

NOTE DE L'AUTEURE

J'ai écrit ce livre tout comme je respire car pour moi l'écriture est un souffle. Je me suis laissée guider par mon intuition, dans l'inspiration du moment, de jour comme de nuit. Les rêves, les états méditatifs, les visions et les voyages chamaniques m'ont également accompagnée tout au long de ce récit cathartique.

Comme vous allez le découvrir au fur et à mesure des pages, le fil rouge de mon histoire est celui de l'Éveil. L'éveil est à la fois une prise de conscience instantanée et un processus d'intégration permanent jusqu'à notre dernier souffle.

Les chapitres du présent ouvrage ne suivent pas forcément un ordre chronologique et linéaire ; ils proposent plutôt un voyage vers l'éveil et vers l'essence de l'être. Un même événement de vie peut être éclairé, sous plusieurs facettes, par la lumière de ma conscience qui elle-même brille d'une intensité différente en fonction de *là* où je me trouve dans l'instant. C'est une façon de *voir* les choses à un moment précis avec les yeux, de plus en plus ouverts, de mon âme.

Ainsi le lecteur est invité à se laisser porter par les va-et-vient alternatifs entre le passé, le présent et le futur. De ce manque de structure apparente émerge une logique propre à la conscience en perpétuel mouvement. De mon point de vue, tout, absolument tout, est potentiellement source d'éveil spirituel et

chaque minute, chaque seconde de notre existence peut prendre une couleur et un sens nouveau pour l'être d'amour que nous sommes.

Je vous encourage vivement à suivre sans trop vous poser de questions le fil rouge de ce livre.

J'ose espérer, aussi, qu'il parlera à votre cœur car c'est bien de là qu'il a jailli et grandi.

AVANT-PROPOS

J'y suis : depuis que je suis toute petite j'ai toujours su que j'allais écrire un livre, et ce moment est enfin arrivé. En revanche, je ne pouvais pas me douter des raisons qui me pousseraient, le plus souvent dans la douleur morale et psychique, à répondre à cet appel profond de mon être.

Pourquoi écrire ? Pour crever l'abcès et me soulager, pour hurler ma vérité, pour donner un grand coup de pied dans la fourmilière... oui, pour tout cela et pour bien d'autres raisons encore. C'est bien dans un sentiment d'urgence et de nécessité que je me trouve aujourd'hui, et que je me dois de vous confier ces mots sans détours et sans condescendance. J'ai la sensation qu'il en va de ma survie tellement j'ai mal de garder toutes ces *choses* en moi. Mon objectif n'est pas de convaincre, d'argumenter ou de prouver quoi que ce soit à qui que ce soit. Je laisse ce soin à ceux qui savent le faire bien mieux que moi.

Pour me livrer – me délivrer – j'ai dû affronter un démon de taille que nous côtoyons tous : la peur. Peur de la page blanche, peur de ne pas être à la hauteur, peur de ne pas y arriver, peur d'être ridicule, peur de ne pas être comprise, peur du jugement négatif des autres, peur de ce que je pense, peur de ce que je crois, peur de ce que je suis. J'ai peur c'est vrai, comme beaucoup d'entre nous, mais pas suffisamment pour me taire ou pour me réduire au silence en affirmant que tout a déjà été dit

et que plus rien ne vaut véritablement la peine dans ce monde superficiel qui se meurt.

J'ai la certitude, au contraire, que nous vivons une époque charnière où chacun de nous est appelé à prendre son courage à deux mains afin d'oser être soi-même et de contribuer à sa manière à l'avènement d'une nouvelle Terre où l'Amour, la Paix et la Liberté seront pleinement manifestés. C'est précisément de cela dont je désire vous parler : de la beauté de la vie, de l'éveil spirituel, du sacré, du pouvoir intérieur, de la force de l'amour inconditionnel, de la mission d'âme... Je n'invente rien, tout est déjà là depuis la nuit des temps, avant nous, après nous, pour toujours, à l'infini et dans l'infini. Je ne fais que découvrir, redécouvrir, me rappeler.

Ce livre a pour unique dessein de partager une expérience et de retracer une trajectoire. C'est mon histoire, ni plus ni moins, l'histoire d'un être humain parmi tant d'autres. Ou encore le récit d'un témoignage sincère, sans filtre, à travers lequel je souhaite vous exprimer les découvertes et les prises de conscience successives qui ont jalonné mon parcours jusqu'à ce jour, et qui continuent encore aujourd'hui de faire évoluer ma vision personnelle de la vie.

Je fais le vœu, maintenant, que nous retrouvions tous la mémoire afin de mener une vie éclairée par la lumière de notre cœur et reliée à qui nous sommes vraiment.

POÈME DE MON ENFANCE

Liberté

Sur mes cahiers d'écolier
Sur mon pupitre et les arbres
Sur le sable sur la neige
J'écris ton nom

Sur toutes les pages lues
Sur toutes les pages blanches
Pierre sang papier ou cendre
J'écris ton nom

Sur la jungle et le désert
Sur les nids et les genêts
Sur l'écho de mon enfance
J'écris ton nom

Sur les merveilles des nuits
Sur le pain blanc des journées
Sur les saisons fiancées
J'écris ton nom

Sur tous mes chiffons d'azur
Sur l'étang soleil moisi
Sur le lac lune vivante
J'écris ton nom

Sur les champs sur l'horizon
Sur les ailes des oiseaux
Et sur le moulin des ombres
J'écris ton nom

Sur chaque bouffée d'aurore
Sur la mer sur les bateaux
Sur la montagne démente
J'écris ton nom

Sur la mousse des nuages
Sur les sueurs de l'orage
Sur la pluie épaisse et fade
J'écris ton nom

Sur les formes scintillantes
Sur les cloches des couleurs
Sur la vérité physique
J'écris ton nom

Sur les sentiers éveillés
Sur les routes déployées
Sur les places qui débordent
J'écris ton nom

...

Sur la lampe qui s'allume
Sur la lampe qui s'éteint
Sur mes mains réunies
J'écris ton nom

Sur le fruit coupé en deux
Du miroir de ma chambre
Sur mon lit coquille vide
J'écris ton nom

Sur mon chien gourmand et tendre
Sur ses oreilles dressées
Sur sa patte maladroite
J'écris ton nom

Sur le tremplin de ma porte
Sur les objets familiers
Sur le flot du feu béni
J'écris ton nom

Sur toute chair accordée
Sur le front de mes amis
Sur chaque main qui se tend
J'écris ton nom

Sur la vitre des surprises
Sur les lèvres attentives
Bien au-dessus du silence
J'écris ton nom

Sur mes refuges détruits
Sur mes phares écroulés
Sur les murs de mon ennui
J'écris ton nom

Sur l'absence sans désir
Sur la solitude nue
Sur les marches de la mort
J'écris ton nom

Sur la santé revenue
Sur le risque disparu
Sur l'espoir sans souvenir
J'écris ton nom

Et par le pouvoir d'un mot
Je recommence ma vie
Je suis né pour te connaître
Pour te nommer

Liberté...

Paul Éluard (1895-1952)
Poésie et Vérité

*Laisse briller le soleil en toi
et rayonner ta lumière singulière...*

CHAPITRE 1

L'ANGE DE L'OUBLI

SELON LA LÉGENDE...

On raconte que lorsqu'un bébé est dans le ventre de sa mère, il apprend tout, sait tout de l'Univers et de ses secrets, de l'Amour, de l'Histoire, de l'Ordre des choses et des mystères de la Vie. Le bébé serait le gardien de la mémoire de l'Humanité mais à la naissance un ange pose son index sur sa bouche en lui disant :

« Chut, ne dis rien, tu dois tout oublier de ce que tu sais ».

De ce geste reste l'empreinte du doigt de l'ange que nous portons tous et que nous nommons communément le sillon naso-labial.

Le but de l'existence terrestre serait-il de se souvenir et de tout réapprendre par l'expérience de l'incarnation humaine ?

Mon histoire commence comme ça : toute petite déjà, j'avais la forte sensation de venir d'ailleurs et d'avoir quelque chose à accomplir ici sur Terre. Oui, mais quoi ? Je ne m'en souvenais plus.

À quoi sert la vie et pourquoi je suis là ?

Ces questionnements étaient profondément ancrés en moi mais je ne parvenais pas à y répondre. Durant toute mon enfance, j'avais la confuse impression d'être dans une sorte de brouillard épais et de faire des efforts surhumains pour y voir plus clair et me rappeler, en vain.

Mais qui suis-je ? Qu'est-ce que je fais là ?

À l'âge de 5 ans, je préparais tous les soirs mon petit sac à dos rouge et, une fois la nuit tombée, je me postais à la fenêtre de ma chambre, scrutant les étoiles, dans l'espoir sans cesse renouvelé qu'un être descendu du ciel vienne me chercher.

J'aime tant les étoiles.

Cela a duré de longs mois comme cela : assise à la fenêtre dans une attente immobile et fébrile. Ne voyant personne arriver pour m'emmener au Ciel, je me désespérais et vivais un profond abandon à l'intérieur de mon cœur. Je me sentais égarée, nostalgique, terriblement seule, étrangère à moi-même et à ce monde ; loin de ma maison.

Mais qui suis-je ? Que suis-je venue faire ici ?

En grandissant, avec le temps, j'ai fini par oublier cette question existentielle jusqu'à aujourd'hui où je me souviens enfin. L'histoire de ce livre est tout simplement celle de mon chemin de vie sur Terre. L'histoire de mon réveil, de ma reconnexion avec mon essence et avec le sens de l'existence. Je suis comme une *tête chercheuse* en quête perpétuelle, c'est ce qui m'anime depuis toujours.