

De plus en plus souvent, depuis peut-être une paire d'années surtout, des patient.e.s me rapportent d'étranges expériences de conscience, qui peuvent être vécues parfois de façon quelque peu dérangement. C'est comme si deux réalités différentes commençaient à se superposer.

D'un côté, ce qui est vécu ou interprété comme une sorte de détachement émotionnel. On est moins perturbé par les tourbillons de l'environnement ou du monde, on reste plus



volontiers à distance, on en fait moins une affaire personnelle. L'humeur reste plus égale, on se sent moins fatigué, évidemment moins anxieux, et même plus heureux. Un fond de bien-être ou de joie intérieure s'installe progressivement, et paradoxalement il arrive qu'on s'en inquiète : c'est comme si je n'étais plus vraiment dans les choses, est-ce que je suis en train de devenir indifférent ?

En même temps, l'action devient plus satisfaisante. On en fait moins, et mieux, en se posant moins de questions. Il arrive de penser que c'est l'âge, « la sagesse » qui rentre, mais malgré les années sensibles dans le corps on se sent plus léger à l'intérieur, et il arrive de se voir plus mobile, avec des ressources inattendues. On intervient moins mais on devient plus efficace, on distingue mieux les choix à faire et on se trouve plus volontiers au bon endroit au bon moment. Les heureuses coïncidences se multiplient.

Cette superposition d'un calme intérieur grandissant et d'une meilleure performance dans l'action est caractéristique d'un état de conscience qu'on dit « conscience cosmique », qui n'est rien d'autre que l'état de conscience normal minimum dont nous devrions faire l'expérience en permanence ! Dans ce fonctionnement, l'esprit est effectivement capable d'intégrer simultanément deux niveaux de réalité, qui s'enrichissent mutuellement : le silence intérieur et le dynamisme extérieur. Cela se traduit notamment à l'EEG ou à l'IRM par une harmonisation, une synchronisation et une meilleure coordination cérébrale.

Habituellement, dans la vie sous stress à laquelle nous avons été habitués, nous nous absorbons plus ou moins malgré nous dans nos pensées, nos sensations, nos émotions ou nos actions, au point de perdre contact avec le « je » silencieux qui vit ces expériences. Mais à mesure que la conscience se purifie, nous retrouvons puis nous gardons davantage le contact avec ce « je ». Nous commençons à sortir de la fameuse caverne de Platon.

A cet endroit, nous touchons notre dimension « cosmique », la part de nous immuable, éternelle, illimitée, absolue, qu'on appelle le Soi. Et c'est depuis ce Soi installé que nous observons les mouvements de la vie – là où les choses sont changeantes, mortelles, limitées, relatives – et que nous y participons. La dimension frustrante voire angoissante de ce côté-là des choses s'atténue au contact de l'Etre intérieur, on commence à se rendre compte de l'aspect illusoire de toutes les interprétations partielles qu'on

entretient sur soi, les autres, la vie et le monde. On commence à percevoir l'ordre fondamental de l'univers et à s'y placer avec justesse. La joie infuse dans le cœur.

Il n'y a rien de plus normal. Et rien de plus réjouissant que d'observer la multiplication de ces expériences spontanées, chez des personnes qui en sont parfois les premières étonnées alors même qu'elles ont le sentiment de n'avoir rien fait de spécial pour cela. Ce n'est pas forcément nécessaire, même si bien sûr il existe des techniques pour accélérer le processus, et si bien sûr je vois dans cette observation le résultat du travail accompli par la somme des individus qui d'une façon ou d'une autre ont patiemment, année après année, animé dans la matière la dimension transcendante, chacun à son échelle.

Manifestement le processus de purification est maintenant très avancé, et nous pouvons désormais constater l'évolution de la conscience collective. Le temps n'est plus très loin où nous verrons basculer le monde et émerger la « nouvelle Terre ».