

Une Odyssée dans vos mondes intérieurs

Guérir et REUSSIR

Grâce à Vos Rêves

Jack Lambourg

Le guide précieux de
vos rêves. Une porte
ouverte sur votre
destin.

Des Secrets sur
l'Aspect le plus
Mystérieux de Votre
Vie pour Explorer
Vos Dimensions
Spirituelles.

*« Les anciens sages d'ECK
étaient d'avis que si quelqu'un
peut comprendre le mystère du
sommeil, la liberté lui sera
donnée automatiquement. »*

Paul TWITCHELL 'Le ECK-VIDYA' Ch. 7 p. 139

Copyright 1980 ECKANKAR

EST-CE QUE CE LIVRE EST FAIT POUR VOUS ?

Cet ouvrage est développé en 2 parties essentielles.

La première partie tente de définir la frontière entre la vie objective et la vie subjective, par la voie des rêves et un autre concept encore méconnu du grand public que vous exploiterez bientôt.

La seconde partie s'efforce d'aider les dormeurs à devenir pleinement conscient de leurs aventures oniriques, par certaines applications pour commencer votre initiation qui débouche sur la maîtrise de cet aspect fondamental de la vie, mais probablement inconnu de votre existence.

Vous trouverez en annexe des données utiles, en vue de pousser encore plus loin vos aventures oniriques et enrichir votre savoir à ce sujet.

Mais avant d'entrer dans le vif du sujet, pour vous il devient important de savoir si cet enseignement est fait pour vous ?

En effet, et vous serez certainement d'accord avec moi sur ce point, qu'il est parfaitement inutile de se procurer un livre, si c'est pour le laisser prendre la poussière dans un placard, une fois sa lecture terminée.

Tirer pleinement partie de ses informations, nécessite de la part des lecteurs, de les lire de nombreuses fois dans le courant de l'année.

On en revient toujours enrichi d'un plus grand savoir. C'est comme si certaines informations devaient nous rester occultées jusqu'à maintenant ou peut être

que notre esprit n'était pas prêt à les assimiler.

Si vous n'éprouvez aucun intérêt à le relire et à l'étudier à fond, il ne vous sera d'aucune inutilité. C'est clair, ce livre n'est pas fait pour vous.

Néanmoins, pour confirmer ce postulat, et ne pas abandonner votre étude des rêves sur un coup de tête, je vous recommande de répondre à ce petit questionnaire.

Mais d'abord j'aurais quelque chose à vous demander.

Savez-vous que la grande majorité des gens du monde ordinaire, ne prête aucune attention à leurs rêves ?

Et savez-vous pourquoi ?

Tout bonnement parce que le système laïc éducatif actuel d'une part et les religions orthodoxes d'autre part, ne

prennent pas en charge ce genre de connaissance.

L'individu n'est pas éduqué en conséquence, certainement un peu aussi, parce que cela ne profite pas à la société de consommation.

Si les rêves étaient coté en Bourse, croyez bien que les usuriers seraient les premiers à en profiter.

Sachez néanmoins que les rêves représentent les témoignages d'une vie intense dans les plans subtils de notre être, dans un langage symbolique.

UN CONSTAT DRAMATIQUE

Aussi, à cause de ce manque d'éducation du domaine onirique, nous sommes obligés de vivre dans l'état

d'inconscience un tiers du temps de notre existence sur Terre.

QUESTIONNAIRE

- Vous ne pouvez expliquer pourquoi vous faites des cauchemars la nuit ?
- Vous avez des problèmes à résoudre ?
- Vous ne savez pas ce qu'est le Maître des Rêves ?
- Vous ne savez pas comment échapper au stress de l'existence moderne ?
- Vous croyez être plus qu'un simple corps de chair ?
- Vous pressentez des plans secrets en vous ?

Si vous avez répondu « OUI » à au moins une question, il y a de grandes probabilités pour que cet enseignement séculaire soit pour vous et vous apporte les merveilleux changements que vous attendez de la vie. Vous pouvez continuer à lire...

Voici quelques-uns des multiples bienfaits que votre étude onirique peut vous apporter à plus ou moins court terme.

- Découverte de vos propres réalités oniriques.
- Épanouissement personnel.
- Débloquer les inhibitions des phantasmes, des sentiments et des émotions refoulées.
- Instauration de l'harmonie et du bien-être.
- Équilibre émotif.

- Revivre certains événements clés des vies passées en vue d'éliminer des problèmes particuliers dans l'existence présente.
- Connaître votre avenir.
- Découvrir la liberté accordée pas la maîtrise de ses propres mondes intérieurs.

En bref, le rêve est la voie secrète qui mène à Dieu !

INTRODUCTION

« Les rêves sont innés à la nature humaine. Ils attestent d'une vie intérieure, par-delà les limites matérielles de l'être objectif. »

« Ils sont probablement à l'origine des premières expériences de l'homme concernant la dualité de son être qui débouchent sur sa prise de conscience de l'Âme et de son moi psychique. »

Cependant, force est de constater, malgré l'avancée fabuleuse du progrès individuel, comme dans celui des technologies modernes, que notre savoir dans le domaine particulier des rêves, est resté quasiment à son état primaire originel, depuis le jour où la science a démontré ce phénomène en soi.

À travers ce guide pratique sous forme de question/réponse, l'auteur a dessein

de réveiller les gros dormeurs et de perfectionner les rêveurs les plus aguerris, dans cette fabuleuse aventure intérieure.

Après avoir expérimenté plus de 30 années dans le domaine du développement personnel et de l'ésotérisme avancé, aujourd'hui pour vous, il lève un peu le voile sur certains aspects méconnus du grand public.

Très simplement, dans un langage clair, sans verser dans les théories émises par les métaphysiciens, les psychanalystes et autres psychothérapeutes, au jargon souvent fastidieux et surtout sans intérêt pour le profane, auquel l'auteur s'adresse expressément, vous serez en mesure d'améliorer tous les secteurs de votre existence.

Ici, vous ne trouverez pas non plus, un répertoire long et compliqué de la symbolique des rêves, et ce, pour deux bonnes raisons.

La première raison, parce que ce genre d'ouvrage pullule de plus en plus sur les rayons des librairies.

La seconde raison, parce que les auteurs étayent leurs interprétations des rêves, sur des bases incomplètes ou erronées, glanées ici ou là. Et surtout ne prennent pas en compte le cheminement spirituel propre à chacun.

Ici, ce guide vous apprend pourquoi et comment contourner facilement ce problème.

Lisez-le soigneusement, appliquez les principes simples qu'il expose et vous deviendrez à votre tour un grand voyageur à l'esprit aventureux, qui évolue allègrement dans ses propres univers intérieurs.

Promesse que vous jugerez peut être d'excessive.

Toutefois, sachez ceci avant de conclure trop hâtivement et refermer ce guide. Des milliers de personnes se sont exposées à ces grands secrets du miroir caché de la vie et les utilise avec succès pour embellir leur existence.

Ces secrets sont issus d'une Tradition initiatique millénaire, auprès de laquelle l'auteur a été introduit et se propose d'en partager quelques-uns avec vous.

Par conséquent, puisque cela fonctionne déjà pour des milliers de personnes, je ne vois aucune raison pour que cela ne fonctionne pas non plus pour vous.

Cependant, si par fait extraordinaire, vous n'obteniez pas les résultats escomptés, l'auteur se propose, si vous en exprimez le souhait, de vous diriger vers cette Tradition spirituelle qui vous apprendra à maîtriser tous les aspects de l'existence par les rêves.

Si vous appartenez à cette catégorie rare de personnes qui prend son destin en main, une toute première question qui doit vous venir à l'esprit est celle-ci :

« *POURQUOI DORMONS-NOUS ?* »

Le chapitre suivant vous apporte une réponse quelque peu surprenante à ce sujet.

1ÈRE PARTIE

QUESTION 1

POURQUOI DORMIR ?

Le sommeil est la déconnexion cérébrale d'avec le monde objectif.

C'est une habitude que nous avons héritée de nos lointains Ancêtres vivant à l'époque des cavernes, bien avant la découverte du feu. Quand l'Astre du jour disparaissait à l'horizon, l'être humain n'avait qu'une option, dormir.

Involontairement, par la force des choses, il profitait d'un réajustement énergétique général en permettant à tout son être d'éliminer les toxines de la fatigue et de se réaligner sur les courants guérisseurs et régulateurs du Cosmique.

Aujourd'hui, avec les moyens modernes en place pour nous éclairer, nous devrions

consacrer moins de temps au sommeil. Ce n'est pas le cas.

C'est néanmoins, le contraire qui se passe.

En effet, il est médicalement reconnu que l'individu de classe moyenne dort de plus en plus.

Pourquoi l'individu dort-il toujours autant ?

Pour une bonne part, probablement parce que l'homme, écrasé par le poids des tensions de toutes sortes, imposées par la turbulence de la société moderne, a découvert dans le sommeil une sortie de secours pour décompresser ou éviter de faire face à ses responsabilités journalières.

« Parce que le sommeil est une manière très commode d'échapper aux réalités de ce bas monde. Si les pressions de la journée accablent l'homme et si la tension devient insupportable ou s'il perd son intérêt envers une forme d'expression physique ou psychique quelconque, il est probable qu'il désire dormir. »

(Paul TWITCHELL 'Le ECK-VIDYA' p. 140)

Aujourd'hui, au regard de nos conditions actuelles de survie, nous ne pouvons prétendre que l'individu peut se passer de dormir. Néanmoins, des faits scientifiques tendraient à prouver l'opinion inverse.

En effet, grâce à un procédé scientifique qui consiste à irradier le corps d'une personne fatiguée d'une énergie particulière et à neutraliser les toxines générées par son épuisement, celle-ci peut augmenter ses heures de veille et

tirer de 4 heures de sommeil autant de bienfaits que 8 heures d'affilée.

Par conséquent, à la lumière de ce constat, il est raisonnable de penser que l'être humain pourrait un jour se passer totalement de dormir. Sauf peut-être pour ceux qui tentent d'échapper aux réalités quotidiennes.

L'Âme ne dort pas. On sait que le sommeil est un phénomène propre à l'être extérieur.

Par conséquent, il est également logique de penser que l'éveil à notre vraie nature, pourrait nous permettre d'éliminer complètement le sommeil.

Ce n'est pas une théorie non fondée. Nous savons dans le milieu spirituel, que les Maîtres de Sagesse, ayant atteint un haut niveau d'épanouissement spirituel, sont capables de vivre sans dormir, si cela est nécessaire.

QUESTION 2

SERAIT-IL NUISIBLE DE DORMIR ?

Ce n'est plus un secret pour personne. Comme le disait Bouddha, un juste milieu en toute chose est nécessaire. Et par conséquent pourquoi pas non plus, pour le sommeil.

En effet, des recherches médicales dans le secteur militaire tendent à prouver que les gens qui n'ont besoin que de quelques heures de sommeil pour récupérer, sont plus brillants et plus actifs que ceux qui dorment plus longtemps.

Ces derniers sont introvertis et plus sensibilisés aux épreuves.

À l'opposé, les individus dormant seulement 4 ou 5 heures par nuit sont dynamiques, sociables, ouverts, flexibles et détiennent souvent un rang élevé dans l'échelle sociale.

Chez l'individu moyen privé de sommeil durant plusieurs jours, il est constaté une baisse dans le rendement avec une difficulté à se concentrer et à rester vigilant, d'après un rapport médical.

« Cependant, j'ai vu Rebazar Tarz et d'autres grands Maîtres ECK se passer de sommeil pendant des jours, parce qu'ils vivent à un niveau tellement élevé et en harmonie avec le ECK, qu'ils peuvent opérer dans le corps pratiquement vingt-quatre heures par jour sans jamais ressentir aucune fatigue. Trois ou quatre heures de sommeil semblent leur suffire. »

(Paul TWITCHELL 'Le ECK-VIDYA' chapitre 7 page 141 – copyright 1980 ECKANKAR.)

L'individu moyen gaspille un tiers de sa vie à dormir

Le saviez-vous ?

Ne sachant pas que les heures du sommeil nocturne de l'être extérieur sont pour l'Âme une opportunité d'être pleinement active dans ses propres univers, l'individu moyen gaspille environ un tiers de son existence dans le sommeil.

Quel gâchis ! Alors qu'il y a tant de choses à faire et si peu de temps pour les réaliser.

Si vous voulez abandonner certains des tabous éculés et désuets comme celui-ci, continuez à lire. Vous apprendrez comment vivre pleinement votre vie et acquérir plus de liberté que les gouvernements actuels, ne vous accordent.

Tout d'abord, je vous demande de bien mémoriser ce qui doit vous être révélé, pour une meilleure compréhension de la situation.

Le plan matériel et physique est une fin en soi. Il est limité dans son expression.

S'il y a quelque problème à résoudre, ce n'est certainement pas à ce niveau que réside la solution, mais sur le plan des causes en soi.

Les rêves sont une alternative dans notre existence matérielle, pour mieux maîtriser les conditions et mieux gérer les situations rencontrées durant les heures du jour.

Par conséquent, l'individu ne peut qu'améliorer tous les aspects de son destin et apporter la victoire dans ses compétitions journalières, lorsque l'état de rêve est sous son contrôle.

QUESTION 3

QU'EST-CE QU'UN RÊVE ?

Une définition courante.

Le rêve est un transport de la conscience dans les univers cachés de l'Âme en soi.

Certaines personnes sont persuadées qu'elles n'ont jamais rêvé.

Balivernes !

Elles n'en ont tout simplement pas conscience. Leur n'est pas entraîné en conséquence.

Des tests scientifiques tendraient à prouver le contraire.

En effet, d'après certains scientifiques, un individu normalement équilibré mourrait s'il ne rêvait pas durant 3 jours de suite.

Pour celles qui ne rêvent pas et n'en sont pas mortes pour autant, qu'elles se rassurent, le rêve n'est pas un phénomène propre au sommeil nocturne.

Que cela vous surprenne ou pas, vous rêvez et même dans la journée plus souvent que vous ne le croyez.

Les scientifiques ont démontré que nous rêvons plusieurs fois toutes les nuits à différents moments une heure environ. Leur champ de manifestation se situe dans une période appelée « phase paradoxale. »

POUR LA PRÉCISION DES PROPOS

On peut ajouter pour la précision des propos. Cette activité psychique, combinant les impressions objectives (vue, ouïe, odeur, toucher, goût) et émotionnelles, met en scène des situations, des objets et des personnages d'une manière réelle, symbolique ou

fictive, durant les heures de complet repos physique ou à l'état d'éveil, pouvant être expérimentées à tous moments au milieu des activités journalières. C'est alors appelé, le rêve éveillé.

Pour les psychothérapeutes, les rêves sont des scénarios dont le déroulement échappe à notre contrôle.

D'après FREUD, le rêve est causé par des refoulements inconscients souvent d'origine sexuelle. Le principe d'Œdipe dévoilerait une psychose collective extériorisée dans les valeurs morales, religieuses et traditionnelles des peuples.

QUESTION 4

LA RÉALITÉ DES RÊVES

L'individu moyen qui n'a pas ou de façon très superficielle, connaissance de l'Âme en soi, sa vraie identité, considère les rêves comme des événements séparés de son existence.

Pour lui, le monde des rêves est semblable à un pays étranger, à une planète éloignée.

Ce comportement erroné est parfaitement normal, parce que l'intellect est incapable de percevoir les plans subtils, ce n'est pas son job.

L'HOMME, EST UN RÊVEUR QUI S'IGNORE !

Cependant, il ne faut pas perdre de vue qu'en tant qu'Âme, nous vivons pleinement conscient 24 heures sur 24.

Pour elle il n'y a pas de coupure entre la vie diurne et la vie nocturne.

On peut donc dire que la vie dans son ensemble est un long rêve, que le corps physique soit pleinement éveillé ou endormi.

« L'Âme est immortelle. Par conséquent la mort n'existe pas. Elle est une illusion provoquée par la conscience objective. »

Pleurez-vous vos morts ?

Oui, comme la majorité des gens dans ce monde. On ne vous en veut pas. L'éducation en a voulue ainsi. Néanmoins il est toujours temps de rétablir la barre dans la bonne direction.

En effet, pleurer les morts, c'est par conséquent, faire beaucoup de bruit pour rien.

À l'état de rêve nous pouvons les revoir et même vivre de nouvelles expériences

en leur compagnie sur d'autres plans, disent les Maîtres spirituels.

Pour eux, la résurrection n'est pas de revivre dans le même corps de chair, mais dans les corps subtils sur d'autres dimensions, tel que Jésus a essayé de le démontrer, il y a 2000 ans au peuple de son époque.

Dites-vous bien une chose. Même s'il était dans notre possibilité de faire cette « magie », d'un point de vue scientifique, c'est impossible.

Comment voulez-vous réunir les membres d'un corps réduit en poussière qui plus est, dispersée dans toutes les directions.

En prenant conscience de cette absurdité transmise par des individus à l'esprit spirituellement étriqué, l'homme accomplit un pas décisif dans son progrès individuel.

Le secret de la vraie liberté

La vraie liberté s'acquiert précisément, par cette prise de conscience fondamentale que la vie est en continuité permanente.

Pour les Maîtres spirituels, le rêve est une transposition dans un langage compréhensible pour le mental, d'un événement vécu sur un plan spécifique intérieur.

Les Maîtres sont des êtres qui ont atteint le plein éveil intérieur. Pour eux, le mot rêve n'a aucun sens puisqu'ils expérimentent chaque situation sous un total contrôle.

La transposition dans un langage adéquat pour l'intellect n'est pas nécessaire. C'est un pouvoir de l'Âme de connaître et d'expérimenter directement sans censure, ni décryptage d'aucune sorte.

Si le mot rêve avait une substance pour le Maître Réalisé, alors on pourrait dire que l'existence ici-bas est aussi un rêve, un rêve éveillé.

Pourquoi pas ?

Qu'en pensez-vous ?

Après tout, l'existence vécue le jour n'est peut-être qu'un rêve. Et le vécu durant le sommeil, un retour à notre réalité vraie. Ou bien, la vie dans son ensemble, n'est tout simplement qu'un grand rêve.

Qui peut prouver le contraire ?

Cette perspective envisagerait par conséquent, que l'existence sur Terre n'est pas aussi dramatique que l'on veut bien le croire.

Les rêves peuvent avoir diverses origines. Poursuivez votre lecture pour en savoir davantage à ce sujet...

QUESTION 5

LES 5 GRANDES CATÉGORIES DES RÊVES

1. Les **rêves sensoriels** propres aux impressions perçues par les sens ou les organes.
2. Les **rêves visuels** qui se manifestent essentiellement par le biais d'images.
3. Les **rêves de mouvement** comme l'impression de voler, de courir, de tomber.
4. Les **rêves intellectuels** qui font appels aux facultés mentales de réflexion, d'analyse et de raisonnement.
5. Les **rêves émotionnels** qui sont essentiellement tissés de la

substance des émotions et des
sentiments en soi.

QUESTION 6

ORIGINES DES RÊVES

La nature des rêves peut être d'origine sensorielle.

D'après des études médicales, très souvent les rêves sont une réponse à une sollicitation particulière produite par les sens objectifs.

En effet, artificiellement ou naturellement, le dormeur peut être fait l'objet d'une stimulation extérieure attachée à l'ouïe, à l'odorat ou au toucher.

La sensation subtile dans ce cas ne produira pas les mêmes effets sur la psyché qu'à l'état de veille. Les idées provoquées n'étant pas soumises à la Loi de Probabilité et à l'esprit de discrimination, le dormeur en prendra conscience d'une manière moins ordonnée.

Par exemple, le bruit d'un avion dans le ciel peut être éprouvé par le rêveur comme une tempête ou le tonnerre.

Des tests en psychothérapie ont démontré ce phénomène. Un dormeur sur le corps duquel ont été collés des petits fragments de papier révéla avoir eu divers rêves résultant des impressions provoquées par cette forme légère de contact.

Les rêves peuvent avoir pour origine des impressions psychiques plus subtiles comme les sentiments, les émotions bonnes ou mauvaises, et par le Principe des Associations en œuvre, toute impression peut rappeler à l'esprit du rêveur l'idée première à laquelle elle est attachée.

UN SUJET EXEMPLAIRE, L'AVION

L'idée d'un avion telle qu'appréhendée dans son aspect visuel de l'engin lui-

même, avec ses ailes, ses réacteurs, ses hublots et autres composants matériels, mais aussi les odeurs du kérosène, de la graisse, des pneumatiques et les senteurs intérieures du cuir des sièges, de la moquette, fragrances artificielles pour cacher l'odeur de renfermé d'un endroit mal aéré, ainsi que les bruits produits par les réacteurs, les voyageurs et le personnel de transport.

Tout ça mit bout à bout, fait que, si le dormeur perçoit à son insu l'une ou plusieurs de ces impressions, en vertu du Principe des Associations, il y a de fortes chances pour qu'il imagine dans son rêve, voyager en avion.

Pourquoi ne peut-il manquer d'en faire l'expérience ?

Simplement parce que ses pensées sont complexes.

Que nous en prenions conscience ou pas, c'est un fait. Nos pensées sont intimement reliées entre elles.

Vos pensées actuelles vous paraissent totalement indépendantes de vos pensées d'hier, c'est probable.

Cependant, si le cerveau était capable de revoir en détail chacune d'elles durant les dernières 24 heures, vous constateriez que, de fil en aiguille, vous êtes parvenue à penser à une chose particulière à l'instant même.

C'est ainsi que cela se passe d'une incarnation à l'autre. Le corps et l'être que vous êtes dans cette existence, est la somme et l'aboutissement de vos expériences passées, depuis celles vécues lors de votre toute première incarnation en tant qu'Âme, ici-bas.

L'EXPÉRIENCE MÈNE À LA MAÎTRISE

Quand bien même vous penseriez le contraire, les génies qui illuminent de leurs talents notre histoire, ne l'ont pas été par l'intervention du saint Esprit.

Si nous voulons comprendre l'origine de leurs dons qui les démarquent de l'homme moyen, il faut étudier leurs incarnations précédentes.

Il est étonnant de les voir exprimer leurs talents particuliers avec tant de facilité, tant de maîtrise.

On a souvent mal à imaginer la somme colossale d'efforts et le grand nombre d'années qu'il leur a fallu pour s'acquitter des toutes les difficultés et surmonter toutes leurs erreurs propres à l'apprentissage.

Assurément, il leur a fallu faire preuve de beaucoup de patience et de courage, pour arriver au stade où leurs qualités

exceptionnelles deviennent innées et s'expriment comme une seconde nature.

QUESTION 7

LES RÊVES JOUENT-ILS DIFFÉRENTS RÔLES

Ici, il est important de savoir que les expériences vécues à l'état de rêve ont autant de valeur pour le développement personnel, que le vécu objectif dans ce monde.

UN RÔLE INFORMATIF :

Consistant à y voir plus clair sur ce qui va ou ce qui ne va pas en soi, comme cette fausse image de soi que l'on fabrique dans une envolée de vanité, pour se faire valoir au regard d'autrui. Le rêve nous aide à retrouver notre vraie identité.

En nous connaissant mieux, nous pouvons mieux gérer notre existence en harmonie avec le Soi profond rôle

Par le biais des rêves le Maître Intérieur nous inculque des principes de vie concernant tous les secteurs de nos activités journalières pour bien fonctionner et élargir le champ de notre conscience.

L'étude des rêves est importante. Leur décryptage permet bien souvent d'éviter ou de mieux maîtriser des situations critiques pouvant nuire à notre équilibre psychologique et à notre santé physique.

Un rôle annonciateur :

Le rêve avertit d'un événement particulier dans la vie du dormeur. Mais attention, l'homme reste maître de son destin, par son libre arbitre, il a pouvoir de décider en dernier recours, si cet événement doit se réaliser ou pas.

Les gens spirituellement indolents, ont tendances à penser le contraire. C'est dans cette catégorie sociale que l'on

trouve les individus qui préfèrent mettre leur destin dans les mains d'un astrologue, d'un médium, d'un gourou, d'un voyant et autres personnages de ce genre, plutôt que d'assumer pleinement leurs responsabilités, en se prenant soi-même en charge.

Vous devez savoir ceci

Combien même les intentions de ces professionnels de l'occultisme seraient honorables et justifiables, vous devez garder à l'esprit que ces personnes sont aussi des Âmes sur la voie du développement spirituel, et de fait, n'ont pas la science infuse.

Par ailleurs, leur approche de l'individu par le biais des méthodes occultes comme l'astrologie, la médiumnité, le spiritisme etc., ne peut être que très superficielle, car elle ne prend pas en compte la vraie nature en soi, l'Âme.

Toutes ces techniques de divination et bien d'autres, sont des inventions humaines valables, (si peu tenté que je sois de leur autoriser un minimum d'efficacité) uniquement au niveau de la nature inférieure de l'être extérieur.

Elles sont sans doute une aide psychologique non négligeable pour certaines personnes, mais qu'elles se rappellent que c'est toujours au détriment de l'Âme.

SOUVENEZ-VOUS DE CE POSTULAT :

« L'Âme, est essentiellement créative. »

L'homme ordinaire est un automate aux activités bien huilées.

L'individu moyen n'est pas créatif pour un sous. Toute son existence durant, il obéit aux règles subconscientes de son esprit.

À preuve !

Demandez-lui quelque chose qui sort du cercle de ses habitudes et vous le voyez complètement perdu, voire même apeuré d'avancer un pas de plus dans cette nouvelle direction.

Savez-vous pourquoi ?

PARCE QU'IL A OUBLIÉ QUI, IL EST EXACTEMENT.

C'est dramatique !

Ses habitudes sont inculquées par lui-même. Par exemple, il mange, il se couche, il se réveille chaque jour à des heures bien particulières.

Même s'il en n'a pas conscience, les autres influencent son existence notamment au niveau des médias.

Les films, les journaux télévisés, les publicités et j'en passe, inoculent dans l'esprit de chacun, leur dose mesurée d'informations, modelant

progressivement mais insidieusement, la nature de ses pensées et de ses comportements.

Être créatif, ça consiste en quoi ?

Être créatif ça consiste à utiliser les grandes ressources de notre vraie nature, l'Âme, pour améliorer son état.

« Même un tant soit peu, cette attitude ouvre sur la perspective de notre prise en charge et démontre que nous devenons un être créatif pleinement responsable. »

RETENEZ BIEN CECI

Toute tentative auprès d'un professionnel de la voyance ou de la guérison métaphysique en vue de satisfaire l'ego, diminue d'autant son activité.

Ce comportement erroné est pour elle, un grave danger, celui de ne pas s'accomplir pleinement.

Celui de ne pouvoir réaliser son idéal spirituel ici-bas, qui est de devenir un collaborateur de Dieu.

Par ailleurs, de fait que leurs techniques ne peuvent déceler la vraie personnalité du sujet, la qualité des révélations de ces pseudo voyants ne peut par conséquent, qu'être entachée d'une certaine quantité d'erreurs.

Enfin, pour clore ces propos, sachez que la vraie divination ne peut être obtenue qu'au niveau supérieur du plan de l'Âme.

Pour vous éviter bien des déceptions et des dépenses inutiles en allant voir un professionnel ordinaire de la voyance, gardez à l'esprit que seuls les Maîtres Spirituels y ont accès.

De plus, leur intervention est toujours exceptionnelle et uniquement pour satisfaire le développement spirituel du demandeur.

Les choses mesquines des mondes inférieurs, comme connaître les bons numéros du loto, ne font jamais l'objet d'une vraie voyance conduite par un Maître Réalisé authentique.

UN RÔLE PURIFICATEUR :

Consistant à placer dans le champ de la conscience les histoires traumatisantes, les tensions refoulées et les désirs inaccomplis de l'existence qui sont stockés dans l'inconscient.

Ce rappel en surface de ces scénarios négatifs manifestés par les rêves est pour soi, comme une nouvelle occasion de les comprendre, de les maîtriser, de s'en libérer et par conséquent de progresser.

UN RÔLE LIBÉRATEUR :

Consistant à exprimer intérieurement les interdits du quotidien extérieur. C'est la chance pour chacun de vivre ses

fantasmes les plus fous, sans censure ni restriction.

Le Maître Intérieur (voir de plus amples explications à ce sujet dans un autre chapitre) utilise souvent le biais des rêves pour permettre à l'individu d'apprendre des leçons spécifiques, difficiles à accepter et à maîtriser en étant vécues objectivement.

Le rêve permet ainsi de dissoudre facilement le karma négatif, sans contrainte psychologique et d'une manière plus admissible pour l'esprit du sujet.

Vous devez savoir une chose

**TOUT CE QUI EST ENSEIGNÉ À PROPOS
DES RÊVES ISSUS DE LA CULTURE
OCCIDENTALE MODERNE EST INCOMPLET.**

Pourquoi ?

Tout bonnement parce qu'elle ne prend pas en compte les Principes universels du Karma et de la Réincarnation.

Ainsi, pour les Maîtres spirituels les explications présentées sont dénuées de substance, car elles écartent ou ignorent les vécus très lointains des vies antérieures, basant leur théorie sur les impressions des situations de l'existence présente.

UN RÔLE ÉVEILLEUR :

Consistant à nous aider à pressentir l'Âme, la vraie identité de notre être.

La vie ne s'arrête pas pendant les heures de sommeil. Ce n'est pas une nécessité de sombrer dans l'inconscience du repos nocturne.

En tant qu'Âme nous restons éveillés en permanence. Il n'existe pas de point de rupture entre la vie journalière et la vie

nocturne. Le sommeil est un phénomène propre à l'être extérieur.

Actuellement encore, peu de personnes ont réellement pris conscience de leur véritable nature spirituelle et divine, l'Âme et ses états d'être.

UN DES PLUS GRANDS DRAMES DE LA VIE HUMAINE

L'individu du monde ordinaire traverse l'existence, en se privant d'un pouvoir fondamental pour son bonheur et son succès dans la vie.

De plus, son émancipation spirituelle en tant qu'Âme pâtit durement de ce comportement frauduleux.

En effet, pour l'Âme, libérée des attaches matérielles et objectives, le repos complet de l'être extérieur représente une opportunité d'expérimenter pleinement sur les différents niveaux où elle se manifeste.

QUESTION 8

LA MAÎTRISE DES RÊVES REMONTE LOIN DANS LE TEMPS

Assurément, l'étude des rêves n'est pas une lubie des temps modernes, quand bien même avons-nous perdu le lien d'or qui nous uni à cette Tradition, car des découvertes archéologiques tendent à prouver le contraire.

Savez-vous que la science des rêves était déjà connue dans l'Antiquité et bien au-delà ?

En effet, les origines de cette prise de conscience fondamentale de l'individu concernant les rêves, remonte très loin dans l'Antiquité.

Sans doute, bien avant l'époque où la Civilisation égyptienne qui était une des plus avancées, les rêves faisaient l'objet

d'une attention très rigoureuse,
notamment pour prédire l'avenir.

Phénomène indissociable de la vie

Grâce à leur vie simple et proche de la nature, nos Lointains Ancêtres considéraient les rêves comme des éléments indissociables à leur existence.

Ils avaient valeur de présage et de guérison. Avec le temps, ils ont observé une corrélation entre le corps et l'esprit.

À travers l'interprétation des rêves et des songes, ils pouvaient détecter les maladies, prédire l'avenir et influencer l'histoire.

L'étude des rêves a été un lobby pour le pouvoir dans de nombreuses civilisations. Seuls les souverains pouvaient utiliser ce privilège pour étendre leur influence et renforcer leur autorité.

LES RÊVES AU SERVICE DE L'HISTOIRE

Ce n'est pas une invention, Les rêves ont joué un rôle déterminant dans l'histoire des hommes.

SAVIEZ-VOUS QUE...

- Jeanne d'Arc aurait gagné la guerre grâce à des rêves et des visions.
- Jules César aurait pris Rome d'après un rêve prophétique.
- Alexandre le Grand devrait sa victoire de la bataille de Tyr grâce à un songe prophétique également.
- Hannibal serait parti à la conquête de Rome d'après un rêve dans lequel il se voyait s'emparer de cette ville.
- Napoléon 1^{er} s'intéressait aux choses occultes. Il prenait grand soin de noter tous ses rêves. Ce serait grâce à certains d'entre eux qu'il remporta ses victoires.

- Hitler, se serait sauvé in extrémiste d'un bombardement ennemi dirigé sur la tranchée où il se tenait. Il n'était alors que simple caporal âgé de 28 ans.

Tous ses camarades périr sauf lui grâce à un rêve prophétique. Il se voyait enlisé sous des tonnes de ferrailles et de gravas.

Étonnant, non ?

Pour certaines civilisations antiques, les rêves étaient considérés comme des messages des dieux.

Dans certains continents actuels, le rêve est sacré à ce point, que le dormeur qui ne rêve pas, est considéré comme maudit ou victime de sorcellerie.

En Afrique, le rêve est un guide précieux indispensable à la survie. Les activités, les relations et les événements même anodins, tournent autour de l'étude des rêves. Il fait par conséquent l'objet de respect et de vénération.

Chez les Massaï, il est interdit de réveiller un dormeur de peur que son esprit ne puisse réintégrer son enveloppe charnelle.

Dans la tradition des Chamans, l'interprétation onirique tient aussi une place prépondérante.

Pour eux, tout être vivant a une Âme. La nuit, c'est pour elle l'occasion de s'évader de ses attaches matérielles et les rêves sont considérés comme des présages pour leurs activités quotidiennes.

Si le Chaman rêve de la fille de l'Esprit de la forêt, la chasse sera bonne.

Pour eux le fait de voir certains animaux en songe leur permet de savoir les localiser. Le chasseur n'a plus qu'à se rendre à cet endroit particulier pour l'attraper.

Les Esprits guides peuvent communiquer à l'état de rêve pour

informer des origines des maladies et les remèdes pour les traiter efficacement.

Dans la culture amérindienne un Grand Esprit règnerait sur la nature et sur tous les hommes.

Celui-ci a dessein de nous aider à vivre en symbiose avec soi, autrui et l'environnement.

Cela est subtilement suggéré la plupart du temps par le biais des expériences oniriques.

Les rêves pour nos voisins les Amérindiens détiennent une place prépondérante. Ils sont considérés avec le plus grand respect et le sérieux le plus total, afin de satisfaire les besoins de l'Âme, étincelle de Lumière du Grand Esprit, comme ceux du corps physique.

AVEZ-VOUS UN CAPTEUR DES RÊVES ?

Par définition, et comme son nom l'indique, le capteur des rêves a pour objectif de capturer les bons rêves et d'éloigner les mauvais.

C'est un instrument issu de la Tradition amérindienne, autrefois conçu d'une manière artisanale et d'usage exclusivement personnel.

Cet objet est constitué d'un filet lâche de fils naturels, entouré d'un cerceau de bois précieux agrémenté de décorations diverses, telles que des perles, des rubans voire aussi des plumes et autres petits objets pour s'harmoniser avec les tendances vibratoires du détenteur.

Au dire de leur utilisateur, ça fonctionne.

D'après une antique légende Sioux, une simple toile d'araignée perlée de

gouttelettes de la rosée matinale, aurait inspiré la création du capteur des rêves.

Pour les utilisateurs, cet objet est censé écarter les mauvais rêves et conserver les belles images.

Une chose étonnante !

Aujourd'hui, dans notre société matérialiste, des millions de personnes feraient appel aux vertus oniriques d'un capteur de rêves, pour les aider à avoir des rêves et à s'en souvenir.

Une autre solution existe moins encombrante, moins coûteuse et surtout infiniment plus efficace. Je vous la laisse découvrir dans les pages de la 2^{ème} partie de cet ouvrage.

LES RÊVES, UNE APPROCHE UNIVERSELLE

Aux époques reculées de l'histoire, apprendre à maîtriser les rêves, était une

chose aussi courante, que d'apprendre l'informatique à l'heure actuelle.

Exemple, en Grèce les rêves étaient considérés comme des esprits envoyés par les dieux et les déesses qui cherchaient à se mêler des affaires des hommes, pour les guider, les informer, les guérir et même prophétiser leur avenir.

Des temples dédiés au dieu Asclépios étaient utilisés pour la guérison par incubation des rêves.

Les non moins célèbres médecins Hippocrate et Galien faisaient usage de l'oniromancie. Ils décryptaient les rêves de leurs patients en vue de prodiguer les soins les plus adéquats à leur guérison.

Morphée, est le dieu grec des rêves. D'après les récits antiques, il lui suffisait de toucher les hommes d'une fleur de pavot pour les endormir d'un sommeil plein de rêves.

En Égypte, les prêtres avaient faculté d'interpréter les rêves pour guider et protéger par voie divine. Joseph fils de Jacob, fils d'Isaac, fils d'Abraham étaient célèbre pour ses guidances oniriques auprès de Pharaon.

Un fait à noter. Les prophéties étaient accordées essentiellement aux souverains. Probablement par ce qu'à ces époques, les mœurs n'envisageaient pas que les dieux puissent s'abaisser à donner des guidances au commun des mortels.

RÊVES ET RELIGIONS

Bien que le clergé catholique ait dénoncé l'onirisme comme une pratique dangereuse à l'instar de la sorcellerie et de la magie, les Écrits bibliques apportent de multiples témoignages, Daniel, Jacob, Nabuchodonosor, pour ne citer qu'eux, attestent qu'à cette époque les rêves avaient un rôle clé dans la destinée des hommes.

Les rêves dans la Tradition bouddhique sont abordés d'une manière un peu différente de l'approche commune de l'Occident.

Pour les Bouddhistes, rêves et réalités n'ont pas de frontières précises. De plus, l'étude des rêves est faite d'un point de vue essentiellement symbolique.

Par exemple, la mère de Bouddha, avant sa naissance, aurait rêvé entrant en son sein, d'un éléphant, blanc ou d'argent plus brillant que le soleil, de cambrure bien équilibrée possédant 6 défenses plus dures que le diamant.

Et les devins de conclure :

« Vous mettrez au monde un fils d'une lignée royale, un monarque universel qui deviendra un moine errant célèbre dans le monde entier, illuminant chacune des personnes qui suivront ses préceptes de vie. »

Une autre histoire surprenante :

« Le grand inspirateur et philosophe Tchouang Tcheou, une nuit rêva être un papillon, heureux de vivre et jouant de fleur en fleur, oubliant qu'il était Tchouang Tcheou. »

« À son réveil, il était surpris de trouver qu'il était Tchouang Tcheou. Bien qu'il reprenne parfaitement conscience de sa réalité physique, une question persistait dans son esprit. »

« Était-il Tchouang Tcheou ayant rêvé d'être un papillon ou un papillon s'identifiant à Tchouang Tcheou ? »

Depuis ce jour-là, est-il rapporté dans les livres, tous les Chinois doutent de l'origine de leurs rêves, se demandant où est la limite du rêve et celle de la réalité.

QUESTION 9

OÙ EST LA RÉALITÉ ?

D'après vous, la réalité est-elle dans l'état de rêves ou dans l'état éveillé dans ce monde ci ?

En vérité, et cela est ma conviction, comme vous l'avez appris ou l'apprendrez dans ce livre, là où est l'Âme c'est-à-dire la conscience, là est la réalité.

On peut donc dire ceci :

« Vivre, c'est faire un grand rêve. »

« Il vaut mieux rêver sa vie que le vivre, encore que la vivre, ce soit encore la rêve. »

Marcel PROUST.

LA RÉALITÉ D'UN RÊVE PEUT EN CACHER UNE AUTRE

Ne vous y méprenez pas.
L'interprétation littérale des rêves est

trompeuse pour différentes raisons, que je vous propose de connaître maintenant. Continuez votre lecture pour améliorer votre efficacité.

En effet, c'est une erreur d'appuyer l'étude des rêves sur des clichés prêts à l'emploi comme le proposent souvent les auteurs de vulgarisation, en donnant des clés génériques, soit disant valables pour tout le monde.

D'abord, parce que l'Âme est unique et son parcours ne ressemble au parcours de qui que ce soit.

Par conséquent, il est sage de penser que le même rêve possède une signification différente, propre à chacun.

Puis, parce que le modus operandi des univers intérieurs, n'a rien à voir avec ce bas monde.

Par conséquent, un rêve évoquant des symboles apparemment semblables à

ceux du plan physique, peut avoir une signification différente de celle qui lui est attribuée normalement ici-bas.

Enfin, parce que le subconscient convertit le rêve au niveau de la compréhension de l'intellect, dans une symbolique n'ayant pas grand-chose de commun avec le vécu intérieur lors des rêves.

Cet ensemble d'obstacles réclame donc de la part du dormeur, une certaine habileté dans le décryptage de ses rêves. L'habitude aide avec le temps à se perfectionner dans ce sens.

QUESTION 10

À QUEL MOMENT RÊVE-T-ON ?

D'abord vous devez savoir que le contenu des rêves n'est pas directement concerné par notre habileté à nous en souvenir. D'après les spécialistes, le moment du réveil qui jouerait un rôle plus déterminant.

Cela dit, contrairement à une idée commune, on ne rêve pas tout le temps que dure le sommeil nocturne.

Pourquoi ?

Pour la bonne raison que le sommeil s'accomplit en plusieurs paliers qui se traduisent ainsi, selon les spécialistes de l'esprit:

- 1 L'endormissement. C'est la frontière entre l'état de veille et le sommeil.

2 Vient ensuite la deuxième phase qui se traduit par le sommeil léger. Environ 50% de la durée totale du sommeil.

3 Suivi par le sommeil profond qui représente environ 20% de la durée totale du sommeil.

QUESTION 11

RÊVES SANS FRONTIÈRE

Les rêves n'ont pas de frontière. C'est un fait établi, des images de l'activité onirique se retrouvent dans tous les peuples d'Occident et d'Orient.

En effet, malgré les distances, les différences ethniques, sociales et culturelles, les êtres humains font des rêves qui se ressemblent étonnamment.

Pour les spécialistes, c'est affaire de logique. Il n'y a rien de surprenant à cela quand vous savez que l'Âme communique avec l'inconscient collectif, appelé aussi mémoire universelle.

Elle en ramène des images stéréotypées valables, qu'elle que soit le pays où habite son hôte dans ce monde.

Ainsi nous voyons qu'Européen, Africain ou Américain, chacun expérimente un langage commun et universel de symboles et de métaphores.

S'envoler, courir derrière un train en marche, être entièrement nu, être poursuivi, tomber dans le vide, etc., sont quelques-uns des rêves communs à chacun.

Cependant, chaque Âme étant unique en son genre, il convient de les interpréter selon les codes de son propre destin.

QUESTION 12

EST-CE QUE VOTRE ANIMAL DE COMPAGNIE RÊVE ?

C'est dans la nature de l'ego d'avoir une haute estime de lui-même. Ainsi, il n'y a rien d'étonnant à ce que les individus qui vivent depuis cette station, supputent l'idée que les animaux sont tant inférieurs à l'homme, qu'ils ne méritent pas d'avoir une Âme.

C'est sans doute pourquoi, dans certaines communautés religieuses orthodoxes, les animaux ne sont pas enterrés, ni même admis aux visites dans les cimetières.

Serait-il alors raisonnable de penser que ces religions sont davantage matérialistes que spirituelles, puisqu'elles n'admettent pas que Dieu puisse être aussi dans les créatures du Règne animal ?

C'est une erreur qui démontre une vue étriquée de Dieu dans leur vie. La vanité, va se loger parfois où on l'attend le moins.

ÉCLAIRONS UN PEU VOTRE LANTERNE

Pour que ce soit plus clair dans votre esprit, vous devez comprendre une chose essentielle.

L'Âme à l'échelle individuelle, est l'unité de conscience divine qui sustente toute chose et à tous les niveaux, matériel, physique, astrale etc., grâce à la substance divine, l'Esprit, dont elle est tissée.

Franchement, j'ai du mal à imaginer quoi que ce soit ou qui que ce soit vivant dans les divers Règnes qui constituent ce monde matériel, s'exprimer indépendamment de l'Essence créatrice de Dieu.

Quand pensez-vous ?

N'êtes-vous pas un peu d'accord avec moi ?

Bien sûr, ce postulat universel ne souffre d'aucune exception, c'est aussi sûr que l'air respiré nous permet de vivre sur Terre.

En vérité d'après les Maîtres de Sagesse, l'Âme envoyée ici-bas pour s'aguerrir, est obligée de passer par les nombreuses formes de vie existant dans le monde en vue d'atteindre la parfaite maturité spirituelle et devenir une collaboratrice de Dieu.

Selon le processus d'évolution, l'Âme s'incarne dans les multiples apparences des mondes, minéral, végétal, animal et humain.

Voilà pourquoi, il ne fait aucun doute que les animaux sont aussi des Âmes incarnées, en vue d'assumer certaines

fonctions et d'acquérir plus de maîtrise sur l'échelle de l'évolution.

Certains aspects physiques de l'être humain comme les ongles, les poils, les dents pour ne citer qu'eux, ne seraient-ils pas une dégénérescence des griffes, des sabots, des crocs, de la fourrure qui constituaient des éléments de survie à l'époque où nous étions des animaux domestiques ou des bêtes sauvages ?

Maintenant à la question de savoir si votre animal de compagnie rêve, c'est autre chose.

L'idéal bien sûr serait qu'il vous le dise personnellement. Chose impossible.

Toutefois, et en s'appuyant sur l'observation de l'être humain à l'état de rêve, les réactions physiologiques produites chez l'animal durant son sommeil, tendent à démontrer une certaine forme d'activité onirique.

Les Maîtres spirituels disent que les animaux particulièrement doués peuvent même, à l'instar des êtres humains, faire le Voyage de l'Âme. Voir les explications de ce terme un peu plus loin, dans un nouveau chapitre.

Avec le temps, il faut le souhaiter, le monde scientifique se pliera aussi à la nécessité pour l'individu humain d'étudier ses activités oniriques d'une manière plus approfondie qu'elle ne le fait actuellement.

De cette nouvelle approche de la vie ici-bas, doit naître une réconciliation harmonieuse de l'homme avec son Créateur et à faire de lui, une meilleure personne qui jouera un rôle déterminant dans le destin planétaire et universel.

2ÈME PARTIE

QUESTION 1

CONNAISSEZ-VOUS LE MAÎTRE DES RÊVES ?

Oui, certainement, mais vous ne le savez pas encore. Cette lacune devrait être vite comblée si vous avez la curiosité de lire ce chapitre qui lui est consacré.

Cette réponse peut vous surprendre, mais c'est la vérité. Je vous explique pourquoi et comment renouer des liens solides avec cette Entité spirituelle bénéfique, qui peut devenir votre ami et confident le plus cher au monde pour vous.

Cependant, parce que vous n'y portez probablement aucune attention, pour vous, en vertu du respect du Principe universel du Libre Arbitre, actuellement le

Maître des Rêves ne peut pas faire autrement que de rester dans l'ombre.

C'est bien dommage car il est à mon sens Le seul à vous guider et à vous protéger le plus efficacement dans vos pérégrinations oniriques.

C'est un hiatus que je vous propose ici de combler dès maintenant. Croyez-moi ou pas, vous ne le regretterez pas. Votre vie entière s'embellira comme jamais vous n'avez osé l'imaginer jusqu'alors.

L'excellente nouvelle ici. Vous devez vous rappeler que le Maître des Rêves est proche de vous, que vous en ayez conscience ou pas.

Désormais, pour bon nombre de raisons développées tout au long des pages de cet ouvrage, vous pouvez avoir une relation ouverte, sincère et permanente avec le Maître des Rêves. Il ne tient plus qu'à vous qu'il en soit ainsi.

• **Relation ouverte** : parce que vous accueillez le Maître des Rêves.

• **Relation sincère** : parce que votre cœur doit être pur. Ici, pas question de faux-fuyant, de mensonges. C'est tout à fait inutile. Cela ne ferait qu'entraver votre relation spirituelle avec Lui. Il s'écarterait de votre chemin, le temps pour vous de rétablir une relation harmonieuse.

• **Relation permanente** : avec le Maître des Rêves pas question non plus de le consulter à l'occasion quand on y pense ou pour combler un temps à vide ou encore seulement quand tout va mal.

• **Le Maître des Rêves** ne peut être pleinement opérationnel dans toutes les directions de votre existence, qu'à cette condition, de maintenir une relation permanente.

•**Par conséquent** : gardez présent en mémoire ce postulat. Une relation avec le Maître des Rêves doit être soutenue de chaque instant. Ici, est un des grands secrets de votre réussite et de votre bonheur ici-bas.

LE SECRET DU MAÎTRE DES RÊVES

Le Maître des Rêves est en fait une des multiples fonctions du Maître Intérieur. C'est par conséquent une Entité spirituelle, tout ce qu'il y a de plus vivante.

Toutefois, rares sont les auteurs dans l'oniologie contemporaine qui lui rendent l'hommage qu'il mérite, sans doute parce que leur maîtrise dans ce domaine n'est pas rendue à ce niveau de compréhension.

S'il y en a, lorsque ces individus de niveau moyen en entendent parler, le Maître des Rêves est associé volontiers à une symbolique de l'esprit définie comme

un mécanisme psychologique pour satisfaire les impulsions et atteindre la félicité.

Bien sûr c'est faux !

Leur réponse laisse deviner un manque d'informations et de compétences à ce sujet ou/et une tendance à la paresse spirituelle propre aux individus attirés davantage vers le côté matériel de la vie.

Bien sûr, si ces personnes se donnaient la peine d'expérimenter au niveau de l'Âme, plutôt qu'à celui de l'égo, elles constateraient la réalité vivante du Maître des Rêves ou du Maître Intérieur.

Dans l'antique Tradition d'**ECKANKAR**, le Maître Intérieur est appelé le **Mahanta**, le **Maître ECK Vivant**, qui peut avoir une relation individuelle avec chacun de nous.

Son rôle est des plus importants et l'adepte doit lui réserver la meilleure

place en premier plan, dans toutes ses affaires spirituelles ou profanes.

Il peut définir votre vraie nature en tant qu'Âme et ainsi vous aider à ouvrir les portes de vos Univers intérieurs pour élargir votre compréhension spirituelle dans tous les secteurs.

Ne vous méprenez pas sur Ses intentions

En vertu du Principe évolutif, Sa mission est de vous guider et non de faire quoi que ce soit à votre place, pour ne pas enfreindre à votre progrès spirituel, puisqu'au final, c'est bien de cela qu'il s'agit pour vous.

En effet, le Maître des Rêves ne fait pas le chemin à votre place et n'assume pas vos propres expériences oniriques.

Sa principale préoccupation à l'égard du rêveur se résume à lui montrer la voie.

Par ailleurs, gardez à l'esprit qu'Il n'oblige personne à le suivre, ne pousse pas et ne bouscule pas l'Âme dans ses pérégrinations diurnes et nocturnes.

Il est là simplement comme guide qui oriente chacun dans la direction de son retour à Dieu à travers les propres univers intérieurs du rêveur, l'éclairant sur les éventuels dangers ou menaces et signalant les voies sans péril.

Cela dit, ayant accès à la grande mémoire universelle, soyez sûr de son efficacité, quant à vous montrer le meilleur chemin à prendre ou la meilleure solution à adopter pour arriver à vos fins, dans l'optique même de votre épanouissement personnel.

Toutefois, gardez bien présent ce postulat dans votre esprit.

« Le Maître des Rêves n'intervient seulement dans le destin des hommes qui

l'accueillent et observent ses instructions en vue de leur perfectionnement spirituel. »

LES MULTIPLES APPARENCES DU MAÎTRE DE RÊVES

Une chose majeure à garder dans votre esprit est que le Maître des Rêves endosse l'apparence qui est la plus facile d'accepter pour le rêveur.

Après tout, ici-bas, la règle la plus élémentaire pour communiquer efficacement avec autrui, n'est-elle pas d'utiliser un langage commun ? Sur le plan onirique et spirituel c'est la même chose.

Comment le Maître de Rêves peut-il se faire reconnaître et comprendre en utilisant une apparence et une langue étrangères à celles que le rêveur a coutume d'utiliser sur le plan matériel et objectif ?

Aussi, est-il fréquent de voir le Maître des rêves apparaître sous l'apparence la

plus facile à accepter pour notre niveau de compréhension.

Par exemple, ce postulat peut se traduire par les traits de Bouddha, pour les bouddhistes, par ceux de Jésus pour les catholiques ou d'un saint Personnage ou d'un Maître de Sagesse avec qui le rêveur entretient un rapport particulier etc.

Mais aussi parce que le Maître des Rêves peut se faire aider par d'autres Maîtres spirituels, car sa tâche est immense.

Tout comme il vous est plus aisé et sécurisant de voyager avec un guide dans ce monde-ci, vous trouverez plus facile et plus sécurisant d'explorer les lieux méconnus de vos univers intérieurs en compagnie du Maître des rêves, qui vous aidera à vivre les expériences sans hésitation, ni appréhension.

QUESTION 2

QU'EST-CE QUE LE CONTRÔLE DES RÊVES ?

Le contrôle et la maîtrise des états de rêves, consiste à manipuler les situations et les conditions oniriques tout comme dans l'état de conscience diurne sur le plan physique.

Au lieu de subir le rêve, le dormeur peut à loisir faire ce qu'il désire, décider de la situation et de l'environnement qui lui convient pour ses expériences spirituelles.

Une aide pour y arriver plus facilement, consiste à accepter que vous allez rêver consciemment, en total contrôle de votre environnement et accorder au Maître Intérieur, qui fait ici office de Maître des Rêves, de prendre la relève et de veiller à vous faire vivre les états de rêves

appropriés à votre épanouissement spirituel.

La réussite ne sera peut-être pas au rendez-vous les premières fois, mais votre opiniâtreté triomphera de cette difficulté, soyez-en sûr.

Peu à peu, vous deviendrez de plus en plus conscient que vous rêvez en contrôle et jouez un rôle que vous-même avez décrété ou simplement, vous êtes un témoin silencieux à volonté.

La question ici

Comment est-ce que je procède pour revenir à l'état de conscience objective ?

Rien de plus simple.

Les Maîtres spirituels nous suggèrent de faire ceci.

Au moment où pour une raison ou pour une autre vous souhaitez revenir dans ce

monde ci, la technique consiste à affirmer et à ressentir que vous êtes de retour dans le corps physique.

La conscience, l'Âme réintègrera aussitôt son corps matériel. C'est automatique. Vous ne craignez pas de vous égarer ou de rester prisonnier dans vos univers oniriques.

Arrivé à ce stade expérimental, vous deviendrez alors le Maître de vos rêves, le metteur en scène de vos aventures oniriques au lieu d'être un simple acteur inconscient comme cela se passe chez la plupart des individus moyens.

POURQUOI VOUS VALEZ MIEUX QUE CE QUE VOUS CROYEZ ÊTRE ?

C'est un fait bien établi. Pour l'esprit matérialiste, l'être humain n'est rien de plus qu'un corps fait d'os, de chair et de sang, nanti de fonctions cérébrales.

Les rêves nous aident à briser cette idée erronée ancrée en soi depuis l'Aube des Temps, très certainement.

Mais la maîtrise des rêves confirment notre erreur jusqu'alors de nos limitations objectives et nous fait prendre conscience que nous sommes Âme avant tout, qui est omniprésente, omnisciente et omnipotente.

Nous pouvons améliorer cette ouverture dans la conscience spirituelle par le biais de la contemplation.

Contempler juste avant de s'endormir ou juste avant de se réveiller, peut aider à pénétrer en contrôle dans la réalité de nos univers intérieurs.

En effet, les spécialistes de l'esprit ont découvert une phase cérébrale particulière, située entre le sommeil et le réveil et vice versa, fort utile pour maîtriser les rêves et nous libérer des

limitations physiques, débouchant sur la vraie réalité.

Cette phase est utile dans le sens où la partie analytique du mental est inactive.

Par la contemplation, vous pouvez en prendre conscience et contrôler cet état intermédiaire à la frontière des réalités objectives et subjectives.

Vous expérimentez un état de clarté mentale propre à ce niveau de perception située au-delà des limites objectives habituelles. Pour peu que vous maîtrisiez cet état d'être, vous pourrez l'expérimenter un court instant ou plusieurs heures, voire toute la nuit durant.

Dès lors que le corps physique est en repos total, inconscient de toutes impressions objectives, vous vous éveillerez dans le corps de l'Âme.

Vous retrouvant dans l'éternité, vous réaliserez que la mort peut être vaincue

Voici quelques suggestions pour y arriver plus facilement.

1. Au moment de vous endormir le soir, alors que votre corps physique est inerte et votre esprit tranquille, essayez de rester conscient de l'approche de sommeil, en focalisant votre attention au niveau du 3^{ème} Œil, situé entre les sourcils à 2 centimètres environ derrière le front.
2. Dès lors, décidez de vous éveiller dans le corps de l'Âme et d'être parfaitement conscient et de pouvoir agir en contrôle dans les rêves que vous ferez.
3. Même si vous ne réussissez pas, c'est normal les premières fois. Le matin au réveil, vous constaterez

néanmoins que certaines questions ont reçu une réponse.

4. Cela se passe durant une phase de votre réveil située à la frontière du sommeil et de l'éveil. Les impressions sont si fugaces et si rapides que l'individu moyen n'en a pas conscience la plupart du temps.
5. Continuez votre entraînement tous les soirs et vous deviendrez habile à détecter ces impressions subtiles.

Le réveil artificiel

Il existe une solution « coup de poing ». La voici. Au lieu d'attendre le processus de l'automatisme subconscient du réveil, vous pouvez vous faire réveiller artificiellement, en faisant sonner votre réveil dans le courant de la nuit, à un moment précis.

D'après certaines études scientifiques, ce serait entre 3 heures et 5 heures du matin que les rêves se font.

Grâce à ce réveil brutal au beau milieu de vos activités oniriques, vous êtes à peu près assuré de vous souvenir de vos rêves ou de moins de quelques bribes.

Une alerte qui risque de devenir dangereuse

Mais attention de ne pas abuser de cette tactique, car c'est durant cette période précisément que le corps entre en contact profond avec les courants cosmiques qui le régénèrent. Appliquer chaque nuit, peut devenir dangereux pour votre santé.

UNE PRISE DE CONSCIENCE FONDAMENTALE

La maîtrise de l'existence diurne et nocturne, réclame de prendre en compte deux Principes universels, que vous devez

connaître. Ce sont le Principe des Incarnations et du Karma.

Par conséquent, la connaissance des vies passées est une étape majeure pour maîtriser les rêves, comme pour résoudre de nombreuses afflictions, dont nous ne comprenons par la présence et ne connaissons pas l'origine.

En effet les Maîtres spirituels sont clairs à ce titre. Bien des calamités mondiales que nous vivons aujourd'hui, comme bon nombre de nos épreuves individuelles actuelles, proviennent de nos erreurs provoquées lors de nos incarnations précédentes et de notre incapacité à les reconnaître.

Pourquoi ?

Simplement, parce que tout le processus de la vie dans les mondes inférieurs est tissé par la Loi de Cause et d'effet.

Par conséquent, pour l'Âme qui n'a pas atteint le niveau requis à sa liberté spirituelle, toutes ses activités produisent du karma bon ou mauvais. Le bon libère et le mauvais l'attache aux mondes inférieurs.

La bonne nouvelle ici, c'est qu'il est toujours possible pour chacun comme pour la masse, de rétablir la situation à notre avantage dans nos intérêts spirituels par le rééquilibrage des énergies mis en œuvre.

La solution !

La solution consiste à retourner à l'origine des problèmes en question dans notre quotidien. L'étude des rêves peut et doit nous aider à revivre les événements de notre lointain passé en pleine lucidité et total contrôle.

Depuis cette position, nous sommes en mesure de saisir les causes factices.

À partir de là, dès lors il est aisé, par la mise en œuvre du Principe universel des Opposés, d'améliorer son sort dans toutes les directions.

Par exemple, remplacer les sentiments de haine, de colère et de vanité par les sentiments opposés, la bonté, la tempérance et l'humilité.

Vous pouvez essayer aussi cet exercice.

Les corbeilles aux rêves

Voici une technique facile pour vous aider à dissoudre les liens karmiques de vos précédentes incarnations.

Commencez par chanter le mantra « **HU** » se prononce « **YOU** » comme pour le mot anglais « you », un ancien nom de Dieu.

Prolongez la sonorité comme ceci :

« YOUOUOUououou ! »

- Activez ses puissantes et bénéfiques Forces vibratoires durant 5 minutes ou plus.
- Visualisez 2 corbeilles en osier devant vous. Une de couleur noire à gauche et une autre de couleur blanche à votre droite.
- Évoquez votre problème en image. Voyez-le dans ses lignes essentielles. Placez-le dans la corbeille de couleur noire.
- Imaginez la solution que vous aimeriez apporter pour rétablir l'harmonie dans votre vie et dissoudre l'affliction concernée. Placez-la dans la corbeille de couleur blanche.
- Maintenant, laissez-vous aller au sommeil, avec un sentiment de confiance au cœur dans la réalisation de votre solution, sachant

que le Cosmique ou l'Esprit saint ou les Maîtres spirituels en charge du destin humain, vont la prendre immédiatement en charge.

- Si le matin au réveil vous n'avez aucun résultat, répétez cette application une autre semaine durant 20 minutes environ, juste avant de vous endormir.
- Si vous n'avez toujours pas accès à vos vies antérieures concernées par votre question, reprenez votre application après une pause d'une semaine complète.
- Établissez-vous un programme sur cette base jusqu'à ce que vous ayez la réussite attendue.
- Si vous n'avez toujours aucun succès, après 3 mois d'application, c'est que le Maître des Rêves considère votre

solution inadéquate à votre progrès spirituel.

- Demandez-Lui alors de vous montrer le chemin le plus direct pour résoudre le problème concerné.

Notez qu'il n'est pas rare que l'adepte doive attendre un certain temps, avant d'entrevoir une révélation de ses vies passées.

Patiencez, c'est ce qu'il y a de mieux à faire.

Car le Maître des Rêves ne laisse jamais une question sans réponse, même s'il s'agit de vous refuser l'accès à cette partie bien définie de vos vies passées à cause d'un trop grand trouble que cela provoquerait pour vous à la revivre.

Votre succès tient aussi en grande partie à l'intensité de votre motivation de purger votre existence, des ordures

spirituelles accumulées dans vos vies
passées.

QUESTION 3

POURQUOI RÊVONS-NOUS PLUSIEURS FOIS DANS LA NUIT ?

En s'incarnant sur Terre en provenance des plans spirituels supérieurs, l'Âme passe par différents stades de manifestation.

À savoir, les plans, Éthérique, Mental, Causal, Astral et Physique.

Sur ces plans sont utilisés des langages et des supports de communication variés n'ayant rien à voir avec ce que nous habitués d'utiliser ici-bas.

Pour être compréhensibles, les rêves sont déchiffrés et reformulés dans la symbolique et les mots accessibles par l'intellect.

Par conséquent, nos expériences oniriques ne se bornent pas à l'Univers physique.

En tant qu'Âme, chacun vit des multiples situations, qui se produisent sur ces différents plans intérieurs.

Voilà la raison pour laquelle nous ramenons parfois plusieurs rêves dans la même nuit, qui n'ont rien à voir entre eux.

La réponse métaphysique de ce phénomène

D'après la métaphysique, l'être humain rêve 7 fois chaque nuit. Ces rêves sont en rapport avec l'activité des 7 centres ou cakras s'exprimant dans le corps humain.

Le point de conscience de leurs activités se situe dans le lobe cervical reconnu pas les scientifiques pour être la zone des rêves.

En fait, il ne se produirait qu'un unique rêve. Mais comme celui-ci se manifeste sur chacun de ces 7 plans vibratoires particuliers, il en résulte l'illusion de rêver 7 fois.

Une mise en garde

D'autre part, les Maîtres spirituels soulignent le fait suivant. Les chakras font partie de l'être psychique, l'aspect de notre nature inférieure.

Ces centres d'énergies psychiques sont toujours en activité. Il est donc parfaitement inutile de chercher à les éveiller de quelque manière que ce soit, puisqu'ils le sont déjà.

Cette manipulation inconsidérée par des esprits mal affermi aux vrais Principes universels et divins, s'avèrent dangereuses dans le sens ou cela met en évidence toutes les négativités en soi.

Phénomène qui provoque des déséquilibres énergétiques importants difficiles à éliminer. Le sujet à de pareilles pratiques, est souvent amené à un seuil de démence proche de celui des personnes internées dans les hôpitaux psychiatriques.

Soyez donc prudent lorsque ces pseudo maîtres spirituels vous proposent ce genre de pratique, soit disant pour se développer spirituellement. C'est archi faux, car le véritable éveil commence par le haut et non par le bas.

QUESTION 4

POURQUOI NE SE SOUVIENT-ON PAS DE TOUS LES RÊVES ?

Nous venons de voir que l'Âme endosse divers corps adaptés aux besoins des plans sur lesquels elle vit. C'est pourquoi, son modus operandi dépasse grandement les facultés intellectuelles du rêveur.

« Le cerveau est limité, comme un petit seau, mais les expériences intérieures que vous vivez sur tous les plans se comparent à un vaste océan. Il serait vain d'essayer de verser l'océan dans le petit seau de l'intelligence humaine. »

**Harold KLEMP 'Interrogez le Maître'
Tome 1 page 5, copyright 2000
ECKANKAR MN 55427 U.S.A.**

En conséquence de quoi, les facultés mémorielles limitées du rêveur

l'empêchent de se rappeler de tous ses rêves. Voilà pourquoi nous ne nous souvenons de 1, 2 ou 3 rêves seulement chaque nuit.

Et uniquement ceux qui représentent au regard du Maître Intérieur une opportunité d'avancement spirituel pour soi.

Comprenez-vous maintenant pourquoi il est essentiel de ne pas négliger l'étude de ses rêves, car chacun est un peu semblable un panneau signalétique pour mieux avancer et nous diriger dans la vie.

Un réveil brutal

Se réveiller trop rapidement peut nous empêcher de nous souvenir de nos rêves.

En effet, la passerelle qui nous sépare de nos univers intérieurs, est si étroite, que si nous ne prenons pas le temps de nous réveiller, le mental ne peut pas

transcrire en termes clairs les impressions subconscientes reçues.

La réponse ici est d'éviter de se lever trop brusquement le matin au réveil afin de permettre aux images oniriques d'imprégner votre esprit conscient.

Le rêve est un phénomène qui se manifeste dans une phase du processus du réveil ou le sommeil n'est plus et l'état de veille n'est pas encore réalisé.

Cette passerelle entre ces deux mondes est si furtive qu'il est facile pour un dormeur non entraîné, d'oublier ses rêves.

C'est pourquoi il est important de ne pas brusquer le réveil.

Des expériences cliniques ont démontré par ailleurs, qu'un dormeur qui se prépare psychologiquement avant de dormir, peut plus facilement se remémorer ses rêves.

Comment développer votre aptitude onirique ?

Voici une stratégie facile, en vue de vous aider à développer votre mémoire onirique.

Vous devez commencer par vous motiver en conséquence. Si vous ne portez aucun intérêt à ce que vous faites dans la vie, il est certain que vos affaires iront vers l'échec.

Si vous ne souhaitez pas vous rappeler vos rêves, vous n'avez aucune chance d'y parvenir.

Prendre conscience des multiples bienfaits de l'utilité des rêves, peut militer à votre avantage et vous aider à acquérir cette nouvelle aptitude. Une liste des nombreux avantages de l'utilité des rêves a été préparée à cet effet. Voir un peu plus loin.

Lancez le mécanisme de rappel des rêves

Il consiste en un premier temps à décider que le matin au réveil vous vous souviendrez clairement de vos rêves.

Pour démontrer au Maître des Rêves votre intention, vous pouvez dire une formule du type :

« Demain matin à mon réveil, je me souviens de mes rêves ! »

Pour éviter un barrage psychologique, d'ajouter ceci :

« Même au risque de réaliser certaines vérités susceptibles de froisser l'ego. »

Ensuite, le matin au réveil, vous pouvez lancer le processus de rappel des rêves en vous posant cette question :

« À quoi sur le moment, étais-je en train de rêver ? »

Les associations d'idées

Si les impressions de votre rêve sont floues, vagues, incohérentes, utilisez le principe des associations d'idées.

Essayez de maintenir dans le champ de votre conscience n'importe quelle image, même partielle de votre rêve.

Progressivement, les images attenantes tendront à apparaître. De fil en aiguille vous reconstruirez votre rêve.

Essayez l'ancrage !

Certaines personnes versées dans le domaine de la psychologie, préconisent l'ancrage.

C'est une aide psychologique qui consiste à faire quelque chose dans un but précis à un moment particulier.

En l'occurrence ici il s'agit du rappel de vos rêves le matin au réveil. L'ancrage

pourrait être par exemple de regarder une image, de toucher un objet, de boire un verre d'eau.

Au moment de vous endormir, énoncez clairement dans votre esprit le but poursuivi par votre ancrage.

Par exemple, demain matin je me souviendrai de mes rêves, quand je regarderai cette photo ou je toucherai cet objet ou je boirai cette eau.

Notez-le immédiatement dans votre journal des rêves pour ne pas risquer de l'oublier.

Durant la journée il n'est pas inutile de penser à cet objectif.

Être émotif

Comme vous le savez, certaines personnes développent une grande émotivité, sont plus facilement

influençables que d'autres. En général, ce sont d'excellent sujet pour l'hypnotiseur.

En revanche, si vous êtes de cette catégorie de personnes qui sentent le besoin de favoriser les choses de l'intellect sustenté par l'esprit critique, il y a fort à parier que vous éprouvez, vous aussi, certaines difficultés à vous souvenir de vos rêves.

Votre esprit de raisonnement est conditionné à une vision plus abstraite de la vie, les réalités des images de vos rêves sont moins vivaces. Vos rêves ont cette fâcheuse tendance par conséquent, à être oubliés à votre réveil.

La réponse à cette lacune se trouve dans le développement du sens artistique et des émotions positives, par le biais de la musique, de la peinture et autres activités propres à ce domaine particulier.

Un Phénomène de résistance

Dans la vie, c'est un fait bien établi, il n'est pas toujours intéressant de voir ses 4 vérités en face, car elles blessent souvent l'égo.

Dans le domaine onirique c'est pareil. Le fait de ne pas vous souvenir de vos rêves peut aussi provenir de ce comportement de lâcheté vis à vis de soi-même.

En psychologie on appelle cela, phénomène de résistance.

La solution ici, vous l'avez certainement compris, il s'agit d'être sincère non seulement avec autrui mais aussi avec soi.

Tout le monde ne peut pas afficher les qualités exceptionnelles d'un superman, il n'y a aucune honte dans la faiblesse. Elle doit être envisagée d'un point de vue plus responsable et plus lucide comme un appui pour se construire intérieurement.

La peur, un frein onirique

« La peur comporte de multiples facettes, et chacune a sa raison d'être qui est généralement, mais pas toujours, fondée sur un événement survenu dans une existence antérieure. »

Harold KLEMP 'Le Maître des Rêves' Tome 8 Page 70 © 2002 ECKANKAR.

Savez-vous que le sentiment de peur peut également jouer un rôle inhibiteur, déterminant la qualité de vos expériences oniriques ?

Continuez à lire si vous désirez terrasser cette bête immonde et avoir de beaux rêves.

En effet, la peur est souvent à l'origine de l'incapacité du rêveur à se souvenir de ses expériences oniriques.

D'après les Maîtres spirituels, d'une manière générale, il s'agit d'un sentiment provenant d'incarnations précédentes.

Parfois, il suffit d'une seule expérience vécue en totale lucidité, pour dissiper ces sombres nuages de l'inconscient du rêveur.

Dans ce cas, elle lui apporte une preuve indéniable de la vie après la mort. La preuve absolue que l'Âme continue bel et bien ses activités par-delà ce plan matériel et physique.

« En effet notre exploration des mondes de la création se poursuivra même après votre départ du plan terrestre. »

(Sri Harold KLEMP 'La Maîtres des Rêves'
– Tome 8 Page 34 – Copyright 2002
ECKANKAR)

Les abus de la chair

Saviez-vous que bien souvent, nous ne nous souvenons pas de nos rêves ou ceux-ci se transforment en cauchemar, à cause des abus de la chair.

En effet, c'est médicalement prouvé, les appétits physiques peuvent devenir de véritables fardeaux pour l'Âme, s'ils ne font pas l'objet d'une prise de conscience et d'un contrôle salutaire soutenu.

Les vertus incalculables du jeûne

Pour rétablir l'équilibre, il existe un moyen bien simple et surtout rapide dans ses effets, c'est le jeûne volontaire.

ATTENTION :

Pour des raisons de santé, cette approche doit être faite prudemment sous contrôle médical, surtout s'il s'agit de jeûner plus de 24 heures.

C'est cliniquement attesté. Le jeûne représente pour le métabolisme entier, une vraie cure de jouvence.

Aujourd'hui on sait qu'il est la solution idéale pour maigrir, pour perdre de l'embonpoint, mais aussi pour purifier et pour rajeunir.

PASSER UN HIVER SANS ENCOMBRE

De savantes études tendent à prouver la guérison des maladies chroniques telles que les rhumatismes articulaires, les affections gastriques et intestinales, les angines de poitrine, les troubles de la nutrition, les ulcères etc. Les troubles infectieux comme la grippe, l'angine entre autres, trouvent une réponse dans le jeûne volontaire.

Par conséquent, le jeûne peut aider à passer l'hiver sans encombre.

Hélas, comme toute chose dans ce monde, le jeûne a son revers de médaille.

Aussi, le jeûne n'est pas à recommander dans le cas de maladies cardiaques, rénales ou hépatiques, ni quand il y a apparition de tumeurs malignes et de tuberculose.

Une décision personnelle et responsable

Le jeûne, n'est pas quelque chose de banale prise à la légère sur un coup de tête ou pour faire plaisir à son collègue de bureau, qui vous recommande cette approche.

C'est décision est très sérieuse. Elle doit par conséquent être prise après mûre réflexion sur l'appui de l'avis d'un professionnel de la santé.

RESTEZ RELAX !

Voici une aide psychologique pour les gros mangeurs, une manière relaxe d'aborder le jeûne avec moins d'appréhension.

En effet, sans aller jusqu'à la sévérité des cures des Yogis, vous pouvez essayer de diminuer votre ration quotidienne de nourriture solide.

Si je mentionne cette possibilité, c'est parce que je l'ai fait et j'en ai toujours obtenu les plus grands bienfaits, pas seulement physiques mais généraux parce que le jeûne agit au niveau de toutes les sphères de la vie.

En effet, les effets salutaires du jeûne des aliments solides, se retrouvent aussi bien sur le plan cérébral que sur celui du moral.

Cela se traduit par un esprit clair, une impression de légèreté et un meilleur contrôle sur les pensées, de la bonne humeur, l'instauration de sentiment de calme, de sérénité, de joie de vivre, d'enthousiasme et même de combativité face aux épreuves de l'existence.

En plus, et c'est une option qui n'est pas négligeable, le jeûne débouche sur l'éveil

des facultés d'intuition, de prémonition et autres qualités du 6^{ème} sens.

La spiritualité de l'Âme y trouve aussi un intérêt appréciable, en éliminant ou en diminuant les basses vibrations issues de la nourriture matérielle.

D'après la Tradition, certains mystiques auraient atteint le Nirvâna, l'état d'Illumination grâce au jeûne.

C'est sans doute pourquoi les religions ont établi des jeûnes rituels dans leur système.

NE PRÉCIPITEZ PAS LES CHOSES

Pour mener à bien cette démarche il est important de l'aborder d'une manière progressive.

En effet, une abstraction totale de nourriture provoquerait de mal que de bien. Cette attitude déboucherait

inévitable sur un déséquilibre psychosomatique.

La réponse à ce problème exige une approche plus douce. Par exemple de remplacer certains mets solides par des jus de fruits et des jus de légumes.

Sur le plan nutritionnel, cela vous permet d'ingérer bien plus d'éléments vitaux, que ne peut le faire un plat de viande.

Imposez-vous cette discipline 1 jour par semaine. Ne buvez que des jus. Puis, 2 jours espacés par 3 jours de repas normaux. Enfin, 3 jours espacés de 2 jours de repas normaux.

Pour améliorer, vous pouvez ensuite essayer 1 semaine par mois, durant 3 ou 4 mois, de manger normalement 1 jour sur 2. C'est-à-dire, tantôt nourriture solide, tantôt jus de fruits et de légumes.

Par la suite, vous pouvez encore améliorer, en remplaçant le repas solide par l'ingestion de tisanes (menthe, mauve, pomme, pêche, fruits rouges etc.)

Pendant 24 heures vous buvez les tisanes de votre choix et autant que vous voulez, 2 à 3 litres au maximum.

« Demandez à un nutritionniste professionnel les propriétés de chacune des tisanes et jus pour être en règle avec les apports vitaux quotidiens indispensables à l'organisme. »

A raison d'une journée de temps en temps, cette cure à base de tisanes est tout à fait tolérable, pour les personnes en bonne santé.

Toutefois, si vous voulez encore améliorer les effets et toujours après avoir demandé l'avis de votre médecin traitant, panachez les journées à tisanes avec les journées à jus.

Pour vous ça consiste un jour à boire exclusivement les tisanes et le jour suivant exclusivement les jus de fruits et de légumes.

Si vous n'objectez pas à la sévérité d'une cure plus musclée sous surveillance médicale, imposez-vous cette discipline durant 8 à 15 jours, sans aller au-delà. Reprendre au besoin, quelques semaines plus tard.

AVERTISSEMENTS :

Faites bien attention, à ce qui va vous maintenant vous être dit.

Quel que soit le type de jeûne que vous faites, attendez-vous à quelques réactions inhabituelles de la part de votre organisme. C'est normal. Ne vous inquiétez pas.

Elles ne sont pas dangereuses. Pour vous c'est la preuve du bon fonctionnement de votre système

immunitaire, dans son action purgative des éléments incompatibles et nuisibles, qui empoisonnaient jusqu'alors votre corps physique.

Il profite de cette accalmie pour faire le ménage. Cela se traduit par une activité diurétique plus importante, à cause notamment, par un apport plus grand de potassium et une diminution du sodium.

Parfois, cet assainissement s'accompagne par l'apparition de petits abcès ou œdèmes superficiels insignifiants qui disparaissent au bout de quelques jours lorsque l'organisme est assaini de ses immondices.

Vous pouvez accélérer les effets en vidant les intestins au moyen d'un lavement à base de camomille, pour éviter la constipation. Si non, d'ingérer une douzaine de pruneaux d'Agen mis dans l'eau chaude quelques heures durant pour une meilleure assimilation.

Notez aussi un léger affaiblissement de la tonicité physique qui est rapidement remplacée par des nouvelles énergies.

En effet, comme le corps n'est pas habitué à ce changement, vous pouvez ressentir un peu de fatigue passagère, et une moindre efficacité dans vos activités. Vous aurez peut-être l'impression d'être patraque et indisposé.

De fait, il est souhaitable d'éviter les tâches pénibles qui vous épuiseraient davantage.

Ne désespérez pas. Cette période est passagère. Vous retrouverez vite votre bien-être et votre forme initiale et même en mieux.

Profitez pour vous reposer, pour vous ressourcer et recharger vos accus.

D'autre part, les sensations de faim et de soif qui accompagnent le début du

jeûne, s'éclipsent progressivement après quelques semaines.

PLUSIEURS NIVEAUX DE COMPRÉHENSION SPIRITUELLE

Savez-vous que les rêves constituent le pouvoir le plus rudimentaire d'explorer ses propres mondes intérieurs ?

Dans la Tradition spirituelle il en existe d'autres, depuis lesquels l'adepte peut expérimenter et être guidé.

COMMENT VOUS RAPPELER VOS RÊVES ?

Tout le monde rêve, sans exception. Parlez-en à votre médecin, il vous le confirmera.

Mais, à cause d'un manque d'éducation dans ce sens, par paresse spirituelle ou par négligence jugeant de leur inutilité, peu de personnes se souviennent de leurs aventures oniriques en tant qu'Âme, car c'est bien de cela qu'il s'agit. Le voyage de

l'Âme à travers les différents mondes de son propre univers.

Se rappeler ses rêves n'est pas chose aussi inaccessible qu'on peut le croire. Il suffit de s'armer d'un peu d'habileté et de et de beaucoup de patience.

Mais surtout de faire preuve de beaucoup de motivation. Une attitude qui n'est pas forcément naturelle chez l'individu ordinaire qui focalise son existence essentiellement au niveau des intérêts, matériel et physique.

La motivation est le nerf de l'action. Dans tous les secteurs de vos activités vous ne pouvez obtenir quoi que ce soit, si derrière vous ne cultivez pas cette qualité. L'expérience onirique n'en est pas exempte.

Il en existe quelques-unes, que vous devez connaître. Certaines astuces peuvent aussi être appliquées pour arriver

à vos fins. Cela fait l'objet des prochains propos.

Eviter de vous coucher après un repas

Vous vous rappellerez vos rêves en suivant cette astuce. Elle consiste à vous coucher au moins 2 heures après le repas. Le processus de la digestion du bol alimentaire provoque parfois des cauchemars ou des mauvais rêves.

En effet, des tests cliniques tendent à démontrer ce postulat. S'endormir l'estomac plein immédiatement après l'ingestion du repas du soir, ne favorise pas les rêves.

Dormir dans la tenue d'Ève

Si vous n'êtes pas du genre frileux, vous pouvez cette autre tactique.

D'après certaines personnes, dormir entièrement nu, si la température de l'air ambiant le permet, la tête orientée vers

l'Est géographique et dans le noir le plus complet, faciliterait la venue des rêves.

Les épices au service du rêveur

D'autre part, l'ingestion de mets épicés de poivre, de gingembre, de curry et autres épices, provoquerait des rêves en avalanche.

Ma foi pourquoi pas. Vous pouvez toujours essayer. Même si vous n'obtenez aucun résultat, vous aurez contribué à vous conserver en bonne forme, car les épices sont très bons pour la santé.

C'EST MÉDICALEMENT PROUVÉ

Par exemple, le gingembre, le poivre, le curcuma possèdent de multiples propriétés dont celles d'aider à la longévité de l'organisme physique, de neutraliser certaines formes de cancer, de réguler les fonctions gastro-intestinales, etc.

QUESTION 5

LA FORCE EST AVEC VOUS ?

Voici une chose qui va vous surprendre. Les forces de Lumière cherchent à vous contacter en permanence, car cela fait partie de l'évolution générale.

Découvrez dans ce nouveau chapitre, pourquoi vous n'en avez pas conscience la plupart du temps et comment désormais y remédier.

En effet, à l'état de rêves, les Forces de Lumière vous contactent en permanence par le biais du Maître des Rêves pour ouvrir votre conscience et vous permettre de devenir une meilleure personne.

LE BUT DU JEU DE LA VIE

Le Maître des Rêves met tout en œuvre pour que les valeurs spirituelles vous soient bien transmises, car les Forces de

l'Ombre mettent aussi tout en œuvre pour qu'il n'en soit pas ainsi. C'est le but du jeu dans ce monde et les autres plans inférieurs.

Si vous voulez ajouter un peu plus d'éclairage à votre compréhension, gardez présent ce postulat à votre esprit.

Les mondes matériels et psychiques sont assujettis au Principe universel de Dualité, représenté par le célèbre « Yin Yang » chinois, parmi d'autres symboles.

Cet enlacement des couleurs, noire et blanche, préfigure une lutte perpétuelle entre les Forces de Lumière et les Forces de l'Ombre.

Toute tentative de progrès est automatiquement sapée par les Forces antagonistes de régression.

Ainsi, dans le domaine onirique on peut constater une chose. Le Censeur éthérique des rêves brouille toujours ce

qui est susceptible d'épanouissement spirituel pour le rêveur.

En général, son intervention se traduit par une expérience onirique fâcheuse ou effrayante pour le dormeur.

En d'autres termes, c'est un CAUCHEMAR.

Le cauchemar peut aussi planter ses racines dans nos appréhensions refoulées, nos inhibitions inconscientes issues des vies passées ou encore d'une dette karmique.

Pour ces cas de figure le Maître peut aider à dissoudre ces énergies négatives en prenant la responsabilité du cauchemar à notre place.

Toutefois, le point essentiel ici à retenir, conformément au processus évolutif, est qu'il n'ira jamais jusqu'à retirer la totalité du rêve pour permettre à la personne de

tirer les conséquences résultant de sa maîtrise.

APPRENDRE À UTILISER VOTRE CRÉATIVITÉ

Qu'elle que soit la nature de vos expériences à l'état de rêves, l'objet principal est de vous aider à utiliser votre propre créativité pour améliorer votre qualité de vie, grâce à ce que vous apprenez de celles-ci dans vos univers intérieurs.

Voilà pourquoi le Maître des Rêves ne prend jamais en charge la totalité des mauvais rêves.

QUESTION 6

L'UTILITÉ DES CAUCHEMARS ?

Le cauchemar est un rêve effrayant, angoissant, mais contrairement à ce qu'on en pense, le cauchemar a une utilité salutare.

En effet, pour les spécialistes de l'oniromancie, **le cauchemar est un signal d'urgence de mise en garde.**

Il agit comme une sonnette d'alarme, informant le dormeur que certains aspects de son existence sont sens dessus dessous et de l'urgence à rétablir l'ordre et l'harmonie en soi.

D'une manière générale, ils apparaissent lorsque nous n'avons pas la conscience tranquille, après avoir commis quelque acte inacceptable que la morale et le bon sens réprouvent.

Par conséquent, le cauchemar joue un rôle salubre dans le sens où il permet au dormeur de savoir que quelque chose dans son esprit ou dans son corps, n'est pas conforme aux Lois cosmiques et divines.

Ainsi, l'angoisse, la peur, le stress, la maladie, l'indigestion, et autres malaises de ce genre, peuvent être à l'origine des cauchemars.

Mais également certaines occupations du jour qui nous semblent anodines, comme regarder des films de violence ou sollicitant chez le spectateur des émotions et des sentiments de haine, de malveillance et autres animosités de ce genre.

S'abreuer régulièrement des basses énergies générées par les informations catastrophistes, pessimistes et négatives en général, développées dans les journaux

télévisés ou dans les magazines à sensations.

Un danger sournois vous menace

Un postulat à mémoriser absolument. Si vous faites partie de ces millions d'individus qui se nourrissent de ce type d'émission, vous devez savoir ceci.

Le fait de regarder ces scènes morbides, signifie que vous approuvez ce genre de spectacle, même si extérieurement vous affichez pour votre public, un sentiment de répugnance.

Le danger ici, c'est que vous ouvrez la porte de votre espace spirituel aux forces obscures. Pour elles tous les moyens sont bons pour nuire à l'Âme et actuellement les médias représentent pour elles une solution idéale pour arriver à leur fin.

C'est comme la vermine, une fois ces saletés chez soi, il est difficile de s'en débarrasser, car ces fidèles adeptes du

Pouvoir négatif font tout ce qui est en leur capacité pour conserver leur territoire. C'est bien compréhensible.

Il est aussi compréhensible que vous mettiez tout en œuvre pour les chasser pour toujours.

Lorsque vous partez de chez vous, votre premier réflexe n'est-il pas de boucler la porte d'entrée de votre maison, avec une solide serrure ?

Dites-vous bien que pour les choses subtiles de l'existence, cela se passe de la même manière. Vous devez verrouiller votre espace vitale intérieur de toutes les façons possibles, pour interdire que les nuisibles, ne viennent pas saccager votre jardin intérieur.

La bonne nouvelle à ceci

Un postulat énonce que rien, ni personne ne peut nous nuire, à moins que nous le voulions, que nous le permettions,

par exemple en acceptant de voir des scènes d'horreur ou de s'emparer des informations nauséabondes de certains médias.

Si vous êtes victime de cette attitude erronée, voici la stratégie que je vous propose de mettre en œuvre pour retrouver l'harmonie et la paix dans votre existence.

Il ne servirait à rien de boucler votre espace spirituel en laissant les monstres à l'intérieur.

Par conséquent, dans un premier temps vous devez purifier votre territoire d'une manière très énergique.

Pour cela, actuellement il n'y a pas mieux que le chant de « **HU.** »

En effet, la propriété essentielle de ce mantra hautement sacré, est de brancher le l'utilisateur directement sur les merveilleuses ondes de l'Esprit saint.

Entouré par sa sainte Lumière, vous ne risquerez strictement plus rien des mauvaises intentions d'autrui, comme celles des démons.

UNE MURAILLE INFRANCHISSABLE

Constituez-vous une muraille de lumière éclatante blanche ou argentée.

Les qualités vibratoires de ces couleurs ont vertu de réfléchir les ondes vers l'extérieur, pareil aux miroirs du Roi Salomon réfléchissant la lumière éblouissante du Soleil sur ses ennemis pour les vaincre. Ce qu'il fit.

Pareillement constituez-vous une puissante muraille de lumière réfléchissant sur vos ennemis leurs mauvaises influences.

Vous serez isolé au milieu de votre puissante muraille, infranchissable par toute forme d'énergie ou de force de nature négative.

Pour cela, installez-vous dans un endroit à l'écart de l'agitation et des bruits.

Chantez le « HU »

Assis confortablement sur une chaise ou un fauteuil, pas trop moelleux pour éviter de vous endormir, les mains posées sur les cuisses, paumes tournées vers le ciel, les jambes ne se touchent pas, chantez « **HU** » comme ceci :

Inspirez profondément puis expirez doucement en chantant...

« *YOUOUououou* »

Étirez le son, le mieux que vous pouvez sans éprouver de gêne.

Faites ceci 9 fois de suite.

POURQUOI LE NOMBRE 9 ?

D'après l'ECK-VIDYA, l'ancienne science de prophétie en ECKANKAR, le nombre 9

est en relation étroite avec l'Essence pure de Dieu, que les catholiques appellent plus communément le saint Esprit.

UN POSTULAT À MÉMORISER

L'Esprit saint s'exprime en Lumière mais aussi en son. C'est un postulat que les religions orthodoxes et les systèmes métaphysiques ont l'air d'avoir oublié.

Par conséquent, lorsque vous travaillez avec l'Essence de Dieu, ne vous étonnez pas de voir apparaître dans le champ de votre vision intérieure des Lumière inhabituelles.

Et d'entendre des Sons comme un ruissellement d'eau, les tintements de cloches au loin, le bruissement du vent dans les branches, le son de flûte.

C'est en rapport avec le plan vibratoire contacté dans votre état de conscience du moment.

invoquez l'Esprit de Dieu

Dites alors en vous ou verbalement si vous en sentez le besoin, l'invocation suivante dédiée à l'Esprit divin :

« L'Esprit saint brille au-dessus de moi. »

« L'Esprit saint brille au-dessous de moi. »

« L'Esprit saint brille devant moi. »

« L'Esprit saint brille derrière moi. »

« L'Esprit saint brille à ma gauche. »

« L'esprit saint brille à ma droite. »

« L'Esprit saint brille partout autour de moi. »

« L'Esprit saint brille en moi. »

« L'Esprit est en moi et autour de moi. »

Chaque fois, visualisez une immense sphère d'une lumière éclatante briller à l'endroit évoqué.

Dans le silence intérieur, maintenez la visualisation de la dernière phrase quelques minutes, jusqu'à vous sentir isolé. Si non, clôturez l'invocation après 5 minutes de contemplation.

Retournez à vos occupations. Soyez confiant. Vous avez avec la garantie que vos soucis ne vont aller qu'en diminuant, car rien ne peut résister à Dieu.

QUESTION 7

UN ABOUTISSEMENT HEUREUX À VOS CAUCHEMARS ?

Poursuivez votre lecture si vous souhaitez en finir une fois pour toute, avec ces bêtes noires.

- Apprenez comment vous pouvez donner un aboutissement heureux à vos mauvais rêves.

- Appliquez cette technique éprouvée pour maîtriser aussi toute situation contrariante dans votre vie objective.

Une habile stratégie

Découvrez comment retourner habilement un cauchemar à votre avantage.

Face à un cauchemar, qui n'aimerait pas avoir une « formule magique » pour

retourner habilement une situation critique à son avantage ?

AUJOURD'HUI EST VOTRE JOUR DE CHANCE !

Dans une minute vous allez être en possession de cette formule magique pour améliorer votre vie onirique et quotidienne à l'état de veille.

Le secret de cette formule tient en quelques mots. Les voici : Placer la situation sur un niveau supérieur.

Voyez comment procéder pour plus d'efficacité.

Lancez l'application !

Dans un premier temps vous chantez le mantra sacré « **HU** » durant 5 minutes environ.

Puis, essayez de remémorer le scénario de la situation qui vous pose un tracas à partir du début jusqu'au point final.

Le secret ici consiste donc à prolonger en imaginant une fin positive.

Exemple :

« Vous vous êtes retrouvé face à un ravin à la profondeur insondable suite à une escapade en haute montagne. »

« Votre position ne vous permet ni de reculer, ni d'avancer. »

« D'un point de vue symbolique cela présage un blocage dans votre vie. Essayer de trouver dans quel secteur. »

« Vous avez bien progressé jusqu'alors, mais pour quelque raison vos affaires tendent à stagner. »

« Pour tourner à votre avantage cette expérience embarrassante, imaginez le Maître des Rêves vous venir en aide. »

« Il a dans son sac à dos un parachute qu'il vous tend et vous invite

à l'endosser, ce qui vous permettra de sauter dans l'espace après vous avoir donné quelques directives pour descendre sans encombre. »

« Chose curieuse que vous notez. »

« La toile et les câbles du parachute sont tissés de la Lumière de l'Esprit saint, que vous avez évoquée par votre chant du mantra « **HU.** »

« Écoutez le son de Dieu, ce peut être le son d'une flûte, le gazouillement d'un oiseau, le ruissellement d'un cours d'eau, le bruissement du vent dans les branches d'un arbre etc. »

« Cette Essence Céleste s'exprime ainsi et de bien d'autres manières que vous expérimenterez au fur et à mesure de vos progrès spirituels. »

« On note une action précise dès que l'on entreprend de modifier son espace intérieur pour le faire évoluer du pouvoir de

l'amour. Il en découle alors une réaction dans sa vie quotidienne. On bénéficie d'une vision plus radieuse et on se sent disposé à accorder autant de liberté son prochain que l'on aimerait en avoir soi-même. »

(Harold KLEMP « Le Maître des Rêves », pages 29 et 30

QUESTION 8

POURQUOI REVOIR VOS VIES ANTÉRIEURES ?

Voici de nouvelles clés pour apporter les améliorations que vous attendez en vain jusqu'alors. Des informations de la plus haute importance à lire.

Depuis longtemps, l'homme a développé le besoin de découvrir un moyen lui permettant de remonter dans le Temps.

C'est chose faite.

Le tragique de l'histoire.

Il ne le sait pas encore !

En effet, le rêve est cette fameuse machine à remonter le Temps que l'homme moyen recherche en vain depuis toujours.

Beaucoup des problèmes humains dans ce monde-ci ont souvent leur origine très loin dans son histoire.

C'est la raison pour laquelle sans doute, les gens ne parviennent pas à se débarrasser des certaines afflictions et projettent leur responsabilité individuelle ou collective sur une soit disant injustice divine.

Pour les Maîtres de Sagesse c'est clair. Ce sont les êtres humains qui écrivent les scénarios de leur destin riche de leçons, qui se répètent tant qu'ils ne les ont pas comprises.

Voilà pourquoi, connaître ses vies antérieures, permet de faire émerger les comportements erronés passés et les traits de caractères déplaisants, qui s'actualisent dans les difficultés quotidiennes de l'existence présente.

Depuis cette position, chacun est à même de réviser ses propres lignes de

conduites, en vue d'un retour à l'équilibre des énergies concernées.

Dans l'ancienne Tradition **ECKANKAR**, il existe un mantra sacré pour contacter plus facilement la mémoire, où sont enregistrées nos vies passées.

C'est « **MANA.** » (Nom faisant l'objet d'un copyright international.)

Vous pouvez le chanter si vous en sentez la nécessité. Il vous élèvera automatiquement sur le plan concerné, il s'agit du plan Causal.

Dès lors, vous reverrez des événements particuliers lors de vos incarnations précédentes en relation avec vos épreuves actuelles.

APPLICATION

Quand vous êtes sur le point de vous endormir, chantez le mantra « **MANA.** » Ses bonnes ondes vous conduiront

directement sur le plan Causal, où sont enregistrés les dossiers de votre karma d'un proche ou lointain passé.

Ce plan est directement impliqué par le Principe du Karma. Par conséquent, chaque pensée et chaque action sont automatiquement consignées dans ses registres.

À QUOI CELA VOUS SERT-IL ?

Vous pourrez ramener des outils et des enseignements et les actualiser pour les régler dans cette existence-ci ou pour favoriser votre progrès spirituel.

S'incarnant des millions de fois, l'Âme finit par acquérir une certaine maîtrise dans des domaines particuliers qui lui rendrait bien service dans incarnation présente.

Mais comme son matériel change de structure à chaque passage dans ce monde-ci, il lui est difficile de s'en

rappeler et de les remettre en œuvre, puisque le corps n'est pas entraîné en conséquence.

La solution ?

Le retour dans le passé par l'intermédiaire des rêves ou du voyage de l'Âme.

C'est un des buts recherchés par l'Âme de retrouver ses vies antérieures, en vue d'y ramener des éléments utiles à son quotidien.

OÙ AVEZ-VOUS ATTERRI ?

Voici deux éléments fondamentaux à garder à l'esprit lorsque vous entreprenez de voyager dans le passé.

1) Le retour dans les vies passées comporte rarement des indications pour se localiser dans le temps.

Une situation d'autant plus grave que l'événement ou la situation si située à une période où le calendrier et l'horloge n'ont pas encore été inventés.

La solution consiste à faire appel à toute votre ingéniosité et votre intelligence pour y parvenir, car vous ne pouvez pas non plus compter sur les autochtones de l'époque pour vous le dire.

Imaginez un instant leur attitude à votre égard si vous leur annoncez à brûle pourpoint...

« *Bonjour, sommes-nous bien en 1689 ?* »

Les gens du coin, risqueraient certainement de vous prendre pour un fou ou pour quelqu'un au comportement bien étrange, qu'il vaut mieux éviter.

2) Ne vous étonnez pas également de croiser des êtres et des environnements

différents de ceux que vous vous attendiez voir.

La conjoncture et les mœurs des gens vivant en Alaska, sont différentes de celles des Américains, des Australiens ou d'Européens.

Il en va de même pour les mondes oniriques. La différence d'une région à l'autre peut être si hétéroclite qu'il est souvent difficile de savoir où nous sommes exactement.

LA MORT N'EXISTE PAS

Le rêveur prend aussi conscience que la mort n'existe pas. Qu'il n'y a de coupure de l'esprit conscient que pour l'être extérieur, mais pas pour l'Âme qui est un éternel rêveur.

« Notre exploration des mondes de la création se poursuivra même après votre départ des plans terrestres. »

Sri Harold KLEMP 'Le Maître des Rêves'
Tome 8, page 34 – Copyright 2002
ECKANKAR.

QUESTION 9

POUR L'ÂME LE RÊVE N'EST QU'UNE ÉTAPE ?

D'abord, rappelez-vous ceci. Les rêves ne sont pas une fin en soi. Pour l'Âme ils ne représentent qu'une étape, dans le long processus de compréhension et de maîtrise de la vie et des mondes intérieurs.

Ce changement de vitesse se traduit pour le dormeur par des expériences intérieures moins phénoménales. Pour lui, c'est la preuve du passage de sa conscience à un grade supérieur.

Cependant, rares sont les personnes qui en ont conscience. C'est le plus souvent interprété comme un handicap plutôt que comme une preuve de progrès spirituel, laissant l'individu dans un état de frustration difficile à dissoudre.

Une erreur commune propre à l'ego, est l'attachement aux habitudes obligeant la victime à stagner plutôt qu'à progresser.

L'APPEL DE L'ÂME VERS SON PARADIS D'ORIGINE

Mais l'Âme est appelée à évoluer dans tous les plans de Dieu, inférieurs et supérieurs.

En effet, quiconque maîtrise ses rêves parviendra tôt ou tard à un élargissement de sa conscience, appelé dans la Tradition d'ECKANKAR, le « Voyage de l'Âme » - marque déposée dans beaucoup de pays.

« Le Voyage de l'Âme est l'un des éléments fondamentaux d'ECKANKAR. Il va de l'état non équivoque d'avoir conscience de vous-même dans le corps atmique quand vous vous promenez sur l'un des plans voisins, à d'autres états plus subtils, comme celui de comprendre un problème qui vous semblait impossible à résoudre auparavant. »

**Sri Harold KLEMP 'Interrogez le Maître'
Tome 1 Page 183 – Copyright 2000
ECKANKAR - MN 55427 U.S.A.**

Le Voyage de l'Âme est supérieur à l'état de rêve dans le sens où l'Âme se déplace en contrôle dans ses univers intérieurs manifestés aux niveaux, éthérique, mental, causal, astral et physique.

Pour vous aider à mieux réaliser cette différence, rappelez-vous que les rêves sont des réalités tissées essentiellement de la substance émotionnelle du plan astral.

Alors que le Voyage de l'Âme est considéré comme une expérience spirituelle supra réelle.

« Maintenant mes voyages dans les mondes spirituels sont clairs comme le jour et ne donnent plus cette impression d'incohérence généralement associée aux rêves. C'est pourquoi je préfère appeler mes rêves des Voyages de

l'Âme. Mais je tiens aussi à étudier chaque événement intérieur et tente de voir quel message il peut contenir pour ma vie de veille. »

**Sri Harold KLEMP 'Interrogez le Maître'
Tome 1 page 4.**

Pour les Maîtres spirituels, cette ouverture de la conscience débouche vers un état de compréhension situé dans le plan atmique, le premier des vrais mondes spirituels de Dieu.

À partir d'ici, l'Âme expérimente une autre forme de compréhension et de conscience qui ne ressemble en rien avec tout ce qu'elle a connu jusqu'alors en naviguant dans les mondes inférieurs (astral, causal, mental, éthérique.)

Un concept bien mystérieux

Le Voyage de l'Âme est un concept spirituel certainement nouveau pour vous et peut vous intriguer à bien des niveaux, surtout si vous êtes d'un milieu qui prône

essentiellement les doctrines orthodoxes des religions ou des communautés métaphysiques.

Pourtant c'est un phénomène des plus ordinaires et faciles à appliquer, affirment les Maîtres spirituels, puisqu'il est naturel en soi.

Comme toutes maîtrises, il suffit d'un peu d'entraînement pour y arriver.

Par ailleurs, les Maîtres insistent sur le fait qu'il n'est pas besoin de s'astreindre à quelques disciplines pénibles comme le jeûne, l'ascétisme, la mortification de la chaire, des rituels, et autres méthodes d'usage courant pour les peuples de l'Orient.

Comme Jésus le rappelait souvent à ses disciples et à ceux qui voulaient bien l'écouter...

« La vérité réside dans la simplicité. »

Sachez que pour nos lointains Ancêtres, dont nous faisons parti, Loi de Réincarnation oblige, nos lointains Ancêtres dis-je, pratiquaient le transport de l'Âme dans les plans subtils.

Pour eux, qui ne connaissaient pas les dépravations spirituelles de la vie moderne, pour l'Âme la séparation de l'Esprit d'avec son support matériel était chose aussi habituelle que celle de respirer.

Un détour spirituel incontournable

Le Voyage de l'Âme est un détour incontournable dans le sentier spirituel, car il accorde au disciple la possibilité d'expérimenter dans les sublimes hauteurs de la Conscience de Dieu. Un avantage qui ne doit donc pas être négligé.

PRENEZ VOTRE BILLET POUR L'AU-DELÀ

Si vous voulez pousser plus en avant votre maîtrise onirique, explorer vos univers personnels par le Voyage de l'Âme, vous donnera une liberté et une individualité que vous n'avez jamais pu imaginer auparavant.

Cependant, pour y arriver, cela implique quelques exigences. On n'a rien sans rien, c'est bien connu. La première chose à laquelle vous devez vous appliquer, est la maîtrise de vos émotions.

UNE CLÉ D'OR DU VOYAGE DE L'ÂME

La maîtrise des émotions est importante dans la vie quotidienne. Elle permet de ne pas mettre son poing dans figure à tous ceux qui nous regardent un peu de travers.

Mais cela devient une nécessité absolue dans le Voyage de l'Âme, afin de ne pas

engendrer des interférences karmiques dans les autres mondes visités.

UNE ATTITUDE TRIOMPHALE EN TOUTES CIRCONSTANCES

C'est-à-dire d'être alerte, courageux et ne pas paniquer en face des situations nouvelles pouvant survenir en sortant du corps physique et lors du déplacement de la conscience d'un plan d'expression à un autre

Par conséquent, c'est une discipline psychique qui devrait être apprise dès le plus jeune âge, car une fois que les émotions sont laissées à elles-mêmes, il est difficile de les juguler à cause de l'impulsion trop grande d'une ou de plusieurs des aberrations de l'être inférieurs.

Comme vous venez de le voir, la maîtrise des émotions permet de nous éviter bien des ennuis à cause de

comportements destructifs incontrôlés à l'égard d'autrui.

C'est une démente de prétendre qu'on peut améliorer la qualité de la vie économique, politique et sociale, au détriment des Lois de Dieu.

Les guerres et les troubles de toutes sortes subies par la société humaine actuelle attestent sans aucune équivoque de cette réalité.

Voilà pourquoi, une des plus grandes victoires de l'homme dans sa bataille sur lui-même, réside dans le contrôle soutenu de ses émotions.

Le secret ici pour y parvenir

**NE JAMAIS LAISSER QUI QUE CE SOIT OU
QUOI QUE CE SOIT VOUS TROUBLER.**

Ce comportement qui confine à l'indifférence émotionnelle, est la clé d'or de son véritable détachement des

éléments terrestres, qui aboutit à la liberté vraie.

Liberté appelée par certains auteurs, la Loi de Grâce, permettant à son unité de conscience de transcender les plans inférieurs et de remonter dans le cinquième plan.

Le cinquième plan appartient à l'Âme pure. C'est le Royaume de la plénitude et de la joie ineffable.

QUESTION 10

EXPLOREZ FACILEMENT VOS UNIVERS INTÉRIEURS

Dans ce chapitre, les personnes ayant quelques difficultés à rêver, trouveront des outils utiles pour arriver à leur fin.

Nous sommes Âmes, rapportent les Maîtres de Sagesse et en vertu de ce postulat, chacun a le devoir et la responsabilité de chercher Dieu en soi et non pas à l'extérieur.

Vous avez besoin d'un guide

Pour explorer vos univers intérieurs vous avez besoin d'un guide exactement comme vous avez besoin d'un guide pour explorer des pays méconnus. Vous y gagnez en temps et en sécurité.

La technique proposée ici est hyper simple, tellement simple que vous risquez

de ne pas lui accorder l'importance qu'elle mérite. Ce serait dommage, car elle fonctionne très bien. La voici.

Si vous souhaitez explorer vos univers oniriques une chose à faire consiste, dire avec fermeté et conviction au moment de vous endormir, cette formule 'magique' ou une autre de même type arrangée à votre guise, pour s'adapter à vos besoins du moment et à votre propre développement.

« Maître des Rêves, fais-moi visiter les merveilles de la création de Dieu qui peuvent m'aider à progresser sur l'échelle spirituelle. »

Ne pensez plus à rien

Laissez-vous gagner par le sommeil. Ne pensez plus à rien, seulement à la réalisation de cet objectif.

Vous pouvez modifier votre formule après l'avoir utilisée durant une quinzaine

de nuits, afin de tenir en alerte votre esprit. C'est un fait que nous avons tendance à négliger les choses qui tombent dans le domaine subconscient des habitudes.

QUESTION 11

TECHNIQUE POUR FAIRE LE VOYAGE DE L'ÂME

Cette technique est extraite de l'ouvrage de Paul TWITCHELL – ECKANKAR La clé des mondes secrets.

Son application ne doit pas être figée. Elle ne doit être pour vous qu'une base sur laquelle vous pouvez broder à loisirs pour élaborer vos propres méthodes en correspondance avec vos propres affinités, vos capacités et vos talents personnels.

La méthode émotionnelle

Cette méthode est des plus simples mais c'est certainement l'une des plus efficaces. Pour la réaliser avec maestria vous devez garder à l'esprit que là où est votre conscience, là vous êtes.

Pourquoi ?

Pour la bonne raison que l'Âme est conscience et que l'Âme c'est vous-même.

Vous pouvez appliquer allonger sur un sofa ou assis dans un fauteuil. Evitez un trop grand confort pour éviter de sombrer dans le sommeil. Auquel cas, votre expérience serait rendue caduque.

Fermez les yeux.

Respirez profondément et calmement.
En somme détendez-vous.

Focalisez avec un maximum d'attention, que vous souhaitez vous trouver là où vous voulez être.

Bien sûr, votre désir de vous trouver en parfaite lucidité dans un endroit particulier dans ce monde ou dans un de vos univers intérieurs, doit être intense.

Il se peut que vous vous assoupissiez un instant, mais à votre réveil, vous aurez

l'impression d'être au-dessus de votre corps physique le regardant depuis le plafond de votre chambre.

L'étape suivante

Évoquez sur l'écran de votre pensée en image, le lieu que vous voulez visiter, si vous le pouvez ou d'une manière abstraite, en sentant subjectivement l'objectif désiré.

Vous devriez alors vous retrouver à cet endroit précis en une fraction de seconde.

Laissez l'Âme prendre le relais

Pour ceux qui auraient des difficultés à visualiser l'endroit où elles veulent se rendre avec le corps de l'Âme, ce n'est pas grave.

Qu'elles sachent ceci. Il n'est pas nécessaire de faire une image claire et précise de l'image de l'endroit de la destination.

En effet, ce processus créatif peut être mis en œuvre avec succès par les personnes qui ne sont pas habiles avec leur faculté de visualisation et d'imagination.

Qu'elles sachent encore que le seul fait de sentir ou d'en avoir l'impression, suffit en général à mettre en œuvre le processus.

Pourquoi ?

Parce que l'Âme prend le relais. Connaissant déjà tout ce qu'il y a dans ce monde et les univers parallèles, il lui est facile de se rendre quelque part même si son matériel psychique n'est pas au top de son fonctionnement.

UN ESPRIT AVENTUREUX

Comme nous-le rappellent les Maîtres spirituels, le Voyage de l'Âme est un processus naturel en soi, des plus faciles.

Toutefois, certaines qualités essentielles sont nécessaires pour gravir les différents échelons qui conduisent à Dieu.

D'après eux, le disciple doit faire preuve de courage et de force de caractère. Il doit être audacieux, agressif et savoir agir immédiatement quand une occasion se présente à lui.

Aussi, font-ils remarquer, les gens timides, peureux indécis ne parviennent à rien dans la pratique du Voyage de l'Âme.

Atteindre le Paradis se mérite. Pour cela il est indispensable de cultiver un esprit aventureux.

UNE CHOSE ESSENTIELLE À RETENIR

Une chose déterminante à tenir compte dans le Voyage de l'Âme, disent les Maîtres de Sagesse, est le **phénomène espace-temps**.

Ce phénomène est propre à ce monde et aux autres plans situés en dessous des vrais mondes spirituels. Ceux-ci débutent avec celui de l'Âme accessible immédiatement après le plan Éthérique lié à l'esprit subconscient.

Le secret qui mène à Dieu

Si vous voulez expérimenter dans l'actualité de Dieu, vous devez vous placer dans le moment présent et non pas dans le futur hypothétique, ni dans le passé qui n'existe plus.

Vivre dans le passé, c'est déjà avoir un pied dans la tombe disait un sage Hindou, pour faire référence à ce postulat.

L'être humain vit en permanence dans l'actualité de Dieu, mais il ne le sait pas, détourné qu'il est, à satisfaire les moindres caprices de l'ego.

La maîtrise consiste précisément à en prendre conscience.

Le continuum espace/temps appartient seulement aux corps inférieurs qui sont ; le corps éthérique, le corps mental, le corps causal, le corps astral et le corps physique, mais pas à l'Âme.

Plus vite ce point est fermement ancré dans l'esprit, plus vite l'individu peut maîtriser sa vie, car il réalise ce qu'est le Karma et l'Éternité.

Dans cet état de conscience total de chaque instant, il connaît et expérimente tout ce qui se passe dans ce monde et partout dans les autres univers.

En conséquence de quoi, il est inutile de penser au futur puisque vivre dans l'instant présent accorde d'actualiser toute réalité.

En conclusion ici

Pour conclure, gardez à l'esprit ceci La vraie voyance se fait au niveau de l'Âme et non pas au niveau astral comme le font les

devins modernes et autres marchands de bonheur attirant leur clientèle insouciante, par des petites annonces habilement placées dans les magazines sur l'occulte.

Pourquoi il ne peut pas en être autrement ?

Tout bonnement parce que ces plans sont trop instables et sans cesse en mutation pour avoir une idée précise de la destinée de l'Âme.

Une voyante détectera peut-être les bons numéros à jouer au loto, mais aucun ne gagnera, car elle ne prend pas en compte la mutation permanente des plans inférieurs.

Pour qu'ils gagnent, il faudrait les jouer sur le moment même du tirage. Mais c'est chose impossible.

En revanche, la visite de certains des plans inférieurs ne manque pas d'intérêt.

En effet, visiter le plan Astral par exemple disent les Maîtres spirituels présente un avantage indéniable. Celui de pouvoir en ramener des informations utiles pour l'amélioration de la qualité de la vie ici-bas.

En effet, c'est sur le plan Astral que bon nombre des inventions dans ce monde ont vu le jour, car il est le monde de l'imagination.

En somme, tout ce que vous pouvez imaginer dans votre existence présente, n'est rien de moins qu'une réflexion de son archétype astral.

« Dans la capitale du monde astral, connue de tous les Voyageurs Spirituels comme étant la cité de Sahasradal-Kanwal, se trouve le grand muséum. »

« Ce muséum contient tous les archétypes de chacune des choses qui ont été inventées ou seront créés sur ce plan terrestre. »

**Paul TWITCHELL – ECKANKAR ‘La Clé des Mondes Secrets’ Copyright 1973
ECKANKAR – U.S.A.**

Tous les grands inventeurs, tous les écrivains, tous les artistes et autres créatifs ont forcément visité ce muséum spécial dans leur corps astral en rêve, par le Voyage de l’Âme, en méditation ou encore en état de transe.

L’ultime secret du Voyage de l’Âme dévoilé

Si vous voulez explorer tous les Univers de DIEU, il est nécessaire en un premier temps, de faire la différence entre « Voyage Astral et « Voyage de l’Âme. »

Le premier, comme son nom l’indique, concerne exclusivement le plan Astral. C’est l’application la plus communément

adoptée par les personnes du monde ordinaire.

Même sans être un expert de haut rang, l'individu moyen peut accéder à ce plan avec un peu d'entraînement. C'est d'ailleurs sur le plan Astral que les Âmes inexpérimentées se retrouvent durant les heures de repos nocturne.

Par le Voyage de l'Âme, l'adepte peut non seulement se rendre sur le plan Astral, mais aussi dans tous les Univers de la Manifestation cosmique et universelle.

C'est une pratique facile qui réclame peu d'aptitude. N'importe qui peut faire le Voyage de l'Âme, mais sous certaines conditions.

À savoir ; prendre en considération les 3 Principes essentiels de la Création qui sont la pensée, la lumière et le son.

À moins que vous n'utilisiez ces 3 éléments de base, votre voyage se cantonnera au niveau des 3 mondes inférieurs seulement. A savoir ; le plan Astral, le plan Causal et le plan Mental.

La pensée

La pensée, appelée action est issue de l'imagination ? En plaçant votre conscience quelque part dans un état quelconque, celle-ci est suivie par le corps subtil dans l'un des plans spirito-matériels.

C'est une Loi ; nous sommes là où est notre conscience.

La Lumière

La Lumière cosmique, parce qu'elle procure SAGESSE, AMOUR et BONHEUR, rappellent les Maîtres spirituels. Des qualités fondamentales pour explorer les Univers de DIEU.

La Lumière de DIEU illumine l'Âme qui est prête à l'accueillir, quelle que soit la personnalité, les conditions et le milieu de son existence ici-bas.

Par exemple, sainte Thérèse d'Avila reçut la Lumière de DIEU, bien qu'elle ait été très riche sur le plan matériel.

L'Empereur romain Marcus Aurelius, la reçut également et ce, au beau milieu de ses campagnes de guerre.

George Fox, le fondateur du Quakerisme la reçut alors qu'il était en prison.

Ces quelques exemples démontrent que la Lumière divine ne discrimine pas, lorsqu'Elle décide d'investir une Âme en particulier.

Vous aussi, pouvez être béni de recevoir la sainte Lumière. Cela peut se passer à tout moment, partout où vous vous

trouvez et dans n'importe qu'elle circonstance.

Toutefois, la Lumière descendra plus vite en appliquant certains exercices spirituels comme chanter le « **HU** » un peu chaque jour.

Le Son

Le Son par ce qu'il est le Pouvoir qui sustente toute la Création cosmique, universelle et même physique.

C'est la Parole faites chair, le Verbe créateur des saints Évangiles.

« Ce Son représente tout ce qu'est l'Être Suprême et ce qu'il fait dans tous les mondes. C'est l'Être Divin dans son entier et en action, ce qui inclut toutes Ses qualités. C'est par la Lumière et le Son que l'Esprit Universel peut se manifester à la conscience humaine. »

Paul TWITCHELL – ECKANKAR La Clé des Mondes Secrets.

Comme vous l'avez appris dans un chapitre précédent, vous obtiendrez des effets plus rapidement, en vous asseyant dans un endroit au calme, pour bien vous relaxer.

Comme l'oxygène toujours présent dans l'air, le Son et la Lumière sont en permanence en soi. C'est seulement parce que nous n'y prêtons aucune attention que nous pouvons les appréhender.

La Mélodie Céleste

La Mélodie céleste se développe par la maîtrise et l'usage du Voyage de l'Âme et se manifeste à travers les chakras, selon une note vibratoire spécifique à chacun d'eux.

Pour votre information

Il existe 6 chakras sur chacun des plans inférieurs ou plans psychiques. A savoir ; le plan Mental, le plan Causal et le plan

Astral et 6 autres chakras dans le corps physique.

Par contre, le corps de l'Âme n'en détient qu'un. En fait, disent les Maîtres spirituels, il s'agit tout bonnement de l'Âme.

Des sonorités célestes variées

Comme vous l'avez appris, chaque chakra est en résonance vibratoire avec une sonorité particulière, bien que provenant de la même source.

Ce peut être comparé au bruit du tonnerre, de l'océan, au tintement des cloches, au ruissellement d'un ruisseau, au bourdonnement d'un essaim d'abeilles, aux gazouillis des oiseaux, selon le plan concerné.

Le son « **HU** » quant à lui, est universel et se manifeste au travers de tous les plans de la Manifestation divine.

C'est cette sonorité même avec laquelle Jésus Christ, Bouddha, Shiva ou encore Krisna et bien d'autres érudits spirituels étaient en relation.

« Le mot « HU » est actuellement le SUGMAD cela même qui est sans nom et qui est connu des adeptes de tous les âges. »

Paul TWITCHELL – ECKANKAR La Clé des Mondes Secrets.

Vous n'attendrez pas bien longtemps

Par conséquent, si vous être un tant soi peu ouvert aux choses spirituelles en soi, vous n'attendrez pas bien longtemps, avant d'en faire l'heureuse expérience.

D'une manière générale, le Son apparaît le premier disent les Maîtres spirituels. Apparaît ensuite la Lumière dans l'œil spirituel.

QUESTION 12

QU'EN EST-IL DES PERSONNES PARTAGEANT VOS RÊVES ?

En effet, plusieurs personnes peuvent partager le même rêve. C'est particulièrement vrai lorsque des personnes sont liées par des rapports intimes, parents et enfants, frères et sœurs etc.

Est-ce que les personnes de vos rêves font les mêmes expériences que vous ?

C'est peu probable !

Pourquoi ?

Pour la bonne raison que chaque Âme est unique.

Cela signifie que votre développement et votre optique des choses de la vie

objectives et oniriques ne ressemblent en rien à ceux des autres.

Par conséquent, les besoins spirituels de chacun étant différents, chaque personne présente dans votre rêve expérimentera depuis sa vision spécifique de l'événement vécu.

DOIT-ON LEUR RÉVÉLER LE CONTENU ?

Nous venons de voir que les besoins spirituels sont propres à chacun. En conséquence de quoi, la question à vous poser ici, doit-on révéler le rêve, aux autres participants oniriques ?

Non, s'il est de nature négative. Ce serait une faute grave, puisque cela enclencherait dans leur esprit subconscient un mécanisme créatif qui réaliserait l'événement négatif dans leur vie, bien que cela ne soit pas inflexible.

La personne qui a révélé son rêve devrait par conséquent s'attendre à en

supporter la responsabilité en assumant une lourde compensation et à souffrir en conséquence.

En revanche, le rêve peut être révélé s'il est de nature positive ou bénéfique, bien que cela ne soit pas d'une grande utilité puisque comme nous venons de le voir, chacun expérimente selon son propre niveau d'évolution spirituelle, chaque Âme étant unique.

QUESTION 13

LE CENSEUR ÉTHÉRIQUE

Ne vous êtes-vous jamais réveillé un beau matin avec la certitude d'avoir rêvé, mais il vous est impossible de vous souvenir de votre aventure.

Une sorte d'impression assez floue reste en arrière-plan, sans pouvoir la voir clairement, à la manière de chercher le nom d'une personne, qui reste désespérément sur le bout de la langue.

Cette impression d'avoir déjà vu un individu, mais sans pouvoir définir avec exactitude à quel moment, à quel endroit et en quelle circonstance.

Pareillement, vous ne parvenez pas à revoir l'événement important dont vous êtes sûr d'avoir vécu.

Vous remarquerez avec le temps, qu'il existe en vous un mécanisme qui autorégule le flux et la nature de vos rêves et par lequel le Maître des Rêves opère très souvent lorsqu'il s'agit de sauvegarder votre équilibre.

Ce mécanisme est une fonction du phénomène en soi appelé communément le subconscient.

Si quoi que ce soit risque de vous mettre en péril, comme revivre une expérience vécue dans une vie antérieure susceptible de vous déstabiliser, ce mécanisme subconscient, le censeur éthérique dit « HALTE ! » immédiatement. Dès lors, il efface l'impression de votre mémoire.

Une autre de ses fonctions consiste à décoder les impressions obtenues sur d'autres plans qui utilisent des langages et supports de communication étrangers à ceux de ce monde-ci, en symbole, images

et mots compréhensibles à la conscience du rêveur.

Par exemple dans certains plans, les moyens de transport aérien défient l'entendement humain, se déplaçant dans l'espace sans l'usage des ailes, comme pour nos avions.

Considérez bien ce postulat. Si le Maître des rêves ne transposait pas cette réalité des mondes oniriques en actualité objective qui est appréciée par la conscience du rêveur, le message spirituel qui se cache dans cette situation, se limiterait à ceci :

« Quelles étonnantes machines » ou « Ces engins volent d'une manière bien singulière » ou « Les gens ici se déplacent bizarrement. »

Dans cette situation le Maître des rêves fait en sorte que le rêveur voit un appareil se mouvant dans l'espace au moyen

d'ailes, comme il est habituel d'en voir dans notre ciel.

Le sens profond du message est ainsi plus susceptible d'être décrypté par l'intellect du rêveur.

QUESTION 14

PRÉPAREZ VOS VOYAGES INTÉRIEURS

Vous viendrait-il à l'idée de partir en vacances ou de faire une excursion ou un voyage sans un minimum de préparation ?

Non ! Car vous savez que c'est la meilleure façon de procéder pour mener à bien votre projet.

Certains dormeurs sont persuadés qu'ils ne rêvent pas.

C'est faux !

Leur amnésie onirique est simplement due au fait qu'ils n'ont pas acquis l'habileté nécessaire pour s'en souvenir.

Si vous aussi, trouvez inutile de continuer à dormir dans l'inconscience, continuez à lire, ce chapitre peut vous aider à y parvenir.

En effet, avec un minimum de préparation précédent leur randonnée dans leurs univers intérieurs, ils pourraient en garder des souvenirs très nets, à leur réveil.

Voici quelques suggestions pour y arriver.

En fait, cette stratégie s'appuie sur une méthode qui a déjà fait ses preuves et vous ne tarderez pas à le réaliser. Pour rester efficace, l'application est développée en 3 étapes particulières. Les voici.

Première étape :

La première étape consiste à éclaircir votre esprit, c'est-à-dire à le purifier des pensées inutiles et des sentiments étrangers à votre voyage intérieur.

Les gens en général ne trouvent pas drôle à prendre une douche avant de se coucher le soir. Néanmoins, je suis

toujours étonné qu'ils ne prennent pas autant de soin à l'égard de l'être intérieur, qui mérite lui aussi, une bonne douche purificatrice des immondices accumulées par l'activité cérébrale.

Pour vous habituer à cette petite catharsis spirituelle, dites-vous bien que la vie objective n'est que le prolongement d'un rêve qui prend son origine dans vos univers intérieurs qui comme la partie immergée de l'iceberg.

C'est parce que nous sommes entraînés dès notre jeune enfance à croire à la réalité du seul monde matériel et objectif, que nous avons perdu de vue nos réalités spirituelles en tant qu'Âme, notre vraie identité.

Ainsi, peu nombreux sont les individus qui portent une attention à leur propre lumière et à leur état d'être.

Une heure avant de vous mettre au lit, éclairez vos idées en pensant aux

choses situations, événements que vous voulez expérimenter de l'autre côté du miroir et/ou personnes ou choses avec lesquelles vous souhaitez entrer en relation dans ces mondes irréels et pourtant si réels.

Que souhaitez-vous faire de l'autre côté ?

Que souhaitez-vous vivre ?

Que désirez-vous obtenir ?

Y allez-vous pour rechercher des moyens qui contribueront à l'amélioration de votre existence matérielle, physique, sentimentale ou intellectuelle ?

Est-ce plutôt pour pousser plus avant votre progrès spirituel ?

Pour élargir votre compréhension des univers parallèles ?

Une fois l'idée précise cernée de ce que vous souhaitez expérimenter, votre esprit

sera plus enclin à retenir cet événement vécu sur les plans subtils.

Eviter à tout prix !

Méfiez-vous du tabac, de l'alcool, des drogues, des somnifères et autres barbituriques, qui ont tendances à dénaturer les rêves et à les transformer en cauchemars.

Par ailleurs, leurs basses vibrations, ne vous entraîneraient pas au-delà des plans inférieurs de l'Astral, communs aux décadences humaines.

Voilà pourquoi, au moins 6 heures avant de vous endormir, vous devrez vous abstenir de les ingurgiter.

Méfiez-vous aussi des repas plantureux qui ne favorisent pas l'envol de la conscience vers les plans spirituels supérieurs.

Deuxième étape :

20 minutes avant de vous mettre au lit, aérez la pièce dans laquelle vous dormez.

Prenez une douche fraîche pour stimuler les énergies ou tiède pour les apaiser, selon votre tempérament.

Ventilez vos poumons d'air frais durant quelques instants. Comme cela :

1. Expirez lentement à fond sans rétention.
2. Inspirez lentement et profondément en sentant l'air glisser doucement dans vos narines et gonfler vos poumons.
3. Retenez votre souffle durant 10 à 20 secondes environ, sans éprouver de gêne.
4. Expirez normalement. Attendez 3 à 6 secondes.
5. Recommencez le cycle complet 5 autres fois.

Puis, passez au lit.

Troisième étape :

Fermez la télévision, 3 heures au moins avant de vous coucher.

Les gens moyens se pâment de longues heures devant les programmes télévisés, se prolongeant tard dans la nuit.

En se mettant au lit, ils oublient que leur esprit est conditionné par la nature des images vues à l'écran. Ils s'étonnent ensuite de faire des cauchemars et d'avoir une existence sens dessus dessous, assaillis de difficultés.

Le secret pour une nuit sereine

Les mauvais rêves, ont souvent leur origine dans cette attitude de regarder des scènes qui vont à contrario de la créativité de l'Âme.

« Quand nous regardons des scènes de violence à la télévision, cela implique que nous

approuvons tacitement ce phénomène. Qui plus est, cette habitude nous prédispose aux cauchemars. Il est donc préférable de regarder des émissions plus gaies ou de lire des livres inspirants si nous voulons des rêves plus paisibles.»

**Harold KLEMP « Interrogez le Maître »
Tome 1 page 11.**

Je ne prétends pas que la télévision est nuisible en elle-même. Elle peut devenir un outil appréciable dans le processus du développement humain, pour peu qu'elle fasse l'objet de plus grande attention de la part de ses dirigeants, dans la qualité des émissions en vue d'élever le niveau de la conscience collective ou individuelle au-dessus des contingences matérialistes, auxquelles nous entraîne la société.

En effet, encore aujourd'hui, rares sont les programmes proposés qui peuvent se vanter de contribuer à l'avancement spirituel de l'individu.

Nous devrions leur donner raison ? Il existe un niveau élémentaire dans le système éducatif et les politiques s'en chargent.

Par conséquent, s'auto discipliner en vue de mettre à l'écart certaines distractions médiatiques, doit vous faire découvrir rapidement les bienfaits que vous pouvez tirer de ce comportement lucide et responsable, pas seulement pour la qualité des rêves mais d'une manière générale pour toutes vos affaires journalières.

Votre vie entière devient tout d'un coup, plus claire, plus légère, comme si on vous avait retiré un lourd fardeau des épaules.

Car en somme, c'est un peu de cela qu'il s'agit, d'une partie du fardeau karmique qui accompagne ces émissions.

Un karma d'autant plus lourd à supporter, que les émissions sont

orientées vers les choses négatives et les valeurs terre-à-terre de la société.

Un postulat à vous rappeler

Depuis toujours, les systèmes en place font en sorte d'intellectualiser nos rapports avec DIEU et de matérialiser notre existence, et les courants religieux et métaphysiques, de nous priver d'un vrai enseignement qui comblerait la soif spirituelle de l'Âme, notre vraie nature, nous obligeant à rester prisonniers de la roue sans fin des incarnations dans les mondes inférieurs.

Renouez avec les valeurs de la vie

Ne vous laissez plus manœuvrer, contrôler, ni dominer par qui que ce soit ou quoi que ce soit. Alignez-vous sur les bonnes ondes de l'Âmes en recherchant exclusivement la lumière et le positif de la vie.

Les occasions ne manquent pas pour la personne de bonne volonté de faire de son existence un havre de bonheur et de paix plutôt qu'un enfer.

Par exemple, écoutez plutôt de la bonne musique. Pas n'importe laquelle, celle qui illumine l'Âme et égaie le cœur.

Ou bien, lisez un livre inspirant de nature élevée, genre la sainte Bible et autres ouvrages d'essence spirituelle.

Ceci, de manière à vous engager dans ce sens et de proclamer au Maître des Rêves, votre ardent désir de poursuivre votre activité spirituelle durant vos heures de repos nocturne.

Quatrième étape :

Invitez le Maître des rêves dans votre cœur comme dans votre maison.

Demandez-Lui de vous guider, de vous protéger et de vous faire vivre des

expériences dans vos univers intérieurs, en vue d'agrandir votre compréhension spirituelle ou pour vous aider à dissoudre certains aspects négatifs de votre karma actuel ou passé.

À présent vous pouvez dormir en toute sérénité, sachant que le Maître des Rêves est avec vous. Il vous accompagne partout et à tout moment.

UNE CHAMBRE FENG SHUI POUR PASSER UNE DOUCE NUIT

Le milieu dans lequel vous dormez à également son mot à dire.

En effet, la nature vibratoire de la pièce que vous consacrez à dormir ou à vous reposer peut décider de la qualité de votre sommeil et de fait, de celle de vos rêves.

On sait aujourd'hui que chaque pièce d'une maison a une destination bien définie, qu'il est de bon ton de prendre en

considération, pour y vivre le mieux possible.

La chambre à coucher en a une également, celle du repos. Tout doit par conséquent être mis en œuvre pour y parvenir dans les meilleurs délais.

Par ailleurs, le monde extérieur étant une réflexion de notre univers intérieur, le fait de dormir dans une ambiance plaisante et douce à vivre, est un gage d'harmonie et de bien être en soi.

En plus, vous démontrez au Maître des Rêves votre volonté de vous mettre en relation avec les courants bénéfiques du Cosmique, durant les heures de votre repos nocturne.

Pour ces raisons et bien d'autres, il est important de bien choisir l'endroit de la pièce consacrée à cet effet et d'y mettre les meubles et les objets qui suscitent un sentiment de bonheur et de détente.

Vous avez appris dans le chapitre précédent l'utilité d'aérer votre chambre. Mais ce n'est pas suffisant.

Il faut également jouer avec l'énergie ambiante, le célèbre **CHI** des chinois, pour la faire circuler de façon harmonieuse et équilibrée.

Sans aller jusqu'à faire devenir un Maître Feng Shui, vous pouvez néanmoins parvenir à instaurer un milieu vibratoire agréable à vivre et favorable à votre repos, en suivant ces quelques pistes.

Pour votre information

Le **FENG SHUI** est l'art occidental d'optimiser la qualité des énergies, pour vivre en symbiose avec l'environnement.

Favoriser le sommeil et bien dormir d'une manière naturelle est une science. Voici quelques bases qui doivent vous permettre de mieux la maîtriser.

Cette application s'opère sur deux fronts. Sur soi d'abord, puis sur l'environnement et l'ambiance vibratoire immédiate.

Exercer une amélioration décisive sur soi

MANGER LÉGER

C'est médicalement prouvé. La digestion demande du temps et mobilise une grande quantité d'énergie.

L'idéal est une alimentation modérée le soir avant de se coucher. Si non, attendre 3 ou 4 heures après un repas plantureux, avant de se mettre au lit.

Cette règle n'est pas rigide. Vous pouvez adapter selon votre propre tempérament et votre disponibilité.

La chose à ne pas faire

Absorber des barbituriques ou des somnifères pour forcer le sommeil, à

cause de l'effet d'accoutumance. Cela peut devenir dangereux à long terme pour l'équilibre psychosomatique.

Au besoin et si cela est vraiment nécessaire, boire plutôt une tisane de tilleul, d'aubépine, de passiflore, de camomille, de mélisse ou encore de fleurs d'oranger. Parlez-en à votre médecin pour choisir ce qu'il y a de mieux pour vous.

La température idéale

D'après certains spécialistes, il est important que la température ne soit ni élevée, ni trop basse.

Ils préconisent une température ambiante située entre 17° et 20° C.

Certaines personnes préfèrent dormir la fenêtre ouverte, hiver comme été pour avoir une fraîcheur et de l'air frais en permanence.

Mais ce n'est pas une obligation. Vous pouvez fort bien aérer la pièce dans laquelle vous dormez une heure avant de passer au lit.

Savoir se relaxer

Pour certaines personnes, la relaxation avant de se coucher favorise l'endormissement.

Elles ont parfaitement raison. Cela supprime les tensions physiques et émotionnelles accumulées dans la journée, qui tendent à bloquer les nouvelles énergies attirées par le repos complet.

Voici quelques règles pour y gagner en efficacité.

- S'allonger dans un milieu à l'écart de l'agitation et des bruits.
- Fermer les yeux.

- Respirer profondément et lentement, sans rétention.
- Tendre tous les muscles du corps.
- Les relâcher brusquement d'un seul bloc.
- Appliquer jusqu'à sentir un fourmillement agréable dans tout le corps.

Mettre le mental au point mort

Eviter l'activité cérébrale sur un sujet intéressant, au moins une heure avant de passer au lit. Il n'y a rien de plus efficace pour tenir éveillé tard dans la nuit.

Préférer faire des choses ennuyeuses, lancinantes, casse-pieds qui induisent plus facilement l'esprit au sommeil.

Eviter le sport. L'agitation physique produite risque de tenir éveillé.

La literie idéale

Vérifier la literie. Elle ne doit devenir pas un instrument de torture.

L'idéal, est qu'elle ne soit ni trop moelleuse, pour éviter les douleurs causées par un mauvais positionnement du corps. Ni trop raide, pour éviter les sensations de gênes au niveau des muscles.

Exercez une amélioration décisive sur votre environnement

Faites entrer le bonheur chez vous dès maintenant en exerçant une amélioration décisive sur votre environnement. Voici quelques directions déjà éprouvées.

Eviter le désordre

C'est un postulat. Le milieu dans lequel nous vivons est en résonance avec notre nature profonde.

Vous pouvez améliorer l'ambiance vibratoire de votre chambre à coucher en lui apportant ordre et mesure.

L'anarchie est synonyme de confusion, c'est bien reconnu. Alors que l'ordre, la discipline sont synonymes de paix et de sérénité.

Par ailleurs vous trouverez beaucoup de plaisir à vivre dans un environnement ordonné plutôt qu'anarchique. Vous y puisez force et bien être.

Au besoin retirer quelques objets. Déplacer certains meubles pour éviter la monotonie qui conduit à l'ennui, au dégoût.

Eviter l'encombrement excessif qui empêche une bonne circulation des énergies ambiantes.

En somme, faire en sorte que la chambre à coucher ne serve pas de débarras.

Si votre appartement est trop étroit, préférer entasser les objets dans le grenier, la cave ou le garage. Cela laissera libre le flux énergétique de la chambre à coucher.

L'idéal est d'avoir un seul meuble, a savoir le lit et placé au milieu de la pièce. Cela évite de faire stagner le 'Khi', l'énergie dans certains recoins, en appuyant le lit contre un mur ou en le plaçant dans un angle.

Les placards encastrés dans les murs permettent également une distribution plus importante des énergies environnantes.

Eviter les objets qui rappellent de mauvais souvenirs ou qui reflètent une esthétique morbide ou contraire à votre vision de la vie et de votre avenir.

Installer plutôt une vasque remplie d'eau fraîche renouvelée chaque soir avant de vous mettre au lit. D'après le

Feng Shui, il est mieux de placer le récipient d'eau côté Nord.

Retirer impérativement tous les appareils électriques, informatiques et électroniques qui génèrent certaines vibrations incompatibles à une bonne nuit de sommeil.

Tous les appareillages modernes en général sont source de troubles de la santé à plus ou moins long terme.

Par conséquent, éviter leur proximité durant les heures de sommeil si vous voulez vraiment récupérer des forces.

Créer une ambiance encore plus sereine en remplaçant les couleurs criardes, agressives par des couleurs plus douces et plus agréables à vivre.

Certaines couleurs sont favorables à la détente et au bien être. Ils induisent l'esprit plus facilement à un état de

sommeil profond. Je pense au violet, au bleu.

Jouez avec vos humeurs du moment en utilisant leurs tonalités variées. Préférer cependant plutôt un ton foncé, que trop clair.

Le noir et le brun facilitent aussi le calme de l'esprit et par conséquent aident à la venue du sommeil.

Profitez-en aussi pour atténuer l'éclairage. Non seulement vous ferez des économies mais en plus vous y gagnerez en sérénité.

Celui-ci ne doit pas être au-dessus du lit. Cela engendrerait de la nervosité et favoriserait des troubles gastriques, d'après la science Feng Shui.

LES COULEURS SELON LE FENG SHUI

Comme vous le savez l'énergie du KHI se déploie par l'intermédiaire de 5 Éléments

essentiels, qui sont le bois, le feu, la terre, le métal et l'eau.

Chacun d'eux est en affinité avec des couleurs spécifiques qu'il convient d'utiliser pour créer une bonne ambiance vibratoire.

LES VOICI :

- Le vert, notamment le vert émeraude pour le bois.
- Le rouge, le pourpre et l'orange pour le feu.
- Le brun, le jaune du terreau et de l'argile pour la terre.
- Le blanc et l'or pour le métal.
- Le bleu et le noir pour l'eau.

Vous pouvez les utiliser seules ou en groupe mais à condition de respecter leur cycle de compatibilité afin de garder en parfaite harmonie leurs attributs

psychologiques et leurs qualités énergétiques respectives.

Cycle de compatibilité

BOIS, FEU, TERRE, MÉTAL, EAU, Bois etc.

Explications :

- Le bois alimente le feu.
- Le feu en relation avec l'activité volcanique, aliment la terre.
- La terre donne naissance au minéral qui crée le métal.
- Le métal une fois fondu est solidifié par l'eau et trouve sa force en elle.
- L'eau nourrit les arbres et est au cœur du bois par la sève.

Cycle d'incompatibilité

BOIS, TERRE, EAU, FEU, MÉTAL, bois etc.

EXPLICATIONS :

- Le bois par les racines des arbres enfonce des jalons dans la terre.
- La terre étouffe et consomme l'eau.
- L'eau éteint le feu.
- Le feu corrode le métal.
- Le métal coupe le bois.

QUESTION 14

MAINTENEZ LE JOURNAL DE VOS RÊVES

Comme la majorité des gens probablement, vous avez été ou êtes encore confronté à ce souci des rêves qui tendent à disparaître de la mémoire au réveil.

Ne vous alarmez pas, car même les scientifiques ne savent pas trop le pourquoi des faits.

Vous en revanche, savez qu'il s'agit en vérité qu'il s'agit d'une intervention faite par le Censeur éthérique qui opère ainsi en vue de **sauvegarder votre équilibre ou encore parce que votre mémoire n'est pas suffisante** pour retenir toutes les impressions oniriques issues des multiples aspects de vos univers intérieurs.

Si vous souhaitez vraiment faire de vos rêves des lignes directrices, il existe un moyen bien simple mis à la portée de chacun, que j'ai découvert et qui peut vous aider à mieux vous rappeler vos rêves à votre réveil. Il s'agit du journal des rêves.

En quoi ça consiste ?

Le matin à votre réveil ou au cours de la nuit ou même dans le courant de la journée au milieu de vos occupations du jour, notez tout ce que vous avez retenu de vos rêves.

Bien sûr vous ne réussirez pas du premier coup. Ne vous en faites. Vous vous êtes entraîné à les ignorer durant toute votre vie, il serait étonnant que vous vous en rappeliez à vos premiers essais, ne croyez-vous pas.

Un talent s'acquiert au fil du temps et de l'expérimentation soutenue, quel qu'il

soit. C'est pareil pour vous souvenir de vos rêves, plusieurs mois seront certainement utiles pour mettre en route le processus des habitudes inverses et arriver à un degré de maîtrise encourageant.

D'autre part, il serait habile de consacrer une partie de votre journal pour y consigner les noms des choses, des personnes, des situations, des symboles, surtout ceux qui se répètent.

Ajoutez en face de chacun d'eux une courte définition que vous pensez la mieux adaptée.

Vous obtiendrez votre propre « Clé des Songes. » Un répertoire de définitions bien plus exactes que celle que vous pouvez trouver dans le commerce.

Ces ouvrages de vulgarisation ne prennent en considération que l'aspect superficiel de l'individu. **Ils ne tiennent pas compte de son vécu dans cette**

existence, comme de celui de ses vies passées.

Par conséquent, vous ne pouvez avoir une signification précise de vos rêves.

QUESTION 15

LE RÉPERTOIRE DE VOS RÊVES

En quoi celui-ci diffère-t-il du journal des rêves ?

Cette stratégie qui a fait ses preuves dans le domaine de l'étude des rêves, réside dans l'élaboration d'une liste des images, des symboles, des impressions quelle qu'elles soient, que vous remarquez régulièrement dans vos rêves.

Vos rêves sont uniques

En voulant répertorier des symboles applicables en tout temps à chacun d'une manière uniforme, les auteurs de ces ouvrages de vulgarisation font assurément fausse route.

POURQUOI ?

Pour la bonne raison que l'Âme est unique en son genre.

C'est un être individuel dont le parcours spirituel ne ressemble en rien à celui de qui que ce soit d'autre.

Sa conception propre de la vie ne l'autorise par conséquent pas, à appuyer l'étude de ses expériences oniriques sur les bases génériques attribuées aux rêves contenues dans les livres qu'on trouve partout en librairie.

Des relents d'antiques superstitions

Ces archétypes définis arbitrairement sont basés en général sur des superstitions. Ils n'ont aucun fondement de la vie du rêveur tels que son éducation, son instruction, son milieu social et familial, son environnement et les conditions de son existence présente ou

incarnation passée auxquels s'ajoute l'acquis et l'évolution collectives.

Aussi, il n'est pas utile d'en demander des explications extérieures, quand bien même cette définition est correcte, puisqu'elle n'en représente que l'aspect objectif de l'existence.

Par ailleurs, cette interprétation superficielle imposerait insidieusement une ligne de conduite subconsciente, qui compromettrait gravement la compréhension subjective personnelle du rêve.

A la lumière de ce postulat, il est raisonnable de penser que chaque symbole détient par conséquent un sens bien spécifique pour chaque rêveur qu'il doit réajuster fréquemment, eu égard au fait que la vie est en perpétuelle transformation.

Rien n'est statique

En effet, gardez présent à l'esprit que les mondes inférieurs sont en constante conversion. Par conséquent, la définition propre à chaque symbole change également avec le temps.

Pourquoi ?

Pour cette bonne raison. L'Âme étant en progrès permanent, leur sens change en conséquence.

Un chat, un chien, un lapin ou quoi que ce soit d'autre, peut représenter pour une même personne plusieurs définitions différentes selon la période concernée. Certaines se répètent, d'autres sont remplacées, car même dans le domaine onirique rien n'est statique.

Maintenant, réalisez-vous mieux l'absurdité à se référer à un dictionnaire des rêves avec leurs interprétations préétablies ?

Rêve commun ou pas, les interprétations divergent.

Toutefois, il faut reconnaître qu'il existe un code universel propre à certains symboles, par exemple une maison.

Pour les spécialistes de l'oniromancie, la maison est une représentation de soi. La cave représente l'inconscient alors que le grenier nous rappelle notre enfance et ses souvenirs.

La cuisine est le côté nourricier, tant matériel que spirituel. Sa façade évoque notre comportement social. Les portes une ouverture ou un échange avec le monde extérieur. Les fenêtres, la vision que nous avons de nous-mêmes ou d'autrui.

Construire une maison ou lui faire des travaux de rénovation, indique un changement ou le départ vers une nouvelle vie.

Autour de cette base, le rêveur peut alors broder une interprétation, en rapport avec son propre vécu présent ou passé.

La maison n'est pas unique dans ce genre d'analyse. D'autres symboles comme l'arbre, la montagne, possèdent également ce caractère universel.

Par conséquent, le journal et le répertoire des rêves sont deux outils, dont l'importance dans la maîtrise des rêves, ne doit plus échapper à l'oniromancien amateur ou avancé.

6 Règles d'or pour mieux vous souvenir de vos rêves

1. Ne vous attardez pas sur les détails. Abordez votre rêve dans sa texture globale, vous finirez plus tard en ajoutant d'autres impressions comme les couleurs, les sons, les émotions etc.

2. Transcrivez vos rêves dès votre réveil ou lorsque vous avez flash dans le courant de la journée, alors que les impressions sont encore fraîches dans votre mémoire.
3. Notez les éventuels personnages participant ou de second rôle et dans quel environnement les scènes se passent.
4. N'essayez pas de faire coïncider vos rêves avec la réalité quotidienne. Le sens profond du message vous échapperait. Notez les faits, même s'ils vous semblent absurdes ou irréels.
5. La signification des rêves jamais littérale ou rarement lorsque le Maître des Rêves que vous apprendrez la leçon spirituelle de cette manière.
6. Elle emprunte souvent des détours et des contours que vous décrypterez

facilement, si vous vous accordez du temps à la réflexion et de contempler sur les impressions vécus ou simplement perçues.

C'est un fait que la réalité est souvent difficile à digérer. Certains rêves peuvent bousculer durement votre ego.

LE REMÈDE ?

*ACCEPTER SES RESPONSABILITÉS ET FAIRE EN
SORTE D'AMÉLIORER LA SITUATION EN
CONSÉQUENCE DU DÉVELOPPEMENT
SPIRITUEL.*

QUESTION 16

VOS RÊVES SE BOUSCULENT

C'est un postulat. L'Âme est le grand animateur de vos propres univers, physique, psychique et spirituel.

D'après les Maîtres de Sagesse, elle endosse au moins un corps sur chacun des plans, physique, astral, causal, mental et éthérique.

Sachez que chaque plan se déploie sur plusieurs niveaux de manifestation, un peu comme chaque couleur de l'arc-en-ciel exprimant de manière graduelle la couleur précédente et suivante.

D'après la Tradition, le plan astral par exemple ne comprendrait pas moins d'une centaine de degrés, voire plus. Les autres plans en contiendraient bien davantage.

L'Âme peut animer un corps sur plusieurs d'entre eux. Que vous en ayez conscience ou pas, que vous dormiez ou soyez éveillé, l'Âme expérimente sur divers territoires à la fois.

Voilà pourquoi, parfois nous avons l'impression que nos rêves se bousculent. En fait, nous expérimentons une situation particulière, puis subitement nous nous retrouvons face à un nouvel événement.

Ainsi, nos rêves peuvent s'entrecroiser à l'infini, sautant d'un sujet à un autre vécu sur des niveaux différents.

Dans le processus d'émergence de la conscience à l'état objectif, le rêveur peut être l'objet de multiples réveils avant de se retrouver complètement éveillé dans son corps physique.

Pour les Maîtres de Sagesse ce phénomène est chose commune chez celui qui a atteint un certain degré dans son épanouissement spirituel.

QUESTION 17

LES 7 PORTES DU CIEL

Saviez-vous que dans le corps psychique, existent des centres de Force appelés par les Hindous, CHAKRAS ?

Vous devez savoir

Les centres psychiques se manifestent à la façon de tourbillons d'énergie. Ils jouent un rôle de plaque de résonance entre DIEU et l'homme, entre le Cosmique et l'être extérieur.

En l'homme, existent 7 chakras principaux, répartis dans la tête et dans le corps, le long de la colonne vertébrale et dans lesquels ils ont une contrepartie physique.

Pour les Maîtres spirituels, ce sont les portes par lesquelles l'Âme accède au Ciel

et dans différents plans de manifestation de l'Esprit.

Chez l'individu du monde ordinaire, l'accès à ces portes s'accompli inconsciemment au moment de la mort du corps physique ou lorsqu'il sombre dans coma profond ou lorsqu'il dort.

Pour lui, la sortie de l'Âme se fait généralement au niveau du plexus solaire au centre de l'abdomen, le chakra avec lequel il est le mieux en affinité.

Pour les personnes un peu plus éveillées aux choses spirituelles, l'Âme sort dans la région frontale ou se situe le 3^{ème} Œil u niveau de la glande pituitaire, pour accéder au plan Astral.

Les autres portes par lesquelles l'Âme évolué accède au Ciel sont l'arrière de la tête ou Lotus à 1000 pétales, comme l'appellent les Hindous, par la glande pinéale située au centre de la tête et en par le centre cardiaque, appelé Anahata

par les Hindous, la porte généralement empruntée par les adeptes du Bhakti Yoga.

Le mot BHAKTI signifie dévotion au Maître.

Le mot BHAKTA signifie le disciple dévoué à son Maître.

CONCLUSION

Des bases pour vous relier aux mondes invisibles en parfait contrôle de soi viennent d'être jetées.

Grâce auxquelles beaucoup d'éléments nouveaux peuvent être édifiés par chacun, selon le niveau atteint dans l'échelle de l'évolution spirituelle.

Rappelez-vous que l'être humain n'a pas à vivre 8 heures par jour dans un état d'inconscience totale.

Les rêves sont la partie immergée de l'iceberg onirique. Ils sont riches d'enseignements.

Cet ouvrage vous a appris comment vous pouvez désormais en tirer pleinement partie.

Par conséquent, le travail sur les rêves doit devenir pour vous comme une

seconde nature. Une habitude comme celle de marcher ou celle de respirer, qui vous ouvrira de plus en plus large le portail sur vos univers intérieurs, vous accordant une liberté, que vous ne pourrez sans doute jamais connaître autrement.

TABLE DES MATIÈRES

<i>« Les rêves sont innés à la nature humaine. Ils attestent d'une vie intérieure, par-delà les limites matérielles de l'être objectif. »</i>	11
<i>« Ils sont probablement à l'origine des premières expériences de l'homme concernant la dualité de son être qui débouchent sur sa prise de conscience de l'Âme et de son moi psychique. »</i>	11
1^{ère} partie	16
Question 1	16
Pourquoi dormir ?	16
Pourquoi l'individu dort-il toujours autant ?	17
Question 2	20
Serait-il nuisible de dormir ?	20
L'individu moyen gaspille un tiers de sa vie à dormir	21
Question 3	24
Qu'est-ce qu'un rêve ?	24
Pour la précision des propos	25
Question 4	27
La réalité des rêves	27
L'homme, est un rêveur qui s'ignore !	27
Pleurez-vous vos morts ?	28

Le secret de la vraie liberté	30
Pourquoi pas ?	31
Qui peut prouver le contraire ?	31
Question 5.....	32
Les 5 grandes catégories des rêves.....	32
Question 6.....	34
Origines des rêves	34
Un sujet exemplaire, l’avion.....	35
Pourquoi ne peut-il manquer d’en faire l’expérience ?	36
L’expérience mène à la maîtrise	38
Question 7.....	40
Les rêves jouent-ils différents rôles	40
Un rôle informatif :	40
Un rôle annonciateur :	41
Vous devez savoir ceci.....	42
Souvenez-vous de ce postulat :	43
Savez-vous pourquoi ?	44
Être créatif, ça consiste en quoi ?	45
Retenez bien ceci	45

Un rôle purificateur :	47
Un rôle libérateur :	47
Vous devez savoir une chose	48
Un rôle éveilleur :	49
Un des plus grands drames de la vie humaine	50
Question 8	51
La maîtrise des rêves remonte loin dans le temps	51
Phénomène indissociable de la vie.....	52
Les rêves au service de l'histoire.....	53
Saviez-vous que.....	53
Avez-vous un capteur des rêves ?	57
Une chose étonnante !	58
Les rêves, une approche universelle	58
Rêves et religions	60
Une autre histoire surprenante :	62
Question 9	63
Où est la réalité ?	63
La réalité d'un rêve peut en cacher une autre	63
Question 10	66

À quel moment rêve-t-on ?	66
Question 11	68
Rêves sans frontière	68
Question 12	70
Est-ce que votre animal de compagnie rêve ?	70
ÉCLAIRONS un peu votre lanterne	71
Quand pensez-vous ?	72
2^{ème} partie	75
Question 1	75
Connaissez-vous le Maître des Rêves ?	75
Le secret du Maître des Rêves	78
Ne vous méprenez pas sur Ses intentions	80
Les multiples apparences du Maître de Rêves	82
Question 2	84
Qu'est-ce que le contrôle des rêves ?	84
La question ici	85
Pourquoi vous valez mieux que ce que vous croyez être ?	86
Voici quelques suggestions pour y arriver plus facilement	89
Le réveil artificiel	90

Une alerte qui risque de devenir dangereuse.....	91
Une prise de conscience fondamentale.....	91
Pourquoi ?.....	92
La solution !.....	93
Les corbeilles aux rêves.....	94
Question 3.....	99
Pourquoi rêvons-nous plusieurs fois dans la nuit ?.....	99
La réponse métaphysique de ce phénomène.....	100
Une mise en garde.....	101
Question 4.....	103
Pourquoi ne se souvient-on pas de tous les rêves ?.....	103
Un réveil brutal.....	104
Comment développer votre aptitude onirique ?.....	106
Lancez le mécanisme de rappel des rêves.....	107
Les associations d'idées.....	108
Essayez l'ancrage !.....	108
Être émotif.....	109
Un Phénomène de résistance.....	111
La peur, un frein onirique.....	112

Les abus de la chair	114
Les vertus incalculables du jeûne	114
Passer un hiver sans encombre	115
Une décision personnelle et responsable	116
Restez relax !	116
Ne précipitez pas les choses	118
AVERTISSEMENTS :	121
Plusieurs niveaux de compréhension spirituelle	124
Comment vous rappeler vos rêves ?	124
Eviter de vous coucher après un repas	126
Dormir dans la tenue d'Ève	126
Les épices au service du rêveur	127
C'est médicalement prouvé	127
Question 5	128
La Force est avec vous ?	128
Le but du jeu de la vie	128
Apprendre à utiliser votre créativité	131
Question 6	132
L'utilité des cauchemars ?	132

Un danger sournois vous menace.....	134
La bonne nouvelle à ceci	135
Une muraille infranchissable.....	137
Chantez le « HU »	138
Pourquoi le nombre 9 ?	138
Un postulat à mémoriser.....	139
Invoquez l'Esprit de Dieu.....	140
Question 7.....	142
Un aboutissement heureux à vos cauchemars ?.....	142
Une habile stratégie	142
Aujourd'hui est votre jour de chance !	143
Lancez l'application !.....	143
Question 8.....	147
Pourquoi revoir vos vies antérieures ?	147
Application	149
À quoi cela vous sert-il ?	150
La solution ?	151
Où avez-vous atterri ?.....	151
La mort n'existe pas.....	153

Question 9	155
Pour l'Âme le rêve n'est qu'une étape ?	155
L'appel de l'Âme vers son Paradis d'origine	156
Un concept bien mystérieux	158
Un détour spirituel incontournable	160
Prenez votre billet pour l'AU-DELÀ	161
Une clé d'or du Voyage de l'Âme	161
Une attitude triomphale en toutes circonstances	162
Le secret ici pour y parvenir	163
Question 10	165
Explorez facilement vos univers intérieurs	165
Vous avez besoin d'un guide	165
Ne pensez plus à rien	166
Question 11	168
Technique pour faire le Voyage de l'Âme	168
La méthode émotionnelle	168
L'étape suivante	170
Laissez l'Âme prendre le relais	170
Pourquoi ?	171

Un esprit aventureux	171
Une chose essentielle à retenir	172
Le secret qui mène à Dieu	173
En conclusion ici.....	174
Pourquoi il ne peut pas en être autrement ?	175
L'ultime secret du Voyage de l'Âme dévoilé.....	177
La pensée	179
La Lumière.....	179
Le Son	181
La Mélodie Céleste	182
Pour votre information	182
Des sonorités célestes variées	183
Vous n'attendrez pas bien longtemps.....	184
Question 12.....	185
Qu'en est-il des personnes partageant vos rêves ?	185
Doit-on leur révéler le contenu ?	186
Question 13.....	188
Le Censeur éthérique.....	188
Question 14.....	192

Préparez vos voyages intérieurs	192
Eviter à tout prix !.....	196
Le secret pour une nuit sereine	198
Un postulat à vous rappeler.....	201
Renouez avec les valeurs de la vie.....	201
Une chambre Feng Shui pour passer une douce nuit	203
Pour votre information	205
Exercer une amélioration décisive sur soi.....	206
Manger léger	206
La chose à ne pas faire.....	206
La température idéale	207
Savoir se relaxer	208
Voici quelques règles pour y gagner en efficacité.	208
Mettre le mental au point mort.....	209
La literie idéale.....	210
Exercez une amélioration décisive sur votre environnement	210
Eviter le désordre.....	210
Les couleurs selon le Feng Shui	214
Les voici :	215

Cycle de compatibilité	216
Cycle d'incompatibilité.....	216
Explications :	217
Question 14	218
Maintenez le journal de vos rêves	218
En quoi ça consiste ?	219
Question 15	222
Le répertoire de vos rêves	222
Vos rêves sont uniques	222
Pourquoi ?	223
Des relents d'antiques superstitions	223
Rien n'est statique	225
6 Règles d'or pour mieux vous souvenir de vos rêves	227
Le remède ?	229
Question 16	230
Vos rêves se bousculent	230
Question 17	232
Les 7 Portes du Ciel	232
Vous devez savoir	232

Conclusion	235
Table des matières.....	237
Bibliographie	249
Supports Internet :	251

BIBLIOGRAPHIE

LE MAITRE DES RÊVES

Rêvez votre voyage de retour à DIEU.

Harold KLEMP

Paroles du Mahanta Tome 8.

Copyright 2002 ECKANKAR U.S.A.

INTERROGEZ LE MAITRE

Le Maître ECK Vivant répond à vos questions.

Harold KLEMP

TOME 1 Comment accepter l'amour divin dans sa vie.

Copyright 2000 ECKANKAR U.S.A.

ECKANKAR La clé des mondes secrets

Paul TWITCHELL

Copyright 1973 ECKANKAR U.S.A.

CHANGEZ VOTRE VIE GRACE AU FENG SHUI

Pak-Tin & Helen Yeap

Copyright 1997 Alain Labussière Editeur
pour la traduction française

SUPPORTS INTERNET :

<http://www.sitemed.fr/>

<http://www.bienchezsoi.net/articles/les-reves--se-souvenir-et-interpreter-2-28-53.php>

<http://www.sommeilpaisible.com/pourquoi-se-souvenir-de-ses-reves.asp>

[http://fr.wikipedia.org/wiki/R%C3%Aave#Les courants psychanalytiques](http://fr.wikipedia.org/wiki/R%C3%Aave#Les_courants_psychanalytiques)

[http://fr.wikibooks.org/wiki/R%C3%Aave lucide: Rappel de r%C3%Aave](http://fr.wikibooks.org/wiki/R%C3%Aave_lucid%C3%A9:_Rappel_de_r%C3%Aave)

<http://www.sommeilpaisible.com/se-rappeler-de-ses-reves.asp>

<http://www.commentfaiton.com/fiche/voir/21210/comment-etaient-interpretes-les-reves-dans-l-antiquite>

[http://www.dream-interpretation.for-a-better-life.com/fr/histoire des reves dans les cultures.html](http://www.dream-interpretation.for-a-better-life.com/fr/histoire-des-reves-dans-les-cultures.html)

http://www.melonic.be/j/index.php?option=com_content&view=article&id=146:les-reves&catid=58:articles&Itemid=87

<http://www.victordelrey.com/article-comment-etaient-interpretes-les-reves-dans-l-antiquite-57509573.html>



Copyright 2020 Jack LAMBOURG

Tous droits réservés pour tous pays

Merci pour votre respect des droits d'auteur.