Nicole CANIVENQ

Traversez la maladie en conscience

ET RÉVÉLEZ VOTRE CHAMANE INTÉRIEURE !

M+ ÉDITIONS
5, place Puvis de Chavannes
69006 Lyon
mpluseditions.fr

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

© M+ éditions

Composition Marc DUTEIL
ISBN 978-2-490591-78-7

Préface

Dans mon chemin de vie, j'ai bien longtemps fréquenté la maladie, les douleurs, bref la souffrance sous des formes diverses. Ces traversées majeures – dont je témoigne dans mes deux premiers livres – m'ont cependant permis de vivre un parcours intérieur puissant vers de grandes renaissances.

Mon premier livre s'appelle « L'Arbre du Choix, mon rendez-vous avec les Êtres de Lumière »[1] dans lequel je relate mon accident de voiture et l'E.M.I[2] que j'ai vécue. Je partage les transformations de ma conscience suite à cette expérience mystique qui m'a révélé mon Essence. Le deuxième s'intitule « Dialogue avec mes Intestins, le Réveil de la Chamane »[3] dans lequel je témoigne de ma traversée de la maladie grave, une R.C.H[4]. C'est une maladie chronique des intestins très invalidante qui m'a conduite à vivre tout un parcours pour trouver ma guérison et arriver à l'accueil de ce qui Est. J'aborde également l'importance de l'Amour qui commence en soi-même car nous sommes tous et toutes cet Amour à un niveau absolu. Il est donc question de s'écouter et de se choisir enfin ! Ces épreuves et d'autres sur un plan affectif ont finalement constitué un long chemin de libération fort utile vers la reconnaissance de « Qui je Suis Vraiment » : l'Amour Inconditionnel, la Joie, la Paix, la Conscience Créatrice, l'Unité. Mais nous y reviendrons.

1. Éditions JMG
2. Expérience de Mort Imminente
3. M+ Éditions
4. Recto Colite Hémorragique

Ce guide est né grâce à un éditeur qui m'a proposé de le réaliser afin d'accompagner ceux et celles qui sont confrontés à la maladie ou à toute forme de souffrance. C'est vrai que je suis bien placée pour l'écrire tant elles ont fait partie intégrante de ma vie, jusqu'au moment où j'ai décidé consciemment de vivre l'autre versant de la souffrance qui est celui de la jouissance. Bien entendu, cela a nécessité tout un parcours intérieur avec bien des étapes et aussi, de bien vouloir me regarder en profondeur avec une très grande honnêteté. En effet, une part non négligeable de moi s'était construite sur la souffrance depuis l'enfance et sans le vouloir, ni en être consciente, je m'y étais donc habituée et identifiée.

Aujourd'hui, avec le recul, je constate que toutes mes prises de conscience m'ont amenée progressivement à retrouver ma Nature Originelle Divine, à savoir : je suis un être déjà parfait et hautement créateur. Ainsi, ce que nous sommes véritablement est donc forcément la santé car nous sommes l'Esprit qui a créé ce corps humain. Bien sûr, nous l'avons complètement oublié, c'est pourquoi nous devons faire le chemin du retour à la Source !

Nous verrons que ce que nous appelons « la réalité » n'est pas si réelle et si solide que cela. Elle serait plutôt liée à toutes nos croyances, nos identifications, nos blessures et notamment celles qui sont cachées dans notre inconscient. Elles génèrent cependant nos choix et la plupart de nos états émotionnels récurrents ! Bref, à travers ce livre, je vous emmène en voyage dans vos profondeurs. Un voyage au cœur de vous-même en toute sécurité. Accrochez vos ceintures, nous allons plonger. Je vous souhaite une bonne exploration pour débuter une vie bien meilleure dès maintenant !

Mon intention est en effet de vous aider à vous orienter toujours plus vers votre Joie d'être, vers votre Unicité et finalement vers plus de Vie et d'Amour ! Car j'ai réalisé que nous sommes l'Amour que nous cherchions et que l'Unité doit se

vivre à l'intérieur pour ne pas rester un beau concept spirituel ou philosophique !

Ce guide est découpé en trois grandes parties. Dans la première, je partage la synthèse de mes compréhensions personnelles de la maladie issues de mon métier d'accompagnante et de mon propre travail intérieur depuis quinze ans. Je vous invite à des exercices à la fin de chaque chapitre pour faire un point avec vous-même et prendre conscience de votre vécu. Car le chemin de transformation ne peut être fait que par une seule personne : VOUS ! Et il commence toujours là où vous en êtes précisément, et non là où vous voudriez être ou là où vous croyez être.

Il se peut que certaines questions soulèvent vos résistances. C'est normal car le but de cet ouvrage est d'aider aux prises de conscience, et certains sujets sont plus confrontants que d'autres. Donnez-vous tout le temps nécessaire, quitte à revenir plus tard sur certaines, mais notez-les tout de même car toutes ont leur importance. De même, il n'y a pas une bonne ou mauvaise réponse. Il y a votre réponse et votre ressenti du moment et c'est ce qui compte pour avancer.

Ainsi, ne vous jugez jamais car l'Amour ne juge pas. Soyez bienveillant et suivez votre rythme unique car il y a des jours avec et des jours sans lorsque l'on est malade ou souffrant. Vous êtes et serez toujours votre meilleur Guide ! Aussi faites-vous confiance. Avancez selon vos ressources énergétiques du moment. Attention tout de même car nous pouvons aussi être notre pire ennemi et auto-saboteur. Ainsi, si vous constatez que vous remettez toujours la réponse aux questions délicates à « plus tard », il vous faudra être lucide et voir vos propres blocages. Je ne vous le cache pas, il est bien souvent nécessaire de se dépasser pour avancer dans la vie, ou plus précisément de s'ouvrir toujours plus grand. Et ce n'est pas toujours facile. Mais ce chemin d'introspection est tellement profitable que je ne peux que vous inviter à bien vouloir l'emprunter.

Je vous suggère d'ores et déjà de vous offrir un très joli cahier que vous choisirez avec soin, des feutres, crayons de couleur et, pourquoi pas, de la peinture si vous avez une âme d'artiste. Faites-vous plaisir ! Vous y noterez vos réponses au fur et à mesure de votre avancée. Pensez à les dater car elles sont vraies actuellement. Vous pourrez reprendre ces exercices dans quelques années si vous avez besoin de refaire un point avec vous-même.

Ecrire est très important. Cela vous permet des prises de conscience souvent plus complètes et cette démarche objective vos pensées, vos émotions en vous permettant de les déposer à l'extérieur de vous. Ainsi, vous vous découvrez plus en profondeur et vous débutez le travail de mise en Lumière de vos différents aspects.

La deuxième partie comprend des méditations guidées afin d'amener toujours plus de conscience et donc de libération. Elles peuvent être lues tranquillement et à votre rythme, ou enregistrées si vous voulez les vivre en état de relaxation plus profonde. Tout est possible selon votre plus grande joie.

La troisième partie regroupe des textes et citations qui vous élèvent et vous invitent à porter votre regard vers le meilleur. Et quand on traverse une maladie lourde et que l'on fait de son mieux chaque jour, on en a bien besoin n'est-ce pas ? Vous pouvez piocher un texte ou une citation en ouvrant une page « au hasard » pour recevoir un message de soutien pour votre journée. Idem d'ailleurs avec la partie « Méditations guidées ». Vous pouvez demander à votre ange gardien ou à votre intuition de choisir celle qui est la plus utile pour votre journée. Car seul le moment présent compte vraiment.

Sentez-vous très libre d'utiliser ce manuel à votre guise. C'est forcément la bonne façon de faire si vous ne négligez pas l'exploration personnelle de la partie I en répondant par écrit aux questions qui vous sont posées. En effet, l'introspection libère, vous aide à vous connaître et donc à faire des choix

plus conscients. Écrire ou dessiner vous aidera grandement à extérioriser ce qui se passe en vous, à le clarifier et à mettre de la Lumière sur des croyances ou comportements inconscients. C'est très profitable pour se diriger vers plus de joie et vers une existence qui vous ressemble. Car n'oubliez jamais que vous aussi vous méritez le meilleur ! Et cela commence dès aujourd'hui, un petit pas à la fois.

Puisse ce guide vous soutenir de la meilleure manière et contribuer à vous souvenir de votre Nature Profonde qui est déjà la Joie, l'Amour et la Paix que bien souvent nous cherchons frénétiquement au dehors dans des statuts, des possessions, l'autre, ou dans des objets.

Je vous souhaite une belle lecture et je vous embrasse chaleureusement en vous souhaitant de tout cœur le meilleur. Et rappelez-vous que la guérison n'est pas toujours là où l'on pense de prime abord et que ce qui compte, c'est aussi le chemin et pas seulement la destination. Dans tous les cas, suivez la guidance de votre âme et de votre cœur et cultivez la confiance sans pour autant renier vos émotions.

PARTIE I

QUI SUIS-JE VRAIMENT ?

« Sois humble car tu es fait de Terre,
sois noble car tu es fait d'Étoiles »,
Proverbe Serbe

« Et si la maladie était une porte vers une ouverture
de conscience MAJEURE pour retrouver
votre Véritable Essence et OSER
une vie qui vous ressemble ? »,
Nicole Canivenq

CHAPITRE I

La maladie, une invitation puissante à un retour vers soi !

« Est-ce que vous pourriez atteindre le sommet d'une montagne si les parois de celle-ci sont lisses ? Non, vous ne pourrez vous accrocher nulle part et vous allez glisser. C'est grâce aux aspérités que vous arrivez à vous hisser jusqu'en haut. L'intelligence cosmique a laissé partout des signes pour vous aider à trouver le chemin. Mais ceux qui n'ont jamais appris à les déchiffrer ne découvrent rien, ils se contentent de subir. Le jour où ils auront la claire conscience, ils comprendront comment les difficultés et les obstacles auxquels ils ne peuvent échapper les aident à avancer, à grandir.»

Omraam Mikhaël Aïvanhov

Parfois, la Vie nous invite, ou peut-être devrais-je écrire, nous impose un arrêt obligatoire qui peut devenir un retour à l'essentiel, un retour à soi. Pour beaucoup, cet arrêt brutal passe par une épreuve : accident grave, l'annonce d'une maladie lourde, le deuil d'une personne chère… Ces événements, que nous voyons la plupart du temps comme très négatifs, nous plongent dans un profond désarroi. Dans le meilleur des cas, ils vont

aussi permettre un questionnement très profond et honnête de soi à soi. Mais si notre conscience n'est pas encore réveillée, nous allons très certainement être en colère contre la Vie ou Dieu (selon nos croyances) et nous demander incessamment « pourquoi moi ? », restant bloqué – parfois longtemps – dans un questionnement mental stérile et vain.

La Vie m'a imposé une première fois cet arrêt de force, par un accident de voiture presque fatal le six mai 2003, jour de la Sainte Prudence. Ça, c'est de l'humour cosmique ! J'ai mis plusieurs années à chercher et à comprendre le sens de cet événement et de la N.D.E [1] que j'ai vécue au moment où ma voiture fonçait droit dans un arbre. J'ai longtemps été obsédée par les « pourquoi » de mon mental.

Et je voulais juste reprendre ma vie là où elle avait été stoppée, le plus tôt possible, dès que je serais guérie ! Je souhaitais que rien ne change et que je puisse juste refaire exactement « comme avant ». On peut dire que je n'avais rien compris ! Mais il est vrai que j'étais engluée dans mon identité de directrice commerciale, enfermée dans cette belle image valorisante. Un poste « brillant », même si c'était plutôt superficiel pour mon Être. Mais c'était agréable à ma personnalité grâce au statut social que ce titre me conférait ! Il m'a donc fallu plusieurs signes répétés, de nouvelles pertes, une dépression et des rencontres favorables et décapantes pour enfin comprendre que la Vie m'invitait à une très grande et profonde introspection afin d'effectuer de nombreux changements.

Cet accident et l'expérience de mort imminente que j'ai eu la chance de vivre ont ouvert ma conscience sur les fameuses questions : « *Qui Suis-je ?* » et « *Quel est le sens de ma Vie sur Terre ?* » Je n'imaginais cependant pas la profondeur de ces deux questions ni les changements concrets qu'elles induiraient. Et je pense que – même aujourd'hui – je n'ai pas encore idée de toutes les

1. Near Death Experience

nouveautés merveilleuses qui m'attendent… Car il s'agit d'une sacrée intégration multi-niveaux !

Cela m'a pris des années pour me reconnaître enfin en tant qu'Être de Lumière incarné sur la Terre Mère. Avant cette E.M.I, je me prenais en effet pour cette humaine Nicole Canivenq, bref pour mon corps et ma personnalité. Je n'avais aucun intérêt pour la spiritualité et je ne connaissais pas les expériences de mort imminente. Je croyais que réussir sa vie c'était fonder un couple, avoir un ou deux enfants, une maison et une belle carrière. Bref, le modèle standard « Hollywood » qui nous est vendu par la société.

J'ai réalisé qu'en vérité nous sommes avant tout des êtres spirituels qui, pour un temps donné, viennent sur la Terre et prennent corps par le phénomène magique de la naissance. Nous pouvons donc considérer la mort comme une porte, un passage vers les mondes invisibles et comprendre ainsi qu'elle n'est pas la fin de la Vie mais plutôt la fin d'une forme de Vie tangible. Bien entendu, la mort d'un être cher génère souvent beaucoup de souffrance pour l'humain. Elle peut sembler intolérable. Et oui, toutes les émotions seront à accueillir et à vivre. Mais nous souvenir de « Qui nous Sommes Vraiment » peut aider dans le cheminement sans pour autant effacer toute peine. Car nous sommes en effet un être humain et un être spirituel divin. Tout est à accueillir sans rien rejeter.

En réalité, nous perdons ce corps lorsque nous mourons, mais notre âme perdure de l'autre côté du rivage. Je tiens à en témoigner pour apporter réconfort et confiance à tous ceux qui en ont besoin. Cela n'ôte pas toute la douleur humaine, bien entendu, mais une part de nous connaît notre Vraie Nature. Et nous pouvons tous nous en rappeler à un moment où un autre.

Savoir « Qui l'on Est Vraiment » dans notre essence est un premier pas, l'intégrer au quotidien demande du temps et aussi de dégager les blocages liés à l'incarnation et à nos conditionnements de toutes sortes (éducateurs, médias, société, religion…).

Revenir à soi et se placer au centre de nos priorités n'est pas une évidence lorsque nous avons été habitués à faire passer les autres avant nous ou que nous avons toujours été très occupés et distraits par nos activités : travail, vie de famille ou amicale, loisirs, télévision, Internet… Pour nombre d'entre nous, il y a cette habitude à se fuir soi-même et à orienter notre conscience surtout vers l'extérieur. La maladie nous convie à une vie plus solitaire et à une découverte de notre propre énergie. Elle invite fortement à un gros recentrage.

En effet, qui d'autre que nous-mêmes pourra vivre notre Vie et partager les trésors que nous portons ? Qui d'autre pourra pressentir l'orientation juste à donner à son existence en suivant sa joie ? Qui d'autre que soi pourra savoir ce qui le fait vibrer, si ça dit oui à l'intérieur ou si ça dit non ? En vérité, personne d'autre que nous-mêmes ! Parce que personne n'est dans notre corps et dans notre esprit tout simplement ! Mais, pour se connaître vraiment, encore faut-il accepter de ressentir tout ce qui émerge en nous et oser suivre nos perceptions. J'appelle ce processus le développement de la conscience de soi et, pour ma part, c'est grâce à ma formation de sophrologue que j'ai pu appréhender et affiner cette conscience de moi-même. Ce fut un peu le début de mon chemin d'individuation.

Celui-ci n'est pas toujours évident de prime abord car notre société dite moderne et évoluée nous pousse à chercher nos réponses et le bonheur à l'extérieur à travers les magazines, les réseaux sociaux, des modèles médiatiques, les voyantes, un amoureux qui viendrait nous combler, une superbe voiture ou maison… Elle nous incite à consommer encore et encore, y compris parfois, dans ce que l'on appelle « le développement personnel » à la recherche d'une libération totale de tous nos « problèmes » ou de toutes nos « mémoires » pour goûter un bonheur permanent. Elle favorise depuis des siècles la compétition, la domination de l'argent sans conscience et l'uniformisation de la pensée. Et finalement, nous nous perdons dans

un prétendu bonheur qui est souvent vide et éphémère lorsque nous arrêtons de nous agiter.

Alors, un des cadeaux de la maladie est qu'elle nous oblige à cet arrêt. Elle nous offre ce temps d'intériorisation profonde. C'est un peu comme la saison de l'hiver, il s'agit de rentrer en soi, bien au chaud dans le cocon doux et aimant de notre cœur.

J'ai été cette personne pressée, excessivement investie dans une carrière professionnelle pour soi-disant « réussir sa vie » avec un agenda surbooké et un portable qui sonne tout le temps. Je courais et remplissais le temps pour ne pas sentir en dessous ma misère, mes émotions, mes douleurs du passé, mon vide existentiel. Et la Vie a fait son travail de réveil avec cet accident très grave en 2003. Une épreuve et un cadeau à la fois. Un stop, une pause obligatoire sans possibilité de me défiler, pour enfin me poser en moi et faire vraiment, sincèrement le point sur bien des aspects de ma vie. Une remise en question profonde et salutaire qui m'a ouvert à de nouveaux possibles.

Ainsi, l'épreuve nous invite à une sorte de bilan, à une rencontre avec nos diverses facettes intérieures. Nous pouvons faire ce chemin avec bienveillance, amour, douceur et patience. C'est un temps précieux pour être en contact avec nos profondeurs, nos émotions et renouer enfin avec notre Être Lumineux et nos intuitions. Dans mon expérience, ce fut un point de passage très important tellement je reniais souvent ce que je ressentais.

EXERCICES

Après ce partage, c'est à vous maintenant de vous exprimer en toute honnêteté. Il n'y a que vous qui lirez vos réponses, alors… soyez très authentique. Prenez votre temps pour aborder ces exercices. Il n'y a que l'urgence que nous nous mettons.

Dans votre joli cahier, notez spontanément vos réponses en laissant venir ce qui émerge sans trop de réflexion.

1/ À quoi m'invite la maladie aujourd'hui et qu'est-ce qu'elle m'offre ?

2/ Quelles sont les prises de conscience qu'elle me permet déjà de faire sur ma manière de mener ma vie ?

3/ Ai-je conscience des besoins de repos et de récupération de mon corps physique, de mon corps mental et de mon corps émotionnel ?

4/ Est-ce que je m'offre des temps de ressourcement pour ces trois corps, et comment ?

Si la réponse est « non » observez si vous êtes sous l'influence de modèles familiaux où le repos était mal vu. Car il se peut que ce soit une de vos croyances inconscientes.

En ce qui concerne votre réponse, chacun a ses méthodes préférées et vous trouverez la votre. À titre d'exemple, la contemplation, la méditation, la marche en forêt, la peinture, écouter de la musique, peuvent être des moyens habiles pour reposer le mental et le corps émotionnel. Le massage, une sieste, les méthodes de gym douce, « buller » sur son canapé peuvent permettre de reposer le corps physique.

5/ Est-il simple pour moi de me reposer sans me sentir coupable ou sans avoir besoin de me justifier ? Si « non », de quoi ai-je peur ?

Observez que vous nourrissez peut-être encore des schémas de votre lignée et osez vous reposer sans avoir besoin de donner des explications. C'est vous qui habitez ce corps et personne d'autre que vous ne peut donc sentir ses besoins ! Votre corps est votre maison, c'est un espace essentiel et sacré dont vous pouvez prendre soin.

6/ Ai-je conscience d'être aussi un être spirituel ?

Si « oui », de quelle manière est-ce que je me relie à ma nature divine ?

Si « non », quelles sont mes croyances à ce sujet ?

N'hésitez pas à préciser votre vision actuelle et à développer librement.

Toutes les réponses sont évidemment bonnes puisque ce sont les vôtres. Pour information, quand j'emploie le terme spirituel, je ne parle pas ici de religion bien qu'elle puisse aussi être une façon pour vous de vous sentir connecté à « plus grand que vous ». J'évoque davantage notre Nature Divine, notre Être Véritable. Pour ma part, j'appelle ce « plus grand que moi » la Source Divine ou la Lumière Divine. Certains pourraient l'appeler le Grand Esprit, Dieu, la Vie, l'Ange Gardien… Notez simplement votre vérité.

7/ Quel est mon rapport à la douceur ?

8/ Qu'est-ce que cela voudrait dire être doux avec moi-même ?

9/ Notez le prénom des personnes douces que vous connaissez et demandez-vous ce qui, dans leur attitude, gestes ou comportement vous fait ressentir cette douceur ?

10/ Voyez-vous la douceur comme une force d'amour ou comme une faiblesse ?

CHAPITRE II

Notre magnifique corps physique

« La clé de tout changement réside en nous-mêmes :
nous détenons le potentiel d'amour susceptible
d'embellir notre jardin, notre pays, notre planète. »

Dalaï-Lama

Lorsque la maladie s'invite, il est bien fréquent d'être en colère contre son corps et contre la Vie ou Dieu selon nos croyances. Il n'y a bien sûr pas de mal à ça et c'est même plutôt naturel et humain dans un premier temps car personne n'a envie d'être malade consciemment.

Mais commençons ce chapitre important par une petite histoire si vous le voulez bien…

Un jour, il y avait un beau jeune homme rempli de grâce, dont la voix charmait les étoiles. En un clin d'œil, ses proches furent balayés de cette Terre. Ayant perdu sa famille, il se sentit seul et désespéré. Il eut le sentiment que la vie devait finir pour lui aussi. Alors qu'il appuyait un couteau sur son cœur, un ours s'approcha de lui et il dit : « Ho yoho yoho ! Pourquoi fais-tu ça ? » Le jeune homme fut surpris que quelqu'un s'enquière de son état, il avait oublié qu'il n'était pas seul.

L'ours demanda : « À qui appartient ce corps ? » Le jeune homme hésita. L'ours répondit à sa place : « C'est une robe qui t'a été prêtée par le Créateur afin que tu puisses faire l'expérience de la vie. Puisqu'elle t'a été prêtée et qu'elle est difficile à obtenir, tu ferais bien de ne pas la détruire. »

J'aime cette histoire car elle décrit parfaitement le cadeau d'être incarné sur notre magnifique planète malgré tout ce qui peut se passer. Voici ce qu'en dit Dhyani Ywahoo dans son livre « Sagesse Amérindienne » : « Ce corps est une occasion qui vous est donnée. Il n'appartient pas seulement à vous-même mais à tous ceux avec lesquels vous êtes en interaction. C'est un cadeau, donné et gagné par vos actions, pour exprimer, dès à présent, la beauté de la Création.»

Ce texte m'avait fait prendre conscience que ma Vie humaine n'était pas que pour moi, qu'elle avait aussi son importance pour d'autres, tous ceux avec lesquels j'étais et serai en relation, qu'elles soient durables ou éphémères. Cela en fait du monde quand même quand on y songe, n'est-ce pas ? En effet, on croise parfois des êtres pour échanger un sourire, un mot gentil ou un petit temps de vie. D'autres vont faire partie de toute notre existence ou d'une longue période. Mais tout compte, chaque relation a son importance et rien n'est anodin. Un sourire offert, une parole aimante peuvent illuminer à eux seuls notre journée. Et pourtant cela ne semble rien.

Bien sûr, lorsque l'on souffre atrocement dans son corps, on est tenté de vouloir que cela cesse rapidement. On juge ce corps de souffrance et parfois même on voudrait disparaître et en finir tant cela nous semble trop difficile et insurmontable. Et c'est possible de ressentir tout cela. Il n'y a pas à se juger. C'est même bien naturel pour un être humain.

Cependant, à un moment donné, il conviendra de faire la paix avec notre corps et surtout avec toutes les émotions qui nous traversent. Il conviendra d'apprendre à accueillir ce qui Est. Et je dois dire que pour moi, ce fut un long chemin.

En plus de faire la paix avec votre corps, peut-être vous faudra-t-il aussi faire la paix avec la Vie et avec Dieu (selon vos croyances). Je rappelle que le terme de Dieu peut se comprendre comme la Source Divine, la Lumière, le Grand Mystère ou tout autre terme qui résonne pour vous.

La maladie vient aussi nous poser une question parfois brûlante : « Où en suis-je avec mon incarnation ? »

Peut-être ne vous l'êtes-vous jamais posée ?

Elle a pas pris forme avec insistance dans mon esprit après mon accident de voiture, suite à ma rencontre avec les Êtres de Lumière. Ce retour sur Terre fut très difficile car, je dois bien reconnaître qu'à l'époque j'aurais préféré rester dans « l'autre monde », près d'eux, baignée dans leur Amour et leur Joie infinis.

Mais c'était certainement un programme un peu trop simple et mon âme avait choisi de revenir pour accomplir ce qu'elle avait prévu et que j'allais découvrir. La facilité aurait certes été de rester avec eux pour toujours. Mais le défi était ici, sur cette Terre ! J'ai mis plusieurs années à l'accepter et à faire le deuil des Êtres de Lumière puis à intégrer une nouvelle relation avec eux dans mon cœur. Car la mort ne sépare que les corps physiques mais pas les âmes ni les cœurs. L'amour est le liant de ce contact invisible mais très puissant.