

## Après avoir entendu la voix, j'ai joué le « jeu ».

Une voix du plus profond de moi-même me parle.

J'ai écouté sans résistance, puis j'ai écrit ce jeu- miroir d'être pour m'ouvrir à connaître ce « JE » de l'intériorité qui interpelle le « je » de l'extériorité.

Aujourd'hui, j'ai décidé de partager ce message tel qu'il a commencé dans le jardin de mon âme.

C'est ainsi que je t'ai inventé, lecteur de mes pérégrinations vers l'indéfinissable. Et maintenant que tu as ce texte en main, je te propose de jouer le jeu de la découverte de ton « Je intérieur ?

Toi qui es sur ce chemin qui mène à ce que tu es, ce message t'est destiné tout comme il m'a été destiné.

Te voilà face à cette écriture-miroir de ton proche cheminement.

**Je te propose de vivre cette rencontre merveilleuse avec toi-même.**

Il faut, tout comme je l'ai fait, juste écouter sans résistance, lire et laisser se dire ce qui se dit en toi. Tu peux aussi écrire ta propre écoute face à ce partage-miroir.

L'auteur de ce texte est une voix qui vient de l'intérieur pour éveiller notre « personne-alité ». Voici ce que me dit la voix.

*« J'habite la personne qui écrit, tout comme j'habite tous ceux qui se trouvent sur le chemin de l'éveil. Pendant que tu lis, tu commences certainement à t'interroger sur le sens de l'écrit, jugement, interrogation, étonnement, perplexité... ».*

Tu te dis, mais c'est quoi ce message ? C'est un bon début du dialogue intérieur. Laisse faire, et pose toi la question, qui pense pendant que tu lis ? Et si tu lâches le mental-pensant, alors tu pourras toi aussi entendre **un message** qui vient de ta partie la plus intime de ton être.

Perplexe ?

Prends le simplement comme **un jeu, le « jeu du "JE" »**. Jusqu'à ce que tu découvres l'écho en toi-même, une résonance entre ce que tu lis et ce qui se pense en toi.

Pour que tu puisses vivre l'expérience d'ETRE ce que tu ES, il suffit de poser le principe qui est que :

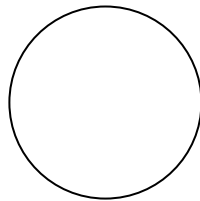
La voix, même si elle prend des formes différentes, à une même origine et communique et s'exprime à travers les « JE » intime au fond de chacun de nous.

Le jeu consiste à « dé-couvrir » le " JE" derrière le "je" qui lui, n'est qu'un jeu. Le "JE" est le but du "jeu" que le "je" dois découvrir...

Je reprends : il y en toi un « je » qui dit je quand tu parles de toi. Mais ce je qui se pense être, est-il ce que tu es vraiment? Il n'est que le jeu de nos pensées apprises et parfois formaté par le jeu des croyances multiples que nous rencontrons. Et si tu sais que tu n'es pas ce « je » pensant, alors, le but du jeu serait de découvrir le véritable JE derrière ton je.

En acceptant cette idée, tu seras auteur de ton propre dialogue avec toi-même. Ceci te permettra de découvrir l'écho, miroir de ce que tu sais sans le savoir de cette voix qui te parle constamment sans toujours l'entendre.

*« Si tu as été créé "je", c'est pour que tu sois toi-même l'artisan de ton véritable "JE". L'espace de vie dans lequel le « je » joue son « je » est l'espace d'exploration du JE »*



*« Avec le temps, tu comprendras que ce "jeu" est en fait l'œuvre la plus importante qu'il t'est donné à vivre, réaliser ce pourquoi tu es ».*

### **Prêt à jouer ? Besoin d'un peu de technique ?**

Commence à choisir un endroit calme, un endroit qui sera ton « lieu » de rencontre seul avec toi-même. Il est nécessaire d'être isolé de contact extérieur, d'éviter toute forme de dispersion...

La dernière fois que je suis entré en dialogue intérieur, j'étais invité chez Maurice, un ami d'enfance. Alors que j'étais sensé aller dormir, je me suis mis en pleine méditation préparatoire au jeu. Soudain, Maurice apparait pour m'inviter à écouter une émission à la télé très importante, dit-il. Je ne vous raconte pas la chute ! Dans cet entre-deux, je n'ai pu que lui dire, mais t'es fou ! Et à son invitation ma réponse fut :  
« je ne suis pas là » !!!

Où étais-je donc ? Et que me restait-il du dialogue ?

**Rien ! Retour dans les coulisses de l'inconscient.**

Tu comprends ?

Si tu veux que le jeu en vaille le « Je », coupe toi de l'extérieur et de tes extériorités.

Choisis un temps totalement libre de toute préoccupation.

Et évidemment de tout besoin physiologique.

Décide du temps que tu souhaites consacrer à cette rencontre avec toi-même, mais tu dois être disponible pour un éventuel mouvement, car la maître du jeu peut te surprendre.

Prends avec toi un verre d'eau, un cahier et un stylo, car il ne faut pas laisser trop de temps entre l'expérience et sa retranscription. Une fois installé(e), commence à boire un peu pour ne pas être dérangé par la soif.

Puis quand tu es prêt, relâche toi, détend toi comme tu as pu l'apprendre dans d'autres contextes de lâcher prise, relaxation ou de méditation...

Pas besoin de fumer de la moquette ! Le passage à l'écriture te serait difficile, quand à « l'image in ère », n'en parlons pas !

Donc en conscience de toutes tes facultés cognitives commence par le souffle de la respiration.

Ecoute le souffle, souffle de vie.....

Observe l'intelligence du corps, inspiration ressourcement, expiration épuration... Pose l'intentionnalité de ce que tu attends, mais sois libre de cette intention, car lorsque tu lâcheras la tension, le jeu prendra la forme qu'il aura choisi.

Puis rebranche-toi à ton souffle de vie et observe ce qui se passe, écoute ce qui se dit en toi-même, si ce n'est que des pensées .....

Nous sommes, dans un premier temps, dans le cadre de rêve éveillé. Si il y a de l'image, met toi en mouvement dans le paysage qui se présente à toi. Si ce sont des pensées, écoute, interroge tes pensées, et observe et prend note du dialogue intérieur.

Il n'est pas nécessaire de rester ainsi trop longtemps, car comme dans les rêves nocturnes, le risque serait que le dialogue ou la vision se range naturellement dans les coulisses de l'inconscient.

Donc, laisser se dire, se mettre à l'écoute, puis, sans se laisser plonger dans les profondeurs de la méditation, commencer l'écrit.

Pendant la retranscription, garde l'état de tranquillité dans lequel tu es.

Evite toujours toute dispersion pendant ton écriture.

A la différence de l'expérience méditative, tu es assis(e), le stylo à la main. Et tu commences à écrire les premières paroles reçues de la Voix ou à décrire le vécu.

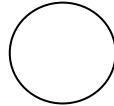
Puis, profitant de cet état d'entre deux, tu passes le relais méditatif à l'écrit, le dialogue continue à se maintenir, cette fois entre la pensée et l'écrit...

Tu t'installes dans une forme d'écriture automatique.

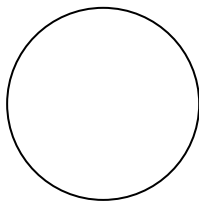
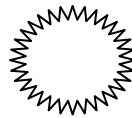
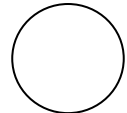
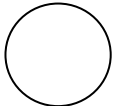
Et même si tu n'as rien vu, rien entendu ou pensé, écris : J'ai rien vu, rien entendu, juste que je pensais que je ne vois rien... Etc...

Ensuite, qu'il y ait eu dialogue intérieur ou non, lis ce que j'ai pu entendre.

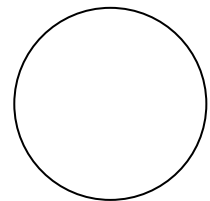
Tu lis ce que de mon côté la voix m'a transmis, sachant que mon intentionnalité était que ce qui me sera donné à écrire sera pré-texte à ton propre texte.



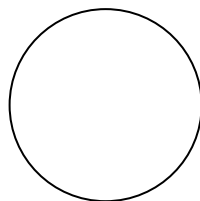
*« Tu es à l'intérieur, en face à face à l'écrit de ton texte miroir.  
Demande-toi en ton fort intérieur qui es-tu au juste, au-delà des images-  
pensées plaquées sur ta véritable nature, puis, lâche la pensée et écoute ....  
Le murmure du silence qui vient te souffler ».....*



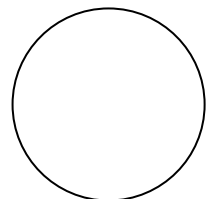
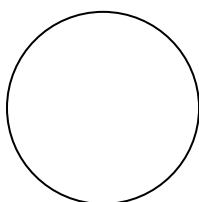
*« Ecoute et vis ce que tu écoutes... »*



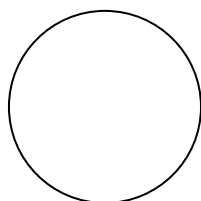
*« Cette espace t'appartient. Le texte qui vient en toi est maintenant ton propre  
texte, un « pré-texte » à poursuivre ton livre de vie »*



*Partage ton texte, comme je partage le mien.*



*Poursuis le jeu en jouant avec ta propre « voix »*



*Si cela te « parle », utilise les écrits de sagesse qui ont résonné en toi.*

Voilà quelques souvenirs de ce que j'ai vu et entendu au début de ce jeu qui a commencé depuis de nombreuses années. Le positionnement méditatif est la base de la mise en condition pour entrer en scène.

Après le lâcher prise classique de la relaxation, nous entrons dans une sorte de rêve éveillé, en auto relation « je-tu », sans référencement.

Cela a commencé par la conscience du souffle, puis celle de mon corps.

*« Je » suis ce corps. C'est ma première réalité.*

Je ressens le corps, j'entends la respiration, je ressens le souffle... la détente s'installe... je deviens observateur du corps.

*Je suis l'observateur,*

Je suis la pensée qui observe ce qu'elle ressent.

*Je suis alors ma pensée « je pense » Je suis l'être qui pense.*

Puis, j'observe mes pensée, je suis observateur de mes pensées, mes pensées m'emmènent là où je vis, là où j'agis. Je m'identifie à ce que je fais dans la vie.

*Je suis instructeur,*

Je m'identifie dans mes différents rôles, mes fonctions,

*Je suis père, fils, mari, ami...*

*Je découvre mes responsabilités, je suis responsabilité,*

*Je découvre mes valeurs, je suis ces valeurs...*

*Je pense à ce que je fais maintenant, je suis écriture*

Et à chacune de ces identifications, il y a l'observateur ;

Qui suis-je à travers toutes ces identités ?

Suis-je une personne unique qui regroupe tout cela, ou suis-je l'observateur ?

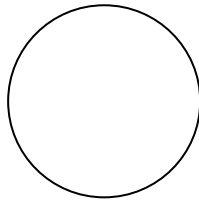
Et si je n'étais pas tout ceci, mais que tout ceci passe à travers moi, mais n'est pas moi ?

Et si j'arrêtais d'observer ce qui est en pensée, que je laisse se dire ce qui peut se dire, sans réfléchir sans observer. Qu'est-ce qui peut se dire...

Une pensée me vient... La question, quelle est ta question ?

Et si tu n'en avais qu'une ?

- *D.ieu ?*
- *C'est-à-dire ?*
- *Ben ! Quoi D.ieu ? Sa présence voilée, son agir caché, la souffrance, les épreuves, le pourquoi, le pourquoi du pourquoi...*
- *Je vois qu'à partir d'une seule question, tu retrouves tout le questionnement du sens.  
Mais tu sais que D.ieu, nous ne pouvons rien en dire...*
- *Oui, je sais, on ne peut prouver D.ieu, mais l'éprouver...*
- *Évitons alors de l'éprouver, reviens à toi-même. Revient à ce qui peut être dit sans tomber dans des nébuleuses cosmiques de l'impossible question.*



*Là où tu peux entrer en contact avec ton âme, tu entres en contact avec  
**D.ieu.***

*Et cela n'est pas dans la pensée. Alors, lâche prise et écoute...  
Lâche, arrête de penser... Tu n'es pas l'effet de tout cela,*

***Tu Es,***

*Écoute et laisse dire ce qui vient se dire.*

*Tout ce qui attire ton attention et touche ta conscience, que ce soit par un livre, un enseignement, une rencontre, une tradition, tout cela vient du  
**SOI.***

*Que ce soit dans la lumière ou dans l'obscurité.*

*Que ce soit par un événement ou par tes actions.*

*Que ce soit par la joie ou par l'épreuve.*

*Que ce soit par l'Amour ou par la discorde.*

*C'est toujours le SOI qui te conduit.*

*Que ce soit par ce qu'ont écrit d'autres chercheurs, philosophes ou initiés, qu'importe puisque c'est encore le SOI qui les inspire, tout comme je te souffle ta propre inspiration, il te suffit simplement de l'entendre.*

*De même, tout ce qui attire ton attention dans ce message et qui fait écho en toi, n'est que la confirmation que Ma Parole était déjà présente au-dedans de Toi. Cette expression ayant servi de canal ou de moyen choisi par le SOI, pour toucher ta conscience.*

*Ta personnalité n'est que l'expression de l'être d'une vie, alors que ta conscience est l'expression de l'ÊTRE de tes vies qui est le Soi. Tes aptitudes, comme ton corps, ne sont que des phases de ta personnalité humaine, ta conscience est une phase de la Divine Impersonnalité en toi.*

- *Médite bien sur ces paroles.*
- *Si tu veux que la Voix te pénètre, délivre-toi de tes identifications éphémères.*

***JE SUIS Ce qui vient à ta conscience pour t'éveiller.***

*JE SUIS ce qui vient pour te sortir de l'illusion de ce que tu crois être.*

*Es-tu prêt à éliminer toutes tes illusions, toutes tes opinions personnelles, toutes tes croyances limitantes qui ne sont que des débris jetés par d'autres et recueillis par toi ? Es-tu prêt à quitter ce paysage que tu t'es construit, et quel tu t'identifies ?*

*Mais sache que ton individualité doutera, même si tu entends la Voix du plus profond de toi-même, car si tu ouvres ton cœur à la Voix, ton individualité sait que ses identifications qu'il considère être siennes, sont menacées. Alors qu'il ne s'agit que de lâcher l'illusion et non la fonction nécessaire à l'incarnation du moment.*

*Je t'ai préparé de nombreux chemins afin que tu puisses comprendre Ma Signification.*

*J'ai toujours été avec toi dans tes nombreuses aventures, mais tu ne me reconnaissais pas.*

*Lorsque les textes de l'aventure spirituelle parlent de MOI, ne vois-tu pas qu'elles parlent également de Toi ?*

*Dans le texte biblique, c'est en fait toi-même que Je conduis, en plaçant devant ton regard la vision de " la Terre promise ", en te nourrissant de la manne du désert à travers différents enseignements que tu rencontres, pour que tu puisses désirer ardemment Te trouver.*

*A présent, le temps est venu pour toi de " Passer de l'autre côté" de "partir pour TOI", et de te rendre vers cette " Terre" que "JE" t'indiquerai pour être TOI-MÊME.*

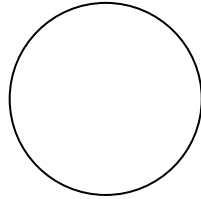
*Et pour cela il te faut quitter le paysage-image, construit en ton lieu de naissance ... Alors tu chemineras vers cette ailleurs qui s'ouvre à toi.*

*Es-tu prêt à grimper ta propre « échelle » de Jacob », là où je me révélerai à toi, même si cela doit se faire dans les épreuves de la nuit de l'exil? Es-tu prêt à faire le « saut » de la Pâques, quitter ton Egypte intérieur et traverser la mer de Jonc, pour me rejoindre sur cette nouvelle échelle du Sinai ?*

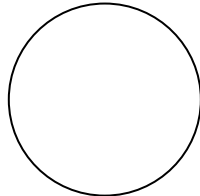
*Alors, installe toi dans le murmure du silence du désert que tu vas maintenant traverser pour entendre la VOIX qui t'indiquera la Voie.*

*Tu hésites encore? Perplexe ?*

*Et pourtant, ces paroles, combien de fois sont-elles venues te dire ce qui est dit ICI sous une autre forme ? Je te laisse dépouiller la forme pour entendre le fond du message.*



**A suivre en ce qui concerne le texte prétexte**



**A suivre en ce qui concerne ton propre texte**