

Les 5 ÉTAPES pour Parvenir à la GUÉRISON

Jacques Martel



Un complément indispensable
au Best-Seller
**Le grand dictionnaire
des malaises et des maladies**
lu par plus de 1 MILLION de lecteurs!

Copyright

© Jacques Martel

Charlesbourg, Québec, Canada, 2010, 2013.
Dépôt légal: Bibliothèque nationale du Québec
Dépôt légal: Bibliothèque nationale du Canada
ISBN: 978-2-923364-26-1
ISBN EPUB: 978-2-923364-85-8

Les Éditions ATMA internationales
8400, boul. Henri-Bourassa, bur. 200
Québec (Québec) Canada
G1G 4E2

Téléphone: 418 990-0808
Télécopieur: 418 990-1115
Courriel: info@atma.ca
www.atma.ca

Infographie:
Josée Boucher

Téléphone: 418 831-3790
info@joseeboucher.com

Distributeur pour le Canada:
Messageries ADP
2315, rue de la Province
Longueuil (Québec)
J4G 1G4

Téléphone: 1 800 771-3022
Télécopieur: 1 800 603-0433
Courriel: adpcommercial@sogides.com
www.messageries-adp.com

Distributeur pour la France et la Belgique:
DG Diffusion
ZI de Bogues
31750 Escalquens
France

Téléphone: ++ 33 (0) 561.00.09.99
Télécopieur: ++ 33 (0) 561.00.23.12
www.dgdiffusion.com

Distributeur pour la Suisse:
Transat S.A.
Ch. des Chalets 7
1279 Chavannes-de-Bogis
Suisse

Téléphone: ++ 41 (0) 22.960.95.10
Télécopieur: ++ 41 (0) 22.776.35.27
Courriel: transat@transatdiffusion.ch

Voir la liste complète de nos éditeurs et distributeurs dans le monde à la toute fin du livre.

Toute reproduction totale ou partielle de cet ouvrage, que ce soit par des moyens mécaniques, électroniques, par photographie, par bandes magnétiques, par microfilm, par diffusion sur réseau Internet ou par quelque autre moyen que ce soit, est interdite sans l'autorisation préalable de l'auteur ou de la maison d'édition.

L'Éditeur bénéficie du soutien de la Société de développement des entreprises culturelles du Québec (SODEC) pour son programme d'édition.

Gouvernement du Québec – Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres –
www.sodec.gouv.qc.ca

A photograph of a forest path with a stream. In the foreground, five flat, light-colored stepping stones are arranged in a line across the water, numbered 1 through 5 from front to back. The path continues into the distance, flanked by tall, thin trees. The scene is bathed in soft, natural light, creating a peaceful atmosphere.

Les 5 ÉTAPES

pour Parvenir à la

GUÉRISON

À Peddar Zask

Table des matières

PRÉFACE

INTRODUCTION

LES 5 ÉTAPES POUR PARVENIR À LA GUÉRISON

1 – CONNAISSANCE

2 – OUVERTURE

3 – LÂCHER-PRISE

4 – ACCEPTATION↓♥

5 – ACTION

LA TECHNIQUE D'INTÉGRATION PAR LE CŒUR♥: TIC

LA GUÉRISON SPIRITUELLE

QUESTIONS ET RÉPONSES

CONCLUSION

COMMENTAIRES DU PREMIER GROUPE DE THÉRAPEUTES
FORMÉS EN SUISSE EN 2000 AVEC LA TECHNIQUE
D'INTÉGRATION PAR LE COEUR

Préface

Amis lectrices et lecteurs, bonjour!

De plus en plus de personnes sont **OUVERTES** et **ACCEPTENT** l'idée qu'il puisse y avoir diverses façons d'influencer leur état de santé et, ainsi, que je puisse avoir un certain pouvoir sur ma vie mais aussi sur mon corps et mon esprit, particulièrement quand ceux-ci sont malades.

Nous y sommes poussés, entre autres, parce que, bien que le système de santé par le biais de la médecine traditionnelle fasse tout son possible pour gérer le nombre croissant de malades avec les moyens mis à sa disposition, force est de constater que beaucoup de personnes malades sont laissées à elles-mêmes pendant une période plus ou moins longue. Que peuvent-elles faire alors? Attendre patiemment et passivement que «mon tour arrive» ou me prendre en mains et faire quelque chose pour me responsabiliser et aider le processus de ma **guérison** à s'installer?

Au lieu de placer mon attention sur «cette aide qui tarde à venir», que je reçoive déjà des soins ou que je prenne de la médication qui parfois affecte négativement ma qualité de vie, je peux **DÉCIDER** de faire quelque chose de concret. Ainsi, je passe à l'**ACTION** et je fais parallèlement une recherche intérieure: je contacte mon pouvoir intérieur, je **LÂCHE PRISE** sur mes vieux schémas de pensées et je cherche les réponses au pourquoi je vis tel malaise ou telle maladie. Je reprends ainsi la maîtrise de ma vie.

Pour obtenir des résultats tangibles, j'ai besoin d'un mode d'emploi, j'ai besoin que l'on me dise comment m'y prendre et quoi faire. Cette

CONNAISSANCE est contenue dans cet ouvrage: *Les 5 étapes pour parvenir à la guérison*. Expliqué de façon simple et à la portée de tous, j'apprends quels sont les comportements et les attitudes à adopter, quels sont les outils pratiques indispensables que je peux utiliser pour m'aider dans mon cheminement et qui vont me permettre de voir des résultats concrets dans ma vie de tous les jours. En appliquant régulièrement «*les 5 étapes*», non seulement vis-à-vis de la maladie mais également pour toute autre situation où je vis une **GUERRE** intérieure (avec moi-même ou les autres) ou une **PRISON** intérieure (face à une personne ou situation), j'ai les outils pour m'aider à prendre conscience de mes conflits, mes peurs et mes croyances qui ont, jusqu'à maintenant, contrôlé ma vie (consciemment ou non). Le fait d'en prendre conscience et de m'en libérer peut permettre à la **Guérison (GUER-RISON)** de s'installer.

C'est ce que nous propose Jacques Martel qui est aussi l'auteur du best-seller: *Le grand dictionnaire des malaises et des maladies*. Il nous offre le fruit de ses 35 ans d'expérience en des mots simples, accessibles à tous. Il s'agit d'un livre de référence pratique, un excellent complément au *grand dictionnaire* qui s'est déjà vendu à plus de 350,000 exemplaires, en 2012, à travers le monde, en plusieurs langues.

Je souhaite que ce livre apporte une prise de conscience individuelle et collective face au pouvoir que chacun de nous a sur sa propre vie et au fait que *la guérison est possible*: il s'agit d'**accepter**♥ d'y croire et de faire ce qu'il faut pour y arriver!

Bonne lecture, belles découvertes!



Lucie Bernier

Psychothérapeute



Ce symbole que l'on retrouve dans le texte représente l'énergie associée à une image mentale ou à une émotion liée à une situation que je fais passer de ma tête vers mon cœur, qui mène alors à une guérison dans l'**Amour** ou au renforcement d'une attitude positive



INTRODUCTION

Dans ce livre, *Les 5 étapes pour parvenir à la guérison*, il va être question, bien sûr, de santé ainsi que de maladie. Et je veux faire ici et dès maintenant une mise au point: tout ce que j'affirme et j'écris par rapport à la maladie doit être lu et reçu avec beaucoup de discernement. En effet, je vais affirmer un certain nombre de choses et je veux qu'il soit bien entendu que je ne mets jamais de côté l'approche médicale officielle envers laquelle nous devons être reconnaissant pour tout ce qu'elle nous apporte de bon. Je suis, comme chacun d'entre nous, totalement libre de ma santé et je peux aller consulter si j'en ressens le besoin ou ne pas le faire si cela me convient mieux. L'information que je donne dans ce livre est une information de niveau psychosomatique, information susceptible d'aider également au niveau psychologique. Donc, j'affirme qu'en aucun cas, je ne fais de diagnostic de quelque nature que ce soit. Ainsi, qu'il soit bien clair que dans tout ce que j'écris ici, tout ce que j'explique, il s'agit d'une approche complémentaire de celle de la médecine, de toutes les médecines, approche qui ne les remplace en aucun cas. D'ailleurs, dans le chapitre **La Connaissance**, j'aborde largement les connaissances qui ont permis et permettent la **guérison**, tant par la médecine officielle que par les médecines dites alternatives.

D'autre part, je tiens à préciser que je travaille sur tous les principes inclus dans cet ouvrage depuis 1978, soit en vitaminothérapie (de 1978 à 1988) en approche ortho-moléculaire, soit en croissance personnelle comme animateur d'ateliers, thérapeute et conférencier depuis 1988.

Dans tout ce que, moi lecteur, je vais lire ci-après, je me sens pleinement libre de prendre uniquement ce qui fait mon affaire. Et si je pense que le gars qui a écrit tout cela est génial ou pas, ce sont deux cas possibles, tout dépend de quel point de vue je me place.

Les règles du jeu sont posées. Moi, comme auteur, je vais affirmer des choses, en refuser d'autres; moi lecteur, je suis libre d'**accepter** ou de refuser, de penser, de faire et d'agir comme je l'entends; l'important étant d'avoir reçu une information. Mon rôle, en tant qu'auteur, est de divulguer ce que je sais, d'informer à partir de l'expérience que j'ai acquise au cours des années, de partager mes certitudes et mon vécu, tout en laissant chacun libre d'agréer ou de rejeter, finalement de décider de sa vie.

Il se peut donc que, moi lecteur, je ne sois absolument pas d'accord avec des assertions émises dans les pages de ce livre. Alors, pour mon plus grand bénéfice, plutôt que de les nier, bien qu'elles ne me conviennent pas dans l'instant, je vais les lire et les mettre de côté dans un tiroir mémoire de mon cerveau, car, qui sait, dans une semaine, un mois, une année ou dix ans, peut-être vais-je me souvenir d'avoir lu quelque chose qui avait bien du bon sens et qu'il me serait agréable, voire utile, de retrouver aujourd'hui.

Dans ma lecture aujourd'hui, je prends simplement ce qui fait mon affaire, bien sûr, mais je ne rejette pas pour autant ce qui me convient moins; je le mets simplement de côté et continue à lire.



LES 5 ÉTAPES POUR PARVENIR À LA GUÉRISON

Pour parvenir à la **guérison**, mon expérience m'a fait définir cinq étapes importantes.

Je vais expliquer chaque étape et je remarque que parfois l'une ou l'autre des étapes va suffire à ma **guérison**, mais, dans certains cas, il en faut deux ou trois et parfois toutes sont nécessaires pour que la **guérison** s'installe à l'intérieur de moi.

Tous les principes que je vais lire peuvent, au bout d'un moment, me paraître un peu lourds, un peu compliqués et je vais parfois ressentir avoir tant de choses à changer dans ma vie que je vais me lasser. Mais non, je me souviens, je ne prends que ce que je me sens capable d'appliquer, que ce qui me convient; le reste, je le digérerai graduellement.

Ainsi, je vais commencer à mettre en pratique ce qui me paraît simple, doucement, à mon rythme, une étape à la fois, et je verrai les résultats dans ma vie avant d'en rajouter.

Je n'ai pas tout à changer dans ma vie immédiatement et soudainement.

D'ailleurs, si je décide du jour au lendemain de changer complètement mon alimentation pour une nouvelle diète parfaite ou simplement meilleure, exemple: supprimer les boissons gazeuses sucrées, le café, la viande et tout ce qui comporte des conservateurs chimiques, il se peut bien que mon corps soit sérieusement bousculé. Et ce bouleversement ne sera pas dû à ma nouvelle alimentation plus saine, mais au grand changement soudain et

rapide. Je n'ai pas laissé à mon corps le temps de s'acclimater, de s'habituer et cette mutation si abrupte va lui créer un stress, si bien qu'au lieu d'aller mieux, je vais me sentir plus mal.



que ce changement soit vu comme positif ou négatif. Cette notion de stress a été développée par le Docteur Hans Selye, considéré comme le Père du stress, non parce qu'il était stressé lui-même mais parce qu'il a expliqué ce phénomène.

Il a développé cette notion de stress dans les années cinquante: physiologiste canadien, il était une sommité mondiale dans ce domaine. Né en Tchécoslovaquie, il a fait ses études à l'Université de Montréal, au Québec (Canada), où il est devenu célèbre pour ses travaux. Il est mort depuis quelques années.

Il donnait cette définition: «*Le stress est la réponse non spécifique du corps à toute stimulation qui lui est faite*», ou encore «*Le stress est un processus d'adaptation permanent à toutes les stimulations de l'existence*».

Autrement dit,



(Extrait de L'anti-stress nouveau est arrivé de Didier Salvat aux Éditions Le Manuscrit)

Donc, tout changement est un stress. Je gagne au loto, c'est un stress. C'est peut-être un «bon» stress, mais c'en est un quand même. Il est intéressant de constater que certaines personnes ayant gagné au loto ont fait une dépression par la suite. Le stress, même bon à priori, a été trop grand. Les résultats de cet événement provoquaient tant de changements dans leur vie qu'elles n'ont pas pu ou su s'y adapter.

Gagner au loto est certes un événement heureux, mais il peut provoquer un tel stress que les conséquences sur mon être, sur mon corps, dans mon émotionnel, dans mon mental, peuvent s'avérer catastrophiques.

Je vais maintenant passer en revue les cinq éléments qui sont les étapes pour parvenir à la **guérison** et qui sont: la connaissance, l'ouverture, le lâcher-prise, l'**acceptation**↓♥ et l'action. Chacun est important et je me souviens que je lis tranquillement, je fais mien ce qui résonne en moi et mets simplement de côté ce qui ne me convient pas, sans jugement.



1

CONNAISSANCE

2

3

4

5

CONNAISSANCE

Par **connaissance**, j'entends ici la **connaissance** au sens large, c'est-à-dire aussi bien les **connaissances** scientifiques qui sont nécessaires au processus de toute **guérison** du corps matière que les **connaissances** moins matérielles nécessaires au processus de **guérison** du corps émotionnel ou du corps mental, engendrant par le fait même la **guérison** du corps physique. Je vais constater que de nombreuses **connaissances**, auxquelles je ne pense même pas tant j'y suis habitué, participent à mes différentes **guérisons**.

Au Québec comme en France, il existe un système d'assurance-maladie qui permet à chacun d'avoir accès aussi bien aux médecins généralistes, aux médecins spécialistes, aux hôpitaux qu'à tout traitement nécessaire.

Mais ai-je bien **conscience** que **la connaissance de la médecine** est importante pour tous ces soignants? et je songe qu'au tout début de la médecine occidentale, des personnes, pour comprendre le fonctionnement du corps humain, voulaient l'étudier dans ses détails, mais n'avaient pas de matériel sous la main pour cela; la religion interdisait l'autopsie. Alors, certains allaient dans les cimetières, en cachette bien sûr en raison de tous les risques encourus, afin de déterrer les gens qui venaient juste de mourir et les disséquer pour tenter de savoir comment était fait et comment fonctionnait le corps humain. Il a bien fallu commencer quelque part et que certains aient osé pour que nous sachions aujourd'hui.

Cette **connaissance** de la médecine suppose des **connaissances** dans de nombreux domaines et c'est ce que je vais aborder maintenant, de façon chronologique.

Connaissance des plantes ou phytothérapie



La phytothérapie est beaucoup plus ancienne que je l'imagine; en effet, certains pensent qu'elle a commencé à la préhistoire alors que déjà mes ancêtres utilisaient des plantes.

La phytothérapie daterait donc de bien longtemps et cette utilisation des plantes comme remèdes se retrouverait dans les dessins rupestres des grottes de Lascaux en Dordogne (France). Les dessins de ces grottes ont été datés par le carbone 14¹, dit carbone radioactif, ils auraient été dessinés et peints il y a environ 15 à 18,000 ans.

Aujourd'hui, les plantes sont largement utilisées dans les médecines douces et leurs molécules naturelles sont synthétisées par la chimie pour faire des médicaments allopathiques².

Connaissance du corps humain, de l'anatomie



La **connaissance** du corps humain est probablement bien plus ancienne également qu'on ne le croit communément.

En 1991, il a été découvert, dans les Alpes austro-italiennes, un corps conservé dans la glace. Cette personne a été estimée être âgée de 46 ans environ et il a été constaté qu'elle avait une quarantaine de tatouages, la plupart d'entre eux situés dans des régions du corps où une autopsie a démontré qu'elle souffrait de maladies ou de douleurs et, notamment, d'arthrite. Son décès aurait eu lieu en 3,300 avant Jésus-Christ.

En occident, Hippocrate³, médecin grec ayant vécu de 460 à 370 avant Jésus-Christ, est reconnu comme le premier médecin à avoir abandonné la croyance selon laquelle les maladies étaient dues à des phénomènes surnaturels ou divins. Il déclarait que le corps humain était constitué de quatre humeurs correspondant aux quatre éléments constituant la matière: eau, air, terre et feu. Ces quatre humeurs étaient le sang, la lymphe, la bile jaune et l'atrabile ou bile noire. Le déséquilibre entre ces quatre humeurs provoquait donc la maladie. Cependant, la dissection humaine étant interdite, il n'y avait pas encore de **connaissance** de l'anatomie ni de diagnostic précis possible; la médecine soignait alors selon cette théorie des humeurs et tentait de rétablir l'équilibre.

Ce n'est qu'un siècle plus tard que l'on trouve, en provenance d'Égypte, des informations sur l'anatomie humaine, mais les Grecs continuent selon la théorie d'Hippocrate, car seules les dissections d'animaux étant autorisées, le corps humain était transposé en fonction de ces dissections.

Des papyrus antiques retrouvés en Égypte prouvent que 27 à 28 siècles avant notre ère, des opérations chirurgicales étaient réalisées en Égypte. Un vieux papyrus décrit avec précision l'examen, le diagnostic, le traitement et le pronostic de nombre de maladies.

Le premier médecin égyptien connu se nommait Esyre et vivait au 27^{ième} siècle avant Jésus-Christ: il était reconnu en tant que chef des dentistes et des médecins du roi. Datant de 1,800 ans avant Jésus-Christ, un papyrus fait état des maladies des femmes et traite de gynécologie.

En Inde antique, des fouilles archéologiques ont démontré que le peuple de la vallée de l'Indus avait des **connaissances** en médecine et en dentisterie. En effet, des archéologues ont retrouvé des dents ayant reçu des soins sur des squelettes exhumés datant de 9,000 ans.

D'anciens traités de l'Inde antique décrivent différents types d'interventions chirurgicales, la rhinoplastie (reconstitution ou correction du nez), la réparation des lobes d'oreilles, la chirurgie de la cataracte et d'autres encore.

L'Âyurveda (Âyur signifie la **connaissance** et Veda la **vie**, donc la **Connaissance** de la vie) est un système de médecine datant de plus de 2,000 ans: médecine interne, chirurgie et anatomie, yeux – nez – gorge – oreilles, pédiatrie, médecine de l'esprit, toxicologie, sont autant de disciplines faisant partie de cette médecine. Il était demandé, en plus, à l'élève médecin de connaître tout ce qui permettait l'élaboration et l'utilisation des médicaments: distillation, cuisine, horticulture, métallurgie, fabrication du sucre, minéraux, métaux. Et cette formation durait déjà sept années.

Je comprends alors que de nombreuses **connaissances** sont nécessaires à la **guérison** et que des êtres humains s'en sont préoccupés depuis bien longtemps.

Connaissance de la chimie



Pour élaborer les médicaments, la chimie a analysé les molécules des produits naturels, des plantes, des minéraux, afin de les synthétiser, ce qui a permis la création de l'allopathie.

La **connaissance** des particularités du mercure a permis la création et l'utilisation du thermomètre. (1714: Invention du thermomètre à mercure gradué par Gabriel Fahrenheit, physicien allemand, graduation portant son nom).

Aujourd'hui, la recherche et la **connaissance** en **biochimie** permettent la création de médicaments aidant et soutenant notre organisme dans le processus de **guérison**.



Connaissance de la métallurgie



Les Romains, déjà, avaient inventé de nombreux instruments chirurgicaux: pinces, scalpels, cautères, ciseaux, aiguilles pour suturer, sondes, etc.

Ces outils et bien d'autres encore sont toujours nécessaires aujourd'hui et doivent donc toujours être fabriqués.

Je pense aux aiguilles hypodermiques, aux seringues, aux broches et vis, aux stéthoscopes, aux électrodes et bien d'autres encore.



Connaissance de la physique



De nombreux appareils, résultats de la recherche en physique, servent à analyser les différentes parties du corps humain et leur fonctionnement: appareils de radiographie, échographes, scanners, tensiomètres, thermomètres, lunettes, stimulateur cardiaque, cœur♥ artificiel,.... sont les résultats, entre autres, de cette recherche.

La découverte en 1895 des rayons X par Wilhem Röntgen, physicien allemand (1845-1923), a permis la naissance de la radiographie.

Toute cette recherche scientifique et tant de travaux ont permis un développement de la technologie tel qu'il est possible, aujourd'hui, d'aller chercher à l'intérieur de moi toute l'information nécessaire, en sécurité, afin de mieux diagnostiquer ce qui m'arrive. Je pense aux scanners, à l'échographe, à l'IRM (Imagerie par Résonance Magnétique).

Je comprends ainsi que la chimie, la physique et la métallurgie ont été et sont toujours intimement liées, interdépendantes, pour la création de tous les outils médicaux ainsi que les médicaments.

Que de belles **connaissances** et de travaux de recherche qui continuent et dont je n'avais peut-être pas vraiment **conscience!**

Une autre **connaissance** est importante et voici que je l'utilise tous les jours sans même m'en rendre vraiment compte.

Connaissance de l'électricité



Oui, pour tous ces produits, l'utilisation de l'électricité est essentielle aujourd'hui, tant pour la production que pour l'utilisation.

Cette **connaissance** est bien souvent oubliée, car c'est devenu pour moi (occidental) une habitude telle que je n'y fais même plus attention, excepté bien sûr quand il y a une panne. Et là, c'est bien souvent la panique.

La découverte de l'électricité est le résultat de la physique. L'électricité est l'interaction de particules chargées sous l'action de la force électromagnétique.

Ce n'est qu'au cours du dix-huitième siècle que les propriétés de l'électricité ont commencé à être comprises.

Elle a permis l'avènement de la seconde révolution industrielle. Elle est présente dans tous les pays développés et ses sources sont: thermique (chaleur), hydraulique (eau), éolienne (vent) et nucléaire (fission de l'atome).

On ne la voit pas; seuls ses effets sont visibles. En effet, je ne la vois pas circuler, mais quand j'appuie sur un interrupteur, je fais démarrer un appareil ou une **Lumière** s'allume.

Si elle est omniprésente dans chaque maison des pays occidentaux, elle peut être fabriquée individuellement par des groupes électrogènes, appelés aussi

générateurs. D'ailleurs, aujourd'hui, il y a dans chaque hôpital des groupes électrogènes permettant de prendre le relais en cas de panne du système électrique national. Tant d'appareils médicaux dépendent de l'électricité qu'il serait dangereux pour la santé et parfois la survie des malades qu'elle se mette à manquer.

L'électricité est présente dans l'éclair, mais également dans l'atome ainsi que dans l'influx nerveux des êtres vivants.

Aussi, non seulement elle est utilisée dans l'industrie de transformation, mais également directement de façon thérapeutique dans l'électrodiagnostic ou l'électrothérapie.

Au fil des siècles, la médecine a donc fait d'énormes progrès, à la fois au niveau de la **connaissance du corps humain** (sa constitution) et de son fonctionnement;

- ◆ en **biologie** (science décrivant les êtres vivants et étudiant les phénomènes qui les caractérisent),
- ◆ au niveau du fonctionnement du système nerveux (ensemble des organes, des éléments de tissu nerveux qui commandent les fonctions de sensibilité, motilité, nutrition et, chez les vertébrés supérieurs, les facultés intellectuelles et affectives. *Le Nouveau Petit Robert de la Langue Française*),
- ◆ au niveau des hormones (substance chimique élaborée par un groupe de cellules ou un organe et qui exerce une action spécifique sur un autre tissu ou un autre organe. *Le Nouveau Petit Robert de la Langue Française*), clés provoquant des mécanismes d'action/réaction dans notre organisme.

Je prends du temps pour parler de la médecine officielle, j'entends par là la médecine occidentale et des bienfaits de cette médecine, car il arrive que, lorsque l'on travaille plutôt dans le domaine de la médecine holistique, de la médecine parallèle, de la médecine énergétique, de la médecine alternative, de la médecine dite du nouvel âge, ou tout autre nom que l'on donne, on soit porté à rejeter cette médecine officielle.

Ce qui est intéressant aujourd'hui, lorsqu'un médecin pose un diagnostic, c'est qu'il existe des protocoles, opération et/ou médicaments, des dosages connus et même le pourcentage de résultat positif espéré, actuellement

environ 80%. Avant d'en arriver là, il y a eu toute une somme de **connaissances** acquises par le praticien et le monde médical.

Il y eut aux États-Unis un maître spirituel⁴ qui disait:



Alors moi Jacques Martel, auteur du livre *Le grand dictionnaire des malaises et des maladies* – livre sur les causes métaphysiques des malaises et des maladies reliés au conflit provenant de mes pensées, de mes sentiments et de mes émotions, – quand je vais voir un médecin, je l'écoute. C'est lui qui a étudié la médecine, pas moi. Je prête une oreille attentive à ce qu'il a à me dire, c'est lui qui a la **connaissance** de la médecine. Je n'ai pas à le convaincre de mes affaires. Je prends en considération ce qu'il me dit et ensuite je verrai ce que je fais avec l'information qu'il m'a donnée. J'ai peut-être besoin d'un support en attendant de régler le conflit, l'émotion ou la blessure qui est à l'origine de la maladie, **alors j'écoute**.

C'est la même chose dans bien d'autres domaines. Quand je vais voir un avocat, même si j'ai des connaissances en droit, lui en a plus que moi, alors je l'écoute. Je vais voir un fermier, je l'écoute aussi parce que, dans le domaine de la ferme, il en connaît plus que moi.

Et toutes les **connaissances** médicales ont été accompagnées par bien des **connaissances** très techniques, sans lesquelles les recherches et les appareils actuels n'existeraient pas, comme je viens de le lire.

Puis il y a aujourd'hui de nombreuses approches différentes qui sont complémentaires et qui, pour la plupart, nous viennent de l'Orient. Je vais en citer certaines ici: **acupuncture, homéopathie, naturopathie,**

ostéopathie, REIKI⁵, thérapies énergétiques. Toutes peuvent m'aider, alors je ne rejette rien et vais vers celle ou celles qui résonnent le plus en moi.

Ainsi, des **connaissances** diverses, tant d'origine orientale qu'occidentale, sont à l'origine de nouvelles médecines et, parmi celles-ci, un apport important est venu du continent asiatique, grâce à :

La connaissance des énergies circulant dans le corps humain



Acupuncture, acupressing, thérapies énergétiques font partie de ces méthodes de soin.

L'acupuncture et l'acupressing sont des thérapies dans lesquelles le soignant pose des aiguilles ou presse avec les doigts des points particuliers

le long des méridiens⁶ du corps humain. Il faut donc connaître ces méridiens et tous ces points. Et il y en a!

La connaissance de l'énergie universelle

L'énergie universelle est une énergie neutre, sans intention et disponible à profusion.

Le REIKI, par exemple, est une technique de **guérison** utilisant l'énergie neutre, universelle, sans intention. Il se pratique par impositions des mains. Quand l'énergie passe à travers moi, ce n'est pas moi qui **guéris**, je permets juste le passage de cette énergie, je suis alors simplement un robinet branché à un océan d'**Amour** et de miséricorde. Alors quand je fais une séance de REIKI, que je fais cette imposition des mains, je sais qu'il arrivera ce qui doit arriver de mieux à la personne recevant cette énergie. Ce n'est pas moi qui décide. Et ceci est très important. Ce n'est pas moi qui choisis ce qui doit arriver à la personne qui vient recevoir le soin.

Les gens qui travaillent dans le domaine de la **guérison** énergétique se réfèrent à Jésus-Christ ou à Dieu ou à une force quelconque, mais pas à leur propre énergie parce qu'ils savent et **acceptent** d'être simplement un canal, parce que s'ils donnaient leur propre énergie, d'une part, ils ne resteraient pas longtemps en bonne santé et, d'autre part, savent-ils ce qu'ils transféreraient d'eux-mêmes au receveur?

En fait, ils doivent servir simplement de canal.

Moi, le receveur, je sais que le donneur/canal ne doit rien vouloir de particulier pour moi, car il pourrait interférer dans mon expérience de vie et je suis le seul maître de ma vie, car je sais que je dois être acteur dans mon processus de **guérison**.

La connaissance de la métaphysique

Aujourd'hui, une nouvelle **connaissance** trouve sa place dans la capacité de guérison: **la métaphysique** (*La métaphysique est une branche de la philosophie qui étudie les principes de la réalité au-delà de toute science particulière. Elle a aussi pour objet d'expliquer la nature ultime de l'être,*

du monde, de l'univers et de notre interaction avec cet univers – Wikipédia.org).

En ce dernier sens, ***Le grand dictionnaire des malaises et des maladies*** est un livre de référence permettant d'identifier les pensées, les sentiments et les émotions qui sont à l'origine du conflit qui a engendré la maladie.

Un exemple très court: il est détecté chez une femme un cancer du sein. C'est habituellement le plus souvent une personne qui se fait du souci pour ses enfants ou ce qui représente ses enfants, c'est-à-dire que cette personne est en «sur-stress» psychologique en rapport avec ses enfants ou ce qui représente ses enfants. Cette femme subit une opération ou un traitement spécial; l'opération ou le traitement réussissant, le médecin annonce à cette femme qu'elle est guérie. Mais voilà, il se trouve que cette femme continue à se faire beaucoup de souci pour ses enfants ou ce qui représente ses enfants, alors il se peut qu'il y ait récurrence, ce qui est le cas dans 20 à 30% des cas. Or, si cette personne trouve un moyen de **guérir** son conflit, c'est-à-dire d'arrêter de se faire autant de souci pour ses enfants ou ce qui représente ses enfants, ce qui peut advenir par sa volonté personnelle, à l'aide de traitements énergétiques ou d'autres thérapies parallèles, il n'y a plus de raison que le cancer récidive, selon la métaphysique des malaises et des maladies.

Quand je ne connais pas le conflit qui génère la maladie, je risque de reproduire le schéma de la maladie encore et encore.

Voici un exemple concret et réel.

La médecine, il y a quelques années, avait diagnostiqué à une amie, excellente thérapeute aujourd'hui, des petites bosses au niveau des seins. Le médecin lui proposa d'aller passer des radiographies afin de vérifier ce dont il s'agissait. Or, cette personne avait déjà suivi bien des ateliers de croissance personnelle et supposait l'origine de ces protubérances: elle avait cinq enfants d'âge adulte et, pourtant, se faisait toujours beaucoup de souci à leur sujet. Alors, de retour chez elle, elle prit son téléphone, appela ses cinq enfants à tour de rôle et dit en substance à chacun ceci: «je suis ta mère et serai toujours ta mère. Si tu as besoin de moi, dis-le moi et alors je serai toujours présente, mais je veux te dire qu'à partir d'aujourd'hui, j'arrête de me faire du souci sans cesse pour toi». Une semaine après avoir fait cette

démarche auprès de ses enfants, les radiographies ont montré qu'il n'y avait aucun nodule au sein.

Dans cette histoire, on ne saura jamais s'il y avait cancer ou non, mais ce qui est sûr, c'est que cette femme, connaissant sa situation et son comportement par rapport à ses enfants, a posé un geste de libération pour elle; elle s'est détachée, non pas de ses enfants, mais de tout ce qu'elle supposait pouvoir arriver à ses enfants. Elle ne fut pas surprise des résultats obtenus.

Une nouvelle **connaissance** est essentielle pour la compréhension de la venue de la maladie:

La connaissance du fonctionnement du cerveau



Et le fonctionnement que j'aborde ici est le même depuis des milliers d'années.

Le voici: lorsque je vis une situation où j'interprète qu'il n'y a pas ou peu d'**Amour**, cela va le plus souvent créer un conflit en moi et le conflit va créer un stress;



(Extrait de L'anti-stress nouveau est arrivé de Didier Salvat aux Éditions Le Manuscrit).

si le stress augmente et devient trop grand, il devient un sur-stress.

Alors, dans une optique de survie de l'espèce, le cerveau a développé un mécanisme qui change le sur-stress psychologique en un stress biologique sous forme de maladie afin de se libérer de 99% du stress.

C'est ainsi que fonctionne le cerveau⁷.

Que vient faire ici la survie de l'espèce?

Je recule des milliers d'années. Je suis un être préhistorique, je dois aller à la chasse pour nourrir ma famille ou ma tribu; or, si je suis en sur-stress psychologique, je suis en danger de mort et je mets mon espèce en danger. Pourquoi?

Première raison: je risque de ne pas être suffisamment efficace pour la chasse et revenir sans gibier pour nourrir au moins ma famille. Donc, si je reviens sans gibier, je suis déjà, moi personnellement, en danger de mort parce que je peux mourir de faim, mais je mets également ma famille en danger de mourir de faim.

Deuxième raison: je peux ne pas être suffisamment vigilant et un fauve se jette sur moi, me tue et me mange. Ma famille n'a pas la nourriture qu'il lui faut pour continuer à vivre.

Troisième raison: le stress est fatigant, épuisant. Je peux être alors constamment fatigué et je n'arrive pas à reprendre le dessus. Les deux premières conditions se présentent à nouveau: pas assez efficace à la chasse et pas assez attentif par rapport à ce qui peut se produire.

Depuis des millénaires, le cerveau a donc enregistré que lorsque je suis en sur-stress, je suis en danger de mort. Alors, la solution qu'il a trouvée est de transférer ce sur-stress dans la biologie, de le faire descendre dans le corps et cela se fait sous forme de maladie. J'ai ainsi plus de chances de rester en vie, tout au moins vais-je rester en vie un peu plus longtemps et si je reste plus de temps en vie, cela me donne la chance de procréer, de faire des enfants et l'espèce va ainsi survivre.

Je me retrouve donc avec une maladie, c'est sûr, mais je suis en vie et, tant que je suis en vie, j'ai du temps pour **guérir**.

Mon cerveau est libéré du stress et comme c'est un ordinateur très puissant, bien plus que tous les ordinateurs matériels existant aujourd'hui et demain (c'est un cerveau humain qui les a conçus), il me dit quelque chose qui ressemble à ceci: «OK, tu as une maladie, mais regarde: moi, je suis tellement puissant que je vais trouver d'autres solutions; maintenant que je suis libéré de ce sur-stress, j'ai de la place pour penser, pour réfléchir, je peux fonctionner pour rechercher et trouver des moyens de nous en sortir».

Alors, quand la médecine m'annonce que j'ai une maladie, la première chose que je dois faire, c'est dire: «Merci». Merci parce que mon cerveau prend toujours la meilleure décision et ici, encore une fois, il a fait le mieux pour moi.

Il se peut que j'aie peur par rapport à la maladie qui vient de m'être annoncée. Si l'on me dit que j'ai telle maladie et que je n'ai plus que six mois à vivre, que je dois mettre de l'ordre dans mes papiers, faire un voyage, faire ce que je veux, il est normal que je réagisse.

Je peux avoir peur de souffrir, je peux avoir peur de la mort, je peux avoir peur de ce qui va arriver aux personnes qui me sont proches après mon départ, je peux avoir peur de plein de choses, mais je dois avoir cette certitude que mon cerveau a quand même pris la meilleure décision.

Et parce que je connais son fonctionnement, ce qui est maintenant important à savoir, c'est que si j'arrive à régler le conflit de quelque façon que ce soit, le cerveau, lui, va se mettre à réparer le corps physique; c'est

dans sa logique, la maladie n'étant plus nécessaire. C'est ainsi que l'on voit parfois **guérir** des personnes atteintes de maladies dites incurables sans que l'on sache pourquoi, sauf nous qui connaissons maintenant ce fonctionnement.

Il y a plus de 6,500 cas de guérisons dites «incompréhensibles» qui ont été répertoriés par le Dr Ryke Geerd Hammer (médecin allemand) dans les années 1970.

De plus, il a découvert, en examinant un grand nombre de scans du cerveau, qu'à un conflit spécifique correspond un endroit spécifique du cerveau et toujours le même. Il y a en cet endroit du cerveau une mutation génétique des cellules; ces cellules vont engendrer un nouveau programme, lequel va s'appeler parfois sclérose en plaques, parfois cancer du sein, ou toute autre maladie.

Cependant, si je règle le conflit à l'origine de cette mutation des cellules, un renversement se fait et les cellules qui avaient muté retournent à leur état originel; le programme dit normal ou de bonne santé se remet alors à fonctionner. Et au niveau du cerveau, un scan montre qu'il reste comme une cicatrice dénotant qu'il s'est bien passé quelque chose, mais ce n'est plus qu'une cicatrice. **Oui, je peux recouvrer la santé.**

Je dois donc trouver les moyens de régler mes conflits et les régler jusqu'au bout.

En effet, à ce propos, je me souviens avoir rencontré, lors d'une conférence, une personne qui était en fauteuil roulant. En parlant avec elle, elle me dit avoir une sclérose en plaques, puis ajouta qu'elle connaissait son conflit et qu'elle l'avait réglé. Eh bien je regrette, mais si elle est encore en fauteuil roulant, son conflit n'est pas complètement réglé. Je ne dis pas qu'elle n'a pas fait de travail, elle a peut-être fait un certain bout de chemin, elle se sent peut-être beaucoup mieux dans son être, mais il reste quelque chose. Le défi à relever, c'est probablement d'aller toucher cette partie qui est encore inconsciente.

Combien de gens s'illusionnent sur le règlement de leurs dossiers! Mais ils sont sincères.

Cependant, le fait d'avoir toujours le symptôme signifie qu'il reste quelque chose de non résolu et bien profond, bien caché.

Je compare bien souvent nos émotions à un iceberg. En effet, d'un iceberg, je ne vois que la pointe qui dépasse de l'eau, mais le plus gros est caché, immergé. Alors, quand je vois et règle la partie émergée, je peux penser que j'ai tout réglé, mais voilà que le dessous fait surface. Alors je dois continuer à regarder, à observer et à régler. Il est très rare, mais non impossible, que la situation émotionnelle soit réglée en une seule fois.

C'est donc le stress qui va déclencher la maladie ou plutôt le cerveau va se libérer de ce stress en l'envoyant dans le corps sous forme de maladie. Ce stress peut être **conscient** ou inconscient. Et s'il est inconscient, il n'en est pas moins réel.

Une autre **connaissance** relative au fonctionnement du cerveau est de première importance pour aller à la découverte de mes conflits:

Afin de mieux comprendre cette phrase écrite ci-dessus, je donne quelques exemples:





Pour l'aspect **RÉEL**: Je me promène en forêt et, soudain, «je vois un ours énorme» qui se dresse devant moi et qui me fait vivre un très grand stress, car je sens ma vie en danger.

Pour l'aspect **IMAGINAIRE**: Je suis dans un chalet dans un bois et, soudain, j'entends le rugissement d'un ours. Même si je ne le vois pas, mais qu'en même temps j'entends des bruits dans la porte venant de l'extérieur «comme s'il s'agissait de l'ours» qui cherche à entrer dans le chalet, cela me fait vivre un très grand stress, car je sens que ma vie est en danger, alors que le bruit de la porte provenait d'un petit raton laveur inoffensif.

Pour l'aspect **VIRTUEL**: Je vais au cinéma et la scène se passe dans les bois et, soudain, je vois apparaître sur l'écran un ours énorme dressé sur ses deux pattes et je me sens comme si j'étais menacé par cet animal, ce qui me fait vivre un grand stress. Bien sûr, on aura compris que c'est seulement «une image» sur un grand écran, mais l'impression peut être vécue comme réelle alors qu'elle est virtuelle.

Pour l'aspect **SYMBOLIQUE**: Je possède une petite épicerie⁸ de quartier qui fonctionne bien et qui me permet de faire vivre ma famille. Un jour, j'apprends que l'on projette de construire, de l'autre côté de la rue, un supermarché d'une grande chaîne d'alimentation. Une nuit, je fais un rêve où je me trouve dans le bois et un ours énorme se présente à moi et cela me fait vivre un grand stress parce que je sens ma vie en danger. Je comprends ici que l'ours énorme représente le supermarché qui pourrait s'établir tout

près de mon commerce et, ainsi, me mettre financièrement en danger, voire m'obliger à abandonner mon commerce, faire «mourir» mon commerce, qui représente mon gagne-pain.

Toutes ces situations sont considérées comme du RÉEL par mon cerveau et peuvent provoquer un grand stress et amener une maladie à se manifester. Tout dépend de comment je les vis et si elles s'ajoutent à d'autres stress semblables. L'aspect réel d'une situation peut être relativement aisé à trouver, alors que les trois aspects suivants, soit imaginaire, virtuel et symbolique, m'amènent à considérer les situations d'un point de vue non rationnel. C'est de cette façon que je vais trouver maintes réponses lors de consultations thérapeutiques.

Plus loin, en lien avec les allergies⁹, le rapport qu'il y a entre le boulot (le travail) et le bouleau (l'arbre) sera abordé, mais il faut savoir que pour le cerveau, c'est la même chose.

Je lisais dans les pages précédentes que le cancer du sein peut se déclencher chez une personne qui se fait du souci pour ses enfants ou ce qui représente ses enfants.

Qu'est-ce que «ce qui représente ses enfants» signifie?

Je suis une femme, je vis en couple et je n'ai pas d'enfants, mais j'ai un petit neveu que j'aime comme si c'était mon enfant; alors pour mon cerveau, c'est mon enfant. Si je suis très préoccupée par ce qui se passe dans sa vie, pour son futur et que cela me cause un grand stress, cela aura les mêmes répercussions au niveau du ressenti que si c'était mon enfant.

Autre exemple.

Au travail, mon supérieur hiérarchique me donne un projet qui m'intéresse beaucoup et à un moment donné, pour des raisons de coupures budgétaires, ce projet est arrêté, supprimé. Quand je crée un projet, il m'arrive de dire «c'est mon bébé»; alors pour mon cerveau, c'est un bébé. Et s'il y a des coupures budgétaires, il se peut que «mon bébé» soit en danger de mort. J'imagine le stress!

Voici un autre exemple.

Mes parents sont rendus à une étape de leur vie où je dois les conduire dans une résidence de personnes âgées et je commence à me faire bien du souci pour eux, je me dis: «ce sont mes parents, ils ont tellement fait pour moi,

j'espère pour eux qu'ils ne souffriront pas, je leur souhaite d'avoir une vieillesse la meilleure possible, j'espère qu'il ne leur arrivera rien». On dit que lorsqu'on atteint un certain âge, on revient en enfance. Mais moi, je suis cette femme qui a placé ses parents dans une résidence pour personnes âgées et il se peut que je me fasse du souci pour eux comme si c'était mes enfants. Alors pour mon cerveau, «ce sont mes enfants» et avoir du souci pour eux, me culpabiliser par rapport à eux, va engendrer un stress et peut-être un sur-stress avec, en finale, la possibilité d'un cancer du sein.

Un autre exemple bien courant.

Je suis une femme et j'ai un conjoint. Je lui fais à manger, je fais le lavage, le repassage, le ménage, je fais mille et une petites choses, ne serait-ce pas s'en occuper comme si c'était mon enfant? Bien sûr, je suis en relation **amoureuse** avec lui, donc d'adulte à adulte, mais il peut y avoir une partie de moi qui considère mon mari comme un enfant. S'il a de la difficulté au travail, qu'il y a risque de mises à pied, de fermeture de l'entreprise, qu'il est préoccupé par toutes sortes de choses, je peux commencer à me faire du souci et à stresser par rapport à ce qu'il vit. Et je peux me retrouver dans les mêmes conditions que les autres femmes ci-dessus.

Je ne dis pas que cela est ainsi pour tout le monde, cela dépend de la force que chacun donne aux événements et des répercussions en chacun de nous.

Ce que je veux mentionner ici et qui est important pour moi, c'est tout l'aspect inconscient qui peut jouer et qui peut générer du stress. Et parce que **j'ai cette connaissance du fonctionnement du cerveau**, alors je vais pouvoir en tenir compte et découvrir l'origine de mes stress afin de me **guérir**.

Dans la **connaissance** du fonctionnement du cerveau, il y a une autre **connaissance** importante et qui découle du fait que le cerveau ne fait pas la différence entre ce qui est réel, imaginaire, virtuel ou symbolique.

La connaissance du langage des oiseaux

Qu'est ce que le langage des oiseaux? La «langue des oiseaux» est basée sur des jeux de mots à partir des sons émis par ces mots: les sons suggèrent d'autres mots comme pour cacher à la fois les mots originaux et en donner

une trace «détectable» par la suite; le «langage» du cerveau se fonde, entre autres, sur ces jeux de mots.

L'un des grands psychanalystes contemporains, Jacques Lacan (psychiatre et psychanalyste français: 1901-1981), a démontré que sous les jeux de mots, l'inconscient s'exprime et choisit de passer ainsi des messages sous forme de cette sorte de langage codé. C'est tout à fait analogue à ce qui se passe lors d'un «acte manqué.»

Quel est l'intérêt de ne pas livrer le message clairement?

L'inconscient peut ainsi dévoiler le secret, le non-dit souffrant, tout en faisant l'économie d'une réactivation de la souffrance, de la mémoire directe du conflit. Il évite ainsi tous les effets dommageables qu'une telle réactivation pourrait avoir.

D'autre part, cela lui permet de s'en libérer temporairement; c'est un peu une sorte de mise «au frigo» en attendant qu'un (nouvel) événement déclencheur lui permette de représenter l'information, comme une (nouvelle) invitation à s'en occuper pour tenter de résoudre le conflit profondément enfoui.

Ainsi, l'expression codée dans ce langage des oiseaux devient une sorte de piste, de poteau indicateur: le but est de pouvoir me mener plus tard sur les pas de la libération. Lorsque je serai prêt, en vivant un conflit d'une nature similaire, je pourrai m'aider de l'outil précieux que constitue l'analyse des mots; cela permet de ne pas attendre la réactivation des souffrances. Démminer ainsi le terrain est bien plus économique en souffrance et en énergie. Comme on sait maintenant que les maladies ont comme origine un sur-stress insupportable, il est important de le faire baisser le plus rapidement possible et le langage des oiseaux est un outil précieux.

Voici des exemples:

Le diabète est «dit à la bête», c'est proche l'un de l'autre. Même si le diabète provient d'une tristesse profonde ou de répugnance et de résistance comme on l'apprend en décodage biologique, il peut aussi se rapporter au fait que l'on s'est senti comme une bête ou qu'il y avait quelque chose de relatif à une bête.

Autre exemple: l'ataxie de Friedrich. Dans le mot ataxie il y a taxi. Quand j'écrivais sur cette maladie, je voyais les Yellow Cabs à New York (ce sont

tous des taxis jaunes) et je voyais quelqu'un qui montait dans un taxi ou en descendait et qui était toujours pressé. Il n'arrivait pas à prendre le dessus sur ce qui se passait. Dans *Le grand dictionnaire des malaises et des maladies*, sur l'ataxie de Friedrich, il est dit entre autres: «j'ai peur de ne pas pouvoir accomplir toutes les tâches que ma mère me demande ... J'ai peur de ne pas avoir le véhicule physique (A-taxi-e) approprié au bon moment...»

Par la suite, dans les ateliers que j'ai suivis avec d'autres thérapeutes, dans le sud de la France, c'est phénoménal de voir le nombre de thérapeutes qui ont développé cette approche de la métaphysique des malaises et des maladies.

J'ai ajouté cette approche du langage des oiseaux dans la 2^{ième} édition du *grand dictionnaire des malaises et des maladies* parce que nous avons maintenant une bonne **connaissance** de ce fonctionnement.

Quand la connaissance du langage des oiseaux prend toute son importance...

J'étais chez un ami, nous nous promenions et il y avait quantité de bouleaux autour de nous.

Cet ami me dit: «Jacques, quand j'étais plus jeune, j'étais allergique aux bouleaux».

J'ai répondu: «ah! oui.» Lorsqu'il m'a dit cela, il est apparu dans ma tête, comme dans les dessins animés, une bulle et une ampoule «j'ai une idée» ou «je viens de comprendre».

Je lui ai demandé: «quand es-tu devenu allergique aux bouleaux?»

Lui me répond: «vers l'âge de 18 ans.»

Moi: «qu'est-ce qui est arrivé dans ta vie à l'âge de 18 ans?»

Lui: «j'ai laissé mon travail et je suis entré en communauté»; c'était un type très spirituel, très sensible, très sensitif et qui aimait beaucoup la menuiserie et tous les travaux manuels.

Alors, c'est là que j'ai compris toute la frustration qu'il avait vécue parce qu'il avait laissé SON BOULOT. Et là, je me suis dit que ce doit être moi qui me fais des idées: BOULEAU, BOULOT....quand même... «L'**allergie**

apparaît souvent à la suite d'un événement où je me suis senti **séparé** d'une chose, d'un animal, d'une personne»¹⁰.

Par la suite, il avait travaillé sur lui, il avait suivi de nombreux ateliers de croissance personnelle, il avait **guéri** certaines blessures et maintenant il n'est plus allergique aux bouleaux. C'est alors que je me suis dit: donc, le cerveau ne fait pas la différence entre ce qui est réel, imaginaire, virtuel ou symbolique. Ainsi, pour le cerveau, le bouleau (l'arbre) ou le boulot le (travail), c'est la même chose.

Une amie me parle de sa fille allergique aux pêches depuis qu'elle est bébé. C'est lorsqu'elle s'est retrouvée à manger de la purée de pêches que l'on a remarqué qu'elle était allergique à ce fruit.

Je lui demande: «qu'est-ce qui est arrivé au moment de sa venue au monde?»

Elle me répond: «Lorsque j'ai perdu les eaux, j'étais encore à la maison et j'ai dit à Paul, mon mari: DÉPÊCHE-toi, on va être en retard!!! DÉPÊCHE...!»

Elle était en sur-stress avec le mot DÉPÊCHE (DES PÊCHES), et voilà! C'est aussi simple que cela. Il y a bien des exemples semblables.

J'ai connu une personne traumatisée par le fait d'attendre dans une file de personnes, au cinéma, au théâtre. Cette personne était allergique aux peupliers et aux cyprès. Elle n'était pas bien dans une foule, avec beaucoup de monde, parmi le peuple...., beaucoup de peupliers!... Et elle s'est retrouvée allergique à l'arbre le peuplier. Le fait d'être dans une file de personnes lui était insupportable parce qu'elle était «si près» (cyprès) des gens et ne pouvait tolérer cette situation. C'est en discutant avec cette personne que j'ai pu trouver la correspondance. Vraiment, le cerveau ne fait pas la différence entre ce qui est réel, imaginaire, virtuel ou symbolique. Je retiens cela.

Il arrive parfois que lorsqu'on commence à discuter avec des gens des relations qui existent entre les événements et les mots, ils nous trouvent un peu bizarre. Mais plus nous discutons avec eux et plus nous trouvons la relation, il est alors de plus en plus évident qu'il ne s'agit pas de hasard et cela devient, pour la personne avec qui nous parlons, une grande découverte comme ce fut le cas pour moi dès l'été 1993.

À la **connaissance** du langage des oiseaux s'ajoute:

La connaissance des mots guérisseurs

Dans la 2^{ième} édition du *Grand Dictionnaire des malaises et des maladies*, il y a des mots qui sont écrits en **caractère gras et italique**: ce sont des mots guérisseurs, des mots volontairement ajoutés pour attirer l'attention et déclencher des émotions ou des prises de **conscience** au niveau du cerveau. Comme ces mots proviennent de l'étymologie du nom de la maladie, ceci implique que le mot est relié de façon **consciente** ou inconsciente à la maladie elle-même¹¹. Comme le cerveau «sait» que le mot provient de l'étymologie du nom de la maladie, il se peut bien que cela m'amène à passer «par la porte arrière» et avoir ainsi accès à l'émotion ou toute autre information qui a rapport au conflit relié à la maladie.

Comment procéder pour déclencher des émotions ou des prises de **conscience** permettant un commencement de **guérison** ou, qui sait, une **guérison** totale?

La technique à utiliser est simple: c'est la **technique d'intégration par prononciation monosyllabique rythmique et séquentielle** ou plus simplement appelée **la technique monosyllabique**. Cette technique de **guérison** est décrite au début du *grand dictionnaire des malaises et des maladies* et aussi dans le livre *ATMA, le pouvoir de l'Amour*.

La voici:

Elle consiste à lire **syllabe par syllabe** en prenant une seconde par syllabe. De cette façon-ci:

syl-silence-la-silence-be-silence-par-silence-syl-silence-la-silence-be.

Je lis le malaise ou la maladie que j'ai présentement, que j'ai déjà eu ou que j'ai peur d'avoir, de cette façon, syllabe par syllabe, en prenant une seconde par syllabe.

Je peux ressentir des courants de chaleur, des picotements dans mon corps, des émotions qui montent auxquelles je ne m'attendais pas et que je ne suis pas capable de freiner, si bien que parfois, quand je sens les émotions arriver, il se peut que je me mette à lire plus vite.

Pourquoi vais-je me mettre à lire plus vite?

Parce que lire plus vite va permettre aux émotions de ne pas monter, de ne pas sortir et cela me ramène davantage au niveau de mon mental. C'est comme si je voulais freiner ces émotions pour ne pas «souffrir à nouveau».

Ce qu'il faut comprendre, c'est que lorsque les émotions remontent, que ce soit de la tristesse, de la peine, du désarroi, je dois les laisser monter parce que je suis alors dans le processus de **guérison**. En effet, à ce moment, lorsque mes émotions émergent, une énergie d'**Amour** va descendre au niveau de mon cœur♥ pour apporter cette **guérison**.

Voilà pourquoi dès que je m'entends lire plus vite, je reviens le plus rapidement possible à la lecture seconde par seconde.

Un conflit, c'est souvent une interprétation d'un manque d'**Amour**, ai-je lu au début de ce livre; alors, pour **guérir**, grâce à cette méthode, je remets de l'**Amour** dans la situation. Je me libère de ces émotions de peine, de tristesse qui étaient peut-être inconscientes afin de laisser place à plus d'**Amour** et cette énergie d'**Amour** va entrer à l'intérieur de moi et amener le processus de **guérison**.

Je connaissais quelqu'un qui bégayait.

Il a lu le texte sur le bégaiement syllabe par syllabe, en prenant une seconde par syllabe et après qu'il eut terminé, il bégayait deux fois moins. Deux fois moins, OUI. Cette technique l'a aidé. La moitié du travail est déjà fait, il ne lui reste plus qu'une autre moitié à travailler, peut-être tout simplement en recommençant régulièrement, car cette technique fonctionne à merveille, alors pourquoi s'en priver?

C'est une technique que j'utilise également dans les ateliers «Retrouver l'enfant en soi» de la façon suivante:

Je prends l'exemple d'une participante que je vais nommer Diane.

Lors de cet atelier, je vais faire échanger Diane l'adulte, que j'appelle la «grande Diane», et l'enfant Diane, que j'appelle la «petite Diane».

La grande Diane va écrire une lettre à la petite Diane et cette lettre va commencer ainsi: «Ma chère petite Diane, je prends quelques moments ici aujourd'hui pour prendre contact avec toi. C'est quelque chose que je voulais faire depuis longtemps et j'ai hâte de découvrir tout ce qu'on va pouvoir vivre ensemble. De ta grande Diane qui t'aime.»

Et la petite Diane va répondre: «Très grande Diane, je suis si heureuse que tu prennes contact avec moi. Il y a tant d'années que j'attends ce moment-là. Je me sentais seule, comme enfermée dans un placard. Je me demandais si tu m'avais oubliée. Tu sais, j'ai grand besoin de toi et j'ai grand besoin de ton **Amour** aussi. Viens me voir, j'ai besoin de ton aide. De ta petite Diane qui t'aime.»

Alors, que fait-t-on avec ces deux lettres?

Moi Diane la participante, je les lis selon la technique monosyllabique et je vous assure que les émotions se manifestent.

Je ne fais pas cela juste pour vivre des émotions, pour pleurer, je le fais pour libérer quelque chose, pour **guérir** une douleur bien réelle.

J'ai eu le droit quand j'étais jeune de vivre de la peine, de la tristesse ou la sensation d'être incompris ou encore toute autre sorte d'émotions: colère, frustration... Bien sûr j'avais le droit, oui, mais ce qui est arrivé, c'est que j'ai refoulé ces émotions, je les ai cachées aux autres et parfois également à moi-même. Alors ce refoulement et cette censure, parfois, ont créé bien des blocages à l'intérieur de moi ainsi que du stress. Aussi, en permettant la libération de ces émotions, je me libère également du stress qui les accompagnait ainsi que, peut-être, des malaises et des maladies auxquels elles étaient reliées.

Je peux également pratiquer cette technique dans ma relation avec quelqu'un.

Suite à la prise de **conscience** de ressentis particuliers par rapport à une personne, j'écris tout ce que je ressens ou constate d'avec cette personne. Puis je lis mon texte syllabe par syllabe, plusieurs fois et plusieurs jours s'il le faut, jusqu'à ce que je ne ressente plus d'émotions remonter en moi lors de la lecture. Je peux alors brûler le papier en n'oubliant pas de dire **merci** à... moi, à... l'autre, à... l'Univers, à... l'Âme que je suis, etc.

C'est une technique et je ne peux garantir les résultats à cent pour cent (100%), mais qu'est-ce-que cela me coûte d'essayer? Je prends juste le risque que cela réussisse.

Une précision quand j'applique cette technique par rapport à des malaises et des maladies tirés du ***Grand dictionnaire des malaises et des maladies***, il

est important que si, par exemple, je vis de l'anémie, je lise les textes à la fois sur le sang, le sang en général, les maux de sang et l'anémie.

Bien sûr, lire tous ces textes syllabe par syllabe en prenant une seconde par syllabe, c'est long, oui, mais c'est long aussi quand je me retrouve à l'hôpital. C'est long quand je me retrouve dans l'obligation de prendre des médicaments le restant de mes jours.

Alors, pourquoi ne pas essayer cette technique, la pratiquer. C'est tellement simple et les résultats peuvent être surprenants.

Moi, je suis encore surpris des résultats, mais quand nous avons **la connaissance du fonctionnement du cerveau**, nous savons que ce n'est pas énorme, ce qui a besoin d'être fait pour que des changements positifs se manifestent dans notre vie: juste des petits trucs simples comme celui-ci et il y en a bien d'autres qui existent.

Et me voici arrivé à une dernière connaissance:

La connaissance de l'Univers – la connaissance du son

Quand je parle de la **connaissance** de l'Univers, il ne s'agit pas des planètes, du ciel, des étoiles, mais une **connaissance** à expérimenter régulièrement, chaque jour même, et qui est relative au son.

Et la question importante est la suivante: qu'est-ce que j'écoute régulièrement?

Les sons ont une forte répercussion sur mon état d'être, non seulement mental et émotionnel, mais également physique.

Si j'écoute régulièrement de la musique douce, de la musique classique ou de la musique de relaxation, ces sons vont m'harmoniser.

Pourquoi?

Mon corps est composé de soixante-quinze pour cent (75%) d'eau et les sons ont une forte répercussion sur l'eau.

Des études ont été faites sur les effets de la pensée, des émotions et des sons sur l'eau par Masaru Emoto (chercheur japonais) et elles sont bien édifiantes.

Voici comment il a mené ses recherches.

Il a émis des sons ou des pensées vers des verres d'eau, puis il a fait geler cette eau afin de pouvoir examiner la structure des cristaux d'eau.

Le résultat est très édifiant lorsque des mots exprimant la douceur, l'**Amour** sont émis ainsi que de la musique douce et harmonieuse: la structure des cristaux est alors magnifique, harmonieuse; tandis qu'avec des mots exprimant la colère, la haine et la musique «hard», il n'y a plus aucune harmonie, plus de structure.

Je peux aller visiter et explorer le site internet de Masaru Emoto¹² sur lequel j'ai accès à un grand nombre de photos des cristaux d'eau me montrant cette répercussion des sons sur l'eau et donc sur mon être.

Je peux écouter également des mantras¹³ spirituels et même les dire ou les chanter.

Les mantras sont des mots ou des phrases sacrés prononcés à voix haute ou intériorisés.

Il en est un bien connu: le **AUM**, mantra oriental, prononcé comme ceci: AAAA OU Mmmmm

Un autre de plus en plus connu est le chant du **HU**. Il se prononce YIOU. C'est un mantra de **guérison**, de protection et d'ouverture de conscience. C'est un ancien nom de «Dieu» et je lis ce mot en n'y mettant aucune connotation religieuse. Il est dit que c'est le son le plus élevé, au niveau vibratoire, que l'on puisse prononcer avec la voix humaine.

Je ferme les yeux et je chante **HU**. Je vais probablement ressentir en moi de la paix, de la chaleur et du réconfort. Il se peut également que, dans mon quotidien, je perçoive de plus en plus d'intuitions ou même une plus grande compréhension de ma vie.¹⁴

Ainsi, **la connaissance** au sens large est un premier élément important afin d'aller vers ma **guérison**.

Car je peux vouloir faire un choix ou des choix entre toutes les médecines, officielle, alternative ou spirituelle; alors qu'il soit le plus éclairé possible.

Je suis seul et pleinement responsable de ma vie. C'est moi qui ai le choix de ce qui doit arriver dans ma vie. Bien sûr, je vais écouter et prendre en

considération ce qu'un médecin ou un thérapeute va me dire, me diagnostiquer, me conseiller, mais finalement, c'est moi qui dois choisir; je dois prendre mon propre pouvoir en mains.

Si je laisse mon pouvoir entre les mains d'un autre, je remets ma **guérison** à la puissance de cet autre.

Et si la méthode est en désaccord avec mon intériorité, alors je ne **guérirai** pas ou, si apparemment je **guéris** cette maladie-ci, je déclarerai une autre maladie et en rendrai l'autre responsable. Certes plus facile, mais bien souvent plus douloureux.

Et pour que mon choix soit éclairé, je dois écouter et avoir un minimum de connaissances afin de comprendre l'information apportée par chacun des thérapeutes auxquels je vais m'adresser. Enfin, je dois également être **conscient**, quelle que soit la méthode que je vais choisir, de toutes les connaissances techniques et scientifiques qui vont me permettre de mettre en œuvre cette méthode et dire **merci** pour tout cela, simplement un **merci** qui va me mettre dans un état de plus grande intégration de la méthode choisie.



-
- 1 **La datation par le carbone 14** est une méthode de datation radiométrique basée sur la mesure de l'activité radiologique du carbone 14 (14C) contenu dans de la matière organique dont on souhaite connaître l'âge absolu, à savoir le temps écoulé depuis sa mort. (Source Wikipédia)
 - 2 **Allopathiques:** les médicaments allopathiques sont les médicaments habituels de la médecine officielle traditionnelle.
 - 3 **Le serment d'Hippocrate** est un texte qui constitue en quelque sorte un code d'honneur de la profession médicale.

Le serment d'Hippocrate actuel est traité lors de la soutenance de thèse de docteur en médecine par un candidat soumis au bon vouloir du jury dont les individus sont revêtus d'une robe noire,

tel que le veut la tradition universitaire.

Le texte du serment d'Hippocrate est le suivant: «Je promets et je jure d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité dans l'exercice de la médecine. Je donnerai des soins gratuits aux indigents, et n'exigerai jamais un salaire au-dessus de mon travail. Admis dans l'intérieur des maisons, mes yeux ne verront pas ce qui s'y passe, ma langue taira les secrets qui me sont confiés, et mon état ne servira pas à corrompre les mœurs ni à favoriser le crime. Je ne permettrai pas que des considérations de religion, de nation, de race, de parti ou de classe sociale viennent s'interposer entre mon devoir et mon patient. Même sous la menace, je n'admettrai pas de faire usage de mes connaissances médicales contre les lois de l'humanité. Respectueux et reconnaissant envers les maîtres, je rendrai à leurs enfants l'instruction que j'ai reçue de leurs pairs. Que les hommes m'accordent leur estime si je suis fidèle à mes promesses. Que je sois couvert d'opprobre et méprisé de mes confrères si j'y manque».

- 4 **Paul Twitchell** (1908–1971) Fondateur d'un mouvement spirituel aux États-Unis.
- 5 **REIKI**: Technique de **guérison** par imposition des mains utilisant l'énergie d'**Amour** universel neutre, sans intention.
- 6 **Méridiens**: le concept de **méridiens** vient de la médecine chinoise; ce sont des canaux permettant à l'énergie vitale du corps de circuler à travers le corps.
- 7 Voir sur www.atma.ca la vidéo «**Le cerveau en rapport à la maladie**».
- 8 Ou petit magasin d'alimentation.
- 9 Voir sur www.atma.ca la vidéo «**Au sujet des allergies**».
- 10 **Extrait du livre *Le grand dictionnaire des malaises et des maladie***, 2^{ième} édition, 2007.
- 11 Informations recueillies dans un atelier de Gérard Athias et reprises avec sa permission. (www.athias.net)
- 12 **Masaru Emoto**: site: www.masaru-emoto.net
- 13 **Mantra**: terme sanskrit; le mantra est une suite de mots ou de sons répétés de nombreuses fois, comme une prière.
- 14 Le CD **HU, le chant de l'Univers** est offert gratuitement avec le livre **ATMA, le pouvoir de l'Amour** de Jacques Martel. Aussi disponible sur www.amazon.fr et prévu sur Internet via **iTunes** à la fin de 2010.



**Il est important
que j'aie chercher
ce qu'il y a de mieux pour moi,
ce que je ressens
comme étant le meilleur pour moi,
où que je sois et où que j'aie le chercher.**

**La guérison passe par la connaissance
dans bien des domaines différents
qui se sont aidés, complétés,
accompagnés au fil des siècles.**







1

CONNAISSANCE

2

OUVERTURE

3

4

5

OUVERTURE

Le deuxième élément est l'**ouverture**.



Pour accéder à la **guérison**, l'**ouverture** est importante.

Mais de quelle **ouverture** s'agit-il?

L'ouverture physique

Comme il peut paraître bizarre de parler d'**ouverture** physique!

Bien sûr, lorsque j'ai une opération chirurgicale, cela peut passer par une **ouverture** réelle du corps.

Mais il ne s'agit pas de cela ici.

En fait, je parle ici d'**ouverture** physique relative à la position de mes bras. Bizarre aussi!

Dans les différents échanges que je vais avoir avec des personnes s'occupant de santé et pour être sûr d'être à l'écoute de ce qu'ils ont à me dire, à m'expliquer, à me suggérer, je vais éviter de croiser les bras.

Pourquoi?

Je fais cette simple constatation: lorsque je croise les bras, ceux-ci se croisent juste sous ma poitrine, à un endroit où se trouve ce centre d'énergie, cette roue d'énergie qui s'appelle le plexus solaire. Or, ce centre d'énergie est celui de la relation aux autres ainsi que de mon rayonnement.

Ne dis-je pas, lorsque quelqu'un ou quelque chose m'a choqué ou blessé, que j'ai reçu un coup au plexus? Alors, le mouvement réflexe est le plus souvent de me plier en avant en posant mes avant-bras sur mon chakra (c'est le nom que l'on utilise le plus couramment pour nommer cette roue d'énergie) du plexus solaire afin de le protéger, de me protéger et ainsi me fermer à ce que je crois ou ressens comme étant une agression.

Croiser mes bras sur mon plexus solaire lorsque je suis à l'écoute de quelqu'un, c'est comme si j'allais à un concert d'orchestre symphonique en me mettant des bouchons dans les oreilles. Alors, c'est sûr, je suis en bonne compagnie, le décor est splendide, mais le but de la soirée est d'écouter de la musique. En gardant mes bras croisés ainsi, je me ferme et je crois bien que je ne vais pas entendre grand chose.

Mon but quand je vais voir un professionnel de la santé, quel qu'il soit, est de me mettre à son écoute et à l'écoute de mes émotions afin d'avoir un maximum de renseignements et ressentis pour faire mon choix. Il est évident qu'il peut me dire des choses que je ne veux pas entendre ou qui me dérangent, que ce soit sur mon état physique, mon état mental ou mon état émotionnel, puis qu'il me propose des actions qui ne me font pas plaisir ou me perturbent. Mais je suis venu pour entendre, alors j'ouvre mes bras.

En revanche, croiser les bras lorsque je suis dans un endroit où je ne me sens pas bien et que je ressens le besoin de me protéger, c'est autre chose, cela devient simplement du discernement et de la protection. Mais quand je suis quelque part pour apprendre, pour prendre **conscience** de choses importantes, alors je m'ouvre en ouvrant les bras, en laissant la liberté à mon plexus solaire de recevoir des informations et de me les transmettre.

L'ouverture psychologique

Si je ne suis pas **ouvert** à des possibles que je ne connais pas ou à d'autres thérapies, à d'autres formes de pensées ou de traitements ou d'approches quelles qu'elles soient, je reste enfermé dans mes schémas. Et comme mes schémas sont à l'origine de mes maux, je reste avec mes douleurs et mes souffrances. C'est simple.

Donc, il est important que je sois **ouvert** également à ce que je sais comme à ce que je ne sais pas, à ce que je conçois comme à ce que je ne conçois pas; en fait, simplement **ouvert** à tous les possibles.

Certains disent que l'esprit, c'est comme un parachute: ça fonctionne quand c'est **ouvert**!

Alors, je comprends bien vite ce qui arrive si le parachute n'est pas **ouvert**. Je fais une belle chute libre!

Il est donc important que j'aie l'esprit **ouvert**.

Mais je me pose cette question: que signifie vraiment avoir l'esprit **ouvert**?

Peut-être est-ce la réponse à cette question:

Qu'est-ce qui fait que je suis ou non en relation avec les autres?

- Est-ce parce que je parle le même langage qu'eux?

Non, pas forcément, j'ai bien des exemples de communication avec des personnes parlant une autre langue, ou avec des personnes d'origine différente de la mienne, ou avec des personnes ayant des points de vue complètement différents des miens.

- Est-ce parce qu'ils ont la même religion que moi?

Non, pas nécessairement non plus. Ici encore, j'ai bien des exemples d'écoute et d'échange avec des personnes ayant une religion ou une approche spirituelle différente de la mienne.

- Est-ce alors parce qu'ils sont dans le même domaine que moi?

Non, pas obligatoirement non plus. Je parle, communique, échange avec des personnes ayant des métiers et des pôles d'intérêt bien autres que les miens.

Alors qu'est-ce qui fait que je suis en bonne relation avec eux, que je suis bien dans cette communication avec eux?

La réponse est simple: c'est tout simplement notre **ouverture** d'esprit mutuelle, le fait que nous **acceptons** que l'autre ait des points de vue, des expériences, des vécus différents des miens et que j'écoute, ainsi que le **respect** que chacun a de l'autre; voilà où réside notre plus grande **ouverture** d'esprit. Nous nous écoutons et nous nous respectons.



Si je n'ai ni **ouverture** d'esprit ni **respect** de l'autre, il y a peu de chance que je communique avec les gens. Si je suis **ouvert** et respectueux, alors tout échange est possible et chacun sort grandi de la communication.

Un musulman et un chrétien **ouverts et se respectant** vont apprendre l'un de l'autre.

Une femme et un homme dans **l'ouverture et dans le respect** l'un de l'autre vont apprendre l'un de l'autre.

Un mendiant et un millionnaire, chacun **ouvert et respectueux** de l'autre, vont apprendre l'un de l'autre.

Un hétérosexuel et un homosexuel **ouverts d'esprit et se respectant** vont apprendre l'un de l'autre.

L'échange est alors toujours un enrichissement pour chacun.

Oui, j'insiste, l'ouverture d'esprit et le respect de l'autre. Et cela, je peux l'exiger.

J'ai le droit et j'ose même dire le devoir d'exiger que l'on me **respecte**, j'ai le droit et le devoir d'exiger une **ouverture** d'esprit envers moi comme je les ai vis-à-vis des autres, j'affirme ainsi le **respect** que j'ai de moi-même.

En revanche, je ne peux exiger que tout le monde comprenne tout, pas plus que je ne peux l'exiger de moi.

Dans la vie, je ne peux vouloir absolument comprendre comment mon voisin fonctionne, je ne suis pas lui, je n'ai pas son vécu, je n'ai pas ses expériences, «je n'ai pas marché neuf lunes dans ses mocassins» et quand bien même, mais cela n'a aucune importance à partir du moment où je le **respecte**. Et si je suis bien honnête avec moi-même, est-ce que je comprends vraiment bien comment je fonctionne moi-même? Ne serait-il pas plus sage de simplement constater mes ou ses fonctionnements plutôt que de vouloir comprendre à tout prix? Je peux constater, simplement, sans jugement, ni sur moi ni sur l'autre, mais comprendre???

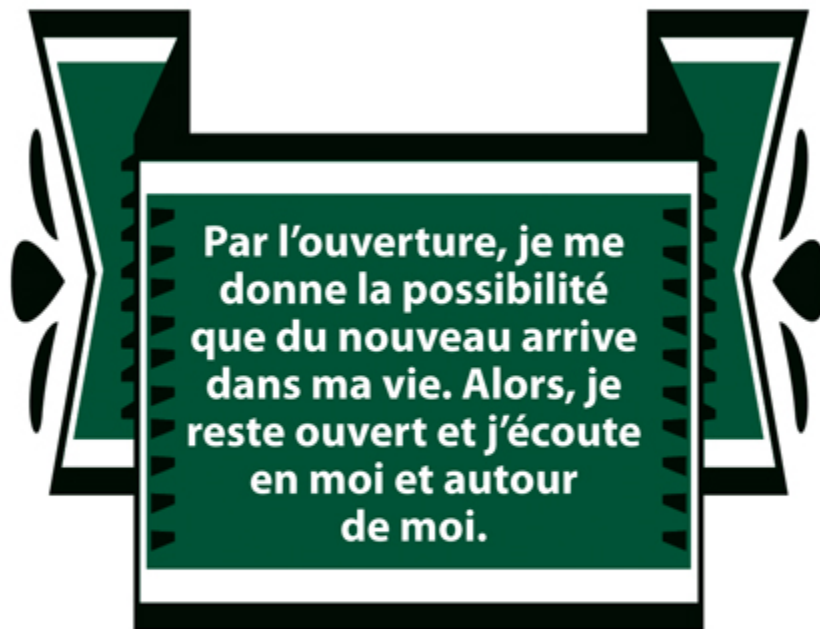
Je fais souvent cette constatation qu'à partir du moment où je cesse de vouloir absolument comprendre, me comprendre, lorsque je me mets simplement à constater ce que je fais, ce que je dis, ce que je ressens, à regarder ce que l'autre fait, à écouter ses paroles, ses émotions, dans le plus grand respect pour moi-même et pour lui, alors non seulement je me sens mieux dans ma vie, mais j'apprends plein de choses nouvelles, je découvre bien des nouveaux possibles.

La compréhension de tout n'est absolument pas nécessaire; au contraire, bien souvent la volonté ou le besoin de comprendre va faire que je vais me fermer à autrui ainsi qu'à moi-même, car je vais tourner en rond dans mon vécu, mes expériences qui font justement mes limites actuelles.

Et quand je ne peux comprendre quelqu'un alors même que je le voudrais, parce que je reste dans une incompréhension face à lui, je me mets le plus souvent à le juger.

Ainsi, l'ouverture dans le respect est essentielle pour me donner la possibilité de découvrir d'autres schémas de pensées, d'autres

méthodes qui vont m'ouvrir sur d'autres possibilités de guérir.







1

CONNAISSANCE

2

OUVERTURE

3

LÂCHER-PRISE

4

5

LÂCHER-PRISE

Le troisième élément de cette marche vers la **guérison** est le **lâcher-prise**.

Si je veux accéder à la **guérison** et que je reste dans mes vieux schémas de pensée, dans mes habitudes, rien ne changera.

J'ai l'image de mes bonnes vieilles pantoufles. Et voilà qu'aux Fêtes, j'ai reçu comme cadeau une paire de pantoufles neuves pour remplacer celles que j'ai depuis 30 ans.

C'est vrai que mes vieilles pantoufles sont percées, c'est vrai aussi qu'elles portent la trace de tous mes orteils, mais comme je suis bien dedans! Ce sont des pantoufles sur mesure. Oui elles sont percées et usées, mais comme je me sens à l'aise et confortable! Et je n'ai pas du tout envie de les jeter. Ça fait trente ans que je vis avec elles et elles sont si douillettes. Et voilà qu'on m'en donne des neuves! Je n'ai pas du tout envie de me séparer de mes vieilles pantoufles.

Eh bien, c'est la même chose avec les pensées.

Oui, mais ça fait des générations qu'on pense comme ça ou ça fait trente ans que je pense de telle façon et tu me demandes de penser autrement? Eh bien oui.... il peut y avoir des choses nouvelles à découvrir.

Il y a quelques centaines d'années, les scientifiques d'alors disaient que le soleil tournait autour de la terre et si on osait affirmer autre chose, on se faisait excommunier. C'est en 1543 que Copernic (astronome polonais)

publia un traité démontrant l'hypothèse du mouvement de la terre et des planètes autour du soleil: son œuvre fut mise à l'index¹⁵. Galilée, savant italien, reprit et confirma cette hypothèse. Il fut alors déféré devant le tribunal de l'Inquisition qui le condamna et l'obligea à se rétracter, ceci se passa près d'un siècle plus tard en 1633. Et Galilée, à la fin de son procès et après sa rétractation, aurait dit à voix basse: «et pourtant elle (la terre) tourne!». Il fut excommunié, bien sûr, et l'église mit trois siècles et demi pour le réhabiliter, ce qui fut fait en 1992.

Aujourd'hui, chacun sait pertinemment que c'est la terre qui tourne autour du soleil et non le contraire. Ce qui est vrai aujourd'hui peut très bien s'avérer faux demain. Il est donc important de **lâcher prise** sur les vieux schémas, les vieux concepts.

Je reviens maintenant au fonctionnement du cerveau.

Le sur-stress psychologique se change en un stress biologique sous forme de maladie; mon cerveau se libère ainsi du stress dans une optique de survie de l'espèce et devient alors plus efficace.

Donc, je vais faire tout ce que je peux pour diminuer mon stress puisque c'est le sur-stress qui développe la maladie.

Il est alors louable de penser que si je prends des moyens pour diminuer mon stress, ça devrait mettre les chances de mon côté.

Oui, bien sûr, mais tout va dépendre des moyens que je vais prendre.

Et je veux aborder ici un moyen utilisé par un certain nombre grandissant de personnes, sous prétexte de diminuer leur stress: la drogue.

J'entends certaines personnes dire: «je prends mon joint tous les jours, ça me dé-stresse», «je suis content d'entendre qu'il faut que je prenne les moyens pour me dé-stresser, moi j'en ai un».

Je suis thérapeute, je ne vais pas vous dire que c'est bien ou que ce n'est pas bien, chacun fait ce qu'il veut avec sa vie. Mais qu'arrive-t-il dans ce cas-ci? Quel danger y aurait-il à consommer de cette façon-là, juste un petit joint? C'est vrai enfin, j'ai un stress alors je prends quelque chose pour le diminuer! Alors de quoi tu te mêles, tu es incohérent!

Mais voilà, quand je vais être face à la vie, à un défi à relever, est-ce que je vais avoir cette énergie, cette détermination pour le relever ce défi? J'ai pris

cette habitude, lorsque je suis stressé, de m'arranger avec un petit joint pour ne plus être **conscient** de mon stress.

Alors voici comment je vais peut-être fonctionner:

- ♦ Je ne m'en fais pas pour mes comptes, même s'ils sont en retard, je ne stresse plus;
- ♦ Je ne m'en fais pas quand l'huissier vient, je ne stresse plus;
- ♦ Les meubles partent de la maison, pas de problème, je ne stresse plus.

Et je me demande alors: «qui gère ma vie? Moi ou ceux qui m'approvisionnent?»

Un jour, la vie m'a amené, moi Jacques Martel, à côtoyer pendant quelques années des gens qui consommaient. Moi, je ne consommait pas, mais je côtoyais ces gens-là et ce fut une expérience difficile.

Un jour, je me trouvais dans la même pièce qu'un garçon qui préparait sa coke, sa petite cuillère, son mélange; il le fait chauffer et le met dans la seringue. Puis il se prépare à se piquer et moi, je me prépare à sortir de la pièce. Il me dit, non Jacques, je veux que tu restes à côté de moi. Alors je reste.

Dès qu'il se fait son injection, je sens qu'au niveau de son cœur♥, son chakra du cœur♥ se met à s'ouvrir, grand, grand. Je me dis qu'en effet ils doivent être bien quand ils prennent ça...le chakra du cœur♥ est grand ouvert. C'est sûr, ils sont dans l'**Amour**, tout va bien. Tout est parfait. Tout est merveilleux. Je comprends qu'ils sont bien ainsi.

Mais, mais, mais, c'est comme une fleur, une rose. Si j'aime tellement la voir ouverte et que je tire volontairement sur ses pétales, elle va s'ouvrir, c'est sûr, mais de façon superficielle, artificielle et des morceaux de pétales vont me rester dans les mains, ce qui crée des blessures au niveau énergétique.

Alors même si je suis bien au moment où je suis dans cet état-là, quand l'effet «bénéfique» cesse, il y a de fortes chances que je sois encore plus stressé qu'avant et même blessé.

Donc, est-ce vraiment bénéfique? C'est là où je veux en venir.

Chacun fait ce qu'il veut dans la vie. Je ne porte aucun jugement. Je dis simplement: que chacun de nous soit **conscient** de ce dans quoi il s'engage.

Et je dois savoir que si je prends parfois des moyens artificiels pour me dé-stresser temporairement, en définitive je peux me retrouver encore plus stressé ensuite, par le manque, par l'incapacité à faire face, par les blessures provoquées dans mon énergie.

Et c'est la même chose avec le verre de boisson alcoolisée, puis deux, oh! et un petit troisième que je prends pour me dé-stresser de ma journée. Me voici content, béat, devant mon écran de télévision.

Ce n'est pas une libération, c'est un emprisonnement progressif et bien souvent un triste chemin vers la maladie.¹⁶

Je reviens au **lâcher-prise** «naturel».

Lorsque je **lâche prise**, je laisse aller mes vieux schémas, je ne m'y accroche pas comme à une bouée de sauvetage, je me laisse porter par le courant du nouveau et je fais confiance. Oui, je fais confiance à la vie qui m'apporte à chaque instant le meilleur qui puisse m'arriver.

Si je regarde en toute honnêteté les événements de ma vie, je constate que ce n'est que lorsque j'ai résisté à ce qui se passait, lorsque j'ai voulu absolument maintenir une situation qui se désagrégeait, lorsque j'ai refusé de changer ma façon de voir, de faire ou de penser, alors oui, à ces moments-là, j'ai souffert, j'ai stressé et j'ai développé une maladie. D'ailleurs, ne dit-on pas lorsque quelque chose ne nous va pas du tout: «oh, j'en suis malade!» Oui, je suis malade d'avoir à changer, d'avoir à **accepter** l'inconnu, je suis malade d'avoir à lâcher mon connu.

Alors j'ose abandonner mes vieilles histoires pour en vivre de nouvelles. Je fais de la place. Comment puis-je rajouter des livres dans une bibliothèque débordante d'ouvrages? Je garde mes vieux livres, je ne fais pas de place pour de nouveaux et pourtant je ne relis quasiment jamais tous ceux qui s'entassent depuis des années: «ah! oui mais je les ai, je les ai aimés et si je le souhaite, je peux les re-feuilleter quand je veux, ils sont ici, je les ai sous la main»; oui mais dans mon cœur, dans mes artères ainsi que dans mon système digestif, ils pèsent lourd. Vais-je sans cesse ressasser les mêmes vieilles choses, les mêmes vieux schémas? Vais-je vivre toujours les mêmes schémas, ceux de mon enfance, ceux de mes parents, de mes grands-parents et plus loin encore, car, de toute façon, c'est ainsi que cela se passe si je ne fais rien pour que cela change. Non, je peux décider de vivre MA vie, la mienne, et l'inventer à chaque instant.

J'abandonne les maladies familiales, les stress hérités, les malheurs de ma généalogie.



Et dans ce **lâcher-prise**, j'ai une qualité à mettre en place: le **discernement**.

Oui, je dois faire preuve de discernement.

Pourquoi?

Car le **lâcher-prise** n'est pas le laisser-faire. Le laisser-faire c'est ne rien faire quoi qu'il arrive, ne prendre aucune décision, me laisser emporter par les vagues des événements. Le **lâcher-prise**, c'est constater et **accepter** ce qui se passe, puis prendre une décision et, si le résultat n'est pas le résultat escompté, reprendre une décision, une direction et regarder de nouveau ce qui se passe et continuer ce processus encore et encore.

Mais en fait, n'est-ce pas tout simplement vivre tous mes possibles?

Et dans ce **lâcher-prise**, je m'ouvre, je regarde et j'écoute tout ce qui se passe autour de moi. Je suis vigilant, je fais attention aux coïncidences sous toutes leurs formes, ces coïncidences qui sont bien souvent des messages de ma voix intérieure pour me renseigner et me guider. Chaque fois que je prends une décision, j'observe ce qui arrive autour de moi, comment les événements se mettent en place ou ne se mettent pas en place par rapport à cette décision, quels sont les mots que j'entends dans une chanson, lors d'une émission de télévision, autant de détails qui peuvent être des messages de faire ou de ne pas faire, de changer de direction ou de persévérer dans ma direction.

Le **lâcher-prise** demande **discernement** mais également **vigilance**.

Je veux insister sur le **discernement**, sous un autre aspect.

Je me souviens d'une conférencière ayant dit un jour: «si vous voulez quelque chose, un emploi par exemple, laissez votre emploi (actuel) et faites de la place pour du nouveau». Une personne avait pris ce discours à la lettre, au premier degré. Elle a quitté son emploi et s'est retrouvée sur l'aide sociale¹⁷. Elle n'a pas trouvé d'autre emploi pour un certain temps.

Si je veux un nouvel emploi, c'est probablement que l'actuel ne me convient plus. Alors, laisser cet emploi, ce n'est peut-être pas dans un premier temps le lâcher, le quitter, en claquant la porte.

Le **lâcher-prise** commence par faire la paix avec cet emploi, le remercier de tout ce qu'il m'a apporté, tant au niveau financier qu'au niveau expérience professionnelle ou relationnelle, alors là vraiment, je fais de la place en moi pour un nouveau travail et vais aller à la recherche de ce nouveau auquel j'aspire. Sinon, soit comme cette personne je me retrouve sans rien, soit je me retrouve dans la même situation professionnelle que celle que je viens de quitter. Bien sûr, c'est également une expérience, mais ne m'apportant probablement pas un meilleur bien-être ni une **guérison**, que ce soit au niveau psychologique comme au niveau physique.

En tout temps, je dois faire preuve de discernement et bien distinguer le laisser-faire du lâcher-prise.



15 **Mettre à l'index:** L'expression "*mettre à l'index*", apparue dès 1816, trouve son origine dans un catalogue religieux "*un catalogue des livres suspects dont le Saint-Siège interdit la lecture*". En effet, le concile de Trente, en 1563, a fait une liste (appelée aussi "*indice*") de livres dont la lecture était interdite pour cause de doctrine et de morale. Ces livres traitaient de sujets nuisibles au salut de l'âme du lecteur; il pouvait s'agir de sorcellerie, comme de sujets

hérétiques ou obscènes. Il fallait fuir ces ouvrages et leurs auteurs. Ce catalogue fut supprimé en 1965, le monde évoluant inexorablement, mais la locution est restée. Source: Encyclopédie lintern@ute

- 16 Voir «Alcoolisme» dans le livre **Le grand dictionnaire des malaises et des maladies** 2^{ème} édition 2007.
- 17 **Aide sociale**: équivalent du RMI (Revenu Minimum d'Insertion) en France.





1

CONNAISSANCE

2

OUVERTURE

3

LÂCHER-PRISE

4

ACCEPTATION ↓♥

5

ACCEPTATION ↓♥

Après la **connaissance**, l'**ouverture** et le **lâcher-prise**, voici le quatrième élément: l'**acceptation**↓♥.

Et ceci est très puissant. Pourquoi?

Dans le livre *Le grand dictionnaire des malaises et des maladie*, je remarque que, à chaque fois qu'il y a le mot **Accepter**↓♥, il y a une flèche vers le bas avec un cœur♥.

J'accepte↓♥, **j'accepte**↓♥, **j'accepte**↓♥ **dans mon cœur**♥.

Voici le mot important: **dans mon cœur**♥.

Et je dois bien entendre ici qu'**accepter**↓♥ ne veut pas dire être d'accord.

J'accepte↓♥ veut dire: **j'accepte**↓♥ d'avoir quelque chose à constater ou à comprendre, mais pas dans ma tête, à constater ou à comprendre **dans mon cœur**♥, ce qui est très différent.

Car il y a une règle très importante, pour ne pas dire une loi, que je dois bien intégrer:



«**Accepter**↓♥??? Tu ne me feras pas **accepter**↓♥ une telle chose, je ne suis pas d'accord, il m'a abusé, trompé, trahi!!!»

Je ne dis pas que je dois être d'accord, je dis que je dois **accepter**↓♥. Il y a une grande différence entre **accepter**↓♥ et être d'accord. **J'accepte**↓♥ signifie que, dans l'expérience que j'ai vécue ou dans ce que je vis actuellement, j'ai quelque chose à apprendre ou à comprendre dans mon cœur♥. C'est une clé excessivement importante, extrêmement puissante.

Le mot «comprendre» ici veut dire comprendre avec le cœur♥ et non pas comprendre avec la tête ou avec l'intellect.

Je le redis: **je ne peux rien changer que je n'aie pas accepté**↓♥.

Je me sens démuné, je suis sans le sou, **j'accepte**↓♥, **j'accepte**↓♥ ma pauvreté. **J'accepte**↓♥ parce que j'ai quelque chose à apprendre ou à comprendre, sans quoi je ne pourrai rien changer de cette situation. Je ne dis pas que je suis d'accord avec le fait d'être pauvre et que je me résigne à le rester, non, ce n'est pas cela. **J'accepte**↓♥ **d'avoir quelque chose à comprendre de ma situation afin de pouvoir la changer.**

Oui, alors dès demain, les choses peuvent changer. Et même dès maintenant, dans l'instant, tout peut changer. Mais pour cela, au lieu de me rebeller contre cet état des choses, l'exemple ici étant celui de la pauvreté, je la regarde et la constate, oui elle existe actuellement, personne d'autre que moi n'en est responsable, même si cela me ferait bien plaisir de pouvoir en rejeter la faute sur quelqu'un.

Je vais pouvoir passer à autre chose parce que j'aurai **accepté**↓♥ l'état présent et ceci, **dans mon cœur**♥.

Mais alors, comment fonctionne donc ce cœur♥ pour qu'il m'offre ainsi un changement lorsque j'ai fait passer mon schéma, ma souffrance en lui?



Tout ce qui passe dans le cœur♥ devient positif.

Si j'ai un kilo de plomb (je prends l'exemple du plomb puisque les alchimistes transformaient le plomb en or) et que je le passe dans mon cœur♥, il devient alors un kilo d'or. Si j'ai 10 kilos de plomb qui passent dans mon cœur♥, ils deviennent 10 kilos d'or.

Les alchimistes changeaient le plomb en or; la symbolique du plomb, c'est l'humain non **conscient** et vivant dans son animalité, le vil plomb, alors que l'or est le métal noble, symbolique de l'homme purifié et qui a pris **conscience** de sa divinité.

Donc, plus **j'accepte**♥ le plomb qui est en moi, plus **j'accepte**♥ le négatif qui est en moi, plus le poids psychique, émotionnel est important, négativement parlant, lorsque je réussis à le faire passer dans mon cœur♥, les résultats vont alors être magnifiques, merveilleux et importants, de l'or et de la **conscience**.

Oui, surviennent alors des transformations parfois extraordinaires.

Il existe une Technique d'Intégration par le Cœur♥ (**TIC**)¹⁸ qui permet en une seule consultation d'avoir des guérisons presque totales de profondes souffrances.

Je dis bien une consultation, pas six mois ou un an de thérapie, une unique consultation unique!

En revanche, c'est très exigeant. Efficace, mais exigeant. Et je vais vous dire pourquoi.

Je prends l'exemple d'une femme ayant subi un viol. J'imagine la quantité d'émotions négatives qui doit être réactivée et passée dans le cœur♥ en disant «**j'accepte**♥, **j'accepte**♥ d'avoir été violée parce que j'ai quelque chose à comprendre pour pouvoir le changer.» Et pourtant lorsque l'**acceptation**♥ se fait, la **guérison** se fait aussi. J'ai eu l'occasion d'expérimenter cela à plusieurs reprises en consultation et la douleur disparaît et il ne reste que le sentiment d'**Amour** dans ce qui a été vécu. Étonnant, me direz-vous!!! Eh! oui et cela fonctionne.

J'ai l'exemple d'une femme finissant par me dire: «oui, Jacques, c'est vrai, après tout, dans ce que j'ai vécu, il y avait de l'**Amour**». Après la **guérison**, voilà ce qu'elle a dit, **après!** Pas avant. Je ne peux dire à quelqu'un qu'il y avait de l'**Amour** dans cet acte avant la thérapie, car je pourrais réactiver la blessure et me retrouverais la main inscrite sur le visage¹⁹.

Allez dire à quelqu'un qui s'est fait violer: «tu sais, il y avait de l'**Amour** dans ce que tu as vécu», je ne suis pas sûr que cela serait bien **accepté**♥, je suis même certain que cela ne le serait pas du tout parce que la blessure est trop grande. Mais comme je sais qu'il y avait pourtant de l'**Amour** là-dedans, je peux travailler avec le cœur♥.

C'est comme une feuille d'érable l'été: si je dis que la feuille d'érable est rouge et jaune, je vais m'entendre répondre que je suis daltonien ou que j'ai besoin de lunettes, que j'ai quelque chose qui ne va pas parce que de toute évidence, la feuille est réellement verte.

Alors, voyons cela plus en détail.

Qu'est-ce qui fait que la feuille est verte? C'est qu'elle comporte des milliers de petites cellules de chlorophylle et la chlorophylle donne la couleur verte.

Et qu'arrive-t-il à l'automne? La sève arrête de monter jusqu'à la feuille parce qu'il fait froid. Elle circule moins bien. Toutes les cellules de chlorophylle disparaissent pour laisser apparaître la couleur rouge et jaune qu'il y avait déjà dans la feuille, mais il y avait durant l'été tellement de cellules vertes qu'on ne les voyait pas.

Et bien, c'est la même chose avec mes blessures. Je suis tellement blessé que je n'arrive pas à voir qu'il y avait de l'**Amour** dans ce que j'ai vécu.

Supposons un enfant battu par son père. L'enfant pense que son père ne l'aime pas. Ce n'est qu'au fil des ans que l'enfant devenu adulte peut comprendre qu'en fait il y avait de l'**Amour** dans cet acte.

Je peux me fâcher après quelqu'un, je peux même être physiquement violent, mais paradoxalement, je peux avoir de l'**Amour** quand même. D'ailleurs, il y a toujours de l'**Amour**²⁰.



Bien sûr, il peut y avoir de la souffrance et même une énorme souffrance à un point tel que ce n'est pas évident, voire impossible, d'imaginer qu'il y avait de l'**Amour**.



Toutes les expériences que je fais avec mes proches, avec les personnes que je rencontre, sont des expériences faites par **Amour** les uns envers les autres, pour des prises de **conscience** à faire ici sur terre, durant ma vie terrestre.

L'**Amour** est toujours présent, en tout et partout et voilà pourquoi:



L'**Amour guérit**, mais je ne sais pas toujours comment entrer en contact avec l'**Amour**. Avec l'**acceptation**↓♥ dans le cœur♥, c'est ce que je fais.

Et je me souviens de nouveau: **j'accepte**↓♥ d'avoir quelque chose à constater ou à comprendre de ma vie pour pouvoir le changer. Voilà ce qu'est l'**acceptation**↓♥.

Et j'affirme que dans bien des cas, en allant au maximum supportable d'intensité de mes émotions négatives, en les faisant passer dans mon cœur♥, graduellement l'image de la souffrance se met à changer et une nouvelle image apparaît. Oui, une nouvelle image apparaît! L'image que je vois

correspond à la **guérison** de mon cœur♥. Ce n'est pas le thérapeute qui suggère cette image, mais c'est l'information du changement apporté dans le cœur♥ qui monte au cerveau et donne l'interprétation du changement qui se produit.

C'est comme un projecteur qui envoie un flux d'énergie, comme si une caméra envoyait une image sur un écran mental. Et l'image que je vois, c'est le changement qui vient d'avoir lieu dans mon cœur♥.

Voici comment je procède.

Je prends l'exemple d'une personne s'appelant Diane (oui, c'est toujours elle, va savoir pourquoi?).

Après que Diane ait dit de plus en plus fort «**j'accepte**♥ ... et la blessure», je vais dire ceci (je parle toujours au «je»), Diane a toujours les yeux fermés et je dis: «moi Diane, je vais entendre une question qui va arriver dans mon cœur♥ et, de mon cœur♥, un courant d'énergie va monter jusqu'à ma tête afin que je puisse exprimer la réponse». Et ce que Diane va voir et exprimer, c'est vraiment ce qui se passe dans son cœur♥, là où la **guérison** a eu lieu.

Et lorsque je fais la technique monosyllabique syllabe par syllabe, que se passe-t-il quand je lis syl-la-be-par-syl-la-be²¹, en prenant au moins une seconde par syllabe? Je me retrouve aussi au niveau du cœur♥. Et plus je parle vite, plus je retourne au niveau de mon mental. Alors je me reprends, je parle de nouveau lentement, et je reviens ainsi au niveau de mon cœur♥.

Et pourquoi est-ce si important de revenir au niveau de mon cœur♥? Parce que:



L'**Amour**, ça se passe toujours au niveau du cœur♥.

Alors, quand je touche quelque chose au niveau du cœur♥, les émotions montent, je me libère et en me libérant, j'active un processus de transformation ou de **guérison**. Ceci est excessivement efficace et puissant.

Maintenant se pose une nouvelle question: Comment arriver à l'**acceptation**↓♥?

C'est bien beau de parler d'**acceptation**↓♥ et de le dire, mais encore faut-il y arriver. Y aurait-il un truc?

Mais oui, sinon je n'aurais pas posé la question.

Je prends cet exercice parmi les huit exercices du livre *ATMA, le pouvoir de l'Amour*^{22 23}. Dans ce livre, j'apprends que mes doigts énergétiques sont bien plus longs que mes doigts physiques.

Alors, je prends une situation et je la pose au bout de mes doigts énergétiques, puis je la fais rentrer par le dessus de ma tête avec mes doigts énergétiques, ceux-ci doivent toujours être orientés à l'intérieur de mon corps, donc mes doigts physiques sont proches de mon corps, bien pointés en direction de mon corps, mes doigts énergétiques à l'intérieur de moi donc, et je descends depuis le haut de ma tête, je descends toute ma ligne

des chakras²⁴ en insistant au niveau du cœur. Je peux dire: «**J'accepte**♥, **J'accepte**♥ avoir quelque chose à comprendre» et je peux prendre une situation très négative ou l'image d'une personne à qui j'en veux beaucoup ou qui me dérange énormément. Je prends cette image et je la rentre à l'intérieur de moi avec les affirmations les plus négatives possibles. Ce n'est pas une programmation négative que je rentre dans mon corps, **c'est un processus qui fait que passant à travers mon cœur, il va y avoir transmutation.**

Tout ce qui passe dans mon cœur♥ et qui est positif devient plus positif; et tout ce qui passe dans mon cœur♥ et qui est négatif devient positif.

Avec le négatif, le résultat est plus spectaculaire.

Et je prends n'importe quelle situation, quelle qu'elle soit, aussi bouleversante soit-elle. J'imagine la pire situation que j'ai vécue dans ma vie, que ce soit à l'âge de quatre, cinq ou vingt ans ou plus encore, qu'importe. Soit je prends une situation qui m'a vraiment bouleversé, soit une circonstance où je pensais qu'une autre personne était responsable. Je prends et j'**accepte**♥. Je peux penser à l'autre personne en lui donnant tous les attributs les plus forts et désagréables que je peux trouver. C'est le même prix. Pourquoi? Un kilo de plomb²⁵ qui passe dans mon cœur♥ devient un kilo d'or, dix kilos de plomb qui passent dans mon cœur♥ deviennent dix kilos d'or. Donc, j'en mets autant que je peux pour que ce soit profitable. Plus la charge psychique émotive négative est importante et plus les résultats positifs sont eux-mêmes importants.

J'accepte♥, **j'accepte**♥ que j'ai quelque chose à comprendre, pour pouvoir le changer.

Alors, que faire de ce processus avec une maladie?

Je connaissais une dame voilà bien des années qui avait un cancer des os en phase terminale; j'allais la voir à la demande de sa fille une ou deux fois par semaine. Je lui faisais faire de petits exercices. Puis un jour, je lui ai proposé un nouvel exercice: c'était d'**accepter**♥ son cancer. Elle m'a regardé un peu bizarrement, comme si j'arrivais d'une autre planète, mais elle me trouvait gentil en fin de compte. Elle ne comprenait pas trop où je voulais en venir. Oui, Oui, je lui ai dit: cette semaine, tu vas dire «**j'accepte**

↓♥ mon cancer, **j'accepte**↓♥ mon cancer des os parce que j'ai quelque chose à comprendre».

Le cerveau fonctionne ainsi, je l'ai lu dans le chapitre «**La Connaissance**», changer un sur-stress en cancer des os permet à la personne, plutôt que de mourir immédiatement, d'avoir du temps pour réfléchir, ou régler des choses, ou savoir la raison de sa maladie et pourquoi pas d'en **guérir. Je ne peux rien changer que je n'ai pas accepté**↓♥.

Alors, cette dame n'a pas **guéri** de son cancer, mais elle est partie beaucoup plus sereine. Elle avait pu identifier plus clairement d'où provenait le conflit qui l'avait amenée à déclencher un cancer des os.

Si quelqu'un dit: «non, ça ne passe pas, tu ne me feras pas faire ça.» C'est d'accord, mais tu vas rester avec ta blessure. Je tiens à dire que, en tant que thérapeute, je trouve correct de vouloir rester avec sa blessure, je n'ai pas à obliger quelqu'un à changer contre son gré.

Quand une personne est au fin fond et qu'à la question «comment ça va?», elle répond «ça va bien», il n'y a rien à faire, je laisse aller. Chaque fois qu'à cette question, elle répond toujours, «ça va bien», il n'y a toujours rien à faire. Ce n'est que lorsque la réponse devient «bof!!!» qu'il nous est possible de proposer quelque chose.



Pourquoi vouloir avoir raison^{26, 27}?

En fait:



Maintenant, je vais passer à une bonne nouvelle.

Depuis le moment de notre naissance, chacun de nous, quoi que nous ayons fait dans notre vie,



Pourtant, peut-être que je me suis senti bloqué dans bien des situations, peut-être que j'ai fait des choses que j'ai regrettées par la suite, peut être que..., peut-être que..., mille et une choses.

Oui, mais au moment où je l'ai fait, j'ai fait mon possible.

Malgré mes peurs, mes craintes, mon désarroi, ma colère, j'ai fait mon possible.

Peut-être que je ne referais pas telle ou telle action dans telle ou telle situation, mais au moment où je l'ai fait, **j'ai fait mon possible** compte tenu de bien des circonstances du moment ou de mon expérience d'alors.

Ce que je veux dire ici, c'est que la culpabilité, je la mets à la filière 13, poubelle!!!

Qu'est-ce que me donne dans la vie le fait de me sentir coupable? **RIEN**. C'est juste un prétexte de mon mental pour fuir mes responsabilités.

Je suis responsable à cent pour cent (100%) de ce que je vis; que j'en sois conscient ou inconscient, je suis responsable, mais non coupable.

Habituellement, pour être coupable, cela prend deux conditions:

- 1^{er} : je sais que je peux faire du mal ou du tort à quelqu'un ou à une situation;
- 2^{ième} : je le fais quand même.

Si ces deux conditions ne sont pas présentes, alors je ne suis pas coupable, mais je suis quand même responsable.

Alors, même si ce n'est pas évident, le fait de penser ainsi amène mon mental et tout mon être à dire: «ce n'est pas l'autre qui mène ma vie, c'est moi!» Peut-être que je ne me suis pas rendu compte des conséquences de ce que je disais ou faisais, de ce que je m'étais attiré, peut-être, mais je décide que je suis responsable à cent pour cent (100%) et je prends la pleine responsabilité de ma vie. **Je reprends ainsi mon plein pouvoir**. Tant que je vais considérer que ce que je vis est la faute de mon père, de ma mère, de mon patron, du gouvernement, de la pollution, des tests médicaux qui ont mal été faits, de n'importe quoi d'autre, je ne prends pas la responsabilité et le plein pouvoir de qui je suis.

Je peux décider de vivre comme ça, c'est d'accord. Ça dépend de ce que je veux dans ma vie.

Mais si **j'accepte** la responsabilité pleine et entière de ma vie et de toutes mes expériences, je prends la responsabilité et mon pouvoir de changer.

Je me souviens: **Je ne peux rien changer que je n'ai pas accepté**.

Voici d'autres exemples par rapport à l'**acceptation**↓♥.

Il y a des hommes qui ont de la difficulté à **accepter**↓♥ leur côté féminin. Je rappelle que nous avons tous un côté féminin et un côté masculin: le YIN et le YANG. Le YIN, c'est le côté intuitif, réceptif, sensitif et le YANG, le côté rationnel, l'intellect, l'action. Nous avons les deux en nous.

Il y a quelques années, j'avais une petite voix plus haute que maintenant. Avec les années, mon timbre de voix a baissé. Même si je ne suis pas le gars qui paraît le plus macho en ville, je dirais que mon côté masculin ressort plus qu'il y a quelques années. Savez-vous pourquoi il ressort plus? Parce que **j'ai accepté**↓♥ davantage mon côté féminin, mon énergie YIN.

Rions un peu. Cela peut être embêtant quand je vais voir un gars et lui dis: «il faut que tu **acceptes**↓♥ ton côté féminin». Il se demande où je veux en venir, mais moi je peux vous dire que tous ceux qui ont fait ce travail-là sur eux ne sont pas devenus efféminés. Ils sont devenus plus masculins. Ils sont devenus plus proches de leur conjointe ou de leur amie. Ils se sont sentis encore mieux dans leur peau. C'est curieux, n'est-ce pas? Un gars **accepte**↓♥ son côté féminin et il devient plus masculin!!! C'est simplement qu'il **accepte**↓♥ davantage ce qu'il est tout simplement et «manifestera» ainsi davantage son côté masculin.

C'est la même chose pour une femme. Une femme qui **accepte**↓♥ davantage son côté masculin va devenir plus féminine. Et oui c'est curieux, n'est-ce pas? Mais ça marche ainsi²⁸.

Je ne peux rien changer que je n'ai pas accepté↓♥.

Alors, je peux imaginer la pire chose de ma vie, vous ferez l'exercice juste pour voir...juste pour expérimenter. Le négatif se change en positif avec **l'acceptation**↓♥. C'est important de ne pas croire sur paroles et d'expérimenter soi-même.

Ainsi, c'est mon expérience de vie. Avec tous les gens que j'ai pu accompagner dans les ateliers, en thérapie etc., ça fonctionne ainsi. **Je ne peux rien changer que je n'ai pas accepté**↓♥.

Nouvel exemple; c'est si parlant un exemple!

Une femme vit avec un alcoolique, elle le met à la porte, elle va attirer un autre alcoolique. Elle le met à la porte, elle attire un autre alcoolique. Elle le met à la porte, elle attire un autre alcoolique. Elle le met à la porte, elle

attire un homme sobre. Mais voilà, six mois plus tard, il devient alcoolique. Qu'est-ce qui se passe? Est-ce qu'il y a juste des alcooliques de disponibles?

Et surtout ce qu'il faut savoir, quand la dame le met à la porte, elle considère que ce n'est pas elle qui est malade, ce n'est pas elle qui a le problème, c'est l'autre. Elle, elle ne prend pas une goutte d'alcool. Non, non, c'est l'autre. Mais alors pourquoi attire-t-elle toujours un alcoolique?

Je peux vous certifier que dans tous les cas de thérapie individuelle ou de groupe, en plus de vingt ans d'exercice, il a été possible de trouver quelqu'un de son entourage qui l'a choquée par rapport à l'alcool quand elle avait entre 0 et 12 ans. Soit le père qui prenait de l'alcool, soit la mère, soit un mo'n'oncle²⁹ qui était chaud³⁰ dans le temps des Fêtes et voulait donner un gros baiser baveux à sa belle petite nièce. Peut-être...mais il y a quelque chose qui s'est passé.

Et pourquoi est-ce que j'affirme cela? Parce que j'attire ou je deviens ce que je n'ai pas **accepté**♥ entre 0 et 12 ans³¹. Alors quel que soit ce que l'on vit, je peux vous dire en tant que thérapeute que dans quatre-vingt-dix pour cent (90%) des cas, je trouve l'origine dans ce que la personne a vécu entre 0 et 12 ans³². Je retiens juste cette phrase-là.



C'est une clé extraordinaire.

Alors qu'arrive-t-il dans le cas de cette femme qui met à la porte son mari alcoolique, qui attire un nouveau conjoint alcoolique? simplement, elle n'a pas **accepté** quelque chose par rapport à l'alcool. C'est ainsi qu'**elle va attirer** ce qu'elle n'a pas **accepté**. Et ici, c'est l'alcoolisme. En ce qui concerne le mari, lui **il devient** alcoolique en raison d'une situation qu'il n'a pas **acceptée** par rapport à l'alcool. Voilà pourquoi les deux se rencontrent.

J'ai dit plus haut qu'il y a de l'**Amour** partout. Où est-il ici?

C'est très simple à comprendre. La femme dit inconsciemment à son conjoint: «Chéri, montre-moi que j'ai raison de penser que ce n'est pas bien de prendre de l'alcool et que ce n'est pas un bon comportement et qu'on ne devrait pas faire ça». Et le conjoint de répondre inconsciemment: «Ma chérie, tu sais combien je t'aime. Alors, je vais prendre le plus d'alcool possible pour te prouver que tu as raison».

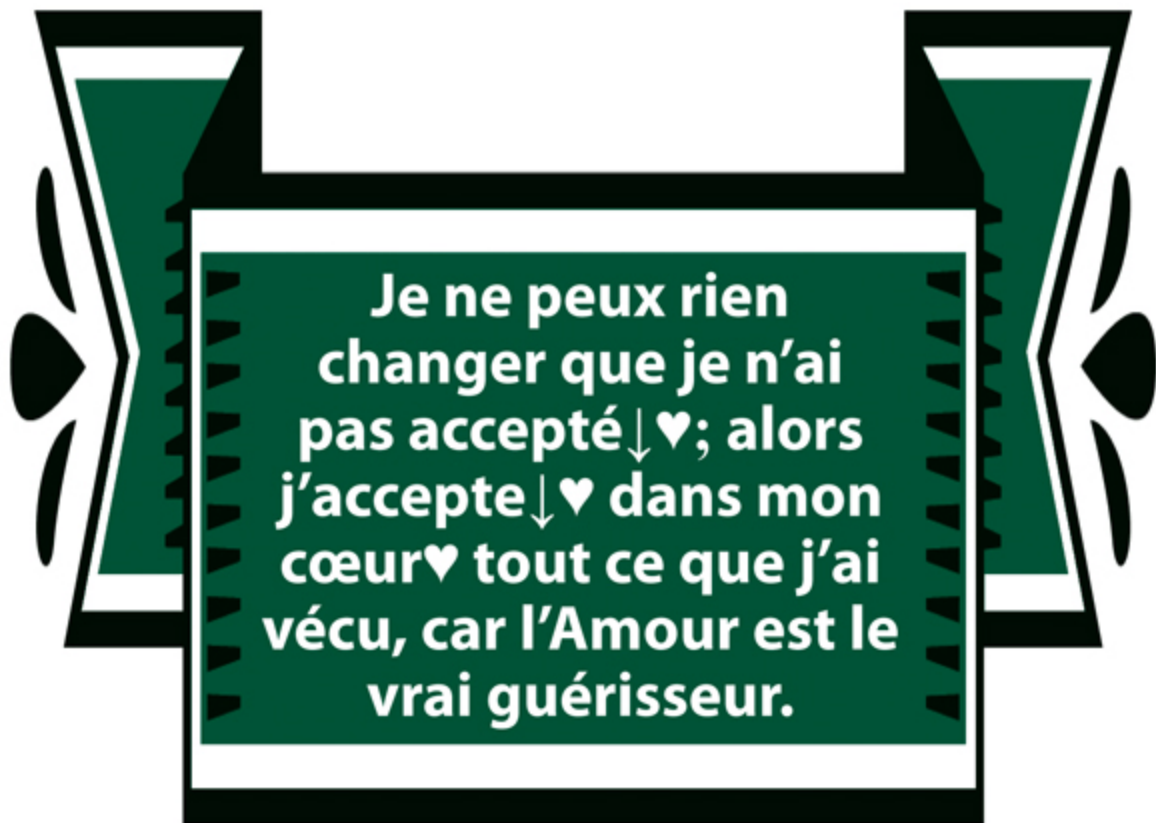
C'est cela qui se passe. Oui, cela fait rire tellement c'est simple, mais ce n'est pas drôle du tout à vivre. Je sais qu'il y a de la souffrance dans un tel vécu. J'explique simplement le mécanisme.

En quoi l'**acceptation** est-elle concernée? Tant que je n'ai pas **accepté** une situation, elle va revenir. Et là réside le danger dans l'exemple que je donne. La femme qui ne prend pas une goutte d'alcool va dire: «ce n'est pas moi qui ai le problème, c'est l'autre». Alors pourquoi en attire-t-elle toujours un autre pareil? **Parce que je n'ai pas accepté la situation première.**

J'ai eu dernièrement cette question d'un homme: «voudriez-vous m'expliquer, chaque fois que je rencontre une femme, ça ne va pas, je ne comprends pas». Je sentais un petit quelque chose que je n'arrivais pas à identifier. Je l'ai fait parler. J'ai écrit plus haut sur l'énergie féminine et l'énergie masculine, ces deux parties de nous-mêmes à **accepter** et je sentais qu'il y avait quelque chose par rapport à ça. Je ne ressentais pas de conflit par rapport à l'homosexualité, il y a des gens qui ont des conflits par rapport à l'homosexualité sans pour autant être homosexuels. Non, pas ce type de conflit.

Puis en parlant, à un moment donné, cet homme me fait part de ce que, quand il était jeune, son père lui aurait dit ou fait savoir que ce qu'il aurait voulu, c'était une fille. Voilà, nous y étions. Il est un gars et son père aurait

voulu qu'il soit une fille. Normal qu'il ait de la difficulté à se retrouver et qu'il n'arrive pas non plus à



se retrouver avec les compagnes qu'il attire. Sa seule solution, **accepter** ↓♥, **accepter** ↓♥ que son père ait voulu qu'il soit une fille, pour pouvoir changer, bien entendu.

Même si je suis un vrai bon gars, il se peut qu'une partie inconsciente de moi-même me joue un tour dans le fait que dès que je m'approche d'une fille, cela réveille en moi le conflit ou la déception que j'ai vécue avec mon père qui voulait une fille. Donc la solution pour le cerveau afin de ne pas revivre ce conflit est de ne pas avoir de fille dans ma vie. Ou bien mon côté YIN (féminin), étant en réaction avec cette partie de moi-même, peut faire que lorsque je m'approche d'une fille, cela fait comme deux aimants que l'on approche avec la même polarité, Nord-Nord par exemple; alors ils se repoussent. Je ne vois rien mais ils se repoussent. C'est beaucoup comme cela que nous fonctionnons.



-
- 18 **Technique d'Intégration par le Cœur ♥ (TIC):** voir le chapitre portant ce titre, [page 105](#).
- 19 **La main inscrite sur le visage:** expression québécoise bien imagée signifiant avoir reçu une bonne gifle sur le visage.
- 20 Voir sur www.atma.ca la vidéo *La maladie, un message d'Amour à comprendre*.
- 21 Technique décrite pour les malaises et les maladies au début du livre *Le grand dictionnaire des malaises et des maladies* et décrite aussi dans le livre *ATMA, le pouvoir de l'Amour* pour d'autres applications.
- 22 Voir sur www.atma.ca la vidéo *ATMA, le pouvoir de l'Amour*.
- 23 L'atelier **Retrouver le potentiel de Vie en Soi** qui est le nom du sous-titre du livre: *ATMA, le pouvoir de l'Amour* se donne habituellement sur 2 jours et comporte la pratique des 8 exercices du livre.
- 24 **Ligne des chakras:** depuis le sommet de la tête jusqu'au périnée, bien au centre du corps.

- 25 **Le plomb** représente le négatif; l'or, le positif.
- 26 **Raison (j'ai...)**
Si je manifeste une attitude de «j'ai raison» en permanence, je dois me demander: «Pourquoi est-ce que je suis fermé à l'opinion des autres? De quoi est-ce que je veux me protéger?» Je dois prendre **conscience** que les gens de mon entourage peuvent rester calmes vis-à-vis de moi, garder leur distance, faire attention à ne pas me heurter et aller même jusqu'à penser que **JE SUIS MALADE**. On dit que l'âge de raison arrive vers 7 ans: «Se peut-il qu'une partie de moi soit restée enfant dans mon raisonnement?» Extrait du livre *Le grand dictionnaire des malaises et maladies* 2^{ième} édition, 2007.
- 27 Voir sur www.atma.ca la vidéo **Est-il plus important de comprendre ou de guérir?**.
- 28 Voir sur www.atma.ca la vidéo **Comment bien vivre sa sexualité**.
- 29 **Mo'n'oncle**: expression québécoise pour parler d'un vieil oncle, mon oncle et on va dire aussi mon mo'n'oncle.
- 30 **Être chaud**: expression québécoise signifiant «être saoul.»
- 31 C'est pourquoi l'atelier *Retrouver l'Enfant en Soi* est si efficace parce que l'on travaille les blessures faites entre 0 et 12 ans. Voir description de l'atelier, [page 141](#).
- 32 Voir sur www.atma.ca la vidéo **Retrouver l'Enfant en Soi**.





1

CONNAISSANCE

2

OUVERTURE

3

LÂCHER-PRISE

4

ACCEPTATION ↓♥

5

ACTION

ACTION

Le dernier des éléments pour parvenir à la **guérison** est l'**action**.

Une première **action** possible, par exemple, est de se procurer ***Le grand dictionnaires des malaises et des maladies*** 2^{ième} édition. C'est une blague que je dis souvent quand je fais une conférence, mais en est-ce une vraiment? En effet, en me procurant un tel livre, je pose une **action** qui me permet d'aller chercher de nouvelles **connaissances**, d'expérimenter plus **d'ouverture**, de **lâcher** mes anciens schémas de pensées afin de les remplacer par de nouvelles approches et de travailler tout cela dans l'**acceptation**↓♥. J'y trouve rassemblées en un seul volume toutes les étapes présentées dans ce livre-ci.

Il y a un maître spirituel américain³³ qui disait: «ce n'est pas ce que je sais qui fait la différence, c'est ce que je fais avec». Oui, que suis-je prêt à faire avec ce que je sais maintenant?

Être dans l'**acceptation**↓♥, dans l'ouverture, aller chercher des connaissances, faire des démarches, faire quelque chose tout simplement. Parmi ces 5 éléments que sont les étapes vers la **guérison**, à savoir la **connaissance**, **l'ouverture**, **le lâcher-prise**, **l'acceptation**↓♥ et **l'action**, parfois un ou l'autre de ces éléments peut être suffisant pour obtenir une **guérison**, parfois il est nécessaire d'en utiliser plusieurs, deux, trois, parfois tous. C'est toujours moi qui choisis.

Je vais vous parler d'une histoire vécue me concernant personnellement.

Au Québec, beaucoup de gens rêvent d'aller un jour en Europe, de même qu'en Europe, beaucoup rêvent d'aller en Amérique. Je me souviens qu'enfant, lorsque je voyais des films où l'on parlait de Lourdes³⁴, cela m'apparaissait tellement merveilleux, fantastique. Et un jour, en 1993, je me suis retrouvé à Lourdes. En y arrivant, je me suis dit: «Ah! mon Dieu, je suis à un endroit dont j'ai tellement rêvé quand j'étais tout jeune et m'y voici maintenant.» J'ai d'abord vu les commerces avec les médailles, les statues, les chapelets..., mais où est donc le sanctuaire? Je me suis dit: «en fin de compte, les gens qui veulent des médailles, des chapelets et des statues, si ça leur fait plaisir, pourquoi pas?» Puis je suis entré enfin dans l'enceinte du sanctuaire, alors là j'étais fasciné, cela faisait tant d'années que je voulais être là et j'y étais aujourd'hui, mais je sentais une telle lourdeur. Comment cela se fait-il que ce soit si lourd ici? J'étais abasourdi. Puis soudain, j'ai compris ce qui se passait.

J'étais à un endroit qui permet la purification.

Les personnes qui viennent ici aspirent à se décharger de tout leur fardeau, toute leur peine, toute leur tristesse, toute leur solitude, tout leur désarroi. L'image que je vais donner n'est pas très belle, mais c'est elle que j'ai eue. Les gens viennent jeter «toute leur poubelle ici». C'est comme une grande fosse septique spirituelle qui, avec le temps, va s'absorber, se nettoyer, se purifier, s'éliminer. Voilà à quoi cela sert.

Alors je me suis demandé ce qui permettait à des gens de **guérir** dans un tel endroit.

Je suis peut-être un peu simpliste dans mon explication, mais il y a bien souvent beaucoup de vrai dans la simplicité (cela aussi est le fruit de mon expérience) et donc dans ce que je vais écrire.

Je sais qu'un conflit provient d'une interprétation d'un manque d'**Amour**, donc je dois remettre de l'**Amour** dans la situation. Si je me présente dans un endroit comme celui-là, ça peut être n'importe où aussi, ça peut se faire chez moi, dans mon salon, mais dans un endroit comme ça, c'est peut-être plus propice, c'est un endroit de **guérison**, Mère Marie y est apparue et si je suis dans l'ouverture, que va-t-il se passer? Oui, si je suis dans l'ouverture, dans le lâcher-prise et l'**acceptation**♥ et que tout ce que je souhaite, c'est la **guérison**, alors que peut-il bien se passer? L'énergie d'**Amour** va descendre

à l'intérieur de moi jusqu'à mon cœur♥ et jusqu'à ce que la **guérison** du conflit s'installe. Une fois que le conflit est **guéri**, le cerveau transmute les cellules et la **guérison** physique s'installe. Il est possible qu'il y ait intervention entre guillemets «divine», mais je vous affirme que le processus est celui-là.

Je connais quelqu'un qui fait des guérisons, il en fait peut-être plus qu'à Lourdes et à Ste-Anne-de-Beaupré³⁵, mais c'est simplement parce qu'il sait comment le cerveau fonctionne. Ce n'est pas lui qui **guérit**. On pourrait dire qu'il fait des guérisons miraculeuses; en fait, il n'y a rien de miraculeux là-dedans. C'est parce qu'il connaît comment cela fonctionne, comment le cerveau fonctionne avec tous les ressentis et toutes les interprétations des conflits à l'origine de la maladie.

Et ceux qui vont à Lourdes, ou vont voir un «**guérisseur**», ou vont consulter et décident d'une thérapie ont fait une **action** en vue de leur **guérison**, ils ont ouvert une porte vers cette **guérison**.

J'imagine que je me suis endormi il y a 500 ans, je me réveille aujourd'hui et je vois un **Airbus 380** dans les airs. Je vais certainement dire que c'est un miracle, un objet plus lourd que l'air qui vole! Un tel mastodonte dans les airs! Moi qui crois encore que la terre est plate et que le soleil tourne autour de la Terre! Mais aujourd'hui, je sais très bien qu'il n'y a rien de miraculeux là-dedans. C'est la connaissance et l'application des lois de la physique et de l'aérodynamique qui permettent à cet avion d'être dans les airs et même lorsqu'il est à 10,000 mètres d'altitude, il a le même poids que lorsqu'il est au sol, mais une autre force est en **action** lui permettant d'être à cette hauteur. Il n'y a rien de miraculeux là-dedans. C'est l'application des connaissances physiques.

Alors j'ai juste à être ouvert, à lâcher prise et à être dans l'**acceptation**♥ et **passer à l'action**.

Dans les ateliers de décodage biologique que, moi l'auteur, j'ai suivis, j'ai été souvent un peu étonné: à la fin de l'atelier ou la série d'ateliers, plusieurs ont déposé leurs lunettes, ils n'en avaient plus besoin. Que s'est-il donc passé? Ils ont **guéri** leur conflit par rapport à la myopie ou la presbytie. L'œil s'est replacé de lui-même. Ils ont juste écouté. Ils ont **accepté**♥ ce qu'ils entendaient. Ils ont résolu le conflit relatif à la vue. Leur **action** a été d'être présent à cet atelier, d'écouter et de s'ouvrir.

Ainsi, c'est à chacun d'entre nous de trouver les moyens d'arriver à intégrer le plus possible l'une ou l'autre de ces étapes, mais en sachant très bien qu'il peut y avoir à l'intérieur de moi une partie subconsciente importante.

Ainsi, à la fin d'une conférence, une dame en fauteuil roulant est venue me dire: «moi je l'ai **guéri** mon conflit, je le connais mon conflit et il est **guéri.**» Et moi je dis qu'il n'est pas **guéri** parce qu'elle est toujours en fauteuil roulant et que ses membres sont toujours déformés. Elle n'est pas **guérie**. Elle pense qu'elle est **guérie**, mais il faut qu'elle aille un peu plus loin, qu'elle regarde plus profondément. Je me mets bien souvent des barrières tellement importantes et inconscientes parce que la souffrance est si forte, c'est pour cela qu'il est bon souvent de se faire aider. La demande d'aide est également une **action**.

Un jour, je me suis rendu dans un lieu de retraite dans le sud de la France, j'y suis resté quelques jours avec des êtres qu'on appelle «éveillés» (ce sont des gens qui ont eu des expériences spirituelles d'éveil et qui se disent éveillés). Je ne connais pas trop la définition (qu'est-ce exactement qu'être éveillé ou non?), mais c'est ainsi qu'ils se nomment eux-mêmes. Ce sont des gens que j'ai trouvés extraordinaires. Parmi eux, il y avait une dame avec laquelle je me sentais très à l'aise. Elle me racontait qu'une sainte de l'Inde – Ma Ânanda Moyî³⁶ - quand la maladie arrivait en elle, elle l'accueillait (Mâ Ananda Moyî a vécu 86 ans).

Je me vois, moi avec mon côté rationnel, après avoir travaillé des années de temps sur ***Le grand dictionnaire des malaises et des maladies***, à expliquer les émotions, les pensées, les sentiments, les conflits, le stress, la maladie, tout ça, et elle vient me dire: la maladie arrive, c'est correct, on va attendre qu'elle s'en aille, ça va être correct.

C'est venu m'interpeller, il y a peut-être des petites choses que je dois réajuster en moi. Mais de toute façon, ça m'a confirmé que j'ai toujours le libre choix. Je peux me retrouver avec une maladie, puis je décide que c'est correct. Je ne suis pas obligé de travailler ou de faire des efforts pour changer ça. Si je veux la garder, c'est correct, ça m'amène à diminuer mon stress au lieu de penser qu'il y a quelque chose de non correct et que je dois absolument régler le conflit.

Et ceux qui sont dans cette dynamique des conflits pour **guérir** la maladie, ça se passe comment? Bien souvent, je m'entends dire: j'ai une maladie, je

trouve le conflit, je règle le conflit, je **guéris**. J'ai une autre maladie, je trouve le conflit, je règle le conflit, je **guéris**. Mais est-ce que la vie m'amène des maladies pour trouver des conflits et **guérir**, c'est quoi le but de tout ça?

Eh bien le but de tout ça, ce qu'il est important de comprendre, c'est qu'une fois que je **guéris**, je vais me retrouver avec plus d'**Amour**, plus de sagesse, plus de **Liberté** puisque souvent la maladie provient d'une interprétation d'un manque d'**Amour**.

Il y avait de l'**Amour** mais j'ai interprété qu'il y en avait pas. Voilà ce qui a créé un stress. Alors lorsque je fais le travail sur moi, je remets l'**Amour** dans la situation, je deviens donc davantage **conscient** de l'**Amour** qui est en moi. C'est peut-être ça que la vie veut m'apprendre, que la vie veut me montrer: avoir plus d'**Amour** en moi, pour moi-même en premier, alors je peux en avoir pour les autres ensuite.

Et Mâ Ananda Moyî qui était **Amour**, dans l'**Amour** en permanence, accueillait simplement la maladie, tout en restant dans l'**Amour**, elle n'avait pas de travail spécial à faire, elle était l'**Amour** et elle le restait, c'est peut-être simplement cela son message.

Jusqu'à présent, j'ai surtout mentionné ou parlé de la maladie chez l'adulte, mais que dire de la maladie chez les enfants.

À mon sens, il est impossible qu'un enfant ait une maladie sans que les parents aient les mêmes conflits. Ce qui se passe, c'est que l'enfant lui aussi, à un moment donné, va se retrouver en surstress. Supposons un enfant ayant une leucémie. Il a 10 ans et une leucémie.

Je regarde dans *Le grand dictionnaire des malaises et des maladies* le conflit correspondant à la leucémie. Le père et la mère ont aussi le même conflit, pourtant ils ne sont pas en sur-stress. Il se peut qu'ils aient le conflit à 20, 30, 40 ou 50% peut-être, mais pas à 100%. Alors ils ne développeront peut-être jamais la maladie. Et l'enfant qui, lui, est devenu en sur-stress a développé la maladie³⁷.

Alors, si mon enfant a une maladie et que je veux réellement l'aider, je vais avoir à travailler sur moi comme si c'était moi qui avais la maladie. Je n'ai peut-être le conflit qu'à 40%, mais si je **guéris** ce 40%-là, j'envoie 40% d'informations en moins à mon enfant pour nourrir son conflit. Et oui

inconsciemment, je nourris le conflit de mon enfant. Ainsi, lorsque je me **guéris** moi-même de ce conflit, l'enfant a plus de chance d'en être dégagé.

Maintenant va-t-il **guérir** totalement ou non? Cela, je ne le sais pas, mais au moins, j'aurai fait tout ce qui est en mon pouvoir pour l'aider dans cette démarche. Je me suis mis en **action**.

J'ai remarqué que les couples reconstitués vont souvent s'attirer les mêmes situations que dans leurs couples précédents.

Pourquoi?

Parce qu'ils n'ont pas compris, qu'ils ne se sont posé aucune question sur ce qui s'est passé dans leur couple d'avant.

En revanche, d'autres couples vivent des situations difficiles, se séparent, puis rencontrent chacun des conjoints différents et tout va bien, tout va comme sur des roulettes, c'est merveilleux.

Pourquoi est-ce si merveilleux que ça? Qu'est-ce qui fait que ça a changé?

Souvent, entre la séparation et le commencement d'une autre relation, il y a eu une réflexion sur la situation vécue précédemment. Il y a des décisions qui ont été prises, intérieurement parfois. Il y a un travail d'intégration qui s'est fait. Il y a eu un travail d'**acceptation** des situations. Alors quand je me retrouve avec un autre partenaire, je suis différent. Il est donc normal que je me retrouve dans une situation différente. **Entre les deux, j'ai changé.**

Pourquoi je parle ici des couples, quel rapport avec les malaises et les maladies?

Par évidence, tout ce que je vis peut me créer du stress aussi bien dans un couple comme avec mes enfants et, à un moment donné, cela peut déclencher une maladie.

Quand je vis en couple, j'ai habituellement toujours les mêmes conflits que mon partenaire. Cela ne vous paraît pas évident?

La femme ne boit pas et le mari boit. Ils ont le même conflit. Vu de l'extérieur, je n'ai pas cette impression. Je prends souvent cet exemple parce qu'il apparaît en effet plus évident que c'est la personne qui consomme qui a quelque chose à régler et non celle qui ne prend aucunement d'alcool. Mais en fait, ils ont tous les deux le même conflit.

La femme se fait battre et l'homme bat sa femme, ils ont tous les deux le même conflit. Ainsi de suite...

Il faut regarder plus profondément dans ce que l'un et l'autre n'ont pas **accepté** entre 0 et 12 ans.

Encore une fois, je peux dire: j'attire ou je deviens ce que je n'ai pas **accepté** entre 0 et 12 ans.

Et attention à ne pas pointer l'autre du doigt. Parce que quand je pointe l'autre du doigt, il y a trois doigts qui sont pointés dans ma direction, et oui! Attention! Souvent, je ne veux pas voir que j'ai le même conflit. C'est la faute de l'autre, c'est l'autre le coupable.

Comment cela, j'ai le même conflit? Mais c'est mon mari qui est infidèle. Moi je suis fidèle, je ne couche avec personne.

Ah! oui, tu crois? Lui couche peut-être avec quelqu'un d'autre, mais toi, est-ce que tu es fidèle à ta voix intérieure, aux messages que tu reçois intuitivement? Si tu entends que tu as à faire ceci ou cela, es-tu fidèle à ton écoute? Il n'est pas possible d'avoir un mari infidèle et d'être une femme fidèle... à ses pensées, ses désirs, à ses ambitions, etc., ou inversement. Simplement, il se trouve que la fidélité ne s'applique pas à la même chose, mais c'est toujours une question de fidélité. Et avant d'accuser l'autre, je dois aller voir en moi ce qui se passe. Pourquoi je m'attire une telle personne dans ma vie? Parce que supposons que je quitte mon conjoint parce qu'il est infidèle, je vais me retrouver avec un conjoint qui fait quoi? La même chose!!! Et oui, je n'aurai pas résolu mon propre conflit, alors je change «4 trente sous pour une piastre» comme on dit³⁸.

Je veux mentionner un dernier cas peu connu.

En Californie, on a décelé des cas où des gens séropositifs (donc détenteurs du virus du sida, VIH) avaient été diagnostiqués séronégatifs (donc plus de virus dans leur système sanguin) quelque temps après. Or, entre les deux, ils n'avaient suivi aucune thérapie chimique, aucun traitement. Il a bien dû se passer quelque chose.

Oui, dans la plupart des cas, ce qui s'est passé, c'est que les gens ont travaillé psychologiquement ou émotionnellement sur eux. Ils ont réglé le conflit de grande culpabilité par rapport à l'**Amour**, conflit qui est relié à la maladie du sida.

Je veux juste mentionner ceci: que l'on soit séropositif ou que l'on ait le sida, de toute façon, le virus est dans le corps et avoir le sida signifie que la maladie s'est développée. Mais dans les deux cas, on a le virus. Certaines personnes séropositives, ayant donc le virus, ne développeront jamais la maladie. En revanche, passer de séropositif à séronégatif sur le plan médical, ça ne se peut pas³⁹. Si l'on ne peut plus détecter le virus, c'est parce qu'il s'est caché quelque part. Alors ma réflexion est la suivante: qu'il se cache quelque part, c'est bien, il peut se cacher pendant 50 ans, tant mieux. L'important pour moi, c'est que je ne développerai jamais la maladie si je suis libéré du conflit.

Dans un couple, il est arrivé que l'un des deux partenaires soit séropositif et qu'après un an de relations sexuelles non protégées, l'autre soit toujours séronégatif. Pourquoi? Parce que la seconde personne n'avait pas le conflit.

Cependant, attention! Quelqu'un peut dire: «Ah! moi, je n'ai pas le conflit, donc je suis correct. Je n'ai pas besoin de me protéger». C'est là que je dis attention! Je peux penser que je n'ai pas le conflit, mais suis-je sûr de ne pas l'avoir dans mon inconscient? Ça, c'est autre chose. Alors ne prenons pas de risque.



Note: **Le chemin de la Réalisation de Soi**

Bien après que j'ai eu terminé ce livre, il m'est venu une question en tête à savoir: Quels seraient le chemin ou les étapes afin de parvenir à la Réalisation Spirituelle?

Curieusement la réponse qui m'a été donnée est celle-ci pour ce qui est des étapes:

- La **Connaissance** des lois spirituelles.
- L'**Ouverture** d'esprit pour pouvoir accéder à de nouveaux niveaux de Conscience.
- Le **Lâcher-Prise** afin de pouvoir laisser le mental de côté pour atteindre une plus grande liberté.
- L'**Acceptation**↓♥ puisque tout est **Amour** et que je suis Conscient que je ne peux rien changer que je n'ai pas accepté↓♥
- L'**Action** puisque c'est par l'action que j'amène les choses à se manifester jusque sur le plan physique.



-
- 33 De nouveau, Paul Twitchell (voir [page 30](#)).
- 34 **Lourdes**: ville des Hautes-Pyrénées (France), centre de pèlerinage depuis l'apparition de la Vierge Marie à Bernadette Soubirous (1844-1879) à dix-huit reprises dans la grotte de Massabielle en 1858.
- 35 **Sainte-Anne-de-Beaupré**: ville située à environ 15mn de Québec (Québec-Canada), premier lieu de pèlerinage en Amérique du Nord; sanctuaire national, la basilique Sainte-Anne de Beaupré dédiée à Anne, la mère de Marie, accueille chaque année près de 1 million de visiteurs en provenance du monde entier.
- 36 **Mâ Ananda Moyî**: 1896-1982, est considérée comme l'une des plus grandes saintes de l'Inde du XXème siècle. Elle est considérée par l'hindouisme comme une incarnation divine.
- 37 Voir sur www.atma.ca la vidéo sur **Les parents et la maladie de leurs enfants**.
- 38 **Changer 4 trente sous pour une piastre**: expression québécoise signifiant «je change, mais pour la même chose»(comme 5 pièces de 20 centimes pour un Euro).

39 Voir le livre de Patrice Morchain: *L'Amour est la Clef* et qui explique comment il est passé de séropositif à séronégatif. www.helyogos.com

TECHNIQUE D'INTÉGRATION PAR LE CŒUR♥ TIC

Nous voici au terme de ces cinq étapes pour parvenir à la **guérison** et j'aimerais finir sur cette constatation: ces cinq étapes s'appliquent en effet à la **guérison** des malaises et des maladies, mais elles s'appliquent également à la progression spirituelle, à mon cheminement spirituel; quand je veux cheminer spirituellement, les cinq (5) étapes pour progresser vont également être **la connaissance, l'ouverture, le lâcher-prise, l'acceptation♥ et l'action.**

Et probablement que ces cinq étapes peuvent s'appliquer à bien d'autres choses.

Au début des années 90, moi Jacques Martel, je donnais divers ateliers de croissance personnelle. Un jour, j'ai constaté que lorsque j'intervenais auprès des participants, je voyais apparaître des images. Ces images pouvaient se situer à moins d'un mètre de moi, à la hauteur de la tête, et changeaient de forme lorsque je rapprochais les mains de mon corps. De plus, je m'aperçus qu'une forme d'énergie émanait de mon cœur et enveloppait ces images, comme si une lampe de poche à l'intérieur de mon cœur les éclairait et, lorsque je m'en approchais, elles devenaient automatiquement plus près de mon cœur, ce qui provoquait en elles certaines modifications⁴⁰.

Je sentais aussi que les éléments négatifs se transformaient et qu'il se faisait une intégration à cet égard. C'est ainsi que fut amené à ma conscience le

processus de transformation alchimique⁴¹ du cœur♥ qui consiste à transmuter les éléments négatifs en éléments positifs.

Ma seule crainte était celle-ci: en faisant cela, est-ce que je risquais de programmer mes cellules de façon négative par cette amplification d'éléments négatifs qui transitaient par mon cœur♥?

J'ai passé un certain temps et plusieurs nuits à m'interroger sur cet aspect avant d'en appeler à mes guides pour avoir la certitude que ce travail serait utile aux autres.

Un principe capital entrainait alors en jeu: **Je ne peux changer ce que je n'ai pas accepté.** Il s'agissait alors pour moi de recourir à des affirmations telles que: «J'**accepte**♥⁴² d'abandonner⁴³... car j'ai quelque chose à comprendre.» Bien entendu, dans ce contexte, il s'agit de comprendre avec le cœur♥ et non avec la tête.

C'est ainsi qu'est née la **Technique d'Intégration par le Cœur (TIC)**⁴⁴, technique qui a ensuite donné lieu à une pratique assidue et à des résultats éloquents. Il est important de connaître les éléments que j'emploie pour ce travail. En effet, comme pour l'alchimie traditionnelle, plus j'utilise de plomb et plus j'obtiens d'or. Ainsi, plus mes sentiments sont imprégnés d'énergie négative, plus les résultats sont positifs. Et c'est ce que la pratique a démontré.

Et il en va de même des énergies positives: si je fais passer le positif dans mon cœur, il en ressortira encore plus de positif, mais les résultats sont encore plus probants lorsque j'utilise du négatif comme matériau de transformation. Il faut bien comprendre que le caractère négatif des situations ou des objets semble plus réel à ma conscience humaine dans les mondes de matière, d'énergie, de temps et d'espace. C'est la raison pour laquelle les personnes qui s'exercent à développer leurs pouvoirs négatifs paraîtront obtenir des résultats plus rapidement que celles qui cherchent à développer des pouvoirs positifs ou qui travaillent avec l'**Amour**. Dans les mondes négatifs, il est possible d'obtenir des résultats plus rapidement, mais il y a, bien sûr, un prix à payer pour cela, même si la «facture» arrive plus tard...

En 1996 et 1997, j'ai suivi une formation sur le **décodage biologique**, laquelle portait sur le fonctionnement du cerveau en rapport avec les

conflits qui déclenchent la maladie. J'avais alors proposé au thérapeute de lui faire une démonstration en privé de cette technique, mais il me demanda de procéder à la démonstration devant la quarantaine de thérapeutes qui se trouvaient dans la salle, ce que j'**acceptai**♥.

Parmi les personnes qui s'étaient portées volontaires, il s'en trouvait une qui se prénomait Lucille. Je ne disposais pas du temps que je consacre habituellement à la préparation d'une consultation, soit une heure trente minutes (1 h 30), temps que j'utilise pour remplir le questionnaire permettant d'identifier les sentiments négatifs relatifs à des événements survenus entre la naissance et l'âge de douze ans et que la personne souhaite modifier.

Je commençai alors mon intervention sur le thème de «l'anorexie» puisque le sentiment prédominant chez cette personne y était lié, bien qu'elle eut fait allusion à d'autres sentiments négatifs dont je ne me souviens pas avec précision ici.

Même si les sentiments ou les émotions sont assurément reliés à des événements, il n'est pas nécessaire de connaître ces événements pour arriver à changer les sentiments négatifs en sentiments positifs. Cependant, il m'a été donné de constater qu'il est plus facile de procéder si je connais l'événement à l'origine du sentiment; cela me donne accès à de l'information sur l'image intérieure qui se modifie tout au long de l'intégration.

Je me dis alors que je pouvais débiter avec le sentiment négatif dont je disposais et le faire cheminer par le cœur avec une technique particulière que j'ai développée au fil des ans. L'exercice se déroule les yeux fermés et, en tant que thérapeute, j'utilise une approche où je procède à des suggestions et j'effectue certains gestes destinés à favoriser l'intégration. Après qu'une partie du travail fut achevée, je demandai à Lucille de nous dire, tout en gardant les yeux fermés, ce qu'elle voyait: «Je me vois petite fille avec une jolie robe et je danse. Je me sens bien, mais je n'ai pas de bras».

J'informai alors les thérapeutes présents que cela correspond certainement à quelque chose de significatif et que j'allais poursuivre ce processus d'intégration. Je continuai donc l'intervention avec la même technique tout en intensifiant la **Lumière**, puis je demandai de nouveau à Lucille ce

qu'elle voyait. Voici ce qu'elle répondit: «Je me vois encore petite fille avec une jolie robe. Je danse dans les champs remplis de fleurs et je tourne sur moi-même les bras en l'air.» En dirigeant ma question d'une certaine façon, j'obtiens de la personne l'indication du changement ressenti, ici dans une proportion de quatre-vingt-dix pour cent (90%).

Après lui avoir dit d'ouvrir les yeux, je lui demandai comment elle avait vécu l'expérience. «J'ai trouvé cela intéressant et, même si je vivais des moments difficiles sur le plan émotionnel au moment de l'intégration, je sentais que tu étais là pour m'accompagner avec tes suggestions bien que j'avais le sentiment que c'était moi qui faisais le travail.»

Et elle continua à parler sur un ton très détaché pour finalement nous faire cette confidence: «Je me suis sentie très bien en me voyant, petite fille, danser aussi librement dans les champs. Je me suis sentie heureuse et surtout je sais maintenant que je suis dégagée de ce que j'ai vécu petite fille alors que mon grand-père «me tenait les deux bras» et qu'il m'enfonçait son pénis dans la bouche.»

Nous fûmes surpris par ces propos, car rien ne nous avait laissé supposer pareille situation au début de l'entretien, mais nous comprenions mieux maintenant pourquoi l'image de la petite fille «sans bras» était apparue. De même, nous comprenions d'où pouvait provenir l'anorexie en faisant ressurgir l'événement auquel elle était reliée. Ce qui m'étonna le plus dans les propos de cette femme fut de constater l'absence d'émotion exprimée par rapport à l'événement vécu avec son grand-père. Il semblait y avoir **guérison** puisque même le fait de mentionner l'événement ne semblait plus affecter Lucille. Elle me rapporta plus tard qu'au terme de cet exercice, plusieurs changements étaient survenus dans sa vie.

À la suite de cette intervention, le thérapeute me suggéra d'enseigner cette technique pour que d'autres puissent l'utiliser. Cette idée fit son chemin et m'amena, en octobre 2000, à me rendre en Suisse pour y donner un atelier spécial à l'intention de thérapeutes. Je donnai de nouveau cet atelier en décembre 2002 à Seyne-sur-Mer, en France, à un groupe de vingt-cinq (25) participants et plusieurs autres ateliers ont suivi.

À propos de cette technique, il est intéressant de constater les modifications que subissent les images qui apparaissent au sujet et ce, tant au cours de l'intégration qu'à la fin de celle-ci. En fait, l'image est transmise par le

subconscient et correspond au changement effectué dans le cœur♥. La personne sait alors que l'image qu'elle voit n'est qu'une représentation du sentiment qu'elle éprouve. Le sentiment vécu au niveau du cœur♥ et l'image ne sont que les deux facettes d'une même réalité. Ce n'est pas le thérapeute qui suggère l'image destinée à apparaître. Son rôle est de permettre l'**acceptation**♥ de la situation et des sentiments négatifs qui y sont reliés, de faire passer davantage de **Lumière** blanche par rapport à la situation, etc.

La question posée quant au pourcentage de changement entre la première image et la situation finale guide la personne afin qu'elle perçoive la réponse qui prend naissance dans son cœur♥; elle ressent alors un courant d'énergie qui remonte jusqu'à son cerveau qui, lui, interprétera la réponse en termes de pourcentage. Celui-ci représente le degré de changement ressenti et se situe habituellement entre quatre-vingt (80%) et quatre-vingt-quinze pour cent (95%).

Cependant, le degré d'efficacité de cette technique dépend du thérapeute; c'est pourquoi il importe d'avoir suivi l'atelier de formation où elle est enseignée.

Cet atelier permet aussi d'intégrer plusieurs notions relatives au processus de **guérison** utilisant l'**Amour**. Ainsi, certaines personnes ont suivi l'atelier sans nécessairement avoir l'intention de mettre en pratique la technique en tant que thérapeutes, mais plutôt dans une optique de croissance personnelle et dans le but d'effectuer un travail sur elles-mêmes. Afin que l'on puisse mieux saisir ce que l'on peut retirer d'un tel atelier, je ferai part plus loin des commentaires de personnes qui l'ont suivi en octobre 2000. Il s'agissait d'un groupe de vingt-cinq (25) participants et de deux assistants, George Wright et Lucie Bernier, deux psychothérapeutes et amis québécois déjà présents au début des années 1990 lors de l'élaboration de cette technique.

40 Plus tard, je compris que les maîtres qui sont dans le physique et ont un haut degré de réalisation ont une aura ou, si l'on veut, une énergie très grande autour d'eux qui, avec le pouvoir de l'**Amour** qu'ils véhiculent, transforme en positif, par le pouvoir de l'alchimie du cœur, une grande partie du négatif qui les entoure ou qu'ils «touchent». Ainsi, sans rien faire, ils intègrent de plus en plus de situations qui passent à travers eux et leur pouvoir d'**Amour** grandit sans cesse.

41 **Alchimie**: processus qui consiste à changer le plomb en or. L'alchimie était connue surtout au Moyen-Âge; pourtant, elle traite d'un processus de transformation intérieure qui devrait

amener celui qui la pratique à pouvoir reproduire ce processus extérieurement, dans la matière.

- 42 ↓♥: la flèche ↓ et le cœur ♥ illustrent le fait d'amener les sentiments à passer de la tête au cœur.
- 43 **Abandonner**: il faut ici remplacer les points de suspension par l'élément négatif que je veux changer.
- 44 Au début de l'enseignement de la technique, j'avais pensé mettre sur les certificats TIC, TAC, TOC, mais on m'a dit que cela ne ferait pas sérieux. Pour moi, cela représente:
TIC = **T**echnique d'**I**ntégration par le **C**œur;
TAC = **T**echnique d'**A**ceptation par le **C**œur;
TOC = **T**echnique d'**O**uverture du **C**œur.

LA GUÉRISON SPIRITUELLE



De tout ce que j'ai pu lire jusqu'à présent dans ce livre, il est important que j'aborde la **guérison** spirituelle à proprement parler. Puisque les conflits sont en majorité reliés à une interprétation d'un manque d'**Amour**, la

solution est de remettre de l'**Amour** dans la situation et, ce faisant, en résolvant le conflit, le processus de **guérison**, y compris la **guérison** physique, peut s'installer.

En 2009, j'ai fait à deux reprises un voyage au Brésil pour rencontrer «John of God», appelé aussi «Jean de Dieu» et «L'Homme miracle du Brésil». Cela faisait déjà quelques années que je voulais faire ce voyage, mais j'attendais de pouvoir y aller avec quelqu'un de confiance. C'est alors qu'une amie, Sonia, m'a parlé de son amie, Lydia⁴⁵, qui allait régulièrement au Brésil voir ce personnage et tout de suite, j'ai senti que, pour moi, c'était la personne à contacter. Ma voix intérieure m'avait indiqué le pourquoi de ce voyage et il y avait deux raisons pour faire ce voyage de deux semaines en avril 2009:

1^{er} : «fais ce voyage pour développer davantage tes propres énergies de guérison»,

2^{ième} : «fais ce voyage pour toi-même.»

Je veux prendre quelques instants pour expliquer mon mode de fonctionnement par rapport aux énergies de **guérison**.

En septembre 1978, alors que je faisais une conférence à Québec devant plus de 500 personnes sur un sujet à caractère spirituel, j'eus un moment de silence et ma voix intérieure, à ce moment-là, me dit: «Tu vois, tu pourrais ne rien dire le temps qu'il te reste, car ce n'est pas ce que tu dis qui est important, mais bien l'attitude que tu as pendant la conférence». Alors comme ce qui était important se passait intérieurement dans le silence, je restai ainsi silencieux. Mais après quelques secondes, la voix reprit: «Oui, mais le mental des gens qui sont devant toi s'attend à entendre quelque chose, donc continue de parler». Ce que je fis. Tout cela ne dura que quelques secondes et dut paraître dans la salle comme un simple moment de réflexion de ma part.

C'est en avril 2004 dans les jours qui précédèrent un Salon Santé Mieux-être à St-Raphaël, dans le sud de la France, que je reçus l'information que des énergies spirituelles se manifestaient dans la salle lorsque je faisais une conférence. Alors, je me suis dit que c'était peut-être mon égo qui me jouait un tour et que la personne envers laquelle on doit être le plus vigilant, c'est bien soi-même, en ce sens que mon mental peut me monter un beau

scénario que je serais à même de croire, mais ce serait quand même un scénario. Alors j'ai voulu «vérifier» en demandant à mon amie Danièle, ma thérapeute française, qui était présente à ce Salon, qui me connaît depuis 1999 et a été ma thérapeute énergétique depuis ce temps jusqu'à aujourd'hui, de faire des vérifications pour moi. En effet, comme elle a la capacité de «voir» les énergies dans une pièce ou sur les personnes, je lui ai demandé de vérifier ce qui se passait, d'un point de vue énergétique, lorsque je faisais ma conférence.

Lorsque je lui ai demandé ses constatations, s'il y en avait, elle m'a répondu qu'en effet, lors de la conférence, les centres d'énergie (chakras) s'activaient d'une personne à l'autre et pas tous dans le même ordre; les siens avaient fait de même. Celà s'est passé le 04/04/04, soit le 4 avril 2004.

Il y a des personnes qui se rendent compte que ces énergies de **guérison** se manifestent aussi à l'écoute des CD conférences que j'ai faits.⁴⁶

Quelques années au préalable, en 1992, j'avais entendu parler d'un atelier de REIKI⁴⁷ qui se donnerait dans la région de Québec. Je ne savais pas trop ce dont il s'agissait, je savais seulement qu'il était question d'énergie de **guérison**, mais ma voix intérieure m'avait mentionné à ce moment-là: «Va suivre cet atelier et tu iras le plus loin possible là-dedans». Alors j'ai écouté. Lors de mes premières initiations au REIKI, je me suis retrouvé intérieurement dans un endroit qui s'appelle «la Vallée du Tirmir⁴⁸», **au nord du Tibet, et je me voyais assis sur un trône d'or et de Lumière** et je voyais des Maîtres, que je reconnaissais, passer devant moi et s'incliner en signe de respect. Je trouvais l'expérience curieuse et je craignais que ce soit un tour de mon égo, aussi je demandai à comprendre ce qui se passait. C'est alors que l'on m'expliqua, intérieurement, que le signe de respect que l'on faisait n'était pas tant pour la personne physique que j'étais, mais bien davantage la reconnaissance de l'énergie divine passant au travers du canal que j'étais. C'est alors que j'ai pris davantage conscience de ce que signifiait être «**au service de**» **cette énergie divine, être un canal** pour cette énergie d'**Amour** et de miséricorde. Par la suite, j'ai continué ma formation jusqu'à la Maîtrise REIKI que j'ai enseignée⁴⁹ par la suite et qui tient une place toute spéciale dans mon cœur♥.

C'est dans l'objectif de continuer à développer cela, ces énergies de **guérison**, que je me suis rendu une première fois à la **Casa de Dom Ignacio De Loyola** (la maison de St-Ignace-de-Loyola) à Abadiânia en avril 2009 où se produit John of God appelé aussi «L'homme miracle du Brésil».

Et ce qui m'a le plus touché lors de cette première rencontre au Brésil chez Joao⁵⁰ est cette sensation de pouvoir «toucher» cette énergie où «tout semble possible». C'est vraiment une expérience hors du commun.



Jacques Martel et John of God⁵¹ (Joao), avril 2009

Joao, lors des séances, agit, tel Edgard Cayce, comme médium inconscient et ce sont différentes entités spirituelles⁵² qui travaillent à travers son corps. D'ailleurs, on ne dit pas que l'on passe devant Joao mais bien devant l'Entité.

Il faut bien comprendre qu'il ne s'opère en ces lieux que des guérisons spirituelles qui peuvent avoir comme conséquence la manifestation de la guérison physique. En effet, si le conflit est réglé et que l'**Amour** est remis en place, le cerveau resitue les cellules qui avaient muté une première fois engendrant un nouveau programme s'appelant selon le conflit: cancer du colon, sclérose en plaques, etc., il remet donc ces cellules dans leur état originel et permet au corps d'enclencher le processus de guérison. Ici, il n'est pas nécessaire d'identifier le conflit ou le ressenti afin de passer à

l'acceptation♥, l'**Amour** est remis tout simplement sur la situation, même inconsciemment, pour qu'ainsi la guérison s'installe.

Lors de mon deuxième voyage pour voir Joao, trois semaines en octobre 2009, l'information que j'ai reçue avant de partir était la suivante:

1^{er} : «fais ce voyage pour t'ouvrir davantage spirituellement»,

2^{ième} : «fais ce voyage pour toi-même.»

Ce fut une expérience différente de la première fois et qui m'amena à vivre d'autres changements intérieurs. Souvent, des personnes ne comprennent pas comment il se fait qu'elles guérissent. En fait, lorsqu'il y a ouverture, lâcher-prise et que je suis prêt à accepter♥ l'**Amour** et que cet **Amour** me transforme, la **guérison** peut alors se manifester en moi sans pour cela que j'en aie la compréhension intellectuelle. La conséquence de la **guérison** physique provient de la **guérison** spirituelle et je me retrouve transformé puisque je me retrouve avec plus d'**Amour**, plus de **Sagesse** et plus de **Liberté**.

Lors de mon troisième voyage au Brésil, en janvier 2012, à la rencontre de JOAO j'ai fait quelques prises de conscience supplémentaires en plus de ceux que j'avais faits déjà à savoir:

- C'est l'**Amour** qui guérit.
- Une fois la guérison installée, je me retrouve avec plus d'**Amour**, plus de Sagesse et plus de Liberté.
- Si je n'ai pas totalement intégré les changements aux niveaux émotionnel et mental, le schéma reviendra et la maladie réapparaîtra.
- Être conscient que, bien que ce soit un lieu rempli d'**Amour**, il y a aussi des énergies négatives importantes en raison de toutes les blessures que les personnes véhiculent avec elles.
- Ce qui se passe à Abadiânia, chez JOAO, est merveilleux, cependant il existe aussi d'autres façons de guérir.
- Cela reste une belle expérience à vivre pour ceux qui seraient tentés de la vivre.

Il y a une condition importante à la **guérison**.

J'ai fait plus de vingt cinq ans d'ateliers de croissance personnelle au niveau thérapeutique, ce qui impliquait que les participants vivaient à l'occasion des émotions plus ou moins fortes qui enclenchaient un processus de **guérison** émotionnelle et spirituelle.

Lorsque je suis animateur dans un tel atelier, je travaille simultanément avec la conscience de groupe et la conscience individuelle de chaque participant.

Temporairement le temps de l'atelier, la conscience de groupe est formée d'une partie de la conscience individuelle de chaque participant. Par la loi des affinités, tous les participants ont quelque chose en commun, c'est-à-dire des blessures émotionnelles semblables, mais à des pourcentages différents.

C'est ainsi que lorsque je fais un travail plus spécifique avec un participant, je vérifie toujours que cela soit en accord avec la conscience de groupe. Ce que je veux dire ici est que même, si de l'extérieur, j'ai l'air de ne m'occuper, pour un certain temps, que d'un seul participant, cela bénéficie à tout le groupe; autrement, je ne vais pas plus loin, par respect pour le groupe.

Il m'est arrivé également, à quelques reprises, de faire un travail émotionnel avec un participant, sachant très bien que je pouvais pousser plus loin l'expérience afin d'obtenir une **guérison** plus complète en rapport avec l'émotion que nous travaillions, mais que ma voix intérieure me dise: «Arrête ici, car la personne ne le mérite pas encore». Les premières fois que cela m'est arrivé, j'en fus surpris et surtout je n'en ai pas parlé autour de moi, de peur que l'on me demande pour qui je me prenais de penser qu'une personne mérite ou ne mérite pas.

Si j'en parle aujourd'hui, c'est en raison de ce que j'ai lu dans un livre intitulé «**Guérison Spirituelle**», publié en 2009 au centre de la Casa de Don Ignacio. Il est clairement dit dans un chapitre du livre que **la guérison ne peut s'effectuer que si on le mérite.**

Attention, je peux me laisser piéger par mon mental en me disant, après avoir lu cela que, si je ne guéris pas, c'est parce que je ne le mérite pas et ainsi tomber dans la négativité.

Non, il est clairement expliqué dans ce chapitre que le mérite peut être en fonction de ce que j'ai pu faire de bien dans d'autres vies (pour ceux qui y

croient) ou dans cette vie-ci, de l'ouverture que je manifeste, de ma capacité au changement, de ce que je suis prêt à faire pour cela, de mon désir intense de **guérir**, de mon intention, etc.

Depuis quelques dizaines d'années, j'ai rencontré bien des gens qui voulaient quelque chose dans la vie, que ce soit au niveau matériel, émotionnel ou spirituel et je sentais que cela était possible pour eux. Alors je leur demandais ce qu'ils étaient prêts à faire pour cela, ce qu'ils étaient prêts à changer dans leur vie pour remercier l'Univers de leur accorder leur souhait.

J'ai constaté bien souvent que les gens ne sont pas prêts à changer grand-chose dans leur vie et dans leurs habitudes pour obtenir ce qu'ils veulent. Ils acceptent de recevoir, mais sans avoir à donner d'eux-mêmes.

Eh! bien, c'est la même chose avec la **guérison**; elle peut arriver à tout moment ou elle peut demander du temps et des efforts pour y parvenir, mais elle demande quelques efforts.

Pour ma part, personnellement, je continue à travailler sur moi-même vers ce chemin de guérison qui m'apportera plus d'**Amour** et de paix intérieure.



45 **Lydia Paraskéva:** lydiadn33@yahoo.ca

46 **Comment cela est-il possible?** Nous savons que les mantras spirituels peuvent agir sur notre conscience et peuvent mettre «en résonance» une énergie d'**Amour** qui agit comme guérisseur et ce, de la même façon que les mots utilisés lors d'une conférence, du sujet traité ainsi que l'attitude du conférencier, son ton de voix, etc.

47 **REIKI:** Technique de **guérison** par imposition des mains utilisant l'énergie d'**Amour** universel neutre, sans intention.

48 Ou plutôt dans la Vallée de Shangta à l'Oracle du Tirmir au nord du Tibet.

49 Il a été président de l'Association Canadienne et Québécoise des Maîtres REIKI (ACQMR) entre 1994 et 1998.

50 Pour en savoir plus sur Joao, on peut aller sur internet sur www.youtube.com et taper avec les guillemets dans l'espace de recherche: «John of God».

51 João Teixeira da Faria, nommé avec affection João de Deus, Jean de Dieu ou John of God, figure parmi les guérisseurs les plus efficaces que le monde connaît actuellement; il est considéré comme le successeur du légendaire Ze Arigo.

52 Dont 36 sont connues par leurs noms; parmi elles, se trouvent des théologiens, des médecins et des chirurgiens très renommés de leur vivant.



QUESTIONS ET RÉPONSES

Pour les questions, les prénoms ont été modifiés, par respect pour chacun, et les réponses que je donne sont précédées de mon prénom: Jacques.

J'écris également toutes les questions que j'ai eu à poser afin que chacun comprenne bien qu'il faut être précis et détaillé afin d'obtenir des réponses précises et significatives, qu'elles soient intérieures ou données par quelqu'un d'extérieur.

Brigitte: «Que faire pour une phobie très prononcée chez un jeune?»

Jacques: «Je peux donner des indications, mais quand vous me parlez de quelqu'un d'autre, c'est un peu plus compliqué; je n'ai pas la personne concernée devant moi, c'est un peu plus complexe. Alors quel type de phobie?»

Brigitte: «Les piqûres et les hôpitaux.»

Jacques: «Quand il était jeune, s'est-il retrouvé à l'hôpital?»

Brigitte: «Oui».

Jacques: «Et pourquoi s'est-il retrouvé à l'hôpital? Tu dis qu'il a maintenant une phobie des piqûres et des hôpitaux. Mais quelle est ta question?»

Brigitte: «Il a quelque chose à sa glande thyroïde et, à cause de sa phobie, il est impossible de le faire soigner; or, il est maintenant très malade.»

Jacques: «Et qui est cette personne par rapport à toi?»

Brigitte: «C'est mon fils.»

Jacques: «Et quel âge a-t-il?»

Brigitte: «Il va avoir 23 ans.»

Jacques: «Alors, tu commences à travailler comme si c'était toi qui avais la phobie de la piqûre. Tu le travailles en disant: «Moi Brigitte, j'**accepte**♥ cette phobie de la piqûre, j'**accepte**♥» et tu laisses monter les émotions. Tu dois ressentir que ton fils a peur. Tu imagines toutes ces peurs en dedans de toi et tu les fais 'passer dans ton cœur♥. Ensuite ce que tu peux faire, toi pour lui ou bien que lui le fasse, ce serait encore mieux, qu'il écrive toutes les réactions qu'il a, tout ce que ça lui fait, toutes ses peurs, il écrit tout sur papier comme ça, sans penser, depuis quand il a ces peurs, comment ça s'est passé les premières fois qu'il est allé à l'hôpital et ce qui se passe en lui quand il pense simplement aux piqûres et à l'hôpital. Peut-être perd-il connaissance ou il ne veut pas se faire soigner et il en a assez. Ensuite, il va lire ce qu'il a écrit syl-la-be-par-syl-la-be. C'est une façon qui peut grandement l'aider. Si je l'avais en thérapie, je procéderaï de la façon suivante: j'activerais ses peurs, je prendrais ses peurs et je les ferais descendre au niveau de son cœur♥ pour les intégrer, pour les **accepter**♥. C'est sûr qu'il a quelque chose à comprendre, mais toi aussi, tu as quelque chose à comprendre. C'est impossible qu'il ait ces phobies-là et ces craintes-là et que toi, tu n'aies rien. C'est impossible. Donc, tu peux les travailler comme si c'était toi qui avais ces peurs. Ça va l'aider.»

Une autre question?

Élizabeth: «Mon enfant a un déficit d'attention.»

Jacques: «Et quel âge a-t-il?»

Élizabeth: «Cinq ans.»

Jacques: «Il faut aller voir ce que tu as, toi, comme déficit d'attention. Il faut aller voir, toi d'abord, ce que tu cherches à fuir dans ta vie. Parfois, ça ne paraît pas important, consciemment, ce que

tu cherches à fuir. Tu peux être **consciente** à 20% de ce que tu veux fuir, mais il en reste 80% caché et l'enfant, lui, va capter l'intégralité, les 100%, ce qui va l'affecter grandement. Alors je le dis et je donnerai toujours la même réponse: d'abord et avant tout que le parent travaille, comme si c'était lui qui avait la maladie afin de résoudre le conflit qui est à l'intérieur de lui et que l'enfant capte, avec quelques techniques que j'ai données. Tu commences par l'**accepter**♥, pour l'intégrer, et tu dis: «moi Élisabeth, j'**accepte**♥ mon déficit d'attention» et tu fais monter les émotions qui vont avec. Tout le stress, tout l'inconfort, toute l'incompréhension, tout le désarroi que ça peut te causer, tu l'imagines en dedans de toi et tu dis «j'**accepte**♥, j'**accepte**♥ parce que j'ai quelque chose à comprendre. J'**accepte**♥ mon déficit d'attention». Une autre chose que tu peux faire, parce que tu es parent, tu prends l'image de ton fils, tu la rentres à l'intérieur de toi et tu dis la même chose. Tu as le droit de le faire parce que tu es la mère. En revanche, on n'a pas à le faire quand il s'agit d'autres personnes. Mais tu es la mère, tu le peux, tu en as le droit. En prenant ainsi l'image de ton fils, tu vas l'harmoniser, l'intégrer par rapport à toi, par rapport à ce que tu es et, tout ceci, dans l'**Amour**. Tout ce qui est négatif a des chances de s'ajuster. Tu ajustes ainsi son image; l'image que tu as de lui comme étant malade, tu la transformes en une image d'**acceptation**♥. Alors, plus toi tu **acceptes**♥ cela, plus tu vas libérer ton fils de ce que tu projetais sur lui inconsciemment. Maintenant, après que tu aies fait cela, il se peut qu'il ait un travail à faire, il se peut qu'il soit sous médication quand même, mais il y a de bonnes chances que tu constates de l'amélioration. Voilà ce que je peux te proposer. Je ne peux rien garantir de ce qui va se passer. Mais pourquoi ne pas mettre un maximum de chance de notre côté? Une dernière chose, lorsqu'il y a médication, toujours se référer à un médecin avant de changer quoi que ce soit. Merci Élisabeth.»

Une autre question?

Pierre: «Jésus était **Amour** et si on se réfère à ce qu'on dit de son époque et de sa vie, si on est dans l'**Amour**, alors on n'a pas besoin, de prospérité. On peut aimer, être dans l'**Amour**, même si on est pauvre. L'important, c'est l'**Amour**. Aujourd'hui, bien sûr, l'**Amour** est toujours important, mais pour vivre, on a besoin d'argent. Ma

question est: faut-il être pauvre pour être dans l'**Amour**, et que dire de la richesse, de l'abondance? Puis-je être dans l'**Amour** tout en étant riche?»

Jacques: «Comment casser ce mythe de pauvreté et de richesse? La religion nous a appris plutôt à être pauvre. Alors ici aussi, je vais **accepter**♥ ce que je suis. J'**accepte**♥; la recette est simple: **accepter** ♥ tout ce que je suis, tout ce que je constate en moi, alors je ne peux pas me tromper. Je rappelle qu'**accepter**♥ ne veut pas forcément dire être d'accord. Attention! Tout **accepter**♥ et, lorsque j'affirme mon **acceptation**♥, je me mets toujours au neutre ou dans l'**Amour** et ça m'apporte toujours de l'**Amour** ou un point de vue plus objectif par rapport à la vie ou à ma vie. Alors ce schéma inscrit en moi qui peut être, par exemple, que si je suis plus pauvre, j'ai plus de chance d'être dans l'**Amour**, eh bien, je vais l'**accepter**♥. Je l'**accepte**♥ pour pouvoir le changer. J'**accepte**♥ la pauvreté. Je ne dis pas que je suis d'accord avec la pauvreté. Je dis que j'**accepte**♥ la pauvreté car, en toile de fond, cela signifie que je vais avoir le pouvoir de changer parce que j'**accepte**♥ d'avoir quelque chose à comprendre. C'est ça que ça veut dire. Quand je fais l'exercice avec quelqu'un, je ne dis pas toujours la phrase au complet. Mais j'**accepte**♥ la pauvreté pour pouvoir la changer. J'**accepte**♥ parce que j'ai quelque chose à comprendre. Mais une fois que c'est **accepté**♥, une fois que c'est intégré, je peux passer à autre chose. Si je suis dans cette situation de pauvreté, c'est parce que j'ai quelque chose à apprendre. Sinon, je n'y serais pas. Mais une fois que j'ai **accepté**♥ dans le cœur♥, ça peut changer.

Pierre: «Si je pose la question, c'est parce ce que je me demande si je peux rester dans l'**Amour**, même si je deviens riche avec mon entreprise.»

Jacques: «Tu veux vivre dans l'**Amour** et avoir une jeune entreprise qui n'écrase pas les autres pour ton bénéfice personnel, car alors tu ne serais pas dans l'**Amour**. Tu veux en vivre et en vivre bien, c'est normal, ce n'est pas ne pas être dans l'**Amour**. Mais il est intéressant de savoir que la notion d'abondance varie d'une personne à l'autre. Il y a des gens pour qui l'abondance, c'est d'avoir un petit chalet quelque part sur le bord de l'eau et avoir juste ce qu'il faut pour se nourrir trois repas par jour, alors ils vont être heureux. Ça va être le

paradis sur terre pour eux. Pour d'autres, ils vont avoir besoin d'une maison avec une piscine, une belle auto, un serviteur, pourquoi pas? Nos critères sont différents par rapport à l'abondance. Mais là encore, tout dépend de ce que tu fais avec ce que tu possèdes. En fais-tu profiter les autres, ta famille, tes amis, ou bien gardes-tu tout pour ton plaisir et le tien uniquement, sans aider qui que ce soit d'une façon ou d'une autre? Même avec peu, on peut aider d'un sourire, d'un café, d'un moment accordé, d'une promenade offerte. Et n'oublie pas que l'abondance n'est pas forcément liée à l'argent. L'abondance, cela peut être d'être en bonne santé, d'être solide. Parce que même si j'ai des millions, mais que je suis malade, ils me servent à quoi ces millions, à me soigner? Alors surtout, je n'oublie pas de dire I **merci** pour tout ce que j'ai, petit ou grand, j'**accepte**♥ ce que j'ai et je dis **merci**.»

Une autre question?

François: «Supposons que j'ai un mal de dos, est-ce que je peux dire «j'**accepte**♥ mon mal de dos et j'**accepte**♥ la santé»?»

Jacques: «Écoute, j'ai déjà donné la réponse. Bien sûr, tu peux **accepter**♥ ce que tu veux. Mais cependant, je peux te dire que ce que je ressens quand tu me parles, quand tu dis: «j'**accepte**♥ mon mal de dos», ce que tu dis s'arrête au niveau de la gorge. Alors pour que ça fonctionne, il faut que tu fasses un travail afin que cela descende jusqu'au niveau du cœur♥, dans le cœur♥. As-tu fait sur toi un certain travail de croissance personnelle? Oui? C'est pour ça que cela descend malgré tout jusqu'au niveau de la gorge. Parce que, souvent, il y en a qui vont parler comme tu viens de le faire, mais je sens que les mots viennent et restent au niveau de la tête. Donc, toi, tu as fait un certain travail, c'est en train de descendre. Mais il faut que tu saches que ça doit descendre plus bas. Moi, j'ai envie de te dire de ne t'occuper que d'**accepter**♥ tes maux de dos. Ne perds pas de temps à **accepter**♥ la santé, le temps que tu prends à **accepter**♥ la santé, mets-le sur ton mal de dos. Il va se régler plus vite.

Je comprends que tu veuilles et la fin de ton mal de dos et la santé, mais le seul pôle qui est important ici, François, c'est l'**Amour**. Quand tu prends le négatif, tu renforces le pôle d'**Amour** de toute façon. Et bien souvent, on a plus de résultats à travailler avec le négatif quand on utilise cette technique. J'ai envie de te dire ceci:

quand tu affirmes: «oui j'**accepte** la santé», alors tu fais passer un kilo de plomb dans ton cœur, mais quand tu dis «j'**accepte** mon mal de dos» ça fait passer dix kilos de plomb parce que le poids psychique négatif est plus important et donc le résultat positif après la transmutation sera lui aussi plus important. Autrement dit, si tu veux avoir beaucoup de résultats, prends la charge émotionnelle négative la plus forte que tu peux prendre et fais-la passer dans ton cœur. C'est là que tu vas avoir le plus de résultats.

On vit dans un monde où l'on dit: «les gens heureux n'ont pas d'histoire». On vit dans un monde où: «Ah! oui je veux la santé», «il faut penser positif»; bien sûr, je suis d'accord avec ça, ça aide à diminuer le stress lorsque je pense positif. C'est correct. Mais j'affirme qu'avec cette technique de l'intégration dans le cœur, plus je fais passer de négatif dans mon cœur, plus le résultat est positif. Ce n'est pas évident pour vous, je le conçois. D'ailleurs, j'ai mis du temps avant de la pratiquer; si vous saviez les nuits blanches que j'ai passées quand j'ai eu cette information. Je me disais: «peut-être que c'est dangereux, les gens risquent de se programmer négativement, qu'est-ce que je vais leur enseigner là?» Ce ne fut pas évident pour moi la première journée. Mais rapidement, c'est devenu évident comme fonctionnement et je peux même dire que j'ai pleinement **accepté** mes fichues responsabilités. **J'accepte parce que j'ai quelque chose à comprendre et je l'ai compris**: le pire que tu peux mettre, c'est du mieux. Je l'ai dit. Je viens de le dire: un kilo de plomb qui passe dans mon cœur donne un kilo d'or. Dix kilos de plomb ou de négatif qui passent dans mon cœur donnent dix kilos d'or. Mettez le pire que vous pouvez mettre, parce que le cerveau court-circuite toujours plein d'informations, donc autant en mettre le plus possible. Si vous saviez quand je fais des thérapies avec les gens: j'**accepte**, j'**accepte** telle chose et j'amplifie, j'amplifie, ma solitude une fois, deux fois, cinq fois, cent fois, mille fois, au maximum selon mon évolution. Je sais que cela n'ira pas jusqu'à mille.

Mais même si cela arrête à cinq fois, il y a un pas de fait, si cela arrête à dix, il y a peut-être trois pas de faits, alors si cela arrête à cent, il y a probablement trente pas ou plus de faits. Je mets le paquet pour que ça se rende au maximum possible que je peux, **selon mon**

évolution. Maximum, maximum, parce que je sais que mon cerveau freine, freine, freine, alors je mets le maximum. J'invente le pire que je peux imaginer et alors j'ai des résultats. L'imagination est un don divin qui m'amène sur autre chose, François. **L'imagination est un don divin qui me permet d'accéder à une autre réalité.** Je peux imaginer que c'est effrayant, que c'est, épouvantable, que c'est la pire chose qui pouvait m'arriver dans ma vie. J'en mets, c'est le même prix. Et j'**accepte**♥. Et je vais avoir plus de résultats. Voilà. Et je ne rentre pas dans le «hé!, si c'est mon imagination, c'est mon subconscient», tu oublies ça. Tu gardes ça simple. Peut-être que tout ça rentre en ligne de compte. Peut-être...Mais plus je cherche d'explications, plus je prends le risque de rentrer dans le mental et ce n'est pas dans la tête que je dois aller, c'est dans le cœur♥. Si je vais quelque part et que je **guéris**, je me moque que cela vienne du mental, du subconscient, de ceci ou de cela...Je suis **guéri!** Merci!»

Une autre question?

Patrick: «Que dire du cœur♥ et des pontages?»

Jacques: «Le cœur♥, c'est l'**Amour** et les pontages, ce sont les blocages en rapport avec l'**Amour**. Je dois aller voir dans ma vie ce qui, consciemment ou inconsciemment (c'est important ce deuxième mot) bloquait mon **Amour**.»

Patrick: «Mon père. Je le détestais.»

Jacques: «Voilà! Tu as tellement détesté ton père que le résultat a probablement été ces pontages au niveau de ton cœur♥. Je précise de nouveau quelque chose: quand je dis que je suis responsable à cent pour cent (100%) de tout ce qui m'arrive, il y a des gens qui se mettent à penser: «ça y est, c'est ça, il est en train de me dire que je suis coupable». Ce n'est pas cela du tout. Être responsable est bien différent d'être coupable. Je suis responsable de ma vie et de la façon dont je la ressens, mais je n'ai aucune culpabilité à avoir de ma façon de la ressentir et d'agir, de la même façon que je n'ai personne à accuser de ma façon de vivre et de ressentir cette vie. S'il m'arrive telle ou telle maladie, j'en suis responsable et c'est la biologie qui fonctionne de cette manière. Est-ce que tu viens de prendre **conscience**, ce soir, de la relation avec ton père?»

Patrick: «Non, ça fait longtemps.»

Jacques: «C'était quoi le prénom de ton père?»

Patrick: «Roger».

Jacques: «Alors je te propose ceci. Tu écris une lettre à ton père Roger. Et tu lui dis combien tu le détestais, que tu lui en voulais, tu mets les pires qualificatifs que tu peux trouver. D'accord? Vous voyez comme cette technique est facile. Puis tu prends la lettre et tu la lis syllabe par syllabe en prenant une seconde par syllabe. Patrick, plus il y a de choses écrites, plus tu vas avoir de cadeaux. Après ça, tu mets la lettre dans une enveloppe, tu écris sa dernière adresse connue sur le plan physique, tu mets l'adresse de l'expéditeur, la tienne, tu mets un timbre normal et tu fais brûler la lettre. Et pendant que la lettre brûle, tu imagines un courant d'énergie qui arrive du ciel, qui passe de ta tête à ton cœur, qui s'en va vers la lettre et tu dis sans t'arrêter «j'**accepte**♥, j'**accepte**♥, j'**accepte**♥». Je t'assure que ce qui va arriver est extraordinaire. Parce que la lettre est postée maintenant, oui elle est envoyée. C'est toi qui vas être gagnant dans tout ça.

Il y a une autre chose que je vais te dire. (Je ne le dis pas tout le temps). Sais-tu ce que tu vas **guérir**? Ce n'est pas ta relation avec Roger ton père, non, c'est ta relation avec la partie de Patrick qui ressemble à Roger. C'est ça que tu vas **guérir**. Et c'est pour ça que tu dois le faire. C'est l'image de toi qui ressemble à ton père que tu as à **guérir**. C'est ça qu'il faut **guérir**. Mais fais-le comme si tu le faisais avec lui. Ça va marcher. Merci Patrick.»

Une autre question?

Geneviève: «Quand on fait l'exercice «j'**accepte**♥», comment fait-on pour sentir que ça a fonctionné? Est-ce qu'on doit le faire plusieurs fois?»

Jacques: «Il n'y a pas de recette déterminée, je vois le changement ou je le sens ou je peux sentir de la chaleur ou je sens quelque chose qui a changé. Parfois, il suffit que je repense à la situation et je me rends compte que je n'accroche plus de la même façon. Les émotions, la colère par exemple, ne montent plus comme cela se faisait auparavant. Il y a peut-être encore de la colère mais à cinquante pour cent (50%) au lieu des cent pour cent (100%). Donc, ça a marché à cinquante pour cent (50%). Il arrive aussi qu'elle soit complètement partie.»

Geneviève: «À ce moment-là, est-ce qu'on peut refaire l'exercice?»

Jacques: «L'exercice, tu peux le faire mille fois si tu veux. Mais une fois que c'est **guéri**, c'est **guéri**. Tant que tu sens que ce n'est pas **guéri**, tu le fais autant de fois que tu veux. **L'important, c'est de mettre le plus d'émotions possible dans l'exercice. Plus je mets d'émotions, plus l'exercice est efficace.** Et c'est avec ce type d'exercice qu'en une seule séance de thérapie d'une heure et demie, il y a des guérisons à quatre-vingt pour cent (80%), en une seule consultation. Cette méthode est un cadeau du ciel.»



CONCLUSION

Je vous ai parlé d'action et/ou d'**acceptation**♥; alors je veux terminer en vous disant qu'il existe des moyens pour s'aider.

La méditation guidée en est un facile.

Il existe trois disques compacts (CD) de méditation guidée aux Productions ATMA Internationales: *ATMA, Guide de relaxation et d'harmonisation* et *ATMA, le corps de Crystal, le corps de Lumière* par moi-même, Jacques Martel, *Sphères de Lumière* de Jean-Jacques Robinet. Ces disques sont tout à fait merveilleux et extraordinaires. Ils aident à diminuer le stress. J'entends déjà: «moi, je n'ai pas le temps». Stop! Je le mets en route avant de me coucher et je m'endors en l'écoutant, ça fait le même travail. N'est-ce pas formidable? Et pourquoi? Parce que même si je dors, le cerveau enregistre et peut-être mieux encore que quand je suis réveillé. Si j'écoute souvent la même méditation guidée, je peux avoir l'impression d'entendre de nouvelles choses. Et pourquoi cela? Parce que dans une méditation guidée, plusieurs plans de **conscience** sont présents et j'entends celui-ci ou celui-là. De toute façon, ce sont de merveilleuses façons de diminuer mon stress. Il y a tellement de choses négatives dans les nouvelles, que ce soit dans les journaux ou à la télévision, qu'il est important que je trouve des moyens pour diminuer mon stress.

Je peux aussi faire du jogging, de l'exercice physique ou de la contemplation. Je dois faire réellement quelque chose pour me rééquilibrer

et diminuer mon stress.

Il y a aussi les CD conférence⁵³. Il y a des énergies de **guérison** qui sont présentes dans ces CD que j'ai enregistrés. Il y a beaucoup de choses qui se passent et dans des niveaux subtils lorsqu'on fait une conférence et j'en suis **conscient** depuis septembre 1978 lors de ma première conférence devant plus de 500 personnes sur un sujet d'ordre spirituel.

Durant la lecture de ce livre, il se passe bien des choses au-delà des mots que je lis. Il est donc important de rester dans l'ouverture, dans le **lâcher-prise** et dans l'**acceptation**♥. Ce livre a pour but de m'aider à lâcher prise sur les anciennes formes de pensées, m'aider à être dans l'**ouverture**, dans l'**acceptation**♥ et me donner des connaissances. Et moi, je vais vous dire quelque chose (je ne sais pas s'il y a beaucoup d'auteurs qui font ça), quand je relis ce que j'ai écrit, j'apprends encore des choses parce que chaque lecture me connecte à des énergies plus élevées. J'apprends quelque chose chaque fois que je lis ou relis un paragraphe ou un chapitre que j'ai écrit.

Alors, je vous souhaite une belle lecture et une belle relecture.



Au sujet du chant du HU

C'est un mantra qui aide à la protection, l'ouverture de conscience et la guérison.



Le son **HU** se prononce «YIOU» et il permet à l'Âme de s'élever. Il apporte paix, bonheur et compréhension. Ce mantra ouvre la conscience, apporte la protection et aide à trouver le chemin du retour à la Source.

C'est un chant d'**Amour** adressé à Dieu, c'est une nourriture pour l'Âme. Il est dit que le **HU** est le son le plus élevé que l'on puisse prononcer avec la voix humaine. Il est à l'origine de tous les sons, il se perd dans la nuit des temps...

- ♦ «Le mystère de **HU** est révélé au Soufi qui chemine sur le sentier de l'initiation. Tous ces exemples désignent l'origine de Dieu dans le mot «**HU**» ainsi que la vie de Dieu en toute chose et en tout être.» Extrait de l'ouvrage *La Musique de la Vie* de Hazrat Inayat Khan
- ♦ «Du souffle qui s'écoula du Créateur émergèrent deux syllabes «**HU HU**» et progressivement, l'univers tout entier.» Extrait de l'ouvrage *Les Religions du Tibet* de Giuseppe Tucci.

Information sur l'enregistrement du CD du chant du HU

Ce mantra a été enregistré dans le Studio Sélecson en banlieue de la ville de Québec (Québec, Canada). Plusieurs personnes ont participé à cet enregistrement dont certains pratiquaient ce mantra depuis plus de 27 ans. Afin de donner l'impression d'une foule, nous avons fait l'enregistrement plusieurs fois pendant plusieurs heures, la journée entière en fait, par période de 15 minutes, pour ensuite superposer le tout. Lors de l'enregistrement, certains portaient des écouteurs permettant de garder la tonalité de la note LA universelle, 440 cycles par seconde. L'effet de résonance donne l'impression d'une immense caverne en forme de cathédrale que l'on peut trouver dans l'Himalaya ou de l'écho que les chaînes de montagnes himalayennes nous retournent en certains endroits, notamment dans la Vallée du Tirmir au nord du Tibet, là où le son et la **Lumière** s'unissent en certaines occasions spéciales. Ce fut pour tous les participants une expérience élevante et enrichissante. Écouter ce mantra avec des écouteurs permet d'apprécier davantage toute la puissance et la magnificence de ce mantra universel.

Au sujet des Sons de l'Univers

Lorsque j'écoute le mantra **HU**, il se peut que j'entende différents sons que l'on retrouve sur les différents plans de la création comme, par exemple, le chant d'un ruisseau, le son d'un torrent, d'une cornemuse, de milliers de violons, le fracas du tonnerre, le tintement des cloches, le bourdonnement des abeilles, le bruissement du vent dans les arbres, une seule note de flûte, le vrombissement profond, etc, qui, en fait, sont tous contenus dans le mantra universel **HU**.

Mentionnons, en terminant, que ce son appartient à l'Univers et va au-delà de toutes les croyances religieuses et spirituelles. C'est un son de protection, un son d'ouverture de conscience, un son de **guérison** et, enfin, un chant d'**Amour** à Dieu.

Pour plus d'info sur la provenance du mantra **HU**, visiter le site web (en anglais): www.sourcetext.com/hupage/

Consulter le site www.atma.ca. Disponible bientôt sur Internet via **iTunes**. Gratuit avec le livre **ATMA, le pouvoir de l'Amour**, de Jacques Martel. Le CD du **HU** n'est plus disponible sous forme de boîtier.

Au sujet de l'ATELIER DE THÉRAPEUTES

Atelier de 4 jours 1/2 pour thérapeutes et personnes désirant se perfectionner en technique d'auto-guérison.

Jacques Martel est disponible pour enseigner sa **Technique d'Intégration au niveau du Cœur (TIC)**, technique qu'il a perfectionnée depuis 1990. Cette méthode permet et aide à intégrer différentes situations de vie interprétées comme négatives avec un taux de réussite, dans la majorité des cas, de 80 à 100%. Le participant acquiert ainsi la connaissance d'un savoir-faire qu'il peut utiliser comme outil de travail. Des pré-requis sont souhaitables, puisque cela demande que le thérapeute "s'implique" dans le processus de **guérison**.

Pour info: info@atma.ca ou par téléphone, au Québec, au ++1.418.990.0808, poste 0



53 Disponibles sur Internet via **iTunes** vers le milieu de l'été 2013.



COMMENTAIRES DU PREMIER GROUPE
DE THÉRAPEUTES FORMÉS EN
SUISSE EN 2000 AVEC LA TECHNIQUE
D'INTÉGRATION PAR LE COEUR (TIC)

ASSISTANT

Monsieur Martel,

J'écris pour faire mes commentaires comme assistant suite au cours de thérapeute d'octobre 2000 qui a eu lieu à Morges, en Suisse.

Je suis moi-même thérapeute, j'anime des ateliers de croissance personnelle depuis maintenant 8 ans au Québec⁵⁴ et depuis peu en Suisse. J'ai aussi eu la chance de suivre plusieurs de vos ateliers au Québec depuis 1988. J'ai constaté votre progression et j'ai eu le plaisir d'assister à la découverte et au développement de votre technique d'intégration. J'ai souvent été touché de voir comment les gens (moi inclus) évoluaient à vous côtoyer, sans parler des transformations majeures suite aux ateliers que j'ai pu suivre personnellement.

Si je prends le temps de vous écrire, c'est pour témoigner de ce que j'ai perçu tout au long de ce laboratoire réservé exclusivement aux thérapeutes. J'ai vu un **magicien de la Lumière** opérer des âmes souffrantes, j'ai vu des êtres aux prises avec les ténèbres en sortir sous l'influence de votre grand **Amour** pour l'humanité. Il m'en faut beaucoup pour être impressionné, je l'ai été à plusieurs reprises pendant ces 4 jours intensifs. Le calme, la confiance, la conviction qui vous habitent sortent de l'ordinaire: peu de gens peuvent accomplir un travail aussi important avec autant de doigté.

C'est de la chirurgie spirituelle! Je vois clairement maintenant les doigts énergétiques dont vous parlez dans la technique d'intégration.

J'ai perçu les êtres de **LUMIÈRE** qui vous guident dans cette mission de vie. C'est une route qui est parfois longue, où les haltes routières sont peu nombreuses et où l'on côtoie la solitude. Je sais qu'il y a simultanément 27 thérapeutes suisses et 3 thérapeutes québécois qui vous escortent sur la voie rapide qui mène à la **Lumière** et la libération des êtres humains.

Merci du privilège qui m'a été accordé d'ÊTRE présent pour assister à ces exploits dignes des grands MAGICIENS.

George Wright

Thérapeute



Québec (Québec) Canada



ASSISTANTE

Cher M. Martel,

Je prends le temps de vous écrire afin de vous partager l'immense plaisir et privilège qui m'a été donné de vous assister dans le cours pour les thérapeutes qui a eu lieu au mois d'octobre 2000 à Morges.

J'avais tout d'abord très hâte d'y participer, car j'ai moi-même eu la chance d'expérimenter cette technique personnellement, comme cliente. Je sais par expérience combien cette technique d'intégration par le cœur est efficace, même si, il y a quelques années, je n'avais pas la connaissance nécessaire afin de comprendre le fonctionnement de celle-ci, pourquoi le pourcentage

de réussite était aussi grand et qu'est-ce qui faisait que les résultats pouvaient être aussi rapides et concluants.

Il y a maintenant 12 ans⁵⁵ que je vous connais et j'ai eu l'opportunité de me familiariser avec votre approche avec les clients en besoin. J'ai remarqué votre facilité à être au service des gens, votre désir intense de les aider, la grande confiance intérieure que vous avez acquise au fil des années suite aux résultats concrets obtenus autant lors des rencontres individuelles ou de groupe qu'avec les personnes qui vous consultaient.

Toutes ces qualités ont été davantage mises en **Lumière** lors de cet atelier pour thérapeutes. J'ai été témoin de guérisons extraordinaires au niveau du cœur♥ pour tous les participants qui étaient présents. Vous avez une facilité peu commune à trouver la bonne «vitesse de croisière» dans un cours, afin que chaque personne soit suffisamment **ouverte** pour en retirer un bénéfice maximum. Car il est d'une importance capitale d'être à l'écoute des participants quand vient le temps de créer, en tant qu'animateur, les conditions propices à ce que ces derniers puissent se sentir suffisamment à l'aise pour partager avec d'autres, souvent des inconnus, leur histoire personnelle, intime. C'est cette écoute intérieure qui fait votre grande force.

J'ai été témoin de la grande dextérité que vous avez pour faire tomber les barrières que les gens ont érigées pour se protéger et éviter d'avoir à reprendre contact avec leurs émotions les plus intenses qui sont souvent enfouies très profondément à l'intérieur de soi. Je peux comparer ce que j'ai vu pendant l'application de la technique à un exorcisme, c'est-à-dire qu'**il est donné la possibilité à la personne qui accepte♥ de s'ouvrir à cette technique d'être délivrée de ses peurs, de ses émotions négatives, de son passé emprisonnés dans chaque cellule de son corps et qui la contrôlent.**

C'est comme être libéré des démons qui nous habitent, et ce, tout en restant équilibré, **conscient** de ce qui se passe et que ce soit en harmonie avec notre cheminement personnel.

Les sentiments éprouvés par la suite sont toujours positifs, ayant acquis un plus grand bien-être, une plus grande paix intérieure et une nouvelle vision et compréhension de la situation qui paraissait au départ problématique et parfois même désespérée. Le fait que la technique amène la personne à prendre conscience **elle-même** du pourquoi de l'événement

vécu et de la leçon à en tirer est tout à fait extraordinaire, car cela lui permet de reprendre la maîtrise sur sa vie au lieu de remettre au thérapeute la responsabilité de son bien-être. **Le thérapeute devient alors un guide avec la connaissance et l'Amour nécessaires pour que les transformations aient lieu.**

Je tiens à vous remercier de m'avoir permis d'avoir été témoin de cette «magie spirituelle» qui est possible grâce à l'application de votre technique. Je vous remercie d'avoir bien voulu partager votre connaissance avec d'autres thérapeutes qui vont pouvoir à leur tour aider les gens dans le besoin.

Lucie Bernier

Psychothérapeute



Moncton (Nouveau-Brunswick) Canada



Je suis toujours impressionnée par tout cet **Amour** et cette **LUMIÈRE** qu'on reçoit ici.

J'ai tellement entendu ce mot «confiance»; je sais qu'il est enfin rentré à l'intérieur de moi.

Je me réjouis vraiment d'être magicienne à mon tour et merci Jacques, merci à tous pour ces instants intenses et vraiment «magiques».

Je ne suis pas passée sur la chaise, mais, malgré cela, une belle **guérison** s'est déjà installée en moi à travers les autres. Je trouve ça somptueux et magiquement merveilleux. Je me réjouis pour toutes ces guérisons à venir.

Avec tous ces outils, je peux maintenant aller dans la vie, sereine et confiante. Il faut encore que j'apprenne à m'aimer davantage et à **accepter**

encore beaucoup de choses.

La «magie» n'est plus un rêve, mais une réalité, car, grâce à Jacques et à ses assistants, je l'ai rencontrée.

Mille mercis.

F. G.

Yverdon



La prise de conscience la plus importante est la puissance de la force de l'**Amour** dans la confiance du choix de l'utilisation de cette essence dans la **guérison**.

J'ai retenu que cette foi et cette confiance apportent une aide réelle tout en restant dans le senti total de mon être intérieur et devenaient de plus en plus le fil de ma vie.

Ce cours m'a apporté l'outil extrême, l'apothéose de la possibilité de donner de l'**Amour** pour une aide réelle et rapide pour recevoir la nourriture de la gratitude de la Vie dans la joie.

Ce cours m'aide à voir encore plus large, plus grand, dans ma liberté de Vie, ouvre mes horizons dans la clarté, me renforce et me porte vers une aube nouvelle.

Le déroulement du cours a suivi un crescendo harmonieux dans la confiance du choix de chacun d'apporter de plus en plus, à recevoir encore plus avec le cœur comme réceptacle et donneur.

Le chant du **HU** m'a permis d'aller ressentir et percevoir des profondeurs de mon être, cristallines et sereines, dans la joie et le bonheur.

Je te remercie, Jacques, du fond de mon énergie émotionnelle pour le travail inestimable que tu offres à la force de l'**Amour** pour le bien de l'humanité dans la douceur et l'harmonie.

M. H.

Morrens



L'**Amour** est le moteur de ce moyen de **guérison**. Il faut une immense capacité à aimer les autres.

Pour la technique, j'en reste sans voix! Je savais, pour l'avoir vécu, que cela **guérit**. C'est spectaculaire aussi, quant aux résultats. Cependant, ces trois exemples de situations (surtout Isabelle) m'ont bouleversée. C'est une technique tellement rapide et radicale!

Quoi qu'il m'arrive dans la suite de mon existence, je n'oublierai jamais ce que j'ai vécu aujourd'hui, ici. C'était grand; il circulait tellement d'**Amour**! Jacques, tu es presque un magicien de l'**Amour**.

Merci d'avoir bien voulu nous ouvrir la porte de ton savoir afin que nous en bénéficions. Je suis un peu triste, aussi: je crains de ne plus avoir à te rencontrer bien souvent et je le regrette. Cependant, tu sembles certain que j'ai moins besoin de ta présence de et ton enseignement! Je veux te croire, Jacques, et aller de l'avant dans une **guérison** qui doit encore s'affirmer.

Aujourd'hui, je ne sais pas encore si j'utiliserai ton enseignement sur d'autres, mais il m'est très utile pour comprendre mon fonctionnement.

Merci encore, Jacques.

J. Z.

Genève



Ce cours m'a donné la leçon supplémentaire que je dois me reconnaître et prendre ma place en m'ouvrant à mon moi supérieur. En allant en moi et en ouvrant mon cœur.

Ce n'est pas nécessaire de souffrir, pleurer, lutter physiquement pour que des changements arrivent.

Je remercie la vie pour tout ce qu'elle m'offre de merveilleux pour **guérir** et prendre mon envol.

Je ne sais pas ce que la vie me réserve, mais je suis confiante que tout se passera pour le mieux. Je laisse le passé derrière moi; j'ai pu encore

approfondir la **guérison** et l'**acceptation** de tout ce qui s'est passé.

Je ne sais pas si je vais devenir thérapeute ou si je poursuis un autre chemin. Je suis confiante pour la suite. Arrivera ce qu'il y a de mieux pour mon cheminement spirituel.

Merci à Jacques, George et Lucie.

B. B.

Romanel



Jacques, je sais que tu nous as montré un outil pour aider les autres qui est très extraordinaire et très puissant, mais qui, au fond, est un reflet de ton âme extraordinaire qui habite ton corps ici et maintenant.

Tu nous as fait ici un merveilleux cadeau inestimable, mais pour pouvoir s'en servir, il nous est demandé d'apprendre à avoir confiance en nous et surtout d'avoir confiance d'être guidé et protégé comme tu nous l'as dit et comme toi, tu le fais.

Ce sera un grand défi pour moi d'**accepter** qu'il y ait des risques et que je ne puisse pas tout faire de moi-même, mais donc d'acquérir cette confiance essentielle.

Donc, c'est tout d'abord un travail sur nous, comme on l'a fait jusqu'à présent pour recevoir ton merveilleux cadeau. Au fond, tu nous as encouragés avec beaucoup d'**Amour** à faire notre travail sur nous et à nous ouvrir à l'**Amour** pour pouvoir avancer sur notre chemin spirituel. Un avancement, peut-être un peu plus rapidement avec ta technique qui représente un raccourci. Pas toujours plus facile. En connaissant les voies directes sur un sommet, mais liées à la fin avec beaucoup de satisfaction et de joie d'avoir réussi.

Merci infiniment pour ce cadeau de haute valeur spirituelle. Merci Jacques.

V. R.

Lausanne



La prise de conscience la plus importante: j'ai le droit d'oser vivre; j'ai pu crier mes douleurs retenues depuis 55 ans et crier ma joie de vivre toujours plus fort dans la confiance.

J'ai retenu du cours que je vais exercer et pratiquer cette thérapie qui me passionne. Ce cours m'a apporté la confiance en moi, la certitude que ma vie ne sera plus jamais pareille. Il m'a apporté cette nouvelle thérapie qui met tant de positivité sur la terre, et j'en suis émue.

Ce cours m'a aussi montré qu'avec cette thérapie, je peux aider les autres autant que moi-même.

Le déroulement du cours était tout à fait approprié et le contenu par moment complexe, mais bien expliqué. Avec les exercices et surtout les trois cas présentés par toi, Jacques, qui m'ont beaucoup fait vibrer.

À toi, Jacques, va toute ma gratitude de pouvoir me transmettre ce qui est si cher à ton cœur, l'**Amour** pour toi et les autres et toute ta capacité à transmettre ta connaissance et ton savoir. Merci.

Merci aussi à Lucie et George de leur présence si appréciée.

V. L.

Morges



54 Lettre écrite en novembre 2000.

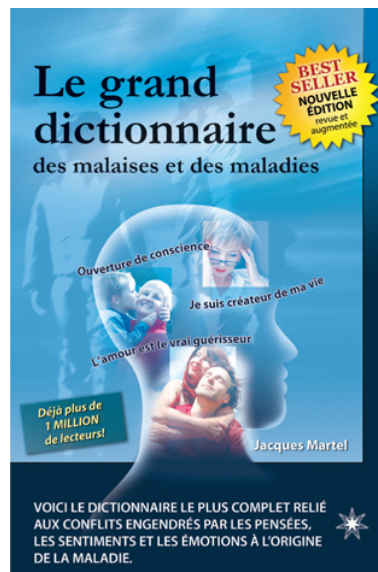
55 Depuis 1988.



Les Éditions ATMA Internationales
Santé et bien-être
Livres de Jacques Martel



Best-Seller

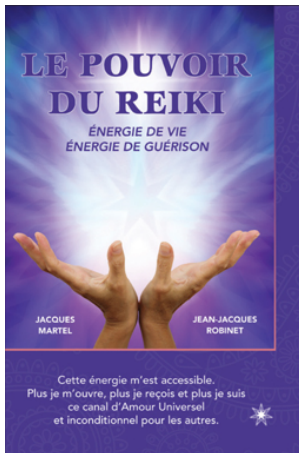


ISBN: 978-2-923364-14-8

Le dictionnaire préféré des praticiens en Santé!

Ce dictionnaire se veut un outil unique qui me donne la possibilité de découvrir la source des malaises et des maladies qui m'affectent, affectent les membres de ma famille ou les gens qui m'entourent. Ce dictionnaire m'aide à découvrir quels sentiments, pensées ou émotions peuvent être à l'origine de ces maux, ceux-ci pouvant être autant physiques que psychologiques.

Ensuite, je peux utiliser la technique d'intégration expliquée dans le livre pour me permettre de changer mes attitudes, comportements ou pensées, afin de désactiver la source du conflit qui est à l'origine de mon mal-être et qui peut être conscient ou inconscient. Le processus de guérison peut ensuite s'amorcer. Je peux ainsi retrouver santé, bien-être et joie de vivre. J'ai donc maintenant un outil qui m'aide à devenir, dans une certaine mesure, mon propre médecin ou thérapeute, en apprenant à me connaître davantage et en étant capable de prévenir la maladie ou à la guérir si je résous le conflit qui l'a déclenchée.



Le pouvoir du REIKI

Énergie de Vie, Énergie de Guérison

Une approche simple et accessible à tous pour tous ceux qui s'intéressent à l'énergie et à la guérison.

Co-auteur: Jean-Jacques Robinet

ISBN: 978-2-923364-60-5



Le Pouvoir de l'engagement... ou comment agir en gagnant!

J'apprends, par l'engagement, à me connecter davantage à mon pouvoir intérieur, ce qui m'aide à passer à l'action afin d'obtenir ce que je veux!

ISBN: 978-2-923364-61-2



Le POUVOIR des MOTS... qui me libèrent!

Ce livre me révèle quels sont les mots à utiliser et à éviter afin d'améliorer mes relations personnelles et professionnelles.

ISBN: 978-2-923364-38-4

ATMA, le pouvoir de l'Amour

Comment retrouver le potentiel de vie en soi

Livre d'exercices pratiques pour favoriser l'ouverture de conscience, le bien-être et la



paix intérieure.

Attention: La pratique régulière des exercices contenus dans ce livre pourrait changer votre vie

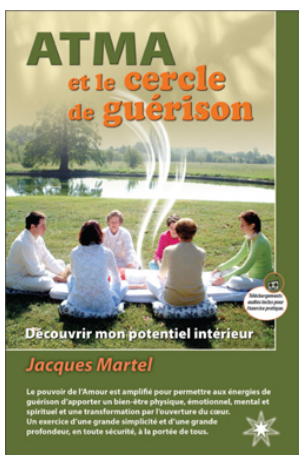
ISBN: 978-2-923364-58-2



Retour vers la Source

C'est la connaissance qui libère. Le savoir nous permet d'accéder à plus de pouvoir matériel et/ou spirituel. Des principes simples à mettre en application dans la vie de tous les jours pour nous permettre d'avoir accès à cette Source de connaissance.

ISBN: 978-2-923364-34-6



ATMA et le cercle de guérison (ATMA, and the Healing Circle)

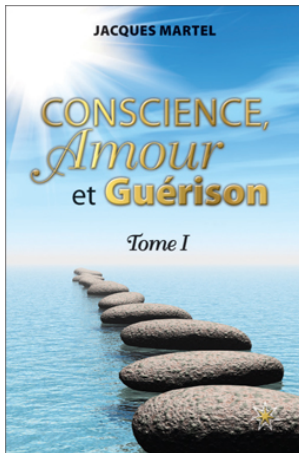
Le pouvoir de l'Amour est amplifié pour permettre aux énergies de guérison d'apporter un bien-être physique, émotionnel, mental et spirituel.

Un exercice d'une grande simplicité et d'une grande profondeur, en toute sécurité, à la portée de tous.

ISBN: 978-2-923364-56-8

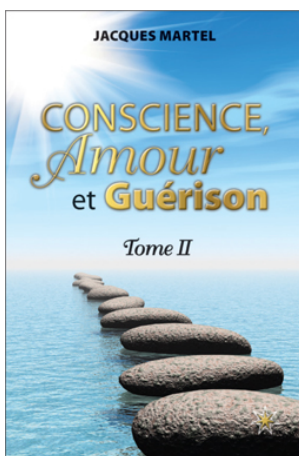
Conscience, Amour et Guérison

Tome I: Un recueil de textes qui m'aide à intégrer dans mon quotidien les notions



d'amour vrai, la sexualité, l'écoute de ma conscience et comprendre la maladie.

ISBN: 978-2-923364-73-5



Conscience, Amour et Guérison

Tome II: Un recueil de textes qui m'aide à intégrer dans mon quotidien les différentes notions de la joie de vivre, le sens caché de la maladie et de la guérison et ma responsabilité en tant qu'être humain.

ISBN: 978-2-923364-74-2



Technique d'Intégration par le cœur

Ce livre dévoile pour la première fois une technique puissante et efficace de prise de conscience et de transformation positive de nos schémas négatifs et nous présente «**l'outil concret**» pour obtenir des résultats immédiats!

ISBN: 978-2-923364-67-4

CONFÉRENCE GRATUITE

Le sens caché de la maladie (1 heure)

Enregistré le 6 novembre 2009
Lors d'une conférence de *Jacques Martel*
À Québec (Québec) Canada

Sur www.atma.ca, section vidéo

Excellent complément aux livres:
Les 5 ÉTAPES pour parvenir à la GUÉRISON
et
Le grand dictionnaire des malaises et des maladies



Découvrez tous les livres de Jacques Martel

Santé & Connaissance

BEST SELLER
Déjà plus de
1 MILLION de
lecteurs!



«Un complément
INDISPENSABLE
au livre
« Le grand dictionnaire
des maladies et
des malades »



NOUVEAU
Tome I &
Tome II

Exercices



Créez
par
Jacques
Martel
Auteurs:
Lucie
Bernier
et
Robert
Lenghan



Spiritualité & Guérison



Le Dictionnaire disponible en 6 langues

Anglais

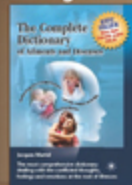
Allemand

Italien

Hongrois

Roumain

Français

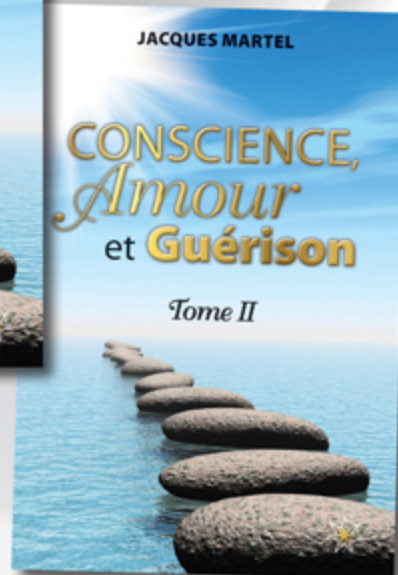


www.jacquesmartel.com



www.atma.ca

Nouveautés 2016 de Jacques Martel



Pour information ou commande :
info@atma.ca




Jacques Martel

Jacques Martel, formateur et conférencier émérite depuis 1978, œuvre dans le domaine du développement personnel où il a accompagné, à ce jour, des milliers de personnes sur le chemin de leur évolution. Il a aussi créé la **Technique d'Intégration par le Cœur (TIC)**®.

Jacques Martel est l'auteur de plusieurs ouvrages dont « **Le grand dictionnaire des malaises et des maladies** », un best-seller lu par plus de 1 MILLION de lecteurs et qui se veut un outil essentiel pour la personne qui cherche à découvrir le sens et la source des malaises ou des maladies qui l'affectent.

Les étapes de guérison

1. Connaissance 2. Ouverture 3. Lâcher-prise
4. Acceptation 5. Action
-

Ce livre est un **complément indispensable** au Best-seller **Le grand dictionnaire des malaises et des maladies!** Les lecteurs auront accès aux principes dont l'auteur s'est servi ces 25 dernières années et qui ont aidé des milliers de personnes dans le monde!

Face à la guérison, il semble que nous ne soyons pas tous égaux. En effet, certaines personnes guérissent et d'autres non. Pourquoi? Y a-t-il un processus favorisant la guérison? Ce livre me propose un éclairage sur ces interrogations. Je découvre non seulement les moyens mis à ma disposition pour contribuer à ma guérison, mais surtout les jalons essentiels me donnant la possibilité de parvenir à ma guérison.

Ces 5 étapes vont me permettre de m'ouvrir et de reprendre mon pouvoir sur moi-même. Je découvre que je suis la clé dans mon processus de guérison, quel que soit le moyen que je vais décider de prendre pour cela.

Les Éditions ATMA internationales

Québec (Canada)

www.atma.ca



zlibrary

Your gateway to knowledge and culture. Accessible for everyone.



z-library.se

singlelogin.re

go-to-zlibrary.se

single-login.ru



[Official Telegram channel](#)



[Z-Access](#)



<https://wikipedia.org/wiki/Z-Library>