





**Dr Floriane KREBS**

# **SÉRÉNITUDE**

**&**

**THÉRAPIES DOUCES**

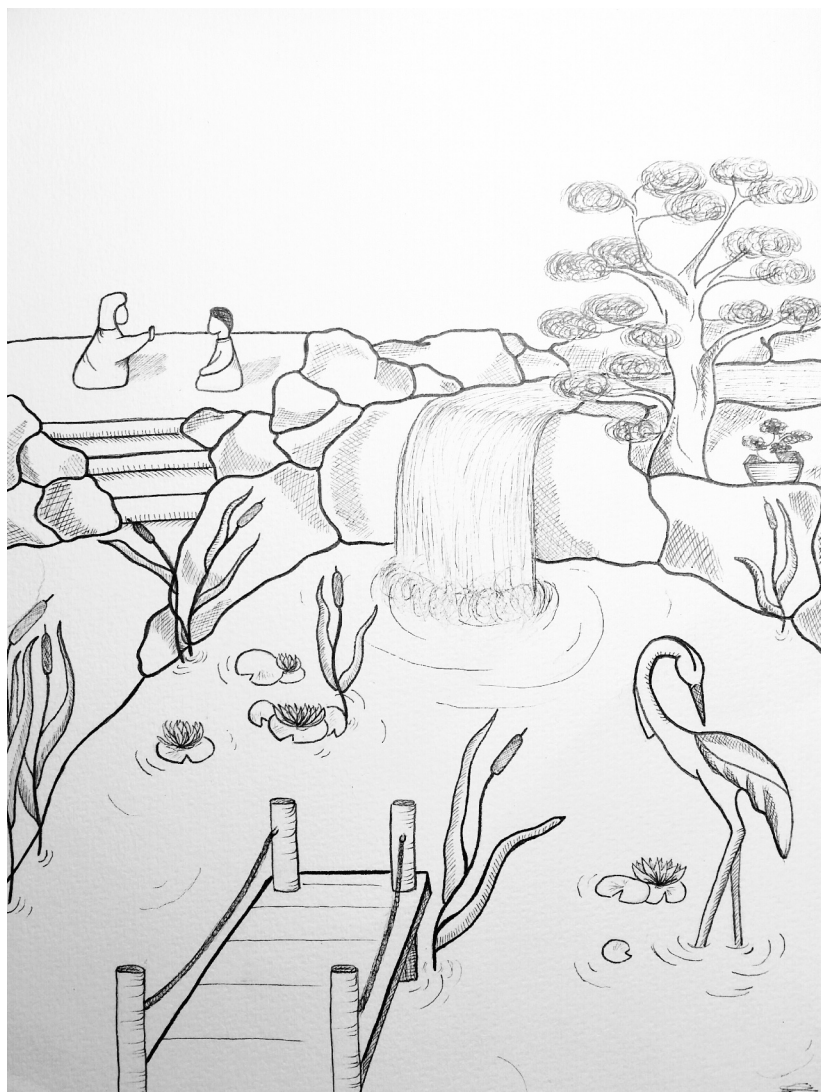
## **1. Les 33 roues-fleurs de l'être humain**

## **De la même auteure**

- **La Naissance respectée (1997)**
- **Le Rendez-vous des Lucioles**
- **Sérénitude 2. Le pays de Dōng**
- **Sérénitude 3. Le réseau ultra-lumineux**

**Illustrations Chloé Marquant**

Copyright Floriane Krebs 2016



**Je dédie ce livre aux consciences qui m'ont inspiré  
ce récit et aux thérapeutes si « rationnels » qu'ils  
écoutent leurs perceptions subtiles et canalisent  
l'énergie des différents paliers de la lumière pour  
harmoniser et rayonner.**

# I. LES PRÉMICES

Par ce beau matin d'avril, Tristan errait dans le petit appartement au dernier étage d'un HLM où il logeait chez ses parents. Comme chaque jour, ceux-ci étaient partis au travail. Après trois mois, sa petite amie l'avait laissé tomber une semaine auparavant et ses espoirs de CDI s'étaient évanouis la veille. Depuis quelques semaines, il était employé chez un vendeur-réparateur de cycles qui venait de lui confirmer qu'il ne pourrait lui offrir que quelques heures de travail au coup par coup.

En se coiffant devant le miroir, Tristan vit sa bouille terne, les traits tombants, le regard éteint. Il était pourtant plutôt beau garçon, une chevelure épaisse et légèrement ondulée, des yeux bruns foncé assez remarquables et, lorsqu'il souriait, ses lèvres entrouvertes dévoilaient de belles dents blanches bien alignées. Mais en l'occurrence, il n'avait aucune envie de sourire.

Qu'allait-il faire de sa journée : lire, regarder des séries à la télé, jouer sur sa tablette, rêvasser, écouter de la musique, aller voir d'autres copains tout

aussi désœuvrés ? Il était déjà blasé de tout cela et avait l'impression de passer à côté de la vraie vie, celle de ses rêves d'enfant. Il allait avoir 21 ans et se voyait avancer vers un avenir sans objectif précis.

Enfant, il fomentait de grands projets, vagues mais aboutissant à une vie intéressante. Son naturel curieux et sa bonne mémoire faisaient qu'il s'était cultivé tout seul dans divers domaines, de la littérature aux arts en passant par la botanique, la culture chinoise, la vie des Amérindiens, la zoologie et la civilisation égyptienne. Il lisait énormément à l'époque.

Adolescent, il avait été attiré par les sciences occultes, l'interprétation des tarots, la communication avec les disparus, les religions asiatiques et surtout les récits sur l'Atlantide. Il aurait aussi aimé s'initier au taï-chi ou au chi-qong mais ses parents n'avaient pas les moyens de l'inscrire aux cours. Il dut se contenter d'être autodidacte.

Ses aspirations étaient totalement incomprises de ses parents. Il se sentait à la fois aimé d'eux et très distant. En fin d'adolescence, sous la pression des chamboulements hormonaux inhérents à cet âge et aussi des pressions sociales, économiques et familiales, il avait tout abandonné avec le sentiment de se trahir et était rentré dans le rang. Il avait passé un BEP de mécanique. A l'aube de sa vie adulte, il cherchait un nouvel équilibre.



Pour l'heure, il avait plutôt l'impression d'être enfermé dans un labyrinthe et d'en chercher l'issue. Il était parvenu à économiser quelques centaines d'euros dans l'espoir de s'acheter un véhicule à 2 ou 4 roues mais désirait aussi ne plus peser financièrement sur sa famille. Il n'était heureusement jamais tombé dans le piège des addictions offertes sur un plateau à tous les ados. Il n'était esclave ni du tabac ni de l'alcool même s'il en consommait à l'occasion. Mais il s'était toujours méfié des drogues, même légères, car il avait assisté à la déchéance d'une cousine plus âgée qui ne parvenait plus à émerger.

Après s'être remémoré ce bref résumé de sa vie, il eut envie de se reprendre en main, se secoua et décida d'aller se balader dans la campagne avoisinante. Il habitait un petit village provençal et pouvait en sortir en quelques minutes.

Tout en marchant d'un bon pas et pensant à mille choses, il se retrouva, sans l'avoir décidé, en direction du nord. Il en profita pour respirer tranquillement et s'amusa à inspirer puis à expirer sur quatre pas puis sur six pas, ce qui le détendit et le rechargea en même temps. Il put ainsi franchir quelques kilomètres sans ressentir la moindre fatigue.

Il prit alors, sans savoir pourquoi, un chemin de traverse dans une pinède et longea une propriété bien entretenue où l'on devinait un verger de fruitiers diversifiés et des massifs de fleurs multicolores.

C'est alors qu'il lui sembla entendre des sons surprenants. Il pensa d'abord à un concert de quelques oiseaux mais, en y prêtant attention, cette mélodie ne pouvait venir que d'une voix humaine. C'était à la fois étonnant et fascinant. Il s'était arrêté. Il percevait une alternance harmonieuse de sons graves et aigus avec, lui sembla-t-il, de riches harmoniques, comme si deux ou trois personnes chantaient sur la quinte et la tierce.

Il prit alors conscience que ces sons venaient résonner dans son ventre et son plexus solaire, un peu comme des mains qui l'auraient massé et remodelé. En tout cas, c'était bien agréable.

Irrésistiblement, sans réfléchir, il avança sur le chemin qui le menait vers cette voix. Après quelques virages, un spectacle s'offrit à ses yeux le laissant ébahi : un large étang d'eau claire bordé de bambous et d'érables pourpres et dorés ou vert tendre dont les reflets jouaient avec le soleil sur la surface aquatique. Les premiers nénuphars roses, jaunes ou blancs ouvraient leur corolle étoilée vers la lumière. Il en compta une douzaine de gros et vingt-et-un plus petits. Un grand héron blanc semblait les fixer.

Une cascade rebondissait de pierres en rochers pour alimenter l'étang. Un rideau de phragmites panachées et un rhododendron de couleur fuchsia illuminaient le fond du tableau. Tristan eut la sensation d'être entré au paradis et se demanda même un instant s'il ne rêvait pas.

Le plus merveilleux – ce chant – provenait d'une femme assise sur une espèce de balancelle en gros coton écru et macramé accroché à la branche horizontale d'un vieux chêne. Brune, la peau mate, un chignon noué sur la nuque, elle était vêtue d'un sari bleu azur avec des motifs indigos et argentés. On aurait dit une maharani issue d'une légende indienne.

Tristan chercha des yeux le palais correspondant mais n'aperçut qu'une petite maison coquette et modeste. De chaque côté de la femme étaient couchés deux molosses impressionnants mais le jeune homme se rendit compte qu'ils l'avaient vu et n'avaient pas réagi. La femme chantait les yeux fermés et Tristan, complètement envoûté, n'osait plus faire le moindre geste. En même temps, il aurait aimé passer là le reste de sa vie et réalisait bien que si elle ouvrait les yeux, il ne saurait lui donner aucune explication valable sur sa présence.

Après plusieurs minutes, il s'obligea à s'éloigner. C'est alors qu'il crut entendre nettement une voix de femme lui dire : « *Reviens quand tu veux* », pourtant le chant ne s'était pas interrompu.

Dès qu'il se fut suffisamment éloigné pour ne plus l'entendre, il chercha à se persuader qu'il avait tout imaginé ou qu'il avait été l'objet d'un sortilège agréable, très agréable même, mais virtuel. Il avait sûrement trop joué sur sa tablette ces dernières années... Il choisit de tout oublier et n'en parla à

personne.

Le soir, il eut du mal à s'endormir et fit des rêves intenses mais confus dont il ne se rappela pas grand chose.

Les deux jours suivants, il eut à faire acte de présence quelques heures à l'atelier. Même décidé à tirer un trait sur cet épisode, il ne pouvait faire autrement qu'y repenser sans cesse ; ça le taraudait, presque ça l'appelait. Il choisit d'éclaircir le mystère en y retournant le lendemain mais fut obligé d'y renoncer : il plut pendant plusieurs jours et les jours sans pluie étaient emplis d'autres obligations. Les jours passant, il parvint à se convaincre que ce n'était qu'une scène créée de toute pièce par son imagination.

À la fin d'avril, on fêta son anniversaire. Ses parents lui offrirent un sac-à-dos et des baskets. Sa maman lui dit : « Je ne sais pas pourquoi j'ai eu envie de t'offrir ça et je me demande même si ça peut te faire plaisir. Tu aurais sans doute préféré autre chose mais je n'ai pas trouvé quoi ». Il bafouilla que c'était très bien mais se demanda effectivement qu'en faire, peut-être refourguer le sac à un copain ; quant aux baskets, c'est sûr, elles serviraient toujours. Elles étaient « top » et lui faisaient plaisir même s'il en avait une autre paire presque neuve.

Le lendemain de son anniversaire, il se leva un peu tard. Le soleil brillait déjà haut dans le ciel et il traîna au lit. Ses parents ne rentreraient pas avant le

soir et il se décida finalement à aller balader. Il avait besoin de respirer hors du village. Le contact avec la nature lui procurait toujours un effet apaisant. Il était particulièrement sensible aux rivières, aux chutes d'eau et à la mer mais n'avait pas souvent l'occasion de s'y rendre. Il pouvait passer beaucoup de temps à observer les gouttelettes de rosée ou de pluie résiduelles sur les feuilles ou les toiles d'araignée. Il se demandait bien pourquoi il aimait concentrer son attention sur ces mini-boules de cristal.

Toujours est-il que, ce jour-là, il se retrouva irrésistiblement attiré à se diriger vers le nord. Il se dit qu'il allait en avoir le cœur net : ce jardin merveilleux existait-il vraiment ?

Quand il s'engagea sur le chemin de traverse, aucun son particulier ne lui parvint hormis le chant des oiseaux et le bruissement des feuilles sous la brise. Pourtant, au détour du dernier virage, le jardin d'arbres et de fleurs était bien là. Le cœur de Tristan battait fort dans sa poitrine. Si on le découvrait là où il ne pensait pas être convié ? Si les chiens l'attaquaient ? Il savait bien qu'il pénétrait dans une propriété privée mais rien ne put l'empêcher d'avancer jusqu'à l'étang.

Elle était là, les deux chiens à ses pieds, qui dressèrent les oreilles et l'observèrent.

Elle ouvrit les yeux et lui sourit. Son regard lumineux et ce magnifique sourire le clouèrent sur

place.

- *Avance petit, je t'attendais.*
- *Mais...*
- *Avance je te dis. Tu es ici en toute sécurité. Viens partager avec moi ce moment merveilleux.*

Cette fois, Tristan se pinça le bras et ressentit vivement la douleur. Devant tant d'affabilité, il accepta d'approcher.

- *Je me prénomme Solène. Ce nom unifie Sol le soleil et Séléné la lune. Tu ne le sais pas consciemment mais au fond de toi, tu avais bien perçu que nous avions rendez-vous aujourd'hui.*

Tristan était de plus en plus perplexe. Était-ce un piège ? Il ne ressentait pourtant que douceur et sincérité.

- *Un jour, de toi-même, tu auras accès à la connaissance de bribes d'abord, puis de pans entiers de ton passé lointain. A ce sujet je peux juste te dire que nous nous connaissons depuis fort longtemps. Nous*

*nous sommes côtoyés des centaines de fois,  
avec des degrés de relation très variés mais,  
la première fois en tant qu'humains, c'était  
en Atlantide.*

Subitement pour Tristan, un voile se déchira partiellement en lui. Il n'avait pas la ressource pour vérifier les dires de Solène mais cela devenait pour lui une éventualité probable bien que très surprenante.

Au cours de l'enseignement autodidacte qu'il s'était donné, il avait lu plusieurs écrits sur les vies antérieures et la réincarnation. Ça lui parlait, bien qu'il conserva des doutes. Et dans cet environnement surréaliste, il avait du mal à douter encore. Ce n'est pas qu'il ait eu envie de la croire, ça devenait juste naturel de lui accorder sa confiance. Qu'avait donc cette femme pour lui faire un tel effet ?

- Puis-je me permettre de vous demander qui vous êtes vraiment ?
- *Nous avons été chacun plusieurs fois hommes et femmes dans des relations familiales ou amicales très proches et nous avons évolué ensemble, sur les mêmes chemins. Mais il y a quelques siècles, tu t'es laissé tenter par le pouvoir et tu as dû t'incarner plusieurs fois pour vivre des expériences qui t'enseignèrent ton erreur. Il*

*a fallu que tu subisses au moins quatre fois les effets néfastes du pouvoir des autres sur toi pour que, au lieu de te rebeller et cherches à te venger, tu acceptes enfin de renoncer à cet attrait maléfique. Tu es prêt maintenant à poursuivre là où tu avais « lâché le fil ».*

- J'aurais donc pris du retard par rapport à vous ? Vous m'aideriez à rattraper le temps perdu ?

Le cœur de Tristan battait à tout rompre dans sa poitrine. Il avait l'impression de jouer sa vie en cet instant. Il ne fallait pas qu'il pense mentalement à l'improbabilité d'une réalité quelconque de cette situation. Il voulait juste, avec son cœur, être accepté comme disciple afin qu'elle lui enseigne sa sagesse.

Il la vit sourire.

- *Que parles-tu de temps perdu ? Le temps n'a pas l'importance qu'on lui donne habituellement car il est tout différent de ce qu'il paraît en réalité. Ce qui compte, c'est la rencontre possible ou pas de plusieurs événements, de plusieurs personnes, de plusieurs circonstances (synchronicités). Deux êtres sont synchrones s'ils se retrouvent selon les prévisions de leurs*



*destins respectifs. Aujourd'hui tu étais au rendez-vous. Mais toutes ces vies passées à intégrer les effets nocifs de la prise de pouvoir sur les autres ont grandement enrichi ta conscience. Tu peux accepter l'idée que tout joue un rôle pour nous, que chaque expérience a une raison d'être. S'ouvrir à recevoir l'enseignement d'un événement qui survient dans notre vie sans que nous l'ayons voulu correspond à lever un frein et aller de l'avant.*

- Oui mais pendant ce temps-là vous avez progressé pendant que je ramais « dans la choucroute ».

Solène éclata d'un rire joyeux et communicatif.

- *Malgré les apparences, la différence d'évolution spirituelle entre nous est minime au regard de consciences cheminant dans d'autres mondes, dans des dimensions lumineuses inimaginables et infinies.*

Le silence s'établit pendant quelques minutes. Tristan se tortillait, anxieux de trouver les questions justes à poser. Mais Solène souriait sereinement, le regard apparemment perdu dans le vague. En réalité, elle scannait le jeune homme attentivement, aussi bien

son corps physique que son rayonnement. Elle savait tacitement qu'il l'autorisait à le faire. Elle fut interrompue par une question qu'il posa spontanément, sans trop réfléchir à l'impact qui pourrait en découler.

- Au fond de moi, ça peut paraître fou, il me semble que pour la première fois je suis accepté et compris tel que je suis, avec mes aspirations et mes espoirs, mais ça n'est pas du tout tel que je l'avais imaginé étant enfant. Pourquoi ? Ai-je commis à nouveau quelques erreurs ?
- *D'abord la culpabilité est un poids très lourd dont on se charge inutilement. Les détours amènent des expériences dont on peut bénéficier si l'on s'ouvre à elles. Les vraies erreurs sont rares, elles sont le fruit de choix délibérément orientés vers le désir de nuire à soi ou aux autres.*
- Qu'est-ce qu'un péché ?
- *Chacun y voit ce qu'il veut. Pour moi, c'est la contrainte, l'irrespect, le sacrifice, l'ignorance, croire que la matière est séparée de l'esprit.*
- Le manque d'amour, l'ombre, le désespoir ?
- *On peut le dire ainsi mais ça revient au*

*même. L'irrespect, la contrainte et le sacrifice correspondent exactement au manque d'amour. L'ignorance coïncide avec le manque de lumière. Mais pour en revenir à ta question, veux-tu entendre ce que j'attends de toi ?*

- *Oui, bien sûr !*
- *Ne réponds pas si vite. Ce que je vais te proposer requiert non seulement beaucoup de temps mais risque d'engager toute ta vie vers un tout autre destin que celui qui t'est proposé pour le moment.*
- *Vous savez bien que la vie que je mène ne satisfait ni ma tête ni mon cœur, ni même mon corps. Je suis impatient de trouver une porte à ouvrir.*
- *L'impatience est mauvaise conseillère. Tu vas te trouver devant un choix qui te demandera de me faire entièrement confiance. Même si ton âme se souvient de moi et sait que je n'ai que de l'Amour à t'offrir, ton petit ego va hésiter et se demander si ce n'est pas complètement loufoque. Je te propose donc de rentrer chez toi et, hors de ma présence, de savoir si tu as toujours envie de me faire confiance. Il s'agit là d'un engagement de plusieurs*

*années, ce n'est pas une mince affaire !*

Dépité, Tristan n'osa pas insister. Impulsivement, il mit un genou à terre et lui embrassa le dos de la main. Elle rit. Il s'éloigna très perturbé. Il avait tellement envie de savoir mais craignait aussi que ce soit trop difficile. Comment mêler un engagement spirituel à sa vie active actuelle ? Que diraient ses parents de le voir peut-être méditer chaque jour, ou faire du yoga, ou apprendre à chanter comme elle ou devenir végétarien ? Il tentait d'imaginer tour à tour ce qu'elle allait lui demander et il était fermement décidé à s'engager dans une voie évolutive, taraudé par l'idée de la rejoindre, de suivre son enseignement, de baigner dans la lumière qu'elle rayonnait.

Il s'était dit qu'il prendrait raisonnablement plusieurs jours pour se décider mais, dès le lendemain matin, ayant emprunté le vélo d'un copain, il pédala gaiement vers le nord. Il ruminait ses paroles : « *L'impatience est mauvaise conseillère* ». Il fallait qu'il sache et surtout qu'il démarre tout de suite sa nouvelle vie. Il éprouvait le ressenti d'avoir déjà trop attendu. 21 ans, croyait-il, à ne rien faire d'utile, à barboter dans sa mare. Vite ! De nouveaux horizons ! Il ne savait pas si bien penser.

Malgré le bruit des roues sur les graviers du chemin, il l'entendit chanter comme la première fois.

Il mit aussitôt pied à terre pour s'imprégner de ces sons mélodieux qui lui travaillaient le ventre et massaient son cœur. Il eut la sensation que celui-ci se dilatait dans sa poitrine et dépassait même les limites de son thorax. En même temps il éprouva une forte chaleur agréable qui se répandait dans tout son corps. Ses jambes ne le portaient plus. Il s'assit puis s'allongea et sombra dans un demi-coma, bercé par les alternances de sons graves et aigus qui, tels des vagues, lavaient son corps des pieds à la tête. Le temps n'existait plus. Lorsqu'il reprit conscience, le soleil était au zénith. Le chant avait cessé. Il s'approcha de l'étang et la vit. Il voulut s'agenouiller devant elle, elle l'en empêcha d'un geste.

- *J'ai chanté pour toi ce matin. J'ai ainsi préparé ton cœur et ton mental à capter en profondeur les mots que je vais énoncer. Assieds-toi près de moi.*

Il trouva une touffe d'herbe confortable et équilibra son assise pour qu'aucune tension dans son corps ne gêne son écoute.

- Solène, je désire vraiment entendre vers quel nouveau destin ma vie peut s'orienter dès maintenant. Je n'ai rien à perdre et suis prêt à sacrifier quelques heures de mes loisirs

quotidiens à étudier, faire des exercices ou suivre ton enseignement.

- *Pourquoi me parles-tu de sacrifice ? Si c'est le cas, alors je n'ai rien à te dire. Si en revanche, tu envisages avec joie de tout laisser sans te retourner pour ouvrir une à une les portes qui t'amèneront à ce que j'ai à t'enseigner, je peux te dévoiler ce projet, ton projet.*

Déconcerté, Tristan tangua un peu sur sa base ;

- Pourquoi dites-vous que je dois ouvrir des portes pour venir écouter votre enseignement puisque je vous ai trouvée ? Je suis prêt pour la première leçon, tout de suite si vous voulez.

Solène partit à nouveau d'un éclat de rire franc et joyeux, sans aucune moquerie. Elle manifestait ainsi sa joie de vivre et aussi son plaisir de dialoguer avec ce jeune homme qu'elle aimait beaucoup. Secrètement, elle savait qu'il était important pour elle, non seulement qu'il accepte le challenge, mais aussi qu'il le réussisse. Elle se rappelait qu'elle s'était engagée à tenter de le ramener sur le chemin de la lumière, même si elle n'était pas responsable de ses écarts passés. Elle se l'était promis avant de naître tout