



L'invisible n'est pas ailleurs

Ce samedi 11 juin 2011 à 11h30, j'ai tremblé de toute mon âme. L'atroce nouvelle de l'accident de Kevin, alors âgé de 3 ans fut un terrible choc. Son décès, quelques heures plus tard. Indescriptible. Ce jour-là, le voile entre les mondes m'a semblé d'une opacité révoltante. Pourtant, c'est au cœur de cette absence que s'est renforcée ma quête pour percer le mystère de l'invisible et rétablir le lien avec lui. La souffrance que cause la perte d'un être cher ne peut être pensée, elle est vécue. Ainsi, chaque personne, tôt ou tard, l'expérimentera. Chacun-e de



nous, devra trouver un moyen de faire face. Et paradoxalement, la sombre douleur offre une lumière. C'est l'étincelle, l'impulsion qui va nous être donnée pour vouloir comprendre le sens de la vie. On va vouloir chercher quelle est la suite du parcours ou pourquoi les choses sont ainsi. Est-ce que notre heure est écrite, immuable, faisant le décompte jusqu'à ce que notre tour arrive ? Comment savoir ? Tant de questions qui se bousculent face à l'insaisissable. Que se cache-t-il dans l'invisible ?

Quand le deuil devient quête

Ma curiosité insatiable, ce besoin de comprendre qui ne connaît aucun répit, et la confrontation précoce avec la mort m'ont poussée à chercher des réponses. Une quête salvatrice, bien qu'exigeante. Les questions se sont multipliées avec mes avancées au fur et à mesure des années mais en même temps, j'ai pu construire une certitude. La vie ne s'arrête pas à la matière mais évolue sous une autre forme après la mort du corps physique. Les indices sont là, partout autour de nous, encore faut-il pouvoir les remarquer ou oser les admettre.

Contacter l'invisible ou plutôt le rendre accessible

Le monde spirituel, ou monde de l'esprit, est peut-être invisible pour les yeux mais n'est séparé de nous que par la barrière de la matière. Nous sommes en permanence reliés à cet univers et pouvons imaginer que notre réalité matérielle fait entièrement partie de ce monde plus vaste que nos cinq sens ont de la peine à appréhender. La question n'est donc plus de *créer* un contact, car le fil n'est jamais rompu, mais d'apprendre à le ressentir à travers le filtre dense de notre incarnation. Notre défi est de recalibrer notre perception pour percevoir ce qui murmure derrière le tumulte de la matière.

« Vous n'êtes jamais seuls »

Ce sont les mots prononcés à de multiples reprises par un bien aimé visiteur régulier du monde de l'esprit, « White Buffalo » aussi appelé « No Name No Ego » (pas de prénom, pas d'égo) à travers Carolyne Nicolet, médium réputée pour son incroyable capacité à la transe parlée. Lorsqu'elle est

en état de transe, son corps physique prête sa voix à différent-e-s intervenant-e-s du monde spirituel pour qu'ils partagent des enseignements ainsi que de la guérison spirituelle. Et un message est clair : nous ne sommes jamais seuls. En permanence, nous sommes au contact de leur présence. Mais qu'est-ce que cette présence, me direz-vous. Il s'agit de ces énergies invisibles, de nos proches décédé-e-s, de nos guides, de nos anges. Les appellations sont diverses mais ce qui importe n'est pas la façon dont nous les nommons mais plutôt l'expérience que nous en faisons. Chacun-e a accès à ce monde, en tout temps, en tout lieu, l'essentiel est de connaître leur langage.



“ Notre défi est de recalibrer
notre perception pour percevoir ce qui
murmure derrière le tumulte de la matière.

Le langage de l'âme

Ce que nous nommons l'âme est cette partie immatérielle de nous-même, cette partie qui ne s'éteint pas avec la mort mais au contraire brille de toute sa splendeur lorsque les entraves de la matière ont disparu. C'est notre âme qui nous lie au monde invisible et a accès à toutes sortes d'informations. Il faut s'imaginer, même si cela est en réalité inconcevable pour nos cerveaux, que l'âme dépourvue de matière appréhende les choses d'une toute autre manière que celle avec laquelle nous interagissons avec notre monde matériel. L'âme se passe de mots. Alors comment comprendre le « langage » de l'âme ?

Notre cerveau agit comme un décodeur, comme une antenne qui retranscrit des signaux en quelque chose d'intelligible. Ainsi, lors que nous sommes enfants, notre cerveau apprend à décoder les signaux que le corps lui transmet : les sensations perçues par notre peau, les stimuli visuels, les sons, les goûts et les odeurs. Chaque information relayée par nos sens va être encodée et traduite de façon à ce que nous puissions comprendre et inter-agir avec notre environnement. De la même manière, nous allons également apprendre à interpréter nos émotions, à analyser nos pensées.

Et pour le langage de l'âme, c'est le même procédé. Il va falloir apprendre à le percevoir puis à lui donner du sens.

« C'est simple mais pas facile »

Dans mon parcours de développement de la médiumnité, j'ai eu le privilège d'avoir d'excellent-e-s enseignant-e-s. L'un d'entre eux, Paul Jacobs, m'a particulièrement marquée lorsqu'il parlait des contacts avec les défunts. « C'est simple mais pas facile ». Il avait tellement raison. Le contact avec le monde invisible est simple car notre monde phy-



sique n'en est pas séparé mais il en fait partie. C'est un processus naturel et nous baignons littéralement dans les « ondes » du monde de l'esprit et donc il faut *simplement* les capter. Là où ça n'est pas *facile*, c'est de les interpréter. Tout le monde a donc accès au monde spirituel.

Tout le monde ne le comprend pas.

Un petit pas vers soi mais un grand pas vers les autres

Oui vous aussi, vous le pouvez. Une formation sérieuse et complète peut soutenir dans ce processus mais la première étape est de parvenir à faire la différence entre le brouhaha de notre mental et les ressentis subtils, extrasensoriels qui s'invitent dans notre esprit. Il s'agit donc non seulement de calmer ce bruit intérieur constant mais aussi de reconnaître ce qui émane de nous-mêmes et ce qui ne l'est pas. On peut reprendre cette métaphore du bouddhisme qui compare la méditation avec la décantation. Si on ne remue pas l'eau, on permet à la boue de se déposer au fond du vase. L'eau devient claire et la boue n'est pas supprimée. Il en va de même pour l'esprit qui nécessite du calme pour devenir limpide.

Comprendre son paysage mental amène la connaissance de soi nécessaire à tout travail ultérieur. On pourra ainsi reconnaître plus aisément ce que notre mental, notre « radio cerveau » nous raconte et ce que nous percevons avec notre âme. Ainsi, en faisant un pas vers soi, nous faisons alors un pas vers les autres, visibles et invisibles.

La méditation, le fait de diriger son esprit vers la détente attentive, va permettre en quelque sorte d'augmenter l'espace entre deux pensées. Or c'est là que le contact avec l'invisible se fait ! Le monde spirituel ne parle pas au mental mais est perceptible dans l'espace *entre* deux pensées.

Être en lien avec soi avant de nourrir un lien avec l'invisible

Cultiver un jardin intérieur sain est une conséquence et en même temps une condition nécessaire au développement de l'intuition et de la médiumnité. Pour devenir un canal de communication de l'invisible, il est préférable de connaître les limites, c'est à dire ses propres créations du mental, ses propres projections, ses biais cognitifs nombreux qui sont les ennemis des vraies communications de l'invisible. Dans ce domaine, l'humilité et l'esprit critique sont les garde-fous du gouffre de l'égo. Car ne l'oublions pas, l'erreur est humaine et nul n'y échappe. Cultiver une éthique du travail avec l'invisible est donc indispensable. Le médium doit non seulement se mettre au service des personnes qui la-le consultent mais aussi au service du monde de l'esprit. C'est donc une double fonction, en quelque sorte d'interprète, qui requiert des praticiens le plus grand respect.

“Comprendre son paysage mental amène la connaissance de soi nécessaire à tout travail ultérieur.”

Ouvrir la porte : mode d'emploi

Rappelons-le donc, tout le monde n'est pas médium mais chacun peut nourrir un lien avec l'invisible. De la même façon, tout le monde peut cuisiner mais tout le monde ne devient pas un-e chef-fe étoilé-e.

Pour ressentir la présence du monde spirituel, je vous propose une recette simple. Amener le calme dans son corps et son esprit. Diriger son intention et porter son attention vers l'invisible. Observer avec son cœur. Peut-être verrez-vous des images, des visages. Peut-être entendrez-vous la chanson préférée de votre maman, de votre papa, sentirez le parfum de votre ami-e. Et peut-être aussi, ferez-vous ce rêve différent où vous revoyez cet être aimé d'une façon plus vraie que lorsque vous êtes éveillé-e. Vous n'êtes jamais seul-e-s.



Tamara Moullet

Centre Surya

Route de Villaz 3, 1691 Villarimboud

www.centresurya.ch

www.tamaramoullet.com