

Les Polarités du jeu de la Dualité et Les 17 Niveaux de Consciences

Les 17 Consciences de L'Ombre et de La Lumière, sont les leçons de vie à apprendre, en jouant des rôles ou des personnages fictifs comme: *offenseur/victime, maître/esclave, riche/pauvre, homme/femme etc.*

Êtes-vous un Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre ?

Poser cette question revient à demander si vous êtes une ceinture noire en karaté ou jiu-jitsu. Très probablement vous n'êtes ni l'un ni l'autre, puisque la plupart des gens n'ont jamais pris un tel engagement dans leur vie entière. **Les Travailleurs de "Lumière et Ombre"** combinés, représentent probablement moins de 1% de la population.

Devenir un **Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre** n'est pas quelque chose qui vous arrive tout à coup. C'est un choix conscient et une grande majorité des gens ne le font jamais.

Vous pouvez avoir des penchants pour une polarité ou l'autre, et vous pouvez certainement expérimenter les deux polarités autant que vous le désirez, mais devenir un **Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre** signifie prendre un engagement spécial pour la maîtrise d'une seule polarité.

Qu'est-ce que cela signifie se polariser?

Lorsque vous décidez de vous polariser, vous faites un engagement à vivre un certain type de vie. Il est semblable à un engagement dans un domaine particulier qui prend beaucoup de temps à maîtriser, tels que la formation pour les Jeux Olympiques, en devenant un pianiste de concert, ou un grand maître aux échecs. Ce n'est pas en découvrant un jour que ... oh yeah ... vous êtes un 10e degré de ceinture noire, ou que vous êtes devenu "soudainement" un **Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre**. Se polariser en tant que **Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre** est un énorme engagement à long terme. Il ne se produit pas, par lui-même, dans un éclair de perspicacité.

La décision de se polariser est une décision que vous prenez avec chaque fibre de votre être. Pour certaines personnes, c'est peut-être un choix naturel, qui est ressenti comme un type d'appel. D'autres devront passer beaucoup de temps à explorer les "deux" polarités avant de prendre l'engagement conscient et délibéré d'une polarisation. Mais la plupart des gens ne se polariseront jamais.

Si vous vous polarisez en tant que **Travailleur de la Lumière**, vous consacrez votre vie à servir le plus grand bien de tous.

Si vous vous polarisez en tant que **Travailleur de l'Ombre**, vous consacrez votre vie à servir soi-même.

Pour utiliser une analogie comme Star Wars, c'est semblable de décider si oui ou non on devient un Jedi ou un Sith. Il devrait être assez évident que la plupart des gens ne font jamais ce genre d'engagement dans leur vie entière. Ainsi, la plupart des gens ne sont ni **Lumière ou Ombre**. Les deux extrêmes qui sont de commettre sa vie à servir le plus grand bien ou à servir ses propres intérêts, ne sont pas attrayants pour la plupart des gens. Ce n'est tout simplement pas pour eux.

Le jour où vous vous polarisez, votre polarité devient le point central de votre vie. Vous le vivez et le respirez chaque jour. Il devient presque une partie de votre ADN. Il est impossible de compartimenter un tel engagement. Vous ne pourrez pas faire un travail conventionnel "à temps plein" et être aussi un **Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre** "à temps partiel". C'est comme essayer d'être le président des États-Unis "à temps partiel". Être un **Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre** est un travail 24 / 7, 365 jours par an. Il est qui vous êtes, non pas simplement ce que vous faites.

Ceux qui ne se sont pas polarisés, sont libres d'expérimenter les deux polarités, mais à un niveau beaucoup plus faible d'intensité que celle utilisée soit par **un Travailleur de la Lumière ou par un Travailleur de l'Ombre**. En fait, c'est un grand avantage qui permet d'explorer les deux polarités et de comprendre comment elles fonctionnent.

Si vous êtes **un Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre**, vous n'avez aucun doute à ce sujet. C'est par définition. Si vous avez le moindre doute à ce sujet, alors c'est certain que vous n'êtes pas polarisé. C'est une chose aussi simple que de savoir que vous êtes une ceinture noire dans un certain art martial. Si vous devez poser la question, c'est certain que vous n'êtes pas une ceinture noire. Ou bien c'est la vérité ou vous avez une mémoire vraiment mauvaise.

Pourquoi se polariser?

La raison pour se polariser, c'est parce que vous êtes prêt à faire un engagement conscient à un certain type de vie. Vous êtes prêt à consacrer tout votre être soit au service du plus grand bien, ou se servir soi-même. Cet engagement devient votre but dans la vie. Il devient le cœur même de votre identité. Vous dites à l'univers, "Voilà qui je suis."

Lorsque vous prenez cet engagement, vous vous connaissez à un niveau, que vous n'avez jamais connu avant. Vous vous réveillez chaque jour en sachant pourquoi vous êtes ici, non pas parce que quelqu'un vous a dit pourquoi, mais parce que vous avez défini vos propres pourquoi, par la puissance d'un choix conscient. Chaque instant de chaque jour, vous saurez qui vous êtes et ce que vous êtes venu faire ici.

La **Polarisation** confère un nouveau niveau d'intensité, d'entraînement et de motivation. Les problèmes et obstacles qui, auparavant, vous auraient fait souffrir, vous sembleront futiles. Lorsque vous définissez un objectif qui correspond à votre polarité, vous saurez à l'intérieur de vous qu'il sera accompli et que ce n'est pas un souhait. **Faire** remplace **essayer**. Par conséquent, vous allez étendre la portée de vos objectifs en fonction de votre intensité. Des indulgences à court terme, seront remplacées par des engagements à long terme.

Tout comme il y a des degrés de maîtrise dans n'importe quel domaine, il y a des degrés de polarisation. Plus vous devenez polarisé, plus vous atteignez les niveaux les plus profonds de la puissance intérieure. Que vous soyez **un Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre**, votre source d'énergie se trouve toujours à l'intérieur. Ce n'est pas une forme d'agence ou une position de pouvoir. Vous pourriez être dépouillé de tous vos titres et possessions mondaines et se sentir encore aussi fort. En tant que **Travailleur de la Lumière**, votre flux d'énergie va vers *l'extérieur*. En tant que **Travailleur de l'Ombre**, votre flux d'énergie va vers *l'intérieur*. La *source de ce flux* est toujours à l'intérieur de vous - centré dans votre conscience - et votre type de polarité détermine la direction que prendra ce flux.

Que faire si vous ne voulez pas vous polariser?

Si vous ne voulez pas vous polariser, ne le faites pas. Vous êtes libre de continuer à utiliser les deux polarités si vous le souhaitez. Vous devez être conscient, que vous ne pouvez jamais vous attendre à maîtriser une polarité, à moins que vous vous engagiez dans l'une ou l'autre des polarités. En d'autres termes, si vous ne polarisez pas, vous aurez toujours à vivre avec la connaissance, que vous avez vécu jusqu'ici en dessous de votre potentiel en termes de votre capacité à servir les autres ou à vous servir. Votre service dans le monde ainsi que votre service à vous-même, sera médiocre, au mieux, par rapport à ce que vous pourriez avoir atteint si vous étiez polarisé. Cela devrait être assez évident. Lorsque vous vous polarisez, vous prenez un engagement fort, et quand vous êtes vraiment déterminé à quelque chose, vous allez investir beaucoup plus de temps et d'énergie dans vos activités que vous le feriez autrement.

La polarisation est un type particulier d'engagement, semblable à se commettre à la maîtrise d'un domaine spécifique comme la musique, l'art, la médecine, ou la programmation. La plupart des gens n'ont jamais pris un tel engagement aussi énorme. Mais vous ne pouvez espérer de maîtriser quoi que ce soit à moins de vous engager à la maîtrise d'une chose.

La *maîtrise* est un processus, pas une position. La *maîtrise* est lorsque vous tournez un désir en un "must" absolu. Pour **un Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre**, ces engagements sont pris pour des raisons différentes. Mais dans les deux cas, une décision consciente est faite pour consacrer son temps, son énergie, ses ressources et ses talents pour le rôle choisi avec un haut degré d'intensité. Cette intensité de champ est peut-être ce qui identifie le plus une personne qui a polarisée.

Travailleur de la Lumière VERSUS Travailleur de l'Ombre

Alors que certains pourraient appliqué l'étiquette du mauvais chemin **au Travailleur de l'Ombre**, je n'aime pas utiliser des mots comme bon ou mauvais pour décrire ces chemins. Ils sont vraiment deux côtés différents de la même médaille. Un **Travailleur de l'Ombre** expérience un amour inconditionnel en reconnaissant qu'il / elle est Dieu, en adoptant une vie de service à soi-même. Un **Travailleur de la Lumière** apprend à voir Dieu dans les autres, en adoptant une vie au service de ce qu'il / elle perçoit comme le plus grand bien de tous.

Finalement ces deux chemins mènent au même endroit. Ils semblent plus distincts si le niveau de conscience baisse. Si vous montez dans le niveau de conscience, la ligne de démarcation devient floue et les actions de la **Lumière** et de **l'Ombre** deviennent de plus en plus similaires. C'est parce que finalement le service à soi et le service aux autres deviennent la même chose une fois que vous atteignez le niveau de sensibilisation à le reconnaître.

Pensez-y comme ça. Nous, les êtres humains sommes tous des cellules individuelles dans un corps plus grand. Le chemin de **l'Ombre** est de consacrer sa vie à faire ce qui est mieux pour la cellule individuelle. Le chemin de **la Lumière**, c'est de faire ce qui est mieux pour tout le corps. Comme vous, à mesure que la cellule individuelle, va devenir plus consciente (c'est à dire plus intelligente), vous allez finir par reconnaître que ces deux chemins mènent au même endroit. Un corps sain ne peut exister sans les cellules saines, et vice versa.

La polarisation est un chemin accéléré de la croissance personnelle. **Un Travailleur de la Lumière ou un Travailleur de l'Ombre** cependant, est une personne engagée intensément. Ils savent pourquoi ils sont ici, et ils centrent leur vie autour de ce qui importe. C'est soit complètement et totalement au service de soi ou complètement et totalement au service pour les autres. Ils sont tous deux capables de surmonter les obstacles qui pourraient intimider une personne non-polarisée. Ces gens sont vivants et passionnés.

<http://www.stevepavlina.com/blog/2007/03/are-you-a-lightworker-or-a-darkworker/>

<http://www.stevepavlina.com/blog/2007/03/darkworkers-lightworkers-and-levels-of-consciousness/>

<http://www.stevepavlina.com/blog/2005/04/levels-of-consciousness/>

<http://www.stevepavlina.com/blog/2010/08/integrating-light-and-dark/>

[David R. Hawkins - Power vs. Force - Book Map of Consciousness Page 68](#)

Voici « **La Carte de la Conscience** » tel que définie par **David R. Hawkins**. (Voir page suivante)
Elle se subdivise en 17 Niveaux, présentés dans l'ordre croissant de **Ombre** vers **Lumière**:

1- La honte, **2-** la culpabilité, **3-** l'apathie, **4-** le chagrin, **5-** la peur, **6-** le désir, **7-** la colère, **8-** l'orgueil, **9-** le courage, **10-** la neutralité, **11-** la volonté, **12-** l'acceptation, **13-** la raison, **14-** l'amour, **15-** la joie, **16-** la paix, **17- Énergie Christique** (aussi appelée l'Illumination).

Carte de la Conscience

Opinion DIEU	Opinion VIE	Niveau	Log.	Émotion	Processus
Soi	Est	Illumination	700-1000	Ineffable	Conscience pure
		↑			
Tous les Êtres	Parfait	Paix	600	Béatitude	Illumination
		↑			
Un	Complet	Joie	540	Sérénité	Transfiguration
		↑			
Aimant	Bienfaisant	Amour	500	Révérance	Révélation
		↑			
Sage	Significatif	Raison	400	Compréhension	Abstraction
		↑			
Miséricordieux	Harmonieux	Acceptation	350	Pardon	Transcendance
		↑			
Inspirant	Espérant	Bonne volonté	310	Optimisme	Intention
		↑			
Habilitant	Satisfaisant	Neutralité	250	Confiance	Libération
		↑			
Permettant	Faisable	Courage	200	Affirmation	Énergétisation
		↓			
Indifférent	Exigeant	Orgueil	175	Dédain	Surestimation
		↓			
Vengeur	Antagoniste	Colère	150	Haine	Agressivité
		↓			
Déniant	Décevant	Désir	125	Envie	Asservissement
		↓			
Punitif	Effrayant	Peur	100	Anxiété	Retrait
		↓			
Dédaigneux	Tragique	Chagrin	75	Regret	Abattement
		↓			
Condamnant	Désespéré	Apathie	50	Désespoir	Abdication
		↓			
Vindictif	Mal	Culpabilité	30	Blâme	Destruction
		↓			
Méprisant	Misérable	Honte	20	Humiliation	Élimination

↑
A
P
P
R
É
C
I
A
T
I
O
N

D
É
P
R
É
C
I
A
T
I
O
N
↓

Version Originale Anglaise du livre "Power vs Force" by David R. Hawkins, MD, PhD
Veritas Publishing, SR2 Box 817, Sedona, Arizona 86336, USA.

Version Française du livre "Pouvoir contre Force" par David R. Hawkins, MD, PhD
Traduit par Bernard Dubant - Chez Guy Trédaniel Éditeur

Bonjour,


Ce document contient des extraits (que j'ai traduits en français) de plusieurs articles rédigés par **Steve Pavlina** et **David R. Hawkins M.D., Ph.D.** Leurs hyperliens sont identifiés en page 3. À la lecture de ce document, vous serez en mesure de porter un regard différent sur l'actualité de tous les jours à travers le monde. En vous servant des définitions de chaque Niveau de la Conscience en page 6, vous serez peut-être en mesure d'identifier vous-même la polarité de certains individus. Cherchez ceux qui se distinguent par un **travail engagé, intense, passionné**, peu importe le domaine. C'est peut-être un **Travailleur de la Lumière** ou un **Travailleur de l'Ombre**. Vous pouvez aussi savoir si vous êtes vous-même polarisé. Le total combiné de ces 2 types de **Travailleurs** représentent probablement moins de 1% de la population. Le reste de la population n'est pas polarisée. On pourrait faire aussi une analogie avec le Système de Santé:

Un Travailleur de la Lumière est à la **médecine Générale** ce qu'un **Travailleur de l'Ombre** est à la **médecine Spécialisée**. Ils se complètent l'Un et l'Autre pour la Santé Globale de l'Être. Ce qu'ils ont en commun, c'est qu'ils sont tous les deux des **TRAVAILLEURS engagés, vivants, intenses et passionnés** pour leur polarité. Ils ne sont pas neutres ou indifférents. Ils se détachent du peloton pour grandir.

En Conclusion:

Prenez le temps aujourd'hui, pour mieux comprendre les détails de ce jeu de la dualité.

1) La seule vérité dans l'Univers, c'est le monde de la **Lumière**. **2)** Vous êtes tous des êtres Divins appartenant au monde de la **Lumière**. **3)** Le jeu de la dualité est une **illusion** pour créer des expériences servant à augmenter plus rapidement le niveau de conscience. **4)** Vous avez accepté de perdre votre Divinité et votre mémoire pour jouer ce jeu. **5)** Sachez qu'il y a une **porte de sortie** à ce jeu, même si vous n'y croyez pas. **6)** Pour y arriver, il faut **absolument** retrouver votre mémoire et reprendre votre Divinité pour réintégrer le monde de la **Lumière**. **7)** Ce **signal de sortie** va apparaître seulement au 16^e niveau de conscience (paix) et pas avant. **8)** Alors, réfléchissez bien à la manière de conduire votre vie. **9)** Ouvrez votre cœur à toutes les expériences et apprenez vite vos leçons pour grandir. **10)** Vous savez maintenant qu'il y a une lumière au bout du tunnel.

C'est la lumière  au-dessus de la porte #16, Niveau (paix).
C'est la porte de l'Ascension et du retour vers le monde de la **Lumière**.

Les Trois Grandes Phases d'Évolution du jeu de la Dualité – Ou en êtes-vous?

- 1. La Neutralité** = Énergie non polarisée **Vivre et laisser vivre**
Explorant les 2 polarités
- +2. Service aux autres** = Énergie polarisée par **Le Travailleur de la Lumière**
servant le plus grand bien de tous. (ÂME)
OU
- 2. Service à soi** = Énergie polarisée par **Le Travailleur de l'Ombre**
servant soi-même (EGO)
- 3. L'Énergie CHRISTIQUE** = Intégration des 2 polarités de la **Lumière** et de **L'Ombre** en une seule énergie de co-créativité aussi appelée **Illumination**.
Le jeu de la Dualité est terminé = C'est la fin totale de l'amnésie, la réintégration de sa Divinité et la fusion avec **Tout-Ce-Qui-Est, l'UNITÉ, La SOURCE**.

Voici les définitions (discussions) des 17 Niveaux de Conscience par Hawkins et Pavlina.

Dans le livre **Pouvoir contre la force : Les Déterminants cachés du Comportement humain de David R. Hawkins**, il y a une hiérarchie des différents niveaux de conscience de l'humain. C'est un paradigme intéressant. Si vous lisez le livre, c'est de plus, assez facile de se rendre compte dans quel niveau vous vous situez par rapport à la vie que vous menez actuellement.

1- La honte, 2- la culpabilité, 3- l'apathie, 4- le chagrin, 5- la peur, 6- le désir, 7- la colère, 8- l'orgueil, 9- le courage, 10- la neutralité, 11- la volonté, 12- l'acceptation, 13- la raison, 14- l'amour, 15- la joie, 16- la paix, 17- Énergie Christique (aussi appelée l'Illumination).

Alors que nous pouvons apparaître et disparaître de différents niveaux à certains moments, la plupart du temps nous sommes situés dans un d'eux qui est notre état « normal ». Si vous lisez ce blog il y a de fortes chances que vous soyez au moins au niveau « **Courage** » car si vous étiez à un niveau inférieur vous ne seriez pas intéressés par le développement personnel.

Je vais passer en revue ces niveaux dans l'ordre, en m'attardant particulièrement sur ceux entre « **Courage** » et « **Raison** » car c'est certainement l'écart où vous vous situez. La description de chaque niveau est basée sur celle d'Hawkins et complétée par mes propres opinions. Hawkins définit ce système comme une progression logarithmique donc il y a bien moins de gens aux niveaux les plus élevés qu'aux plus bas. Une progression d'un niveau à un autre résultera à un changement important dans votre vie.

1- La Honte – L'étape juste au-dessus de la mort. Vous envisagez probablement le suicide à ce niveau. Soit ça, soit vous êtes un tueur en série. Je pense que c'est une sorte de haine envers soi-même.

2- La Culpabilité – Un cran au-dessus de la **Honte** mais vous avez sûrement toujours des pensées au suicide. Vous vous voyez comme un pécheur incapable d'oublier vos transgressions.

3- L'Apathie – Vous vous sentez désespéré ou comme une victime. C'est le niveau de l'impuissance totale. Beaucoup de sans abri sont bloqués ici.

4- Le Chagrin – Un état de **Chagrin** et de solitude perpétuel. Vous pouvez atterrir ici après avoir perdu un être cher. Dépression. Plus haut que **L'Apathie** car vous commencez à vous sortir de votre torpeur.

5- La Peur – Vous voyez le monde comme un endroit dangereux et peu sûr. Paranoïa. La plupart du temps vous aurez besoin d'aide pour sortir de ce niveau sinon vous y resterez pour un bout de temps comme c'est le cas dans une relation où il y a de la violence.

6- Le Désir – A ne pas confondre avec l'envie d'accomplir ses objectifs, c'est le niveau de l'addiction, l'envie et la convoitise que ce soit pour l'argent, la reconnaissance, le pouvoir, la célébrité... Matérialisme. C'est également le niveau de ceux qui fument, boivent et se droguent.

7- La Colère – Le niveau de la frustration, souvent causée par vos désirs qui ne sont pas comblés aux niveaux inférieurs. Ce niveau peut vous inciter à aller voir les niveaux supérieurs ou au contraire vous garder prisonnier de la haine. Dans le cas d'une relation conjugale violente, vous verrez souvent une personne au stade **Colère** et l'autre au stade **Peur**.

8- L'Orgueil – Le premier niveau où vous commencez à vous sentir bien, mais c'est un faux sentiment. Votre état est dépendant de facteurs extérieurs (argent, prestige...) donc vous êtes

vulnérables. **L'orgueil** peut conduire au nationalisme, au racisme et aux guerres de religion. Pensez aux Nazis. C'est un état de rejet irrationnel et de position défensive. Le fondamentalisme religieux est bloqué à ce niveau. Vous devenez si attaché à vos croyances que vous prenez les attaques envers celles-ci comme si elles étaient faites contre vous même.

9- Le Courage – Le premier niveau de force véritable. J'en ai déjà parlé dans un article précédent. C'est à partir d'ici que vous commencez à voir la vie de manière stimulante et excitante, non plus accablante. Vous avez un intérêt naissant pour le développement personnel, bien qu'à ce niveau vous appelez ça probablement autrement comme amélioration des compétences, évolution de carrière, formation... Vous entrevoyez votre futur comme l'amélioration de votre passé plutôt qu'une éternelle répétition.

10- La Neutralité – Ce niveau est caractérisé par la phrase « vivre et laisser vivre ». Il est flexible, décontracté et libre. Quoi qu'il se passe vous y faites face. Vous n'avez rien à prouver. Vous vous entendez bien avec les autres personnes. Beaucoup d'entrepreneurs sont à ce niveau. C'est une condition très confortable. C'est également le niveau de la complaisance et de la paresse. Vous prenez soin de vous mais ne vous démenez pas trop.

11- La Volonté – Maintenant que vous vous sentez bien naturellement, vous commencez à utiliser votre énergie plus efficacement. Survivre n'est plus assez pour vous. Vous avez envie de donner le meilleur de vous même. Vous vous souciez de gestion du temps, de productivité et de devenir organisé, des choses qui ne vous semblaient pas si importantes au niveau de la **Neutralité**. Voyez ce niveau comme le développement de la volonté et de l'autodiscipline. Ces personnes sont les « commandos » de la société, ils font les choses bien et ne se plaignent pas. Si vous êtes à l'école alors vous êtes un très bon étudiant, vous considérez vos études sérieusement et prenez le temps de bien faire les choses. C'est le point où votre conscience devient mieux organisé et discipliné.

12- L'Acceptation – Désormais un puissant changement se passe et vous vous ouvrez aux possibilités de vivre efficacement. Au niveau de la **Volonté** vous êtes « devenu capable » et maintenant vous voulez utiliser ces capacités à bon escient. C'est le niveau de la définition et de la réalisation de vos objectifs. Je n'aime pas le terme « **Acceptation** » qu'Hawkins utilise ici mais ça veut essentiellement dire que vous commencez à accepter les responsabilités de votre rôle dans ce monde. Si quelque chose ne va pas dans votre vie (votre carrière, votre santé, vos relations) vous définissez ce que vous voulez changer et vous le faites. Vous commencez à voir la représentation de votre vie plus clairement. Ce niveau conduit beaucoup de personnes à changer de carrière, à commencer un nouveau projet ou à changer leurs régimes alimentaires.

13- La Raison – A ce niveau vous transcendez les aspects émotionnels des niveaux inférieurs et commencez à penser librement et rationnellement. Hawkins définit ça comme le niveau de la médecine et de la science. La manière dont je le vois, quand vous atteignez ce niveau, est que vous devenez capable d'utiliser vos facultés de raisonnement pleinement, à leur paroxysme. Vous avez maintenant la capacité et la conscience d'utiliser pleinement vos capacités naturelles. Vous avez atteint le point où vous vous dites « Wow ! J'arrive à faire tout ça et je sais que je dois le faire à bon escient. Donc maintenant comment puis-je utiliser au mieux mes talents ? »

Vous observez le monde et commencez à contribuer significativement. A la toute fin, c'est le niveau d'Einstein et Freud. La plupart de gens n'atteindront jamais cet état de toute leur vie.

14- L'Amour – Je n'aime pas l'appellation « **Amour** » d'Hawkins ici car ça ne représente pas l'émotion d'aimer. C'est l'amour inconditionnel, une compréhension permanente de votre connectivité avec tout ce qui existe. Pensez à la compassion. A ce niveau de conscience, vous vivez au service de votre tête. Mais ça peut éventuellement conduire à une impasse où vous intellectualisez tout en trop. Vous comprenez que vous avez besoin de quelque chose de plus grand que le simple fait d'y penser. Au niveau de « **L'Amour** » vous placez votre intelligence, vos talents et capacités au service de votre cœur (pas vos émotions mais votre sens du bon et du mauvais, votre conscience). Je vois ça comme le niveau d'éveil à votre véritable objectif. Vos motivations sont pures et ne sont pas corrompues par les désirs de votre ego. C'est le niveau d'une vie au service de l'humanité comme Gandhi, Mère Teresa ou le Dr. Albert Schweitzer. Vous commencez à être guidé par une force supérieure à vous-même. C'est un sentiment de lâcher prise. Votre intuition devient extrêmement puissante. Hawkins prétend que ce niveau est atteint par seulement 1 personne sur 250 durant leur vie entière.

15- La Joie – Un état de bonheur pénétrable et inébranlable. Eckhart Tolle le décrit dans **Le Pouvoir du Moment Présent**. Le niveau des saints et enseignants spirituels avancés. Rien que le fait de vous tenir près de ces personnes vous fait vous sentir incroyable. A ce niveau la vie est complètement guidée par la synchronicité et l'intuition. Plus besoin d'établir d'objectifs et de faire des plans détaillés – le développement de votre conscience vous permet d'agir à un plus haut niveau. Une expérience de mort imminente (EMI) peut temporairement vous projeter à ce niveau.

16- La Paix – Une transcendance complète. Hawkins revendique que ce niveau est atteint seulement par 1 personne sur 10 millions.

17- L'Énergie Christique (aussi appelé L'Illumination) – Le plus haut niveau de conscience humaine où l'humanité se mêle à la divinité. Extrêmement rare. Le niveau de Krishna, Bouddha et Jésus. Le fait même de penser à des personnes ayant atteint ce niveau peut élever votre propre conscience.

Je pense que vous trouverez ce modèle digne de réflexion. Non seulement les personnes mais aussi les objets, événements, et toute la société peuvent être classés dans ces niveaux. Dans votre propre vie, vous allez voir que certains moments sont à différents niveaux que d'autres, mais vous devriez être capable de déterminer votre niveau global actuel. Vous êtes peut-être au niveau **Neutralité** en général mais être encore dépendant du tabac (niveau du **Désir**). Les niveaux inférieurs que vous trouvez à l'intérieur de vous même sont des freins qui vous empêchent d'aller plus loin, qui vous tirent en arrière. Mais vous trouverez également des niveaux plus haut dans votre vie. Vous pouvez être au niveau de **l'Acceptation**, lire un bouquin au niveau de la **Raison** et vous sentir vraiment inspiré. Réfléchissez aux grandes influences de votre vie à l'heure actuelle. Lesquelles élèvent votre conscience ? Lesquelles au contraire la diminuent ?

Une chose que j'aime à propos de ces niveaux de conscience c'est que je peux retracer ma propre vie et voir comment j'avance au fur et à mesure. Je me souviens avoir été bloqué au niveau de la **Culpabilité** pendant longtemps, étant enfant j'étais endoctriné dans un système de pensées où je n'étais qu'un pécheur rejeté, j'étais jugé par rapport aux standards de quelqu'un du niveau de **L'Amour** ou même plus haut. A partir de là, j'ai grimpé au niveau de **l'Apathie**, me sentant tout le temps « paralysé ». À l'université, j'atteignais le niveau de **l'Orgueil**, j'étais un étudiant très sérieux, capitaine de l'équipe académique de décathlon, comblé d'accolades et de prix mais j'en

devenais vite dépendant. J'atteins le niveau du **Courage** dans mes dernières années d'adolescence, mais le **Courage** était encore très flou, j'en avais de trop et me retrouvait dans toutes sortes de problèmes. J'ai passé alors environ 1 année dans la **Neutralité** et traversa la **Volonté** et **l'Acceptation** pendant ma vingtaine avec pas mal d'efforts. En ce moment je suis dans le niveau de la **Raison** et je me rapproche de plus en plus du niveau de **l'Amour**. J'expérimente ce niveau de plus en plus souvent et cela guide déjà une bonne partie de mes décisions mais je ne me suis pas encore arrêté complètement à celui-ci comme état naturel. J'ai aussi testé l'état de **Joie** pendant plusieurs jours d'affilé mais pas réellement de manière continue jusqu'à maintenant. Cet état est un sentiment pénétrant d'euphorie naturelle, comme si j'explosais de l'intérieur avec plein d'énergie positive. Cela m'obligeait littéralement à sourire. J'étais dans cet état une bonne partie de cette matinée, probablement car je n'ai encore rien mangé aujourd'hui (j'ai découvert que c'était plus facile d'atteindre cet état de conscience en étant à jeun ou presque).

Nous allons naturellement voyager entre plusieurs états durant la semaine par exemple, donc vous verrez certainement un écart de 3-4 niveaux où vous passerez la plupart de votre temps. Une méthode pour trouver votre état « naturel » est de réfléchir à comment vous gérer les événements sous la pression. Si vous pressez une orange, vous obtenez du jus d'orange car c'est ce qui se trouve à l'intérieur. Que sort-il de vous quand vous êtes pressés par des événements extérieurs ? Devenez-vous paranoïaque et arrêtez tout (la **Peur**) ? Commencez-vous à crier à la tête des autres (la **Colère**) ? Devenez-vous défensif (**l'Orgueil**) ? Ce qui se passe pour moi quand je suis sous pression c'est que je deviens hyper analytique mais récemment j'ai justement vécu une situation de stress que j'ai géré principalement par l'intuition, ce qui a été un gros changement pour moi. Ça veut dire que je me rapproche de l'état d'**Amour** inconditionnel car dans celui-ci l'intuition peut être utilisée efficacement et ce même sous la pression.

Tout ce qui se trouve dans votre environnement, va avoir un impact sur votre niveau de conscience. La télé, les films, les livres, les sites web, les célébrités, les endroits, les objets, la nourriture. Si vous êtes au niveau de la **Raison**, regarder les nouvelles à la télé (ce qui se situe principalement aux niveaux de la **Peur** et du **Désir**) va temporairement rabaisser votre conscience. Si par contre vous êtes au niveau de la **Culpabilité**, le journal télévisé va l'élever.

Évoluer d'un niveau à l'autre requiert une quantité énorme d'énergie. J'ai écrit à propos de ça par le passé en parlant de sauts quantiques. Sans efforts conscients ou d'aide extérieure vous allez probablement stagner à votre niveau actuel jusqu'à ce qu'une force extérieure entre dans votre vie.

Remarquez la progression naturelle des niveaux et imaginez ce qu'il arrive quand vous essayez de court-circuiter le processus. Si vous essayez d'atteindre le niveau de la **Raison** avant de maîtriser parfaitement ceux de la **Volonté** et de **l'Acceptation**, vous allez être trop désorganisé et déconcentré pour utiliser votre esprit à sa pleine capacité. Si vous essayez de vous pousser au niveau de **l'Amour** avant de maîtriser la **Raison**, vous allez souffrir de crédulité et finir dans une secte.

Monter ne serait-ce que d'un niveau, peut être extrêmement difficile, la plupart des gens ne le font pas au cours de leur vie entière. Un changement de seulement un niveau peut radicalement tout modifier dans votre vie. C'est pourquoi les personnes en-dessous du niveau du **Courage** ne sont habituellement pas aptes à progresser sans aide extérieure. Le **Courage** est nécessaire pour

travailler sur soi-même consciencieusement, cela revient à continuellement miser votre vie entière pour avoir la chance de devenir plus conscient. Mais chaque fois que vous atteignez ce prochain niveau, vous réalisez clairement que c'était un bon placement. Par exemple, quand vous arrivez au niveau **Courage**, toutes vos anciennes peurs et votre orgueil passé vous apparaissent idiots. Quand vous atteignez le niveau **d'Acceptation** (créer et atteindre ses objectifs), vous regardez en arrière le niveau de la **Volonté** et comprenez que vous étiez une souris courant dans une roue, vous étiez un bon coureur mais vous n'aviez aucune direction.

Je pense que le travail le plus important en tant que personne est d'élever notre niveau de conscience. Quand nous le faisons, nous transmettons aux personnes autour de nous ces niveaux de conscience plus élevés. Imaginez quel monde incroyable ce serait si nous pouvions au moins élever tout le monde au niveau de **l'Acceptation**. D'après Hawkins 85% des gens sur Terre vivent en-dessous du niveau **Courage**.

Quand vous vivez temporairement les niveaux les plus hauts, vous pouvez voir où vous devez aller ensuite. Vous avez un de ces moments de clarté quand vous comprenez que les choses doivent changer. Mais quand vous descendez dans les niveaux les plus bas, cette mémoire s'obscurcit.

Nous devons constamment revenir à nos sources qui peuvent nous aider à réaliser le prochain saut. Chaque étape demande des solutions différentes. Je me rappelle quand j'ai fait le passage du niveau **Neutralité** à **Volonté**, j'écoutais des cassettes de gestion du temps presque tous les jours. Je me suis immergé dans des écrits créés par des personnes du niveau **Volonté** jusqu'à ce je bascule moi-même. Mais un livre sur la gestion du temps serait d'une utilité réduite pour quelqu'un du niveau **Orgueil**; il va rejeter cette notion en étant fortement sur la défensive. Et la gestion du temps n'a aucun intérêt pour quelqu'un au niveau **Paix**. Vous ne pouvez pas atteindre les plus hauts niveaux si vous ne maîtrisez pas les bases. Jésus était charpentier. Gandhi était avocat. Bouddha était prince. Nous devons tous commencer quelque part.

Regardez bien cette hiérarchie avec un esprit ouvert et voyez si ça vous mène à de nouvelles idées qui peuvent vous aider à franchir le prochain palier dans votre vie. Aucun niveau n'est meilleur ou pire qu'un autre. Essayez de ne pas flatter votre ego en vous disant être à un niveau particulier, sauf si vous êtes actuellement au niveau **Orgueil** évidemment.

Ceci est une traduction de l'article Levels of Consciousness de Steve Pavlina.