

# "Merci qui ?"

(Traduction [Robert Geoffroy](http://blogbug.filialise.com), vidéo visible sur <http://blogbug.filialise.com>)

## Comment préparer les enfants à la vie?

Voici une bonne question ! Oh, elles le sont toutes ! *Comment pouvons-nous préparer nos enfants à leur vie ? J'ai un garçon de huit ans et une fille de dix ans. Que devrais-je leur dire quand ils me questionnent à propos de la mort ?*

J'aime cette question, parce qu'elle contient déjà une vérité importante. La première question : « Comment pouvons-nous préparer nos enfants à leur vie ? » Et la seconde partie de la question : « Que devrais-je leur dire quand ils me questionnent à propos de la mort ? » Ensemble, les deux questions suggèrent que se préparer à vivre requiert d'être informé au sujet de la mort et c'est tout à fait vrai. C'est important pour les enfants d'en apprendre sur la mort dès leur jeune âge sans trop d'explications ni histoires. Il s'agit de permettre à l'enfant d'avoir une expérience directe de ce qu'est la mort et vous pouvez commencer avec de simples choses comme une feuille morte qui tombe de l'arbre.

Vous pouvez montrer à l'enfant, même très jeune, 4 ans, 5 ans ou même 3 ans, une feuille morte et la comparer à une feuille qui est toujours sur l'arbre et donc vivante. « Tu peux voir la différence, sentir la différence. Quelque chose qui se trouve dans cette feuille-ci n'est plus dans cette feuille-là. Tu peux le voir, ça a quitté l'une des deux feuilles et celle-ci va disparaître très bientôt ». Vous pouvez montrer comment elle s'émiette facilement pour n'être plus rien.

L'enfant peut ensuite rencontrer la mort sous d'autres formes. Il y a une autre question à laquelle je vais répondre en même temps. Quelqu'un parle de la grande tristesse de ses enfants depuis la mort ou la disparition de leur chat. Si vous avez des animaux domestiques, c'est encore une façon pour les enfants d'être en contact avec la mort quand la vie du chat ou du chien arrive à sa fin, ce qui peut être très douloureux.

Là encore, vous montrez à l'enfant que l'essence du chat ou du chien n'est pas ce que l'on touche, n'est pas le beau pelage tout doux, la fourrure que l'on caresse, ni ce qui est en dessous. Vous pouvez montrer des images à l'enfant où il peut voir ce qu'est l'intérieur du corps d'un animal ou d'un humain. L'intérieur d'un chien ou d'un chat est bien sûr similaire à l'intérieur d'un humain. Il y a les mêmes organes. L'organisme de l'humain fonctionne de façon identique.

Vous indiquez à l'enfant que ces os, cette chair, ce sang ne sont pas vraiment le chien ou le chat, ni ce que l'on voit. « Et ce que tu aimes vraiment chez le chien, même si c'est agréable de caresser le pelage d'un animal, ce n'est pas son pelage. Si c'était son pelage, il suffirait de le garder et ce serait tout aussi bien que le chien vivant, mais ce n'est évidemment pas ça. Et ce que tu aimes, ce ne sont évidemment pas les organes ! »

Vous pouvez les montrez à l'enfant : « Voilà comment c'est, il y a la même chose en toi. Et ce que tu aimes, ça n'est pas ces organes, quand tu aimes le chien. Et ce que tu aimes, tu ne peux pas le voir, tu ne peux pas le toucher, mais tu peux le sentir. Tu ne peux ni le voir ni le toucher ». En fait, pour vous expliquer, je m'adresse directement à l'enfant : « Le vrai chien n'est pas le chien que tu vois. Ce que tu vois ou touches n'est pas ce que tu aimes véritablement chez le chien et quand le chien meurt... »

Vous pouvez dire tout ça à l'enfant. Il peut ne pas encore comprendre, mais au moment où l'animal meurt, vous êtes là avec le corps mort. L'enfant va certainement pleurer, mais vous pouvez alors lui expliquer : « Ce que tu vois maintenant n'est plus le chien. C'est juste cette partie du chien qui était visible, mais la partie essentielle, le vrai chien n'est plus visible et est parti ailleurs ». Où ? « Je ne sais pas, il poursuit son chemin ». Ne racontez pas trop d'histoires, mais quoi que vous vouliez ajouter qui vous vient... Vous ne savez pas vous-même où le chien s'en va ou où il se trouve. Incarné en un autre chien ? Peut-être ! Mais ce qui est le plus important : « Le vrai chat n'est pas ce que tu vois et touches ». De cette façon, l'enfant peut avoir un sens de ce qui est sans forme et c'est l'essentiel.

À partir de là, vous pouvez passer aux humains, parler de vous-même, parler d'autres humains. Vous expliquez à l'enfant : « Ce que tu vois et touches ne dure pas toujours. Ça finit par disparaître et c'est ce qu'on appelle la mort ». Quand vous voyez la mort autour de vous, vous pouvez brièvement mentionner ce fait pour que l'enfant développe ce sens : « Ici, il y a la forme, le visible, mais ce qui est le plus important n'est pas visible ». Ce n'est pas tant une compréhension conceptuelle que reçoit l'enfant, mais cela se passe au niveau du ressenti pour qu'il se rende compte que « le vrai être que j'aime n'est pas en fait ce que je peux voir. C'est au-delà ».

Et vous pouvez enseigner cela. Commencez avec une fleur qui est morte ou qui meurt, se fane, se dessèche, une feuille, la nature, ensuite un poisson, tout autre chose. L'enfant sera alors à l'aise avec le fait de la mort qui ne sera plus aussi effrayante. En même temps, comme c'est magnifiquement mentionné dans votre question, c'est une préparation à la vie, parce que sans une conscience de la mort, sans une acceptation, et n'y avoir accès que lorsqu'une forme disparaît, on passe sa vie dans la peur.

C'est une chose magnifique qui devrait aussi être enseignée à l'école, mais je ne pense pas qu'on le fasse déjà.

### **Quel est le rôle du mental dans notre santé ?**

*Quel est le rôle du mental dans notre santé ? Mon médecin dit : « La douleur inconsciente est responsable de certaines maladies ». Est-ce que le mental crée un problème physique pour nous distraire de la douleur émotionnelle ?*

Donc, « Quel est le rôle du mental dans notre santé ? Le médecin dit que de la douleur inconsciente peut être responsable de certaines maladies. Est-ce que le mental crée un problème physique pour nous distraire de la douleur émotionnelle ? » Là encore, c'est une question très intéressante. Il y a bien sûr une corrélation entre ce qui se passe dans votre

mental et ce qui se passe dans votre corps. Même la médecine conventionnelle qui a très longtemps ignoré ça complètement commence à s'en rendre compte.

D'abord, il y a cette question : « Est-ce que le mental crée un problème physique pour nous distraire de la douleur émotionnelle ? » En général, la douleur émotionnelle peut ne pas être reconnue du fait d'une conscience insuffisante. Elle existe sous le niveau de votre conscience et elle peut s'extérioriser sous la forme de certaines réactions dans la vie quotidienne. Vous êtes alors dominé par ces réactions contre certaines choses qui déclenchent ce type de douleur émotionnelle qui est en vous et dont vous êtes complètement inconscient. Et la douleur émotionnelle qui reste complètement ignorée peut facilement se transformer en un symptôme physique. Elle est projetée sur le plan physique.

Toute sorte d'états mentaux négatifs prolongés qui produisent des émotions négatives correspondantes affectent le fonctionnement de l'organisme physique. Des recherches ont même été faites à ce sujet et confirment que des états négatifs, des états mentaux émotionnels affectent à long terme l'organisme physique. Vous pouvez le vérifier vous-même.

Si vous êtes dans un état d'angoisse, quand vous avez des pensées angoissantes, des pensées terrifiantes, qui ne concernent habituellement pas le moment présent – tout va bien dans le moment présent, mais il s'agit d'un moment futur imaginé -, cela affecte le corps : votre respiration devient superficielle, votre cœur bat plus vite, tout votre champ d'énergie se contracte ; toutes sortes de symptômes physiques apparaissent. Il n'y a donc pas de doute que ce qui se passe dans le mental affecte le corps.

Et répétons-le, les médecins l'ont très longtemps ignoré. Ils l'ont même nié. Vous alliez voir un médecin pour un soin physique et il ne vous posait pas la moindre question quant à savoir comment vous vous sentiez, ce qu'il en était de votre état mental, de votre état émotionnel. Il ne vous posait pas ce genre de questions, ne s'intéressait qu'au symptôme. Et ces médecins conventionnels disaient qu'il n'y avait pas de lien avec ce que vous viviez. Il y en a un évidemment.

Vous pouvez apprendre à vos enfants qu'il y a un lien entre leur mental et leur corps. Ils s'en rendront compte très vite. Imaginez que vous mordez dans un citron. Fermez les yeux et imaginez que vous mordez dans un citron et que vous le goûtez. Vous allez immédiatement remarquer que vous vous mettez à saliver. Et il n'y a pourtant pas de citron, il n'y a que la pensée d'un citron. La pensée cause une réponse physique dans le corps. Et ce n'est qu'un tout petit exemple.

Il y a autre chose qui est complètement, presque complètement ignoré par la médecine conventionnelle, ce que l'on appelle l'effet placebo. Quand les industries pharmaceutiques testent leurs médicaments, un groupe des sujets testés reçoivent une substance neutre, le placebo, bien sûr sans en être avertis. Il croit prendre un nouveau médicament puissant. Il y a toujours un pourcentage significatif de gens qui sont guéris ou dont les symptômes s'améliorent d'une façon très importante après avoir pris le placebo.

La plupart des tests cliniques donnent ces mêmes résultats. Et parfois, les résultats obtenus avec le placebo sont très proches de ceux obtenus avec le nouveau médicament très puissant. Mais c'est rejeté : « Oh, c'est le placebo, ne perdons pas de temps avec ça ! La seule chose

qui nous intéresse est ce que fait ce médicament. » L'effet placebo est méprisé et personne ne semble se demander comment il se fait qu'il y ait tel agent chimique de guérison si puissant. Les gens se guérissent eux-mêmes s'ils croient qu'ils ont été guéris, mais ils doivent y croire complètement. Vous pouvez donc voir avec quelle puissance le mental peut avoir un impact sur le corps.

Nous pourrions explorer un peu plus ce qu'implique l'effet placebo, voir comment cela pourrait aboutir d'une façon ou d'une autre au remplacement de la prise de médicaments et comment y parvenir. Cela nous amène bien sûr dans le domaine de la guérison spirituelle. Il y a là d'innombrables possibilités de guérison.

Il y a d'autres facteurs qui peuvent causer la maladie. Toutes les maladies ne sont pas causées par la négativité mentale ou le penser dysfonctionnel, la colère, la tristesse, etc., toutes sortes d'émotions négatives, l'envie, le regret, la culpabilité. Tout cela affecte le corps. Il y a d'autres facteurs. Nous vivons dans un monde plein de substances toxiques fabriquées par le mental humain intelligent. On ingère donc tout le temps des substances toxiques et nous sommes constamment bombardés par des radiations faites par l'homme. Il peut y avoir également certains facteurs génétiques, mais il reste qu'il y a une corrélation très forte entre la façon dont le véhicule physique fonctionne et l'harmonie ou la dysharmonie avec laquelle le mental fonctionne lui-même.

C'est bien sûr la responsabilité de chacun d'être conscient de la négativité qu'il héberge à l'intérieur et, ce qui fait bien sûr partie de cet enseignement, de reconnaître son identification au penser qui crée ces structures pour alors en sortir. Beaucoup de gens vivront une amélioration de leur santé.

L'abandon et la présence sont souvent associés à une guérison complète de symptômes physiques. L'abandon signifie ici un espace d'acceptation de ce qui est, non pas l'acceptation d'une maladie. Il y a une énorme différence entre accepter une maladie, ce qui n'est pas une bonne chose, et accepter ce qui est dans le moment présent. Quelle est la différence ? La maladie est une forme conceptuelle, un concept dans la tête, quelle qu'elle soit. Disons que c'est une maladie grave, une sclérose en plaques. « Accepter ça ? On m'a diagnostiqué une sclérose en plaques et je dois accepter d'avoir cette maladie appelée sclérose en plaques ? »

Non, c'est un concept. Quand on parle d'acceptation, tout ce qui est nécessaire, c'est accepter ce qui arrive dans le moment présent. S'il se passe dans l'instant quelque chose que vous pouvez sentir, une incapacité, une douleur, une faiblesse, c'est ce à quoi vous vous abandonnez, non pas à une idée de maladie, juste à ce qui arrive dans le moment présent. Et quand vous y amenez l'abandon, la guérison a souvent lieu, parce que l'énergie de la présence consomme, ... on pourrait dire une grosse partie des vieilles choses karmiques en vous avec leurs manifestations physiques ou manifestations mentales émotionnelles.

En présence de la présence, le passé est consumé. L'abandon facilite beaucoup la guérison. Il est alors plus facile au corps de se guérir lui-même. Aucun médecin ne vous guérit. Quand la guérison a lieu, c'est toujours l'intelligence qui habite le corps qui produit la guérison. Et cela peut fonctionner plus puissamment quand vous vous abandonnez à la vie et l'abandon à la vie se produit dans le moment présent. Ce n'est donc jamais l'abandon à l'idée de la maladie, mais juste à ce qui est maintenant.

## Merci qui?

*Je ne crois pas en un Dieu personnel séparé. Donc, quand émerge le sentiment de gratitude et que le mot « merci » se forme dans mon cœur et dans ma tête, qui est-ce que je remercie ?*

Ce que nous appelons ici gratitude est en fait juste un autre mot pour une appréciation de la bonté inhérente à la vie. Appréciation veut dire que vous la remarquez, que vous la reconnaissez. La bonté est ce qui sous-tend toute vie, la vie qui donne vie à toute forme de vie. Vous la sentez alors en vous-même et vous la sentez dans les autres formes de vie. Vous appréciez ensuite la bonté de la vie qui est dans la fleur, qui est dans l'eau qui se trouve dans ce verre. Vous pouvez la boire et dire merci et dire merci pour cette fleur.

Vous n'avez pas besoin de remercier une entité que vous pourriez imaginer quelque part et qui vous aurait donné cela. Non, quand vous dites merci, il y a une appréciation, non pas seulement de la bonté extérieure, de la beauté extérieure de la fleur, mais à partir d'un sentiment plus profond de la bonté intrinsèque. Cette appréciation est une ouverture vers la chose : « Ah ! » Et ce qui surgit parfois dans votre mental, c'est « merci ! » Vous n'avez pas besoin d'avoir une entité dont vous pourriez penser qu'elle vous a donné ça. Non, ce n'est ni plus ni moins qu'une profonde appréciation de la vie autour de vous dans sa multitude, son abondance de formes magnifiques et son état vivant intrinsèque. C'est tout ce qu'il y a. Merci peut alors vous venir à l'esprit, sans besoin d'imaginer une entité ici.

C'est extrêmement important d'avoir cette appréciation dans la vie. Il n'y a pas de présence sans cette appréciation continue de tout le charme dans toutes les petites choses qui sont autour de vous dans votre vie quotidienne, non pas seulement les choses extraordinaires qui arrivent de temps en temps. Cela accompagne donc toujours le fait d'être présent dans votre vie quotidienne