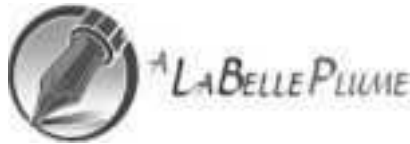


Jean-Eric ROMEI

L'Interprétation de nos vies



*À toi qui vis
une situation médicale, personnelle, professionnelle, familiale
qui t'amène dans le Mal-être.
L'énergie d'Amour est en toi,
à toi de l'amplifier
pour créer ton Bien-être.*

Cet ebook a été publié sur www.bookelis.com

© Jean-Eric ROMEL, 2023

www.manaworldmeditation.com

Mail : sacecam@live.fr

Couverture : © **Jean-Éric ROMEL** – 2022.

ISBN : 978-2-9583024-0-5

2^{ème} semestre 2023

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de cet ebook.

TABLE DES MATIÈRES

Remerciements	4
Préface	6
Préambule	9
Heureux de Vivre !	19
Tahiti	49
La Découverte	55
Entretien et de Gestion des Énergies	84
Expressions courantes	108
Épilogue	112
Témoignages	121

Remerciements

Ceux-ci s'adressent habituellement en fin d'écriture, mais comme peu de personnes apparaissent dans ces pages et que vous êtes essentielles à mon existence, je préfère débiter par cette gratitude.

Tout d'abord, je remercie André Cortial, l'écrivain avec qui j'ai travaillé et qui m'a permis d'éditer ce livre. Sans lui, ce précieux ouvrage, blotti entre vos mains, n'aurait pas vu le jour. Il a appréhendé ma Méthode et il a su parfaitement s'imprégner de l'énergie d'Amour.

Ensuite, j'aimerais remercier toutes les personnes que j'ai croisées, que je croise et que je croiserai, car vous m'avez tous permis de réaliser ce que je ressens, et ce qui est bon dans cette existence. L'ordre des personnes citées n'a rien à voir avec le niveau d'Amour, j'aime tout le monde de la même façon.

Je remercie mes parents pour leur présence et qui en ayant vécu ce qu'ils ont vécu, en étant ce qu'ils sont, m'ont inspiré vers le Bon.

Ma Sœur et mon Frère avec qui j'ai grandi et vécu certaines situations, et avec qui je n'arrête jamais de rigoler et de m'amuser de tout.

Mon épouse que j'intègre complètement dans l'évolution que j'ai eue. Nous avons d'ailleurs tous les deux notre évolution. L'Amour fait que nous respectons le chemin de

l'autre, quel que soit son rythme.

Tata Denise, ma marraine, qui est toujours présente malgré la distance.

Ma belle-maman qui accepte de faire confiance aux ressentis qu'on lui propose. Mes belles-sœurs, belle-fille, beaux-frères, beau-fils, petite fille, nièces, neveux, la famille plus ou moins proche, mes ami (es) plus ou moins proches, connaissances, vous m'avez tous, à votre manière, inspiré à devenir le meilleur de ce que je peux être et à continuer au jour le jour.

Une pensée toute particulière à ces énergies qui sont parties, mais qui sont toujours présentes dans nos vies, Mémé Angèle, Mémé Marguerite, Tésou, Pépé, Franck, Mario, Nicolas, Tonton Charly, Nani.
Merci à vous toutes et tous.

Préface

Et si je vous demandais, là, tout de suite, aujourd'hui et maintenant, de me suivre, de laisser tomber tout ce que vous faites, tout ce que vous êtes, vos préjugés, vos idées, qui sont, comme pour nous tous, souvent bien arrêtés, et de faire un bout de chemin de vie avec moi, le feriez-vous ? Vous hésiteriez et vous auriez raison, ce qui est bien normal, vous ne me connaissez pas. Pour ma part, je ne contrains personne, je propose, je suggère, et mieux encore aujourd'hui, je vous invite...

Je vous avoue que la vie et sa sœur la mort m'ont proposé de parcourir un chemin bien particulier et spécial. Il m'a été donné de vivre de très nombreuses expériences et ressentis, mais chacun de nous a un vécu, sa vérité et son évolution, donc, rien de nouveau sous le soleil, me diriez-vous très justement. Toutefois, une certaine interprétation de ce que je vivais m'a aidé à prendre conscience que mes croyances, mes pensées, mes certitudes, étaient à l'origine de mon mal-être. Ainsi, mon interrogation fut des plus éloquentes : si ces dernières étaient à la source de mes maux, ne pourrais-je pas les réorienter pour en recueillir un certain bien-être ? Je suis passé de la croyance au ressenti, car la première peut se perdre dans le doute, tandis que le second dit la vérité.

Depuis l'âge de raison, je savais que j'écirai un Livre. Aujourd'hui, l'heure a sonné, et elle m'interpelle pour que mon vécu soit offert, un peu comme si j'étais poussé par une force intérieure qui m'ordonnait de partager l'interprétation de ma vie. Lorsque vous avez une discussion avec une personne, vos propos, à l'un comme à l'autre, vont cibler le

sujet sans utiliser de fioritures, de détails, sans embellir ni enjoliver à outrance l'idée maîtresse. Ici, dans ces pages, vous trouverez une grande partie de mes paroles que j'adresse aux gens qui passent ma porte. Nous irons donc à l'essentiel...

Maintenant, c'est à « TOI » qui t'apprêtes à pénétrer dans ce livre, que je voudrais m'adresser personnellement, directement et intimement. En toute vérité, je voudrais partager avec toi quelque chose de fabuleux, et si tu arrives à capter mes propos, ta vie va évoluer dans le bon sens. Je te demande simplement de me faire confiance, de t'abandonner et de lâcher prise. Prends ma main et avançons sereinement. N'aie pas peur !

Tous les jours, des personnes me font confiance sans même me connaître, et elles retrouvent un havre de paix, de sérénité et de bien-être. Ils rentrent à la maison, comme l'enfant prodigue. Mais attention, la demeure dont il est question ici dans mes propos est la Maison Originelle, celle que nous avons en notre for intérieur, au plus profond de soi. J'ai de très beaux contacts humains avec ceux qui viennent me consulter, et c'est précisément ce que je te demande à toi qui vas faire un bout de chemin avec moi, ou moi avec toi. Nous ne sommes pas dans les mauvais sentiments, dans l'angoisse, le doute, la crainte ou la peur, mais dans l'abnégation, l'oubli de soi, l'écoute et le ressenti. Je vais me mettre à nu, plonger dans le Bien, t'avouer qui je suis, et par mon évolution, je t'offrirai ton nécessaire, non pas de survie, mais de Vie, pour t'immerger dans le bien-être. Si tu n'arrives pas à me suivre, par incompréhension, par manque de

souffle, de désir, de fatigue, de non-préparation, tu refermes le livre, tu le reprendras plus tard. Tu n'es peut-être pas prêt à œuvrer pour ton évolution, mais que cela ne te perturbe en rien. Le temps viendra, mais ce n'est pas pour aujourd'hui. Si la dernière page survient, et que tu n'as rien ressenti, un conseil : replonge... Que cela ne te trouble point ni ne t'épouvante, tout passe, la patience et la persévérance obtiennent tout, mets-toi donc à leur école...

Toutefois, ne laisse pas cet ouvrage dormir sur une étagère ou sur une table de nuit, il faut qu'il soit utile, alors, prête-le, donne-le. Celui ou celle qui le recevra t'en sera éternellement reconnaissant, car il ou elle y trouvera sans aucun doute des bienfaits personnels. Alors, ne le jette pas aux orties, et ne t'en sers pas pour caler un meuble usé par le temps et les accidents de la vie.

Plus qu'un livre, il est un outil, mieux encore un salon de bien-être. Tu ne pourras pas en ressortir indemne. Tu entres dans ce Livre aujourd'hui, tel que tu es, mais demain, c'est un autre « MOI » qui en surgira transfiguré.

Allez, viens, je t'emmène...

Préambule

Ce livre m'est apparu comme une évidence. En effet, il faut que nous prenions conscience de ce qui se passe de nos jours. Nous sommes capables d'arrêter de stresser,

d'être anxieux, d'être guidés par nos peurs. Nous voyons une augmentation impressionnante du mal-être dans notre société. Je veux partager avec vous ce que mon vécu m'a fait comprendre au travers de rencontres et de situations diverses. Lorsque nous sommes sur notre chemin de vie, l'Univers nous amène des situations à expérimenter pour nous guider. Nous le comprenons d'autant mieux quand nous sommes bien, énergétiquement. Mais quand nous ne le comprenons pas, l'Univers nous amène des situations un peu plus violentes (maladie, accident de vie, etc.), car nous ne sommes pas sur notre chemin.

Avant de penser, de faire, de dire quelque chose, il faut prendre le temps de se poser et de se demander : « *Est-ce que si je réalise, je dis, ou je pense ceci, mon action, mes paroles ou ma pensée m'amèneront du bien-être ou du mal-être ?* » Si la réponse est le mal-être, il ne faut pas emprunter ce chemin. Au contraire, si la réponse est le bien-être, alors il faut s'aventurer sans souci. Apprenons à lire et à discerner les signes des temps. Prenons un exemple : comme nous le voyons actuellement, beaucoup de personnes vivent une certaine peur du manque. Si elles y pensent toute la journée, elles mangeront leur énergie. Certes, il ne faut pas mettre cette peur de côté et ne plus y penser, il faut que ce soit une parenthèse dans leur journée, et qu'elles s'interrogent : « *Est-ce que cette peur va me handicaper toute la journée ?* » - « *Est-ce que cette pensée m'amène du bien-être ou du mal-être ?* » La réponse est certainement du mal-être. Il faudra donc créer une parenthèse, dans la journée, pour y penser et ne plus y revenir, sinon cette pensée ou cette réflexion les

impacterà à chaque instant.

Les expériences de vie qui font notre quotidien sont présentes pour que nous trouvions notre vocation de vie, appelée aussi « *mission de vie* ». Les agriculteurs, les boulangers, les infirmières, les aides-soignantes, les assistantes sociales, tous ont une « *mission de vie* » issue d'une même et unique source « *l'Amour de l'autre et du service bien fait* ». De nos jours, nous avons perdu l'Amour du faire, et du bien faire. Il ne faut pas croire qu'une mission est plus importante qu'une autre, nous sommes tous importants quand nous sommes dans l'Amour de ce que nous réalisons.

Le boulanger aime pétrir son pain en pensant à ses premiers clients matinaux, l'agriculteur travaille sa terre avec Amour, l'infirmière est attentionnée vis-à-vis de son patient, le mécanicien aime les voitures plus que son tiroir-caisse, et il y en a beaucoup d'autres que l'on pourrait citer ici en exemple...

De nos jours, combien de personnes réalisent dans leur vie ce qu'elles aiment ? La société nous a formés pour produire de l'argent, et elle nous fait oublier d'aimer. Nous avons des personnes qui nous servent, nous aident, nous forment, nous soignent, nous nourrissent, nous protègent, et qui devraient être heureuses dans ce qu'elles font, et même davantage. Elles sont les actrices les plus importantes de notre société, mais elles n'exercent pas dans de bonnes conditions, et petit à petit les rapports humains s'éteignent.

Pensons toujours à l'Amour que nous mettons dans ce que nous faisons, ce que nous pensons, ce que nous di-

sons. Ressentons qu'elle est notre capacité, ce que nous pouvons apporter à l'autre en matière de bienveillance, d'attention, d'Amour.

Nous aussi nous devons ramener de l'humanité dans tous nos échanges, car aujourd'hui ce n'est que la rentabilité qui fait tourner le monde. D'un côté nous pensons qu'il faut réussir à ne pas payer cher, et de l'autre essayer de « *marguer* » un maximum.

Ramenons de l'humanité dans nos relations, comme être agréable et respecter la personne qui nous sert dans un commerce, chez nous ou au restaurant, sans la prendre pour un domestique ou un esclave, elle n'en sera que plus reconnaissante.

Cependant, l'état actuel de notre société fait que nous accumulons les situations de stress, d'angoisses, de doutes qui se manifestent dans nos comportements, chacun à raison et c'est la faute des autres. À partir du moment où nous commençons à évoluer, nous ressentons que c'est nous qui créons ce que nous vivons.

Ouvrons une parenthèse, mais nous y reviendrons, pour parler un instant des excès, pour affirmer qu'ils sont à éviter. En effet, l'outrance est nocive pour chacun, que ce soit dans l'alimentaire, dans les rapports humains, dans nos réactions.

Beaucoup aiment se dire : — « *J'ai envie de me vider l'esprit, me déconnecter de la réalité pendant quelques jours. Ne plus avoir ce stress permanent, cette fatigue chronique, ces maux de tête, ces douleurs régulières, être dans un environnement où tout serait fluide, sans souci, loin de*

tout, loin du quotidien. »

Le bien-être est en nous. L'Amour insufflé dans nos actes et nos pensées fera que notre bien-être regagnera du terrain dans notre ambiance vitale, et nous entrerons dans une période sereine où tout se libérera.

Je vous offre dans ces pages mes expériences, sans désir de vous persuader d'aller dans ce sens, puisque chacun à sa vérité et son évolution. J'exprime mes ressentis et les conclusions que j'en ai tirées. Ce n'est que ma vérité, et chacun détient sa vérité.

À partir du moment, où j'ai compris que je n'étais pas une victime, et que c'étaient mes pensées, mes croyances qui étaient à l'origine de mon mal-être, je suis passé de la croyance aux ressentis, car le ressenti dit la vérité, et je trouve que dans la croyance, on peut toujours émettre un doute.

Les maladies sont le résultat de notre état. Il y a deux choses dans la vie qui nous donne des émotions : l'Amour et les peurs.

Les peurs : stress, anxiété, nervosité, doute, jalousie, angoisse, peur de perdre, mauvaises pensées nous conduisent vers le mal-être et les maladies.

L'amour : la joie, la bonne humeur, une bonne hygiène de vie, les bonnes pensées, le contact avec la nature, ce sentiment-là nous amènent vers le bien-être intérieur. Et c'est notre capacité à aller le plus possible vers ce sentiment de bien-être qui va faire ce que nous vivons. C'est intéressant de se rendre compte que tout ce que nous vivons doit nous faire évoluer et si un schéma de vie revient régulière-

ment, c'est qu'il faut que l'on change notre façon de réagir à ce schéma.

Beaucoup de personnes ont des ressentis et les expriment aux personnes concernées pour les aider, mais quand elles ne sont pas prêtes à les entendre, l'aveu crée des conflits. Ainsi, nous ne pouvons pas toujours exprimer nos ressentis à tous ceux que nous rencontrons, mais seulement à ceux qui sont en demande.

J'ai commencé à comprendre que la cause essentielle de l'évolution de la maladie était liée au mal-être. J'ai lu un article dans une étude scientifique, où il est dit que 90 % des consultations chez les médecins sont liées au stress, à l'anxiété, au mal-être. Donc, si nous agissons sur nos mal-être, il y aura des répercussions sur notre santé. Les pensées, les émotions que nous avons, ont un lien direct avec notre état de santé. Si nous pensons un sentiment d'amour, notre corps sécrètera des substances qui nous amèneront le bien-être, la santé et la vitalité.

Au sujet des hormones que nous sécrétons, voici un exemple que certains d'entre nous ont vécu : passer de l'état de célibataire à celui de couple. J'ai remarqué que cette période était toujours fabuleuse pour la majorité, car nous sommes guidés par l'Amour. C'est notre priorité, alors nous allons sécréter des hormones, celles du plaisir, du bien-être. Souvent, cette période est hors du temps, nous vivons sur un petit nuage. Donc, si nous arrivons à ressentir ce qui est bon pour nous, en ces instants dits « *euphoriques* », et que nous agissons par Amour et non par obligation, nous connaissons un état de bien-être continuellement.

À l'inverse, si nous cultivons en nous des émotions de peur, d'angoisse, nous sécréterons des hormones liées à ces sentiments négatifs, ce qui affectera notre état général et nous conduira vers le mal-être. Aujourd'hui, toute l'humanité s'oriente vers la peur et l'angoisse. Elle est plongée dans un mal-être, notre héritage, avec pour cause LES AUTRES.

En cherchant à comprendre ce domaine qui s'ouvrait à moi, j'ai découvert la physique quantique. Je vous invite à vous documenter sur le sujet, car sans être une autorité en la matière, j'ai compris que le principe de base était que notre conscience crée ce que nous vivons. Donc, nos émotions contrôlent notre état physique, psychologique et énergétique. J'ai donc saisi que si je suis dans le mal-être, cela ne vient pas de l'extérieur, de telle expérience, de telle personne, mais plutôt de l'intérieur de moi, en lien avec des schémas que j'entreprendrai depuis le début de mon évolution.

Ainsi, fort de cette découverte, j'ai décidé de prendre le contrôle de ma vie, car nous sommes tous capables de faire évoluer, voire de changer ces schémas qui nous conduisent vers le mal-être. Si des situations viennent à moi, c'est parce que j'ai des schémas pour les faire venir. Je les attire...

J'avais tendance à croire que si je n'arrivais pas à mes fins, c'était uniquement par manque de chance, ou toute autre raison extérieure. Que nenni, c'était bien lié à moi. Ainsi, j'ai décidé de ressentir les choses différemment, et d'accepter que mes schémas ne me facilitent pas ma quête vers mes ob-