

TABLE DES MATIÈRES

Quelques mots des auteurs

ix

Les grandes questions

1

Science et religion : Le grand divorce

11

Changement de paradigme

23

Qu'est-ce que la réalité ?

33

Vue et perception

43

La physique quantique

53

L'observateur

63

La conscience

75

Le pouvoir de l'esprit sur la matière

85

La conscience crée la réalité

97

Créons-nous notre propre réalité ?

107

Pourquoi ne sommes-nous pas des magiciens ?

119

Le cerveau quantique

131

Cerveau 101

143

Les émotions

157

Les dépendances

169

Désir → Choix → Intention → Changement

181

L'interlude de Betsy

192

Paradigmes : l'autre côté

197

Enchevêtrement

213

La superposition finale

229

Épilogue : un festin quantique

237

Dans les coulisses de la réalisation
du film *What the Bleep Do We Know ?*

253

Collaborateurs

266

Quelques suggestions supplémentaires

273

Quelques mots des auteurs

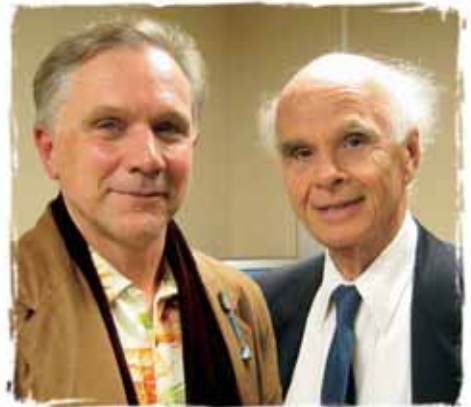
Nous avons entrepris ce projet en pensant savoir ce qu'est la réalité. Finalement, eh bien, vous connaissez le titre du film...

Alors, si vous vous trouvez en ce moment dans une librairie en train de lire ces lignes et que vous êtes en quête d'un guide pratique expliquant « comment faire », préparé par des êtres très évolués qui le savent déjà, il est sans doute préférable que vous remettiez ce livre à sa place.

Mais si vous poursuivez votre lecture, vous allez entreprendre un voyage très particulier, car c'est précisément ce que nous avons fait. Nous avons sillonné le pays pour recueillir les propos de personnalités brillantes afin de pouvoir filmer ce qu'elles avaient à dire. Nous pensions savoir ce qu'elles avaient à raconter, mais nous avons bientôt compris que leurs propos portaient en fait sur tout autre chose. Leur façon de voir les choses était, à maints égards, différente de la nôtre, différente d'une personne à l'autre, différente de ce qu'on nous a enseigné à l'école, différente de ce que prêchent les religions, et différente des manchettes des bulletins télévisés. En fin de compte, c'est à nous qu'il incombait de décider où se trouve la vérité et ce que nous devons mettre à l'essai dans notre vie.

Les humains ont, semble-t-il, tendance à penser qu'il existe une formule magique, une technique ésotérique secrète ou une tradition cachée qui fera en sorte que tout marchera soudain comme sur des roulettes. S'il existe une telle formule miracle, en dépit de toutes nos années de pratique spirituelle, nous ne l'avons pas trouvée.

Alors, comme nous paraissions ne pas savoir grand-chose, vous vous demandez peut-être pourquoi nous écrivons un livre. C'est que le film *What the BLEEP* a permis à une foule de gens de découvrir plusieurs idées inédites et une nouvelle vision du monde. Pour certains, il semblait valider ce qu'ils avaient toujours *sent* être vrai, sans savoir que d'autres pouvaient penser la même



Will Arntz (à gauche) avec Ervin Laszlo, scientifique de renommée internationale

chose. Une partie de ce livre vise donc à vous informer, à vous faire mieux comprendre ce que dit la science. Nous y examinons comment nous percevons (ou non) les choses, ce que nous faisons, et de quelle façon nos attitudes influencent notre expérience de la vie et notre réalité. Nous explorons également ce que certains chercheurs ont trouvé et qui pourrait expliquer pourquoi nous faisons ce que nous faisons.

Nous plongeons ensuite notre regard dans la boule de cristal. Plusieurs des individus que nous avons interviewés sont des visionnaires, des pionniers et des prophètes. Nous pressentons tous que nous sommes à l'aube d'une très importante percée. Tout au long de l'histoire, on observe que les changements majeurs dans la perception qu'ont les gens du monde (c'est-à-dire leur paradigme) avaient été prédits par des visionnaires qui les ont sentis venir ou qui ont tracé la voie y menant. Peut-on dire que ce sont les visionnaires qui créent de nouveaux paradigmes, ou sinon que ces derniers remontent le temps, suscitant ainsi l'émergence de visionnaires ? Est-ce qu'une chose en crée une autre, ou bien, comme le suggèrent de nouveaux modèles théoriques, aucune n'engendre quoi que ce soit, seul régnant un état d'existence mutuelle dans lequel la cause et l'effet sont remplacés par ce qui *est* ?

C'est là une intéressante possibilité. Aussi mystique que cela puisse sembler et aussi bizarre que ce soit à lire, certaines données scientifiques semblent indiquer qu'il en est effectivement ainsi.

Interviewer notre aréopage de scientifiques, de philosophes et de mystiques s'est avéré extrêmement captivant. À tel point qu'avant la fin des entrevues, les membres de nos équipes de tournage finissaient par se joindre à nous et posaient à leur tour des questions. Ces gens n'étaient nullement familiers avec les sujets abordés, puisqu'il s'agissait de professionnels du cinéma que nous avons engagés dans chaque ville visitée. Une fois mis en contact avec ces idées et ces concepts, leur intérêt était inévitablement éveillé et ils étaient émerveillés devant les possibilités évoquées. Voilà pourquoi nous avons écrit ce livre : parce que ces sujets intéressent énormément de monde, et beaucoup parmi ceux que cela intéresse ne savaient pas qu'ils le seraient avant d'en avoir un aperçu. Alors, si nous pouvons vous servir un « menu quantique » appétissant, nous sommes heureux de pouvoir le faire. Amusez-vous bien en parcourant ces pages, car il s'agit ici d'un voyage unique au sein de réalités vraiment stupéfiantes.

Will Arntz



Il y a cinq ans, je me faisais souvent la réflexion suivante : Hollywood ne produit tout simplement pas le genre de films qui méritent d'être vus et dont le monde a réellement besoin. À l'époque, j'étais cinéaste, et ce que je désirais par-dessus tout, c'était de trouver des réalisateurs avec qui je pourrais travailler et qui étaient intéressés à réaliser des films qui transforment les gens. Pendant tout ce temps, je ne cessais de me plaindre que l'industrie du cinéma était superficielle. Un jour, la dure réalité me frappa, et je pris conscience que ce n'était pas le boulot d'Hollywood de produire des films ayant le potentiel de changer complètement la vie des gens. Peut-être était-ce le mien. Et dire que, durant toutes ces années, j'avais blâmé les autres de ne pas avoir su satisfaire à mes exigences. Voilà qui était plutôt arrogant, n'est-ce pas ? Il ne m'était jamais venu à l'esprit que, au lieu de pester contre cet état de fait, je n'avais qu'à m'arranger pour en réaliser un moi-même, tout simplement ! Peu après, je fis la rencontre de William Arntz, probablement l'un des hommes les plus braves que je connaisse. Très, très peu de gens joignent le geste à la parole de la façon dont Will l'a fait. Ensemble, avec la très talentueuse Betsy Chasse, nous avons formé un partenariat novateur qui allait donner naissance à ce film, à ce livre et à un nouveau sentiment d'identité pour chacun de nous. Durant les trois années que nécessita la réalisation du film, nous avons vécu toutes les dépendances émotionnelles que vous pouvez voir dans le film, et nous en sommes ressortis plus vieux et plus sages. Ce livre renferme certaines idées qui n'ont pas pu être incluses dans le film, mais aussi les mêmes concepts et les mêmes informations qui en ont fait un tel succès. Je crois sincèrement que ces connaissances et ces informations ont le pouvoir de changer la vie des gens. Puisse cette incursion dans l'avenir de l'humanité vous être profitable.



Mark Vicente



Il y a quatre ans, je vivais heureuse, mais à l'étroit, dans ma conscience. Mon intérêt se limitait au genre de chaussures que je portais ou au type de voiture que je conduisais. Puis ce projet de film m'est littéralement tombé du ciel. On peut vraiment dire que l'univers m'envoyait un message ! Ces quatre dernières années, j'ai passé le plus clair de mon temps à demander à tout le monde : « Quel rapport cela a-t-il avec moi ? En quoi cela me sera-t-il utile dans la vie ? » Simplement essayer de comprendre la plupart de ces choses et ensuite les intégrer semble parfois au-dessus de mes forces. Ce livre a été pour moi une occasion extraordinaire d'expliquer notre compréhension du monde étrange et loufoque dans lequel nous vivons. J'espère qu'il vous aidera à entreprendre le même cheminement. Il témoigne de notre voyage, de nos expériences et de notre point de vue sur tout cela. Je ne prétends pas être une enseignante ni un gourou, mais je peux dire que l'expérience acquise durant la réalisation de ce film et ensuite l'écriture de ce livre m'ont changée à tout jamais. J'espère que vous y trouverez des informations utiles. Mais ne nous croyez pas sur parole... Faites-en vous-même l'expérience !

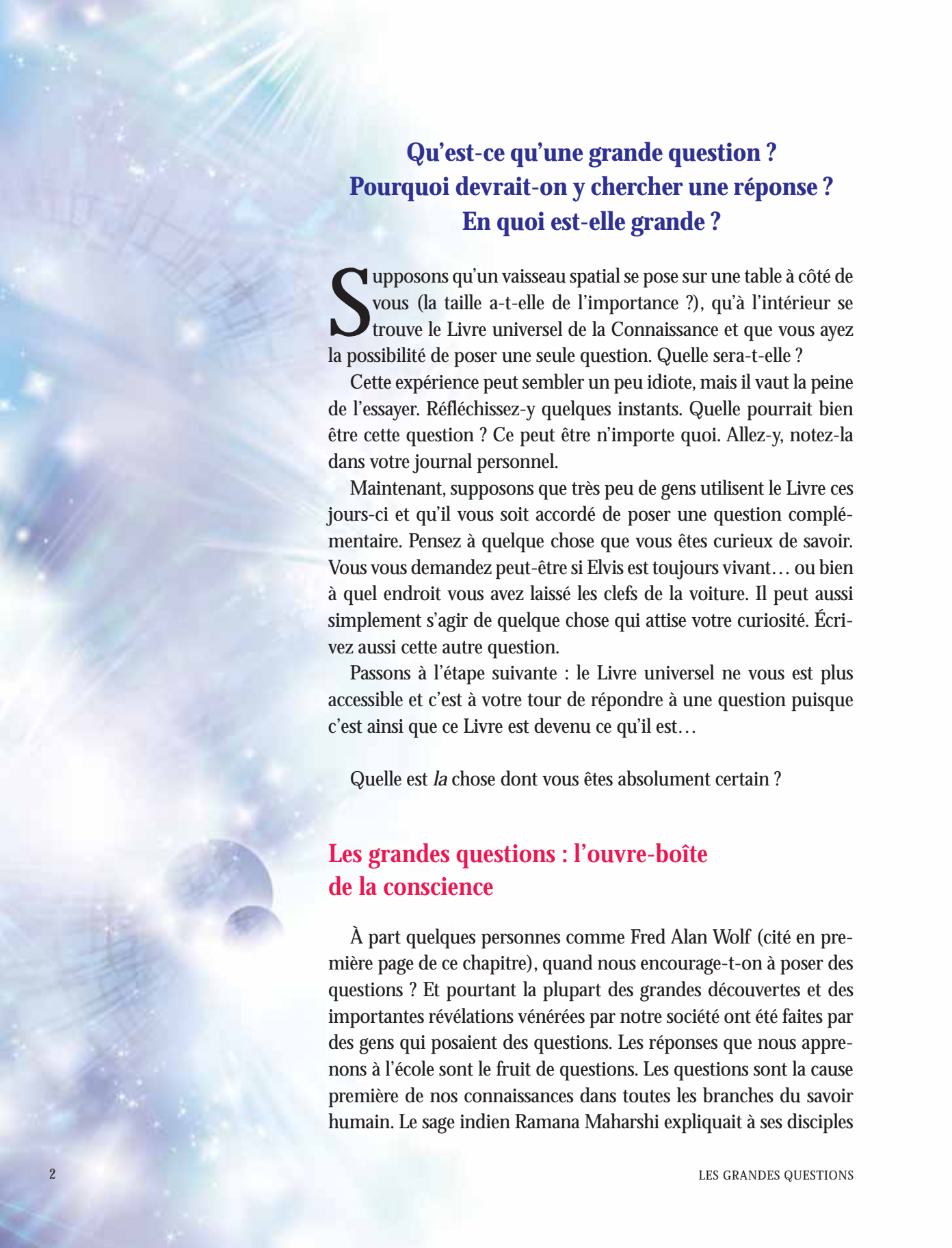
Betsy Chasse



LES GRANDES QUESTIONS

Le fait de se poser ces grandes questions ouvre la porte à de nouvelles façons d'être. Cela apporte une bouffée d'air frais et rend l'existence plus joyeuse. Ce qui importe le plus dans la vie, ce n'est pas d'être au courant de tout, mais de laisser une place au mystère.

FRED ALAN WOLF



Qu'est-ce qu'une grande question ?

Pourquoi devrait-on y chercher une réponse ?

En quoi est-elle grande ?

Supposons qu'un vaisseau spatial se pose sur une table à côté de vous (la taille a-t-elle de l'importance ?), qu'à l'intérieur se trouve le Livre universel de la Connaissance et que vous ayez la possibilité de poser une seule question. Quelle sera-t-elle ?

Cette expérience peut sembler un peu idiote, mais il vaut la peine de l'essayer. Réfléchissez-y quelques instants. Quelle pourrait bien être cette question ? Ce peut être n'importe quoi. Allez-y, notez-la dans votre journal personnel.

Maintenant, supposons que très peu de gens utilisent le Livre ces jours-ci et qu'il vous soit accordé de poser une question complémentaire. Pensez à quelque chose que vous êtes curieux de savoir. Vous vous demandez peut-être si Elvis est toujours vivant... ou bien à quel endroit vous avez laissé les clés de la voiture. Il peut aussi simplement s'agir de quelque chose qui attise votre curiosité. Écrivez aussi cette autre question.

Passons à l'étape suivante : le Livre universel ne vous est plus accessible et c'est à votre tour de répondre à une question puisque c'est ainsi que ce Livre est devenu ce qu'il est...

Quelle est *la* chose dont vous êtes absolument certain ?

Les grandes questions : l'ouvre-boîte de la conscience

À part quelques personnes comme Fred Alan Wolf (cité en première page de ce chapitre), quand nous encourage-t-on à poser des questions ? Et pourtant la plupart des grandes découvertes et des importantes révélations vénérées par notre société ont été faites par des gens qui posaient des questions. Les réponses que nous apprenons à l'école sont le fruit de questions. Les questions sont la cause première de nos connaissances dans toutes les branches du savoir humain. Le sage indien Ramana Maharshi expliquait à ses disciples

que la voie menant à l'illumination pouvait se résumer en une seule question : « Qui suis-je ? » Le physicien danois Niels Bohr demanda ceci : « Comment un électron peut-il se déplacer d'un point A à un point B sans jamais se mouvoir entre les deux ? »

Ces questions nous ouvrent l'esprit à ce que nous ne savions pas jusque-là. Elles constituent réellement le seul moyen de parvenir de l'autre côté de l'inconnu.

Pourquoi faut-il formuler une grande question ? Parce que c'est une invitation à l'aventure, à un voyage de découvertes.

Mais pourquoi poser une telle question ? Il est palpitant de se lancer dans une nouvelle aventure et d'éprouver ainsi l'enivrante sensation de liberté que procure l'exploration de nouveaux horizons.

Alors, pourquoi hésitons-nous à poser ces grandes questions ? Par crainte que cela n'ouvre la porte au chaos, à l'inconnu, à l'imprévisible. Dès l'instant où vous soulevez une question dont vous ne savez vraiment pas la réponse, vous vous exposez au champ de toutes les possibilités. Êtes-vous disposé à recevoir une réponse que vous n'aimerez peut-être pas ou avec laquelle vous pourriez ne pas être d'accord ? Que ferez-vous si elle vous mettrait mal à l'aise ou vous entraînerait hors de la zone de sécurité que vous avez établie ? Comment réagirez-vous si la réponse n'est pas celle que vous voulez entendre ?

Il ne faut pas être uniquement musclé, il faut être brave pour poser une question.

À présent, examinons ce qui fait qu'une question est considérée comme « grande ». Une grande question n'a pas besoin d'être issue d'un livre de philosophie ni de concerner l'un des grands problèmes de la vie. Dans votre cas, une grande question pourrait s'énoncer comme suit : « Que se passerait-il si je décidais de retourner aux études afin d'obtenir un diplôme dans un nouveau domaine ? » Ou bien comme suit : « Devrais-je écouter cette voix intérieure qui ne cesse de me dire d'aller en Californie ou en Chine ? » Ou encore : « Est-il possible de découvrir ce qui se trouve à l'intérieur d'un neutrino ? » Poser l'une ou l'autre de ces questions et des milliers d'autres, cela pourrait changer le cours de votre vie.

Alors, demandons-nous encore une fois pourquoi nous ne les posons pas. La plupart des gens préfèrent demeurer dans la sécurité du connu plutôt que de chercher à se créer des problèmes. S'ils sont soudain confrontés à une question, il est fort probable qu'ils feront tout pour l'éviter, s'enfouissant la tête dans le sable ou s'absorbant rapidement dans une quelconque activité.



D'où venons-nous ?
Que devrions-nous faire ?
Et où allons-nous ?

Miceal Ledwith

La différence entre moi à cinq ans et moi maintenant, c'est qu'à l'âge de cinq ans je m'étais très peu investi émotionnellement dans une certaine vision de l'univers. Je ne me préoccupais jamais du fait que je puisse avoir « tort ». Avant tout, je désirais apprendre. Aujourd'hui, je ne cesse de me dire que, du point de vue de la science, il n'y a pas d'expérience ratée. Découvrir que ce que je testais ne fonctionne pas, c'est en réalité un succès.

WILL

Lorsque je regarde ma fille s'amuser avec un jouet ou un quelconque gadget, je peux voir la joie pure s'inscrire sur son visage tandis qu'elle essaie de comprendre comment s'en servir. Elle ne se laisse pas décourager ; elle persiste à essayer jusqu'à ce qu'elle obtienne ce qu'elle veut. Une fois qu'elle l'a obtenu, elle passe au défi suivant, à la prochaine question. Ce matin, je la regardais alors qu'elle essayait de comprendre comment actionner la clenche de la porte du placard. Il lui fallut un moment, mais elle persévéra jusqu'à ce qu'elle parvienne à résoudre le problème. Une fois qu'elle eut soulevé la clenche, un nouvel élan de joie s'empara d'elle à l'idée d'ouvrir la porte. Quand elle y fut parvenue, son visage s'illumina ; c'est d'un regard brillant qu'elle examina ce qui se trouvait sur les étagères. C'était un véritable voyage de découvertes, chaque nouvelle trouvaille suscitant la joie. Ce que je me demandais, et ce que j'aimerais vous demander, c'est : « Qu'est-ce qui stimule votre curiosité ? Que désirez-vous connaître aujourd'hui ? »

BETSY

Pour la plupart d'entre nous, il faut une crise majeure pour faire jaillir les grandes questions : une maladie grave, la mort d'un proche, la déconiture d'une entreprise ou l'échec d'un mariage, une habitude comportementale persistante favorisant une dépendance et dont on n'arrive tout simplement pas à se débarrasser, ou encore un sentiment de solitude qui semble insupportable même une seule journée de plus. Parfois, les grandes questions font subitement éruption des profondeurs de notre être. Elles ne sont pas des exercices intellectuels, mais des cris de l'âme. « Pourquoi moi ? Pourquoi lui ? Qu'ai-je fait de mal ? Après cela, la vie vaut-elle encore vraiment la peine d'être vécue ? Comment Dieu a-t-il pu permettre une telle chose ? »

Si l'on pouvait trouver en soi le même genre de passion pour se poser une grande question au sujet de la vie que nous menons maintenant, alors qu'aucune crise ne nous menace, qui sait ce qui pourrait arriver ?

Ainsi que le soulignait le docteur Wolf, se poser l'une de ces grandes questions ouvre la porte à de nouvelles façons d'être. Ce peut être un catalyseur de transformations, de croissance et d'avancement spirituel.

La joie stimulante que suscitent les questions

Rappelez-vous lorsque vous aviez cinq ans et que vous ne cessiez de demander « Pourquoi ? ». Au bout d'un moment, vos parents ont peut-être songé que vous faisiez cela dans le seul but de les rendre dingues, mais vous vouliez vraiment savoir ! Où est passé ce désir de tout connaître qui vous animait alors ?

Pouvez-vous raviver l'ardente curiosité de vos cinq ans ? Pouvez-vous retrouver l'excitation que vous ressentiez face à l'inconnu ? C'est important car à cet âge le mystère exerçait sur vous un attrait irrésistible. Vous adoriez chercher à comprendre ce qui vous entourait. Vous aimiez passionnément le périple de la vie. Chaque jour était rempli de nouvelles découvertes et de nouvelles questions.

Qu'est-ce qui a donc changé en vous depuis ce temps ? Voilà une bonne question !

Le plaisir et la joie de vivre font partie intégrante du voyage. Notre culture nous a conditionnés à considérer l'ignorance comme quelque chose d'inacceptable et de mauvais ; avouer son ignorance, c'est un peu comme admettre un échec. Pour réussir le test, il faut

connaître les réponses. Mais même lorsqu'il s'agit de connaissances factuelles à propos de choses concrètes, ce que la science ignore dépasse de loin ce qu'elle connaît. Plusieurs scientifiques éminents qui ont étudié le mystère de l'origine de l'univers et celui de la vie sur notre planète ont dû admettre qu'ils ne savaient finalement que fort peu de choses et qu'un tas de questions demeuraient sans réponse. Les penseurs remarquables que nous avons interviewés partagent entièrement ce point de vue. Comme le disait si bien l'écrivain Terence McKenna : « Plus les feux de la connaissance s'intensifient, plus l'obscurité se révèle à nos yeux écarquillés de surprise. »

Il est encore plus difficile de formuler une réponse précise à la question suivante : « Quels sont le sens et le but de ma vie ? » La réponse à de telles questions ne peut émerger que du voyage de l'existence et le seul moyen d'y parvenir est d'abord d'avouer que nous n'en savons rien, ou, plus précisément peut-être, que nous ne le savons pas encore. Si nous persistons à croire que nous connaissons la réponse, comment pourrions-nous croître en sagesse ? Quelles connaissances serons-nous jamais disposés à acquérir ?

Un professeur universitaire rendit visite un jour au maître zen Nan-in afin d'en apprendre davantage sur le zen. Cependant, au lieu d'écouter le maître, l'érudit ne cessait d'énoncer ses propres idées.

Après l'avoir écouté durant un certain temps, Nan-in lui servit le thé. Il remplit complètement la tasse de son visiteur, puis il continua à verser le liquide. Le thé déborda de la tasse, remplit la soucoupe et se répandit sur le pantalon de l'homme ainsi que sur le plancher.

« Ne voyez-vous pas que la tasse est pleine ? explosa le professeur. Vous ne pouvez plus en rajouter !

– C'est très juste, répondit calmement Nan-in. Et, comme pour cette tasse, vous êtes plein de vos propres idées et opinions. Comment puis-je vous enseigner le zen si vous ne videz pas d'abord votre tasse ? »

Vider la tasse, cela veut dire de faire de la place pour les grandes questions. Cela nécessite que nous soyons ouverts ; que nous nous conditionnions à accepter que, pour l'instant, nous ne savons pas. C'est de cette attitude que jaillira un plus grand savoir.

Je me suis rendu compte qu'il était particulièrement excitant de réaliser que je ne connaissais pas la réponse à telle ou telle question. C'est comme si je m'avanciais, dans mon esprit, jusqu'au bord d'une falaise. Devant ce « vide » ou cet espace de non-connaissance, j'éprouve un intense sentiment d'anticipation. C'est tout simplement parce que je suis alors parvenu à la limite de ma connaissance et que j'ai conscience que la lumière est sur le point de jaillir dans mon esprit, me laissant stupéfait alors que, l'instant d'avant, elle n'existait pas en moi. Ce sera un énorme « Ah ! ah ! ». J'ai appris récemment que ce type d'expérience stimule le centre du plaisir dans le cerveau... Évidemment, j'ai développé une accoutumance à cette sensation.

MARK



Chaque époque, chaque génération possède ses hypothèses particulières ; par exemple, le monde est plat, ou alors il est rond. Il existe des centaines d'hypothèses que nous considérons comme allant de soi, qu'elles soient fondées ou non. Dans la plupart des cas, ces conceptions de la réalité, qui appartiennent au paradigme dominant ou à la vision du monde la plus répandue, sont erronées. Par conséquent, si l'on se fie à l'histoire, la majeure partie de ce que nous tenons pour acquis à propos du monde aujourd'hui n'est tout simplement pas vraie.

John Hagelin, PhD

C'EST CORRECT DE NE PAS SAVOIR LA RÉPONSE

Récemment, ma nièce âgée de 16 ans m'a envoyé un long message par courrier électronique. En résumé, elle y racontait ceci : « La vie est moche. Chaque jour, je vois mon père revenir du travail totalement crevé. Je ne veux pas me faire prendre au piège d'une telle vie de fou, mais je n'ai aucun espoir de pouvoir l'éviter. Est-ce ça le but de la vie ? À quoi ça nous avance ? À quoi bon vivre ? Je pourrais aussi bien me tirer une balle dans la tête et mourir. »

« Christina, » lui répondis-je, « tu penseras peut-être que ce n'est pas une très bonne réponse, mais je suis fier de toi. Je ne peux te garantir que tu réussiras à résoudre ton dilemme et à trouver *la* réponse. Je sais que tu veux des réponses, mais parfois la vie ne nous les apporte pas immédiatement. Toutefois, tu poses les bonnes questions, et c'est là le plus important. »

WILL

Vous êtes en illustre compagnie

Il y a des milliers d'années que les gens se posent de grandes questions. Il y a toujours eu des hommes et des femmes qui ont contemplé les étoiles et qui se sont émerveillés devant le vaste mystère que tout cela constitue, ou qui ont considéré comment les gens vivaient autour d'eux et qui ont pensé : « Ne peut-on attendre davantage de la vie ? »

Les anciens philosophes grecs ont réfléchi aux grandes questions et en ont discuté. Certains, comme Socrate et Platon, ont soulevé maintes questions : « Qu'est-ce que la beauté ? Qu'est-ce que la bonté ? Qu'est-ce que la justice ? Quelle est la meilleure façon de gouverner une société ? Quelles personnes sont dignes de gouverner ? » Les enseignants religieux, les mystiques et les maîtres spirituels comme le Bouddha, Lao-tseu, Jésus, Mahomet, saint François d'Assise, Maître Eckhardt, Apollonius de Tyane et de nombreux autres, dans toutes les traditions du monde, ont cherché des réponses aux grandes questions.

Les gens ayant l'esprit scientifique ont toujours aimé poser des questions. « Comment cela fonctionne-t-il ? Qu'y a-t-il à l'intérieur ? Les choses sont-elles réellement ce qu'elles semblent être ? Comment l'univers s'est-il formé ? La Terre est-elle le centre du système solaire ? Existe-t-il des lois et des modèles qui sous-tendent ce qui se passe dans la vie quotidienne ? Quel est le lien entre le corps et l'esprit ? » Pour les grands scientifiques de l'histoire, ces questions suscitent une passion de comprendre qui dépasse la simple curiosité. Ils ne sont pas seulement curieux ; ils ont besoin de savoir !

Lorsque Albert Einstein était jeune garçon, il se demandait ceci : « Que se produirait-il si je circulais en vélo à la vitesse de la lumière et que j'allumais alors le phare de ma bicyclette ? En sortirait-il de la lumière ? » Il faillit se rendre fou à se poser constamment cette question pendant dix ans, mais c'est en partie grâce à cette recherche déterminée que naquit la théorie de la relativité. C'est là un excellent exemple d'une personne cherchant sans relâche la réponse à une question durant des années, jusqu'à ce qu'émerge une vision complètement différente de la réalité.

On ne peut jamais tirer de conclusions définitives au sujet de la vie. Tout comme nous, elle est éternelle. Il faut chercher à mieux comprendre qui nous sommes. Sachez que nous-mêmes, nous n'avons pas encore découvert qui nous sommes.

Ramtha

Faire éclater un paradigme

L'un des grands mérites de la science, c'est que les chercheurs présument toujours que ce qu'ils savent aujourd'hui sera probablement réfuté demain. Les théories d'hier ont servi de plate-forme pour monter plus haut, ainsi que sir Isaac Newton le laissait entendre lorsqu'il a dit : « Si j'ai eu le privilège de voir plus loin que les autres, c'est parce que j'étais debout sur les épaules de géants. » Ce n'est qu'en posant des questions, en contestant les hypothèses et les pseudo-vérités que l'on prend pour des certitudes, que la science progresse. Et s'il en était de même en ce qui concerne notre vie personnelle, notre croissance et notre progrès individuel ?

Vous savez quoi ? C'est justement le cas. Lorsque vous vous serez libéré des idées préconçues que vous entretenez à votre égard, vous croîtrez davantage que vous ne l'avez jamais cru possible.

Ouvrez votre esprit

Chaque matin, devant mon miroir, j'essaie de me poser une grande question. « Qu'est-ce que je veux savoir que je ne sais pas déjà ? » Ce matin, c'était : « Je veux savoir si je suis réellement capable de ressentir un amour inconditionnel. » Ce n'est pas simplement, pour moi, une idée abstraite. L'amour inconditionnel est un but important ; je veux en être animée, au moins à l'égard de mon mari et de ma fille. Cependant, pour être honnête avec moi-même, je dois reconnaître que je ne suis même pas sûre de l'avoir jamais vraiment éprouvé.

BETSY

Méditer sur les grandes questions est une merveilleuse façon d'employer votre esprit. Vous souvenez-vous de la dernière fois où vous l'avez lancé dans une quête exaltante pour résoudre un mystère ? Avez-vous déjà essayé de traverser de l'autre côté de l'infini ? S'interroger peut aussi s'avérer éminemment pratique car c'est ce qui ouvre la voie au changement.

Par exemple, vous êtes-vous déjà demandé, à l'instar de Joe Dispenza : « Pourquoi recréons-nous sans cesse la même réalité ? Pourquoi avons-nous constamment le même type de relations ? Pourquoi trouvons-nous toujours des emplois du même genre ? Dans cette mer de possibilités infinies qui nous entoure, comment se fait-il que nous en venions à recréer sans arrêt les mêmes réalités ? »

Comme le disait Einstein, l'un des traits distinctifs de la folie est de refaire obstinément les mêmes choses et de s'attendre chaque fois à un résultat différent.

C'est alors qu'il convient de se tourner vers les grandes questions qui auront pour effet d'ouvrir notre esprit à de nouvelles dimensions de la réalité, à de plus vastes perspectives et à davantage d'options. Elles constituent également des clefs nous donnant accès à l'autre côté de l'univers connu. Et y accéder, c'est changer.

Réfléchissez quelques instants à ceci...

Une précision au sujet des pauses de réflexion qui jalonnent cet ouvrage. Il est facile pour bien des gens de répondre à certaines de ces questions. L'astuce consiste à ne pas se contenter d'examiner ce qui saute aux yeux, mais de considérer également ce qui appartient au domaine du subconscient, un espace intérieur que nous songeons rarement à explorer. En examinant les questions présentées ici, n'oubliez pas de regarder au fond de vous. Pensez aux choses que vous avez peut-être apprises lorsque vous étiez jeune, par exemple la peur. La peur des chiens envahit-elle parfois l'esprit ? Prenez tout le temps nécessaire pour y réfléchir. Personne ne vous surveille avec un chronomètre en main !

- Vous souvenez-vous de vos trois premières questions énoncées au début de ce chapitre ? Quelles sont-elles maintenant ?
- Un vaisseau spatial se pose à côté de vous, avec à son bord le Livre universel de la Connaissance. Vous avez droit à une question supplémentaire, pour le simple plaisir de la chose. Quelle est-elle ?
- Et demandez-vous en prime : sommes-nous revenus à notre point de départ ou avons-nous progressé ?

Gardez constamment ces questions à l'esprit en lisant ce livre. Elles évolueront sûrement à mesure que vous évoluerez. Voilà qui sera fort amusant ! Tenez un journal personnel afin d'observer votre propre évolution et de vous souvenir ainsi de l'essentiel.

C'est avec un cœur léger que l'on accomplit de grandes choses !

Ramtha

