

## Éloges pour les enseignements d'Abraham et son livre *Créateurs d'avant-garde / Demandez et vous recevrez*

« Une des choses les plus remarquables à propos de ce livre est qu'Abraham nous propose 22 méthodes puissantes pour réaliser nos objectifs. Peu importe la situation dans laquelle nous nous trouvons, il y a moyen d'améliorer notre vie. J'aime ce livre! »

— **Louise L. Hay**, auteure de *Transformez votre vie*

« Voilà un livre marquant... Vous aurez le bonheur de puiser dans la pensée de personnes connectées en permanence à l'Énergie Source. Qui plus est, ces voix de l'Esprit s'expriment dans un langage que vous comprendrez et que vous pourrez instantanément traduire en actions. Elles ne vous offrent rien de moins qu'un plan permettant de comprendre et de réaliser votre propre destinée. »

— **Dr Wayne W. Dyer**, auteur du volume *Le pouvoir de l'intention*

« C'est purement et simplement un des ouvrages les plus puissants que j'ai jamais lus. Ce qui s'y trouve peut complètement changer votre vie. Et tout cela est transmis avec tellement d'amour! Ce livre est un trésor inestimable. »

— **Neale Donald Walsch**, auteur de *Conversations avec Dieu*

« Depuis plus de dix ans, je suis un admirateur inconditionnel des enseignements d'Abraham. Ils m'ont énormément aidée, tout autant que ma famille. »

— **Christiane Northrup, M.D.**, auteure de *La sagesse de la ménopause*

« C'est un livre extraordinaire! Ma femme et moi apprécions depuis plusieurs années les enseignements profonds et extrêmement pratiques d'Abraham. Nous sommes confiants que vous en profiterez tout autant. Nous le recommandons à tous nos amis. »

— **Dr John Gray**, auteur de  
*Les hommes viennent de Mars, les femmes viennent de Vénus*

« Les enseignements d'Abraham-Hicks m'ont inspiré au point d'en venir à éprouver un degré supérieur de clarté, de confiance, de finalité et de passion dans ma vie. J'étudie constamment ses idées et ne cesse de les recommander autour de moi. Elles comptent parmi les plus puissantes et les plus transformatrices qu'il m'ait été donné de connaître. Mettez-les en pratique dans votre vie et vous rayonnerez d'un bonheur renouvelé. »

— **Alan Cohen**, auteur de *A Deep Breath of Life*

« Ces enseignements incroyablement profonds, mais pourtant simples et pratiques, que propose Abraham raviveront votre confiance en votre guidance intérieure et vous lanceront dans les aventures les plus exaltantes que l'on puisse imaginer. Créateurs d'avant-garde / Demandez et vous recevrez constitue la feuille de route permettant d'élever l'âme et de connaître une vie joyeuse. »

— **Jack Canfield**, coauteur de la série *Bouillon de poulet pour l'âme*

« Il s'agit d'un des meilleurs livres sur la manifestation que j'ai lus depuis longtemps. J'aime bien comment on y présente des vérités profondes d'une manière tout à fait terre à terre! Le ton rafraîchissant adopté dans ces pages est encourageant, tendre et complètement positif. Je donne des exemplaires de cet ouvrage à tout le monde que je connais. J'aime et je recommande chaleureusement ce livre. »

— **Doreen Virtue, Ph.D.**, auteure à succès de *Médecine des anges*

# CRÉATEURS D'AVANT-GARDE

*Demandez  
et  
vous recevrez*

*Esther et Jerry Hicks*

Les enseignements d'Abraham

Traduit de l'américain par Jean Hudon



Créateurs d'avant-garde

Titre original anglais : Ask and it is Given  
Learning to Manifest your Desires

© 2004 Esther et Jerry Hicks



© 2006 Ariane Édition Inc.  
1209, av. Bernard O., bureau 110,  
Outremont, Qc. Canada H2V 1V7  
Téléphone : (514) 276-2949,  
Télécopieur : (514) 276-4121  
Courrier électronique : info@ariane.qc.ca  
Site Internet : www.ariane.qc.ca

Tous droits réservés

Révision linguistique : Monique Riendeau, Michelle Bachand  
Graphisme : Carl Lemyre  
Mise en page : Kessé Soumahoro

Première impression : Mai 2006

ISBN : 2-89626-014-5  
ISBN-13 : 978-2-89626-014-0  
Dépôt légal : 2<sup>e</sup> trimestre 2006  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Bibliothèque nationale du Canada  
Bibliothèque nationale de Paris



Diffusion

Canada : ADA Diffusion – (450) 929-0296  
www.ada-inc.com  
France, Belgique : D.G. Diffusion – 05.61.000.999  
www.dgdiffusion.com  
Suisse : Transat – 23.42.77.40

Imprimé au Canada

Les auteurs de ce livre ne dispensent aucun conseil de nature médicale et ne prescrivent l'usage d'aucune technique visant à traiter des problèmes d'ordre physique ou médical sans demander au préalable l'avis d'un médecin, et ce, de manière directe ou indirecte. Les auteurs ne cherchent qu'à offrir de l'information de nature générale afin de vous aider dans votre quête de bien-être émotionnel et spirituel. S'il advenait que vous ayez recours à l'information contenue dans ce livre pour des fins personnelles, ce qui est votre droit légitime, les auteurs et l'éditeur ne pourront être tenus responsables de vos actions.

Ce livre est dédié à tous ceux parmi vous qui, dans leur désir d'illumination et de mieux-être, ont soumis les questions auxquelles ce livre apporte des réponses, il est dédié aussi à nos petits-enfants, qui sont des exemples vivants de ce que ce livre enseigne—Laurel (5 ans), Kevin (3 ans) et Kate (2 ans)—mais à propos duquel ils ne posent encore aucune question parce qu'ils n'ont toujours pas oublié.

Ces enseignements sont tout particulièrement dédiés à Louise Hay, dont le vif intérêt à découvrir les principes fondamentaux du bien-être intérieur, à les apprendre et à les disséminer partout dans le monde l'a incitée à nous demander de créer ce livre présentant de façon exhaustive, les enseignements d'Abraham.

## Table des matières

Avant-propos . . . . .	xi
Préface . . . . .	xv
Présentation d'Abraham . . . . .	xix

### **PREMIÈRE PARTIE : . . . . . I**

#### **Les choses que nous savons, que vous avez peut-être oubliées, et qu'il est important de se souvenir.**

Chapitre 1 : L'importance de se sentir bien à chaque instant . . . . .	3
Chapitre 2 : Nous tenons notre promesse envers vous, nous vous rappelons qui vous êtes . . . . .	7
Chapitre 3 : Vous créez vraiment votre propre réalité . . . . .	11
Chapitre 4 : Comment réussir à atteindre mes objectifs . . . . .	15
Chapitre 5 : Cette simple base de compréhension fait en sorte que tout se tient . . . . .	21
Chapitre 6 : La Loi d'attraction, la plus puissante loi de l'univers . . . . .	25
Chapitre 7 : Vous êtes à la fine pointe de la pensée créatrice . . . . .	33
Chapitre 8 : Vous êtes un émetteur-récepteur de vibrations . . . . .	39
Chapitre 9 : La valeur cachée de vos réactions émotionnelles . . . . .	43
Chapitre 10 : Les trois étapes pour réussir tout ce que vous voulez être, faire ou avoir . . . . .	47

<b>Chapitre 11</b> : Avec la pratique, vous deviendrez un joyeux créateur délibéré . . .	53
<b>Chapitre 12</b> : Vous pouvez réussir à contrôler le seuil de déclenchement de vos émotions . . . . .	59
<b>Chapitre 13</b> : Laissez-vous guider par ce que vous ressentez . . . . .	65
<b>Chapitre 14</b> : Certaines choses que vous saviez avant d'arriver. . . . .	71
<b>Chapitre 15</b> : Vous êtes un être parfait en expansion dans un monde et un univers parfaits aussi en expansion . . . . .	77
<b>Chapitre 16</b> : Vous cocréez au sein d'un univers magnifiquement diversifié . . .	81
<b>Chapitre 17</b> : Où êtes-vous et où désirez-vous être? . . . . .	89
<b>Chapitre 18</b> : Vous pouvez changer petit à petit votre fréquence vibratoire . . .	93
<b>Chapitre 19</b> : Vous seul pouvez savoir ce que vous éprouvez à votre sujet . . .	97
<b>Chapitre 20</b> : Tenter d'entraver la liberté d'un autre vous coûte toujours votre propre liberté . . . . .	101
<b>Chapitre 21</b> : Vous êtes à 17 secondes d'être à 68 secondes de la satisfaction de votre désir. . . . .	111
<b>Chapitre 22</b> : Les divers degrés de votre échelle de guidance émotionnelle . . .	115

**DEUXIÈME PARTIE : . . . . . 127**  
**Processus grâce auxquels vous réaliserez ce dont**  
**vous vous souvenez en ce moment**

Présentation de 22 processus éprouvés qui amélioreront  
votre point d'attraction . . . . . 129

Avez-vous mis un visage souriant là-dessus? . . . . . 135

Processus 1 : Le déchaînement d'appréciation . . . . . 143

Processus 2 : La boîte de création magique . . . . . 153

Processus 3 : L'atelier de créativité . . . . . 159

Processus 4 : La réalité virtuelle . . . . . 171

Processus 5 : Le jeu de la prospérité . . . . . 181

Processus 6 : La méditation . . . . . 187

Processus 7 : L'évaluation des rêves . . . . . 197

Processus 8 : Le livre des aspects positifs . . . . . 205

Processus 9 : La création de scénarios . . . . . 213

Processus 10 : Le processus du napperon . . . . . 217

Processus 11 : L'expression de ses intentions . . . . .	223
Processus 12 : Ne serait-ce pas merveilleux si... . . . .	231
Processus 13 : Quelle pensée suscite en vous les meilleurs sentiments? . . . .	237
Processus 14 : Faire place nette pour voir clair . . . . .	245
Processus 15 : Le processus du portefeuille . . . . .	251
Processus 16 : Le processus du pivot . . . . .	257
Processus 17 : Le processus de la roue de focalisation . . . . .	265
Processus 18 : Trouver une nouvelle résonance intérieure . . . . .	277
Processus 19 : Cesser de résister à l'idée de ne plus avoir de dettes . . . . .	281
Processus 20 : S'en remettre au gestionnaire. . . . .	289
Processus 21 : Retrouver son état de santé naturel . . . . .	293
Processus 22 : Remonter dans l'échelle des émotions . . . . .	303
Une dernière chose . . . . .	313
Lexique . . . . .	315
À propos des auteurs . . . . .	319



## Avant-propos

**Par le Dr Wayne W. Dyer**

Auteur à succès du livre **Le pouvoir de l'intention**

**L**e livre que vous tenez entre vos mains renferme certains des enseignements les plus puissants qui soient disponibles sur la planète aujourd'hui. J'ai été profondément influencé et touché par les messages qu'Abraham nous offre dans ce volume et par les enregistrements audio distribués par Esther et Jerry au cours des vingt dernières années. En fait, je suis grandement honoré qu'Abraham m'ait demandé de rédiger un bref avant-propos pour ce livre que je considère comme un événement marquant de l'édition. C'est quelque chose d'unique en soi — vous allez avoir la chance de puiser dans la pensée de gens connectés en permanence à l'Énergie Source. Qui plus est, ces voix de l'Esprit s'expriment en des termes que vous comprendrez et que vous pourrez instantanément traduire en actions. Elles ne vous offrent rien de moins qu'une méthode permettant de comprendre et d'accomplir votre propre destinée.

Ma première pensée est la suivante : si vous n'êtes pas prêt à commencer à lire et à mettre en pratique cette grande sagesse, je vous conseille alors vivement de conserver simplement ce livre près de vous pendant quelques semaines. Permettez à l'énergie qu'il contient de s'infiltrer dans toute résistance que votre corps ou votre esprit pourraient offrir, et laissez-la entrer en résonance avec cet espace en vous qui est sans forme et sans limites — ce qu'on a coutume d'appeler

l'âme, mais qu'Abraham appellerait plutôt notre connexion vibratoire avec la Source.

Nous vivons dans un univers de vibrations. Ainsi qu'Einstein le faisait remarquer : « Rien ne se produit tant que rien ne bouge. » En d'autres termes, toute chose vibre à une certaine fréquence mesurable. Décomposez le monde solide en ses plus minuscules composantes et vous comprendrez que ce qui semble solide est en réalité une danse de particules au sein de vastes espaces vides. Étudiez la plus infinitésimale de ces particules quantiques, et vous découvrirez qu'elle émane d'une source qui vibre si rapidement qu'elle défie toute notion de commencement et de fin. L'énergie la plus élevée et la plus rapide est appelée Énergie Source. Chaque être et chaque chose tirent leur origine de cette vibration et se manifestent ensuite dans le monde des choses, des corps, des esprits et des ego. C'est quand nous avons quitté cette Énergie Source et que nous avons adopté un corps doué de conscience que nos problèmes, nos maladies, nos manques et nos peurs ont commencé.

Les enseignements d'Abraham ont essentiellement pour but de vous aider à revenir à cette source, d'où émanent toutes choses et vers laquelle tout retourne. J'ai décrit un peu à quoi ressemble cette Énergie Source dans mon livre *Le pouvoir de l'intention*. Abraham peut toutefois vous offrir cette sagesse édifiante en vous donnant l'avantage d'être totalement connecté à cette source et de ne jamais douter de cette connexion — cela saute aux yeux dans chaque paragraphe de ce livre. Voilà pourquoi j'estime que c'est un événement marquant de l'édition.

Vous êtes en contact direct et conscient avec des êtres honnêtes et cohérents qui n'ont pour seul souci que votre bien-être. Ils vous rappelleront que vous venez d'une Source de bien-être et que vous pouvez appeler à vous cette énergie vibratoire supérieure et la laisser circuler librement dans tous les aspects de votre vie, ou bien lui résister et, ce faisant, rester déconnecté de ce qui pourvoit à tout et est tout amour.

Le message offert ici est assez surprenant et pourtant si simple : vous provenez d'une Source d'amour et de parfait bien-être. Lorsque vous êtes harmonisé avec cette énergie de paix et d'amour, vous retrouvez alors aussitôt le pouvoir de votre Source, celui de manifester vos désirs, de faire naître le bien-être en vous, d'attirer l'abondance là où régnait

précédemment la rareté, et d'avoir accès à la guidance divine sous forme de bonnes personnes et de circonstances idéales se présentant à vous. Voilà ce que peut accomplir votre Source, et comme vous en êtes une émanation, vous pouvez en faire tout autant.

J'ai passé une journée entière avec Abraham en personne, j'ai dîné avec Esther et Jerry, et j'ai écouté des centaines d'enregistrements d'Abraham. Vous pouvez donc me croire sur parole quand j'affirme que vous êtes sur le point d'entreprendre un voyage transformateur offert par deux des êtres les plus authentiques et les plus spirituels que j'aie jamais rencontrés. Jerry et Esther sont aussi émerveillés de leur rôle consistant à vous transmettre ces enseignements que je le suis d'écrire cet avant-propos pour Abraham.

Je vous encourage à lire attentivement ce livre et à mettre son contenu en pratique sur-le-champ. Une observation que je répète depuis plusieurs années le résume bien : « Lorsque vous changez votre façon de voir les choses, les choses que vous regardez changent. » Vous êtes sur le point de voir et de sentir un monde tout nouveau se transformer sous vos yeux. C'est le monde créé par une Énergie Source désireuse que vous repreniez contact avec elle et que vous profitiez d'une vie de bien-être joyeux.

Merci Abraham de m'avoir permis de dire quelques mots dans cet ouvrage précieux entre tous.

Je vous aime—TOUS!

**Wayne**



## Préface

Par Jerry Hicks

La lumière du jour se répand peu à peu sur le littoral de Malibu alors que j'entreprends cette préface. Le bleu indigo profond de l'océan Pacifique à cette période de la matinée semble aller de pair avec la profondeur du plaisir que j'éprouve en m'imaginant la valeur de ce que vous êtes sur le point de recevoir grâce aux révélations contenues dans ce livre.

*Créateurs d'avant-garde / Demandez et vous recevrez* concerne, bien sûr, les réponses faites à nos demandes par Tout Ce Qui Est, mais il explique essentiellement comment nous est donné ce que nous demandons. C'est également le premier volume qui offre en des termes aussi clairs une formule simple et pratique révélant comment effectuer nos requêtes et recevoir ensuite ce que nous voulons être, faire ou avoir.

Il y a bien des années, alors que je cherchais des réponses plausibles à mon interminable quête en vue de comprendre pourquoi nous sommes ici, j'ai découvert le mot ineffable, signifiant « qui ne peut être exprimé par des paroles ». Sa découverte coïncida avec une conclusion à laquelle j'étais parvenu relativement à ce mot. Je m'étais rendu compte que plus on en sait sur la réalité non physique, moins on a de mots pour exprimer clairement en quoi elle consiste. Par conséquent, toute connaissance complète à ce sujet correspondrait à un état d'ineffabilité. En d'autres termes, dans la dimension spatio-temporelle où nous vivons,

la réalité non physique ne peut être clairement exprimée avec les mots dont nous disposons.

Tout au long de l'histoire, d'innombrables philosophies, religions, opinions et croyances ont vu le jour. Pourtant, même si des milliards d'individus ont conçu et transmis leurs croyances aux générations suivantes, personne n'est parvenu à trouver les mots pour exprimer la nature de cette réalité intangible.

L'histoire a gardé une trace écrite de quelques-uns seulement des nombreux êtres capables d'établir une communication consciente avec l'Intelligence non physique. Certains furent vénérés, mais d'autres furent maudits. Toutefois, la plupart de ceux qui ont eu conscience de communiquer avec cette dimension non physique ont décidé de ne souffler mot à personne des révélations reçues, sans doute par peur d'être maudits, ou même internés, pour cause de folie.

Moïse, Jésus, Mahomet, Jeanne d'Arc, Joseph Smith — pour n'en nommer que quelques-uns parmi les plus connus dans la culture anglophone — étaient tous des émissaires au franc-parler légendaire de l'Intelligence non physique, et la plupart subirent une fin prématurée assez horrible. Par conséquent, bien que chacun de nous perçoive une forme ou l'autre de guidance directe en provenance de la réalité non physique, seules de rares personnes reçoivent des pensées de cette autre dimension avec suffisamment de clarté pour être traduites en mots — et plus rares encore sont celles qui acceptent de révéler leur expérience aux autres.

Je me permets de vous rappeler ceci en préface de ce que vous vous apprêtez à lire, car mon épouse, Esther, est l'une de ces rares personnes qui peut, à volonté, détendre suffisamment son esprit conscient pour rendre possible la réception de la réponse d'origine non physique à n'importe quelle question. Esther arrive à percevoir des blocs de pensées (non des paroles) et, comme un traducteur qui entendrait une pensée projetée en espagnol et traduirait ensuite cette pensée (et non les mots eux-mêmes) en des mots anglais, elle traduit instantanément la pensée reçue en son équivalent en mots anglais s'en rapprochant le plus.

Veuillez toutefois noter ceci : comme il n'existe pas toujours de mots anglais exprimant parfaitement le sens de la pensée non physique reçue par Esther, cette dernière forme parfois de nouvelles combinaisons de

mots et utilise également des mots ordinaires d'une nouvelle manière, par exemple en mettant une majuscule à des mots qui normalement n'en auraient pas, et ce, afin d'exprimer de nouvelles manières de voir la vie. C'est d'ailleurs pour cette raison que nous avons créé un court lexique à la fin de ce livre afin de clarifier le sens à donner à l'emploi inusité que nous faisons de mots d'usage courant. Par exemple, le sens couramment donné au mot bien-être est celui d'être heureux, en santé ou prospère. Mais ce mot, tel qu'employé dans la philosophie originale d'Abraham, traduit plutôt l'idée d'un Bien-être universel plus vaste affluant naturellement en nous, à moins que nous ne fassions quelque chose pour en restreindre l'afflux. En outre, vous constaterez que la première fois qu'apparaissent des mots inventés, donc non lexicalisés dans aucun dictionnaire, mais dont le sens est manifeste, par exemple *overwhelment*—signifiant « accablement »—ou *endedness*—signifiant « anéantissement définitif de la conscience »—, nous les avons encadrés de guillemets.

Depuis 1986, nous nous sommes rendus à chaque année, Esther et moi, dans une cinquantaine de villes pour y présenter des ateliers où chaque participant avait la possibilité de discuter avec nous ou de poser des questions sur tout sujet de son choix, aucun n'étant tabou. Des milliers de personnes y ont assisté, des gens d'origines ethniques différentes, issus de tous les horizons, avec une multitude de perspectives philosophiques, et ayant tous en commun le désir d'améliorer leur vie, soit directement pour eux-mêmes, soit indirectement pour les autres. Et à ces milliers de personnes désireuses d'en savoir davantage, des réponses furent données, par l'entremise d'Esther Hicks, selon ce qu'elle percevait de l'Intelligence non physique.

Voilà comment, en réponse aux questions de celles et ceux qui, comme vous, veulent en savoir plus, cette philosophie du Bien-être a évolué jusqu'à adopter la forme de ce livre.

Au cœur de ces enseignements se trouve la loi la plus puissante de l'univers, la Loi d'attraction. Au cours de la dernière décennie, nous avons publié une bonne partie des enseignements d'Abraham dans notre journal trimestriel *The Science of Deliberate Creation* [La science de la création délibérée], qui a mis en lumière les plus récentes perspectives

glanées à partir des questions posées par les participants à nos ateliers sur « L'art de permettre ». Comme telle, cette philosophie est en constante évolution à mesure que de nouvelles questions et des perspectives inédites sont soumises à notre attention.

Ce livre constitue un cours de spiritualité pratique ; il explique comment faire pour être, faire et avoir tout ce que vous voulez. Il vous enseignera aussi comment ne pas être, faire ou avoir ce qui vous déplaît.

**Jerry**

## Présentation d'Abraham

*Par Esther Hicks*

**E**lle parle avec les esprits!» disaient nos amis. «Elle sera ici la semaine prochaine; vous pourrez prendre rendez-vous avec elle et lui demander tout ce que vous voulez!»

Voilà sûrement la dernière chose que j'aurais voulu faire, pensai-je, mais en même temps j'entendais Jerry, mon mari, dire : «Oui, nous pouvons fixer un tel rendez-vous.»



Cela se passait en 1984, et durant les quatre années qui s'étaient écoulées depuis notre mariage, nous n'avions jamais eu de disputes ni même haussé le ton. Nous étions deux personnes joyeuses et heureuses de vivre ensemble, et nous avions des points de vue compatibles sur presque tous les sujets possibles. La seule gêne qu'il m'est arrivé d'éprouver survenait lorsque Jerry s'amusait à divertir ses amis avec une de ses histoires remontant à une vingtaine d'années. Il leur racontait alors ses expériences avec une table de Oui-ja. Si nous étions au restaurant ou en quelque autre endroit public et que je pressentais qu'une de ces histoires s'en venait, je prenais congé, poliment ou sans grande politesse, et j'allais me réfugier dans les toilettes pour dames, ou m'asseoir au bar. Ou encore, je marchais en direction de la voiture, jusqu'au moment où j'avais le sentiment qu'assez de temps s'était écoulé et que son récit était sans doute terminé. Heureusement, Jerry finit pas cesser de raconter ces histoires en ma présence.

Je n'étais pas ce que l'on peut qualifier, à proprement parler, de personne religieuse, mais j'avais assisté à suffisamment de classes de catéchisme pour développer une très forte peur du mal et du diable. Quand j'y repense, je ne sais trop si nos professeurs de catéchisme ont vraiment consacré une partie importante de leurs cours à nous enseigner à redouter le diable, ou si c'est simplement ce qui m'a le plus frappée à l'époque. Chose certaine, c'est essentiellement le souvenir que j'ai de ces années.

Ainsi, comme on me l'avait appris, j'évitais soigneusement tout ce qui pouvait être lié de près ou de loin au diable. Un jour — j'étais alors une jeune femme —, alors que je regardais un film au cinéparc, je jetai un coup d'œil par la fenêtre arrière de la voiture, en direction de l'autre écran, et j'aperçus une scène horrible de *L'exorciste* (un film que j'avais délibérément choisi d'éviter de voir). Ce que je vis alors, sans même entendre la trame sonore, me marqua si fortement que j'en fis des cauchemars durant des semaines.



« Son nom est Sheila », avait dit notre ami à Jerry. « Je vais prendre un rendez-vous pour vous et je vous communiquerai les détails. »

Jerry passa les jours suivants à noter ses questions par écrit. Il me confia que certaines remontaient au temps où il était tout jeune enfant. Pour ma part, je ne dressai aucune liste de questions. Je n'aimais pas tellement l'idée de me rendre à ce rendez-vous.

Alors que nous entrions dans l'allée d'accès au garage d'une belle demeure située près du centre-ville de Phoenix, en Arizona, je me rappelle avoir pensé : « Dans quoi suis-je en train de m'embarquer ? » Nous nous sommes approchés de la porte d'entrée, et une très belle femme nous a accueillis et invités à entrer dans un ravissant salon, où nous avons pu attendre l'heure fixée pour notre rendez-vous.

La maison était grande, meublée avec simplicité mais avec beauté, et très calme. Je me rappelle avoir éprouvé une sorte de sentiment de révérence, comme si j'étais dans une église.

Puis, une grande porte s'ouvrit et deux jolies femmes vêtues de blouses et de jupes en coton aux couleurs vives et fraîches entrèrent dans la

pièce. Apparemment, notre rendez-vous était le premier de l'après-midi ; elles avaient toutes deux l'air heureuses et revigorées. Je sentis que je me détendais quelque peu. Peut-être cela n'allait-il pas être trop bizarre, après tout.

On nous invita bientôt à entrer dans une élégante chambre dans laquelle trois chaises étaient placées près du pied du lit. Sheila était assise au bord du lit, son assistante était installée sur une des chaises, et un petit magnétophone se trouvait sur une table à côté d'elle. Jerry et moi prîmes place sur les deux autres chaises, et je me préparai mentalement à ce qui allait se passer.

L'assistante expliqua que Sheila allait se détendre et libérer sa conscience, et qu'ensuite Theo, une entité non physique, s'adresserait à nous. Cela fait, nous serions libres de parler de tout ce que nous désirions.

Sheila s'étendit en travers du pied de lit, à un peu plus d'un mètre d'où nous étions assis, et se mit à prendre de profondes respirations. Bientôt, une voix insolite lança abruptement : « C'est le début, n'est-ce pas ? Vous avez des questions ? »

Je tournai les yeux vers Jerry, espérant qu'il était prêt à commencer, car je n'étais absolument pas prête à parler avec qui que ce fût qui s'adressait maintenant à nous. Jerry se pencha vers l'avant ; il était impatient de poser sa première question.

Je me détendis pendant que les paroles de Theo sortaient lentement de la bouche de Sheila. Même si je savais que c'était la voix de Sheila que nous entendions, j'avais aussi la certitude confuse que quelque chose de très différent d'elle était la source de ces merveilleuses réponses.

Jerry expliqua qu'il avait accumulé ses questions depuis l'âge de cinq ans, et il les lui posa le plus rapidement possible. Les trente minutes qui nous étaient réservées s'écoulèrent très vite. Néanmoins, durant ce temps, pour une raison que j'ignore, sans que je dise un seul mot, ma peur de cette étrange expérience se dissipa et je fus emplie d'une sensation de bien-être qui surpassait tout ce que j'avais pu ressentir auparavant.

Une fois revenue dans la voiture avec Jerry, je lui dis : « J'aimerais vraiment revenir demain. Il y a certaines choses que je voudrais maintenant demander. » Jerry était ravi de prendre un autre rendez-vous, ayant lui-même encore de nombreuses questions sur sa liste.

Le lendemain, une fois écoulée environ la moitié du temps qui nous était imparti, Jerry me céda un peu à regret les minutes restantes, et je demandai à Theo : « Comment pouvons-nous atteindre plus efficacement nos objectifs ? »

La réponse fut simple : « Par la méditation et des affirmations. »

L'idée de méditer ne me tentait pas du tout, et je ne connaissais personne qui s'adonnait à cela. En fait, ce mot évoquait pour moi l'image de gens étendus sur des lits cloutés, marchant pieds nus sur des charbons ardents, restant plantés debout sur un seul pied pendant des années, ou mendiant à l'aéroport. Je demandai donc : « Qu'entendez-vous par méditation ? »

La réponse fut brève, et ce que j'entendis produisit en moi une agréable impression. « Assieds-toi dans une pièce tranquille, porte des vêtements confortables et concentre-toi sur ta respiration. Dès que des pensées s'agiteront en toi, et il y en aura, ne t'y attarde pas et concentre-toi plutôt sur ta respiration. Il serait bon pour vous de faire cela ensemble. Ce serait plus puissant. »

« Pourriez-vous nous donner une affirmation qui pourrait nous être utile ? » avons-nous demandé.

« Moi, [prononcez votre nom], je vois et j'attire à moi, grâce à l'amour divin, les êtres qui cherchent l'illumination au moyen de mon processus. Cette quête partagée m'élèvera maintenant. »

À mesure que les paroles sortaient de la bouche de Sheila/Theo, je sentais qu'elles pénétraient jusqu'au cœur de mon être. Un tel sentiment d'amour afflua en moi et me traversa que rien de ce que j'avais ressenti auparavant ne pouvait s'y comparer. Ma peur était disparue. Jerry et moi éprouvions une merveilleuse sensation de bien-être.

« Devrions-nous amener ma fille Tracy pour qu'elle vous rencontre ? » demandai-je.

« Si elle-même le demande, mais ce n'est pas nécessaire, car toi aussi, Esther, tu es un canal médiumnique. »

Cette affirmation n'avait absolument aucun sens à mes yeux. Je ne pouvais croire que j'étais déjà dans la trentaine (à cette époque) et que je n'avais pas encore pris conscience d'une telle chose, en admettant qu'elle était vraie.

Le magnétophone s'arrêta de lui-même, et c'est quelque peu déçus que nous dûmes constater que notre extraordinaire expérience était terminée. L'assistante de Sheila nous demanda si nous avions une dernière question. « Aimeriez-vous savoir le nom de votre guide spirituel ? » demanda-t-elle.

Il ne me serait jamais venu à l'idée de demander cela, n'ayant jamais entendu l'expression guide spirituel, mais ça me semblait une bonne question à lui soumettre. J'aimais bien l'idée que des anges gardiens puissent exister. Je répondis donc : « Oui, s'il vous plaît, pourriez-vous me dire le nom de mon guide spirituel ? »

Theo répondit alors : « On nous dit que ce nom te sera communiqué directement. Tu vivras une expérience de clairaudience et tu le connaîtras alors. »

Qu'est-ce qu'une expérience de clairaudience ? Je me le demandais bien, mais avant de pouvoir poser ma question, Theo conclut d'un ton ferme : « Que l'amour de Dieu soit avec vous ! » Puis Sheila ouvrit les yeux et s'assit ; notre extraordinaire conversation avec Theo était terminée.

Après notre départ, Jerry et moi sommes allés jusqu'à un endroit élevé, sur le flanc d'une des montagnes surplombant Phoenix. Là, appuyés contre la voiture, nous avons contemplé en silence le spectacle du soleil couchant. Nous n'avions pas la moindre idée de la profonde transformation qui s'était opérée en nous ce jour-là. Nous savions seulement que nous nous sentions merveilleusement bien.

De retour à la maison, j'avais la ferme intention de faire deux choses : tenter de méditer, peu importe ce que cela voulait dire au juste, et m'arranger pour découvrir le nom de mon guide spirituel.

Nous avons donc changé de vêtements, chacun mettant son peignoir, puis nous avons fermé les rideaux du salon et pris place chacun dans un confortable fauteuil, une étagère disposée entre nous. On nous avait encouragés à faire cela ensemble, mais cela nous faisait tout drôle, et la présence de l'étagère aidait à masquer l'étrangeté de la situation.

J'avais en mémoire les instructions de Theo : « Assieds-toi dans une pièce tranquille, porte des vêtements confortables, et concentre-toi sur ta respiration. » Nous avons donc réglé une minuterie à quinze minutes, et j'ai fermé les yeux et commencé à respirer consciemment. Dans mon

esprit, je posai la question « Qui est mon guide spirituel ? » puis je comptai mes respirations. En peu de temps, je ne pouvais plus distinguer mon nez de mes orteils. C'était une sensation étrange, mais rassurante, et j'y prenais plaisir. J'avais l'impression que mon corps tournoyait lentement même si je savais que j'étais assise dans un fauteuil. La minuterie sonna et nous fit sursauter. Je proposai alors de répéter l'expérience.

Une fois de plus, je fermai les yeux, comptai mes respirations et sentis un engourdissement me gagner de la tête aux pieds. Encore une fois, la sonnerie de la minuterie retentit et nous fit sursauter. « Essayons une autre fois », dis-je à Jerry.

Après avoir de nouveau réglé la minuterie à quinze minutes, je sentis encore l'engourdissement envahir mon corps tout entier. Mais cette fois, quelque chose, ou quelqu'un, se mit en quelque sorte à faire respirer mon corps, comme si une énergie extatique d'amour s'irradiait dans toutes les directions, depuis le tréfonds de mon être. Quelle sublime sensation ! Jerry entendit mes doux murmures de plaisir et me confia plus tard que je semblais alors parcourue de tressaillements d'extase.

Lorsque la minuterie retentit et que j'émergeai de cette méditation, mes dents claquaient comme jamais auparavant. Dire qu'elles bourdonnaient décrirait mieux la sensation. Durant presque une heure, mes dents émirent un bourdonnement tandis que je m'efforçais de me détendre pour retrouver un état de conscience normal.

À cette époque, je ne réalisais pas ce qui m'arrivait, mais je sais aujourd'hui que je venais de vivre mon premier contact avec Abraham. Même si je n'avais aucune idée alors de ce qui s'était produit, je savais néanmoins que quoi que ce fût, c'était bon ! Et je voulais que cela se reproduise.

Jerry et moi avons donc pris la décision de méditer tous les jours durant quinze minutes. Je ne pense pas que nous ayons manqué une seule journée au cours des neuf mois suivants. Chaque fois, je sentais un engourdissement, ou une impression de détachement, mais aucun autre phénomène extraordinaire ne survint durant ces méditations. Et puis, juste avant la fête de l'Action de grâce de 1985, alors que nous méditions, ma tête commença à remuer doucement d'un côté à l'autre. Au cours des jours suivants, toujours pendant la méditation, ma tête

continua à bouger ainsi en un mouvement doux et fluide. C'était pour moi une sensation fort agréable qui me donnait l'impression de voler. Et puis, alors qu'il y avait environ trois jours que ce nouveau mouvement était apparu, je pris conscience que ma tête ne se déplaçait pas au hasard, comme si mon nez traçait la forme de lettres dans l'air. Je me rendis soudain compte qu'il s'agissait des lettres M, N, O et P.

« Jerry, m'écriai-je, j'épelle des lettres avec mon nez ! » Et en disant cela, une sublime sensation d'extase m'envahit de nouveau. Mes poils se hérissèrent sur toute la surface de mon corps pendant que cette merveilleuse énergie non physique ondoyait par vagues dans tout mon être.

Jerry s'empara rapidement de son carnet et se mit en devoir d'écrire les lettres à mesure que mon nez les dessinait dans l'air : « JE SUIS ABRAHAM. JE SUIS TON GUIDE SPIRITUEL. »

Depuis lors, Abraham nous a expliqué qu'ils sont plusieurs assemblés là, référant ainsi à eux-mêmes au pluriel en tant que conscience collective. Il nous a également expliqué qu'au début, les mots « Je suis Abraham » ont été prononcés par mon entremise uniquement parce que je m'attendais à ce que mon guide spirituel ne soit qu'un seul être, alors qu'ils sont en réalité plusieurs à s'exprimer d'une voix commune, ou d'une seule pensée consensuelle.

Pour les citer textuellement : « Abraham n'est pas une seule conscience comparable à ce que chacun de vous ressent dans son corps. Nous formons un courant de conscience non physique, et en réponse à une question posée par l'un d'entre vous, de nombreux points de conscience convergent vers ce qui donne l'impression de n'être qu'une seule perspective, et ce, parce qu'il se trouve en ce cas précis qu'un seul humain, Esther, l'interprète et l'articule, de sorte qu'une seule conscience semble s'exprimer. Nous sommes multidimensionnels, nous possédons maintes facettes et nous formons certainement un amalgame de multiples consciences. »

Abraham ajouta qu'ils ne me murmurent pas à l'oreille les mots que je répète ensuite aux autres, mais qu'ils m'envoient plutôt des blocs de pensées en une sorte de signaux radio que je reçois à un niveau inconscient et que je traduis ensuite en leurs mots équivalents dans notre langage. J'entends les mots à mesure qu'ils s'expriment par moi, mais

pendant le processus de réception et de traduction, je n'ai aucunement conscience de ce qui me vient ni le temps de me rappeler ce qui m'est venu précédemment.

Abraham nous révéla aussi qu'ils me transmettaient déjà depuis un bon moment des blocs de pensées. Cependant, comme je m'efforçais de suivre à la lettre les instructions de Theo — « Dès que des pensées s'agiteront en toi, et il y en aura, ne t'y attarde pas et concentre-toi plutôt sur ta respiration » —, chaque fois qu'une de ces pensées surgissait, je m'en détachais le plus vite possible et me concentrais de nouveau sur ma respiration. Je suppose que le seul moyen dont ils disposaient pour réussir à établir le contact avec moi consistait à épeler des lettres dans l'air avec mon nez. Abraham me précisa que ces merveilleuses sensations qui ondoyèrent à travers mon corps lorsque je réalisai que j'étais en train d'épeler des mots représentaient la joie qu'ils éprouvèrent dès l'instant de ma reconnaissance de notre connexion consciente.

Notre processus de communication évolua rapidement au fil des semaines suivantes. La méthode consistant à épeler des lettres dans l'air avec mon nez était très lente, mais Jerry était tellement emballé de disposer de cette source d'information claire et fiable qu'il lui arrivait fréquemment de me réveiller au milieu de la nuit pour poser des questions à Abraham.

Un soir, j'éprouvai une très forte sensation à travers mes bras, mes mains et mes doigts, et l'une de mes mains commença à frapper la poitrine de Jerry alors que nous étions étendus ensemble dans le lit, à regarder la télévision. Tandis que ma main continuait ainsi, je fus prise d'une très forte impulsion subite d'aller m'installer devant ma machine à écrire électrique, et dès que je déposai mes doigts sur le clavier, mes mains se mirent à bouger rapidement au-dessus des touches, comme si quelqu'un cherchait à découvrir comment utiliser cette machine à écrire et où se trouvait chaque lettre. Puis mes mains tapèrent chaque lettre et chaque chiffre de façon répétitive et, petit à petit, des mots prirent forme sur le papier : « Je suis Abraham. Je suis ton guide spirituel. Je suis ici pour travailler avec toi. Je t'aime. Nous allons écrire un livre ensemble. »

Nous avons ensuite constaté que je pouvais placer mes mains sur le clavier et me détendre, exactement comme je le faisais durant chaque

méditation, et que les êtres constituant la conscience collective d'Abraham allaient pouvoir répondre à toutes les questions que Jerry voudrait leur soumettre, et ce, à propos de n'importe quoi. C'était une expérience ahurissante. Ils étaient si intelligents, si débordants d'amour et disponibles! À toute heure du jour ou de la nuit, ils étaient prêts à nous parler du sujet de notre choix.

Puis, un après-midi, alors que nous roulions sur une autoroute de Phoenix, j'éprouvai dans ma bouche, mon menton et mon cou l'impression familière d'être sur le point de bâiller. C'était une très forte impulsion, si forte en fait que je n'arrivais pas à l'étouffer. Nous étions dans une courbe, entre deux gros camions qui semblaient s'apprêter à franchir en même temps la ligne médiane pour venir dans notre voie, et je crus un instant qu'ils allaient nous passer dessus. C'est à ce moment précis que jaillirent les premières paroles qu'Abraham exprima par ma bouche : « Prenez la sortie suivante! »

Nous sommes donc sortis de l'autoroute, nous avons stationné notre voiture sur un terrain vacant au-dessous d'un pont autoroutier, et Jerry put alors s'entretenir des heures durant avec Abraham. J'avais les yeux hermétiquement clos, et ma tête oscillait de manière rythmique de haut en bas tandis qu'Abraham répondait aux questions de Jerry.



Comment se fait-il que cette chose merveilleuse me soit arrivée? Parfois, lorsque j'y pense, j'ai peine à croire que c'est vrai. C'est presque le genre de chose que l'on retrouve dans les contes—comme faire un vœu en frottant une lanterne magique. D'autres fois, ça me semble l'expérience la plus naturelle et la plus logique du monde.

Quelquefois, je parviens à peine à me souvenir de ce à quoi la vie ressemblait avant la venue d'Abraham dans nos vies. Sauf en de rares occasions, j'ai toujours été ce que la plupart des gens qualifieraient de personne heureuse. J'ai vécu une enfance merveilleuse, sans aucun traumatisme de jeunesse important, et j'ai eu la chance, avec mes deux sœurs, d'avoir de bons parents aimants. Comme je l'ai mentionné, Jerry et moi étions alors mariés depuis quatre ans, et l'avenir s'annonçait rempli de bonheur. Je ne me serais pas décrite comme une personne à

l'esprit embourbé de questions sans réponses. En fait, il m'arrivait plutôt rarement de me poser des questions, et je n'avais pas de convictions bien arrêtées sur quoi que ce soit.

Pour sa part, Jerry débordait de questions passionnées. Il était un lecteur vorace, toujours en quête d'outils et de techniques qu'il allait pouvoir ensuite transmettre aux autres afin de les aider à mener une vie plus heureuse. Je n'ai jamais connu personne qui désirait autant que lui aider les autres à vivre une existence heureuse et épanouie.

Abraham nous a expliqué que la raison pour laquelle Jerry et moi formions la combinaison parfaite pour accomplir ensemble ce genre de travail tenait du désir puissant de Jerry, qui avait fait venir à nous la conscience collective d'Abraham, tandis que mon absence d'opinion ou d'angoisse faisait de moi un bon instrument de réception pour l'information que Jerry désirait tant connaître.

Jerry était animé d'un véritable enthousiasme, même lors de ses premières interactions avec Abraham, car il comprenait la profondeur de la sagesse et de la clarté offertes par ce groupe d'êtres. Durant toutes ces années, son enthousiasme pour les messages d'Abraham ne s'est jamais atténué. Personne, dans une salle, ne prend davantage de plaisir que lui à entendre ce que Abraham a à dire.

Au début de nos échanges avec Abraham, nous ne comprenions pas réellement ce qui se passait et il nous était impossible de savoir avec qui Jerry s'entretenait. Néanmoins, c'était une expérience à la fois palpitante, stupéfiante et merveilleuse, voire bizarre. Cela me paraissait si étrange que j'étais certaine d'une chose : la plupart des gens que je connaissais ne pourraient saisir de quoi il s'agissait et ne voudraient sans doute même pas chercher à comprendre. En conséquence, je fis promettre à Jerry de ne pas révéler notre étonnant secret à qui que ce soit.

Je suppose qu'il est désormais évident que Jerry n'a pas tenu cette promesse, mais je ne m'en plains pas du tout. Il n'y a rien que ni l'un ni l'autre n'aimerions mieux que d'être dans une salle remplie de gens ayant des choses dont ils aimeraient parler avec Abraham. Les commentaires le plus souvent reçus de la part des gens qui découvrent Abraham dans nos livres, nos vidéos, nos collections de cassettes audio, nos ateliers ou le site Web sont les suivants : « Merci de m'aider à me souvenir de ce

que j'ai toujours su au fond de moi» et «Cela m'a aidé à relier ensemble tous les morceaux de vérité que j'avais trouvés au fil des ans. J'arrive enfin à tout comprendre!»

Les êtres du collectif Abraham ne semblent pas intéressés à prédire notre avenir comme le ferait par exemple une cartomancienne, même si je suis convaincue qu'ils savent toujours ce que notre avenir nous réserve. Ils jouent plutôt le rôle d'un professeur qui nous guide vers où nous désirons nous rendre. Ils nous ont expliqué qu'il ne leur revient pas de décider de ce que nous voulons, que leur but est plutôt de nous aider à réaliser nos désirs. Ainsi qu'ils nous l'ont dit : «L'objectif d'Abraham n'est pas de guider quiconque vers quoi que ce soit, ni de l'éloigner de quoi que ce soit. Nous voulons que vous preniez toutes vos décisions à l'égard de vos désirs. Notre seul souhait est que vous puissiez découvrir comment réaliser vos désirs.»

Mon commentaire favori parmi tout ceux que j'ai entendus à propos d'Abraham nous est venu d'un adolescent qui venait d'écouter un enregistrement dans lequel Abraham répondait à des questions que d'autres adolescents lui avaient adressées. Le jeune garçon nous a confié ceci : «Au début, je ne croyais pas qu'Esther parlait vraiment au nom d'Abraham. Mais quand j'ai entendu sur la cassette les réponses d'Abraham à ces questions, j'ai alors su qu'il était réel parce qu'il n'y avait aucun jugement dans ses paroles. Je ne crois pas que personne puisse être aussi sage, aussi juste, et sans aucun jugement.»

Pour moi, ce voyage en compagnie d'Abraham a été plus merveilleux que je ne saurais l'exprimer. J'adore le sentiment de profond bien-être que j'ai atteint grâce à tout ce que j'ai appris de ces êtres. J'aime le fait que leurs bienveillants conseils me laissent toujours le sentiment d'avoir renforcé mon pouvoir personnel. Je suis ravie de voir comment la vie de tant de nos chers amis (et de nos nouveaux amis) s'améliore grâce à la mise en pratique des enseignements d'Abraham. Je trouve fabuleux que ces êtres brillants et affectueux manifestent tout à coup leur présence dans ma tête chaque fois que je le demande, qu'ils soient toujours prêts et disposés à nous aider à mieux comprendre les choses.

À propos, mentionnons que plusieurs années après notre rencontre avec Sheila et Theo, Jerry a consulté notre dictionnaire afin de vérifier

le sens du mot « theo ». « Sa signification, m'annonça-t-il avec un large sourire, est Dieu! » [NDÉ : Du grec theos, « dieu ».] Comme c'est parfait! Je souris en repensant à cette merveilleuse journée, un si extraordinaire point tournant dans notre vie. Voilà que je m'inquiétais d'avoir affaire au diable alors qu'en fait j'étais sur le point d'avoir une conversation avec Dieu!

Au début de notre travail avec Abraham, les gens qui venaient nous voir souhaitaient que nous leur expliquions notre relation avec Abraham. Ils nous demandaient de quelle manière nous étions entrés en contact, comment nous faisons pour rester en lien avec ces êtres, pourquoi ils nous avaient choisis, et quelle impression cela me faisait d'être celle par qui s'exprimait une si profonde sagesse. Jerry et moi passions alors quelques minutes, au début de chaque séance ou de chaque entrevue à la radio ou à la télévision, à tenter de répondre de notre mieux à ces questions. J'éprouvais toujours une certaine impatience durant cette partie de notre présentation. La seule chose que je voulais, c'était me détendre, laisser à la conscience d'Abraham la chance de s'exprimer, et passer à ce que Jerry et moi sentions être la véritable raison de notre présence en ces lieux.

Nous avons finalement créé un enregistrement gratuit intitulé *Introduction to Abraham* [Présentation d'Abraham] que les gens peuvent écouter à leur convenance et qui raconte en détail comment notre expérience avec Abraham a débuté, puis évolué. (Cet enregistrement de 74 minutes — uniquement en version anglaise — est maintenant disponible sur notre site interactif, à l'adresse [www.abraham-hicks.com](http://www.abraham-hicks.com). Il explique qui nous sommes et ce que nous faisons avant qu'Abraham n'apparaisse dans notre vie.) Il nous fait extrêmement plaisir de pouvoir jouer ce rôle dans la diffusion des messages d'Abraham, de sorte qu'ils puissent être entendus et utilisés par d'autres, mais nous avons toujours eu le sentiment que les messages d'Abraham constituaient l'événement principal.

Ce matin, Abraham m'a dit : « Esther, nous sommes conscients des questions qui émanent de la conscience collective de votre planète, et ici, par ton entremise, nous allons avec joie pouvoir offrir les réponses. Détends-toi et savoure chaque instant de l'évolution de ce livre. »

Je vais donc à présent me détendre et permettre à Abraham de commencer immédiatement à écrire ce livre à votre intention. J'imagine qu'il vous expliquera qui ils sont, selon leur perspective. Mais plus important encore, je crois qu'ils vous aideront à comprendre qui vous êtes. Mon vœu le plus cher est que votre rencontre avec Abraham soit aussi significative pour vous qu'elle continue à l'être pour nous.

Avec tout notre amour,

**Esther**



# **PREMIÈRE PARTIE**

**Les choses que nous savons,  
que vous avez peut-être oubliées,  
et qu'il est important de se souvenir.**



## Chapitre 1

### *L'importance de se sentir bien à chaque instant*

**O**n nous appelle Abraham et nous nous adressons à vous à partir de la dimension non physique. Vous devez, bien sûr, comprendre que vous provenez également de la dimension non physique et que, de ce fait, nous ne sommes pas si différents les uns des autres. Votre monde physique est le résultat d'une projection émanant de la dimension non physique. En fait, vous êtes des extensions de l'Énergie Source non physique, tout comme l'est d'ailleurs votre monde physique.

Dans ce royaume non physique, nous n'avons aucunement recours aux mots, car nous n'avons pas besoin d'un langage pour nous exprimer. Nous ne disposons pas non plus d'une langue avec laquelle parler ni d'oreilles avec lesquelles entendre, ce qui ne nous empêche nullement de communiquer parfaitement les uns avec les autres. Notre langage est de nature vibratoire, et nos communautés ou familles non physiques sont le fruit de nos intentions communes. Autrement dit, nous rayonnons sur le plan vibratoire ce que nous sommes, et d'autres êtres aux intentions similaires se joignent alors à nous. Cela est également vrai en ce qui concerne votre monde physique, bien que la plupart d'entre vous aient oublié qu'il en est ainsi.

Abraham est le nom d'une famille d'êtres non physiques qui se sont naturellement rassemblés du fait de notre intention puissante

de vous rappeler les lois de l'univers gouvernant toutes choses. Nous voulons vous aider à vous souvenir que vous êtes des extensions de l'Énergie Source, des êtres bénis et aimés, et que vous êtes venus vous incarner dans cette réalité spatio-temporelle physique en ayant pour but de créer dans la joie.

Tous ceux qui sont physiquement focalisés ont des contreparties non physiques. Il n'y a aucune exception à ce fait. Tous ceux dont la conscience est centrée sur le plan physique ont accès à la perspective plus vaste de ce qui est non physique en eux. Là encore, il n'y a aucune exception à la règle. Néanmoins, la plupart d'entre vous ont été tellement distraits par la nature physique de leur planète qu'ils ont acquis une forte tendance à la résistance, laquelle entrave leur claire connexion à leur propre Source. Il est dans notre intention d'aider ceux qui le demandent à se souvenir de cette connexion.

Bien que tous les humains soient en principe capables d'établir une communication claire avec la dimension non physique, la plupart n'en ont pas conscience. Et bien souvent, même lorsqu'ils ont conscience de cette possibilité, leurs habitudes de pensée ont pour effet de créer une résistance intérieure qui fait obstacle à leur aptitude à interagir consciemment avec cette réalité.

Cependant, il arrive parfois qu'un canal médiumnique s'ouvre et que nous soyons alors capables de communiquer vibratoirement notre compréhension à une personne pouvant la recevoir et l'interpréter avec clarté. C'est précisément ce qui se produit dans le cas d'Esther. Nous partageons vibratoirement avec elle ce que nous savons, et ce, d'une manière semblable à ce que vous appelez des signaux radio. De son côté, elle reçoit ces vibrations et les traduit en des mots correspondant au sens qu'elles ont. Toutefois, il n'existe pas de mots permettant de communiquer notre satisfaction et notre joie d'être capables de vous offrir ainsi notre savoir. Nous désirons avant tout que vous soyez heureux là où vous en êtes en ce moment dans votre existence, et nous comprenons que ces paroles puissent vous paraître étranges si les circonstances de votre vie vous semblent éloignées de celles que vous désirez. Nous vous promettons solennellement que lorsque vous aurez saisi l'importance de vous sentir bien à chaque instant, peu importe ce qui survient, vous détiendrez alors

la clé vous permettant d'atteindre n'importe quel état d'être ou de santé, n'importe quel état concordant avec ce que vous désirez.

Ce livre vise essentiellement à vous donner une meilleure compréhension de vous-même et de tous ceux qui vous entourent, et il est possible que cela vous soit utile, mais ce n'est pas grâce à ces mots que vous apprendrez quoi que ce soit, car le véritable savoir se fonde sur votre propre expérience de la vie. Et bien que vous ne cessiez d'accumuler constamment de l'expérience et des connaissances, votre vie ne se réduit pas à cela — elle a aussi pour but le contentement, la satisfaction et la joie. Elle vous offre la possibilité d'exprimer toujours davantage qui vous êtes véritablement.

### **Vous n'entendez bien que ce que vous êtes disposés à entendre**

Nous nous adressons simultanément à plusieurs niveaux de votre conscience, mais vous ne recevrez que ce que vous êtes maintenant prêts à recevoir. Tout le monde ne retiendra pas la même chose de ces pages, mais chaque lecture vous apportera quelque chose de plus. Cet ouvrage sera lu à plusieurs reprises par ceux qui en comprennent le pouvoir. Il aidera les êtres physiques à comprendre leur relation avec Dieu et avec Tout ce qu'ils sont réellement.

Ce livre vous aidera à comprendre qui vous êtes vraiment, qui vous avez été, où vous allez, et tout ce que vous continuez à être.

Il vous permettra de comprendre que vous n'en avez jamais terminé avec l'évolution. Il vous aidera à saisir la nature de votre relation avec votre histoire et avec votre avenir. Plus important encore, il éveillera en vous la conscience de toute la puissance de l'instant présent.

Vous apprendrez comment chacun de vous est le créateur de sa propre expérience et pourquoi tout son pouvoir se trouve dans le moment présent. Finalement, ce livre vous amènera à comprendre votre Système de guidance émotionnelle ainsi que le mode de réglage de votre taux vibratoire.

Vous y découvrirez une série de processus grâce auxquels vous pourrez plus facilement vous reconnecter avec la partie non physique de votre être et réaliser ainsi tous vos désirs. À mesure que vous mettrez en pratique ces processus et que vous vous souviendrez des puissantes lois de l'univers, votre joie de vivre reviendra.