mémoires de la vie éternelle qui s'y trouve. Fais renaitre la lumière dans l'ombre.

Ton corps est un outil pour t'entrainer, pour exercer ta puissance de création consciente. Ce corps poursuit sa route, la route de sa transformation. Aujourd'hui, il cogne à la porte de ta conscience, il tente de se libérer d'un poids dont il n'a plus besoin, d'une croyance profonde. Prends le temps de l'écouter.

Inutile de vous dire à quel point j'ai été touchée. J'ai alors pris la décision de prendre le temps... et j'ai commencé à écouter mon corps. Non pas dans le sens bien connu d'écouter la symbolique des tensions et des zones affectées, en me référant à la volumineuse littérature qui existe sur ce sujet ; non… à mes yeux, cette approche est désormais un faux fuyant... J'ai plutôt écouté plus profondément, comme la Source me l'avait suggéré. Je me suis tournée vers lui comme je le fais avec les enfants, en cherchant à découvrir sa vérité, la vérité de ce corps que j'habite.

Je l'ai pris par la main et en le faisant respirer consciemment, je lui ai dit qu'il pouvait me faire confiance : j'allais l'aider à retrouver le chemin de la fluidité.

En fait, j'avais déjà commencé depuis de nombreuses années à parler à mes cellules, et j'obtenais de bons résultats, mais je ne crois pas que je les avais déjà écoutées...

Dès que j'ai tendu l'oreille avec cette intention, elles m'ont répondu en me faisant prendre conscience de leur unité : ce n'étaient plus seulement des cellules de ma gorge ou de mes oreilles, mais mon corps tout entier qui me parlait à travers elles.

Alors a commencé une nouvelle vie pour moi.

J'ai cessé de dissimuler mes défauts, mes faiblesses, mes difficultés et j'ai appris à aimer relever les voiles de ma matière inconsciente. Chaque révélation de mon corps me rapprochait de mon essence.

La Source m'avait dit : « *Fais renaitre la lumière dans l'ombre.* » J'ai compris par cette phrase que je pouvais prendre plaisir à découvrir mes parties sombres afin de les inonder de ma lumière.

Mon expérience pranique, entamée en 2000 et racontée dans notre livre *Transparence II, le triangle de la vie consciente*, m'avait déjà permis de comprendre que pour maitriser le tandem mental/émotionnel, il me fallait établir une complicité avec mon corps physique.

Je me suis donc familiarisée avec l'importance de connaitre, d'accepter et de transformer la matière dense que j'habite. J'ai apprivoisé les codes automatiques de la matière humaine et travaillé intensément à la construction de mon corps de lumière par l'accumulation de mes secondes de présence consciente.

J'ai parlé plus haut de la vague imparable qui s'était emparée de moi et qui s'est transformée en raz de marée lorsque le cours *Alao Saya* a pris sa forme définitive. Cette poussée intérieure m'a propulsée dans la lecture de mes messages personnels reçus depuis 1990 en plus de ceux que Mario avait

canalisés pour moi depuis 1997. C'est ce même élan qui m'a amenée à sélectionner tout ce qui concernait mon rapport avec mon corps physique. Dans les pages qui suivent, je vous expose le fruit de cette compilation.

Ce temps d'écriture m'aura permis plus que jamais d'accueillir mes limites en reconnaissant humblement la rapidité avec laquelle nous oublions les plus grandes leçons. Mes retours en arrière incessants, dus à la relecture de tous mes messages personnels accumulés depuis plus de vingt ans, m'ont forcément mise en face de mes faiblesses et de mes oublis. Mais le plus important, c'est qu'à chaque page noircie, je me sentais de plus en plus volontaire et active dans la transformation de mon véhicule terrestre.

C'est donc avec une joie profonde que je me prépare à vous livrer mon intimité avec mon corps physique.

J'ai regroupé les thèmes en huit sections indiquées en chiffres romains. À l'intérieur de ces sections, tous les titres numérotés en chiffres arabes sont des phrases qui ont été énoncées par mon corps physique.

Tous les messages de mon corps physique sont écrits en ***caractères italiques gras***, pour les distinguer des communications de la Source, qui figurent en *caractères italiques maigres*.

Tout au long de ce livre, j'ai inséré plusieurs fois l'invitation à respirer profondément afin de favoriser l'intégration des informations au niveau de votre cœur plutôt que de les engranger dans le cerveau de votre tête. Je vous propose ces pauses de respiration consciente en espérant faire vibrer en vous ces fameuses cordes sensibles de la transmutation cellulaire consciente.

Je vous souhaite la bienvenue sur ma Terre, la vraie Terre.

Première partie

Moi, ton corps,
je te parle depuis longtemps

I. Ma conscience s'ouvre face à mon corps

1. Je ne sais plus comment me comporter

Depuis plusieurs années déjà, j'avais commencé mon travail intensif avec les codes de survie de ma matière.[3] Je savais bien comment donner des ordres à mes cellules mais je ne savais pas que je pouvais les écouter. Je me sentais perdue sans savoir pourquoi et j'avais demandé à Mario-Gaal une canalisation de la Source pour m'aider à faire un pas de plus. Mon corps en a alors profité pour crier au secours :

Dis-moi : qu'est-ce que la vie éternelle selon toi ? Comment dois-je me comporter pour te suivre ? J'ai peur parfois... je ne sais plus ce que je dois garder et ce que je dois laisser aller dans mes codes. Reviens me rassurer. Habille-moi de ta lumière jusque dans les profondeurs de mes entrailles. Reste avec moi. Prie avec moi. Accueille-moi. Laisse-moi vivre à tes côtés : je suis l'humanité, je suis la porte, je suis la manifestation de ton amour. Je ne suis pas seulement ce que tu crois que je suis.

Toi, tu es un être éternel. Tu agis selon ta conscience. Tu as toute la puissance de l'Univers à ta portée. Moi, je suis une manifestation matérielle et je suis lié à tout ce qui existe sur Terre. Je voudrais tellement te suivre ! Mais il y a toutes ces chaines qui me retiennent et dont tu pourrais me libérer. Seul, je n'y arriverai pas ; j'ai trop peur. Je ne connais pas ta lumière, je l'ai trop longtemps oubliée. Viens me rassurer. Entre profondément en moi avec toute la douceur de ton âme. Prends soin de moi. Rassure-moi.

---

[3] Ce travail intensif est raconté en détail dans notre livre *Transparence II, le triangle de la vie consciente*. Il y a aussi deux vidéos sur l'alimentation consciente dans la section conférence de notre site internet www.ecole-de-vie-consciente.com

Je suis ton corps. Je t'accueille. N'oublie plus mes limites d'adaptation à ta lumière. Respecte mes capacités d'absorption de ta conscience. Je suis l'humanité, une terre en transformation, et j'ai peur parfois.

Il y a beaucoup d'amour en toi ; je suis là à t'attendre. Ce cycle, ce cycle infernal dans mes cellules, ce cycle difficile à briser, les mémoires de la matière, ce cycle de la vie et de la mort, c'est bien de cela qu'il s'agit. J'ai besoin de ta présence, je suis ton corps, je suis l'humanité. Tu connais mon histoire. J'attends de toi la libération. Ne sois plus identifiée à ma carcasse. Tu es lumière et je suis matière : marions-nous !

Profondément touchée, j'ai pleuré beaucoup et longtemps… Mes larmes n'étaient pas générées par mon corps émotionnel. Mon corps mental a bien essayé de récupérer la situation, me faisant presque verser dans la culpabilité d'avoir abandonné mon corps physique, mais la fontaine d'où jaillissaient mes larmes était trop puissante pour que je glisse dans le piège. Je ressentais tout mon être vibrer et c'est plutôt la joie des retrouvailles qui m'a envahie.

J'ai ressenti l'illusion de la solitude dans laquelle je m'étais enfermée, cette illusion du poids de la matière inconsciente et de mes efforts esseulés pour la transformer.

La phrase « ***Ne sois plus identifiée à ma carcasse*** » m'a fait faire un bon gigantesque.

Ces mots m'ont ramenée à la période où j'ai connu Mario pour qui l'aspect sacré que j'accordais au végétarisme ne faisait pas encore écho en lui. Cela ne l'empêchait pas de participer à mes stages, et lorsqu'un autre participant lui a un jour lancé : « Tu manges encore des cadavres d'animaux, toi ! », ce fut le coup fatal. Mario a alors définitivement rayé la viande de son menu.

C'est un peu ce qui s'est passé pour moi avec le mot carcasse. J'ai cessé d'oublier une réalité trop évidente : **je ne suis pas ce corps que j'habite**.

Bien sûr, la Source nous avait depuis longtemps et très souvent invités à nous identifier à notre être de lumière, à

prendre soin de notre véhicule terrestre en l'habituant à notre présence afin qu'il soit de plus en plus capable de supporter notre lumière. Sur le plan conceptuel, je le comprenais très bien et me sentais tout à fait à l'aise de l'enseigner. Mais en entendant mon corps me parler de cette façon, j'ai constaté à quel point ce n'était pas intégré dans mon vécu.

Quand mon corps lui-même m'a fait remarquer que je m'identifiais à une carcasse, ce fut une révélation et même un choc pour moi ; car… je me croyais évoluée et consciente !

Comme je l'ai mentionné plus haut, j'avais déjà depuis longtemps l'habitude de parler à mes cellules. En général, j'étais assez satisfaite de leur degré d'obéissance sur tout ce que je leur demandais ou ordonnais. Mais parfois elles prenaient elles-mêmes le micro pour me « parler » à leur façon, par des malaises et des douleurs.

Lorsqu'elles quittaient ainsi leur nature obéissante pour se positionner en mode avertissement, j'étais à tout coup désarçonnée. Un peu comme la plupart des parents qui ne savent pas écouter leurs enfants lorsque ces derniers osent exprimer leur opinion et réclamer une attention différente de celle de l'enfant chéri et obéissant, peu importe leur âge...

Ce message de mon corps, on ne peut plus clair et précis tout en étant d'une bienveillance émouvante, a changé radicalement mon attitude envers lui. Mes cellules n'étaient donc pas seulement de braves petits soldats que je pouvais mener à ma convenance : elles se révélaient maintenant des êtres à part entière qui m'invitaient à collaborer à la transformation de la matière humaine, dans le courant de la vie éternelle. WOW !

Du coup, mon orgueil trépignait : je n'étais plus la valeureuse et courageuse pionnière qui avait décidé de transformer sa matière humaine, mais bien quelqu'un qui se faisait attendre, caché derrière sa suffisance. À l'opposé, mes cellules savaient déjà exprimer humblement et sans honte leur peur d'être laissées pour compte et leur difficulté à me suivre.

La joie de retrouver mon corps n'a pas permis à mon orgueil blessé de se manifester longtemps. Et, tout simplement, je me suis tournée vers mes cellules avec une nouvelle attitude. L'envie de les écouter et de les comprendre m'habitait entièrement et j'ai ENFIN donné de l'importance à ce qui en a vraiment, comme nous l'a si souvent suggéré la Source, en explorant davantage mon silence intérieur.

J'ai aussi retrouvé de nombreuses transcriptions de messages canalisés par Mario-Gaal, qui avaient été laissés dans l'ombre de l'oubli...

Un jour, entre autre, j'avais posé une question au sujet de la nanotechnologie et j'ai eu droit à un bel enseignement sur l'intelligence de nos cellules. Je vais résumer du mieux que je peux ces données précieuses.

RESPIRE CONSCIEMMENT

TOUT EN LISANT LE TEXTE QUI SUIT

Lis-le **plusieurs fois** avant de poursuivre,
et reviens-y plus tard.

C'est seulement à la suite de **plusieurs** lectures
que l'essence de ce texte s'est
implantée dans ma conscience.

Les cellules du corps humain sont nourries de plusieurs façons et elles sont pourvues de moyens pour subvenir naturellement à leurs besoins. Dans ce processus naturel, elles guident la conscience qui les habite – l'être – vers des choix appropriés de nourriture.

En effet, à la base, les cellules sont des organisations intelligentes de molécules, d'atomes et de particules vivantes. Si nous entrons dans l'infiniment petit, chaque particule composant les atomes possède une vie intelligente. C'est ce qu'on appelle le nano monde, là où se trouve le secret de la vie.

Une cellule, de par ses fonctions prédéfinies, attire à elle les particules qui assureront son bon fonctionnement. Il s'agit là du processus naturel qui se déroule selon l'ordre cosmique de la vie.

Arrive l'Homme, ou plutôt l'être qui habite le corps humain, c'est-à-dire nous : une conscience qui va influencer ce processus naturel de vie. Nous apprendrons, en tant qu'être évolutif, à nous servir du monde des particules de vie.

Tout d'abord, nous prenons conscience de notre propre existence en tant qu'être faisant l'expérience de la matière dense. Nous comprenons ensuite que nos émotions et nos pensées influencent le processus naturel de nos cellules, celles de notre corps humain. Et alors l'aventure de la création consciente – ce que nous appelons le chemin de l'éveil – peut commencer.

Nous, les êtres évolutifs qui habitent les corps humains, intervenons dans le processus naturel de vie à une échelle beaucoup plus vaste que le monde cellulaire. Afin d'évoluer, nous avons besoin d'expérimenter. De nos erreurs, nous apprenons, et de nos succès aussi.

En nous résident deux pôles d'attraction : celui de l'évolution pure et l'autre, celui de la domination et du contrôle, celui qui nous place au-dessus du processus naturel de vie. L'expérience de vie nous montre d'ailleurs qu'il y a toujours deux côtés dans tout ce qui est proposé à l'Homme, par l'Homme.

D'ailleurs, en examinant les découvertes de l'Homme sur la nature, on peut observer, aujourd'hui, comment ses erreurs lui ont permis d'apprendre que les gènes de toutes les espèces se parlent entre eux, échangent de l'information et s'ajustent aux nouveaux paradigmes présentés par l'évolution de la vie. C'est ce que la Source veut nous faire comprendre lorsqu'elle nous dit :

L'Homme a commis des erreurs, mais qu'en est-il vraiment, considérant que la Terre est un vaste laboratoire d'essais ?

Les organismes vivants peuplant cette planète ne sont plus et ne seront plus jamais les mêmes. Les gènes se parlent entre eux. Toutes les espèces sont concernées. Le danger est la stérilisation de toutes les espèces comme résultat final, mais il y aura toujours des gardiens de la forme humaine primordiale.

Elle ajoute que nos consciences apprennent à travers le corps humain, qui est simplement mis à notre disposition pour un temps. Elle nous enjoint de respecter ce qui nous est prêté et conclut en nous disant : *Améliorez-en les facultés, sinon, il vous sera retiré.*

Notre évolution nous amène à apprendre le langage des particules, le langage pranique, le monde de l'infiniment petit, là où la matière et l'énergie se confondent. Mais nous devons savoir une chose :

Votre Esprit est le plus puissant aimant à particules. Vous pouvez influencer votre physique par ce que vous ingérez, mais il y aura toujours comme filtre votre Esprit pur. La nanotechnologie est bonne pour l'Homme et dangereuse pour lui, aussi. Voyez la magie qui s'opère avec l'eau et vos intentions pures[4] *et comprenez le reste des mystères.*

Il devient de plus en plus évident que la vie sur Terre est un défi, une école pour les âmes incarnées, et qu'il n'y a donc pas de bons et de méchants :

De là où je suis, et de ce que je vois, la vie sur Terre se porte bien. Ne considérez plus les choses seulement à travers vos sens humains. Ouvrez votre conscience au-delà de toute croyance.

Ce que je vous transmets ici est de l'information générale. Je vous invite à percer le mystère de l'intention pure. Vos consciences sont suffisamment alertes pour pouvoir bénéficier de façon constructive de

---

[4] Voir la section sur l'eau, dans le chapitre « Le temps du sevrage » de notre livre *Transparence II*. Consulter aussi les travaux du Dr Masaru Emoto, I.H.M. General Research Institute

toutes les connaissances que vous avez. La foi en vous est la clé de tout. Respirez et souvenez-vous : il y a des Guides qui veillent à l'évolution de votre planète et de votre espèce.

La foi en moi est la clé de tout… Comme vient de nous suggérer la Source, je choisis de percer le mystère de l'intention pure.

Je respire pour me souvenir…

*

Fin de l'extrait

Acheter le livre imprimé :
https://fondation-internationale-gaiayoga.com/produit/transparence-iii-mon-corps-conscient-2/

Acheter le livre numérique :
https://fondation-internationale-gaiayoga.com/produit/transparence-iii-mon-corps-conscient-numerique/