

# LE CHEMIN DE L'ÉVEIL SPIRITUEL

Par Esteban Frederic

Prenez une profonde respiration. Retenez votre souffle. Maintenant, expirez. Maintenant, multiplions ce sentiment de libération euphorique par cent, par mille.

Fermez les yeux et visualisez-vous en train de voler au milieu de magnifiques nuages alors que vous admirez la vaste beauté de la terre en contrebas. Permettez-vous de survoler le cosmos de mille planètes.

Parcourez les merveilles de l'Univers et éveillez-vous dans un magnifique jardin paisible orné de fleurs colorées et d'arômes subtilement agréables. Le puissant sentiment d'amour est partout. Vous êtes en sécurité, il n'y a pas de douleur, pas de souvenir de colère ou d'autres ténèbres. Vous êtes en paix.

Ces descriptions sont certes belles, mais il n'existe aucun mot qui puisse décrire précisément la formidable euphorie de la connexion avec l'Esprit intérieur. Il est aussi difficile de décrire les signes de l'éveil spirituel par écrit que de comprendre les expériences des autres, car l'expérience de l'éveil spirituel est différente pour chacun de nous. C'est un processus de changement intérieur considérable qui traverse tout un être et élève sa conscience.

## **L'éveil spirituel peut se produire en un instant**

L'éveil spirituel est un état de perception altéré. C'est un savoir au-delà de la connaissance. La réalité a changé pour la personne qui vit un éveil. En bref, un éveil spirituel vous permet d'être ouvert et d'inviter l'Esprit et l'amour à entrer dans votre cœur. C'est le moment où l'Univers éveille votre âme vers une nouvelle conscience, une nouvelle perception du monde qui vous entoure. C'est l'étincelle qui enflamme l'esprit longtemps enfoui en vous. Un éveil se produit lorsque vos peurs et votre confusion se transforment en une conscience supérieure, une conscience pleine d'amour et de paix.

Inutile de pratiquer une religion pour faire l'expérience d'un éveil. Il suffit de vivre dans la liberté spirituelle, de marcher sur le bon chemin et de ne pas s'encombrer de dogmes et de doctrines.

L'éveil spirituel est un événement unique qui change miraculeusement votre vie en un instant. C'est un moment dont vous vous rappellerez avec clarté tout au long de votre vie. Ce moment devient un puits profond de force, de courage et de foi, utilisé lors des nombreux défis de la vie, et qui grandit avec le temps. L'éveil spirituel est si puissant, si magnifique que l'anticipation de l'avenir est joyeuse, certaine et claire.

## **L'éveil spirituel peut être un processus lent**

L'éveil est plus souvent un processus long et lent qui nécessite des mois, voire des années. Le processus en dents de scie est une longue série de mini-éveils suffisamment puissants pour obliger une personne à poursuivre ses recherches, mais pas assez puissants pour provoquer

un changement de conscience durable. Ce type d'éveil aléatoire est devenu plus fréquent en raison des raz-de-marée de distractions et de la confusion causés par les modes de vie modernes. Une grande partie de la distraction est causée par un barrage constant d'informations inutiles provenant de la télévision, des radios, des téléphones portables et des ordinateurs. Les fréquences électroniques explosant continuellement dans l'air ont une incidence sur les ondes cérébrales humaines. La complexité de la vie moderne crée du stress et de la confusion à plusieurs niveaux.

### **L'éveil spirituel peut commencer par un malheur**

Selon de nombreuses personnes, le début d'un éveil spirituel peut également être une expérience désagréable, en particulier une expérience qui commence par un malheur. Les traumatismes physiques et émotionnels, tels que la perte d'un être cher ou une expérience de mort imminente peuvent être un catalyseur pour réveiller le sens de la réalité d'une personne. L'emprisonnement, une maladie mentale ou toute situation qui pousse une personne à la limite de son endurance peuvent être le moyen par lequel un éveil peut commencer. Lorsque nous traversons une épreuve, nous sentons impuissant ou bouleversé, la tragédie peut être un canal qui entraîne une prise de conscience accrue et contribue à produire un éveil spirituel.

### **Les réactions psychologiques à l'éveil spirituel**

L'éveil spirituel peut également produire un certain nombre de réactions psychologiques désagréables. Les sentiments de peur et de désorientation sont courants au début du processus. Dans la plupart des cas, ces réactions émotionnelles sont temporaires et peuvent être gérées par la poursuite continue de l'éveil spirituel – par le biais de la méditation par exemple. Retenez pendant cette période de transition que le pouvoir et la paix intérieure réussiront à vaincre toute émotion négative transitoire.

### **L'éveil spirituel entraîne de puissantes réactions positives**

Au début de cet article, j'ai tenté de décrire les émotions euphoriques merveilleuses ressenties lorsqu'un éveil spirituel se produit. L'excitation de l'esprit intérieur commence par la prise de conscience de notre essence profonde, de notre unité. Ce «savoir» engendre un fort sentiment de confiance et de bien-être. Les peurs s'estompent peu à peu et tout votre être est imprégné de la beauté du monde. Les émotions négatives et les traumatismes quittent le corps et l'énergie vitale est restaurée.

L'éveil spirituel permet d'augmenter les cinq sens que sont l'ouïe, de la vue, du toucher, de l'odorat et du goût. De nouveaux talents créatifs peuvent faire surface et s'améliorer avec la pratique. Il existe de nombreux exemples de personnes qui ont développé de nouvelles facultés extra-sensorielles après un éveil spirituel. La télépathie, la précognition et la capacité de canaliser l'énergie de guérison en font partie. Même si ces nouvelles facultés peuvent être fugaces ou faibles au début, il est tout à fait possible de les aiguïser avec le temps et la pratique.