

CERCLE DE GRÂCE

Fréquence et physicalité

Edna G. Frankel

Ariane Éditions

Table des matières

<i>Dédicace</i>	<i>viii</i>
<i>Remerciements</i>	<i>xi</i>
<i>Décharge de responsabilité médicale</i>	<i>x</i>
<i>La mission de la Fraternité de Lumière</i>	<i>xi</i>
<i>Introduction</i>	<i>xiii</i>

Première partie

Le processus d'apprentissage du Cercle de Grâce

<i>Chapitre 1</i>	<i>Le corps physique</i>	<i>3</i>
<i>Chapitre 2</i>	<i>Le corps émotionnel</i>	<i>39</i>
<i>Chapitre 3</i>	<i>Le corps mental</i>	<i>57</i>
<i>Chapitre 4</i>	<i>Le corps spirituel</i>	<i>75</i>
<i>Chapitre 5</i>	<i>Quoi nous demander</i> <i>au cours des séances de guérison</i>	<i>93</i>

Deuxième partie

Les clés de l'ascension

<i>Chapitre 6</i>	<i>Les clés de la transformation</i>	<i>123</i>
<i>Chapitre 7</i>	<i>Les clés de la maîtrise</i>	<i>145</i>
<i>Chapitre 8</i>	<i>Les clés du bonheur</i>	<i>169</i>
<i>Chapitre 9</i>	<i>Le lâcher-prise</i>	<i>185</i>

Troisième partie

Cercle de grâce

Fréquence et physicalité

<i>Chapitre 10</i>	<i>La préascension</i>	<i>195</i>
<i>Chapitre 11</i>	<i>Informations à l'usage des praticiens</i>	<i>231</i>
<i>Chapitre 12</i>	<i>La fusion de la science et de la spiritualité en vue d'une guérison totale</i>	<i>265</i>
<i>Chapitre 13</i>	<i>2005, année de l'Intégration</i>	<i>283</i>
<i>À propos de l'auteure</i>	<i>.....</i>	<i>301</i>

La mission de la Fraternité de Lumière

La conscience humaine est présentement en plein éveil et, au cours des prochaines années, plusieurs d'entre vous se sentiront dépassés par les changements énergétiques de la planète Terre. En plus d'aider les gens à s'aider eux-mêmes, le Cercle de grâce vous permettra de pratiquer en synchronie les diverses approches holistiques. Pour guérir votre vie sur tous les plans, il faut d'abord apprendre à libérer la douleur et le stress des méridiens de votre système nerveux. Toutes les approches holistiques peuvent s'appliquer à ce processus de dégagement naturel de votre corps.

Artisans de la lumière, il est essentiel de mettre vos talents et différents outils en commun afin d'aider les populations à suivre le mouvement. Quelle que soit votre méthodologie, il faut évacuer la peur du corps physique pour faire place à l'amour. En dégageant les déséquilibres, vous élèverez votre vibration énergétique afin d'atteindre un état dans lequel vous pourrez réaliser des miracles.

Notre mission première est de faciliter l'ascension de l'humanité. Nous vous offrons notre connaissance de la guérison et des concepts supérieurs afin de faire avancer l'intégration de la science et de la spiritualité, de la physique et de la métaphysique, des médecines parallèles et de la médecine allopathique. Nous cherchons avant tout à enseigner la guérison de l'Être dans sa totalité. Cela permettra à tous d'atteindre la maîtrise de soi et de se reconnecter consciemment à l'Esprit. Alors, émergera véritablement une nouvelle Fraternité globale de l'humanité.

Introduction

Réflexions de la Fraternité sur le temps et la dimensionnalité

Chers lecteurs, la Fraternité de Lumière de l'ordre ancien de Melchisédech vous salue. Nous sommes les guides et les gardiens spirituels de l'humanité. Nous travaillons sur plusieurs plans et de multiples façons pour aider l'humanité à s'élever jusqu'à la prochaine octave de conscience, accéder à la dimension suivante de la réalité potentielle. Nous nous manifestons devant la Voile d'oubli, dans votre Présent, afin de vous apprendre une méthode nouvelle – et pourtant fort ancienne – pour garder en santé le corps humain. Nous vous attendons en grand nombre pour vous guider gracieusement jusqu'au « potentiel énergétique » de cette époque cruciale de l'histoire humaine. Nous vous disons, tout simplement :

Laissez-nous vous aider à évoluer

Jusqu'aux plans les plus élevés de l'Amour.

Laissez-nous vous enseigner comment guérir,

Et, en guérissant, devenir réels.

Chers amis, nous attendons que chacun d'entre vous, à son propre rythme, entre en soi et s'élève, en quête de guérison. C'est là que vous trouverez en attente et que vous obtiendrez une preuve de l'existence de Dieu. Lorsque vous saurez, en votre for intérieur, que nous sommes avec vous, vous vous élèverez dans l'énergie du *Je Suis*. Votre puissance sera alors illimitée, tout comme votre compassion et votre compréhension.

À notre avis, la planète Terre a entamé son processus d'ascension intégral vers la quatrième dimension (4D) au mois de mai de votre année 2000. À ce moment-là, les planètes de votre système solaire se sont alignées en ce que nous pourrions appeler une « disposition céleste » particulière. Cette traction gravitationnelle a eu pour effet de vous « catapulter » de la troisième à la quatrième dimension (de la 3D à la 4D). Cet ouvrage se référant souvent aux différentes dimensions de la réalité terrestre, l'explication suivante vous en facilitera la compréhension.

La majeure partie de l'humanité vit dans la 3D et est encore inconsciente des paliers supérieurs. Mais à vous qui lisez ceci, nous disons que vous avez aussi commencé à faire l'expérience de la quatrième dimension sous divers aspects depuis mai 2000. Le processus de l'ascension vous permettra

Cercle de grâce

d'accéder à la cinquième dimension (5D) et même de la dépasser, pour arriver là où nous travaillons et évoluons. Parlant de votre monde en général et de votre histoire, nous appellerons donc votre existence la 3D. Parlant de la transition actuelle de la population, nous l'appellerons la 3-4D. Puisque la Terre a élevé son niveau vibratoire jusqu'à la 4D, c'est le nom que nous donnerons à votre Présent actuel. Veuillez comprendre que ces étapes graduelles ont pour but de vous permettre d'évoluer sans aucun risque.

Si vous êtes éveillé et conscient, travailler avec nous dans le Cercle de grâce augmentera encore votre vibration d'un cran, ce qui la portera plus haut entre le quatrième et le cinquième niveau de la transition. Comme la maîtrise de chaque changement de fréquence dimensionnelle permet de passer à la dimension suivante, votre transition de la 4D à la 5D finira éventuellement par vous amener à la 5-6D. Votre ultime passage, à la 6-7D, dépasse la portée de cet ouvrage, mais nous vous donnons ici un indice : *vous pourrez dépasser ce point selon que vous aurez choisi de garder ou non votre corps.*

Cet ouvrage a été structuré pour que vous puissiez l'utiliser dans son ensemble mais aussi par section. En effet, chaque partie peut être considérée complète par elle-même. Cela étant, vous pourrez, par exemple, retrouver certains éléments de la première portion à l'intérieure de la troisième, mais discutés plus en profondeur ou de façons différentes. Il n'y a pas d'erreur ici.

Dans ce livre, nous vous rappellerons aussi de temps à autre que toutes les dimensions se situent dans le même espace et qu'elles ne sont séparées que par des niveaux de fréquence vibratoire. Puisque votre porte d'entrée sensorielle, sur le plan physique, a toujours été branchée sur la 3D, c'est tout ce que vous avez connu jusqu'à présent. À mesure que vous chercherez à élever votre conscience, celle-ci s'élargira jusqu'à inclure une ouverture sensorielle à ces plans d'existence supérieurs. Votre nouvelle « zone de confort », lorsque vous aurez fini de muter avec la Terre, sera probablement la 5D. Nous l'exprimons ainsi pour nous conformer à votre « cadre de référence linéaire », mais sachez que, lorsque vous aurez atteint et dépassé la 5D, vous ne pourrez plus compter numériquement les dimensions supérieures, car les règles de la linéarité ne s'appliqueront plus !

Ou'est-ce qui définit chaque dimension ? Les variables qui affectent toute la gamme vibratoire de l'existence dans cet espace. La 3D compte trois variables : hauteur, largeur et profondeur. Depuis des milliers d'années, ces paramètres forment et limitent votre conscience de la réalité physique. Lorsque vous prendrez conscience des autres variables existantes, vous comprendrez plus facilement qu'il existe aussi d'autres dimensions et, par conséquent, d'autres réalités.

Cercle de grâce

Quand on passe à la 4D, quelle variable s'ajoute ? Celle du *temps*.

« Quoi ? » direz-vous. « Le temps est constant ! Il ne change jamais ! Il définit notre passé, notre présent et notre futur ! Il échappe complètement à notre contrôle ! C'est lui qui nous maîtrise ! Il est ridicule de croire que nous puissions affecter le temps ou le changer d'une façon quelconque ! »

Chers lecteurs, vous savez tous que Christophe Colomb fut traité de fou, à son époque, pour avoir osé penser que la Terre n'était pas plate. S'il avait succombé aux pressions sociales, l'histoire humaine aurait été fort différente ! En effet, votre histoire a enregistré une foule d'événements qui ont fini par élargir la conscience humaine, mais qui ont coûté cher aux humains assez braves pour nier les limites de leur époque. Au stade actuel de votre évolution, nous pouvons dire : oui, le temps constitue l'une de vos limites !

Car, voyez-vous, si le temps existe sur un mode rigide dans la 3D, c'est pour donner une structure à votre dualité. À mesure que vous vous élèverez dans les diverses dimensions, vous laisserez derrière vous le temps linéaire. Le temps n'est constant que dans la 3-4D, une ligne sur laquelle vous vous trouvez et qui définit votre passé, votre présent et votre avenir. Dans la 4D, vous commencerez à remarquer que le temps n'est pas rigide, qu'il accélère et ralentit en fonction de la conscience que vous en avez. De notre point de vue, le temps est un cercle sans commencement ni fin. C'est l'une des variables de notre existence dans les sphères supérieures. Nous l'appelons le Présent, et nous disons souvent « vivre dans le Présent ». Pour nous, le Présent est la totalité du temps, tout se produit simultanément, et le temps nous est donc ouvert, de sorte que nous pouvons y entrer et en sortir à volonté.

Vous aurez peut-être de la difficulté à saisir immédiatement ce concept. Puisque nous traitons ici de concepts complexes, en voici un autre sur lequel nous aimerions élaborer : *toutes les dimensions résident dans le même espace, séparées uniquement par des niveaux de fréquence énergétique*. De la même façon que le Présent est la totalité du temps, toutes les dimensions ne font qu'une. Vous le comprendrez bien lorsque votre réalité actuelle s'épanouira pleinement dans la 4D et que vous aurez affaire à des gens qui seront encore dans la 3D. Chaque dimension s'élargit de façon inclusive ! En effet, elles existent toutes déjà dans l'espace éternel, attendant que vous éleviez votre fréquence pour l'ajuster au niveau suivant. Dans cet ouvrage, nous répéterons souvent que la 3D et la 4D sont incluses dans la 5D, et ainsi de suite.

Vous connaissez déjà les paramètres de la 3D. Maintenant que vous êtes dans la 4D, vous ressentez une expansion énergétique autour et à l'intérieur de vous. Vous devenez sensible aux niveaux raffinés de stimuli et, inévitablement, vous développerez des pouvoirs de médiumnité, de télépathie et d'empathie. La 4D est le couloir d'expansion psychique qui se trouve entre la 3D et la 5D. Dans la 4D, le Voile d'oubli commence à s'amincir, ce qui permet

Cercle de grâce

d'apercevoir les sphères supérieures.

Que se passera-t-il lorsque vous atteindrez la 5D ? La séparation engendrée par la dualité aura disparu, le temps linéaire aussi, ainsi que le Voile, et vous atteindrez la complétude. La complétude est l'Union avec l'Esprit. Vous connaîtrez intimement votre identité éternelle et il vous restera encore beaucoup de temps pour vous amuser sur cette magnifique planète Terre. Quel voyage merveilleux s'offre à vous ! Nous sommes prêts à vous donner les directives qui faciliteront votre transformation d'humains limités en Êtres éternels, votre véritable nature.

Cet ouvrage est une des cartes routières disponibles qui vous indiquera le chemin du Retour.

Nous sommes, dans l'Amour total, la Fraternité de Lumière.

Janvier 2003.

Cercle de grâce

Première partie

Le processus d'apprentissage du Cercle de Grâce

Chapitre un

Le corps physique

Disons tout d'abord que *guérir votre corps guérira votre vie entière*. Harmonisez toutes les couches de votre Être et joignez-vous à nous dans la Véritable Réalité de l'Esprit. *Il est temps de vous rappeler qui Vous êtes.*

Le Cercle de Grâce est un simple exercice qui vous aidera sur tous les plans. Tout en soulageant la douleur et le stress, il remplira votre corps d'une énergie nouvelle. Cela se produit naturellement dans votre aura pendant votre sommeil, car c'est ainsi que le corps humain se purifie.

Abordez ce processus en suivant votre conscience et nos conseils, et vous retrouverez la santé !

La prière de guérison de la Fraternité

Si vous le désirez, allumez une chandelle ou de l'encens pour mieux fo-

Cercle de grâce

caliser vos sens. Ensuite, *exprimez à haute voix* votre désir d'obtenir une séance de guérison avec nous, au moyen de cette prière en quatre parties.

Demandez à Dieu le Père ou la Mère, Créateur de Tout ce qui est, a été et sera, de se joindre à vous pour cette séance de guérison.

Demandez aux Maîtres ascensionnés, guides, anges et personnages religieux qui vous sont chers, de se joindre à vous pour cette séance de guérison.

Demandez à la Fraternité de Lumière de se joindre à vous pour cette séance de guérison.

Demandez à votre âme, ou Moi supérieur, de se joindre à vous et de vous guider pendant cette séance de guérison.

Dites cette prière à haute voix.

Prononcez-en les paroles, dites ensuite comment vous vous sentez, nommez ce que vous choisissez et ce que vous abandonnez (par exemple : je choisis la santé totale, j'abandonne ma maladie). La vibration de votre voix fera fructifier l'idée, le sentiment, le désir dans votre troisième et votre quatrième dimension, celles du matériel et de la matérialisation. À cause des paramètres de votre zone de libre arbitre, nous attendons que vous énonciez votre intention à haute voix avant de pouvoir commencer. Pourquoi ? Réciter la prière de guérison à haute voix crée un pont vibratoire entre les dimensions, qui nous donne la permission énergétique de nous joindre à vous, en fusionnant la 4D et la 5D afin de pouvoir interagir dans votre espace sur le plan physique.

Vous nous suivez ?

Le Cercle de Grâce libère les méridiens du corps par l'intermédiaire des méridiens de l'aura. Les uns comme les autres entrent en jeu lorsque vous purifiez votre système énergétique. Quand vous aurez pris l'habitude d'effectuer cet exercice de purification, vous acquerez la maîtrise de votre propre guérison. Vous recourrez à ce processus chaque fois que vous aurez besoin d'énergie et vous saurez abandonner la douleur au moment où elle arrivera, de sorte qu'elle ne s'accumulera pas, ne bloquera pas vos méridiens et ne vous rendra pas malade.

Le Cercle de Grâce est votre droit le plus naturel ; il constitue *le lien physique avec votre puissance divine intérieure*. Nous travaillerons avec vous pour vous apporter la pleine maîtrise de soi. Qu'est-ce que cela signifie ? C'est d'avoir la maîtrise sur la santé de son Être total et l'usage de son énergie sur tous les plans. Lorsque vous l'aurez acquise, vous pourrez créer votre propre avenir et réaliser vraiment vos rêves.

Cercle de grâce

Pour élargir votre cadre de référence

Pour que la guérison soit un succès, elle doit se produire sur trois plans : physique (médical), émotionnel-mental (psychologique) et spirituel (aurique). Lorsque la science et la spiritualité se rencontreront et fusionneront enfin, la guérison deviendra un processus simple.

Le plus grand obstacle auquel vous devez faire face, c'est la croyance que votre corps physique constitue tout votre être, alors qu'il n'en constitue que la moitié ! Il est le noyau physique dans lequel votre autre moitié – votre être aurique ou énergétique – est incorporée. La médecine moderne ne tient aucun compte de cette partie importante des patients, leur moitié invisible, justement parce qu'elle est invisible. Mais votre aura n'est invisible qu'à vos sens, qui sont ancrés dans la troisième dimension. Pensez au sifflet à chien, dont le son se situe à une octave au-dessus de l'échelle auditive humaine. Quand vous utilisez ce sifflet, vous n'entendez rien, mais votre chien arrive en courant, parce qu'il a entendu votre appel. Ainsi, votre être aurique ou énergétique s'est trouvé jusqu'ici au-dessus de l'échelle de vos sens tridimensionnels, mais cela ne veut pas dire que votre aura n'existe pas. Cela signifie tout simplement que vous n'avez pas pu voir, sentir, entendre votre être aurique ou interagir avec lui de la même façon qu'avec votre être physique.

Lorsque vous aurez commencé à vous épanouir dans la sphère sensorielle de la 4-5D, tout cela va changer !

Quand la médecine comprendra qu'elle ne se focalise actuellement que sur la moitié de l'être humain, on créera des instruments pouvant sonder les couches interdimensionnelles des patients, pour mesurer leur aura et le degré de santé ou de maladie que portera leur champ électromagnétique. En fait, c'est déjà commencé : les électroencéphalogrammes, ou EEG, mesurent les ondes cérébrales ou l'activité énergétique du cerveau. Vos électrocardiogrammes, ou tests d'ECG, mesurent le pouls énergétique du cœur. Ce sont deux fonctions auriques maintenant essentielles à un diagnostic convenable.

Lorsque vous aurez commencé à explorer la forme et les fonctions de l'aura, vous comprendrez enfin le fonctionnement de l'être humain complet. Ce grand bond de vos connaissances médicales permettra d'éliminer de nombreuses maladies courantes, surtout les déséquilibres mentaux, hormonaux et immunitaires. Tous les déséquilibres proviennent d'un excès de tension du système nerveux, causé par des blocages éthériques et physiques qui empêchent l'énergie de circuler convenablement dans les nombreuses couches du corps. *Vous persistez à examiner le corps pour trouver des moyens physiques de régler ces systèmes ; nous vous disons ceci : regardez plutôt les déséquilibres de tension électromagnétique dans le champ aurique. Vous y trouverez les commandes du système, et ce qu'il faut régler !*

Vous disposez déjà de l'équipement de photographie Kirlian, qui montre le champ énergétique des êtres vivants. Lorsque vous aurez créé des caméras

Cercle de grâce

pouvant capter et suivre le mouvement de l'énergie éthérique, vous observerez alors véritablement les effets du reiki ou tout autre forme de médecine énergétique sur l'organisme humain. Ce nouvel équipement fournira éventuellement une très précieuse information diagnostique à la communauté médicale.

Vous apprendrez à trouver et à dégager des blocages auriques, ou « poches de tension », magnétiquement rattachés au champ électromagnétique du corps. Lorsque vous aurez éliminé la maladie spirituelle, elle ne se manifestera plus comme maladie physique. C'est ce que nous nous proposons de vous enseigner. L'utilisation du Cercle de Grâce accélérera la maîtrise de la guérison et de la responsabilisation dans la conscience humaine !

Les médecins s'accordent maintenant sur le fait que toute maladie est le résultat d'un stress intérieur. Lorsqu'ils se trouvent devant une maladie, ils ne peuvent la repérer que là où elle est apparue dans le corps, puis la cataloguer selon la région, le système ou l'organe affecté. Si vous n'améliorez pas les circonstances de votre vie qui ont causé le stress au départ, votre guérison sera ratée ou incomplète, ou votre rémission ne sera que temporaire. Éliminez cette « poche de stress » et la situation qui l'a créée, et les symptômes physiques se retireront du corps.

On est en train de développer et de raffiner de nombreuses méthodes de guérison par les mains, destinées à dégager le stress de l'aura avant qu'il n'engendre une maladie physique. Le reiki est la méthode fondamentale la mieux connue qui utilise l'énergie universelle pour purifier et équilibrer l'aura. Vous êtes d'ailleurs en train de prendre conscience de plusieurs autres merveilleuses méthodes énergétiques. En outre, certaines méthodes plus anciennes, comme l'acupuncture, le shiatsu et la réflexologie, agissent directement sur les méridiens physiques afin de dégager les blocages. Ce sont là, chers lecteurs, des outils de guérison énergétique à appliquer au processus de dégagement du Cercle de Grâce.

Une fois qu'une maladie s'est manifestée dans le corps, il est plus difficile de la dégager. Si vous guérissez l'aura endommagée, vous ne tomberez pas malade.

Les gens tombent malades de deux façons : ou bien une maladie s'établit dans la région du chakra non fonctionnel, ou bien un excès de stress (c'est-à-dire de tension engendrée par un blocage) surcharge l'organisme, qui se détresse là où vous avez une prédisposition génétique à la maladie. Nous parlons ici des maladies héréditaires, comme le cancer, le diabète, etc. Très souvent, la meilleure façon de traiter une maladie aiguë, c'est d'avoir recours à la chirurgie (comme dans le cas des tumeurs cancéreuses), ou d'attaquer l'infection au moyen d'antibiotiques (comme pour la pneumonie ou les ulcères), ou de réparer par ostéopathie l'os fracturé et d'y mettre un plâtre. Nous sommes tous favorables à l'usage de la technologie moderne actuellement disponible ; les médecins rendent à l'humanité un service inappréciable.

Mais que se passerait-il si vous alliez voir le médecin en disant : « Doc-

Cercle de grâce

teur, j'ai dans telle région du corps une douleur que vous ne verrez pas. S'il vous plaît, aidez-moi ! » Voilà la situation qu'affrontent la plupart des thérapeutes modernes, que leur approche soit scientifique ou holistique. La mentalité scientifique ignore ce qui ne peut être vu ni mesuré.

La mentalité holistique s'efforce de localiser la douleur et de remonter à sa source véritable : des zones de blocages de faible densité, dus à la tension dans le champ aurique et que vous appelez douleur et stress. Vos guérisseurs qui œuvrent par imposition des mains travaillent largement à l'aveuglette, car leurs sens quadridimensionnels enregistrent à peine l'information provenant de l'aura, qui vibre dans les dimensions supérieures. Plusieurs praticiens holistiques reçoivent des « impressions diagnostiques » dans les mains et trouvent intuitivement comment réparer les dommages subis par l'aura. Il s'agit véritablement d'une lecture physique de l'aura. Certains d'entre vous sont maintenant en train de développer leur vision intérieure, ou le feront bientôt ; c'est là un autre don qui croîtra avec votre expansion dans votre nouveau registre sensoriel de la 4-5D !

Le Voile d'oubli

Votre corps est un incroyable assemblage d'organes et de systèmes formant une symphonie d'essence de vie appelée « humanité ». Lorsque vous comprendrez plus clairement comment l'aura interagit avec son noyau physique, vous réaliserez bientôt qu'elle est aussi complexe et aussi miraculeuse que le corps qui la soutient. Comment d'ailleurs pourrait-il en être autrement ?

La plus grande difficulté, dans la guérison, c'est que vous ne puissiez pas encore voir votre être énergétique ni interagir avec lui. Puisque votre aura ne fait pas partie de votre champ de conscience, vous ne pouvez la sentir, encore moins la guérir. Vous devez comprendre ici que votre cerveau gauche vous relie à votre corps physique et le dirige, tandis que votre cerveau droit vous relie aux couches éthériques qui forment votre aura et les dirige.

Pourquoi sentez-vous l'un et non l'autre ? À cause du Voile d'oubli. C'est dans le cerveau droit qu'est logée votre connexion dormante à l'Esprit. Nous disons « dormante », parce que le Voile est un mécanisme spirituel qui vous empêche de connaître d'autres dimensions, celles de la vie avant la naissance et après la mort. Son rôle est de masquer les plans supérieurs de votre conscience, afin que vous soyez focalisé sur une seule vie à la fois dans la troisième dimension, et d'assurer ainsi la réincarnation karmique.

Vous ne vous souvenez pas que vous êtes éternels !

Le Voile vous empêche de connaître consciemment autre chose que la troisième dimension. C'est pourquoi vous êtes en communication constante et concrète avec votre corps physique, mais ne pouvez échanger un seul mot ni une seule pensée avec votre aura. Même si vous parvenez à l'influencer ou à la toucher, vous ne pourrez entendre une réponse claire ; vous recevrez plutôt

Cercle de grâce

un flux d'émotions, bonnes, mauvaises ou indifférentes, selon la situation. C'est votre aura qui communique avec vous !

Apprenez à utiliser cette « intuition », comme vous l'appellez, pour évaluer chacune des émotions qui surgissent en réponse à votre situation actuelle. Rendez-vous compte que votre aura, parce qu'elle se trouve dans des couches dimensionnelles supérieures, en voit et en sait davantage que vos sens physiques, qui ne sont adaptés qu'à la troisième dimension. Lorsque vous vous épanouirez dans la gamme sensorielle plus large de la 4-5D, vous vous apercevrez que le Voile s'amincit ! Lorsque vous passerez pleinement de la 4D à la 5D, vous n'aurez plus besoin d'être séparés de l'Esprit et vous ne serez plus limités par le Voile d'oubli.

À l'état de veille, le Voile est baissé. Pendant le sommeil, il se lève et vous êtes libres de vous relier à l'Esprit. Vous savez déjà que, même si le corps a besoin quotidiennement d'une certaine quantité de sommeil, votre esprit ne se repose jamais. Il continue de fonctionner pendant les rêves. Si vous faites du travail astral, l'aspect spirituel de votre être poursuit son œuvre pendant les rêves, en laissant le corps se reposer. Pourquoi le corps a-t-il besoin de repos ? Pour se libérer du traumatisme physique et du bagage émotionnel, récents ou non. Il faut d'abord dégager le stress que vous accumulez quotidiennement, la plupart du temps à cause de votre vie trépidante dans une société complexe. Ensuite, vous pourrez atteindre et dégager les couches profondes de douleur chronique causée par de vieilles blessures, y compris celles qui remontent à vos vies antérieures.

Comment votre corps accomplit-il cette autoguérison ? En dégageant et en renouvelant l'énergie de votre système nerveux pendant votre sommeil. Pardonnez-nous cette longue introduction, mais le cadre de référence est beaucoup plus complexe que ne l'est le travail en lui-même. Lorsque vous comprendrez, à la fois dans votre esprit et dans votre corps, comment se produit ce dégagement, vous pourrez l'activer à volonté, afin de recouvrer et de conserver votre santé.

Vous avez le pouvoir de vous guérir. Votre corps possède son propre mécanisme de dégagement ! Si vous le voulez bien, nous vous enseignerons comment l'utiliser.

Côté dominant et côté non dominant, gauche et droite. Nous devons maintenant vous expliquer ce que sont les côtés dominant et non dominant du corps. Le côté dominant est associé à la main avec laquelle vous écrivez. Si vous êtes ambidextre, essayez de vous rappeler quelle main vous utilisiez lorsqu'on vous a montré à écrire. Si vous étiez gaucher, mais qu'on vous a obligé à écrire de la main droite, votre corps est encore marqué par un côté gauche dominant. Si vous ne vous rappelez pas, observez de quelle main vous prenez les objets, mangez, ou tenez votre brosse à dents, car tous ces gestes révèlent la dominance d'un côté sur un autre. Un guérisseur énergétique ou un

Cercle de grâce

praticien du reiki peuvent également déterminer la polarité naturelle du corps. C'est très important, puisque le Cercle de Grâce normal, sans blocage énergétique, entre par la main et le pied dominants, et sort par la main et le pied non dominants.

L'aspect dominance du corps définit également quelle main est positive dans la guérison par les mains et laquelle est négative. Guérisseurs holistiques, votre main dominante est celle du flux positif d'énergie et votre main non dominante est celle du flux négatif. Ensemble, elles forment un circuit fermé par lequel l'énergie est canalisée par le corps de celui qui la reçoit. Pour faire bref, nous désignerons le côté dominant comme étant le côté droit, ce qui est le plus fréquent chez vous.

Si votre côté gauche est dominant, comprenez que votre approche sera tout simplement l'inverse de ce qui suit. Dans le mode normal du Cercle de Grâce, votre pied d'entrée est le gauche, et vous sentirez l'énergie monter par le côté gauche. Votre pied de sortie est le droit, et vous sentirez davantage le dégagement par le côté droit. Si vous n'êtes pas certain, sachez que vous pourrez sentir, au cours du Cercle de Grâce, quel pied reçoit (vous aurez l'impression qu'on le pousse vers l'arrière et vers le haut) et lequel dégage (il vous semblera qu'on le tire vers l'avant et vers le bas). Vous pourrez également trouver votre côté dominant en repérant le trajet du dégagement, car il s'effectuera le long du côté non dominant, et ce sera le côté où vous sentirez davantage le mouvement énergétique.

Pourquoi le Cercle de Grâce fonctionne

Le Cercle de Grâce dégage l'excès de tension de votre système nerveux. Ce dernier fait partie intégrante de votre corps, bien sûr, mais il existe également dans votre aura, ou champ électromagnétique, sur un mode holographique (comme tous vos systèmes « physiques » !). Ce que vous appelez le système nerveux se trouve en vous, mais son double réfléchi dans l'aura, vous l'appelez « méridiens d'énergie ». Voyez-vous maintenant comment les deux ne font réellement qu'un ? Stimuler ce système à n'importe quel de ses deux niveaux, physique ou aurique, l'incitera au dégageant.

Le corps se libère automatiquement la nuit, pendant le sommeil. Si vous vous réveillez chaque matin avec une douleur aux mêmes endroits, ce sont les blocages chroniques de vos méridiens qui interfèrent avec le flux d'énergie. Au cours de nos séances de guérison, nous vous aiderons à dégager ces points, ces douleurs, tout comme le stress accumulé.

Pour mieux comprendre, sachez que les méridiens d'énergie tracés par les Chinois il y a plus de 3 000 ans pour l'acupuncture recourent en fait votre système nerveux. Voilà pourquoi l'acupuncture est si efficace pour accélérer la guérison et réduire l'enflure : elle libère les méridiens d'énergie liés à la lésion, permettant au Cercle de Grâce de circuler, ce qui aide le corps à se libérer de l'excès de tension interne. Pour ceux qui ont peur des aiguilles, bien d'autres approches manuelles peuvent accélérer la libération des méridiens. Essayez le shiatsu, le jin shin jyutsu, la réflexologie des pieds, l'acupression et les nombreuses formes de massage thérapeutique qui favorisent l'élimination des blocages.

Ainsi, l'aura soutient la vie du corps entier en faisant circuler l'énergie universelle à travers son noyau physique et toutes ses couches éthériques. Le système nerveux est à l'aura ce que le système circulatoire (ou sanguin) est au corps. Alors que le sang ne circule que dans une seule direction, le système nerveux est beaucoup plus polyvalent, comme nous le verrons plus loin dans la section sur les divers modes du Cercle de Grâce. Le système nerveux aussi a un flux – une absorption et une production constantes d'énergie universelle – qui peut aller dans n'importe quelle direction pour se dégager. Ce flux a pour but de recueillir le stress et la douleur dans *tout votre être*, tant physique qu'éthérique, et de les libérer afin d'empêcher leur accumulation.

Ce processus fournit également de l'énergie au corps car il permet de le purifier. Comment ? L'énergie universelle nourrit toutes les couches du corps, physiques et auriques. Où que commence le Cercle de Grâce, il fournit à votre organisme une énergie neuve et propre tout en soulageant la douleur. Votre système nerveux est un système à tension fermée ; lorsqu'une extrémité se dégage, l'autre rééquilibre automatiquement la tension en absorbant une quantité équivalente d'énergie neuve et propre. ***Chaque fois que vous faites cet exercice, quel que soit le mode de circulation énergétique qui émerge,***

Cercle de grâce

vous dégagez et renouvez en même temps l'énergie de votre système.

La douleur et le stress sont les déchets des fonctions énergétiques de votre corps. Votre système nerveux est conçu pour « évacuer » les déchets de toutes les couches de votre être. L'énergie universelle qui parcourt votre système nerveux absorbe votre douleur magnétiquement. Celle-ci se dissout littéralement dans ce flux doré qui s'assombrit à mesure qu'il parcourt votre corps.

Vous pourriez comparer ce flux à l'huile de vos voitures : elle permet un fonctionnement adéquat, mais absorbe les sous-produits de l'énergie libérée. Vous savez combien de temps vos voitures peuvent rouler efficacement avant que l'huile soit si sale qu'il faille la changer. Nous vous disons ceci : *votre corps a besoin beaucoup plus fréquemment d'un « changement d'huile » que votre automobile !*

Pourquoi les gens tombent malades

Voici un concept important à assimiler : la douleur et le stress ont une masse et une densité physiques dans les dimensions supérieures de votre corps, c'est-à-dire dans votre aura. Parce que les méridiens énergétiques sont étroitement liés aux méridiens du système nerveux, la douleur et le stress existent également en vous en tant qu'objets physiques. Même si votre corps doit les subir lorsqu'ils causent une tension douloureuse, vos sens ne peuvent, dans la troisième dimension, percevoir ce qui vous arrive. Comme vous ne voyez pas encore ces « poches de douleur ou de stress » causant un blocage étherique dense, pas plus que vous ne voyez votre propre aura, vous niez leur existence.

Même si vous ne voyez pas votre douleur, vous êtes-vous déjà demandé pourquoi vous la sentez si clairement ? C'est parce qu'elle est aussi réelle et concrète que votre corps, et que sa présence cause une tension pénible en vous. Lorsque vous comprendrez que, dans votre aura, la douleur et le stress sont des objets solides, tout aussi réels que la peau, les muscles et les os de votre corps, vous concevrez différemment la nécessité de vous purifier et de rester équilibrés. Pour expliquer le phénomène de la douleur, votre langage est plutôt limité : vous n'avez qu'un mot pour la désigner ! Il faut pourtant lui donner différents noms, pour exprimer quel type de douleur vous ressentez.

Par exemple, le stress est en fait une douleur de niveau inférieur qui provoque un excès de tension sur vos méridiens. L'accumulation d'un trop-plein de douleur dans votre système nerveux engendre un blocage du flux d'énergie purificatrice censé circuler pour garder tout votre Être en santé.

Dans cet ouvrage, nous utiliserons votre langage pour vous expliquer le Cercle de Grâce. Pensez à l'expression : « Je suis à bout de nerfs ! » Qu'est-ce que cela signifie, énergétiquement parlant ? Que votre mécanisme de dégagement, votre système nerveux, est si encombré de vieille énergie impure

Cercle de grâce

qu'il n'y reste aucune place pour absorber quelque stress que ce soit. Que se passe-t-il lorsque le système devient ainsi surchargé ? Nous vous avons dit que la douleur est un objet physique de votre corps ; elle doit donc aller quelque part. Où va-t-elle ? Où envoyez-vous votre douleur ? Quels sont les points faibles de votre corps qui font mal lorsque vous êtes « stressé » ? Ce sont les zones où vos méridiens énergétiques sont bloqués, ce qui amène le surplus de douleur à s'installer dans vos tissus, vos muscles et vos os. Puisqu'elle n'est pas censée être là, elle provoque une tension physique, que vous ressentez comme une douleur chronique.

C'est ainsi que se forment les blocages, lesquels interrompent complètement la circulation du Cercle de Grâce. Lorsque celle-ci est bloquée, le corps n'a aucun moyen de se purifier dans cette région. Il utilise des méridiens de remplacement pour libérer de la tension dans tout l'organisme. Plus la circulation devient faible, moins vous avez de « force vitale » pour vous soutenir tout au long de la journée. Si vous souffrez d'une douleur chronique qui échappe à tout diagnostic et que votre médecin ne décèle rien d'anormal, vous trouverez peut-être un soulagement en effectuant le Cercle de Grâce au cours de nos séances de guérison et en apprenant comment éliminer vos blocages auriques.

Vous savez déjà que la maladie peut frapper à deux endroits : soit dans la zone des blocages éthériques, soit aux points faibles de votre constitution génétique (c'est-à-dire les tendances héréditaires, comme le cancer ou la maladie cardiaque). Nous vous présentons cet exercice pour vous permettre de mieux prendre conscience du fonctionnement de votre corps et des moyens à utiliser pour rester en santé.

Vous n'avez pas à succomber à la maladie. Dégagez vos méridiens, dégagez votre système nerveux et vous demeurerez en santé, vivrez plus longtemps et aurez une meilleure qualité de vie.

Vous pouvez porter des lésions éthériques pendant très longtemps avant qu'elles n'envahissent le noyau physique de votre Être. Si vous libérez régulièrement votre être aurique de la douleur, la maladie ne se manifesterait pas dans votre corps.

La base de cet exercice est *la méditation active*. En calmant l'esprit et en tournant votre attention vers l'intérieur, vous sentirez ce miracle d'autopurification se produire tout naturellement dans votre corps. Nous vous demandons de vous concentrer sur le mouvement de l'énergie en vous et de *nous indiquer son trajet à haute voix*. Si vous arguez ici que vous ne méditez pas et que vous n'avez aucunement l'intention de le faire, sachez que cette méditation vise la conscience du corps et non la simple relaxation avec cessation de la pensée. Si vous ne voulez pas méditer du tout, considérez cela comme une séance de « relaxation active » ! Vous pouvez également activer le Cercle de Grâce afin de vous purifier lorsque vous vous endormez, lorsque vous vous reposez, ou encore quand vous lisez.

Cercle de grâce

Vous connaissez l'axiome suivant ? « En prière, on parle à Dieu, et en méditation, on l'écoute. » En disant à haute voix la prière de guérison pour vous relier à nous, vous exprimerez vos besoins à Dieu. En vous glissant dans le Cercle de Grâce, vous vous mettez à écouter, et à sentir notre présence et nos doux soins. Ainsi, ce processus fonctionne en un équilibre parfait : donner et recevoir. Accordez-nous votre temps et votre confiance, et vous recevrez en retour la grâce de Dieu.

Notre but est d'enseigner à tous les humains à se guérir eux-mêmes en focalisant sur la purification et l'équilibrage de toutes les couches de l'Être. Veuillez comprendre que cela est crucial pour votre évolution, et lorsque vous aurez pleinement conscience de ce processus de dégagement, vous pourrez l'amorcer quand vous voudrez. Ce travail en profondeur que nous effectuons avec chaque personne lors des séances de guérison est un aspect majeur de votre progrès métaphysique.

Comment fonctionne le Cercle de Grâce : un résumé des divers modes du flux énergétique

Le Cercle de Grâce circule en divers modes à travers le corps, en fonction des besoins de la personne à ce moment particulier. *La plupart des gens commencent par les modes de blocage.* Ces différents types de flux énergétique sont tous appropriés à la guérison. Vous découvrirez que votre corps alterne souvent entre les modes, en fonction de ses besoins du moment. Voici ces divers modes.

Mode de blocage intégral. Ce mode s'exerce lorsque le système nerveux a besoin d'une purification totale. Lorsqu'une énergie neuve et propre pénètre par le chakra couronne, le corps se purifie de haut en bas, des deux côtés simultanément, à partir de la tête. Le Cercle se dirige de part et d'autre du cou, puis le long des deux bras et des deux jambes à la fois, pour se libérer par les articulations et les chakras des mains et des pieds.

Mode de blocage alterné. Le corps passe à ce mode lorsque la tension interne se dégage. À partir du haut, des deux côtés, l'énergie du Cercle de Grâce s'écoule pendant un temps le long des bras et par les mains, puis le long des jambes et par les pieds (c'est-à-dire que la moitié supérieure se libère, puis la moitié inférieure, puis de nouveau la moitié supérieure, etc.).

Mode normal. Ce mode s'exerce lorsque les méridiens sont débloqués et que la circulation est fluide. Entrant par le pied et la main dominants, l'énergie universelle neuve monte du côté dominant du corps et fait le tour de la tête, poussant devant elle la vieille énergie usée, puis redescend par le côté non dominant, avant de ressortir par la main et le pied.

Inversion du blocage. Vous pouvez formuler l'intention que le dégagement du Cercle de Grâce se fasse dans telle ou telle direction. Au lieu d'un dégagement à travers tout le corps, vous pouvez imaginer que le flux com-

Cercle de grâce

mence au siège de la douleur et se dirige directement vers la sortie la plus proche. À partir du site du blocage, le Cercle s'inversera vers la main ou le pied le plus proche, afin de libérer la douleur. Par exemple, un blocage au coude droit se dégagera le long de l'avant-bras, par la main droite.

Blocages multiples. Les méridiens sont comme des routes à travée unique, où le dépassement est interdit. Il faut donc commencer par dégager le blocage le plus près de la sortie. Si vous avez des blessures au poignet et à l'épaule du même bras, il faut commencer par s'occuper du poignet avant de pouvoir dégager la tension nocive accumulée dans l'épaule.

Comment effectuer l'exercice du Cercle de Grâce

Puisqu'il est question ici de l'énergétique des flux de tension dans le corps, nous vous présentons d'abord quelques conseils à retenir. Il est important de porter des vêtements amples et confortables (de préférence en fibres naturelles), et d'enlever vos chaussures. Si ce n'est pas possible, desserrez tout ce que vous pouvez : cravate, ceinture, soutien-gorge, chaussures. Toute pression imposée au corps physique provoque une contraction de vos méridiens d'énergie, tout comme n'importe quelle blessure, maladie ou opération chirurgicale subie par le corps physique cause une lésion des structures énergétiques de votre corps éthérique. Toute blessure laisse une lésion éthérique qui ne guérit pas en même temps que la forme physique. Sachez qu'une vieille blessure d'enfance oubliée depuis longtemps peut encore bloquer vos voies énergétiques et faire obstacle à la pleine purification de votre corps.

Voici une remarque à l'intention de ceux qui ont des lésions physiques à la mâchoire ou autour : *les articulations de la mâchoire, ou articulations temporo-mandibulaires (ATM), sont les seules articulations du corps qui fonctionnent en tandem, en paire. Toutes les autres, fixes ou mobiles, sont des articulations uniques qui fonctionnent en solo.*

Votre mâchoire inférieure est suspendue comme une balançoire. Si une articulation de la mâchoire est atteinte, l'autre finit par s'endommager sous la force de la tension désalignée. Même si un seul côté est douloureux, libérez toujours les deux ! Les gens dont les ATM sont douloureuses doivent placer un oreiller épais sous leur tête afin que leur mâchoire pointe naturellement vers le bas, puis ouvrez cette dernière pour laisser s'écouler la douleur. Si vous êtes étendu trop à plat et que votre mâchoire inférieure se referme au lieu de s'ouvrir, cette position sera plus douloureuse que soulageante.

Pour effectuer le Cercle de Grâce, étendez-vous avec la colonne vertébrale droite et les bras sur les côtés. Vous pouvez vous asseoir progressivement, mais il est plus facile de commencer à pratiquer étendu sur le dos. Placez des coussins sous votre tête et vos genoux (afin de prévenir une douleur lombaire). Ne croisez pas vos bras ni vos jambes, puisque la tension physique court-circuite les méridiens et que le flux peut cesser momentanément.

Cercle de grâce

Vous devez ouvrir la mâchoire pour activer le Cercle de Grâce. Votre mâchoire est le commutateur qui amorce et interrompt le processus. Lorsqu'elle est tendue, tout votre corps l'est ! Lorsque vous la détendez, le corps suit. Lorsque votre mâchoire est serrée, les méridiens ne se détendent pas ! Lorsque les articulations de la mâchoire sont détendues, les méridiens s'ouvrent au flux. Après avoir détendu la mâchoire, penchez la tête à gauche, puis à droite (un petit mouvement suffit), pour activer la circulation dans les méridiens. Ramenez ensuite la tête au centre, de façon à ce qu'elle soit bien alignée sur votre colonne vertébrale. Si votre mental s'égare, ouvrez tout simplement la mâchoire et penchez à nouveau la tête de chaque côté pour réactiver la détente.

Se concentrer sur la respiration aide également à maintenir le processus en mouvement et fait aussi travailler le cerveau gauche ! Nous offrons ici une version élémentaire du souffle yogique, que vous pouvez modifier à votre gré pour l'adapter à votre capacité pulmonaire. Même si vous ne pouvez compter que jusqu'à deux avant d'expirer, l'essentiel est de respirer lentement et librement, afin de ne pas vous hyperventiler. Inspirez (en comptant jusqu'à un nombre compris entre 1 et 7, pour rester à l'aise), faites une pause (en comptant jusqu'à un nombre compris entre 1 et 3), expirez (de 1 à 7), puis faites une pause (de 1 à 3). *Chaque pause crée une tension sur vos méridiens et produit une onde de détente dans le corps.*

Chers amis, nous allons recréer la cadence de la respiration que vous avez durant le sommeil, et qui pousse les méridiens à libérer l'excès de tension sous forme d'ondes lentes et rythmiques. En contrôlant consciemment votre respiration, vous apprendrez à diriger le mécanisme de purification interne de votre corps. Puisque cette respiration est concentrée, et que vous nous dites à haute voix ce que vous ressentez durant la séance, comprenez-vous mieux maintenant pourquoi nous qualifions le Cercle de Grâce de méditation « active » ? Votre cerveau gauche a beaucoup à faire pendant que nous travaillons avec vous. Ce processus vous permettra de développer la capacité de contrôler votre pensée, votre respiration, votre purification énergétique et votre guérison !

À suivre ...

Commande postale :

Canada: www.ada-inc.com ; Europe : www.dgdiffusion.com