

CHAPITRE XI

Le dépit, la colère enflent et s'envolent vers Max. Il aurait pu, au moins, m'envoyer une carte postale. Ca se fait quand on part en voyage. En fait, il se fiche éperdument de moi. Alors je décide de ne plus rêver. Je ne le reverrai jamais. Seulement voilà : Tiago nous invite à dîner. Il serait discourtois, n'est-ce pas, de refuser. Et le point final mis à nos relations s'estompe, disparaît quand il me prend dans ses bras. « Tu m'as manquée »... et c'est lui qui le dit.

Le rituel de la soirée devenu familier restaure le bien-être et la confiance. Y participent le feu dans la cheminée, les chandelles allumées qui colorent la pièce, nos visages d'ombre et de lumière. La table est fleurie : ambiance feutrée et musique douce. Le bonheur vécu au chalet sert de toile de fond.

Les paroles échangées finissent par s'espacer sur de longs silences. Tiago rapporte un plateau de boissons fraîches. S'éclipse.

Nous nous sommes allongés contre les braises rougeoyantes. Endormis dans les bras l'un de l'autre. Max, de son corps, a marqué la limite de ce qu'il désirait partager. Je l'ai trouvée un peu petite.

C'est au téléphone, le lendemain que Tiago reprend notre histoire, là où nous en étions restés. Chacun de nous évoque victoires et tribulations auxquelles la pratique du nouveau programme nous a confrontés. Pour notre mentor, les mystères du nouveau programme n'ayant pas tous été élucidés, il propose de nous revoir.

Face à nous, droit sur son coussin, l'œil et l'oreille en alerte, il attend. Et Max dit :

« Ca cloche quelque part dans la nouvelle organisation de mon cerveau. Les phrases de mon programme, pas de problème, je les habite. Oui, je ressens en moi la vie qui les anime. Seulement voilà, il arrive que sans crier gare l'harmonie et la paix basculent dans la colère et le désir jouissif d'étrangler quelqu'un. Mon énergie s'engouffre alors dans cette violence. Ensuite, je suis vide et découragé.

– Et nous voilà au rendez-vous des ambivalences et des paradoxes. Sur notre planète, nous n’y coupons pas. Tout dans cette troisième dimension est polarisé en une charge magnétique positive et une charge magnétique négative. C’est simple : si nous voulons faire fonctionner un appareil électrique, fut-ce une simple lampe de poche il faut y introduire une pile pôle positif et une pile pôle négatif et qu’elles soient en contact l’une avec l’autre. Si elles étaient toutes les deux dans la même polarité, elles n’émettraient ni lumière, ni énergie. En fait, si elles semblent opposées, elles sont en réalité complémentaires et doivent exister dans le même espace pour créer la force nécessaire au bon fonctionnement de l’appareil – comme pour toi, Max. Ensemble, elles maintiennent l’équilibre nécessaire mais à la condition de ne pas se mélanger.

– Ne me dis tout de même pas que le pôle de mon véritable désir vaut celui de ma jouissance du mal.

– Si tu veux arrêter d’être tiraillé entre ce que tu aimes et rejettes de toi, supprime ton parti pris. Commence par accueillir tes ombres. Dialogue avec les petites personnes dont tu aimerais te débarrasser. Ecoute-les te dire à quoi elles t’ont servi dans le passé, dans ton enfance. Leurs intentions réussies ou loupées avaient pour objectif – dont tu avais conscience ou pas – de protéger ta vie. Et puis, ce n’est pas en cherchant à éliminer l’ombre qu’elle va disparaître.

– Tu as raison, Tiag. Je vais louer un enclos. Y enfermer mon loup et ma brebis. Ils se marieront et le loup deviendra vertueux. Tu te fiches de moi avec tes beaux discours. »

Brusquement Max entre dans la peau de son loup. Se dresse contre Tiago. Le défie du poing et du regard. L’autre n’a pas bougé. Les bras croisés, il attend le choc. Max continue à tourner en cercles de plus en plus rapprochés. Il est hors de lui.

« Effectivement, mec, tu as donné la parole à ton ombre. Curieux de savoir comment tu vas gérer cette montée d’adrénaline. »

Max a claqué la porte. Tiago se marre. Il a choisi le loup – que compte-t-il faire de sa brebis et quelle fin va-t-il donner au spectacle ?

Rentrée en scène de Max, penaud. Va-t-il accepter que je m'approche de lui ? Je ne sais pas à quoi je ressemble mais il éclate de rire. Au final, les nuages ont déserté le ciel, le bleu l'a réinvesti.

« Blâmer, juger ou se sentir coupable pousse dehors ce que nous prenons pour un étranger. Nous lui refusons le droit d'exister. Comment pourrions-nous alors réaliser un programme qui implique la coexistence de l'être tout entier.

– Raconte ce que tu veux, mais je n'aime pas en moi ce que je n'aime pas.

– Pourtant ton côté "négatif" n'est pas mauvais en soi. Il s'agit plutôt d'une vision de toi qui fait tache dans ton nouveau désir. Tu es le fléau de la balance et tu peux à ta convenance, rééquilibrer les deux plateaux. »

Max s'est installé dans l'angle de deux murs. Son dos grimace d'inconfort. Pour avoir voulu expulser son pôle d'ombre il n'a fait qu'en renforcer le pouvoir.

« Pauvre Max qui rejoue le combat du héros et du méchant dragon. Moi, je ne le trouve pas si moche que cela, ton dragon.

– Arrête de te fiche de moi.

– Ce n'est pas mon intention. Je viens juste d'avoir la vision d'une arme qui défie les affrontements. Regarde cette rose dans le vase. Imaginons que tu la prends et la pose sur les frontières de ton royaume, entre ton ombre et ta lumière. Tu ne peux t'empêcher d'admirer sa beauté, de respirer son parfum. Ton être tout entier est sous son charme et même d'en accepter ses épines. Mais demandons donc à Kishori ce qu'en substance elle en dit... "accueillez en vous la confiance et le doute". Je décide de faire la paix en moi (polarité positive) même si j'en ai peur ou si la guerre gronde (polarité négative) ».

Ne nous découpons pas en parts nobles et en bas morceaux. Aimons-nous pour le

miracle de la vie, de quelque manière dont elle se manifeste. Acceptons, à ce niveau vibratoire, nos dissonances. Ensuite nous leur ouvrirons la porte de notre cœur. Selon la qualité, la force de notre désir, elles aussi finiront par trouver leur juste place. Dans leurs aiguillons pourront naître des désirs encore plus vastes et créateurs.

– Tiag, fais-nous éprouver qu’il est possible de relier nos deux polarités.

– Alors retrouvez une position confortable – à la condition de ne pas vous quitter. Vous retrouvez la conscience de vos appuis au sol. Pas l’idée de vos pieds mais la sensation de chaque orteil. Prenez le temps de réhabiter votre souffle et qu’il vous berce.

Il s’agit maintenant de vous offrir un supplément d’énergie pour amplifier les forces dont vous avez besoin au cours de ce voyage. Imaginez une corde dorée, attachée à votre dernière vertèbre, dite sacrée. Vous la voyez s’enfoncer dans le sol.

Votre souffle descend sur elle, pompe la bonne énergie de la terre et par l’inspiration remonte dans votre ventre. Plusieurs fois...

Maintenant, la corde dorée s’enroule doucement autour de vous et remonte jusqu’à la poitrine – sur votre souffle qui nourrit au passage tous les organes. Cette énergie de plus en plus subtile remonte, remonte encore sur votre respiration. Elle traverse le haut de la poitrine, la gorge jusqu’en haut du crâne. Au-dessus de la tête, la corde dorée se remplit de l’énergie du cosmos qui fortifie le corps et l’esprit. Elle redescend le long de votre corps et se remplit à nouveau d’énergie puisée dans la terre – et remonte encore le souffle à l’intérieur de vous et vitalise tout votre être.

Laissez ces deux courants d’énergie circuler et s’harmoniser en vous. Votre présence occupe maintenant tout l’espace unifié. Rien n’est plus séparé de rien. Vous êtes stable au centre de vous-même.

J’accepte tout ce que je ressens comme faisant partie de moi. Je savoure ma vie, je

m'apprécie comme je suis...

Et maintenant, ouvrez votre main gauche et imaginez-y poser ce que vous n'aimez pas de vous. Et surtout ce que vous en ressentez sans entrer dans le détail. Refermez la main. Serrez pour ne rien laisser échapper. Au centre de votre souffle, vous tenez bien cette part de vous. Dans votre main droite posez ce que vous aimez le plus de vous et ce que vous éprouvez quand vous en laissez l'émotion vous gagner. Fermez doucement la main.

Ensuite, réunissez les deux mains sur votre ventre, ouvertes et sans qu'elles se mélangent : les deux courants d'énergie vitalisés, harmonisés par la corde dorée. Posez-les sur le haut de la poitrine. Ouvrez les mains sur le cœur. Laissez-les se bercer ensemble. Vous bercer... Qu'as-tu choisi, Max ?

– Je vais essayer...

– Non, Max.

– D'accord, d'accord. Je décide d'apprendre à m'accepter avec tout de moi. »

Et Max mime de jurer sur la Bible.

« Le danger pour moi, c'est tout le contraire. Je risque de me laisser envahir par toutes ces émotions sans discerner celles qui me sont bénéfiques – et les autres. »

Max semble saisi d'un sentiment salvateur : me repêcher au fond du trou.

« Imagine Mohana que tu désires voyager en montgolfière. L'air va la gonfler. Un air chargé de substances solaires mais aussi imprégné de toxicité. Dans l'intention de faire s'envoler le ballon, ce mélange le remplit de sa belle énergie. Nous voguerons alors sur notre désir.

– Ouais, superbe. Le "nous" signifie-t-il que je t'emmène avec moi ? »

Je l'ai dit en riant mais j'aimerais que son humour réponde au mien – avec sa véritable intention : faire un bout de chemin ensemble. Mais comme toujours, il s'en sort avec une pirouette.

« Nous y sommes déjà dans ton ballon mais c'est toi qui navigues. »

Bien sûr, le regard taquin ne révèle rien.

Tiago nous sort du piège et entame un nouveau chapitre. Il dit :

« Chaque chose dans l'univers attire ce qui lui ressemble. Toutes nos pensées, nos comportements sont soumis à cette loi de l'Attraction. Il s'agit d'une relation magnétique, énergétique, plus ou moins puissante – selon notre implication personnelle – que nous en soyons conscients ou pas. Nos prophéties provoquent donc la réalisation de nos croyances bénéfiques ou maléfiques. Ainsi, ce ne sont pas les autres ou le destin qui génèrent nos orientations et nos destinées. Nos désirs et nos peurs pénètrent le cerveau qui les informatise.

– Ce que je crains, redoute – selon la force et l'authenticité que j'y mets prendrait pouvoir sur l'autre partie de mon être ? Et qu'à force de redouter quelque chose je le provoquerais. C'est cela que tu es en train de dire ?

– Par cette loi d'Attraction, ce que nous ressentons peut aller à l'encontre de notre véritable désir. Par exemple : si nous avons peur de tomber malade, ce n'est pas la guérison que nous attirons...mais la maladie effectivement.

– On dirait que la réussite m'échappe quand j'essaie de l'attirer à moi. Comment tu expliques cela, Tiag ?

– Et toi, comment tu t'y prends pour obtenir le contraire de ce que tu désires ?

– Ben, je me dis "pourvu que ça marche". En fait, j'ai autoproclamé l'échec et prophétisé le doute. A l'arrivée, j'ai entériné ma défaite "je l'avais bien dit" ! Ca va, j'ai compris. »

« Dans une affirmation et un ressenti quels qu'ils soient, nous attirons le semblable – privilégiant souvent ce que nous redoutons. Les pièges ne sont pas

toujours visibles. On croit décider quelque chose et voilà qu'une " petite personne" incognito – on ne l'avait pas repérée – fait obstacle.

– Je n'y peux rien. Si elle prend de force mon pouvoir quand j'en suis inconscient.

– Qu'est-ce que tu fais de ton baromètre ? Tes émotions se manifestent dans ton corps – selon la manière dont toutes les parties de ton être sont en accord ou pas. Détecte-les sur la qualité de ton souffle. S'il est fluide, bien faisant en même temps que tu l'éprouves, c'est que ton intention est en plein accord avec le désir que tu as décidé de réaliser.

– Pas sûr que j'ai tout intégré. Pourrais-tu reformuler ton propos ?

– Cette loi d'Attraction nous suit dans notre désir – à la condition que les émotions ressenties correspondent aux commandes du désir. C'est toujours le corps qui authentifie la cohérence entre le désir et ce qui lui fait obstacle. L'énergie qui nourrit la dysharmonie procure une pesanteur. C'est que la confiance, la joie s'en sont allées : diagnostic simple et efficace.

– C'est vrai mais je vais encore plus loin. Quand je laisse toute la place à mon égo – que j'en éprouve du plaisir ou de la frustration – c'est comme si j'avais perdu les clefs pour rentrer chez moi.

– Quand nous mettons toutes les parties de notre être en adéquation pour la réalisation de notre véritable désir, alors nous accueillons une qualité d'énergie qui coule et se répand partout en nous. La clef, nous l'avons mise dans la serrure.

– En fait, Tiag, ta loi d'Attraction : enfin la mienne, ne réagit pas à nos pensées, à nos actes mais à la vibration qui la sous-tend ? »

Lequel hoche la tête et confirme.

« Je sens que demain va être un autre jour... » et je suis fière de l'avoir proclamé tout haut. Mais Max me tire vers lui par les pieds.

– Demain n'est pas né. Le jour J, c'est juste maintenant ; alors concoctes-nous un autre programme genre " Ici et maintenant, je décide d'être aimable et pleine de considération pour mes deux partenaires". »

Tiago se marre. Je les pilerais, les larmes aux yeux. Mais quand ils approchent je sens bien la chaleur, l'affection dont ils me remplissent. Aucun doute, cette fois tout en moi est dans la cohérence.

« N'as-tu pas dit que nous ne pouvons pas faire jouer la loi d'Attraction pour quelqu'un d'autre ?

– La puissance créatrice ne fonctionne que pour ton propre compte.

– Cela voudrait dire : chacun pour soi ? Alors, qu'est-ce que je fais avec cette dame roumaine assise sur le trottoir avec son godet vide, trop vide devant elle ?

– Il y en a hélas à tous les coins de rue...

– A la différence qu'avec elle, il s'agit d'une véritable rencontre. Son sourire est un vrai sourire. Son regard témoigne d'une bonté telle que j'en suis toute émue. Mais je n'ai pas le pouvoir de lui offrir ce qui lui manque le plus : son pays. Cela me rend triste.

– En fait, sans les mots, puisque vous ne parlez pas la même langue, tu lui dis que tu es comme elle. Tu ne peux pas changer sa situation et ta vibration s'accorde à la sienne. Et si au contraire tu la " voyais " épanouie, heureuse – où qu'elle soit, quoi qu'elle fasse... et le ressentir dans tout ton être ?

– Je croyais qu'on ne pouvait pas programmer pour quelqu'un d'autre.

– C'est en toi, d'abord, que tu fais vivre ce bonheur possible – d'amour et de compassion pour elle. Alors vos vibrations s'attachent au niveau où s'ouvrent de nouveaux chemins. Nous ne sommes pas si petits, insignifiants que nous le croyons –

face à nous-mêmes, au monde. Nous oublions que tout dans l'univers est relié. Nous interagissons avec notre environnement. Le "bon" que nous vivons et émettons, en retour, nourrit le monde auquel nous appartenons.

Toute la matière existe au sein d'un réseau quantique en relation continue d'Information universelle. Ainsi ce que nous faisons et ressentons peut même jouer un rôle déterminant sur le devenir de notre planète. Arrêtons les visions catastrophiques sur lesquelles peut jouer le pouvoir de l'Attraction. »

Max éclate de rire :

– Je pense à Bernard, un ami. Chaque semaine – le mardi m'a-t-il précisé – il déjeune chez sa sœur. Un lundi où des préoccupations encombraient son esprit, il dit à sa compagne "il ne faut pas que j'oublie de déjeuner chez C..."

– Il a oublié sa sœur ?

– Comment aurait-il pu en être autrement ? »

Max s'empare de nos verres qu'il tient dans ses doigts. Leur lance un défi « faut pas que je vous casse ». Tiago pose un pied sur son chemin. En tombant il s'accroche à un verre, les deux autres fracassés.

« Si tu t'étais dit que tes verres allaient confortablement voyager jusqu'à la cuisine – à la condition de donner toute ton attention à cette croyance positive – la légère embûche, alors, ne t'aurait pas déstabilisé... » Rire jaune de Max.

« Et moi, j'ai encore la honte aux joues, dit Tiago. Je pense à ce couple d'amis venu goûter avec leurs enfants. "Pas de gaffe" m'avait dit le mari. "Ma femme ignore ma liaison". Je propose à cette amie une assiette de gâteaux "goûte ces madeleines, elles sont délicieuses". La maîtresse en question, selon vous, s'appelait comment ?

– Madeleine.

– Et bien sûr, j'étais dans la confiance. Surtout ne jamais suggérer au cerveau la crainte que l'on a de se tromper. Et nous pourrions conclure sur les accidents de parcours, les échecs à nos désirs provoqués par certaines "petites personnes" qui

renâclent ou refusent nos nouvelles suggestions. Je vous propose un jeu. »

Tiago a sorti des feuilles de papier et de quoi écrire.

« Et maintenant, que votre cerveau vous accompagne dans les alternatives que vous allez lui proposer. A la fin, il entendra vos décisions et ancrera vos choix. Lui en faire vivre l'expérience est la meilleure manière de le convaincre d'arrêter vos "valse hésitations". Allons-y.

Dessinez un carré qui tienne les trois quarts de la page. Il reste donc un espace dégagé tout autour du dessin. Tracez un trait vertical qui, au milieu, le coupe en deux.

Et maintenant, en horizontal, tracez cinq barreaux les uns au-dessus des autres, qui, à gauche et à droite touchent les barres verticales du carré : soient cinq petits carrés à gauche, cinq petits carrés à droite. N'y mettez aucune rigidité.

A l'extérieur des deux premiers carrés à gauche et à droite : de zéro à six ans.

Pour les deux carrés suivants : six ans à la puberté. Ensuite : adolescence. Puis entrée dans la vie sociale.

Enfin pour les derniers carrés du haut, à gauche et à droite : moi, aujourd'hui. Les six carrés à droite parlent de vos richesses personnelles, des moments de bonheur, de vos rencontres et de vos ressources. Les carrés à gauche parlent du contraire.

Pour chacune des étapes, vous commencez par la droite : le cerveau que vous guidez doit entendre que votre choix, aujourd'hui est de vivre épanoui, dans la réalisation programmée de votre désir – soutenu, énergétisé par une intention claire. Le bon, le bénéfique que vient de rapatrier votre mémoire, condensez-le maintenant dans le ressenti de votre souvenir le plus heureux – petit, non seulement vous l'avez

conservé, mais en vous, en cet instant vous vous redonnez les sensations, les sentiments éprouvés entre zéro et six ans au moment où vous l'avez vécu.

Alors, dans la case du bas, à droite, stigmatisez-le par quelques paroles ou un dessin. Et comment la qualité de cette énergie a traversé le temps jusqu'à ce jour. Si vous n'avez pas assez de place, prenez une autre feuille.

Et maintenant, à gauche, de zéro à six ans, le souvenir le plus douloureux, le plus difficile à accueillir. Laissez-le revenir jusqu'à en éprouver les effets dans votre ressenti actuel. Ces émotions, les plus profondes n'ont donc pas disparu : vous encomrent encore de leurs blocages, des croyances négatives qu'elles ont engendrées. Il est temps de leur offrir votre présence et votre consolation. Prenez le temps de clarifier cet évènement.

Poursuivez la même opération jusqu'aux deux dernières cases. Evidemment, la réussite de cette expérience tient à la façon dont vous acceptez de vous y impliquer. »

Ce « travail » a mangé une partie de la soirée. Qu'importe, nous avons le temps devant nous.

Ensuite, nous avons coupé le papier en deux dans sa longueur et sur la barre verticale. Posé la moitié gauche dans la main gauche et la partie droite, celle du « bonheur » dans la main droite.

« Pour donner toute votre attention à la main droite, bougez chaque doigt. Posez-le sur la paume que vous caressez. Fermez-la sur vos souvenirs de bonheur comme si vous teniez un papillon délicat et précieusement le protégez. La mémoire vous redonne la richesse de tout votre ressenti – aussi frais et présent qu'à l'époque où vous l'avez vécu. Dans votre souffle, il se diffuse dans tout votre être. Prenez ce temps de l'éprouver.

Tout en gardant la demie feuille dans la main droite, décidez maintenant de

ramener votre attention au creux du ventre : "lieu-Racine" qui assure la stabilité, la sécurité de votre être – c'est là que vous posez la main gauche et le malheur vécu. Sensibilisez chacun de vos doigts. Caressez la paume de votre main gauche et doucement avec les précautions du cœur, refermez-la sur la douleur : celle que personne n'a entendu ou consolé. Imaginez que le souffle descend dans votre bras, votre main jusqu'au contenu précieux de votre main. Consolez-vous.

Enfin décidez de réunir en vous le bon et le mauvais contenus dans vos deux mains. Montez la main droite sur le haut de la poitrine à gauche. Les petits doigts et eux seuls se rejoignent. Le magnétisme et l'énergie que leur mise en contact provoque vous unit à votre petit enfant en un flot libre d'énergie et de vie – né de la rencontre de vos deux polarités : vous accueillez ces différences sans confusion. Le souffle qui vous parcourt circule libre, partout et vous unifie. Ensuite, d'étape en étape, à droite et à gauche, remontez l'échelle de la naissance à aujourd'hui. »

Un verre de jus de fruit finit par couper un profond silence. Tiago en profite pour conclure.

« Ce sont nos divergences internes, nos incapacités d'intégrer certaines expériences insupportables qui nous rendent vulnérables et parfois ouverts à tous les vents. Pourquoi ? Mais parce qu'alors nous désertons le centre de nous-mêmes. Vous venez de vous offrir l'expérience inverse : c'est-à-dire faire cohabiter la charge magnétique heureuse, à tous les âges de votre vie et la charge magnétique sombre – symboliquement contenue, elle, dans la main gauche : réalité identifiée par le cerveau à la mesure du ressenti éprouvé. Le souffle conscient les a réunis dans une coexistence où chacun conserve son authenticité – la réalisation du nouveau programme nécessite d'habiter en sa totalité notre espace intérieur. Nous venons d'y décréter la paix.

– Et c'est chez moi maintenant que j'entends vivre » conclut Max qui s'étire dans tous les sens et ponctue par un bâillement qui ne peut plus rajouter un mot, une virgule à la plénitude de son corps. On dirait qu'il ronronne de plaisir.

La suite de la soirée tient au creux de notre main droite. Les polarités ont disparu dans la perspective du repas et les couleurs du désir. Les chandelles sur la table, une rose dans chaque assiette et sur la chaîne, « la Petite musique de nuit ». Chacun ayant concocté une part du « repas-surprise » nous pourrions envisager une retraite de huit jours sans mettre le nez dehors. Il y a du bonheur en nous.

Tiago s'extirpe le premier du canapé où il avait enfoui sa digestion. Soupire largement pour nous faire entendre son courage et sa détermination. Pourtant sa voix mal assurée, les mots sur lesquels il bronche, laissent entendre que les polarités l'ont réinvesti. Enseigner ces deux innocents : pôle positif. Nostalgie du canapé chaud et ventru : pôle négatif. L'attitude de Tiago réveille la mienne : comment arriver à concilier en moi le désir de poursuivre seule ma soirée avec Max (le plus) avec l'engagement pris d'apprendre à changer de programme (actuellement le moins) !

Tiago a choisi pour moi.

« Avez-vous entendu parler du Point Zéro ?

– J'ai un vague souvenir d'école. Zéro voudrait dire qu'il n'y a plus de mouvement. Arrivé à ce point, plus de retour possible vers la vie. »

Je jette un regard vers Tiago. Qu'il parle. A leur regard de connivence, Max forcément connaît la réponse. Il se retourne vers moi et dit :

« L'expérience a permis aux scientifiques de découvrir qu'en dessous d'un certain froid – moins de deux cents degrés et des poussières – les longueurs d'onde, les fréquences et la vitesse sont réduites à zéro. Comme plus aucun mouvement ne se manifeste, on pourrait croire que la vie s'est éteinte. En fait le système fait relâche, s'est mis au repos.

– Qu'est-ce qui va bien être capable de réveiller la « Belle au bois dormant » ?

– Vous manquez d'imagination. Dans ce froid qui dépasse leur capacité à le supporter, les particules vont s'éteindre mais la disparition de la matière ne concerne

pas les quanta – même mis en veilleuse, ils n'en continuent pas moins à défier les lois artificielles de ce monde matériel. Au Point Zéro, nos infiniment petits prennent le relais, leurs vibrations traversent la mort : leur vie semble éternelle.

– Et ce Point Zéro nous concernerait ?

– Il réside en nous. Pas besoin de se faire congeler pour l'atteindre. Là, ces infiniment petits en permanence branchés sur les richesses infinies de leur géniteur – l'univers – réveillent les nôtres qui se sont endormies. »

« Imaginez, visualisez dans la campagne où vous vous promenez un arbre qui vous attire. Dirigez-vous vers lui. Entourez-le de vos bras, absorbez en vous sa sève captée par ses racines. Elles sont nourries aux énergies de la terre. Vous rechargez ainsi votre vitalité. Vous retrouvez la vigueur, la stabilité de votre corps – sa force, vous vous l'appropriez en posant vos mains sur votre nombril.

Et maintenant, laissez glisser les mains jusqu'à la poitrine. Par une légère pression, sentez la présence de chacun de vos doigts au contact de la peau, dans le haut du corps – bercé sur le rythme du souffle qui va et vient – finit par éveiller, animer ce lieu intime.

Les sollicitations extérieures, les pensées parasites vous quittent. Si elles persévéraient à vous encombrer, ignorez-les pour vous brancher sur les sensations qu'à chaque instant vous vous donnez à éprouver.

Imaginez qu'au-dessus de votre tête brille une petite boule de lumière dorée. Vous éprouvez le désir d'entrer en contact avec elle. Alors, votre respiration traversant la matière dure de votre crâne, vous voilà en train d'inspirer un rayon de ce tout petit soleil. L'air tout doré vous remplit de chaleur et d'énergie subtile. Se pose sur le cœur. La paix s'y installe. Vous tenez le centre de toutes les directions de

votre être. Vous êtes au Point Zéro. »

Pour retomber sur ses pieds, Max retrouve sa malice. Il me prend par la main et de l'autre mime une sorte de cloche au-dessus de la tête.

« Empruntons son parapluie à Mary Poppins. Allons chercher dans les mystères de l'univers de quoi nourrir notre Point Zéro.

« Pas de chance, mon vieux » grince Tiago. A l'évidence il n'apprécie pas la légèreté de l'être et surtout la manière dont Max s'est emparé du Point Zéro.

– Il faut – dit-il – passer par la densité polarisée pour accéder à ton Point Zéro. Nous avons besoin de l'appivoiser, de lui donner un statut incarné. Alors, acceptons d'en passer par les fourches caudines de Tiago... On continue ? »

« Et d'abord les mains au ventre pour bien assurer la prise de terre. Et le haut de la poitrine où nos mains rythment le temps du souffle sur lequel nous pénétrons en notre monde intérieur – peu à peu harmonisés au-delà des différences. La vie a quitté le monde extérieur. S'est rassemblée au Point Zéro, au cœur – où s'épanouit "la fleur d'or" – plénitude dans laquelle tout mouvement semble éteint. Les contradictions ont disparu. Les choix a priori inconciliables ne sont plus là pour nous écarteler.

L'harmonisation de toutes nos cellules est en train de prendre pouvoir sur la dualité revendiquée par les protagonistes – en nous. Nos "petites personnes" mises au placard tout à l'heure, au Point Zéro ne supportent pas cette exclusion. Il ne s'agit plus de prendre le plus et de rejeter le moins, mais d'accueillir le plus et le moins : toutes les pensées, les actions et le ressenti de notre être. »

Bien sûr, j'ai choisi mon camp : mon désir et mon intention l'expriment. Mais en même temps j'accepte mes doutes, mes peurs et le « maudit » en moi.

« Dans un passage vertigineux, surtout ne regardons pas en arrière. N'anticipons pas non plus. Mais dans l'instant que nous habitons, posons chacun de nos pas sur le chemin, bien ancré dans notre présence. Dans le même temps, regardons jusqu'à l'horizon... là-bas au bout où, debout, un petit berger vêtu d'une tunique blanche, pieds nus, il danse. Il a vaincu le monstre.

– Voilà l'épreuve qu'en secret tu nous réservais : un monstre à combattre ? Je ne veux même pas savoir à quoi il ressemble. Pour ce qui est des cauchemars, j'ai déjà donné. »

Le rire de Max, cette fois m'exaspère. J'attends d'être sous son nez pour lui crier :

« Je vais t'en fiche, moi, des monstres dans les pattes – et j'en connais. On verra bien si tu continues à rire aux faux anges. Tiens, je te conseille d'affronter la belle-mère d'une de mes amies : du poil partout et mauvaise comme une teigne.

– Et alors d'une simple clef...

– C'est avec son chien que tu t'expliqueras : genre bouledogue double gabarit. Il ne quitte pas sa maîtresse et aux premiers signes de ta malfaisance : devine... et oui, il te saute dessus. Ne compte pas sur moi pour constater le carnage.

– La jouissance anticipée de l'assassin que tu es : je te remercie.

Tiago calme le jeu.

– Vous feriez mieux d'épouser le souffle et la danse du petit berger.

– D'où tu le sors celui-là ?

– Rappelez-vous : Goliath a décidé de tuer le berger dont les moutons lui barrent la route : lui s'appelle David. Bardé de décorations et de cuirasse, ce héros invincible, épais comme une armoire, d'un coup de sabre va trancher la tête de l'importun. David, lui, pieds nus et le corps à l'aise dans une tunique courte de laine blanche ne possède qu'une fronde. Il n'est pas décidé à mourir.

– Encore tes histoires de ciel sombre troué d'une petite tache de lumière ?

– Et oui. Elle se débrouille toujours, la lumière, pour se glisser dans un interstice qu'elle éclaire. Il suffit de diriger son regard sur elle pour la voir. Donc, voilà le gros Goliath, gris de la tête aux pieds et le petit fluet tout en blanc. Devant ce danger mortel – l'ignore-t-il ? Il bouge et danse. Ses mouvements légers semblent traverser le mur opaque du guerrier. Le héros tente de suivre les arabesques mais déjà, le garçon a quitté l'endroit où Goliath l'attendait pour le tuer. On le croirait partout à la fois. A la fin, exaspéré, le caparaçonné dégaine. Fend l'air de son épée mais le farfadet a disparu. Exaspéré, le gros sort toute son artillerie. Guette. David, derrière un arbre qui le cache, tire la fronde de sa poche. Ajuste sur l'élastique une pierre lourde et pointue. Vise. Lâche l'élastique. Goliath tombe. Entre le casque et la cote de maille, d'un minuscule morceau de chair restée nue, s'écoule du sang. En-dessous, les battements du cœur ont cessé.

– Où places-tu le sens de cette histoire, Tiag ?

– Nous aussi rejetons le poids menaçant de la grisaille surtout quand elle semble prête à nous écraser. Sortons de cette sidération qui nous immobilise, déjà vaincus. Trouvons-la en nous cette trouée de lumière, dans l'opacité qui nous entoure. Accueillons donc le berger au Point Zéro. Empruntons-lui sa confiance indéfectible et sa fronde pour trouer la noirceur du ciel.

– Ce serait peut-être une bonne idée de nous remettre au Point Zéro ? »

Et Tiago accepte.

« Alors, reprenez doucement contact avec votre corps. Enveloppez-le de confiance. Sur le souffle, rejoignez votre intimité. Prenez le temps de sentir. Sur quelques expirations, laissez filer la grisaille. Pour inspirer, attendez que l'envie vous en vienne.

– Sous les mains, sentez battre votre cœur. Associez-vous à son rythme. Laissez-les se bercer ensemble. La détente est en train de se répandre dans tout le corps. Et maintenant, visualisez que vous roulez et façonnez entre vos mains une petite boule

ronde, dans une pâte lumineuse et dorée. Imaginez et sentez que depuis le creux des paumes elle remonte le long du bras et de l'épaule gauche. La boule de lumière passe maintenant dans l'épaule droite et redescend dans la main droite. Sur son parcours, partout, la petite boule laisse dans son sillage une trainée douce et dorée – faite d'un rayon d'énergie. Il nettoie le corps, dilue les contradictions et polarités contenues dans la main gauche – et la main droite. Toutes deux ont reçu le même rayon d'énergie solaire.

La petite boule traverse le thorax. Descend dans le ventre puis dans la jambe et le pied gauche. Remonte au ventre par le pied droit. La poudre dorée illumine son passage. Elle remonte jusqu'au creux de la poitrine. Vous respirez dans cette légère brume dorée. Au Point Zéro, le cœur vous recharge de paix et d'harmonie.

Nous nous accueillons là, dans la profondeur de notre être, où toutes nos "petites personnes" sont réunies. Alors dans cette mouvance permanente, le Point Zéro garde dans la sécurité, dans l'unité, notre être tout entier. Nous sommes au royaume des quanta où rien ne s'annule. Pour eux, rien de fait cavalier seul. Aucune parcelle de notre être n'est étrangère, séparée, rejetée de notre être tout entier. Ils accueillent ensemble notre polarité plus et notre polarité moins. Créent entre eux un nouveau champ magnétique puissant qui pourra enfin mettre le cap sur notre véritable désir et le réaliser.

– Alors, que faisons-nous des tiraillements, freins, drames de notre quotidien ?

– Choisissons de réaliser notre nouveau programme avec une intention claire et avec nos doutes, nos difficultés. N'oublions pas que nous sommes aussi les « observateurs » qui ont le pouvoir de transformer les ondes en particules et nos destins en réalité.

Allons donc titiller les innombrables vides en nous où les ondes sont nichées. Dirigeons-les où nous avons décidé d'aller. Mais jusqu'où aurons-nous l'audace de provoquer sans cesse des choix encore meilleurs – et de les assumer ?

– S'il te plaît, laisse-nous au moins le temps de souffler. Nous venons enfin de

trouver un oasis au milieu du désert et il faudrait imaginer que, plus loin, la prochaine oasis serait encore plus belle ? Et reprendre sans cesse son bâton de pèlerin ?

– En fait il n’y a rien à projeter. Tout est là – déjà en nous et nulle part ailleurs. Ce que nous désirons se manifeste dans la visualisation sensible que nous en avons : les ondes changées en particules. Mais qui nous sommes réellement échappe quand nous sommes décentrés – comme si nous avions perdu nos propres traces dans le sable. Faites plutôt converger tout ce qui vous habite vers votre centre.

– La Convergence ? Un mot qui sort comme un nouveau-né de ta bouche. C’est quoi ?

– Dans la Convergence, tout ce que nous pensons, sentons ou exprimons fonctionne ensemble et se dirige vers l’objectif conscient ou inconscient où nous nous orientons. Pour atteindre nos buts, mû par la force de l’Attraction, notre mouvement convergent utilisera l’énergie de notre être tout entier. Les forces non pas opposées mais complémentaires auront fini de se combattre. Elles aspireront à coexister dans le même espace – non pas dans la fusion mais chacune à sa place... à la condition, bien sûr, de s’y investir tout entier.

Au Point Zéro, nous sommes au centre d’une vision circulaire. Nous y occupons dans la convergence tous les espaces, à la fois, de notre histoire. En la vie qu’elle nous restitue, tout y réside en même temps et à sa juste place – stable : bien qu’à chaque instant notre vie n’arrête pas de bouger. Nous sommes enfin en relation avec une bienveillance pour nous-mêmes. Nous pouvons donc investir dans la confiance, sans pour autant connaître par avance les chemins que nous emprunterons. Ils apparaîtront au moment même où nous les parcourons. Jusque-là pour nous, ils restent incertains. Un des pères de la physique quantique, Heisenberg, atteste le Principe d’Incertitude. Il démontre le caractère imprévisible du monde quantique – jusqu’à l’instant où nous l’orientons dans le sens que nous voulons lui donner.

– Tu reviens constamment à cette présence en nous-mêmes. Où pourrais-je bien être ailleurs qu’avec moi quand je fais des comptes, me concentre sur mon travail ou

dîne avec des amis. Je vais finir par avoir peur de me statufier avec ton Point Zéro !

– Je vais laisser Thich Nhat Hanh, moine bouddhiste vietnamien te répondre. Il ne joue pas les anges dans son monastère. Déjà pendant la guerre au Vietnam il militait pour la paix, au risque de sa vie. Martin Luther King avait proposé son nom pour le Nobel de la Paix. Il dit "lorsqu'il marche, la pratiquant doit être conscient qu'il marche. Lorsqu'il est assis, le pratiquant doit être conscient qu'il est assis. Allongé, il en est conscient. Quelle que soit la position de son corps, le pratiquant doit être conscient de celle-ci. C'est ainsi qu'il vit en étant constamment et directement conscient de son corps... lorsque vous faites la vaisselle, elle doit devenir la chose la plus importante de votre vie. Il en est ainsi de toute chose... Lorsque vous buvez du thé, faites-en la chose essentielle de votre vie. Méditation et action ne sont pas séparées. Nous sommes invités à découvrir en nous la véritable beauté de la vie, au fil de notre vie quotidienne. Le fait que je sois là où je suis est tout simplement merveilleux. Je suis entièrement moi-même, en harmonie avec ma respiration, conscient de mon corps, de mes pensées et de mes gestes. Je suis fermement présent et non pas distrait, dispersé, une mer agitée".

– Ce que tu viens de lire pour moi, donne sons sens à ce que tu nous disais.

– Ajoutons qu'aucune prophétie ancienne ou actuelle ne peut prédire l'avenir : la fameuse Loi d'Incertitude ? A chaque instant nos infiniment petits adhèrent à nos choix. Alors lâchons cette terrible croyance : celle qui nous dit que nos premiers conditionnements, nos premiers choix vont nous mener par le bout du nez, vers un destin qu'on ne pourrait changer.

– Est-ce valable au niveau de l'impact dramatique que nous pourrions lui faire subir si nous créditons qu'inexorablement la planète va sombrer dans un cataclysme. S'il existe suffisamment d'êtres humains capables de la "visualiser" en train de se régénérer, nos petits quanta, associés à tous ceux de la nature modifieront cette trajectoire alarmante. De nombreuses expériences réalisées par des groupes de visualisation, de méditation confirment ces propos.

En définitive, choisissons de vivre dans l'abondance. Elle est un élan fondamental

de tout l'univers. Toutes les formes que prend la vie, tous les règnes de la nature sont génétiquement orientés vers leur croissance et leur épanouissement – qu'il s'agisse d'une galaxie ou d'un bouton d'or. Notre substance originelle dont tout est issu, produit constamment des richesses inépuisables, impérissables qui se matérialisent dès que nous les avons recréées en pensée, en imaginaire créateur.

La qualité de ladite pensée est la seule force capable de devenir notre "magicienne" et nous ne pouvons plus douter de sa capacité à transformer nos petits nids d'ondes, en richesses tangibles. Nous sommes donc dotés du pouvoir de créer la "chose" à laquelle nous pensons – à la condition de le désirer avec force et constance – selon les conditions requises pour se donner à vivre un programme nouveau.

– Oui Max, l'abondance et, sous quelque forme qu'elle soit, viendra à nous aussi vite que nous aurons développé la capacité de la recevoir et nous l'approprier. En cela nous ne prenons rien à personne qui ne soit notre propre héritage – unique dans sa forme pour chacun. Mais aussi nous pouvons, depuis notre Point Zéro diffuser l'énergie qui sous-tend l'abondance vers tous les lieux, événements de notre choix. J'ai entendu dire que l'espace, le vide (plein) ne cesserait de danser entre les formes de l'univers visible.

– Maintenant et sous forme de conclusion : chaque fois que je prends soin de moi et ressens de l'estime, de la tendresse pour qui je suis – au Point Zéro, les vibrations dans lesquelles je baigne se transmettent instantanément à ceux avec qui nous sommes en lien.

– Max, Mohana, avant de nous quitter, j'aimerais moi aussi retrouver mon Point Zéro, demande Tiago qui ajoute : j'ai l'impression d'être abandonné. »

« Alors, guide ta détente jusqu'au niveau de tes ondes Alpha – où les tensions du corps, du mental cèdent la place à la douce circulation de l'énergie. L'air léger, doré vibre dans ton ventre au rythme de ton souffle. Tu prends le temps de l'habiter dans tout ton ressenti. Il monte maintenant jusqu'en haut de ta poitrine. Au Point Zéro,

pense à ce qui te rendrait le plus heureux au monde. Ne cherche pas, n'interviens pas. Laisse ton cerveau répondre, à ta demande. S'il ne te vient aucun souvenir du passé, sens la tendresse s'épanouir sous tes mains. Au creux de ta poitrine réside la mémoire originelle des plus hautes vibrations : celles de l'Amour. Tu sens les rayons de ton plus pur soleil envahir ton être tout entier. »

Il semble que Tiago vient de retrouver sa véritable terre. Il sourit et longuement se tait. Et sans l'avoir cherché, un souvenir me revient de la montagne où nous étions ensemble et je dis :

« Un jour nous avons longé un champ moissonné... Il restait juste un peu de paille sur cette terre brune. Mon regard a été attiré par un miroitement du soleil : un morceau de verre, de mica peut-être. Rappelez-vous au retour, un de ses rayons continuait à iriser encore cette minuscule parcelle du champ. Alors tous les trois, nous nous sommes approchés : un caillou brillant émergeait à demi de la terre. Quand tu l'as sorti, il tenait dans la paume de nos mains. Une fois, baigné, brossé, la transparence un peu laiteuse a révélé son identité : un cristal. Au chalet nous avons allumé des bougies pour jouer avec son arc en ciel. Noué nos doigts autour de lui pour mieux guider la lumière. Quand nous soufflions sur les flammes un vent léger, elles organisaient sur le cristal leur jeu d'ombre et de lumière. Nous avons tiré aussi nos visages hors de la nuit pour mieux nous voir – fascinés par la facilité avec laquelle la nuit disparaissait. Mais nos ombres chinoises, projetées sur le mur, elles ne nous effaçaient pas. L'ombre et la lumière, tout était là en même temps. Il suffisait de dégager les pierres qui empêchaient notre source de couler. »

