

Préparatifs pour ~~la mort~~ la vie

Silvia Bercu-Swinden

Mars 2020



Table des matières

Introduction	3
Réconciliations	4
Compréhensions	8
Les expériences préalables les plus significatives	9
La foi fait son apparition	11
L'image de Silo change	11
L'envol d'Edgardo	12
Quelques coïncidences	12
L'esprit	14
La révision des actions valables	15
Interdit de regarder Dieu en face	15
Le vide	15
Mourir dans ce système	16
Les cycles bas	17
La chimie de Schrödinger	18
Les placebos et les images cénesthésiques	19
Le moi envoie des signes... Transformer le négatif en positif	20
Transformations	21
Poème	22

Introduction

En novembre 2016, j'ai été hospitalisée pour une pyélonéphrite (infection rénale) et une septicémie. Puis on a découvert un cancer du pancréas inopérable. L'oncologue a pronostiqué une espérance de vie de 3 à 11 mois. L'énormité de cette nouvelle situation a pris du temps pour s'installer dans ma conscience. Rien ne me semblait plus surréaliste que le fait de ne plus exister. Mais il était clair pour moi que je voulais mourir réconciliée, sans peur, avec la foi et la certitude même de la transcendance. Ça n'a pas été pas une grande surprise de voir que j'étais assez loin de tout cela.

Participant au courant de l'Humanisme Universaliste (et du Mouvement Humaniste), des amis de différentes parties du monde se sont alors mobilisés pour faire des *Demandes* et des Cérémonies pour mon bien-être. Plusieurs d'entre eux sont venus me voir à Londres et m'ont aidée à faire un travail de réconciliation et de clarification de mes croyances et de mes aspirations concernant la mort et en particulier la transcendance.

Je ne peux exprimer par des mots la profonde gratitude pour tout le soutien que j'ai reçu.

Pendant un certain temps, je me suis dit que le fait que tant de gens me soutenaient et prenaient le temps de voyager pour me voir, était égoïste de ma part. Mais ils m'ont fait comprendre que ce processus leur servait aussi à progresser personnellement. À un moment donné, il m'est apparu que la transcendance n'était pas "individuelle".

Je précise que les pronostics ne se sont pas avérés justes. Voilà 3 ans que je suis malade et bien que la maladie progresse — à présent s'y ajoute une leucémie —, je suis toujours là. Tout est si imprévisible...

Les médecins ont-ils commis une erreur ? Les *Demandes* et le travail intérieur ont-ils eu une influence sur le cours de la maladie ? Quoi qu'il en soit, je continue avec ma philosophie initiale : faire absolument tout ce qui est à ma portée.

Les matériels desquels je me suis inspirée pour faire mon travail intérieur sont principalement les écrits de Silo.

Par ailleurs, dès le début, Jon, mon mari, a proposé que nous réalisions ensemble des "cérémonies" quotidiennes (cf. le livre *Le Message de Silo*), notamment le travail avec la Force et l'envoi de Bien-Etre aux êtres chers. Rapidement, ma sœur Luci, venue d'Argentine pour prendre soin de moi, nous a rejoints, puis des amis de Londres, et, depuis plusieurs mois, des amis d'autres pays y participent également (par le biais de Whatsapp). Cette permanence quotidienne n'a jamais été interrompue, même pendant mes séjours à l'hôpital, où il fallait faire abstraction des bruits environnementaux et mentaux.

Après quelques mois, j'ai commencé à ressentir un grand besoin de transmettre l'expérience de tout ce processus à des personnes qui sont également confrontées à la mort ou qui le seront plus tard... Alors, je me suis mise à écrire...

Réconciliations

Malgré mes quelques 40 années d'humanisme, j'ai découvert qu'il y avait des choses qui n'étaient toujours pas complètement réconciliées en mon intérieur. Or, face à la mort, le registre de contradiction était devenu intolérable et un besoin profond et urgent de réconciliation totale et définitive s'est imposé.

Alors j'ai commencé avec la lettre de Silo à Jayesh (en réponse aux questions que se posait Jayesh à ce sujet, alors qu'il était mourant). Suivant ces recommandations, j'ai donc fait une liste avec les actes qui m'ont apporté de la contradiction et de la violence dans ma vie et une autre avec les actes unitifs. J'ai pu constater que les contradictions avaient plus de "poids", en particulier la culpabilité mais aussi le ressentiment envers des personnes qui m'étaient proches. J'y ai vu un mécanisme, peut-être culturel, qui consiste à donner plus de poids au négatif. Je passe souvent en revue ma liste d'actes de cohérence, pour ne pas les oublier et pour leur donner plus d'importance. Car ce sont ces registres-là, de profonde unité intérieure, qui permettent de s'élever vers la Lumière alors que les contradictions nous poussent dans les régions basses et sombres du mental (voir *Guide du Chemin Intérieur*, dans *Le Message de Silo*).

Mais dans un premier temps, à la question « *Pourquoi est-ce que je veux me réconcilier ?* », je suis restée presque sans réponse, ou disons que la réponse que j'ai formulée était un peu "préfabriquée". Mon esprit volait vers la transcendance pour trouver un "lieu" où continuer à faire des projets avec Silo (mon guide spirituel) et au service de "l'Intention évolutive de l'Univers". Par la suite, j'ai accepté qu'il n'est pas possible de savoir, quoi que l'on puisse et veuille imaginer, ce qui va se passer exactement après. Cela m'a rapprochée de moi-même et m'a permis de « Sentir l'étincelle divine au plus profond de ma conscience ».

Je me sentais bloquée dans la recherche d'un Dessein "supérieur". Configurer un Dessein n'était pas chose inconnue (notamment grâce à mes pratiques de la Discipline de la Forme), mais ce Dessein, je n'arrivais pas à le fixer pour le rendre permanent, il changeait sans arrêt. Quant à la signification de "supérieur", cela n'était pas clair pour moi.

C'est presque seulement deux ans après avoir commencé ces travaux, que je commençais à percevoir une différence entre un dessein que l'on se construit soi-même, que l'on charge affectivement et qui parfois varie, et ce Dessein majeur ou supérieur qui me semblait venir de plus loin et qui, en réalité, m'avait guidé toute ma vie ! Un Dessein qui n'était pas "le mien", qui existait déjà bien avant moi... Sans images, sans mots adéquats pour le décrire, mais que je ressens par moments comme l'Amour.

Après quelques mois de réflexion, apparaît l'image d'un Dessein plus universel, qui nous appartient à tous. Peut-être ce Dessein s'était-il désarticulé dans "la brèche", ce moment historique où l'alliance entre le féminin et le masculin s'est rompue et où le patriarcat a émergé, probablement en même temps que sont apparues aussi la révolution agricole, la propriété privée, les religions verticales avec leurs dieux masculins si différents des déesses archaïques des moments précédents. L'alliance du féminin et du masculin —

représentée par la fontaine (inspirée d'un symbole hindou, le yoni-lingam) dans les Parcs d'Étude et de Réflexion —, nous incite à aller dans la direction de l'union-unité.

Il était important de partir d'un moment de vérité interne. J'avais peur et j'étais en colère. J'étais jalouse de ceux qui allaient rester, même si c'était temporaire ! De fait, plusieurs amis sont décédés entre-temps, alors que moi, je suis encore là.

Cependant, je ne partais pas de zéro. J'ai pu dresser une liste d'expériences significatives au cours de mon processus, expériences qui m'avaient amenée au "soupçon du sens", même si elles ne m'avaient pas donné la certitude de l'expérience.

Afin de dépasser mes contradictions, j'ai travaillé avec l'expérience guidée *La mort* (voir Silo, *Expériences Guidées*), afin de parcourir des zones de mon espace intérieur, mental, où la culpabilité, la frustration et le ressentiment sont restés intacts (ce qui était à la fois déconcertant et très utile). J'ai aussi travaillé avec l'expérience guidée *Le ressentiment* et médité sur le discours de Silo (prononcé à Punta de Vacas, en 2007) sur la réconciliation : un sujet pas si facile ! Notamment, comment peut-on réparer « doublement » quand la personne que l'on a blessée est déjà morte ? À mesure qu'apparaissaient des moments, des « étincelles » de foi en la transcendance, je trouvais des solutions : par exemple, faire des Demandes pour le bien-être de cette personne, pour son avancée sur son chemin spirituel (où qu'elle se trouve), en connectant le plus profondément possible pour sentir ce dont elle avait réellement besoin et en lui envoyant aussi toute ma gratitude.

D'autres expériences guidées m'ont aussi beaucoup aidée, par exemple celle de *La Protectrice de la Vie*, notamment pour accepter mon corps et pour introduire des images cénesthésiques de guérison (ou simplement de relaxation), ou encore celle de la *Configuration du Guide Intérieur* pour me sentir protégée et accompagnée dans ma quête de transcendance.

Puis, j'ai commencé les travaux d'Opérative avec "catharsis et transferts" (cf. Luis Ammann, *Autolibération*) pour tenter d'éradiquer mes culpabilités, surtout en rapport avec la mort de ma mère, avec quelques erreurs médicales commises (en tant que médecin praticien), avec des commentaires peu compatissants envers certains patients et/ou amis (des choses que j'ai enregistrées comme des "courts-circuits", durant lesquels on perd l'attention, et, c'est trop tard, le mal est fait). Ou encore, des ressentiments accumulés au fil des ans avec les personnes que j'aime le plus (famille, couple, amis). Et il ne s'agit pas seulement du ressentiment lié à ce que les autres m'ont fait, c'est aussi m'en vouloir à moi-même d'avoir (ré)agi comme je l'ai fait.

En d'autres termes, il s'agissait de me réconcilier depuis différents points de vue. Je ne sais pas si j'ai complètement réussi mais j'ai pu observer d'importants changements. Je me demande aussi s'il est possible de se "nettoyer" complètement avant son départ. Car je vois que le fait de vivre dans un monde dans lequel se produisent constamment de nouveaux événements inacceptables, génère de nouveaux ressentiments et parfois de nouvelles culpabilités.

Mes racines juives sont apparues également comme quelque chose d'important à prendre en compte. En fait pour la première fois. Dans l'un des transferts (parcours intérieurs), je me suis retrouvée dans une grotte sombre où les ombres des victimes de l'Holocauste gémissaient dans une souffrance éternelle. J'ai senti qu'il fallait que je fasse une *Cérémonie d'Assistance* (voir *Le Message de Silo*) brève mais puissante émotionnellement. Après cela, j'ai commencé à voir ma culpabilité comme quelque chose de culturel (en lien à ma culture judéo-chrétienne). Cela m'a reliée au conflit israélo-arabe et a créé le besoin d'écrire sur ce conflit en ayant de la compassion pour tous les êtres humains impliqués (des différents camps).

Il y a de nombreuses années, j'ai réalisé que les "climats" (le ton mental dominant) se matérialisent, qu'ils deviennent réalité dans le monde. Ce n'est donc plus un "climat", cela devient la réalité. Si une personne a un puissant climat de rejet, elle agira avec les gens de telle manière qu'elle finira par être rejetée pour de bon. La conscience crée le monde dans lequel elle vit. Avec ma maladie, la réconciliation m'est apparue comme un besoin de rompre avec cette accumulation de climats et de "réalités". Parce que si c'est ce paysage négatif et contradictoire qu'on emmène avec nous à l'heure de mourir, ce n'est pas très intéressant pour... cette Intention évolutive qui se nourrit du meilleur. Je ne dis pas que les choses sont "comme ça", mais de les voir ainsi m'emplit de sens.

Il a été très intéressant de voir comment certaines pièces du puzzle se sont réorganisées quelques temps après avoir fait un travail spécifique et intentionnel. En effet, cela continue d'agir en coprésence. Un jour, seule dans mon lit, j'ai touché l'oreiller de Jon, mon mari, et le mot "alchimie" m'est venu à l'esprit. J'ai senti qu'une nouvelle lumière éclairait ma vision de notre relation de couple, j'ai vu toute notre histoire avec ses hauts et ses bas comme un creuset dans lequel on se mélange, on se divise, puis on se transforme mutuellement et ensemble. Après quelques jours, ce "registre d'alchimie" a été transféré dans le monde. Dans ce tourbillon de rencontres et de divisions, d'actes de violence et d'actes de grand amour et de compassion, nous apprenons quelque chose qui nous transforme.

Réconciliation avec le cancer

En m'inspirant de l'expérience guidée *La protectrice de la vie* et en suivant les indications données par Silo, dans une causerie qui avait eu lieu à Bomarzo sur les images cénesthésiques (sur lesquelles j'avais beaucoup médité lors de la rédaction de ma monographie sur *l'Espace de Représentation*¹), j'ai tenté de rétrécir, modifier, éclairer et faire disparaître le cancer dans mes représentations. Cela ne s'est jamais produit, et même si le cancer en tant qu'image a disparu, son image est réapparue plus tard, accompagnée d'un climat de grande tristesse. Cependant, un jour, je me suis représentée le cancer à l'extérieur de mon corps et il s'est alors transformé en un bébé que j'ai pris dans mes bras en le berçant. Cela m'a donné le sentiment de l'avoir accepté et de pouvoir travailler avec "lui", non plus comme un ennemi intérieur mais comme une de ces difficultés qui apparaissent dans la vie et dont on peut profiter pour produire les changements souhaités. Depuis ce jour-là, je me sens moins "en guerre" avec ce qui se

1 www.parclabelleidee.fr/docs/productions/2017El%20espacio%20de%20representacionSilvia_Bercu.pdf

passe dans mon corps, tout en travaillant avec des images cénesthésiques d'un cancer qui diminue (ou du moins qui ne se développe pas).

Cela ne m'a pas empêchée de continuer à observer les traductions d'impulsions qui proviennent de ce processus physique que je traverse (pas seulement le cancer, les reins continuent aussi à me créer des problèmes et d'autres maladies qui se sont ajoutées dans ce processus de grande confusion médicale). Il y a donc beaucoup de cycles bas à cause de tous les malaises provenant de l'intra-corps et contre lesquels je ne cherche plus à me battre. Je les accepte et attends que le corps se stabilise pour ensuite reprendre mes travaux et activités. « *Ne t'oppose à une grande force, recule jusqu'à ce qu'elle s'affaiblisse et alors avance avec résolution* », dit l'un des *Principes d'action valable* (cf. *Le Message de Silo*).

Une grande réconciliation

Il y a quelques années, le Mouvement Humaniste s'est organisé pour créer des structures, des réseaux humains travaillant pour la non-violence, l'humanisation, le sens et la transcendance. Ce fut un moment ambigu pour moi, car j'ai eu la sensation d'accumuler beaucoup d'échecs. Finalement, j'ai réussi à créer des groupes dans certains endroits et j'ai pu clôturer ce processus avec satisfaction. Mais je n'ai jamais eu l'impression d'être "bonne" pour cela.

Il y a quelques jours, lors de l'une de nos cérémonies, ma sœur a proposé que nous méditations sur le Principe « *Les choses sont bien quand elles marchent ensemble, et non isolément* ». La chaîne associative s'est déclenchée et elle m'a emmenée à cette phrase de Silo : « *Ce sont les ensembles qui transforment les individus* ».

Puis il y a eu un autre bond dans ma tête et j'ai réalisé que l'important dans les structures avait été la création de groupes. Ce qui compte ce n'est pas "être doué" ou de "réussir". Ce qui est important c'est l'énergie qu'on met à créer des ensembles avec une direction ! Si les membres de ces groupes ont changé et évolué, c'est grâce à l'ensemble et non grâce à "moi".

Comme cela arrive souvent avec les "coïncidences", un ami colombien m'a envoyé cette photo qui nous montre en train de travailler avec un groupe de jeunes : ils ne me regardent pas ! Le groupe avance de lui-même, de manière autonome, mais je remercie du fond du cœur le fait de m'être rendue disponible pour créer ces conditions. Un grand registre d'action valable !



Compréhensions

En revenant de l'hôpital, après avoir passé la majeure partie de la journée à attendre (pour passer des examens, puis les résultats des examens, ensuite la consultation du médecin, etc.), je me rends compte que durant ces heures d'attente, je cherche à "tuer le temps" et cela me donne l'impression de perdre le peu de temps qu'il me reste ; alors que ce temps devrait être mieux utilisé pour mon progrès spirituel et pour faire des choses qui servent aux autres, ce qui est la même chose. Cette prise de conscience est accompagnée d'une émotion intense. Je fais plusieurs rêves dont le sujet principal est le "temps". Il me vient également à l'esprit une lettre qu'Ed du Canada a envoyée, alors qu'il était mourant, à Jon, où il constate : « *Il est intéressant de voir que la proximité de la mort n'altère pas la capacité de procrastination.* »

J'ai décidé alors de ne plus séparer les moments et les activités dédiées au sacré des moments de train-train quotidien, et je me suis proposée d'être en présence du Sacré en toute situation de la vie, et de me mettre en relation avec les autres depuis cette fréquence-là. Tout comme avec la "conscience de soi", ce n'est pas facile à soutenir de façon permanente, mais c'est quelque chose qu'on peut développer dans le temps.

Dans ces moments-là, et en regardant le monde avec compassion, remontent de vieux souvenirs d'expériences de compassion et des compréhensions liées à l'expérience guidée *L'action salvatrice*. Le point commun significatif entre toutes ces expériences est que, dans ce moment-là, la seule chose qui compte c'est "l'autre" tandis que le "moi" est réduit au silence. Je le ressens comme un "don des dieux", où il n'y a pas d'efforts à produire pour faire taire le "moi" avec des techniques compliquées. C'est un contact avec le sacré dans la vie de tous les jours : la compassion fait disparaître toute peur, tout calcul, toute contradiction.

Et comme ma maladie m'amène à recevoir de nombreuses transfusions sanguines, je me rends compte du grand nombre de personnes dont la vie dépend de transfusions. Et j'ai une profonde reconnaissance pour les donateurs bénévoles. Je vois que l'apparente cruauté de ce système cache la compassion, la solidarité, cette expression d'amour pour les autres dont nous n'avons pas toujours conscience. Et cela nous ouvre le futur en tant qu'humanité.

Le guide intérieur

Je travaille avec le *Guide intérieur* depuis plusieurs années, parfois en tant que sensation, parfois en tant qu'image. J'ai eu différentes images de guides, tantôt des personnes réelles ayant joué un rôle significatif dans ma vie, tantôt des représentations apparues dans mes travaux (transferts, expériences guidées, etc.). Cette diversité a tout d'abord produit une sorte de confusion, puis un jour, j'ai pris conscience que le Guide était en réalité la présence d'une Force cénesthésique qui surgit et m'accompagne quand j'en ai besoin, et que les différentes représentations que je pouvais en avoir étaient inspirées des personnes qui me donnent ce registre du Guide (sagesse, bonté, force, protection...)

lorsque je suis en leur présence (réelle ou imaginaire). Par exemple, il y a de nombreuses années, un ami m'a dit : « tu as un climat d'impuissance », tout en passant son bras autour de mes épaules. Alors je me suis sentie protégée et réconfortée en sa présence et ensuite son image est devenue en quelque sorte la matière première pour la configuration du guide. Une autre amie, après sa mort, a commencé à m'apparaître comme une guide dans certains "transferts", notamment lorsque je devais affronter ma propre mort. Puis, dans une autre situation, surgit un être que je distingue à peine mais dont l'infinie tendresse m'émeut et me réconforte profondément. Une fois de plus, une telle abondance de guides me trouble, même si je sais qu'il existe des guides avec différentes fonctions et en rapport avec les espaces intérieurs dans lesquels je les visualise. Je sais aussi que les guides des espaces les plus profonds sont aussi les plus puissants. Ainsi, j'ai continué d'investiguer pour découvrir quel guide m'apparaissait dans les différentes situations, et un beau jour, mon "guide cénesthésique" est revenu et a déclenché chez moi une grande émotion. J'ai compris que tous les autres guides n'étaient que ses expressions. J'ai pensé alors aux dieux hindous, qui sont des manifestations d'un Être suprême. À ce moment, les mots de Silo résonnent : *"le Sacré est en nous"...*

Je m'adresse au guide intérieur pour "demander" et "remercier".

En approfondissant mon travail avec le guide intérieur, j'ai compris qu'il ne s'agit pas de quelque chose d'externe à moi, il s'agit de prendre contact avec les qualités du guide et de me rendre compte que ses qualités font partie de moi, que le guide représente la couche la plus profonde de mon intériorité (mon registre cénesthésique). Une émotion nouvelle et puissante jaillit alors, car j'ai compris que tous ces guides qui m'étaient apparus étaient des expressions de mon Dessein qui m'avait conduite à mon propre centre intérieur (l'esprit ?) d'où émanent toutes ces qualités, attitudes, comportements qui mobilisent tant d'émotion... À titre d'exemples : Tendresse, Compassion, Amour, l'unité des actions valables, le pardon et la réconciliation, Sagesse, Joie, Foi (et abandon de soi qui est aussi une forme de foi), Inspiration, Reconnaissance/gratitude, Poésie,... sans oublier l'humour, reconnaissant là aussi une dimension sacrée.

Les expériences préalables les plus significatives

Avant tous ces travaux mentionnés et les expériences, compréhensions et transformations auxquelles ils m'ont menée, j'avais déjà vécu des expériences significatives.

La première expérience importante avait été la découverte, lors d'un travail avec la Force, que quelque chose de sacré existait en moi, l'existence de ce que j'avais appelé "mon petit temple intérieur". C'était complètement nouveau dans ma vie.

Une autre expérience m'est arrivée, il y a quelques années, lorsque dans la Salle du Parc de Punta de Vacas, j'avais fait une profonde Demande de réconciliation avec certains amis humanistes pour lesquels j'avais un regard critique et parfois même dégradant. Soudainement, j'ai vu ces personnes travailler jusqu'aux premières heures du matin

avec Silo, planifiant, créant des matériaux et des projets qui allaient se réaliser par la suite. Et j'ai réalisé que sans eux, mon travail d'humanisation aurait été beaucoup plus difficile, voire impossible ; que je les regardais habituellement à travers une "fente" très étroite, sans voir toutes les choses bonnes et importantes qu'ils avaient développées dans le monde. Avec cela, je me suis non seulement réconciliée avec eux, mais j'ai vu aussi combien de fois je me suis jugée moi-même de la même manière, me limitant à me voir à travers un aspect négatif de moi-même. Cette expérience m'a aidée à forger une vision plus large et plus compatissante des autres et de moi-même.

L'une de mes expériences les plus significatives a été l'énorme "choc" ressenti alors que j'écoutais Silo prononcer les phrases suivantes (lors d'une réunion à Buenos Aires en 1989) :

... Le Mouvement Humaniste est la manifestation extérieure des changements profonds qui se produisent dans l'être humain et qui sont l'histoire elle-même : tragique, déconcertante, mais toujours croissante. C'est une voix faible, tournée vers l'avenir, qui annonce les temps qui vont au-delà de l'être humain que nous avons connu. C'est une poésie et un arc-en-ciel. C'est un David contre un Goliath insolent. C'est la douceur de l'eau face à la dureté de la roche. C'est la force des faibles : un paradoxe et un Destin...

En parlant avec les amis qui étaient présents, j'ai réalisé que la plupart d'entre nous avait vécu un phénomène similaire au même moment. En général, il n'y a aucun moyen de prouver que les phénomènes vécus lors de nos pratiques de méditation, mêmes les phénomènes les plus spectaculaires, ne soient pas les produits de notre cerveau, c'est-à-dire du corps physique qui s'effondre avec la mort. Mais dans ce cas, c'était différent. "Quelque chose" qui s'appuyait sur les mots prononcés mais qui ne venait pas des mots, m'a frappée, moi et d'autres, ce jour-là et à cet endroit-là, au plus profond de notre être. "Quelque chose" qui était devenu indépendant du corps physique. Ce fut ma première rencontre avec la possibilité d'un "quelque chose" de transcendant.

Le lendemain, lors d'un barbecue, j'ai demandé à Silo si la perception physique de ce "quelque chose", de cette "énergie", était en rapport avec le système limbique (en lien avec les émotions). « *Claaaaro (bien entendu)*, m'a-t-il répondu, *comme le dit Heidegger, c'est une manière-de-la-conscience-d'être-dans-le-monde* ». À ce moment-là, quelque chose a basculé en moi, la scientifico-matérialiste, et j'ai senti qu'une "conscience transcendantale" avait alors pris corps dans mon contenant. Et je me souviens de Mafalda, de Quino : Miguelito demande si on emporte le corps quand on meurt et Mafalda lui répond : « non ». Miguelito horrifié : « Il faut donc rendre ce contenant ? »

Autre expérience intéressante : À la fin d'une retraite de travail avec la Force, j'ai ressenti un besoin impérieux d'écrire un poème (il est en anglais, je le transcris à la fin de cet écrit, la traduction en espagnol a été un peu difficile, comme c'est souvent le cas avec les poèmes). Quelques temps plus tard, j'ai compris que l'inspiration qui a donné lieu à ce poème était le fruit d'un contact avec le Profond pendant la retraite. Et en l'étudiant aujourd'hui, je me rends compte qu'il traduit le Dessein (donc bien avant que je ne commence à faire un travail intentionnel sur le Dessein). Comme il n'y a pas de

mémoire de ce qui se passe dans le Profond, les "réminiscences" et les traductions apparaissent un peu plus tard.

D'étranges commotions et des coïncidences significatives sont apparues lorsque j'ai fait la Discipline de la Forme ; expériences qui, bien qu'elles se soient diluées ensuite, sont restées en mémoire comme des références. Une de ces expériences a été la sensation d'expansion infinie et de contact avec l'énergie de l'Univers entier (je ne sais pas comment le décrire autrement que de cette façon). Et il y a eu des "chocs" similaires à celui que j'ai mentionné plus haut (mon vécu lors de la réunion de Buenos Aires). Là aussi, quelque chose a changé dans ma vision de la mort, notamment la certitude que "tout était bien". J'ai remarqué qu'après cela, je me sentais plus "orientée" dans ma vie. Cela m'a rappelé Socrate et son "daimon" qui l'orientait et l'avertissait lorsqu'il s'apprêtait à faire une erreur.

La foi fait son apparition

En partant de mes états de doute, de peur et de mon matérialisme rationnel — et ce, malgré toutes les expériences antérieures —, un nouveau cycle commence avec ma maladie dans ce processus vers une réconciliation profonde avec le monde et avec moi-même, en direction de l'unité intérieure et du contact avec le sacré.

Au fil du temps, je me rends compte que je commence à avoir confiance dans le fait que, "le moment venu", tous ces guides apparus dans mes travaux seront là pour m'accompagner et me guider. Les expériences et registres accumulés durant ces trois dernières années, m'indiquent que, même si les choses sont probablement très différentes de ce que j'imagine d'elles ici et maintenant, ces expériences-registres sont certainement des traductions d'autres, plus profondes, et je dispose à présent de tous les outils pour mon dernier voyage. Grosse surprise, j'ai la Foi ! Cette foi est renforcée par le fait que la transcendance n'est pas individuelle. Je fais partie d'un "collectif d'énergie" travaillant pour des changements dans le monde et dans d'autres espaces, en direction de l'Amour et de la Compassion.

Qu'est-ce qui m'a amenée à reconnaître le message de Silo, alors que tant de gens restent sourds à ce message ? Pourquoi tant de "signes" sont-ils apparus pendant mon enfance et ma jeunesse, me poussant à chercher des réponses au-delà de celles données par ce système déshumanisant et dépourvu de sens ? Je reconnais maintenant ce Dessein qui me conduit sur le chemin du Sacré. Et cette reconnaissance, n'est-ce pas la Foi ?

L'image de Silo change

| Il se trouve qu'en travaillant avec le parcours du *Guide du Chemin Intérieur* et avec la *Cérémonie d'Assistance*, en y incorporant Silo comme accompagnant, à un moment donné de l'expérience, je l'embrasse et fusionne avec lui. Cette expérience de rapprochement change beaucoup ma vision de Silo et de son projet, lequel à ce moment-là m'apparaît

être « la création d'un nouvel univers » où la question n'est pas seulement de se réconcilier et de s'élever pour transcender mais d'avoir aussi le Dessein de "purification" d'un maximum d'âmes possibles parce qu'il y a besoin d'elles pour "autre chose". Je ne peux pas bien décrire ce changement, mais je suis profondément reconnaissante d'avoir pu vivre cette relation avec Silo avant mon départ. Et je suis convaincue que je fais partie de cette "nouvelle vague de recrues", dans ce projet qui existe depuis des milliers d'années et pour les prochains milliers d'années...

L'envol d'Edgardo

On nous informe que notre ami Edgardo vient de mourir à Buenos Aires après une maladie relativement courte. Nous réalisons alors une *Cérémonie de bien-être* pour lui. À ce moment-là, je suis surprise par une immense émotion : je connecte avec la joie indicible d'Edgardo lors de ses retrouvailles avec Silo dans ces autres espaces-temps. C'est comme si je le vivais moi-même. Et les jours qui suivent, je continue à être en contact avec lui (Edgardo) en ressentant à chaque fois cette joie profonde. Quelques jours plus tard, lors des cérémonies quotidiennes, je ressens l'Amour comme jamais auparavant. Lorsque cela se produit, c'est comme si j'étais sans être, dit autrement, je me rends compte de cela quand je reviens à mon état "normal". Je sens que, grâce à Edgardo, une nouvelle porte s'est ouverte dans mon espace mental. J'interprète qu'il s'est préparé pour qu'à son départ il puisse projeter l'Amour. Je prends conscience que mon désir de transcendance a beaucoup à voir avec la peur de la mort, avec un "pour moi" et qu'il y a une autre façon de "se préparer" en se connectant à cet Amour pour tous, cet Amour infini et transcendant qui complète la Compassion (que j'avais déjà ressentie comme un don des dieux) sur ce chemin nouveau et inconnu et plein de merveilles.

Quelques coïncidences

Il me semble que les coïncidences reflètent l'existence de connexions qui se produisent dans un monde non matériel. Elles sont comme une sorte de "preuve" qu'il existe d'autres espaces. Et il arrive que lorsque le travail intérieur est intensifié, ces coïncidences se multiplient ; ou peut-être sommes-nous dans de meilleures conditions pour les reconnaître.

En voici quelques exemples, dans les différents niveaux de conscience.

Dans un rêve, je me rends à Paris, avec le train Eurostar qui passe par le tunnel (le tunnel sous la Manche représente le chemin du profond) afin d'assister aux "funérailles" de 38 humanistes (ces "funérailles" à caractère sacré et festif ressemblent à un rite d'initiation). Sur le chemin du retour (à Londres), je me sens transformée (plusieurs situations dans lesquelles j'ai un comportement nouveau, inhabituel). Je me réveille avec un immense bien-être, avant que les douleurs dues à la maladie ne réapparaissent. En faisant l'analyse allégorique du rêve, j'apprends qu'il y avait eu 38 personnes (sans moi)

à la première réunion à laquelle j'ai participé dans le Parc d'Études et de Réflexion de la Belle Idée (réunion grandement sacrée puisqu'il s'agissait d'une "entrée à l'École", c'est-à-dire la constitution d'un ensemble de "maîtres" ayant réalisé une discipline spirituelle et ayant connu une conversion).

Dans un "voyage d'exploration" (en demi-sommeil), la première image qui me vient est celle d'une galaxie. Je ne sais pas comment continuer, j'ai l'impression de m'être trompée et je recommence. Mais l'image de la galaxie s'impose à nouveau.

Quelques jours après, en lisant le livre de Bruno Pezzutto, je découvre un petit récit dans lequel il est décrit comment, le jour de la mort de Silo, il découvre un point dans le ciel indiquant une galaxie qui apparaît dans l'une des expériences guidées. Peu de temps après, des amis du Chili me rendent visite et m'apportent un cadeau : une photo de Silo regardant une galaxie ! Ça alors !

Et lors d'une autre "exploration", apparaît un ami, que je n'ai pas vu depuis longtemps et avec lequel je n'avais plus de contact, dans une scène où le futur est grand ouvert vers un monde meilleur. Quelques jours plus tard, je reçois un courriel de cet ami, dans lequel il me propose de participer dans un "grand" projet.

Une amie se rend au Parc d'Étude et de Réflexion de Punta de Vacas pour la fin d'année et me demande ce dont j'ai le plus besoin pour la nouvelle année, afin qu'elle puisse relayer ma Demande dans la Salle de méditation. Je lui envoie donc mon souhait le plus profond.

Le lendemain, je reçois un courriel publicitaire dont le contenu n'a rien à voir avec tout cela. Pourtant, sur l'image jointe, une jeune femme souriante annonce : « Demande reçue avec succès ! » Et ce, en espagnol (et non en anglais comme c'est habituellement le cas en Angleterre).



Il y a eu aussi une coïncidence avec Thérèse d'Avila dont j'admire une statue. Son extase m'impressionne. Je m'identifie... De retour à Londres, peu de temps après, la maladie se déclare... Durant les différentes hospitalisations, souvent entre la vie et la mort, je vis des expériences plus puissantes qu'à l'habitude. Plus tard, j'apprends que Thérèse a vécu de grandes expériences mystiques au cours de ses nombreuses maladies.

L'esprit

J'en viens à la grande question. Selon Silo (et d'autres courants), dans la mort, le double (corps énergétique) reste sans son "support" matériel (le corps), et alors il se désagrège. Mais si un centre conscient, l'esprit, a pu être construit, celui-ci peut continuer à évoluer. L'esprit se construit dans la vie par des actions unitives, cohérentes. Dit autrement, le double perd son énergie et sa cohésion par des contradictions et avec les actions cohérentes, il s'unifie et génère l'esprit qui transcende. Et dans mon cas ? Je ne sais pas. Parfois, j'ai eu des étincelles d'une présence, d'un "quelque chose d'autre" et quand cela s'est produit, tout allait bien. Mais l'expérience m'échappe, et je me retrouve à nouveau sans aucune certitude. Cependant, quand je le registre, je ne peux pas croire qu'il n'est pas là tout le temps.

Au bout d'un certain temps, une image commence à apparaître selon laquelle l'esprit a toujours été avec moi. Un indicateur est la "reconnaissance" de certains événements ayant eu lieu avant même que je ne rencontre l'Humanisme. Nous avons parlé avec mon mari de l'étrangeté d'avoir un lien émotionnel si fort avec certains écrits de Silo, mais lorsque nous voulions les partager avec quelques amis, ça ne leur parlait pas ! Peut-être que nous reconnaissons ce que nous avons déjà en nous ? Peut-être que ces personnes se reconnaissent dans d'autres choses...

Je ne me permets pas d'affirmer qu'il s'agit de l'esprit, mais "quelque chose" a donné une direction à ma vie, m'a donné des signes, m'a fait reconnaître certaines choses qui allaient dans la même direction, m'a conduite à certaines expériences significatives, et tout cela malgré les accidents, les détours, les contradictions et les confusions. Je dois remercier la crise que je traverse aujourd'hui pour m'avoir menée à cette prise de conscience. Au-delà des doutes, je sens qu'un Dessein profond et constant a agi dans ma vie, me donnant une direction.

Aujourd'hui (25/04/19), mon amie m'envoie de belles photos de l'intérieur de la cathédrale d'Amiens où elle fait une pratique, et elle m'invite à la réaliser avec elle en coprésence. Je m'inspire avec ses photos et soudain se forme cette pensée, une prise de conscience : ce sont les registres qui alimentent et façonnent notre double énergétique ; et ce sont les registres d'unité, d'amour, de compassion, de joie, etc., lesquels, en s'accumulant, font naître l'esprit transcendant. Ce n'est pas une question de "mémoire" mais de "registres", c'est pourquoi Silo insiste tant sur les registres. Ce n'est pas le *souvenir de l'unité* que l'on emporte avec soi, on s'en va avec *le registre de l'unité*. Lors de la *Cérémonie d'Assistance*, les souvenirs sont évoqués dans un premier temps, mais ensuite on les lâche en même temps que le corps. Finalement, tout me paraît bien plus simple à présent : accorder moins d'importance à la tête et aux images et porter plus d'attention aux registres !

Et du coup, je comprends mieux aussi le sens de la pratique du Remerciement qui est précisément une façon de renforcer les registres intentionnellement, consciemment, les registres les plus positifs et les plus significatifs : « *Lorsque tu rencontres une grande force, une grande joie et une grande bonté dans ton cœur, ou lorsque tu te sens libre et sans contradictions, remercie immédiatement en ton intérieur* » (cf. *Le Message de Silo*).

La révision des actions valables

Dans le premier travail, j'avais commencé ma "liste" d'actions valables, des actions unitives telles que recommandées par Silo à Jayesh. Au fil du temps, j'en ai trouvé d'autres, des proches m'ayant fait remarquer des actions dont je ne me rendais même pas compte qu'elles avaient été unitives, car bien souvent j'avais agi "juste" pour aider de mon mieux et cela m'avait semblé "naturel". Mais en regardant plus attentivement, en effet, ces actions avaient toutes les caractéristiques du "penser, sentir et agir" dans la même direction. Elles étaient aussi dans le sens de "traiter les autres comme je veux être traité". Je les ai donc ajoutées à ma liste. Puis, en relisant cette liste, j'ai remarqué qu'il manquait de la "charge". Alors, en faisant un de ces parcours internes exploratoires, mon guide m'invite à "visiter" certaines des actions de la liste et je me retrouve à les "revivre". Cette fois, pas de problèmes de "charge". Les registres sont nets, profonds, puissants.

Avec le temps, grâce à tous mes travaux et pratiques, la quantité d'expériences importantes augmente et je comprends que les évocations répétées de ces images-registres accumulés, solidifie ce "quelque chose" interne d'où elles émanent.

Interdit de regarder Dieu en face

Ce vieux précepte juif (?) a surgi lors d'un travail avec la Force (*Cérémonie de l'Office*, dans *Le Message de Silo*). J'ai senti de douces ondulations à l'intérieur de mon corps, mais lorsque j'ai essayé d'y prêter attention, elles ont disparu, et lorsque je me suis simplement concentrée sur l'image de la sphère, ces ondulations sont revenues. Je me suis également souvenue de la phrase de Silo expliquant que le message du Profond n'est pas un message strident, mais un message très doux qu'on ne peut entendre lorsqu'on veut l'"attraper". Ah, donc il ne s'agit pas de regarder à partir du "moi", un moi superficiel et quotidien, mais à partir de "cet autre", plus profond, dont j'ai l'intuition mais que je ne manie pas encore... Je suis reconnaissante pour cette compréhension.

Le vide

Après environ six mois de travail intérieur (depuis le début de ma maladie), je fais l'expérience d'une catharsis très profonde et inattendue, après la lecture du *Guide du Chemin Intérieur* que mon amie me lit comme si c'était une expérience guidée. Après cette catharsis, je reste dans le vide pendant un long moment. Il ne se passe rien... Et tout le travail avec les images me conduit aussi au vide : mes guides disent de faire silence, d'attendre, de ne pas bouger. Très difficile pour moi ! Puis viennent d'autres images, la recherche obsessionnelle, compulsive, de la "certitude de l'expérience".

Le sacré est dans le monde, me dit-on. Si tu travailles pour le sacré dans le monde, tu travailles aussi pour le sacré au-delà de cette vie. Si tu ne regardes que vers l'au-delà, tu tournes le dos au sacré dans le monde. Je demande au guide quelle est ma mission dans

le monde. Il me rappelle qu'à plusieurs reprises, des professeurs m'ont dit, dans ma jeunesse que j'étais un "écrivain naturel". C'est ainsi, j'aime écrire ! Je vois l'importance d'utiliser cette qualité pour communiquer et pour transmettre, notamment ce processus, afin qu'il puisse servir à toute personne confrontée à la mort (en réalité ne le sommes pas tous ?) afin que chacun puisse prendre les éléments qui l'intéressent et développer par là même son propre processus. Mais aussi écrire des articles pour Pressenza (agence de presse internationale pour la paix et la non-violence) pour suivre le processus du changement, de l'humanisation (même si je trouve difficile d'écrire dans Pressenza les choses qui donnent un sens plus profond...).

Ainsi, peu à peu, émergent depuis le vide des nouvelles compréhensions, images, projets, une sorte d'orientation venant de l'intérieur...

Mourir dans ce système

Quand on m'a présenté le diagnostic et le pronostic, qui était très mauvais, je me suis (en)fermée pendant un certain temps. On me parlait de ce qui se passait dans le monde, on me racontait des anecdotes, des nouvelles... Je ne connectais à rien. Mais peu à peu, le monde est revenu. Puis, dans mes travaux de transferts, j'ai rencontré des images de nombreuses personnes qui étaient mortes "mal", dans l'horreur, sans temps ni éléments pour se réconcilier. L'Holocauste. J'ai ressenti une profonde tristesse et une grande compassion et j'ai commencé à réaliser des "mini cérémonies" pour ceux qui étaient morts il y a longtemps et pour d'autres plus récemment, pour tous ceux qui sont morts dans un monde de grande violence et de déshumanisation.

J'ai commencé à regarder les informations avec plus d'intérêt, j'ai suivi la campagne d'un politicien travailliste très intéressant (un humaniste au sens large du terme) et j'ai écrit pour Pressenza en le soutenant autant que possible. J'ai vu le sacré dans le monde, des gens qui essaient de faire les choses bien malgré le système, des médecins et des infirmières qui font de leur mieux au sein d'un système de santé qui a été délibérément démolit pour ouvrir la voie à la privatisation. Mon petit corps, MON petit corps ! À la merci des forces de l'antihumanisme cruel en action ! Mais aussi confié au sacré dans l'être humain, qui grandit en compassion et se rebelle contre la mort de l'esprit.

On ne meurt pas dans l'isolement, mais au sein d'une famille, d'une société, d'une humanité. Le processus de la mort peut également être un outil pour humaniser la terre, pour mettre en œuvre la non-violence. Je me suis fait un devoir de reconnaître le "bon" travail et le "bon" traitement humain de tant de gens, de leur faire savoir que quelqu'un les remarque ; des actions unitives qui reconnaissent des actions unitives. Ce n'est pas facile lorsque le professionnel chargé de s'occuper de toi fait preuve d'un manque de motivation ou d'attention et manifeste parfois même une certaine hostilité. En tant que médecin, il est difficile de ne pas voir quand des erreurs sont commises. J'essaie alors de ne pas personnaliser, de voir le système, de me centrer pour ne pas tomber dans le ressentiment. Tant d'occasions de faire du travail intérieur !

Le système de santé est un brassage de nationalités, de couleurs, de religions, de capacités et d'âges. Je remercie cette expérience. Où aurais-je pu rencontrer cette infirmière d'Éthiopie, cet ange qui donne toujours de l'amour et de la compassion, ou cette femme médecin indienne, qui fait toujours plus que nécessaire, ou mon fantastique chirurgien irlandais, ou encore le professeur du Pakistan, la gentillesse et la sagesse dans l'action académique, ou bien encore le médecin et l'infirmière en hématologie, qui ont humanisé mon traitement. Ils ont été le baume dont j'avais besoin pour contrecarrer la répulsion envers les politiciens qui détruisent, privatisent, exploitent la bonne volonté de ceux qui travaillent dans ce système de santé.

Et une fois de plus, je me demande s'il est possible de partir sans colère ni ressentiment, toute "propre", même en vivant dans un système violent comme celui-ci. Cela va de pair avec mes doutes. Peut-être est-ce comme mes listes d'unité et de contradiction, apprendre à donner plus de "poids" à ce qui va dans le sens de la lumière.

Les cycles bas

Bien que je me sente bien davantage réconciliée et que j'aie pu vivre des expériences lumineuses, il y a des moments de dépression et d'angoisse dans lesquels je doute de la transcendance et où le temps qui me reste semble se raccourcir de manière vertigineuse. En général, je vois que les traductions des impulsions de la maladie ont leur propre dynamique. Après avoir lu le livre de Lala (Laura Rodrigues, la première députée humaniste du Chili, morte d'un cancer et qui a témoigné de son processus intérieur dans son livre *À celui qui veut bien entendre*) où elle décrit en détail le "virus des hauteurs" ainsi que les cycles bas, je me dis que cela passera. Et, effectivement, c'est ce qui se passe. Parfois, j'ai besoin d'une "bonne catharsis". Parfois, j'ai besoin de faire un travail d'images qui m'amène dans un lieu lumineux et de paix, et qui ensuite m'élève aussi dans le quotidien. Parfois, je me mets à écrire sur quelque chose qui me semble intéressant, et cela me permet de sortir de mon marasme. Parfois, une conversation avec un/e ami/e me fait réaliser quelque chose d'intéressant, et je sors du tunnel...

J'ai appris à ne pas me battre contre certaines traductions d'impulsions (de l'intra corps) qui commencent à m'être familières. Les nausées liées à la chimiothérapie me rendent climatique, la fièvre me procure de l'anxiété, des malaises, en revanche il est possible de faire abstraction de la douleur, si elle n'est pas très forte, pour continuer à faire mon travail intérieur et à participer aux cérémonies. Je sais que tant de personnes font des *Demandes* pour moi, et je remercie, remercie, remercie. Et cela me donne beaucoup d'énergie et de joie de Demander moi aussi pour d'autres, d'essayer de les envelopper d'amour. Lorsque j'envoie du bien-être à d'autres, je fais une sorte d'*Imposition* (transmission de la Force) imaginaire avec mes mains, et se "réveille" alors un registre d'énergie puissante qui au début me surprend. D'ailleurs, les registres de l'"inattendu" me connectent aux avancées vers le sacré.

Accepter les cycles bas : succès ou échec ? Je remarque que l'on peut aussi mettre l'illusion du succès dans son travail intérieur ! Parfois, j'ai un bon registre, quelque chose d'inhabituel, « ah, le succès ! », dit le "moi" et l'expérience disparaît. Les cycles bas arrivent parfois quand le temps passe sans rien d'inhabituel, d'extraordinaire. L'échec du contact avec la transcendance. J'ai besoin d'aide pour me reconnecter, cela crée une dépendance vis-à-vis des autres, je me sens dépendante. (Ce juge interne n'est pas très utile et l'on me fera comprendre qu'il faut apprendre à accepter de l'aide). Mais l'échec est intéressant. Je commence à le percevoir depuis un endroit plus profond, il y a un autre Regard qui le voit et qui me fait prendre conscience que ce que je perçois comme un échec n'est autre que l'effondrement d'illusions. Et cela me réoriente vers ce qui est important, vers le lumineux. Ce qui donne et a un sens.

La chimie de Schrödinger

De même que pour le chat Schrödinger² — où l'on ne peut savoir s'il est vivant ou mort tant qu'on n'a pas ouvert la boîte —, on ne sait pas si le cancer a répondu à la chimiothérapie ou non, tant qu'on n'a pas passé le scanner.

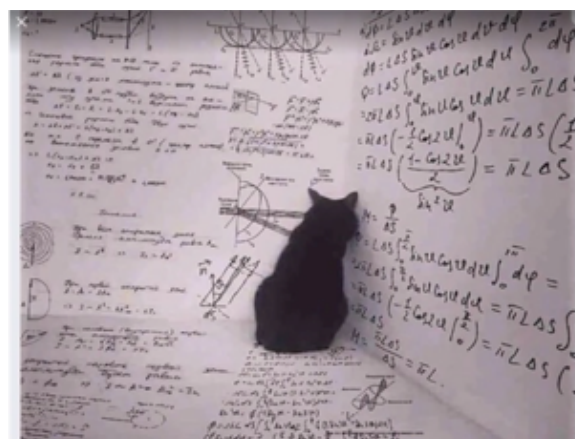
Le pronostic initial était très mauvais, mais il y a eu une certaine réponse du corps au traitement, alors le temps semblait pouvoir s'étirer. Le temps est un accordéon, aujourd'hui je me sens mal, le rein est infecté, je dois aller à l'hôpital pour être hospitalisée, alors l'image de la mort est juste sous mon nez, les choses du monde ne sont pas très intéressantes, je me préoccupe plutôt de savoir si j'ai fait assez d'actions valables, si je suis suffisamment réconciliée, si j'ai réellement foi en ma transcendance...

Puis je me sens mieux, nous sortons, je regarde le monde, je mange de bonnes choses, je me connecte, j'écris des articles pour Pressenza qui peuvent inspirer les gens à s'engager et à s'activer pour la non-violence, je communique, même si mes découvertes sont petites, sur la transcendance et la mort, afin qu'elles servent à d'autres, cela devient une priorité, j'oublie que je vais mourir, je me concentre sur le monde,... jusqu'à ce qu'un éternuement me le rappelle.

² Le chat de Schrödinger est une expérience de pensée imaginée en 1935 par le physicien Erwin Schrödinger afin de mettre en évidence des lacunes supposées de l'interprétation de Copenhague de la physique quantique, et particulièrement mettre en évidence le problème de la mesure. Un chat est enfermé dans une boîte avec un flacon de gaz mortel et une source radioactive. Si un compteur Geiger détecte un certain seuil de radiations, le flacon est brisé et le chat meurt. Selon l'interprétation de Copenhague, le chat est à la fois vivant et mort. Pourtant, si nous ouvrons la boîte, nous pourrions observer que le chat est soit mort, soit vivant.

Une des choses que j'apprécie le plus, pour sa capacité à changer les états et les climats, c'est le sens de l'humour.

Merci, Danny Z. Voici le chat de Schrödinger qui prépare sa vengeance.



Les placebos et les images cénesthésiques

En revenant sur le thème des images cénesthésiques de la conversation de Silo à Bomarzo, en méditant sur le sujet des placebos — dans le cadre de ma monographie sur *l'Espace de représentation* —, j'avais trouvé intéressant que ces images cénesthésiques soient, au moins en partie, responsables de l'amélioration obtenue en prenant un placebo. Je savais que mon esprit scientifique serait trop réticent à accepter les recommandations sur Facebook concernant les remèdes miracles sans fondement solide, alors j'ai cherché d'autres sources qui avaient une certaine base scientifique. J'ai trouvé dans PubMed, la base de données des études médicales, un certain nombre d'aliments courants dont on avait découvert qu'ils contenaient un composé anticancéreux ou, du moins, dans les études épidémiologiques, une relation inverse avec le cancer (oignon rouge, raisin rouge, shiitakes, noix). J'ajoutai donc mes placebos à mon alimentation habituelle dans l'intention de stabiliser le cancer avec mes images cénesthésiques, bien sûr sans arrêter la chimiothérapie. Ce n'est pas quelque chose que je peux "recommander" à d'autres comme panacée ou comme remède. Lorsque je dis que je mange des noix parce qu'une relation inverse a été trouvée entre les personnes qui mangent des noix et le cancer, il n'y a rien qui assure que les noix en soient la cause, cela pourrait être un autre facteur commun à ceux qui mangent des noix et qui ont peu de cancers. Je précise donc : si quelqu'un cherche à renforcer son traitement contre le cancer avec des images cénesthésiques, il devrait chercher ses propres placebos, selon son propre système de croyances. J'ai découvert que cela m'a également aidée à sentir que je pouvais faire "quelque chose", contribuer à mon traitement, et ne pas rester passive et impuissante face à la maladie.

Un autre moyen de renforcer les images cénesthésiques a été le travail avec l'expérience guidée *La Protectrice de la vie*, mais on peut aussi configurer des images plus spécifiques pour soi-même, afin d'agir sur son propre corps de manière positive. L'important, comme l'explique Silo, est que l'image, bien que visuelle au départ, produise des registres cénesthésiques, car c'est l'image cénesthésique qui produit un effet intéressant sur le corps.

Par ailleurs, le fait de savoir que d'autres personnes font des *Demandes* pour moi, qu'elles m'envoient du bien-être, déclenche également des images cénesthésiques qui ont un impact sur le corps de manière appropriée. J'ai vu que face à l'angoisse de la mort, on voudrait de la magie. Et cela nous rend vulnérables aux charlatans qui exploitent les malades en phase terminale. Il est devenu important pour moi d'essayer de comprendre les mécanismes de la conscience et comment ils agissent en moi et chez les autres.

De toute façon, je ne peux exclure que les énergies positives envoyées par les amis (à travers les *Demandes* et les *Cérémonies de Bien-être*) ainsi que mes propres *Demandes* ont agi et agissent sur le corps. J'ai eu trop d'expériences où il semble qu'il y ait eu une action à distance — toujours dans le contexte d'une relation affective forte —, pour nier cette possibilité, même si cela me coûte de l'admettre, vu ma tendance rationaliste.

Le moi envoie des signes... Transformer le négatif en positif

Quand on est en quête du sacré, la confrontation avec notre propre possessivité, notre arrogance et d'autres artifices du moi devient intolérable. Un exemple : quelqu'un mentionne lors d'une réunion une idée qu'il a attribuée à quelqu'un d'autre. Mais c'était la MIENNE ! Inutile de dire que quelques minutes plus tard, je me suis sentie très mal, ma possessivité ainsi exposée à des personnes qui me sont chères. L'image de moi ! Quel désastre ! Peu à peu, je me suis calmée et j'ai vu que c'était précisément le développement d'un Centre qui me permettait de reconnaître cette possessivité en action et de la rejeter. D'accord ! C'est comme ça qu'on apprend !

Bien souvent, nous nions en nous-mêmes des choses que nous critiquons chez les autres. Cela, je le savais déjà. Mais par la suite, lors d'une conversation, j'ai vu le même mécanisme mais dans le sens positif, c'est-à-dire qu'il est parfois difficile de voir en soi des choses positives, des vertus, pour lesquelles on admire les autres. Nous avons l'impression que l'autre, le leader, le guide, le modèle, a toutes les qualités qui nous manquent et nous ne nous rendons pas compte que ces qualités sont en nous et que c'est pour cette raison que nous pouvons les reconnaître "au dehors". Une fois de plus, une découverte qui pourrait révolutionner un monde où la critique des autres et de soi-même prévaut, où les vertus se perdent, ainsi que la reconnaissance, la gratitude, à l'extérieur et à l'intérieur. Le Centre se forme avec des actions valables, faut-il encore qu'on soit capable de les reconnaître ! Si notre juge interne est trop sévère et critique, on risque de passer à côté.

Le jugement de notre vie est le souvenir de nos actions unitives, alors il est important pour notre transcendance de connaître et de reconnaître ce qu'il y a de meilleur en nous-même. Quant à la politique, les vertus ne sont pas dans les leaders charismatiques mais dans le cœur des gens qui votent pour eux, et si les gens ne voient pas ces vertus en eux-mêmes, ils vont croire qu'ils dépendent des puissants qui prétendent les avoir. Révolution ! Qui aurait dit que les clés de la transcendance ouvrent aussi la porte à la Démocratie (je me tape dans le dos, je sens que ce mélange de plans c'est une de mes vertus que j'admire aussi chez les autres. Il s'agit de la capacité à établir des relations

plus larges). Les meilleurs guides sont internes, ceux qui représentent la Force, la Bonté et la Sagesse dans la profondeur de notre propre conscience. Merci Guide !

J'ai également vu que le "moi", dans son état le plus mécanique, une illusion d'identité créée par la conjonction de souvenirs et de sensations, peut dans des circonstances défavorables assumer un climat de base, la peur de disparaître, et une intention de base : ne pas disparaître. Il entre dans une sorte de guerre avec son destin. Il fait du "bruit", il ne se laisse pas réduire au silence car il veut nous empêcher d'entrer dans des espaces sacrés. Il se charge de culpabilité et de ressentiments apparemment indigestes, impardonnables, il prend du poids et devient et lourd(ingue). Mais le "moi" n'est pas un ennemi, car, en plus d'être essentiel à la vie quotidienne, il peut aussi devenir sensible à l'impulsion d'une conscience plus profonde et rechercher ce qui donne un sens réel à la vie. Je trouve que c'est l'une des réconciliations les plus intéressantes dans ce processus.

Et à propos de la peur, un de mes guides, celui de la Sagesse me dit (lors d'un parcours d'exploration) : *« Surmonter la peur, c'est le secret pour l'être humain, il doit sauter par-dessus la peur ! Parce que la peur est celle du singe, l'esprit ne ressent pas la peur. Enlever la peur est le plus grand acte de compassion, mais ce n'est pas quelque chose qui peut être fait pour les autres, on ne peut que donner les outils qui viennent du Profond. Et nous sommes là pour les transmettre ».*

Transformations

Je suis toujours moi, et si je ne me regarde pas correctement, je pourrais dire que tout est pareil, pourtant beaucoup de choses ont changé lors de cet étrange voyage. J'ai ressenti la force des *Demandes*, ma propre Force et celle des autres ; la relation avec les personnes qui m'ont accompagnée dans ce processus a créé la conscience de liens d'une profondeur inattendue, quasi "magique" ; des compréhensions profondes lors des cérémonies ; des inspirations soudaines sur différents plans, tantôt liées à la transcendance, tantôt à la politique sociale pour écrire dans *Pressenza* ; des réconciliations profondes, l'éveil de la Compassion pour les autres ; et aussi plus de lucidité pour voir les frustrations et les attentes en action, les ruses du moi, ses échecs, et remonter humblement en tirant des leçons des cycles bas...

Les prises de conscience ont été tantôt subtiles, tantôt douloureuses. Mais le plus important a été de réaliser que ce sont les registres qui comptent, pas la mémoire avec ses souvenirs, et que les contradictions qui tirent de tous côtés me font mal parce que je les registre comme une désintégration. D'autre part, les actions unitives, où tout va dans la même direction, créent un centre de gravité que je registre comme un futur ouvert.

Sur 7 milliards d'êtres humains sur cette planète, j'ai eu le privilège d'écouter Silo en personne, de lire ses écrits, de pratiquer avec d'autres une doctrine que l'on découvre pas à pas comme s'il s'agissait d'une chasse au trésor. Dans la vie quotidienne, dans les jeux, dans l'art, dans l'histoire, partout et dans tout on peut reconnaître les signes du sacré, et si nous apprenons à le voir, tout ce qui se passe devient un écho du chemin de libération du dieu enchaîné.

Poème

Gratitude

Pas de chemin magique ? Pas de plan ?
Pas de qui, quoi et comment, pas de quand ?
Juste cette vieille boussole à l'intérieur de moi
"Made in the South", pour une fois.

Des dragons tués, des moulins à vent combattus
Depuis les années 60 nous avons survécu
Pas de regrets pour les rêves frustrés :
Ils nous ont conduits si près.

Avons-nous épuisé toutes les pierres
Pour construire des châteaux dans les airs ?
Ou bien l'aube se lève-t-elle sur une ère
Pour nous tous, pacifique et débonnaire ?

Ton aventure, cher Prométhée,
Nous a révélé du feu les secrets.
Mais cela nous aurait laissé
Entre pâté et désirs grossiers ?

Bravo Armstrong, héros en combinaison spatiale
Que la lune a vu sauter des étoiles.
Pionnier des pas dans le ciel
Et faire des frites dans des poêles Tefal.

Nous courons après des droits et des chimères.
Dupés par le plaisir du sexe. Confusion.
Tantôt c'est bon, tantôt c'est l'enfer.
Vent de la vie ou partie d'échecs ? Jouons !

L'argent parle et il parle en anglais
Un accent de Wall Street on lui reconnaît
Tyran géant, de sens totalement vidé
Dieu-marionnette, en argile sont tes pieds.

Se sentir célèbre, connu, avec de l'importance
Respecté, servi, admiré.
Remplir le vide d'une quasi-existence
De grandeur les illusions obstinées.

Guirlandes électriques de l'enfance : terminé !
Pour cette race (pas si) humaine
Marquée par le bruit de menottes cassées
Du OUI intérieur du monde/ de l'univers entier !

Merveilleuse escalade de la psyché humaine
Cerveau super extra complexe
En cage derrière ses dorés réflexes
Simple interrupteur. On : joie. Off : peine.

Encore exclue du concert
De tout le savoir universel
Seule et sans partition elle joue son air
Des chants de bouillie au miel.

Antinomies soi-disant séparées
Fantômes dont se combattent les moitiés
Intuitif et relatif E/ mc carrés
Terre et cieux en quantique unité.

Ève se réveille de tricoter du rêve
Avertir les autres de l'inondation
Neuf petits mois pour faire un humain
Des vies entières pour donner à l'Arche sa direction.

Au coin de la rue est le pardon
Aucun mal n'a été fait, juste des douleurs de croissance
Pour ce drôle de singe doté d'une conscience
Qui doit rattraper le train de l'intention.

Apportons notre musique et nos voix
Notre poésie, notre science et notre esprit.
Mais la violence, le racisme, les conflits,
Les guerres, il faut les laisser derrière soi.

Nouveau berceau pour bébé Raison
Nouveau parc à jouer pour ce tout jeune Cœur
Nouveau nid social pour l'Action
Nouveaux mainténants pour le passé du Futur.

Écarter le (vouloir) pouvoir et la vengeance
Pas de place pour les armes ni les fouets
Être conscient de comment l'on dispense
Le mot sacré, amour, communément appelé.

Quels sont les modèles à suivre ?
Quels mots nous serviront de guide ?
Pensées sages, actions fortes, sentiments bons,
C'est à l'unisson que nous les trouverons.

Traiter les autres comme nous aimerions
Qu'ils nous traitent, pour vivre libérés.
Emploi, villes, valeurs, production et habitations
Tout doit être humanisé !

Tu l'entrevois alors mon frère, ma sœur ?
La fin du voyage, vous la percevez ?
Pas de véritables fins, juste des premières heures
Le poussin Phoenix l'œuf est en train de briser.

De la souffrance à la liberté croissante
De l'ignorance à la Lumière
Pas tout à fait dirigé, peut-être escorté
Par les mythes, par la flèche puissante.

Vous êtes les bienvenus pour voir la fenêtre
Regardez, méditez, puis décidez :
S'endormir dans un fauteuil douillet
Ou pousser la porte qui n'est qu'entrouverte.

Ces portes ne sont pas faites pour partir en solo
Pas de tours d'ivoire, pas de landau
La route est assez large pour beaucoup
Ou en fait pour un seul trop exiguë.

Merci à toi, Silo, pour tes enseignements
D'avoir transmis ce « *fais le toi-même* » si encourageant
Nous voilà à présent dans ce doux courant
Et la roche dure se transforme en sable bienveillant

Mais silence ! Les bords se séparent
La fente s'ouvre pour laisser entrer le soleil.
Fleur, cristal, reflets des yeux
L'ego, le moi, nous te disons adieu.

De nouvelles personnes éblouies
Font des projets, se serrent la main, jouent et rient.
L'écrivain fait une dernière entrée.
La véritable Histoire a commencé.