

BULLETIN TRIMESTRIEL

JUIN 2021 - N°85

LE SPIRITISME

BULLETIN DE L'ASSOCIATION DU CENTRE SPIRITE LYONNAIS ALLAN KARDEC

La petite voix interne

Comment vivre sa médiumnité au quotidien

Rencontres spirituelles

ISBN : 1625-1474

<http://www.cslak.fr>

BULLETIN DU CENTRE SPIRITE LYONNAIS ALLAN KARDEC

- ASSOCIATION LOI 1901 -

SOMMAIRE

Sommaire - Editorial

P 2

La petite voix interne

P 3-4-5-6-7-8

Comment vivre sa médiumnité
au quotidien

P 9-10

Les rencontres spirituelles

P 11-12

EDITORIAL

Savoir prendre la bonne décision au bon moment, c'est ce que chacun d'entre nous espère. On parle alors d'intuition, d'inspiration, de subconscient ou de sixième sens. Que l'on soit croyant, païen ou spirite, certaines pensées s'imposent avec transcendance, d'autres fois c'est une voix bien réelle qui s'exprime. Certains se demandent pourquoi et d'autres voudraient savoir comment. En fait, nous possédons tous cette capacité de ressentir, de comprendre, d'écouter cette voix de l'âme qui s'harmonise avec les voies célestes. C'est être attentif aux moments où l'on se détache de tout, et que l'on se rapproche de soi. Mais le passage est souvent étroit entre notre mental, notre imagination et cette lumière intérieure. Cette petite voix n'a rien d'irrationnelle et ne fait pas partie non plus des hallucinations, mais elle est parfaitement reliée aux aptitudes médiumniques.

On s'accommode parfaitement de cette aide providentielle pour retrouver ses clefs ou prendre la bonne route, mais vivre une médiumnité au quotidien peut s'avérer un véritable chemin de croix si elle est mal orientée, car le monde spirituel, est comme notre monde terrestre, habité par des êtres sublimes et par d'autres pervers. Les rencontres que nous ferons alors, seront en affinités avec nos propres aspirations. Si elles sont élevées, les rencontres spirituelles seront consolatrices, remplies d'émotions et d'enseignements. Nous vous délivrons quelques-uns de ces messages reçus dans notre centre.

Gilles F.

Edité et imprimé par :

LE CENTRE SPIRITE LYONNAIS ALLAN KARDEC
23 RUE JEANNE COLLAY - 69500 BRON
Tél : 04 78 41 19 03

La petite voix interne

Après avoir lu le livre Le semeur d'étoiles, de Suelly Caldas Schubert, sur la vie du grand médium spirite Divaldo Pereira Franco, on observe les mêmes sensations qu'après la lecture de l'ouvrage Chico Xavier, l'homme et le médium, de Mickaël Ponsardin : on se sent tout petit, ce qui, il faut bien le dire, est excellent pour notre nécessaire travail à tous sur l'humilité...

On mesure en effet l'écart qui peut exister entre nous, humbles apprentis sur le chemin de la perfection, et de grands médiums avec d'extraordinaires capacités médiumniques, mais surtout avec des qualités de cœur et de caractère indéniables qui nous aident à comprendre tout le mérite que les frères supérieurs leur attribuent et donc la lourde et prestigieuse charge qui leur incombe. Ces Esprits supérieurs incarnés parviennent à vivre l'abnégation totale qui s'impose à eux dans une paix et une joie certaines qui force notre respect et justifie qu'on les prenne pour modèles.

Malgré de nombreux ouvrages et messages psychographiés, des conférences et déplacements dans le monde entier, des actions caritatives de grande ampleur, des responsabilités dans leurs centres spirites respectifs, Divaldo comme Chico ont toujours travaillé pour gagner un humble salaire destiné à leur garantir leur autonomie au quotidien, sans jamais négliger pour autant leurs charges de famille ni la moindre personne sollicitant leur soutien.

Pour réussir de telles prouesses et surtout les tenir dans la durée, il vaut mieux être bien accompagné, pas forcément par ceux qui sont sur Terre, mais par le monde de l'au-delà qui leur fournit les meilleures conditions pour mener à bien leurs missions. Ces grands médiums entendent, mieux que nous, les petites voix de leurs guides qui les soutiennent et les réconfortent, les emmènent là où il faut, et parfois aussi leur disent comment agir, pour aider leur prochain ou pour se sortir de situations difficiles. Il y a de truculentes anecdotes à ce propos dans les deux ouvrages précédemment cités, comme, celle où Divaldo se retrouve bloqué dehors en pyjama, en pleine guerre civile en Angola, alors qu'il doit donner une conférence le soir même. Heureusement, des Esprits guides lui disent, avec tous les détails nécessaires, ce qu'il doit faire pour s'en sortir...

Un fossé considérable

On aimerait tous, un peu plus souvent et surtout beaucoup plus sûrement, pouvoir compter sur cette petite voix amie toujours prête à nous tirer d'embarras. Nous avons, pour la plupart d'entre nous, conscience que nous avons un guide, mais nous déplorons de ne pas pouvoir entendre plus distinctement ses sages conseils.

Rappelons-nous tout de même, comme nous l'avons vu dans le bulletin précédent, dans l'article consacré à Divaldo, le semeur d'étoiles, que son guide spirituel, Joanna de Angelis, ne s'est manifestée à lui que très graduellement, car elle attendait plus de maturité et l'assurance d'une moralité exemplaire avant de pouvoir lui confier des tâches sans craindre qu'il ne les abandonne aussitôt...

Il ne nous reste plus, à notre tour, qu'à grandir en moralité, en spiritualité et en force, à faire preuve de notre bonne volonté par un travail constant sur nous-même, par l'étude sérieuse et appliquée, par une pratique charitable concrète, ainsi que par notre docile disposition, au service de l'au-delà, dans le plus complet désintéressement. Puis, il nous faut persister durablement

dans ces efforts parce que, comme le disait Joanna de Angelis à Divaldo « dix années d'activité peuvent être considérées comme un travail d'enthousiasme, mais qui est fidèle après dix années de luttes, mérite déjà une promotion de responsabilité. »

Même si j'ai déjà dépassé les 10 ans de service, le fossé reste encore considérable, ne serait-ce que sur le plan de la confiance réciproque à chercher avec le monde invisible et donc forcément sur le plan du développement de la médiumnité, toujours balbutiante mais tout de même présente et, de ce fait, déjà bien réconfortante, comme vous pourrez en juger par la suite.

Nous sommes tous médiums

Les difficultés de la vie m'avaient permis de développer une bonne intuition qui, alliée à la télépathie, m'aidaient à avancer sur mon chemin. Ne me sentant pas particulièrement médium mais ayant la foi, j'avais pris pour habitude d'interroger mon guide en lui demandant de me donner des signes. Parfois, il m'en envoyait spontanément, avant même d'attendre ma demande, et cela me guidait dans mon quotidien. Je me sentais, de ce fait, délicatement protégée et bien entourée. Comme

les informations que le monde invisible souhaitait me transmettre m'arrivaient par l'intuition ou les rêves et que les réponses à mes questions me parvenaient par les codes mis en place avec mon guide, je ne me sentais pas particulièrement médium.

Aussi, je suis venue dans un centre spirite en étant juste intéressée par l'étude des mystères de la vie et de la mort et stimulée par les épreuves, mais, contrairement à d'autres, je ne me sentais aucunement gênée par une médiumnité dont je n'avais que très faiblement conscience.

Pourtant, comme il est écrit dans le *Livre des médiums* : « Tous les hommes sont médiums ; tous ont un Esprit qui les dirige vers le bien, quand ils savent l'écouter.

Maintenant, que quelques-uns communiquent directement avec lui par une médiumnité particulière, que d'autres ne l'entendent que par la voix du cœur et de l'intelligence, peu importe, ce n'est pas moins leur Esprit familier qui les conseille. Appelez-le esprit, raison, intelligence, c'est toujours une voix qui répond à votre âme et vous dicte de bonnes paroles ; seulement vous ne les comprenez pas toujours. Tous ne savent pas agir d'après les conseils de la raison, non de cette raison qui se traîne et rampe plutôt qu'elle ne marche, cette raison qui se perd au milieu des intérêts matériels et grossiers, mais cette raison qui élève l'homme au-dessus de lui-même, qui le transporte vers des régions inconnues ; flamme sacrée qui inspire l'artiste et le poète, pensée divine qui élève le philosophe, élan qui entraîne les individus et les peuples, raison que le vulgaire ne peut comprendre, mais qui élève l'homme et le rapproche de Dieu, plus qu'aucune autre créature, entendement qui sait le conduire du connu à l'inconnu, et lui fait exécuter les choses les plus sublimes. Écoutez donc cette voix intérieure, ce bon génie qui vous parle sans cesse, et vous arriverez progressivement à entendre votre ange gardien qui vous tend la main du haut du ciel ; je le répète, la voix intime qui parle au cœur est celle des bons Esprits, et c'est à ce point de vue que tous les hommes

sont médiums⁽¹⁾. »

Une médiumnité à développer

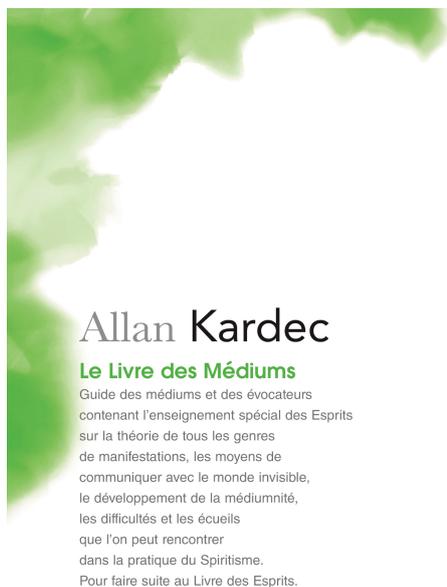
C'est pour cette raison qu'au centre spirite de Bron, nous avons la chance de pouvoir développer notre médiumnité, quel que soit le niveau dont on part. Il avait été déterminé que j'étais un médium psychographe. Je me souviens encore avec émotion de cette première séance d'écriture médiumnique. J'étais vraiment surprise de ne pas distinguer une voix claire et nette mais juste d'entendre « ma » pensée. J'ai réalisé alors que j'avais déjà bien souvent écrit avec médiumnité, puisque, même quand je faisais une dissertation à l'école, j'attendais toujours l'inspiration qui ne tardait

pas trop à venir avant de remplir la page blanche. Comme le reconnaissait Alfred de Musset : « On ne travaille pas, on écoute, on attend. C'est comme un inconnu qui vous parle à l'oreille. »

Notons au passage que l'étymologie du verbe inspirer est très claire : inspirer c'est, par exemple, souffler de l'air dans la poitrine d'un noyé et c'est donc aussi, par extension, souffler directement dans le cœur, dans l'âme. Le souffle pénètre en soi. Tous les artistes, inventeurs, savants, créatifs feraient bien de s'en souvenir parfois... Allan Kardec dit bien que l'inspiration est une évocation que les hommes d'intelligence et de génie font sans s'en douter. Les idées leur

sont alors suggérées par des Esprits qui les jugent capables de les comprendre et de les transmettre⁽²⁾.

Léon Denis le dit aussi avec sa poésie habituelle : « Tous les écrivains connaissent les heures d'inspiration, où leur pensée s'illumine de clartés inattendues, où les idées coulent comme un torrent sous leur plume. Qui de nous, aux moments de tristesse, d'accablement, de désespoir, ne s'est senti parfois ranimé, réconforté par une action intime et mystérieuse ? Et les inventeurs, les pionniers du progrès, tous ceux qui luttent pour agrandir le domaine de la puissance de l'humanité, tous ceux-là n'ont-ils pas bénéficié du secours invisible que nos aînés savent leur apporter



(1) Le *Livre des Médiums* d'Allan Kardec, dissertation spirite n°X.

(2) Question 462 du *Livre des Esprits* d'Allan Kardec.

aux heures décisives ? Écrivains subitement inspirés, inventeurs soudainement éclairés, sont autant de médiums intuitifs et inconscients⁽¹⁾. »

Pensées propres ou pensées suggérées ?

J'étais assez perplexe en rentrant. J'étais donc un médium intuitif qui commençait à peine à en prendre conscience, mais alors comment faire la différence entre ma pensée et celle de l'Esprit qui voulait se communiquer. Comment déterminer ce qui venait de moi ou du monde spirituel ? Ça ne pouvait quand même pas être aussi proche comme sensation...

Que trouve-t-on à ce sujet dans le *Livre des Esprits* ? Mon livre s'ouvre spontanément sur la question 461 : « Comment distinguer les pensées qui nous sont propres de celles qui nous sont suggérées ? »

- Lorsqu'une pensée est suggérée, c'est comme une voix qui vous parle. Les pensées propres sont en général celles du premier mouvement. Du reste, il n'y a pas grand intérêt pour vous dans cette distinction, et il est souvent utile de ne pas le savoir : l'homme agit plus librement ; s'il se décide pour le bien, il le fait plus volontiers ; s'il prend le mauvais chemin, il n'en a que plus de responsabilité. »

Et Allan Kardec précise même, à la fin de la question 462 : « S'il eut été utile que nous puissions distinguer clairement nos pensées propres de celles qui nous sont suggérées, Dieu nous en eut donné le moyen, comme il nous donne celui de distinguer le jour et la nuit. Quand une chose est dans le vague, c'est que cela doit être pour le bien. »

Cela me rappelait le beau passage que j'avais tant aimé (et dont je recommande donc la lecture) dans *L'Évangile selon le Spiritisme*⁽²⁾, sur un homme, perdu dans le désert, à qui un bon Esprit suggère la pensée de se lever et de suivre un des sentiers qui se présente devant lui, mais sans se faire reconnaître afin de laisser à l'homme tout le mérite de son action, rappelant dans *L'Ancien testament*, l'histoire de Tobie avec son ange qui ne se fait connaître qu'au retour.

Comme souvent, je trouvais compréhension et précisions complémentaires chez Léon Denis : « Dans

l'exercice de la médiumnité intuitive, à l'état de veille, beaucoup se découragent devant l'impossibilité de distinguer les idées qui nous sont propres de celles qui nous sont suggérées. Il est cependant facile, croyons-nous, de reconnaître les idées de provenance étrangère. Elles jaillissent spontanément, à l'improviste, comme des lueurs subites émanant d'un foyer inconnu ; tandis que nos idées personnelles, celles qui proviennent de notre fonds, sont toujours à notre disposition et occupent d'une façon permanente, notre intellect. Non seulement les idées inspirées surgissent comme par enchantement, mais elles se suivent, s'enchaînent d'elles-mêmes et s'expriment avec rapidité, parfois d'une manière fébrile⁽¹⁾. »

Intuitif ou inspiré ? Petite précision...

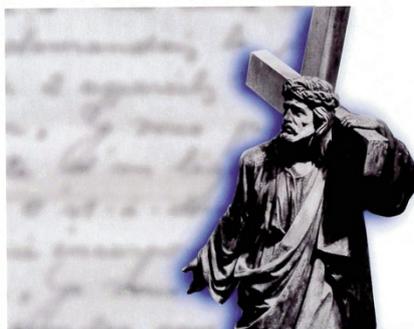
Puisque Léon Denis nous parle de médium inspiré dans ce petit chapitre relatif à la médiumnité intuitive, il nous semble utile d'apporter ici une précision que l'on trouve dans le *Livre des Médiums* : le médium intuitif a la conscience de ce qu'il écrit et il a donc du mal à distinguer si l'écrit provient d'un Esprit étranger. « Toutefois, on peut reconnaître la pensée suggérée en ce qu'elle n'est jamais préconçue ; elle naît à mesure que l'on écrit, et souvent elle est contraire à l'idée préalable

qu'on s'était formée ; elle peut même être en dehors des connaissances et des capacités du médium. » Le médium intuitif est donc comme un interprète qui « pour transmettre la pensée, doit la comprendre, se l'approprier en quelque sorte pour la traduire fidèlement, et pourtant cette pensée n'est pas la sienne : elle ne fait que traverser son cerveau. »

La médiumnité inspirée est une variante de la médiumnité intuitive et désigne toute personne qui, soit dans l'état normal, soit dans l'état d'extase, reçoit, par la pensée, des

communications étrangères à ses idées préconçues « avec cette différence que l'intervention d'une puissance occulte y est encore bien moins sensible car,

Allan
Kardec



L'Évangile
selon le spiritisme

LES ÉDITIONS
PHILMAN

(1) Léon Denis dans *Après la mort*, p 170.

(2) *L'Évangile selon le Spiritisme* d'Allan Kardec, chapitre Demandez et vous obtiendrez, item 8, p 361 ou bulletin *Le Spiritisme*, n°42 de septembre 2010, article « Tobie et son ange ».

(1) Léon Denis *Le Problème de l'Être et de la Destinée*, p 319.

chez l'inspiré, il est encore plus difficile de distinguer la pensée propre de celle qui est suggérée. Ce qui caractérise cette dernière, c'est surtout la spontanéité. L'inspiration nous vient des Esprits qui nous influencent en bien ou en mal, mais elle est plutôt le fait de ceux qui nous veulent du bien et dont nous avons trop souvent le tort de ne pas suivre les conseils ; elle s'applique à toutes les circonstances de la vie dans les résolutions que nous devons prendre ; sous ce rapport on peut dire que tout le monde est médium, car il n'est personne qui n'ait ses Esprits protecteurs et familiers qui font tous leurs efforts pour suggérer à leurs protégés des pensées salutaires.

Si l'on était bien pénétré de cette vérité, on aurait plus souvent recours à l'inspiration de son ange gardien dans les moments où l'on ne sait que dire ou que faire.

Qu'on l'invoque donc avec ferveur et confiance en cas de nécessité, et l'on sera le plus souvent étonné des idées qui surgiront comme par enchantement, soit que l'on ait un parti à prendre, soit que l'on ait quelque chose à composer. Si aucune idée ne venait, c'est qu'il faudrait attendre. La preuve que l'idée qui survient est bien une idée étrangère à soi, c'est que si elle eût été en soi, on en eût toujours été maître, et il n'y aurait pas de raison pour qu'elle ne se manifestât pas à volonté. Celui qui n'est pas aveugle n'a qu'à ouvrir les yeux pour voir quand il veut ; de même, celui qui a des idées à lui les a toujours à sa disposition ; si elles ne lui viennent pas à son gré, c'est qu'il est obligé de les puiser ailleurs que dans son propre fonds.

On peut encore rattacher à cette catégorie les personnes qui, sans être douées d'une intelligence hors ligne, et sans sortir de l'état normal, ont des éclairs d'une lucidité intellectuelle qui leur donne momentanément une facilité inaccoutumée de conception et d'élocution et, dans certains cas, le pressentiment des choses futures. Dans ces moments qu'on appelle justement d'inspiration, les idées abondent, se suivent, s'enchaînent pour ainsi dire d'elles-mêmes et par une impulsion involon-

taire et presque fébrile ; il nous semble qu'une intelligence supérieure vient nous aider et que notre esprit est débarrassé d'un fardeau⁽¹⁾. »

En synthèse, nous pouvons donc dire que le médium intuitif « se branche » avec l'au-delà. Il a la volonté d'aller chercher une information qu'il veut transmettre du mieux possible, comme un interprète.

La médiumnité inspirée, elle, vient souvent toute seule, spontanément. C'est le cas général de la plupart des hommes qui ont instinctivement des idées, des pensées qui leur viennent en tête. Ne dit-on pas « Tu as été bien inspiré de » ?

Dans les deux cas, la pensée suggérée ressemble à s'y méprendre à la pensée propre mais, dans la pensée inspirée, on en a, en plus, pas du tout conscience puisque, la plupart du temps, on a pas fait la démarche d'aller chercher l'information.

A nous d'apprendre à la reconnaître pour l'aider à se développer et nous faciliter ainsi la vie...

Les clefs perdues

Dans la soirée, juste avant de me coucher, je demandais un éclaircissement supplémentaire à mon guide, le priant de m'aider à comprendre un peu mieux comment l'au-delà pouvait me « parler », comment percevoir la nuance entre ma propre pensée et la dictée de l'Esprit.

Le lendemain, je suis partie à pied faire mes courses à environ un kilomètre de chez moi. En rentrant, je ne trouvais plus mes clefs, mais heureusement mes enfants étaient à la mai-

son et ont pu m'ouvrir. Après avoir, en vain, vidé et retourné le caddie, le sac à mains et toutes les poches des vêtements portés, je suis vite repartie faire le même trajet en sens inverse, scrutant attentivement le sol dans l'espoir de revoir mon trousseau de clefs, jusqu'au magasin qui n'avait pas non plus eu un retour de clefs trouvées.

J'étais bien dépitée en me couchant le soir et, après ma lecture, au moment d'éteindre la lumière j'ai eu la pensée « Tes clefs te seront remises demain ». J'étais très étonnée de cette formulation, comme si je me parlais toute



(1) Le *Livre des Médiuns* d'Allan Kardec, chapitre 15 : Médiuns écrivains ou psychographes.

seule, et de l'expression « te seront remises » au lieu d'un simple et rassurant : « tu retrouveras tes clefs demain ». Mais je n'ai pas cherché plus loin et me suis rapidement endormie.

Le matin suivant, j'ai été réveillée par un voisin qui sonnait à mon interphone pour savoir si je n'avais pas perdu mes clefs. Devant l'affirmative, il est vite monté me les apporter et m'a expliqué les avoir trouvées sur la porte du local poubelles et avoir pu déterminer que c'étaient les miennes après avoir essayé la clef de la boîte aux lettres jointe.

Dès qu'il a posé le trousseau dans ma main, la petite voix de la veille m'est revenue. Les clefs m'ont bien « été remises » le lendemain comme annoncé, très tôt même, et la formulation « tu vas les retrouver » n'aurait pas été aussi juste dans ces circonstances.

J'ai immédiatement remercié mon guide avec une grande reconnaissance car, à peine la question posée, j'avais bien une réponse qui s'est préparée instantanément, me poussant à oublier mes clefs sur le local poubelle (assez attentive habituellement, c'est la seule fois où j'ai fait cet oubli...). Par contre, je n'étais pas très avancée car, mis à part la formulation, c'était vraiment comme ma pensée. Mais au moins je le savais maintenant et pouvais plus librement écouter « ma » pensée lors des exercices médiumniques suivants ou lors des intuitions qui prenaient alors encore plus d'ampleur que précédemment.

La valise bloquée

Petit à petit, la voix s'est affinée. J'ai pris doucement un peu plus confiance, même si cette confiance gagnerait à être plus développée encore pour améliorer ma médiumnité. Ce qui m'a aidée, c'est surtout en ayant, à maintes reprises, l'occasion de voir les stratégies utilisés par nos frères pour se faire reconnaître et ainsi se différencier de nos pensées. Je prendrai pour exemple une anecdote qui m'est arrivée, quelques années après mes débuts médiumniques. Ma fille rentrait à la maison après une année d'études passée à l'autre bout du monde. Alors qu'elle était sur le trajet de retour, elle m'avait envoyé un SMS inquiet, car elle

avait fermé sa grande valise précipitamment, sans avoir pris le temps de changer le code, choisi un an avant, et dont elle n'avait évidemment plus du tout le souvenir. Nous étions ensemble lorsqu'on avait mis le code sur la valise, juste avant de nous séparer, alors elle avait l'espoir que je m'en souviens. Malheureusement, comme cela arrive souvent, la seule chose dont je me souvenais c'est qu'on s'était dit que c'était facile à mémoriser... Je cherchais donc dans les dates, comme un jour et mois de naissance, mais elle m'a répondu qu'il ne fallait que 3 chiffres. Là ça ne m'inspirait plus du tout, alors j'ai décidé d'attendre tranquillement son retour pour voir ensuite concrètement comment faire pour ouvrir cette valise. Une fois arrivée, elle m'a dit avoir fait des tas de recherches avec des tutos sur internet pour forcer la valise, mais rien n'avait été efficace.

Puisque la cause était perdue (surtout très frustrante, il faut bien l'avouer, vu les cadeaux souvenirs ramenés mais enfermés...), je demandais alors de l'aide aux frères et il m'est immédiatement venu une date en tête : 18 septembre. C'est le jour anniversaire de ma petite sœur, mais cela ne pouvait rien avoir à faire avec le code, d'autant plus qu'on savait qu'il fallait éliminer les dates avec leurs 4 chiffres. Pourtant, ces mots « 18 septembre » me revenaient en boucle dans la tête. J'ai donc eu l'idée (l'intuition plutôt) d'enlever le zéro, qui ne compte pas en numérologie, et de tenter le code « 189 ». Et la valise s'est ainsi ouverte dès mon premier essai !

J'ai immédiatement eu un geste de remerciement vers le ciel et mes enfants, comme d'habitude dans ces moments-là, se sont moqués de moi : « Rooh ! Tu vas encore dire que c'est grâce aux Esprits c'est ça ? » Bien évidemment ! Comment expliquer sinon cette ouverture du premier coup, à peine 2 minutes après qu'on soit arrivés à la maison ? Le « facile à mémoriser » c'était à cause du $1+8=9$, mais il y aurait eu tellement d'autres combinaisons de ce type possible... Dans la panique du grand départ, on n'y avait pas du



tout songé.

J'ai surtout compris, à ce moment-là, que, par manque de confiance, je n'aurai pas été capable de discerner 3 chiffres clairs à essayer. Il était donc plus facile de me faire entendre une date, qui semblait être hors de propos, pour me faire trouver la bonne combinaison du premier coup.

Dans le même ordre d'idée, d'autres médiums du centre m'ont raconté avoir retrouvé des objets après avoir suivi les conseils de cette « petite voix » qui ressemble tant à la pensée mais qui suggérait de chercher dans des lieux totalement improbables mais qui se sont révélés justes.

C'est certainement ce qui arrive aussi à toutes ces personnes qui invoquent Saint Antoine de Padoue ou s'en réfèrent à d'autres astuces « magiques » pour retrouver des objets perdus : elles se mettent simplement en situation d'écouter leur petite voix qui les guide jusqu'à l'objet égaré.

La petite voix de la conscience

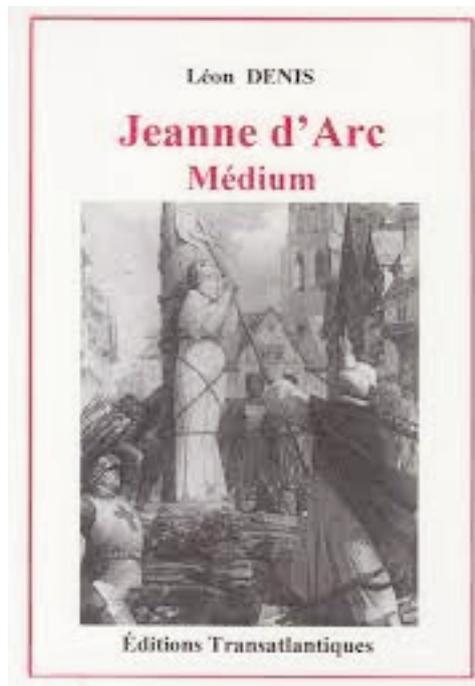
Ma petite voix n'est, hélas, pas encore assez puissante pour me donner de belles envolées lyriques comme celles de Léon Denis. Aussi, c'est à lui que je laisserai le soin de clore cette page, avec un extrait du livre *Jeanne d'Arc médium*, le bel ouvrage qu'il a consacré à cette très grande âme, bien connue pour avoir suivi avec maestria et surtout jusqu'au bout les voix qu'elle entendait...

« Jeanne avait ses protecteurs, ses guides invisibles ; or, il est bon de le faire remarquer : dans un ordre moins élevé, il en est de même de chacun de nous. Tout être humain a, près de lui, un ami invisible qui le soutient, le conseille, le dirige dans le bon chemin, s'il consent à suivre son inspiration. Le plus souvent, ce sont ceux que nous avons aimés sur la terre : un père, une mère disparus, une épouse, décédée prématurément. Plusieurs êtres veillent sur nous et s'efforcent de réagir contre les instincts, les passions, les influences qui nous poussent au mal. Et que ce soient là nos génies familiers, comme les appelaient les Grecs, ou bien les anges gardiens du catholicisme, peu importe le nom

qu'on leur attribue. En réalité, tous, nous avons nos guides, nos inspirateurs occultes ; tous, nous avons nos voix. Mais, tandis que, pour Jeanne, ces voix étaient extérieures, objectives, perçues par les sens, chez la plupart d'entre nous, elles sont intérieures, intuitives et

ne retentissent que dans le domaine de la conscience. N'en est-il pas parmi vous, lecteurs, qui les aient entendues, ces voix ? Elles parlent dans le silence et le recueillement ; elles disent les luttes à poursuivre, les efforts à faire pour nous élever en élevant les autres. Bien certainement, tous, vous l'avez entendue, la voix qui, dans le sanctuaire de l'âme, nous exhorte au devoir et au sacrifice. Et quand vous voudrez l'entendre de nouveau, recueillez-vous, élevez vos pensées. Demandez et vous recevrez. Faites appel aux forces divines. Cherchez, étudiez, méditez, afin d'être

initiés aux grands mystères, et, peu à peu, vous sentirez s'éveiller en vous des puissances nouvelles ; une lumière inconnue descendra à flots dans votre être ; en vous s'épanouira la fleur délicieuse de l'espérance, et vous serez pénétrés de cette énergie que donne la certitude de l'Au-delà, la confiance en la justice éternelle. Alors, tout vous deviendra plus facile. Votre pensée, au lieu de se traîner péniblement dans le dédale obscur des doutes et des contradictions terrestres, prendra son essor ; elle sera vivifiée, illuminée par les inspirations d'en haut. Il faut se rappeler qu'en chacun de nous dorment inutiles, improductives, des richesses infinies. De là, notre indigence apparente, notre tristesse et, parfois même, le dégoût de la vie. Mais, ouvrez votre cœur, laissez-y descendre le rayon, le souffle régénérateur, et alors une vie plus intense et plus belle s'éveillera en vous. Vous prendrez goût à mille choses qui vous étaient indifférentes, et qui feront le charme de vos jours. Vous vous sentirez grandir ; vous marcherez dans l'existence d'un pas plus ferme, plus sûr, et votre âme deviendra comme un temple rempli de lumière, de splendeur et d'harmonie. »



Comment vivre la médiumnité au quotidien

La médiumnité est une faculté humaine et naturelle, qui permet à tout individu d'échanger avec le monde spirituel. C'est une faculté enrichissante quand elle est exercée à des fins nobles et élevées. C'est une porte qui s'ouvre sur les plans spirituels et il appartient à chacun de la tenir ouverte à des Esprits supérieurs. Pour cela, il est nécessaire d'étudier afin de se préparer de manière équilibrée.

L'éclosion de la médiumnité, comme faculté naturelle, ne dépend pas de l'endroit, de l'âge, du sexe, de la condition sociale, morale ou de la filiation religieuse. On ne doit pas forcer l'éclosion de la médiumnité, mais nous devons offrir des conditions appropriées pour que ceux qui la possèdent sachent comment l'utiliser. On ne peut pas arrêter une capacité médiumnique qui existe, il convient de s'instruire pour comprendre et mieux l'appréhender. Si le médium utilise ses capacités pour des questions purement matérielles, pour de la curiosité sur l'avenir, sans élévation morale particulière, toutes sortes d'Esprits du bas astral s'approchent pour répondre à ses questions et s'attachent au médium, provoquant souvent une obsession. Si l'objectif du médium est d'aider son prochain avec charité, humilité, et un comportement moral élevé, alors des Esprits bienveillants supérieurs entourent cette personne avec amour et la conseillent.

La pratique de la médiumnité est-elle conseillée ?

Oui, elle est conseillée parce que son exercice nous apporte d'innombrables et grands bénéfices. Le premier, c'est la preuve de l'existence de l'Esprit, de son immortalité et de son individualité dans l'au-delà. En exerçant la médiumnité, nous pouvons nous informer de ce qui existe et se passe dans le plan spirituel, comme la continuité de la vie terrestre et comme la conséquence de nos actes dans ce monde. Nous pouvons recevoir l'aide des bons Esprits, des enseignements, des consolations et parfois des guérisons. Nous pouvons aider les bons Esprits dans l'assistance et les éclaircissements spirituels aux incarnés et aux désincarnés.

Y a-t-il un danger ou un inconvénient dans la pratique de la médiumnité ?

Lorsque cette pratique est mal orientée, il y a des inconvénients. Lorsque nous offrons les meilleures dispositions et de très bonnes conditions à l'échange médiumnique, les Esprits viennent en plus grand nombre. Ils viennent, attirés par la loi d'affinité, leurs pensées et leurs sentiments sont similaires à ceux du groupe et agissent à travers les pensées et leurs actions fluidiques ne sont pas toujours perçues par les participants.

Si l'on n'est pas vigilant, ni préparé, on peut attirer des Esprits inférieurs et subir des dégâts. L'action fluidique des mauvaises vibrations amène des perturbations psychologiques et même physiques sur les personnes et l'ambiance. Les mauvaises orientations spirituelles créent des mystifications ou une obsession individuelle ou collective. Les médiums sans formation, possédant une médiumnité non maîtrisée, peuvent être les victimes de ces dégâts par des suggestions.

Que faire quand le médium a la sensation de quitter son corps dans sa vie de tous les jours ?

Il se produit une expansion du périsprit. Ce processus est comme un déplacement du périsprit, un léger dédoublement, un détachement momentané et partiel d'avec le corps physique. Avec la volonté, sans inquiétude, ni surprise, il faut se maintenir en prière et confiant en l'aide des protecteurs spirituels, on demande la faveur de garder cette maîtrise. On reprendra alors le contrôle, puis dans un moment de tranquillité, on mentalise qu'étant propriétaire de son corps, on reste en connexion avec lui. Conscient de la réalité de la dimension physique, on répète l'exercice, avec détermination, en réalisant ses activités quotidiennes jusqu'à complète maîtrise.

Que faire quand le médium capte des énergies

délétères ?

Le médium, très sensible, peut se sentir mal et avoir du mal à se sortir de ses ressentis. Cette faculté de capter l'ambiance est courante et il est conseillé dans un premier temps, de s'instruire. Nous recommandons, le *Livre des Médiuns* d'Allan Kardec, *Dans l'Invisible* de Léon Denis, *Dans les Domaines de la Médiurnité* de Francisco Cândido Xavier.

Quel que soit le degré de cette sensibilité, la personne doit parvenir à un équilibre. Il est donc nécessaire de trouver des moments de tranquillité pour réfléchir à cet état et chercher à ne plus assimiler des vibrations négatives. Avec la prière et le soutien de son guide, on peut rejeter l'assimilation d'énergies désagréables. Il convient de faire régulièrement cet exercice en s'appuyant sur la foi et les bonnes pensées.

Que faire quand on travaille avec des malades ou dans des ambiances morbides ?

Il existe un échange naturel entre les individus dans ce processus de don et d'absorption des énergies saines ou délétères. C'est l'échange constant et ininterrompu qui se produit entre les êtres humains, il n'y a donc rien à craindre. Il faut cependant savoir se préserver et maintenir un équilibre pour ne pas se vider de ses énergies vitales. En cultivant des pensées agréables ainsi que des conversations intéressantes, l'être humain va spontanément puiser dans le cosmos du fluide universel qui existe pour tous. Durant le sommeil, durant une prière, cette réserve énergétique se renouvelle. En acquérant le contrôle, avec un entraînement continu et persévérant, si une personne capte les vibrations de l'environnement, ou de certaines présences, elle a la possibilité de se recomposer en élevant sa pensée vers Dieu, vers Jésus, et de se défaire presque immédiatement, par elle-même, des influences négatives, percevant ainsi le soutien spirituel qui est produit pour son bénéfice.

Que faire quand on se réveille dans un état de catalepsie ?

Il arrive parfois lorsque l'on se réveille soudainement, qu'on prenne conscience qu'on n'arrive plus à bouger dans son lit. Cette sensation s'accompagne parfois d'une perte de la parole. On n'arrive plus à commander son corps physique et doucement la peur s'installe.

Durant le sommeil, l'Esprit acquiert momentanément une relative liberté, il peut s'éloigner du corps physique. C'est grâce à cette relative liberté de

l'Esprit que certaines personnes rêvent qu'elles volent. Elles ont parfois la sensation de tomber au moment où elles se réveillent. Dans le cas d'un processus rapide de retour, toutes ses facultés ne sont pas encore bien en place, la liaison n'est pas bien établie. C'est un fait naturel qui n'est pas grave. En s'aidant de la prière et des bons Esprits, on apprend doucement à se syntoniser avec son corps. Il est bon aussi avant de se coucher, de se préparer spirituellement par une lecture empreinte de spiritualité. Pendant la journée, il faut se répéter mentalement, plusieurs fois et avec fermeté, de retourner dans son corps physique protégé par les bons Esprits.

Que faire quand on est dérangé sans cesse par des Esprits ?

Quand la médiumnité éclot chez une personne, si elle n'a pas les connaissances spécifiques, elle est comme une antenne attirant les entités avec lesquelles elle est en affinité vibratoire. Les Esprits sont invisibles, mais ils ne sont pas absents, car le monde spirituel est partout. Elle doit chercher un centre spirite pour y trouver de l'aide. Cette aide lui permettra d'exercer un contrôle mental et une maîtrise d'elle-même et des influences spirituelles. Il est important que la personne ait toujours à l'esprit qu'elle est propriétaire de son corps, de son esprit. Il faut observer attentivement quels sont les indices de l'approche de l'entité spirituelle et en les connaissant, on peut essayer d'éviter la syntonie, en disant mentalement qu'on ne le permet pas. Il est essentiel de prier en faveur de l'Esprit, de lire un passage de *l'Évangile selon le Spiritisme*.

Notre véritable dimension est spirituelle et il dépendra des qualités morales de la personne et de l'usage de sa faculté médiumnique pour déterminer la nature des Esprits qui vont venir à elle. Servir d'intermédiaire à des Esprits inférieurs, pour aider dans leur éclaircissement et leur suivi, est une action de mérite et ne signifie pas que le médium soit inférieur intellectuellement ou moralement, ni qu'il ait perdu l'influence et l'aide des bons Esprits.

Le médium spirite sait qu'il doit utiliser sa faculté exclusivement pour le bien, parce que le spiritisme éclaire, initie, explique ; la finalité de la médiumnité est de donner la connaissance de la vérité aux hommes et prôner l'amélioration spirituelle du médium lui-même.

Les rencontres spirituelles

Lorsque l'être humain a décidé de se tourner vers le bien et qu'il met sa volonté au service de son prochain c'est alors tout un monde qui s'éveille à lui et en lui. Par ses pensées et ses actes il crée son environnement spirituel, c'est-à-dire qu'il attire vers lui des Esprits, des forces qui lui ressemblent et se présentent à lui dans l'objectif de le faire avancer dans la direction choisie. Ces Esprits correspondent tout d'abord à son degré d'évolution et répondent à ses appels, puis à mesure du cheminement des Esprits supérieurs viennent à sa rencontre, observent, conseillent et orientent. Ces rencontres demandent parfois des années de patience, de persévérance et de courage. C'est le travail notamment des centres spiritistes dans lesquels des communautés d'Esprits viennent se communiquer pour faire progresser le travail entrepris. Le ressenti de ces approches est subtil et demande une communion de pensée parfaite. Des messages reçus dans notre centre nous guident dans cette démarche et ce sont toujours des rencontres émouvantes :

« En ces instants de rencontres, en ces moments d'échanges, en ces élans fraternels, pour distribuer les bienfaits de nos communautés bienveillantes, quand soufflent la protection, la force, l'action de nos pensées bienveillantes à votre égard, conduisant doucement vos âmes dans ces effluves et les animant d'amour et de douceur, de fraternité et de solidarité, alors l'étreinte douce rassemble nos communautés en les fonctions d'aider, d'aimer toujours pour progresser, ardemment suppliée par vos cœurs qui désirent le progrès.

Nous conjuguons vos appels à notre ferveur pour peu à peu améliorer ces contacts, ces liens indéfectibles, rassemblant ceux qui croient et espèrent en cet avenir radieux promis, à ceux qui désirent s'élever en ce souffle qui ravive. C'est l'amour qui conjugue la fermeté des croyances et les chaleurs humaines, pour améliorer les contacts entre tous. Il faut foi et ferveur pour conduire docilement son âme dans ces effluves descendantes, pour soulager sa peine de voir lentement ces progrès, pour s'attacher à ces pas que vous réalisez, à ces espoirs

fondés, cherchant à chaque fois à améliorer l'amour distillé dans vos cœurs et vos corps matériels à adapter. »

C'est dans ces moments de recueillement que l'intimité de ces approches peut se mettre en place : « Vous pouvez ressentir nos présences par cet intime appel lentement réalisé, en prenant conscience de la place de l'ouvrier qui travaille à l'ouvrage à réaliser. Doucement vous pouvez vous glisser auprès de chacun de mes compagnons, sans douter une seule fois de nos présences, vous sentant rassuré et vous imaginant marchant doucement à nos côtés, bercés dans nos bras ; l'intime conviction que l'ouvrage se réalise bien ensemble, afin de faire naître à chaque fois, dans ces subtiles relations, la joie d'œuvrer ensemble. Alors le souffle va s'étoffer et les rencontres se feront plus souvent, car les pensées de l'ouvrier qui œuvre ici et maintenant doivent être tournées vers notre communauté, pour embrasser tous mes Frères à l'ouvrage et ne pas hésiter à nous appeler sans cesse si vous le voulez. Rien ne retient ce travail, nous sommes toujours à vos côtés et nous n'attendons que vos appels. En un mot, il n'y a plus à s'interroger, il n'y a qu'à réaliser, afin d'accomplir les desseins divins. »

Mais ces présences réelles à nos côtés ne sont pas toujours faciles à ressentir ou à reconnaître pour celui qui cherche le chemin : « Il est bien difficile en effet de ressentir les présences, mais cependant vous êtes tous attachés à cet ouvrage qui se met en place et à ce lent progrès que vous observez au fond de vous-mêmes. Croire en l'accompagnement spirituel, c'est croire qu'on est un enfant de Dieu, qu'on dépose à ses pieds son ignorance et cette absolue nécessité de recourir à la prière pour pouvoir se sentir enveloppé. Ces étapes se font petit à petit grâce à l'accompagnement de chacun, la ténacité, l'espérance et le désir de ce progrès. Le souffle s'installe et s'installera, emmenant chacun dans les pas qu'il construit. »

La méditation régulière voire quotidienne est un outil important pour établir une relation avec le monde spirituel, mais pour être plus forte encore,

c'est une écoute permanente qui doit s'établir dans chaque instant de la vie : « Être à l'écoute de nos présences. C'est un point important à réaliser. L'ouvrier ne doit-il pas être à l'écoute du maître pour pouvoir s'appliquer ?

En tant que médiums, vous pouvez aussi réaliser ce travail d'écoute, afin de fortifier votre élévation, de vous grandir dans les vibrations émises par ces contacts. »

La prière est aussi un outil indispensable pour trouver la compagnie de ces frères bienveillants, elle assure un lien entre communauté terrestre et communauté céleste, elle permet de retrouver les bras de ces compagnons en espérance, de recevoir les effluves de ces êtres supérieurs et de grandir : « Être en notre compagnie, c'est s'agenouiller dans un état de prière et d'attente ; c'est penser que dans cette école d'apprentissage, d'élévation, c'est chercher nos mains, pour cueillir le baume bienfaiteur de l'aide consolatrice ; c'est aussi accorder du temps et de l'écoute à cet échange fraternel, écouter la considération que nous avons pour vous, puisque petit à petit votre cœur se gonfle d'espoir ; c'est ressentir les mille et une vibrations en vous, tout autour de vous, qui vous rappellent à votre devoir, à la compassion, à la réflexion ; et tout cela pendant que le souffle s'active, où vous vous remémorez votre devoir de spirite, d'accompagner ceux qui le désirent aux portes de cette vérité, vibrant de mansuétude, pour n'évoquer que les marches à réaliser dans l'accomplissement de soi.

Les bras célestes se penchent vers vous, vous libérant de l'angoisse de demain, doucement, tranquillement, comme un manteau protecteur, pour que vous puissiez mieux accepter ce relationnel avec notre communauté. Après avoir pris conscience de nos présences à vos côtés, il est bon maintenant de grandir ce bonheur, de ce perpétuel échange existant pour demeurer dans l'unité que nous construisons, pour que vous puissiez être portés dans les célestes effluves de ceux qui vous soutiennent. »

