

# **Voice Dialogue N°124-juin 2024**

**Psychologie des copersonnalités**

**&**

**Processus d'Ego Conscient**



**Comment réclamer notre magie ?**

**Bulletin de l'Association Voice Dialogue France**

**Association Voice Dialogue France,  
244 Chemin Bertine. 04300 Saint-Maime**

**Mail : [warina-vbd@proton.me](mailto:warina-vbd@proton.me)**

**<https://www.voice-dialogue-france.fr>**

## Comment nous souvenir de notre magie ?

### Comment réclamer notre magie ?

*Par Véronique Brard  
(d'après l'enseignement des Z's transmis par Lee Harris  
et celui d'Hal et Sidra Stone)*

*« Laissez la magie vous envahir, c'est un fil conducteur très ancien qui peut illuminer votre cœur et votre âme. La magie augmente de nouveau sur Terre et vous êtes de plus en plus nombreux à ressentir et incarner sa sagesse et son énergie créatrice. » Les Z's*

### Qu'est-ce que la magie ?

Lorsque nous parlons de magie, certains pensent à un tour de magie ou à une formule magique, à quelqu'un qui « fait » de la magie. La magie dont nous parlons est différente. **La magie dont nous parlons est le fil conducteur harmonique de l'Univers.** Nous vivons la magie lorsque nous nous connectons à ce fil harmonique.



La magie peut être présente au quotidien, elle cherche toujours à rééquilibrer l'énergie de notre environnement, de notre journée, de nos relations. **Elle cherche à transformer la déconnexion en connexion.**

Nous sommes capables de créer de la magie lorsque nous nous ouvrons à l'harmonie. Nous devenons alors plus intuitifs dans tout ce que nous faisons et nous sommes en mesure de mettre dans ce que nous créons un peu de cette énergie magique qui nous habite.

Bien sûr, il est impossible de vivre en connexion harmonique tout au long d'une journée ou d'une semaine. Nous ne sommes pas censés vivre dans la magie du matin au soir 24h / 24, ne laissons pas notre Critique Intérieure en faire une nouvelle exigence ! La magie n'est pas la seule nourriture que nous devons consommer quotidiennement, elle doit simplement faire partie de notre vie. Elle ne doit pas nécessairement en être l'énergie dominante ; elle ne doit pas devenir une drogue ou quelque chose qui nous fait planer. Elle est faite pour nous donner des pics, des expériences, des sentiments et des moments d'exception, et c'est certainement une énergie qui peut nous aider à construire un monde différent et plus humain. Perdre cette énergie et la retrouver est notre chemin. Nous revenons naturellement à cette connexion harmonique lorsque c'est là que nous trouvons notre plus grande joie. Puis, lorsque nous pouvons offrir aux autres ce que nous créons à partir de cette énergie, cela crée un effet d'entraînement pour tous.

## Comment agit la magie ?

La magie est délicieuse parce qu'elle élargit notre conscience. Lorsque nous sommes dans l'énergie magique, il se produit dans notre force vitale un champ électrique qui nous ramène à ce que nous sommes profondément et nous met en lien avec l'énergie créatrice.

Ce fil harmonique et connectif existe en chacun de nous et attend d'être animé ; il veut être animé. Il a été méconnu, retenu et réprimé par trop de systèmes, d'idéaux, de croyances, de programmes dont nous avons été nourris, que nous avons acceptés - ou que nous combattons encore. Parfois, nous n'arrivons pas à entrer en contact avec notre propre magie parce que nous sommes trop occupés à combattre les oppresseurs de la magie dans notre vie... Ou encore, notre magie a été tellement opprimée que nous nous la cherchons à l'extérieur. Nous *devons* la chercher car ce fil conducteur est l'or de notre vie humaine.

La magie est une connexion harmonique. Lorsque nous sommes dans le flux de cette connexion, nous magnétisons d'autres forces en lien avec elle. Par exemple, lorsque nous nous sentons très ouverts, très en phase et en rythme, nous pouvons constater que les choses se déroulent aisément dans notre vie. Nous constatons que ce dont nous avons besoin ou désirons commencent à venir à nous beaucoup plus facilement. À d'autres moments, nous perdons notre connexion à notre magie ou à cette énergie harmonique et c'est normal. Tant que nous sommes en relation avec elle et que nous sommes ouverts à elle, la magie nous retrouvera. Elle viendra nous chercher, que ce soit par l'intermédiaire d'une autre personne, de notre corps, ou de nous-mêmes.

Nous pouvons donner à cette magie le nom « d'amour », car le sentiment d'amour, le sentiment d'ouverture, le sentiment d'expansion en fait partie. C'est une énergie génératrice. C'est une énergie qui nous élargit aussi loin qu'elle le peut, jusqu'à ce que nous ayons besoin de la réduire, de l'appriivoiser, de revenir, disons, à une dimension plus ancrée afin que notre corps puisse s'étalonner à ce qui vient de se passer et s'y habituer.



### La connexion est ce qui nous rend heureux

Certains avantages matériels sont très utiles, souvent même requis : passer d'un état de ressources matérielles insuffisant à un autre satisfaisant est un réel chemin de croissance ; cela soutient notre vie humaine et c'est important. Mais si cela ne soutient pas notre connexion, cela a peu d'intérêt. Se laisser submerger par la vie matérielle, la richesse, le statut ou la réussite et oublier notre connexion entraîne un vide existentiel qui ne peut être comblé.

Nous pouvons nous retrouver piégés dans un ensemble de circonstances que d'autres personnes ont projeté comme étant la façon idéale de vivre, et un jour, nous sentir perdus, ne plus savoir quel est le but, quel est le sens de tout cela.

Nous pouvons avoir ce que tout le monde est censé désirer et ne pas être heureux car nous ne savons plus nous connecter à nous-mêmes, aux autres, à l'univers, à la planète. **En tant qu'êtres humains, nous sommes venus ici pour nous connecter.** Même si nous n'aimons pas les gens, même si nous préférons les animaux ou la nature, nous sommes ici pour nous connecter. Nous sommes ici pour expérimenter notre vie à travers la connexion. Nous sommes déprimés quand nous sommes déconnectés de nous-mêmes, de nos émotions et ressentis, et, partant, sans liens profonds avec les autres, la nature et l'univers.

### **Nous sommes des génies magiques**

En fait, nous sommes des génies magiques mais il nous faut un long voyage pour le reconnaître. Nous sommes des génies magiques car nous sommes des âmes sous forme humaines et c'est extraordinaire. **Le jeu consiste à nous en souvenir autant de fois que possible au cours de notre vie.** Et plus nous nous en souvenons, plus la vie devient délicieuse.

Chacun d'entre nous est un génie magique parce que nous sommes la force vitale incarnée, et que nous pouvons créer et influencer notre vie et celle du monde. Notre humeur a un effet sur le monde, nos choix ont un effet sur le monde. Ce n'est pas pour cette raison qu'il est nécessaire de commencer à paniquer à chaque fois que nous sommes de mauvaise humeur. Nous pouvons cesser de nous corriger, de nous critiquer ou de nous contrôler ! Notre vie s'en trouvera déjà largement améliorée... Il est simplement utile de prendre conscience du pouvoir de notre énergie car là réside notre magie.

Nous avons du mal à le croire car nous avons tous été élevés dans l'idée que nous n'étions pas suffisants, que tout ce que nous faisons n'était jamais assez, à l'école comme à la maison, et notre Critique Intérieure bien rôdée continue - avec l'aide des autres - à nous le faire croire. Si nous avons tous été élevés en nous entendant dire : *« Tu es incroyable. Tu es un être magique et ta vie va être une aventure incroyable. Il y aura des jours difficiles, des années difficiles, des apprentissages difficiles, mais il y aura aussi ces expériences d'amour, de connexions et de créations. Et ce voyage que tu vas faire, tu vas le faire en compagnie de nombreuses autres personnes venues d'autres pays, d'autres cultures. Ce qu'ils font te semblera différent. Mais devine quoi ? Tu es venu ici pour être toi ! Et toi comme les autres vous êtes des génies magiques. »*

Imaginons qu'on nous ait parlé de la sorte lorsque nous étions enfants, le résultat ne serait-il pas un peu différent ?



Nous pouvons craindre que la conscience de notre magie nous donne un sentiment de supériorité. Rester conscients du moment où notre ego ordinaire s'emballe et créer un Ego Conscient est une bonne solution : si chacun est unique, personne n'est « spécial » et il n'existe aucune hiérarchie et aucune supériorité dans ce monde où la magie réside. Chacun d'entre nous est une créature magique.

### **Pourquoi l'amour nous fait-il tant de bien ?**

Pourquoi l'amour nous fait-il tant de bien ? Pourquoi l'amour et la lumière des autres nous font tant de bien ? Parce que nous nous reconnectons à la fréquence de notre base magique. L'amour de notre partenaire, l'amitié de cet ami, de cet animal que j'aime, reconnecte notre cœur à la fréquence de la magie qui est la signature de notre axe. Cela nous replace dans le cœur. Cela nous remet dans le cœur de la Terre. Cela nous remet dans le cœur de l'Univers. Cela rallume la mèche, nous reconnecte au fil harmonique. Tout un chacun est un connecteur. **Nous sommes des connecteurs d'énergie pour nous-mêmes et pour les autres, nous avons tous ce potentiel.** Et nous sommes vraiment nécessaires en ce moment !



Être nécessaire peut être joyeux, ce n'est pas un fardeau, ce n'est pas un problème, ce n'est pas quelque chose dont il faut avoir peur. Bien sûr, nous devons avoir appris à

mettre nos limites, à protéger notre énergie, il ne s'agit pas d'être drainés ou épuisés. Servir l'amour est une joie, servir le sacrifice ne l'est pas. Servir une croyance selon laquelle nous devons aider tout le monde à nos propres frais énergétiques, ce n'est pas être dans une énergie connectée et harmonieuse. Cela ressemble même à de la souffrance. Être un amoureux du monde, être un amoureux de la magie, amène de la joie !

Cela ne veut pas dire que nous sommes obligés d'aimer tout le monde ou de dire oui à tout ce qui vient à nous. Nous avons le droit de ressentir que notre fréquence unique ne correspond pas à celle tout aussi unique d'une autre personne (ou d'une situation). Nous n'avons pas besoin de la rejeter ou de la tuer, elle n'a pas besoin de nous tuer, nous pouvons simplement garder nos distances. Nous pouvons aussi dire honnêtement pourquoi nous avons besoin de garder nos distances - et nous pouvons le dire de manière aimante. Lorsque ça ne c'est pas très bien passé, lorsque cela a été conflictuel, nous pouvons dire que nous sommes désolés d'avoir éventuellement blessé cette personne et lui souhaiter bonne chance.

## Les conséquences du retour de la magie sur terre



Nous sommes de plus en plus nombreux à le ressentir et cela ne vient pas seulement de l'intérieur de nous, cela vient de la Terre qui devient plus cristalline chaque jour. Le pouvoir de notre terre revient et elle cherche à attirer notre attention. **Nous ne sommes pas une espèce déconnectée de la Terre. Nous sommes de la Terre.** Nous sommes influencés par elle. Même cet ado qui pour rien au monde n'irait dans un parc, qui aime le béton et son ordinateur et ne veut rien voir de la nature, qui n'est pas intéressé par ce voyage que vous lui proposez pour aller rencontrer les dauphins : « *Non merci. Je préfère jouer à mon jeu vidéo* », cet ado est de

la Terre. Il fait l'expérience d'un certain niveau de déconnexion mais il se réveillera. Nous ne pouvons pas vivre sur la Terre très longtemps et ignorer sa présence, ignorer notre lien avec elle.

D'où pensez-vous que l'innovation viendra ? Nous espérons tous que des humains novateurs vont se lever et aider à résoudre certains problèmes, qu'ils auront les compétences pour le faire, et nous les soutiendrons. Cependant la Terre elle-même est en conversation avec ces humains, la Terre les guide. La Terre nous aide à nous orienter vers l'amour, vers ce que nous voulons créer dans le monde, vers la façon dont nous nous manifestons. Nous pouvons mettre autant de béton sur elle que certains le souhaitent, la Terre traverse le béton. Nous sommes des citoyens de la Terre, énergétiquement et physiquement nous sommes de la Terre. **Il s'agit de percevoir que nous sommes connectés à elle tout comme à l'univers.**

## Regarder le monde avec une perspective plus large

Il est certain que ce que nous voyons se dérouler dans le monde est affligeant et traumatisant. Il est normal que nous nous sentions concernés. Ce n'est pas le monde dans lequel nous voulons vivre. Cependant, les harmoniques de la Terre changent, et c'est la conscience du moment présent, l'état d'être dans lequel nous vivons ce présent, et notre vision de l'avenir qui amènent la magie sur Terre. Nous nous concentrons souvent sur le passé, mais nous aurions surtout besoin d'apprendre à développer notre vision du futur, car c'est là où réside notre énergie créatrice.

Le moment présent est tout, il est le plus important, même si, d'instant en instant, il s'évanouit. Notre personnalité future comme l'humanité future et, d'une certaine façon, le futur de notre planète se construit sur la base unique de ces moments présents que nous vivons. Nous pouvons influencer le futur en étant aussi conscients que possible de notre énergie et en regardant le monde à travers les yeux de l'unité et de l'harmonie.

La magie est tout sauf un tour de passe-passe, elle est notre base naturelle, notre cœur, elle est notre capacité de connexion à la vastitude de l'univers. Nous pouvons regarder le monde à travers une perspective plus large, plus vaste, ne pas nous laisser prendre par la perspective réduite dans laquelle la société actuelle cherche à nous emprisonner. Nous pouvons éclairer le futur en élevant la fréquence de notre énergie jusqu'à notre fréquence magique. Celle qui nous amène à générer de la joie. Nous sommes des êtres sensoriels, en tant que tels, nous pouvons toujours trouver le moyen de percevoir et de ressentir la magie du monde et agir en conséquence. Nous pouvons nous rappeler que nos mains sont magiques, nous avons tous des mains qui guérissent.

Nous entrons en contact avec le monde et les autres avec notre corps, lorsque nous sommes déconnectés de nos sens, nous nous sentons mal. Dans une telle phase de déconnexion, nous pouvons réfléchir à ce que nous pouvons faire pour augmenter nos vibrations et nous reconnecter. Nous pouvons le faire tranquillement, il n'est pas nécessaire d'obtenir une transformation complète en deux jours. [Que pouvons-nous faire qui soit un acte d'amour envers nous-mêmes, qui élève notre vibration et nous reconnecte à la lumière, à l'amour, à notre magie ?](#)

## La solitude

Nous avons souvent peur de créer des changements, en donnant des informations qui peuvent déranger, en influençant les autres par nos livres, nos travaux, notre art ou simplement en partageant nos pensées lorsqu'elles diffèrent beaucoup de celles de nos interlocuteurs ; dans notre monde actuel, nous pouvons même hésiter à devenir parent. Nous nous sentons responsables et c'est normal.

L'univers, cependant, se sent toujours tout aussi responsable que nous. Nous ne sommes pas seuls. Nous ne l'avons jamais été. Nous n'avons jamais été seuls. Jamais.

La solitude vient simplement du fait d'être déconnecté. La solitude fait mal parce que la déconnexion fait mal.

C'est une perte de notre pouvoir, de notre vraie nature. La solitude n'est pas une erreur, nous l'avons tous connue. Faire l'expérience de la déconnexion est même une norme dans notre culture collective actuelle. Nous sommes nombreux, cependant, à être des « constructeurs de ponts » et des « cartographes » de la connexion. C'est notre joie et notre but de construire ces ponts et ces cartes pour les autres dans les conversations que nous avons, dans le travail que nous faisons, dans les rôles que nous jouons. Cela nous donne aussi de l'oxygène. Nous savons et partageons que la magie équivaut à la connexion et que la connexion équivaut à la magie ; elles ne peuvent pas être séparées.



## Qu'en est-il de la magie noire ?

Certaines personnes peuvent nous détourner du bonheur d'être connectés à l'univers ou au cosmos ou à la nature, en nous faisant craindre les esprits ; elles utilisent souvent leurs compétences de manière manipulatrice. Elles se servent de leur part d'ombre humaine, de leur moi humain blessé, et l'appliquent au domaine de la magie pour essentiellement essayer de manipuler ou de punir. Elles utilisent la magie pour créer une déconnexion - ce n'est pas la magie dont nous parlons.

La magie dont nous parlons ne peut être séparée de notre cœur et ne peut être séparée du cœur de la Terre. Ainsi, lorsque nous nous connectons à notre magie, nous faisons l'expérience d'un corps qui a retrouvé sa plénitude. Nous sommes au centre de nous-mêmes et nous nous connectons au centre de l'énergie universelle. Toutes les lumières s'allument et notre monde s'illumine de l'intérieur.



### Pratique

Nous pouvons regarder dans quel domaine de notre vie actuelle nous avons le plus besoin de notre magie. Nous pouvons répondre à cette question de manière intuitive et voir ce qui vient. Puis, nous pouvons traduire cela en connexion : « *Quel est le domaine de ma vie actuelle qui a le plus besoin de*

*nouveaux niveaux de connexion ?* » Il n'est pas nécessaire que ce soit un aspect de notre vie qui aille très mal, cela peut être un domaine qui va déjà bien et pour lequel nous sommes prêts à aller encore plus loin, vers davantage encore de légèreté, de confiance, de facilité.

Vivre avec audace, c'est laisser l'énergie de la Terre traverser notre corps et nous relier à sa lumière pour laisser davantage de place à l'âme incroyable que chacun d'entre nous est. Nous sommes ce corps qui nous vient de la Terre et nous sommes une âme, voyageuse infatigable à travers les différents multivers. Il n'est pas nécessaire de faire quelque chose, il n'est pas nécessaire de planifier ou de structurer quelque chose, ***il est nécessaire de simplement permettre que cela se produise***. Nous avons la possibilité de nous ouvrir à cela, chacun à notre rythme, selon notre façon de faire ; notre propre façon de faire ne doit jamais être ignorée. Nous sommes uniques. Apprendre à connaître notre singularité, à l'honorer, découvrir qui nous sommes et se laisser le temps d'évoluer, se laisser le temps d'être transformés.



## **Notre monde ne peut pas être *que* harmonie.**

Les blessures que nous avons en tant qu'humanité s'aplanissent au fur et à mesure que nous développons notre magie, cependant, nous ne pouvons pas tout contrôler pour que tout soit harmonieux. Nous ne pouvons pas transformer le monde dans lequel nous vivons en un monde qui ne soit que harmonie. Si nous essayons, nous allons souffrir. Ce que nous pouvons faire, c'est inviter à la connexion, à l'harmonie, à la magie, et trouver de plus en plus de moyens de le faire, en particulier lorsque les lumières sont éteintes. Cette invitation peut révolutionner non seulement notre monde et notre vie, mais aussi la vie de ceux qui nous entourent. C'est une des raisons pour laquelle nous sommes ici en cette période difficile pour l'humanité. Voir à quel point nous pouvons devenir vastes, intérieurement, et pour certains d'entre nous également extérieurement, même si pour nous tous le chemin est intérieur.

Vivons aujourd'hui. Vivons maintenant. Vivons et aimons notre vie et notre magie, avec audace. C'est pour cela que nous nous sommes incarnés dans cette époque. Bien sûr, nous rencontrerons des obstacles, ce n'est pas grave. Cela ne veut pas dire que nous avons fait une erreur, comme notre Critique aimerait tant nous en persuader. Il aimerait tellement que nous ne fassions pas d'erreur, il aimerait tellement nous protéger en nous faisant remarquer nos erreurs pour que nous n'en fassions plus. Malheureusement pour lui et heureusement pour nous, cela ne fonctionne pas ainsi. **Il n'existe rien qui soit une erreur. Il existe des expériences et des obstacles quand nous essayons d'atteindre l'avenir et que le passé remonte en nous.** C'est donc une bonne chose, un espace sûr pour brûler un peu plus de notre passé.

## **Le passé nous traverse parce qu'il a besoin d'être libéré**

Notre énergie communique en permanence avec l'énergie universelle ou le cosmos, elle se déplace dans un mouvement continu permanent au sein de cette énergie universelle. Reconnaître que notre monde commence dans notre corps, que c'est à partir de notre corps que nous pouvons faire des changements et aller de l'avant est une étape cruciale.



Le passé nous traverse, parfois s'installe dans notre corps, parce qu'il a besoin d'être libéré. Il dit : *« Hé, je suis ton énergie vitale, tu as dû me restreindre voici 10 ans, (20 ans, 40 ans...) parce qu'il t'est arrivé quelque chose d'horrible. J'essaie d'attirer ton attention pour que tu me donnes un peu plus d'espace aujourd'hui, pour que tu me libères et que je puisse à nouveau être une énergie utile pour toi. Je n'ai pas besoin d'être une énergie qui pleure enfermée dans un placard. »*

Il est alors nécessaire qu'une volonté de notre part soit présente et dise : « *D'accord, je traverse une période très difficile, beaucoup de choses semblent contre moi ; cependant, je vais prendre le temps de la joie et de la paix* ». Il est possible que nous ayons perdu tout contact avec la joie, que nous ayons l'impression de ne pas avoir souri depuis des mois. Ce « *Je vais prendre le temps de créer de la joie et de la paix* » ne dépend que de nous. Bien des personnes peuvent et vont nous aider mais personne ne nous sauvera ni ne pourra ouvrir une porte que nous tenons fermée. Et, surtout, notre corps va nous aider. Le corps veut guérir. La blessure, elle, peut se battre pour nous empêcher de revenir à la paix et à la joie. Cette blessure croit que nous ne pouvons pas nous souvenir d'elle et être dans la paix et la joie. En fait, c'est possible. **La blessure fige le corps dans le passé mais il est possible de remettre le corps dans le présent.** Les recherches de Peter Lévine et son livre « Guérir par-delà les mots, comment le corps dissipe le traumatisme et restaure le bien être » sont des pistes de réflexions pour tout thérapeute, parent ou psychonaute.



### **Notre corps nous aide à nous ouvrir.**

Nous devons guérir certaines de nos souffrances, certaines de nos douleurs, notre état de stress post traumatique, nous devons prendre soin du corps et de l'Enfant Intérieur, et, en même temps, nous devons aussi être les gardiens de la paix et de la joie. Lorsque nous avons une journée difficile, ne nous critiquons pas, acceptons qu'il nous est difficile d'être dans la joie en ce moment et cherchons ce que nous pouvons faire pour y remédier. Qu'en est-il de cet ami avec qui nous avons toujours plaisir à parler ? Même si nous nous sentons très mal, pouvons-nous lui demander un peu de son temps ? Nous pouvons aussi utiliser la musique, les films qui nous nourrissent ou tout autre support qui nous fait du bien. Nous traversons de nombreux états différents chaque jour, pour beaucoup c'est un peu les montagnes russes, car il nous est demandé de rompre avec le passé et de nous engager pour l'avenir. Cela ne signifie pas que nos blessures et nos traumatismes doivent être guéris du jour au lendemain, aucun d'entre nous ne peut réussir cette prouesse, la guérison reste toujours un « processus en cours ». Mais cela signifie que regarder le passé ne nous empêche pas de tourner la tête pour regarder vers l'avant. Sinon, comment allons-nous trouver notre chemin vers l'avenir ? **L'avenir peut nous aider à guérir le passé.** C'est ainsi que cela fonctionne. Lorsque nous restons enfermés dans notre passé ou dans notre souffrance actuelle, il est très difficile de laisser entrer quoi que ce soit ou qui que ce soit de nouveau. Or nous devons changer notre état vibratoire. Nous pouvons le faire. Nous devons le faire. Nous sommes ici, en ce moment, pour amener sur Terre cette nouvelle fréquence.

La guérison se fait par spirales successives et nous devons aller jusqu'à rencontrer régulièrement notre lumière. Nous devons savoir comment réactiver la lumière en nous lorsque nous en avons besoin. Ces derniers temps ont vu beaucoup de changements dans les relations de couple ou les relations amicales, beaucoup de frictions et de séparations ; cela s'accompagne toujours de chagrin. Même si l'on sait qu'il existe de bonnes raisons à ce changement, le chagrin est là ; il nous faut lâcher prise, être capables de nous ouvrir au nouveau. Notre corps nous aide à nous ouvrir. Parfois, notre corps le fait très gentiment. Parfois, moins. Le corps dit : « *Oh, attends une seconde ! Si tu veux continuer dans cette voie, je dois réorganiser certaines choses, tu ne vas pas aimer ça, mais c'est le marché, c'est le prochain chemin, donc, je dois réorganiser certaines choses pour toi.* » Tout cela n'est pas nécessairement facile ou confortable, mais **lorsque nous comprenons le chemin, nous pouvons aller au-delà du fait de vivre uniquement dans notre passé et ses souffrances.**

### **Notre monde et nous-mêmes sommes multidimensionnels**

Lorsque nous vivons un peu trop dans la linéarité, il peut être utile de se rappeler la multidimensionnalité de ce monde. En d'autres termes, les jours où nous pensons que le monde n'est qu'un endroit sombre sera un jour sombre. Les jours où nous reconnaissons : « *Oh, je me sens sombre et lourd à propos du monde aujourd'hui, mais je reconnais que je pourrais me sentir différent dans quelques heures ou demain. Je reconnais qu'il est possible que cela change, que d'autres dimensions existent en ce moment même.* » Lorsque nous reconnaissons la possibilité d'un changement, il est plus facile de créer du nouveau. Nous pouvons rester ouverts à notre magie et cela va aider le flux de transformation à se déplacer dans notre vie. Le but n'est pas de devenir « parfait », aucun d'entre nous ne l'est, seulement, un niveau de conscience accru est disponible et nous pouvons l'expérimenter.

Il faut du courage pour vivre audacieusement avec notre magie, notre lumière, notre être complet sur cette planète. Tout le monde n'aime pas ce fonctionnement et il n'est pas recommandé de l'imposer à ceux qui ne l'apprécient pas. Ce serait nous faire du mal et cela nous mènerait à nous refermer et à trouver mille excuses pour le faire. Allons plutôt rejoindre les personnes et les lieux où la magie est la bienvenue, vivons la, expérimentons là, encore et encore. Emplissons-nous les uns les autres de cette connexion magique et de la joie et la



paix qu'elle amène. Dans ce monde bruyant de guerres qui nous heurtent et nous bouleversent, nous pouvons expérimenter cette connexion harmonique avec l'univers, avec notre planète, et cette fréquence peut émaner de notre corps énergétique, se répandre et agir.

## QUELQUES PENSÉES SUR LA CONNEXION ENERGETIQUE

par les Drs Hal et Sidra Stone

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi vous vous sentiez seul(e) alors que vous étiez avec quelqu'un d'autre ? Avez-vous déjà fait l'expérience - au milieu d'une conversation - d'avoir soudain l'impression que votre interlocuteur ne vous écoutait plus alors même que, si vous l'interpellez, il pouvait vous répéter exactement ce que vous veniez de dire ? Avez-vous déjà pensé que votre partenaire était plus attaché à son téléphone portable qu'à vous ? Tous ces exemples illustrent ce que nous appelons une perte de connexion énergétique - une perte de lien. Nos relations ont des composantes mentales, émotionnelles et spirituelles, mais elles ont aussi une composante énergétique, et c'est cette composante énergétique dont nous voulons vous parler maintenant.

Il existe de nombreuses façons de communiquer ou de se connecter avec les autres. Nous pensons généralement que la communication est verbale : nous nous parlons les uns aux autres. Nous nous donnons aussi des signes de reconnaissance et d'intérêt, d'affection, de bienveillance, de désir, ou des signes de désintérêt, d'ennui, d'irritation ou de colère. Nous sommes très sensibles à ce type de communication. Par exemple, nous savons que lorsque notre interlocuteur ne peut pas nous regarder dans les yeux, il peut être en colère contre nous et/ou chercher à nous mentir, que lorsqu'il croise les bras, il est probablement en désaccord avec nous, même s'il ne dit rien, etc.

La connexion énergétique, cependant, est quelque chose de différent. Elle est plus subtile. Chacun d'entre nous possède un champ énergétique qui s'étend au-delà de son corps physique - un ensemble d'énergies vibrantes qui entoure le corps. Cela a toujours été connu par les personnes impliquées dans les soins énergétiques et par de nombreux peuples indigènes, mais aujourd'hui, ce champ est mesuré et photographié dans les laboratoires. Ces champs jouent un rôle important dans nos relations et affectent notre sentiment de bien-être. Nous les contrôlons souvent assez automatiquement : lorsque nous sommes dans une foule, nous pouvons contracter notre champs énergétique, par exemple, afin de ne pas être trop envahis par les autres. Les connexions que nous établissons alors sont assez froides et relativement impersonnelles. Par contre, si nous nous sentons en sécurité ou entourés d'amis, nous ouvrons notre champ énergétique, les connexions sont plus « chaudes » et nous apprécions que nos énergies se mélangent aux champs énergétiques des autres.

Parfois, notre disponibilité énergétique ne correspond pas à notre communication verbale. Nous pouvons dire que nous écoutons, nous pouvons entendre les mots, mais nous ne sommes pas vraiment présents d'un point de vue énergétique. En ce qui concerne le langage corporel, il n'est pas toujours possible de mettre en évidence un changement physique spécifique clairement observable qui corresponde à un changement dans la connexion énergétique. Certaines personnes savent sourire et maintenir un bon contact visuel alors que, dans le même temps, elles retirent complètement leur énergie. Inversement, nous disons (ou même croyons) que nous n'essayons pas de nous immiscer dans la vie d'une autre personne, mais énergétiquement nous déplaçons nos énergies dans le champ de l'autre personne.

Une fois que nous percevons la réalité de ces connexions énergétiques invisibles et subtiles, nous disposons d'un tout nouveau type d'informations sur les relations et, plus particulièrement, sur ce qui nous donne un sentiment de connexion et d'intimité ou sur la façon de le créer ou non : nous pouvons ouvrir ou fermer notre champ.