

**WILFRID POCHAT
PHILIPPE MILLION**

RENAITRE LOIN DE L'INDE

Le premier chapitre



Témoignage

Remerciements

Dès à présent, nous tenons, Philippe et moi, à remercier chaleureusement plusieurs personnes pour leur inestimable concours à notre projet. Si j'associe Philippe à ce travail, c'est qu'il est non seulement le coauteur du journal de voyage en Inde et au Bangladesh, mais aussi un des principaux acteurs de cette histoire.

En écrivant ces lignes, nous avons en effet le sentiment d'avoir enfin accompli une mission qui nous tenait à coeur.

Ceci dit, nous n'avons pas imaginé un seul instant pouvoir taire cette fabuleuse expérience. D'ailleurs comment aurions-nous pu abandonner tant étaient nombreux les encouragements, les aides, les conseils de ceux qui nous sont proches.

Voilà pourquoi, nous n'oublierons pas d'associer à la somme de nos efforts ceux de Gérard Truchet qui nous fit l'amitié d'écrire les préface et postface de ce livre. Vous comprendrez bientôt son rôle fondamental. Qu'il soit mille fois remercié pour son enseignement !

Je n'oublierai pas non plus son épouse, Arlette, et mes amis Nicole et Daniel, qui à maintes reprises, eurent la gentillesse de me recevoir et de m'entendre exposer l'état de mes recherches.

Gérard et Arlette connaissaient très bien Catherine Tardy qui, hélas, nous quitta prématurément, quelques jours avant mon premier voyage. Aussi mes pensées s'envolent-elles vers toi Catherine, qui sus conduire avec succès ma première séance de régression.

J'ajouterai que par la suite, Bérangère Simonin saura avec une qualité égale me replonger dans les souvenirs de cette vie passée. Qu'elle soit ici pleinement remerciée !

Comment oublier également Lucie Voix et son précieux pendule ? Première lectrice avisée et formidable bout de femme qui, bien avant que l'écologie ne devienne une mode, savait enseigner cette science avec passion et discernement à des enfants dont il est vrai, Philippe et moi aurions pu être à l'époque !

Dans un autre registre, difficile de passer sous silence la patience dont dut faire preuve Philippe Robert pour l'obtention des visas nécessaires à mon premier voyage. Avec toute ma reconnaissance Philbob...

De la même manière, ma gratitude ira sans ambages vers Jean-Philippe Chapet, lui qui sut trouver les mots justes au cours de ma première expédition, pour ne pas me voir renoncer.

Et que dire de David Knight l'Australien, véritable guide de la Providence

sans lequel à l'heure qu'il est, je chercherais encore quelque part au Népal...

Encore mille pensées affectueuses à Swami Bubaneshwar Koirala, mon frère, et toute la petite communauté. Puisse Ganesh veiller sur vous éternellement...

Et qu'Allah te protège, toi Nasir, et les tiens ! Nous n'oublierons jamais votre sens de l'hospitalité.

Un gros clin d'oeil à Jack, le vieux baroudeur du subcontinent indien, qui nous fit l'amitié de nous accompagner au cours du second voyage.

Quant à toi, Françoise, très chère cousine, tu as su donner de ton temps à notre quête incessante en arpentant les chemins poussiéreux de la plaine du Gange, en retournant rendre visite à nos amis au pied des Annapurnas. Que tout le monde le sache, sans toi, ce livre serait encore un projet !

J'aurai également une pensée particulière à l'attention de Max Dubuis, pour notre amitié de toujours, lui qui sut de manière directe, relancer ma réflexion par des pensées non dénuées d'une certaine philosophie. Sans ses précieuses critiques et son aide, cette quête n'aurait pu aboutir.

Enfin, que Valérie ma compagne, et Marion notre enfant soient remerciées pour avoir été les complices de ce livre, en acceptant que, pour ma part, je consacre à son écriture ce temps si précieux qui leur était réservé. Et ce n'est pas trahir Philippe que de dire qu'il exprime ici toute sa reconnaissance envers les siens, et en particulier sa femme, Marice.

A toutes ces personnes, nous dédions ce livre, et en particulier à cette mystérieuse et amicale Présence que nous avons continuellement ressentie, et qui, jamais, ne nous a quittés.

Les auteurs,

PREFACE

Quand je vis Wilfrid Pochat pour la première fois en cette rentrée scolaire de septembre 1987, je trouvais un air un peu trop sérieux à ce jeune qui disait avoir l'âge de mes enfants. Il était visiblement fier de faire sa première rentrée, au sortir du régiment et au milieu d'enseignants rompus au métier.

Ayant toujours été très intuitif, je ressentais vaguement que j'aurais à faire avec ce jeune, ou qu'une quelconque amitié nous lierait. Je n'ai jamais forcé la sympathie qui, comme l'amour, s'installe naturellement. En ce sens, je trouve déplacées les invitations prématurées qui sont comme une main forcée à l'amitié. Je laissais donc Wilfrid venir vers moi...

Quelques jours après la rentrée, il m'aborda en m'apprenant que, "paraît-il", je pratiquais l'astrologie.

Encore une fois, les "renseignements" portés sur mon compte étaient faux, car je n'ai jamais été capable de faire un thème astral, ne m'intéressant que de loin au sujet. Par contre, je lui faisais savoir que j'étais passionné par les études graphologiques et cela depuis mes premières "lectures classiques" au régiment : Jules Crépieux-Jamin, Max Pulver, René Le Senne, Wiersma...

Wilfrid pratiquant l'astrologie, je lui proposais un échange d'analyses, prétexte à faire connaissance non pas par les "on dit", mais dans la réalité de nos personnalités respectives. Il est vrai que pour l'instituteur public que j'étais, m'intéresser à l'ésotérisme, avoir lu la Bible, le Coran, une partie des Védas, peut a priori surprendre... Ajoutez à cela la croyance aux mondes habités et aux ovnis, la certitude d'une intelligence omnisciente, de l'éternité de l'Esprit individuel humain et de l'Âme animale, tout cela peut me faire passer pour un déséquilibré.

Je m'amusais un peu en voyant Wilfrid se diriger vers moi à chaque récréation et me harceler de questions. Il était avide de connaître et dévorait littéralement les livres ésotériques que je lui distillais ; j'en étais étonné et trouvais qu'il allait trop vite... mais je satisfaisais à sa demande. Une sorte de métamorphose s'opérait en lui et il aurait facilement passé aux yeux des collègues pour un doux loufoque s'il n'avait été apprécié par ses élèves et leurs parents ; musicien et compositeur, il en faisait largement profiter sa classe ; il mettait aussi ses qualités théâtrales au service de l'éducation.

Avant lui, j'avais connu Catherine, une jeune institutrice du "Public" non moins talentueuse et qui était devenue une véritable amie. Je la présentais à Wilfrid, sachant par intuition qu'il n'en sortirait pas le "grand Amour" mais l'amitié, la connivence... Catherine deviendra en effet un personnage clé dans la recherche de Wilfrid, dans sa quête vers Pokhara. A noter que, comme lui, elle chemina de l'astronomie scientifique à l'ésotérisme le plus éthéré et reçut dans les derniers mois de sa vie, des messages de Kumaël qui se présentait à elle en tant qu'entité scientifique de l'astral...

Le livre qui vous est présenté est plus qu'une histoire de vies passées ; il représente une quasi-certitude de la réincarnation. Mais, au delà, il rapporte aussi l'universalité des textes sacrés.

Je me suis toujours érigé contre les groupements de tous bords, leurs interdits et leurs obligations à cause de l'interprétation des Ecritures. Le Christ disait : "La Vérité vous rendra libres, vraiment libres".

Mais la Vérité a-t-elle été seulement donnée aux chrétiens ou aux musulmans ou encore aux bouddhistes ? N'est-elle pas plutôt le respect de l'Être humain et de tout ce qui vit ici-bas ? Pour ma part je préfère un parfait écologiste qui se dit athée à un "vénérable religieux" qui prétend appliquer les textes divins... La Vérité n'est pas de contraindre qui que ce soit à des convictions mais d'aider. Encore faut-il qu'il y ait demande !

Je salue le sérieux avec lequel Wilfrid a entrepris ses recherches, qu'elles soient livresques ou de "terrain" avec son ami Philippe. Je salue aussi sa foi dans un travail passionné de

" régressions karmiques " qu'il poursuit depuis quatre ans.

Le livre que vous avez entre les mains est le fruit de circonstances qui se sont succédé et qui n'ont rien du hasard. Je vous laisse le découvrir.

Gérard TRUCHET,

INTRODUCTION

Depuis bien longtemps, l'homme sait naturellement modifier son état de conscience en s'endormant. Car rêver, c'est déjà se trouver dans un état de conscience différent.

On remarque également que dans certaines tribus où se perpétuent des croyances animistes, l'individu est capable d'atteindre sous l'effet de drogues plus ou moins puissantes un effet de transe, lui permettant ainsi d'expérimenter des sensations nouvelles, voire même d'obtenir certains types de visions.

Malheureusement, ce sont bien souvent ces mêmes drogues qui sévissent dans nos sociétés et qui sont à l'origine de ce fléau que nous connaissons bien : la toxicomanie.

Dieu merci, l'homme peut aussi explorer sa propre conscience par des techniques beaucoup moins dangereuses !

En occident par exemple, de nombreux psychanalystes utilisent l'hypnose à des fins thérapeutiques en faisant revivre à leur patient certains événements profondément enfouis dans leur inconscient. D'ailleurs, depuis quelques années, le nombre de personnes s'intéressant à ce sujet est en constante augmentation. Il suffit pour s'en rendre compte de faire l'inventaire des ouvrages traitant des rêves, de l'hypnose ou des régressions disponibles en librairie. Il ne m'appartient pas de dire si le meilleur y côtoie le pire ; toujours est-il que le volume du rayonnage réservé à l'ésotérisme a manifestement plus que doublé en quelques années. Cela s'explique simplement par le fruit de travaux toujours plus importants que les chercheurs tiennent à exposer à un public de plus en plus averti.

C'est ainsi qu'on connaît mieux aujourd'hui les différents niveaux de conscience. Les stades du sommeil ont été particulièrement étudiés ces dernières années. Toute une classification a été élaborée pour chacun de ces états à partir de tracés électro-encéphalographiques. Nous savons à présent que des ondes bêta caractéristiques de l'état de veille aux ondes delta du sommeil profond, il existe des niveaux intermédiaires correspondant aux ondes alpha et thêta.

Le rythme alpha est celui qui nous intéresse. Il est caractérisé par des ondes rapides et régulières de faible amplitude. A ce niveau le cortex est toujours en état de veille. C'est aussi ce rythme qui caractérise l'état d'une personne en régression.

Aujourd'hui, on sait facilement provoquer ce rythme alpha au moyen de techniques de relaxation. Le but est alors d'endormir le corps tout en maintenant la conscience éveillée, condition obligatoire pour atteindre ce niveau R. Dès lors, le sujet rentre dans un état second avec la sensation d'être à la fois allongé, conscient de l'expérience, et ailleurs, dans un monde de perceptions mentales. Il est en mesure de répondre aux sollicitations de l'opérateur, qui peut à titre d'exemple, le conduire à revivre des souvenirs de sa petite enfance avec une forte intensité.

Curieusement, le sujet peut tout aussi bien être amené à revivre sa naissance, ou pourquoi pas sa vie foetale. Ce qui, somme toute, n'a rien d'extraordinaire de nos jours, sachant que bon nombre de spécialistes ont mis en évidence la sensibilité précoce du fœtus aux sollicitations extérieures. On sait par exemple que le bébé entend dès l'âge de cinq mois de vie intra-utérine.

On pourrait alors penser qu'il s'agit là de l'ultime frontière avec nos souvenirs ; quelque obscure réminiscence de cette vie secrète, où il était bon se sentir blotti dans le ventre maternel...

Il n'en est rien.

Plus déroutant encore ! Un sujet en état de régression est également capable de percevoir la vie d'un homme ou d'une femme qu'il ne connaît pas. C'est le plongeon dans les souvenirs d'une vie passée...

Fait étrange, la personne se souvient comment elle s'habillait autrefois, où elle habitait, quel métier elle exerçait, si elle avait des enfants. Mieux encore, elle peut se rendre compte de l'époque et du lieu où vivait cet énigmatique personnage qui se rappelle à elle, à condition toutefois que ses connaissances actuelles en histoire et géographie soient suffisantes...

Relevons encore que le simple fait de revivre avec son cortège d'émotions, de joies et de peines, l'existence de cet autre, amène fréquemment le sujet à s'identifier à lui. Il croit retrouver en lui son alter ego du passé. Il devine que la conscience de cet homme et la sienne ne forment qu'une même entité.

Parfois au terme de ce voyage intérieur, le sujet vit une profonde prise de conscience. Son

système de croyances est ébranlé. Il remet en question une partie de ce qu'il croyait acquis. Pour lui, la réincarnation n'est alors plus une croyance, elle devient une certitude.

Pour ma part, j'ai conduit plus de deux cents régressions dans l'enfance, la vie foetale et les vies passées. J'ai pris le temps de les faire en cherchant à savoir si ce que les gens ressentaient correspondait bien à la réalité.

Pour les retours dans l'enfance et la naissance, il fut très facile de vérifier auprès des parents si les souvenirs étaient exacts. En effet, lorsqu'une personne en état R revit sa propre naissance et les premiers jours de son existence extra-utérine, elle ramène une foule de souvenirs restés jusqu'alors au niveau inconscient. Et c'est un jeu que de vérifier si ces sensations correspondent effectivement au témoignage que peut en donner la maman.

Or invariablement, les descriptions des lieux et des personnes au moment de l'accouchement correspondent ! Aussi, pour ne pas affoler les parents qui seraient surpris que tout à coup leur enfant puisse clairement leur décrire leur naissance, je conseillais aux personnes de dire qu'elles l'avaient revécue en rêve, et non pas grâce à la relaxation.

Voici donc que l'état de conscience de niveau R (comme Régression) semble permettre un accroissement de la mémoire de l'individu, au point de ramener à la conscience des impressions enregistrées jusqu'alors au niveau de son subconscient...

Mais que faut-il penser des autres séances, au cours desquelles les sujets ramenèrent des souvenirs de personnages aussi différents qu'un soldat romain ou un prêtre inca ? Fabulation ou réalité ? Que signifie donc ce vaste champ de conscience que le niveau R permet d'explorer ? Se pourrait-il que nous trouvions là, le moyen d'accéder à ce que les Hindous nomment depuis des lustres l'âkâsha, vaste mémoire où tous les faits et gestes des hommes sont inscrits pour toujours ?

Dans tous les cas, je respecte profondément l'opinion de chacun. Cependant j'ai souhaité au travers de mon témoignage apporter des informations afin de permettre l'ébauche d'une réponse.

A cet effet, la doctrine selon laquelle nous expérimentons ce que nous croyons ne me semble pas juste. Certaines personnes sceptiques ont essayé cet état modifié de conscience, et eu égard au fabuleux potentiel de ces voyages intérieurs, ont depuis modifié leur position. En fait, tout repose sur l'ouverture d'esprit. Aussi je crois que le meilleur moyen d'avancer dans cette réflexion est de pouvoir prouver l'exactitude des faits relatés pendant une régression. Il s'agit de confronter les souvenirs perçus au cours d'une séance avec la réalité historique. En clair, il nous faut démontrer, ne serait-ce qu'une seule fois, qu'un sujet en état R a réellement revécu une vie antérieure.

Voilà pourquoi je vous propose de partir d'un exemple se prêtant bien à ce genre de vérification. Une séance où ne plane aucun doute sur la bonne foi du témoin, où la vie retrouvée ne correspond pas à celle d'une célébrité connue à l'image d'un Jules César ou d'un Louis XIV. Une séance qui replongea le sujet dans un passé suffisamment proche de notre siècle afin de retrouver au travers d'archives écrites et des paysages identiques, des preuves indubitables.

Oui mais comment choisir parmi mes centaines de fiches ?

Autant partir d'une de mes régressions, et passer au crible non pas une, mais plusieurs séances qui étaient liées.

Pour ce faire, je décidai de confronter les régressions de deux amis à la mienne parce qu'elles nous avaient replongés à une époque semblable où, si nous admettons le principe de réincarnation, nous nous connaissions déjà !

Il ne me restait plus qu'à le démontrer. Or pourquoi ne pas s'autoriser à penser que des âmes puissent se retrouver par affinités au cours de leurs différentes existences ?

C'est du moins ce que laissaient supposer les souvenirs de nos régressions. Aussi l'intérêt de les examiner avec soin était d'autant plus important que je pouvais mettre plus facilement à jour d'éventuelles contradictions. De plus je savais l'absolue authenticité de nos expériences. Pas de risque de duperie puisque j'avais personnellement conduit les régressions de mes amis.

Ceci dit, lorsque j'envisageai pour la première fois de rédiger ce livre, je n'avais pas encore toutes les preuves permettant d'avancer avec certitude que les personnages décrits plus loin avaient bel et bien existé. Tout au plus des indices m'incitaient-ils à vérifier sur les lieux. Si par la suite, avec mon ami Philippe nous n'avions rien trouvé de probant sur place, nous n'aurions jamais osé rédiger ce témoignage. En ce qui me concerne, mon expérience d'enseignant est un garde-fou. Je sais que je ne peux exposer que ce qui a été sérieusement vérifié.

Dans un même ordre d'idée, ce livre ne se veut pas une énième édition sur " pour ou contre la réincarnation ", pas plus qu'il ne souhaite solliciter le lecteur à adorer les dieux du panthéon

hindou. Nous ne détenons Philippe et moi, aucune vérité. De même, n'en déplaise aux étroits d'esprit, nous n'appartenons à aucune confession, aucun ordre religieux, aucune secte de quelque nature que ce soit. Nous sommes parfaitement libres de tout mouvement religieux et en même temps, profondément croyants. Nous savons que cela pourra surprendre ; il est vrai que la plupart des gens cherchent encore trop souvent pour se rassurer à mettre une étiquette sur chaque individu. Nous ne jouons pas ce jeu, tant pis pour eux !

Par contre, nous avons été animés au fil de ces lignes d'un esprit critique pareil à celui de l'homme de sciences qui vraisemblablement aimerait, lui, pouvoir contredire ce qui suit...

Mais que pouvons-nous devant les faits ? Il ne s'agit pas de croire ou pas à la réincarnation. Cela est et restera une question de foi. Il ne s'agit pas non plus de prétendre tout expliquer rationnellement. Le seul but que nous poursuivons est l'exploration de cette conscience qui nous anime. Et si comme nous, vous vous interrogez, vous vous demandez pourquoi un tel phénomène est possible, si comme nous l'avons fait, vous balayez vos propres concepts, vous remettez en question des réponses que d'autres ont bien établi pour vous, alors notre témoignage n'aura pas été inutile.

A présent, pour les besoins du récit, je continuerai en utilisant la première personne du singulier. Que le lecteur garde à l'esprit que ce " je " est synonyme de " nous ", car sans la présence de Philippe à mes côtés au cours de notre second voyage, ce livre n'aurait jamais existé.

Cette précision faite, j'aimerais en attendant que vous commenciez la lecture des trois comptes rendus fidèles de nos régressions, vous expliquer mon choix de faire précéder chaque chapitre d'une sorte de maxime. J'espère que vous apprécierez tout comme moi le contraste entre la formule vérité que chacune d'entre elles contient et mon exposé, où le doute reste néanmoins présent (même si à certains moments, je m'identifie beaucoup au personnage que j'ai rapporté de ma régression).

Ces maximes sont extraites de messages que je conserve dans leur intégralité avec l'espoir de pouvoir un jour les faire publier. Catherine me les communiqua, en prétendant les avoir reçus d'une entité qui s'adressait à elle directement dans son esprit. Comme si, en somme, une petite voix intérieure les lui avait dictés. Je ne cherche pas à savoir si leur contenu n'est en fait que l'expression de la pensée philosophique de notre amie dans ses dernières semaines d'existence terrestre, ou bien réellement la pensée d'une entité désincarnée qui parlait à travers elle.

Je laisserai volontiers d'autres que moi débattre de cette question. Le fond du problème n'est pas là. C'est l'enseignement que ces messages véhiculent que je trouve intéressant.

Et puis, en publiant ces morceaux choisis qui, à chaque fois, collent parfaitement au contenu du chapitre qu'ils illustrent, nous tenons Gérard et moi, une vieille promesse que nous avons faite à Catherine quelques jours avant que sa maladie l'emporte...

Aussi, peu importe si chacun voit au travers de la signature de Kumaël, son pseudonyme ou le nom d'un véritable Etre de lumière. Le seul souhait que je formule est que ces messages, tout comme ce témoignage, éveillent notre sensibilité, et contribuent ainsi à notre enrichissement spirituel.

CHAPITRE UN

LA MACHINE A REMONTER LE TEMPS

*" D'une manière générale, prenez toujours beaucoup de distance face à un enseignement, quel qu'il soit, même et surtout, s'il revêt l'apparence de la vérité
Sachez que la vérité n'est jamais donnée mais se construit, patiemment, à force de réflexion. "*

Kumaël/Du surhomme à l'homme éclairé

Comment remonter le temps ?

La première méthode consiste à regarder tout autour de nous car tout ce que nous voyons, tout ce que nous entendons, tout ce que nous percevons est déjà un reflet du passé.

Cela n'est pas une vue de l'esprit mais bel et bien la réalité du monde qui nous entoure. La physique moderne a démontré que le temps forme à lui-seul une quatrième dimension. Nous savons que la lumière voyage à la vitesse d'environ trois cent mille kilomètres à la seconde alors que pour le même laps de temps, le son ne parcourt que 300 mètres.

Par conséquent tout ce que nous voyons et entendons est capté en retard par rapport au moment de l'émission d'un signal sonore ou visuel.

Bien sûr lorsque vous parlez avec une personne et que celle-ci se trouve juste devant vous, mettons à un mètre, le décalage entre le moment où elle vous parle et celui où vous l'entendez est infinitésimal. Vous avez vraiment l'impression de l'entendre immédiatement. Et pourtant, il se sera écoulé 3,4 millièmes de seconde entre l'émission et la réception du signal sonore.

Imaginez maintenant que lorsque vous assistez à un coucher de soleil, l'image que vous avez de l'astre est déjà vieille de huit minutes, c'est en effet le temps nécessaire à la lumière pour franchir les quelques cent cinquante millions de kilomètres qui le séparent de la Terre. Alors que dire des étoiles ? Songez un instant que la galaxie d'Andromède est située à plus de deux millions d'années-lumière de notre planète bleue. Cet ensemble structuré d'étoiles, très semblable à notre voie lactée nous laisse contempler l'aspect qui était le sien il y a deux millions d'années ! Ainsi, si au moment où vous lisez ces lignes, elle disparaissait complètement - chose a priori invraisemblable - nos hypothétiques descendants pourraient encore la contempler à loisir pendant deux millions d'années, avant de se rendre compte de sa disparition...

J'ai pris cet exemple volontairement grossier pour mettre en avant une loi physique. Plus vous regardez un objet éloigné, et plus l'image que vous avez de lui est âgée et donc ne correspond plus à son état présent. Dès lors, on comprend mieux l'acharnement des astrophysiciens à vouloir identifier des objets célestes toujours plus lointains. Un jour peut-être, des télescopes seront suffisamment puissants pour observer ce que fut le commencement de l'univers lors du fameux big bang.

Dans ce même ordre d'idées, lorsque vous parlez à un interlocuteur situé un mètre devant vous, vous le voyez tel qu'il était une fraction de seconde infinitésimale avant. Pour être précis, le temps qu'il aura fallu à la lumière pour se réfléchir du corps de votre interlocuteur à votre rétine est de 1/299 792 458 de seconde.

Voilà comment nous pouvons expliquer ce que les Hindous appellent depuis des millénaires déjà mâyâ, le voile de l'illusion qui recouvre toute chose. Nous savons à présent que d'une certaine façon, pour voyager dans le temps, il nous suffit de voir et entendre ! Admettons toutefois qu'il s'agit là d'un moyen où l'homme est passif ; il ne peut agir sur les événements. En un mot, il est dépendant de ses sens.

Heureusement, il me semble que nous disposons d'un autre moyen pour parvenir à franchir les âges. Outre l'écriture qui a permis à l'homme de transmettre son histoire, une méthode pour s'affranchir du temps consiste à utiliser les possibilités insoupçonnées de la conscience. Car

finalement, il n'y a que l'esprit qui vit dans l'instant présent. Nous sommes conscients d'exister au moment même où nous le pensons. Il n'y a pas de décalage. Il n'existe pas une source d'émission et un récepteur. La pensée est instantanée, immédiate.

Bien sûr, il peut vous falloir du temps pour vous souvenir d'un événement. Par contre, à tout moment, nous pouvons dire " je suis ". Le temps et la matière sont des illusions en ce sens que nous ne pouvons les appréhender de manière immédiate, sans intermédiaire. L'esprit quant à lui, vit l'instant présent dans un monde qu'il perçoit en différé. Cruelle réalité ! Quelle forme a réellement l'univers à l'instant où j'écris ces lignes ? Nous ne le saurons jamais puisque les étoiles, les galaxies ne sont que des images déformées par le prisme du temps.

A partir de ce constat, force est de comprendre que seul l'esprit est capable d'affranchir la dimension du temps. Rien, semble-t-il dans la matière ne nous le permet. Je l'ai dit, nous ne connaissons pas le vrai visage du monde, celui qu'il nous montrerait s'il n'existait pas ce décalage fondamental avec l'esprit.

Maintenant, pour bien comprendre tout ce qui va suivre, je vais tenter de vous expliquer le plus clairement possible, la méthode que j'utilise lorsque je conduis une séance de régression ; une méthode simple et efficace que vous pourrez directement expérimenter chez vous. Ne cherchez pas pour autant dans ces états de conscience modifiée un refuge, une façon de fuir votre réalité mais plutôt le moyen de vous retrouver pour mieux vivre l'instant présent.

Avant d'exposer cette technique dans ses moindres détails, je tiens à vous prévenir que ce retour en arrière pourrait provoquer des malaises chez les personnes qui souffrent de complications cardiaques. En effet, même si je ne connais aucun cas enregistré à ce jour, le fait de revivre une séquence du passé avec une très forte intensité émotionnelle pourrait être à l'origine de difficultés bien compréhensibles dès lors qu'il y a accélération des rythmes respiratoire et cardiaque. Ceci ne concerne, je le répète, que les gens qui se savent confrontés à ces problèmes de santé. Dans tous les autres cas de figure, quelque soit votre problème, il n'existe aucune restriction. Bien au contraire, les vertus relaxantes de ces séances sont bien connues des pratiquants.

Ne vous attendez pas pour autant à une réussite totale dès la première fois. L'aptitude à atteindre cet état de conscience R est fonction d'un bon nombre de facteurs. N'oubliez pas qu'il s'agit d'une technique, et qu'en tant que telle, rien ne vaut l'entraînement pour la maîtriser. La cause la plus significative des échecs, c'est à dire de ceux qui ne " voient " et ne se " souviennent " de rien, est imputable à leur difficulté à visualiser. On entend par visualisation la capacité de se représenter mentalement quelque chose. Voici un petit exercice pour évaluer votre capacité. Regardez fixement la flamme d'une bougie, fermez les yeux, puis imaginez-la comme si vous l'observiez à nouveau. Si vous êtes capable de le faire, alors vous savez visualiser. Dans le cas contraire, répétez cet exercice autant de fois que nécessaire, en remplaçant l'objet. Vous pouvez alors utiliser la photographie d'une personne ou d'un paysage. Plus tard, en état d'expansion de conscience, ne vous dispersez pas à vouloir " voir " à tout prix, préférez ressentir chaque information. Souvenez-vous que selon la formule consacrée, les yeux de l'esprit voient différemment des yeux du corps.

Bien évidemment, il vous appartient aussi de vous fier à l'expérience d'un spécialiste, auquel cas, demandez lui un premier entretien gratuit pour le questionner. Gardez à l'esprit qu'il n'existe aucun diplôme, aucune qualification reconnue dans ce domaine, alors sachez discerner, et retenez qu'il n'est pas nécessaire de dilapider une fortune pour expérimenter le voyage intérieur. A mon sens, une bonne déontologie voudrait qu'un praticien soit arrangeant avec une personne dans le besoin. En aucun cas, l'argent doit être un obstacle.

D'autre part, certains spécialistes organisent des séminaires de formation à ces techniques de relaxation dirigée. Reportez-vous à la bibliographie à la fin de cet ouvrage pour vous aider.

Quelque soit votre choix, il convient de rappeler que vous pourrez obtenir à moindres frais d'excellents résultats par vous-même si vous suivez les conseils que je vais vous donner.

En premier lieu, choisissez le bon moment. Evitez d'entreprendre ce voyage après une rude journée de travail ou suite à une dispute ! Au contraire, préparez-vous à l'idée de cette expérience, rappelez-vous qu'elle ne peut vous apporter que du bien. Profitez des vacances ou d'un long week-end pour la conduire. Le matin est un moment favorable, le corps est détendu après sa nuit de sommeil, l'esprit est dans les meilleures dispositions pour se souvenir. Si vous choisissez la soirée, insistez davantage sur la relaxation du corps, plus ou moins fatigué par une journée de sollicitations physiques.

Le jour et l'heure sont à présent fixés. Vous n'avez plus que l'embarras des options. Désirez-

vous pratiquer seul ce voyage, ou vous faire guider par une personne qui vous connaît bien ? Préférez-vous entendre le son de votre voix intérieure ou celle de votre ami ? aimeriez-vous y ajouter une musique douce ? Tout est possible. Il n'y a aucun interdit. Bien sûr, si vous optez pour un accompagnement musical, la musique rock est fortement déconseillée. Il en va de même pour certains morceaux de musique classique dont les variations d'intensité ne prédisposent pas à atteindre ces états de conscience.

Par contre, il existe des musiques spécialement créées pour permettre une relaxation optimum. Vous pourrez toujours vous composer une cassette sur laquelle figureront des morceaux de compositeurs différents, parmi lesquels, pourquoi pas, Evans, Deuter, Kitaro, ou bien encore une compilation de bons vieux chants grégoriens...

L'écoute pourra se faire indifféremment par l'intermédiaire des enceintes ou du casque. Dans ce dernier cas, vous pourrez en fonction de votre matériel, mixer la musique avec la voix de celui qui vous guide. De la même manière rien ne vous interdit d'enregistrer la séance.

A présent, vous avez choisi les options, seul ou guidé par un proche, accompagné ou non d'un fond musical. La méthode que vous allez utiliser a fait depuis longtemps ses preuves. Elle s'apparente à une variante des techniques de sophrologie. Il ne s'agit en aucun cas d'hypnose. Vous serez libre et conscient à tout moment. Vous pourrez bien entendu décider du moment où vous souhaitez terminer la séance.

Allongez-vous, mettez-vous à l'aise comme vous vous sentez le mieux. Puis prenez quelques profondes inspirations. Essayez d'obtenir une respiration abdominale. A l'inspiration, le ventre se soulève (faites le gros ventre). A l'expiration, relâchez votre ventre qui doit se creuser. Prenez votre temps, puis fermez les yeux tout en conservant cette respiration profonde et lente. N'attachez aucune importance à votre mental. Laissez défiler les images, les interrogations sans les retenir, comme autant de wagons d'un train qui ne fait que passer. L'important est ailleurs.

Reprenez ensuite une respiration normale, puis imaginez à présent cet ailleurs. Imaginez-vous, seul, allongé au milieu d'un endroit que vous aimez beaucoup. Il peut s'agir d'un lieu que vous connaissez ou bien alors d'une composition de votre choix. Les classiques sont la plage et son coucher de soleil, le haut plateau d'une chaîne de montagnes à la nuit tombante, une colline et sa rivière... là où se porte votre préférence. Là, selon la technique bien connue de relaxation, imaginez une source de chaleur entrer en même temps dans vos deux pieds, puis remonter lentement le long de vos jambes (genoux, cuisses), dites-vous ensuite que vos pieds, vos jambes se relâchent et s'endorment... Procédez de même pour les mains, les bras, le torse en partant de votre colonne vertébrale, la nuque, le crâne, toutes les parties de votre visage. Percevez à présent votre corps dans son ensemble comme étant parfaitement détendu.

A ce stade de la relaxation, insistez sur le lieu où vous vous trouvez, décrivez-le vous (ou faites-le-vous décrire) dans ces moindres détails, la brise marine, le ressac des vagues, la silhouette des cimes enneigées... Percevez que vous ne faites plus qu'un avec cette nature qui vous entoure... Vous pouvez déplacer votre conscience partout... Imaginez que vous observez votre corps de dessus... Ressentez que vous êtes dans votre corps et à la fois dans le moindre grain de sable, la moindre petite herbe...

A cet instant, vous pouvez si vous le souhaitez, avoir une pensée à l'attention de votre guide. Certaines personnes pensent en effet qu'un être bienveillant les accompagne tout au cours de leur existence. Ces gens ont le sentiment qu'il est à l'origine de cette petite voix intérieure qui nous souffle parfois quelques précieux conseils. Alors si cela peut vous rassurer, vous donner confiance, appelez cette entité; demandez-lui une fois de plus d'être en esprit à vos côtés pendant ce voyage.

Ensuite, visualisez un coucher de soleil, quelque soit l'endroit que vous visualisez. Car ce soleil représente le passage vers la mémoire collective. Songez un instant que rien n'existerait ici-bas sans lui... Approfondissez votre bien-être en devenant le trait d'union entre deux énergies complémentaires, celle de la terre où vous vous situez (la mère nature) et celle du soleil (le père créateur)... N'ayez pas peur de ce vocabulaire... Utilisez-le... Ouvrez-vous à une nouvelle dimension intérieure... Percevez la beauté de toute chose dès que c'est votre esprit qui façonne cette réalité... Et si le quotidien se rappelle encore à vous au travers de vos pensées, cela n'a plus aucune importance, il vous suffit de ne pas vous attacher à ces pensées, laissez-les filer... De la même manière ne prêtez aucune attention aux bruits extérieurs, ils appartiennent à une autre réalité... Seul compte pour vous ce lieu où vous êtes si bien...

Lorsque vous ressentez une réelle communion avec ce lieu, cette création de l'esprit,

concentrez-vous sur le soleil qui se couche là-bas au loin... Ressentez qu'il est la porte vers un autre vous-même, une invitation à vous retrouver dans la multitude des êtres que vous auriez pu être... Percevez déjà que vous flottez au dessus de ce corps allongé qui se repose... Puis entamez un compte à rebours de cinq jusqu'à un, et à chaque nombre, laissez-vous aller à la rencontre de ce soleil, un soleil qui ne brûle pas, qui n'aveugle pas, non, mais un soleil qui donne la vie et en ce sens, la contient. A chaque nombre vous vous en rapprochez toujours plus, et plus vous en approchez, plus vous en ressentez la vibration bénéfique... Vous êtes en pleine confiance... Vous avez l'impression de vous retrouver dans votre première demeure. Au chiffre un, vous vous plongez au coeur de ce soleil et percevez une multitude de courants de lumière qui vous bercent, vous apaisent et vous transportent.

Après quelques instants, parlez à ce soleil comme à une entité animée de conscience d'Amour universel. Demandez-lui de vous amener à la rencontre d'un autre vous-même, à une autre époque, pour mieux comprendre votre présent, et délier tous les noeuds qui vous empêchaient de vivre pleinement... Formulez clairement votre demande... Puis comptez jusqu'à trois, en sachant qu'au chiffre trois, un courant de lumière vous aura transporté vers cet autre vous-même...

Vous y êtes... Progressivement, acceptez cet autre corps que vous ressentez " en esprit "... Procédez à une revue en détails. Les pieds sont-ils chaussés ou non, les jambes musclées ou fines, le torse est-il celui d'un homme ou d'une femme, les épaules sont-elles larges ou peu développées, les cheveux courts ou longs, clairs ou foncés, que peuvent exprimer les traits de ce visage ? Quel âge peut bien avoir ce personnage ? Quelle condition sociale évoquent ses vêtements...

Ensuite, faites le tour du " propriétaire ". Est-ce le jour ou bien la nuit ? Avez-vous l'impression d'être dehors ou dedans ? Décrivez cet extérieur ou cet intérieur que vous ressentez, et en même temps devenez complètement ce personnage que vous percevez, dites ce qu'il pense, quelles sont ses préoccupations, ses joies ? Jouez le jeu en somme.

Observez à présent s'il est seul... Dans le cas contraire qui l'accompagne(nt) ? Percevez vous cette (ces) présence(s) comme amie(s) ou hostile(s) ? Développez pour mieux comprendre la situation, puis dès que vous tenez un fil conducteur, promenez vous à volonté, plus en avant ou plus après dans la vie de ce personnage. A chaque fois que vous changez de tranche de vie, préparez ce changement en annonçant que vous allez le faire, et qu'il sera effectif après avoir compté jusqu'à trois.

Explorez de cette manière toute une existence...

Enfin, terminez la séance en revivant quelles furent les conditions de la mort de ce personnage. Après avoir compté jusqu'à trois, projetez-vous le jour de sa mort, puis quelques respirations avant le décès, puis au moment même où il quitte son enveloppe physique... Ressentez ce délicat moment du passage... Observez ce qu'il emporte avec lui de l'autre côté, des remords, un sentiment de haine pour quelqu'un ou quelque chose ou bien est-il possible qu'il parte en paix ?

C'est le moment de comprendre en quoi l'existence de cette personne pourrait expliquer en partie qui vous êtes aujourd'hui. Essayez de percevoir s'il n'existe pas quelques liens qui vous unissent à lui. Les Hindous parleraient de karma, que nous pouvons traduire par action, lien de cause à effet. Avez-vous l'impression que les actes de ce personnage pourraient être à l'origine de certains de vos problèmes ?

Après avoir fait le tour de ces questions, il est temps de revenir lentement à votre état normal de conscience, non sans avoir la certitude que cette redécouverte intérieure servira votre vie de tous les jours. Comptez lentement de un jusqu'à cinq... Numéro un... Laissez ces impressions, revenez lentement... Numéro deux... Vous revenez de plus en plus à la réalité, vous ramenez avec vous une plus grande compréhension des choses... Numéro trois... Vous êtes de plus en plus dans le présent et vous percevez votre corps du présent qui sort lentement de son état de relaxation... Numéro quatre... Vous commencez à étirer le corps du présent, vous vous sentez plein d'énergie et de paix... Numéro cinq... Vous êtes complètement revenu, ouvrez les yeux !

Prenez votre temps. Vous pouvez rester allongé quelques instants avant de reprendre une autre activité. Si la séance a été intense, vous vous apercevrez à quel point certains détails vous reviendront avec une étonnante fraîcheur dans les jours qui suivront. Vous établirez de véritables passerelles entre votre alter ego du passé et vous-même et serez à même de prendre les bonnes décisions qui s'imposent à votre existence. En vous comprenant mieux vous-même, vous comprendrez mieux les autres.

Néanmoins, vous risquez d'avoir du mal à partager cette aventure avec ceux qui ne peuvent

mettre que des mots sur cette expérience. N'oubliez pas qu'il n'existe pire sourd que celui qui ne veut pas entendre. De toutes les manières, cette quête intérieure vous aura rendu tolérant envers les autres.

Peut-être, cette expérience modifiera-t-elle vos croyances ; peut-être penserez-vous que si l'homme prenait conscience des réelles possibilités de l'esprit sur la matière, alors il pourrait s'affranchir des limites du temps. Il pourrait se promener indifféremment dans le passé ou dans un futur possible. Il sublimerait le temps qui dès lors, telle l'écorce rongée d'un arbre, tomberait. Il n'aurait plus aucune utilité pour l'esprit qu'il servait jusqu'alors. Celui-ci pourrait parfaitement s'en dispenser et vivre peut-être à cette seule condition, un nouvel état de la matière, instantanée, parce que lui aussi comme l'esprit, surgissant dans l'instant présent.

Voilà, désormais vous connaissez l'essentiel de la technique de régression qui nous permet, Philippe, Gérard et moi, de replonger dans les souvenirs de ces hommes dont je vous laisse à présent découvrir le destin. Ont-ils réellement existé ? Ou bien avons-nous malgré nous tout imaginé ? C'est tout l'enjeu de ces expériences.

VOUS SOUHAITEZ LIRE L'ENSEMBLE DE CE TEMOIGNAGE

Voici les chapitres que vous trouverez dans l'intégralité de ce témoignage :

Chapitre II : La vie de Chahanghir Ramandi (d'après les régressions de Philippe).

Chapitre III : La vie du gourou de Chahanghir Ramandi (d'après les régressions de Wilfrid).

Chapitre IV : La vie du yogi qui enseigna le gourou de Chahanghir Ramandi (d'après la régression de Gérard).

Chapitre V : Convergences et contradictions relevées au travers de ces différentes régressions. Ebauche d'un tableau chronologique possible des événements.

Chapitre VI : L'histoire de l'Inde à l'époque où vécurent les trois personnages.

Chapitre VII : Les moyens utilisés pour retrouver l'ashram où autrefois le gourou de Chahanghir Ramandi reçut un enseignement.

Chapitre VIII : La découverte des restes de l'ashram en juillet 1989 au Népal.

Chapitre IX : L'histoire de l'ashram.

Chapitre X : La découverte de nouvelles pistes à partir des recherches effectuées au British Museum à Londres. Les préparatifs du dernier voyage.

Chapitre XI : L'identification du bâtiment où travaillait l'oncle de Chahanghir à Calcutta en février 1993.

Chapitre XII : Le journal de voyage au Bangladesh où furent découvertes les ruines de la demeure des Ramandi en mars 1993.

Table des Matières

Bibliographie

L'intégralité de ce témoignage est disponible sous forme d'un fichier au format PDF.

Vous pouvez le commander directement sur Internet sur la boutique de Numeyoga.com
<http://boutique.numeyoga.com>

Vous pouvez également imprimer puis remplir le bon de commande de la page suivante.

BON DE COMMANDE

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Pays :

Téléphone :

Adresse email :

Oui, envoyez-moi votre témoignage « Renaître loin de l'Inde » sous forme de fichier au format PDF :

- par la poste sur cédérom au prix de 5 € + 4 € de frais de port soit 9 €
- sous forme de fichier joint directement à mon adresse électronique ci-dessus au prix de 5 €

Ci-joint mon règlement par

- Chèque
- Eurochèque
- Mandat

à l'ordre de Wilfrid Pochat.

Merci d'adresser ce bon de commande à l'adresse suivante :

Mr Wilfrid Pochat
57 rue de la Pérolière
74960 Cran Gevrier
FRANCE