

Lumineuse

Les rêves et le sommeil

Le monde onirique

Cet ebook a été publié sur kobo.

© Lulumineuse, 2019.

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de cet ebook.

Re transcription du format vidéo en format écrit par Sylvie Retailleau.

Dans la même collection :

*La sortie du personnage, enlever le
masque. Tome 1*

*L'équilibre intérieur, l'harmonisation de
nos polarités. Tome 2*

*L'intention en action, apprendre à
penser. Tome 3*

L'outil vénusien. Tome 4

*Les rêves et le sommeil, le monde
onirique. Tome 5*

Dans ce livre électronique nous allons évoquer le monde onirique. En premier lieu, il me semble important de faire un point sur le sommeil et l'endormissement.

Le monde scientifique et la médecine moderne prétendent que dormir sert à recharger le corps, à le régénérer.

Cependant, nous pouvons avoir une vision plus large. L'âme se sent tellement étreinte dans le corps durant la journée, qu'elle a besoin de retourner dans des strates non formelles, dans un absolu, pendant la nuit. Il en est de même quand l'on ôte ses gants et que l'on détend ses doigts ou encore quand l'on enlève son pantalon en rentrant chez soi. L'âme a besoin de retirer son vêtement, le corps physique, gentiment posé sur le lit. Quand nous manquons de sommeil, nous nous sentons lourds, nous avons les paupières qui tombent, nous ressentons de la difficulté à organiser nos pensées. La lumière et les bruits nous agressent. Quand nous sommes fatigués nous peinons avec tous nos sens physiques. Quand nous observons les personnes autour de nous, beaucoup ont une

carence en sommeil. Il est important de ne pas prendre cela à la légère. L'âme a ce besoin fondamental de se reconnecter à l'absolu. Se réorganiser sur les plans mental et émotionnel est primordial. Pour les jeunes parents il est donc important de s'allonger régulièrement dès que leur bébé dort.

Le sommeil est une libération, une naissance. C'est comme une mort. À l'époque égyptienne pharaonique, pas celle enseignée par l'histoire mais celle des initiés, on apprenait que le sommeil était une préparation à la mort. Savoir s'endormir, c'est savoir mourir. N'ayez pas peur, c'est simplement un changement d'état. La mort n'est que « l'âme hors ».

Nous avons parfois de très mauvaises habitudes à l'endormissement. La chambre doit être un lieu sacré exclusivement dédié au sommeil. Par exemple dans la chambre de mes enfants il n'y a pas de jeux. Je ne travaille pas non plus là où je dors. Evitez également les miroirs car ils peuvent affecter l'harmonie énergétique. Ils font doubler et converger les ondes les unes vers les autres et provoquent un déséquilibre.

Je vous recommande la science ancestrale du Feng Shui notamment pour l'orientation de votre lit. Pour ma part, si je faisais construire une maison je respecterais ces enseignements. Je ne vous impose pas ici de changer l'aménagement de votre chambre, je vous livre les conditions optimales. Si vous avez des tableaux et des affiches, observez à quoi elles correspondent. Si les couleurs sont pastel, cela va favoriser l'apaisement. En revanche, s'il s'agit de posters de manga ou de jeux vidéo, cela va générer une ambiance intense impropre à l'endormissement. Le mieux est de laisser les murs blancs. Si vous avez des livres dont vous aimez particulièrement la vibration, posez-les sur la table de nuit. Pour ma part, j'ai souvent *La vie des maîtres*ⁱ, un livre de Platon, *La clé des gardien*ⁱⁱ et des livres dont j'aime particulièrement l'énergie. Je les change régulièrement de place pour que ces livres ne s'endorment pas.

Question : dans ma chambre, j'ai tous mes oracles et mes tarots. Est-ce une bonne chose ?

Si cela inspire le bonheur, la joie et la sérénité alors laissez-les dans votre chambre. En revanche il est important d'ôter l'ordinateur et les dossiers qui peuvent nous stresser. Ce sont des énergies préoccupantes accolées à des objets. Sortez-les de votre chambre. Il est difficile également de s'endormir dans un lieu en désordre. Les vieux cartons, les vieux meubles s'apparentent à de vieilles idées dans la tête. À l'inverse, la chambre doit être épurée. C'est un sanctuaire qui vous fait passer d'un monde à un autre. Plus vous sacrailisez votre chambre, plus vous favorisez une vibration très élevée. Vous pouvez aussi placer des organites ou d'autres pierres. Poser un énorme quartz rose dans la chambre des enfants est très apaisant. Pour avoir des rêves plus lucides vous pouvez placer également des améthystes. Par exemple je dors avec mon fils et j'ai ainsi toute sa collection de pierres. Il les aime tellement que l'on se sent en sécurité dans sa chambre. Plus vous allez sacrailiser votre chambre et plus cela va être un vortex, un portail pour passer d'une dimension à une autre.

Question : dans la chambre de ma fille, je place des draps sur les meubles pour cacher les jeux. Qu'en penses-tu ?

C'est une première étape mais il est possible d'aller plus loin et de compartimenter la chambre avec d'un côté un espace jeu et de l'autre, un espace nuit.

Question : qu'en est-il des voyageurs nomades ?

C'est la même chose. Il suffit d'être vigilant sur ce que l'on place dans la tente ou dans son véhicule.

Il est très important d'aérer tous les jours et de laisser la lumière entrer dans la chambre. Les éléments peuvent ainsi faire le nettoyage. Pour savoir si les objets ou les matériaux présents dans votre chambre sont adéquats, il vous suffit de vous relier à eux et d'observer les sensations qu'ils provoquent en vous. Mettre une plante ou encore utiliser des draps en coton, tout cela va apporter généralement plus de bien-être.

A contrario, s'endormir avec le téléphone dans les mains n'est pas une très bonne idée pour entrer dans le monde des rêves et de s'en souvenir. Le téléphone connecté au wifi va générer des interférences dans lesquelles nous sommes baignés durant notre sommeil. Cela rend plus ardu le passage dans le monde onirique. Il est plus complexe d'entrer dans un sommeil réparateur quand nous avons baigné dans ces énergies-là juste avant. Quand nous nous endormons avec des fréquences qui nous parasitent, c'est comme si nous dévalions une pente et que nous avons par la suite à retrouver un élan suffisant pour grimper la côte et retrouver des énergies plus hautes. Le passage est brouillé. Quand nous lisons un livre inspirant qui nous rend légers et que nous avons cette impression de flotter sur le matelas, le passage se fait à l'allure d'un avion au décollage. Si je lis Omraamⁱⁱⁱ, d'autres guides ou d'autres ouvrages avant de dormir, je suis avec eux pendant le sommeil. Puisque je m'imprègne de ces énergies-là, je laisse mon corps et je continue ma conversation avec eux. Je peux me retrouver alors dans des réunions ou dans des vaisseaux.

Il est important de se poser la question suivante : « de quoi suis-je entouré quand je dors ? ».

Quand vous avez dû mal à trouver le sommeil à cause d'un mental trop actif, ouvrez un livre élevé en fréquence. Cela va directement vous inviter sur une nouvelle vibration. Une fois que vous avez terminé de regarder la télévision ou votre téléphone, lisez des messages qui vont vous porter et ainsi favoriser un meilleur sommeil. Parfois, il m'arrive aussi d'avoir envie de méditer sur un sujet, comme les ondes de forme par exemple. Je médite profondément sur des thèmes pour lesquels j'ai déjà reçu des enseignements mais pour lesquels je sens que j'ai besoin d'aller plus loin dans la compréhension. Cette première étape d'endormissement est très importante pour vous aider à canaliser énormément de choses. Par exemple, je peux me poser des questions sur l'entremêlement des lignes de temps, sur leurs mouvements. Je me pose intérieurement dans ce sentiment-là. Je me laisse aller dans ce sommeil avec ce choix d'informations que je souhaite voir. Je me laisse ainsi aspirer et je veux recevoir les images qui vont

sacraliser la compréhension que je souhaite. A ce moment-là des informations arrivent. C'est alors à moi de les interpréter et ensuite je passe dans le monde onirique. Parfois je m'en souviens, parfois non. Cela vous est-il déjà arrivé, enfant, de vous poser des questions intérieurement et de voir apparaître des formes, des lumières ? Pour ma part, j'avais souvent des formes géométriques qui m'apparaissaient. Je me sentais être l'univers entier, puis comme une particule de l'univers et quand j'étais cette particule, j'étais également l'univers entier. Je canalisais alors des informations très vastes. La mathématique des formes, la géométrie sacrée, représentent la méthode de langage universel sans habillage. Si des images d'arbres, d'océan, de mer, d'oiseaux viennent à vous, ce sont autant de codes mathématiques. Un code habillé en image. Et chaque code est une forme de géométrie sacrée. Ce passage onirique dont vous faisiez l'expérience enfant, conservez-le une fois adulte.

Tout ce que vous avez vécu dans votre journée peut être rééquilibré en cinq minutes ou moins, uniquement à travers ce passage.

Cela suppose de faire le travail d'aller voir profondément et de se laisser rééquilibrer en accueillant les formes géométriques. Dans cette transition nous pouvons aussi voir des couleurs. Les couleurs sont des vibrations, des fréquences, de la géométrie, des planètes, des organes... Tout est lié avec tout. Ne cherchez pas forcément à décrypter. Ce que nous recevons sont des fréquences. Notre corps entier est composé de vibrations. Ne cherchez pas à comprendre tous les symboles. Ce sont simplement des formes-pensées, des énergies encodées qui fonctionnent comme un transfert énergétique en soi et de l'univers à soi. Nous sommes l'univers et l'univers se reflète en nous. Nous avons des codes spéciaux à l'intérieur de nous et l'univers les reflète dans ce ciel intérieur. C'est cela le monde onirique.

Pourquoi rêve-t-on ? Nous allons dans une autre forme de réalité qui peut parfois être pervertie par l'activité mentale. Les personnes qui ont une activité cérébrale intense la nuit vont faire des rêves plus pesants. C'est comme si toutes les particules de mental projetaient sur un écran des situations que nous n'avons pas réussi à

régler durant la journée ou le mois. Notre inconscient nous invite à régler cette problématique. Nous allons créer un décor pour aller épurer un problème que nous ne parvenons pas à résoudre dans nos vies quotidiennes. Nous pouvons faire le même travail évolutif pendant notre sommeil. Nous faisons des projections mentales qui vont nous aider à évoluer. Nous allons chercher des sensations, des sentiments, des situations qui seront vécues de manière réelle. Ce sont des mises en condition de notre propre lumière puisque nous cherchons les réponses, la pureté, le retour à la Source dans l'univers absolu.

L'univers va venir se refléter en nous et nous allons pouvoir projeter toutes nos incohérences afin de pouvoir harmoniser l'ensemble et que tout s'emboîte parfaitement. Plus nous aborderons le monde onirique avec un mental centré et un émotionnel stable et plus nous rejoindrons des strates plus élevées vibratoirement. Nous ferons alors des rêves très différents de ceux que nous produisons habituellement. Nous provoquerons des rencontres, nous irons dans des lieux dans lesquels nous ne sommes

jamais allés auparavant. Nous aurons alors l'impression de visiter des endroits qui semblent réels.

Une personne me disait être allée dans une source orange, une autre a rencontré des Êtres bleus sur une planète qu'elle semblait déjà connaître.

Et vous ? Vous est-il déjà arrivé de ne pas être dans un rêve de projection du plan mental mais dans un rêve où vous vous sentez autre part ?

Il existe plusieurs formes de rêves. Nous venons d'évoquer les rêves de strates. Il existe aussi ce qu'il est possible de qualifier de rêves d'autorisation. Il s'agit de rêves où des personnes défuntées ont le droit de nous rendre visite pendant nos rêves, et de nous transmettre un message.

Question : comment faire la différence entre un rêve conscient et un rêve astral ? J'ai l'impression d'être entre les deux.

Il n'est pas nécessaire de séparer les deux. Un voyage astral est un rêve conscient, mais un rêve n'est pas forcément un voyage astral.

Parlons maintenant de l'interprétation des rêves. Nous sommes une forme emballée d'une formule mathématique. Nous ne sommes que des fréquences et des vibrations. Nous avons une image et c'est comme cela que nous nous percevons et que nous parvenons à expérimenter l'individualité. Nous fonctionnons avec un mental, avec des points de repères et des choses formelles. Quand nous rêvons, nous rêvons des mêmes plateaux de jeu. Nous pouvons rêver de personnes, de situations, de grandes maisons, de notre ancienne école ou encore de notre nounou. Nous pouvons rêver de notre quartier avec parfois de légères différences. Il y a beaucoup d'indices dans les rêves et je vais vous parler de la meilleure façon de les interpréter.

Il existe de nombreux livres et sites sur le sujet mais il convient d'être vigilant. Je vous recommande souvent *Le dictionnaire des rêves* de Anne Monteschi. C'est une base.

Certains sites ont spéculé sur l'interprétation des rêves. Or, nous ne pouvons pas donner une définition unique. Un arbre n'aura pas la même signification pour chacun. Il sera alors important de voir ce que cela veut dire pour vous, à quel moment il apparaît dans votre rêve, quel sentiment il vous a procuré. Que vient faire cet arbre ici ? Que signifie-t-il ? L'interprétation des rêves est un travail délicat. Quand vous vous souvenez d'un rêve, je vous invite à le noter avec détails. Ce n'est pas grave si vous ne vous souvenez pas de tout.

Que vous est-il arrivé ? La maison était-elle petite ou grande ? Y avait-il des cadres sur les murs ? La maison était-elle encombrée ? Y avait-il des personnes que vous connaissez ? Était-ce votre mère, votre sœur, votre fille, votre fils, votre oncle, vos amis, vos anciens amis, vos amis d'école, vos collègues de bureau ? À partir de cela, nous allons en déterminer le sens. Le monde onirique est symbolique. Si vous rêvez que votre mère vous tient certains propos, nous pouvons nous interroger sur la symbolique même de la mère, de son rôle. Elle peut incarner un parent, une sagesse, votre

féminin sacré. Cela peut également toucher la femme en vous, l'enfant en vous.

Au niveau du père, cela va plutôt concerner le côté économique, l'action, la réaction, le masculin sacré. Mais encore une fois, gardez seulement ce qui résonne pour vous.

Quand vous rêvez de personnes je vous invite à regarder ce qu'elles symbolisent pour vous. Par exemple si vous rêvez d'une amie que vous aviez en classe de maternelle cela peut signifier qu'une partie de votre vie demande à être examinée. Peut-être traversez-vous une période où des choses remontent et cette personne vous indique que vous devez explorer ce moment de vie.

Si vous rêvez de voiture, de pannes, posez-vous la question de ce que représente la voiture ? Une voiture me permet d'aller d'un endroit à un autre sans contrainte de temps. C'est une solution efficace pour aller d'un point A à un point B, ou rejoindre ce que je souhaite.

Quand vous interprétez votre rêve, explorez le fond de la scène. Écrivez-le et notez ce qui vous fait penser à quoi. Quel impact cela a-t-il sur vous spécifiquement ? Voilà ce qui est important. Pour comprendre votre propre

langage des rêves, vous devez vous comprendre vous-mêmes.

Plus la compréhension de vous-même sera large et plus vous aurez une lecture précise de vos rêves. Il m'arrive dans mes rêves de visiter certaines maisons et je sais par exemple que, pour l'une d'entre elles, je vais me retrouver dans une cathédrale. J'y suis allée plusieurs fois et j'y retourne pour une problématique précise. Cherchez à vous connaître, à observez ce que cela éveille en vous. Certaines personnes me disent avoir rêvé de moi, que je leur ai enseigné ceci ou cela. Chaque personne possède un symbolisme qui lui est propre. Je peux parfaitement représenter votre propre voix sage à l'intérieur de vous. J'apparais dans votre rêve mais il s'agit de votre propre guidance. Cela aurait pu être n'importe qui d'autres ou encore un animal. Nous avons tous nos propres repères et les rêves fonctionnent évidemment de cette manière. Il suffit finalement de se comprendre soi-même. Nos rêves servent à rendre conscient ce qui était resté inconscient. Ils poursuivent le travail des jours.

Question : est-il indispensable de comprendre ses rêves ou bien le travail se fait-il quoiqu'il arrive ?

Un peu des deux ; s'il s'agit de travailler sur ses rêves de manière mentale, c'est inutile. L'interprétation de nos rêves sert à se connaître et surtout pas à se surcharger mentalement. L'interprétation doit toujours se faire dans la subtilité, dans le ressenti intérieur. C'est la passion de la découverte de soi et non un exercice fastidieux.

Question : j'ai fait plusieurs fois une paralysie du sommeil. J'entendais une musique magnifique et je voyais une sorte de lumière blanche. De nombreuses voix me parlaient. Je ne sais pas ce qui s'est passé et pourquoi je ne pouvais plus bouger.

Cela arrive quand nous sommes conscients, mais que nous ne sommes pas encore totalement revenus dans notre corps.

À ce moment-là, nous ne sommes pas dans une peur mais dans une fréquence très élevée. Nous sommes dans les harmoniques célestes, là où il nous est possible

d'entendre des sons, des paroles, la lumière de ces fréquences plus élevées. Nous ne pouvons pas encore revenir dans notre corps. Avant de pouvoir le réintégrer nous devons peu à peu repasser par des étapes de densité. Pour ma part j'ai besoin de beaucoup de temps le matin pour me réveiller car mon corps est lourd. Ce passage dans la matière plus dense est difficile. Dormir pour moi est un soulagement, le moment où je rejoins des amis, de la famille. J'ai toujours détesté les réveils brusques de mon enfance. J'avais cette impression d'être arrachée du sommeil. Combien de fois j'ai prié intérieurement en ouvrant mon armoire. J'étais en colère, car je trouvais cela inhumain. Je me demandais pourquoi on ne me laissait pas la décision du moment de revenir ? Je me sentais forcée. Chaque matin, je me disais qu'une fois l'école terminée plus personne ne m'obligerait à me réveiller le matin. C'était trop violent. Il est important de bien se réveiller, de se recentrer dans le cœur, dans le corps, de se réaligner. Je me souviens du réveil et de sa sonnerie agressive. Tous les matins je me réveillais une minute avant qu'il sonne pour ne pas l'entendre. Le proverbe

selon lequel le monde appartient aux gens qui se lèvent tôt est à mon sens tout simplement faux. Car la plupart sont fatigués et donc en carence de sommeil. Le monde n'appartient à personne, mais il t'appartient de te réveiller de bonheur.

Comment se souvenir de ses rêves ?

La phase de pré-endormissement est très importante. L'état méditatif peut y contribuer largement. Si nous avons un réveil qui nous arrache de notre sommeil, il est difficile de se rappeler de nos rêves. Nous pouvons nous réveiller brusquement au milieu d'un rêve et dans ce cas-là nous devrions le noter. Certaines personnes ouvrent les yeux le matin et leur machine à penser se met directement en route. Elles anticipent tout ce qu'elles ont à faire au cours de la journée.

Au réveil sachez que nous sommes comme un tuyau vierge. Ainsi, si nous nous réveillons en ayant une déferlante de pensées, de choses à faire durant notre journée, il sera clairement difficile de se souvenir de nos rêves dans ces conditions. Le matin, remercions, soyons en gratitude.

Je suis dans ce corps qui a été forgé sur-mesure pour moi. Il m'est prêté. Ces particules énergétiques qui le composent forment qui je suis. Merci à mon corps de m'accueillir à nouveau. Ensuite respirons et remercions. Une nouvelle journée s'offre à nous. Une conscience de tout cela va alors s'installer. Nous devons ressentir de la gratitude d'être en vie et d'expérimenter. Nous revenons donc avec cette conscience que nous réintégrons pour cette journée qui s'annonce.

C'est une nouvelle aventure qui commence et vous n'avez aucune idée de ce à quoi elle va ressembler. Je repense souvent à cette phrase du film *Forrest Gump* : « la vie c'est comme une boîte de chocolats, on ne sait jamais sur quoi l'on va tomber ».

Si vous avez un travail, que vous connaissez les grandes lignes de votre journée, que vous savez que vous démarrez à 8h00, que vous allez chercher les enfants à 17h00, etc ; vous pouvez penser que cette journée ne vous réserve rien d'extraordinaire, mais en réalité, vous n'en savez rien. Vous ne savez rien de

cette journée puisque c'est la première fois que vous allez la vivre. Comme celle-ci est inconnue, vous n'avez pas à penser à quoique ce soit et surtout, à définir cette journée, car une aventure vous attend. Il faut vous laisser traverser.

Vous allez faire certaines choses machinalement en vous levant. Au lieu de vous laisser envahir par des pensées, restez présents en vous brossant les dents, en vous douchant.

Ne laissons pas nos pensées coloniser notre esprit. Laissons-les filer comme si elles s'adressaient au notre personnage extérieur. Il nous est tout à fait possible de les sentir intérieurement s'agiter mais il est important de rester dans cette harmonie intérieure, ce détachement, cet équi-Libre.

Comment faire cela ?

Notre âme, notre vrai soi qui était dans l'absolu est revenue dans le corps. Ne nous identifions pas à notre personnage. Si l'on a un rendez-vous chez le garagiste à 18h00, en réalité c'est Philippe – par exemple, peu importe comment l'on se prénomme - qui a

un rendez-vous. En revanche l'âme est là, tout de suite, dans l'absolu.

Soyons cette âme en mission. Soyons cette âme qui voit les choses de façon détachée. Il s'agit d'une manière de ne pas s'identifier et de ne pas se raccrocher à toutes les pensées qui vont venir coloniser nos têtes. Soyons plus raccordés à nos âmes qu'à nos personnalités : je suis Philippe, je vois Philippe, je comprends ses pensées mais je ne m'identifie pas complètement à lui. Je reste ce que je Suis. Je reste cet être plus grand, plus vaste, entier.

Je suis ainsi plus disponible pour me souvenir. Cela va être naturel. Sous la douche, ou encore en préparant une boisson, nous allons avoir en mémoire notre rêve. Pourquoi ? Parce qu'à ce moment-là, nous sommes libres et disponibles.

Si nous ne le sommes pas, notre partie absolue est déjà trop étouffée par notre identité. Le Philippe le personnae a rendez-vous au garage et prend toute la place. Il ne peut pas entendre le Grand qui a fait des rêves.

Parfois, nous pouvons nous souvenir d'un rêve longtemps après. Plus nous sortirons du

personnage^{iv} et plus nous comprendrons le monde onirique. Ces mondes vont s'entremêler, se rejoindre, se correspondre dans notre conscience éveillée. Nous faisons des sauts dans l'autre monde à chaque instant, quand nous rêvassiez par exemple. Nous n'arrêtons pas de passer d'un monde à un autre.

Parlons maintenant des cauchemars des enfants. Ils sont confrontés à beaucoup de violence, très souvent banalisée. Cela s'avère très souvent bien difficile pour eux de s'extirper de tous ces stimuli : les affiches publicitaires, les sons, les injonctions des parents, etc. Les enfants sont parasités en permanence. Ils n'ont pas le recul nécessaire et la capacité de tout encaisser. Leur subconscient va mettre des informations de côté afin de s'en occuper pendant le sommeil. Il ne faut pas différencier les rêves des cauchemars. Ce sont des mises en situation émotionnelles et mentales que nous vivons comme si elles étaient réelles.

Je connais une personne qui a rêvé qu'elle se faisait écraser par un train. Elle a fait un mouvement de côté et est venue heurter le

radiateur de sa chambre. Cela m'a fait beaucoup rire et démontre que les rêves ont la même réalité pour nos sens intérieurs.

Question : ma fille fait souvent des cauchemars d'animaux qui la poursuivent et qui veulent la manger. Comment interpréter cela ?

Dans ce rêve il s'agit d'animaux. Il faut déterminer avec attention leur nature. Sont-ils des prédateurs ? Ils peuvent représenter une ou deux copines d'école. Elle peut avoir le sentiment de leur plaire, ou de vouloir les satisfaire pour être acceptée. Peut-être qu'une copine joue ou endosse le rôle de la cheftaine. L'enfant qui vit se cauchemar en éprouverait ainsi une forme d'impuissance. Inconsciemment elle a ainsi le sentiment de se faire dominer. Elle rêve donc que des animaux la poursuivent.

Quand j'étais plus jeune et que j'étais avec mon ancien compagnon, je vivais cela. Je rêvais très souvent que j'allais me baigner et qu'il y avait un requin. Dans ce rêve, je disais à chaque fois que j'allais me faire dévorer. Personne ne voyait le requin et je trouvais les

gens insoucieux. Je ne voulais pas sauter dans l'eau. Un jour, j'ai compris que le requin représentait la personne avec qui j'étais et, qu'en effet, j'étais en train de me faire dévorer.

Des personnes qui vivent avec des pervers narcissiques rêvent souvent de serpents. Il est possible d'assimiler une personne toxique, comme un chef au travail par une araignée. Le monde onirique est très symbolique. L'araignée vous attire dans sa toile, le requin montre ses dents, le serpent vous mord... Ces symboles ne sont pas là pour désigner une personne mais vos propres sentiments vis-à-vis d'une personne. Ils peuvent mettre en lumière ce que vous étouffez en vous-mêmes.

Quand nous vivons des problématiques intérieures importantes et intenses, certains rêves peuvent être récurrents et nous pointer ce que nous devons regarder.

Question : souvent, je fais des rêves dans mes rêves. Je suis en train de dormir et de rêver. Je crois me réveiller et je me réveille dans mon rêve.

Se réveiller dans un rêve est une symbolique très forte. Cela peut vouloir dire que nous n'avons pas envie de nous réveiller. Nous nous réveillons mais nous nous mentons encore car nous sommes encore dans un rêve. Observons ce que nous vivons à ce moment-là. Il y a une part de nous qui n'a pas envie de se réveiller, qui se ment encore une fois et qui reste dans un rêve.

Il est important de comprendre que dans nos problématiques intérieures, il y a des sentiments nauséabonds qui remontent pour que nous puissions en tenir compte. Les exemples peuvent-être multiples : une personne peut rêver d'inceste car enfant, un oncle a pu vous regarder d'une manière malsaine.

Le rêve est simplement là pour montrer que vous n'avez pas digéré cela. C'est normal de ne pas se sentir bien. Nous avons le droit de ne pas accepter cela. Il est important de prendre du recul et de se demander si nous avons vécu un sentiment similaire que nous avons pu enfouir et que nous n'avons pas encore examiné afin de s'en libérer.

Question : je rêve souvent de situations avec des membres de ma famille où je peux me sentir pris au piège et je ressens encore de la colère au réveil.

Ce sont des situations réelles mais sur une autre réalité. C'est réel pour vous. Le monde onirique est une réalité encore plus individuelle. Dans la matière, la réalité est co-dépendante de tout le monde. Nous interagissons dans la réalité des autres et les autres interagissent dans la nôtre. Dans le monde onirique nous sommes dans un cocon où nous pouvons travailler sur nos problématiques profondes. Pour la plupart des gens seul le monde physique est réel, alors que c'est sans doute le monde le plus éloigné de la réalité. Nous fonctionnons complètement à l'envers. Quand nous nous réveillons et que nous continuons à ressentir de la colère, nous l'avons vraiment vécue. Cette part de nous a quelque chose à comprendre, elle doit savoir comment appréhender ce qu'elle vient de vivre.

Question : mon conjoint est le seul dont je ne rêve jamais. Pourquoi ?

Quand nous voulons éluder quelqu'un, il arrive que nous le fassions aussi dans nos rêves.

Question : les rêves lucides sont-ils une illusion ? Quand nous rêvons et que nous nous rendons compte que nous pouvons créer ce que nous voulons ou que nous sommes capables de voler par exemple.

Qu'est-ce que la réalité si ce n'est une illusion ? Qu'est-ce que la matière si ce n'est l'illusion de la forme ? Nous sommes tous en train de croire que nous regardons une tablette ou un téléphone, alors que ce sont des particules d'énergie assemblées qui créent des formes. Nous croyons tous que nous avons une identité, alors que nous sommes là pour un passage très restreint dans une immensité intemporelle. Qu'est-ce que la réalité ? Quand nous faisons un rêve lucide et que tout à coup nous pouvons contrôler ce rêve, voler ou en profiter, nous sommes sur une autre réalité. Cela ne signifie pas que ce n'est pas réel. C'est simplement une réalité relative. Il est important de comprendre que

la réalité est quelque chose de complètement relatif. Cela permet de ne pas prendre les choses trop au sérieux dans notre vie. Nous pouvons être consciencieux mais il est important de ne pas figer les choses, car même cette réalité est relative.

Qu'est-ce que la vraie vie ? Croire que celle-ci est uniquement la matière, n'est pas être connecté à sa lumière intérieure. Si tu ouvres ton corps, vois-tu ta lumière ? Si j'ouvre ton corps au scalpel, penses-tu que je vais la voir ? Qu'est-ce que la réalité ? Sur ce plan, cette lumière existe, mais nous ne la voyons pas avec nos yeux physiques. La réalité est donc relative. Notre monde réel n'est qu'un pâle reflet de l'univers, sur une faible fréquence. Le monde onirique est un monde à explorer de manière intérieure et non physique. Les insomnies signifient que notre corps mental ou émotionnel est trop lourd. Nous ne parvenons pas à monter. Nous sommes comme lestés. L'âme n'arrive pas à retrouver l'absolu. C'est comme si nous avions des poids aux chevilles. Cela peut arriver quand nous avons des angoisses à l'approche d'un examen, à l'occasion d'un

changement de vie, d'un déménagement ou encore d'une séparation. De manière générale, quand nous sommes dans une attente incertaine. Même si vous avez l'impression de parfaitement gérer tout cela, à l'intérieur les corps subtils peuvent se lester.

Quand nous faisons des rêves où nous nous retrouvons avec des Maîtres, des Célestes, quand nous sommes dans des vaisseaux, au sein de réunions, nous pouvons être pleinement conscients. C'est une réalité. Et nous pouvons le vérifier. Par exemple il m'est arrivé d'être en réunion avec ma mère et ma grand-mère et ensuite, à l'occasion d'un contact téléphonique avec ma mère, nous nous en rappelions. Elle est d'ailleurs venue me voir l'an dernier et pendant un déjeuner elle a raconté ce qui s'était passé dans une réunion d'un de ses rêves. J'avais vécu exactement la même chose. Nous y avons assisté toutes les deux et je pouvais raconter la suite de l'histoire.

Récemment, j'ai également fait une réunion avec un petit garçon de dix ans. A son lever, il m'a envoyé un message. J'ai eu l'intuition

que j'allais rencontrer quelqu'un à Nantes et c'était ce petit garçon. Une fois, j'étais allongée sur mon lit, je pars en sommeil et je me retrouve dans un vaisseau où nous discutons de l'avancement planétaire.

Dans ce genre d'expérience, vous vous souvenez de qui vous êtes dans votre identité la plus vaste, la plus entière et vous savez pourquoi vous êtes là. Vous vous rappelez tout. Je me souviens des premières minutes de cette réunion. Quand je reviens à moi, j'ouvre les yeux sur le velux au dessus de mon lit et je vois le vaisseau qui s'éloigne. C'est une énorme lumière qui se dissipe. J'ai juste le temps de dire au revoir. Quand je reprends mes esprits, j'ai oublié presque la totalité. Je n'oublie pas la réunion ou ce que j'ai vu là-bas, mais le reste devient flou. Seules des bribes demeurent. Nous ne pouvons pas tout garder en mémoire pour plusieurs raisons. La première est la fréquence vibratoire de ces informations. A mesure que leur intensité vibratoire ralentit, elles deviennent difficilement transposables à notre réalité limitée. La deuxième raison est une protection du Moi par rapport à notre

identité actuelle, car ce serait trop difficile de vivre ici en sachant certaines informations.

Dans *Ami l'enfant des étoiles*^v il y a un passage où la grand-mère d'Ami dit en substance qu'elle ne veut pas aller vivre ce qu'ils vivent, car depuis que Pedro a visité ces sphères magnifiques, elle peut voir la tristesse dans son regard quand il revient ici.

Cela peut être difficile de conserver l'ensemble de ces informations. Il faut être conscient de cela. Pour moi aussi, quand je vis des expériences vraiment magnifiques, c'est difficile de réintégrer ma vie terrestre et de ne pas en souffrir. Mais il est important d'être dans la gratitude d'être ici, dans un autre genre d'expérience. Il n'est pas toujours évident de vivre sur différentes sphères. Cependant, nous n'allons jamais vivre des choses que nous ne pourrions pas assumer par la suite.

Parfois, nous revenons avec le sentiment d'avoir eu une révélation incroyable et nous ne nous en souvenons plus. Sachez que cette révélation est véritablement encodée en vous. Cette information est enregistrée et vous

n'avez pas à la savoir de manière mentale. Cela ne va pas vous aider. Ce n'est pas une privation, mais plutôt une sécurité, une aide.

Question : que signifient les réveils nocturnes à heure fixe ?

C'est souvent le retour d'une réunion, d'un partage d'informations. C'est un signal. Nous avons reçu un enseignement. Il nous a été donné des codes pour nous faire comprendre ce que nous vivons sur les autres plans.

Si vous avez une envie intérieure de participer à une réunion, que cette envie vous stimule au plus haut point, demandez-le. Ne vous dites jamais que vous en êtes incapables, que vous ne pouvez pas visiter d'autres planètes, qu'ils ne voudront pas de vous, que vous ne faites pas assez d'efforts. Ne vous dites pas cela. Vous êtes magnifiques. Vous êtes des lumières. Une fois que vous ôtez la partie mentale et émotionnelle, vous êtes lumière.

Ainsi, si votre cœur d'enfant a envie de faire des expériences, demandez-les. Allez-y. Ne vous sentez pas insuffisants. Oubliez cela et

allez-y. Croyez que vous le pouvez car si vous ne vous autorisez pas vous-même, personne ne le fera pour vous, c'est à vous qu'appartient la volonté intrinsèque d'emprunter ce chemin.

Je vous souhaite de réaliser de merveilleux voyages vers vous-mêmes.

ⁱ *La vie des maîtres* par Baird T. Spalding

ⁱⁱ *Clés de la nouvelle conscience* aux éditions Be Light Editions

ⁱⁱⁱ Omraam Mikhael Aivanhov

^{iv} *La sortie du personnage. Enlever le masque* par Lulumineuse

^v *Ami l'enfant des étoiles*, disponible gratuitement sur le site www.lulumineuse.com