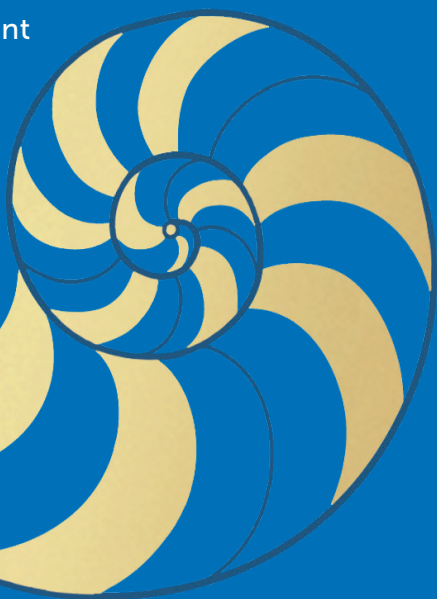


MATTHIEU MONADE

Explorez vos vies antérieures

Un voyage fascinant
aux frontières
de l'inconscient



Un voyage fascinant aux frontières de l'inconscient !

Et s'il était possible d'explorer vos vies passées ?

De remonter à la source de votre mal-être et de déjouer le présent en dissipant enfin les blocages auxquels vous êtes confrontés dans votre quotidien ?

Dans cet ouvrage, Matthieu Monade vous invite à accéder à d'autres dimensions de votre être. **Grâce à l'hypnose régressive assistée, il vous dévoile les secrets de son approche unique, alliant sciences et spiritualité, pour :**

- retourner dans une vie antérieure afin de réparer le passé ;
- identifier les mémoires transgénérationnelles encore actives ;
- accéder aux mémoires d'entre-vies et aux multivers.

Un outil puissant pour plonger dans les profondeurs de votre âme et libérer tout votre potentiel !

MATTHIEU MONADE est spécialiste en hypnose régressive, Youtubeur à succès et fondateur du Collectif OSOL, un collectif d'opérateurs et de télépathes qui pratiquent l'hypnose régressive assistée. Par sa pratique, Matthieu Monade rend accessibles au plus grand nombre le monde éthérique et son fonctionnement.



ISBN : 978-2-38564-103-0



8,95 euros
Prix TTC France

Avis des Gardiennes

Constance @constance_moon

Ce livre tombe à pic car, en ce moment, je me questionne beaucoup au sujet des vies antérieures, notamment par le biais des annales akashiques. J'ai dévoré cet ouvrage, et j'ai aimé les exercices pratiques. J'ai également apprécié les cas concrets qui permettent de lire de véritables retours d'expérience.

Sabrina @lame_sorceleuse

Ayant déjà réalisé des séances d'hypnose régressive pour explorer mes vies antérieures, ce livre ne peut que m'intéresser ! Il m'a permis d'approfondir mes connaissances sur ce vaste sujet. Merci !

Pauline @cartomooncie

Un ouvrage vraiment passionnant ! La première partie est très dense avec énormément d'informations. Je pense que c'est un ouvrage à lire lentement pour tout intégrer et conscientiser. La seconde partie sur les vies antérieures est ma préférée, j'ai réellement adoré me plonger dans les miennes pour y découvrir mes parts d'ombre et de lumière. Un plaisir à lire !

Céline @celinelovereading

Un ouvrage très instructif et passionnant sur l'hypnose. Une thérapie qui offre la possibilité d'affronter notre passé

pour mieux vaincre les maux de notre présent et dépasser nos blocages. Une pratique qui engage un véritable travail sur soi en profondeur pour alléger notre esprit, trouver la paix intérieure. Un voyage pour apprendre à lâcher prise, comprendre et accepter un passé parfois trop lourd à porter. Une lecture qui ouvre les portes du mieux-être et de l'apaisement, à découvrir absolument !

Victoria @leslecturesdelaide

Un livre très intéressant, qui fera découvrir à tous des méthodes pour analyser en profondeur ses vies antérieures. L'hypnose régressive est une découverte fascinante et l'auteur nous invite à voyager avec lui sur les chemins de la conscience. Un guide utile pour tous ceux qui s'interrogent !

**Explorez
vos vies
antérieures**

Animae s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Cet ouvrage est le passage en poche de
Explorez vos vies antérieures
paru pour la première fois aux éditions Leduc en 2021.

Conseillère éditoriale : Karine Sylvestre
Principe de maquette : Élise Bonhomme
Maquette : Nord Compo
Correction : Stéphanie Girardot
Design de couverture : Constance Clavel
Illustration de couverture : iStock_1410047362
Illustrations : Laurie Baum

© 2025 Animae, une marque des éditions Leduc
76, boulevard Pasteur
75015 Paris – France
ISBN : 978-2-38564-103-0

MATTHIEU MONADE

Explorez vos vies antérieures

Un voyage fascinant
aux frontières
de l'inconscient



animae


Ce livre est dédié à ma maman.
Merci pour tout ce que tu as été
et tout ce que tu m'as donné.

Avertissement

L'hypnose régressive est une technique très efficace pour venir à bout de nombreuses problématiques aussi bien physiques que psychologiques, mais elle ne saurait remplacer une consultation médicale quand celle-ci est nécessaire.

Sommaire

Sommaire	9
Avant-propos	15
Introduction	23
PARTIE 1 – COMPRENDRE L'HYPNOSE RÉGRESSIVE ...	27
Chapitre 1. Une certaine vision de la vie et de la conscience.	29
Qu'est-ce que la conscience ?	29
Les niveaux de conscience et les multivers	31
Le temps est comme des bobines de cinéma. ...	33
Nous restons libres de notre futur	34
Les trois sources de vies antérieures.	36
<i>Notre essence la plus pure</i>	36
<i>Un phénomène de résonance</i>	37
<i>Le transgénérationnel</i>	37
Une action de l'invisible vers le visible.	38
Nos corps, la métabolisation et la Source	40
<i>Le corps éthérique</i>	40
<i>La partie supérieure.</i>	42
<i>La métabolisation</i>	42
Le changement des lignes de temps	43
Un appel énergétique vers la 5D	45

Chapitre 2. L'hypnose, des origines à nos jours	47
L'hypnose à ses débuts	47
La manipulation sous hypnose est-elle possible ? ..	48
De l'hypnose aux vies antérieures et à la réincarnation.	49
Qui consulte ?	51
 Chapitre 3. L'hypnose régressive classique.	53
Le déroulement d'une session d'hypnose régressive classique	53
<i>Avant la session</i>	53
<i>Le début de la session</i>	54
<i>Le travail en état d'hypnose</i>	54
<i>La fin de la session</i>	55
Les limites de l'hypnose régressive classique	56
<i>La limite géographique</i>	57
<i>La limite liée à la réceptivité de chacun</i>	58
<i>Le temps nécessaire pour entrer en état d'hypnose</i>	59
 Chapitre 4. L'hypnose régressive assistée	61
Comment est née l'hypnose régressive assistée ? ..	61
<i>La possibilité d'être aidé et d'aider</i>	62
<i>La possibilité d'assister un client</i>	63
<i>Le développement d'Internet</i>	64
Organisation d'une session pour un client	66
<i>Le client</i>	66
<i>Le télépathe</i>	67
<i>L'hypnothérapeute</i>	68
Les points de vigilance.	69
<i>Ne rien dire au télépathe</i>	70
<i>Toujours vérifier</i>	70
<i>Neutraliser les entités joueuses</i>	70
<i>Prendre de la hauteur vibratoire</i>	71
Les limites de l'hypnose régressive assistée.	72

Chapitre 5. Cinq conseils très simples pour accélérer son évolution personnelle	75
Expérimenter l'hypnose régressive	76
Organiser son temps autour de ses priorités.	76
S'écouter	77
Toujours dire la vérité, avec bienveillance	78
Dire aux personnes que l'on aime : « Je t'aime »	79
 PARTIE 2 – DÉPASSER SES BLOCAGES, HARMONISER SON ÉNERGIE	 81
 Chapitre 1. Retourner dans une vie passée pour réparer le présent	 85
Désactiver des mémoires traumatiques : le cas de Tristan	85
Sortir de la reproduction des cycles limitants : le cas de Maria	88
Se libérer du désir de possession matérielle et du regard des autres : le cas de Béatrice	94
 Chapitre 2. Faire le tri dans ses mémoires transgénérationnelles	 99
Parent-enfant, une combinaison qui s'inverse quand la rancune s'en mêle : le cas de Georges	99
Une âme sœur se reconnecte à sa lumière : le cas de Nadine	104
Apaiser le mal-être ressenti suite au décès d'un grand-parent : le cas de Julien	109
Se libérer de mémoires limitantes sur les femmes : le cas d'Alexandra	112

Chapitre 3. Exploration des multivers :	
les entre-vies	115
Des faux guides qui ne nous disent pas tout : le cas de Lisa	115
Volontaire pour la 5D : le cas de Camille	120
Chapitre 4. Recherches et enquêtes	125
Trois types d'enquêtes	125
<i>Les enquêtes historiques, sur des personnages ou des événements particuliers.</i>	126
<i>Les enquêtes spirituelles</i>	126
<i>Les enquêtes sur l'actualité et les énergies actuelles</i>	127
Entre mythe et spiritualité : enquête sur l'Atlantide	129
PARTIE 3 – S'AUTORISER L'EXPLORATION DE L'ESPACE ÉTHÉRIQUE.	133
Chapitre 1. L'espace éthérique tel qu'il apparaît en session	137
La dimension éthérique du client vue par le télépathe	137
<i>La bulle de protection éthérique</i>	138
<i>L'état des lieux éthérique</i>	138
<i>La prise de contact avec la partie éthérique du client.</i>	141
<i>La partie éthérique du client est-elle consciente ?</i>	143
Le travail de nettoyage et de libération	144
<i>L'identification des limitations</i>	144
<i>Le travail de libération</i>	145
Se relier à sa dimension supérieure et à l'énergie d'amour pur	147
Récupérer sa volonté et sa souveraineté	149

Chapitre 2. Les pollutions	153
Interférences et implants	153
Comprendre les raisons de la présence de ces entités limitantes.	154
<i>L'interrogatoire des entités limitantes</i>	155
<i>La mise sous cloche</i>	155
Les humains sont des centrales puissantes d'énergie.	156
Certaines énergies polluantes sont aussi colonisatrices.	158
Nous n'échappons pas aux interférences	160
Passer directement de la 3D à la 5D	161
 Chapitre 3. Les protections	 165
Les protections côté opérateur et télépathe ...	165
<i>Nettoyer et protéger nos sphères personnelles</i> ..	165
<i>Éviter l'effet toboggan</i>	166
<i>Se dégager de tout filtre émotionnel</i>	167
<i>Se méfier, surtout lorsque tout a l'air d'aller trop bien !</i>	168
Les protections côté client.	169
<i>De multiples résonances énergétiques</i>	169
<i>Être véritablement prêt à participer à sa propre évolution</i>	170
<i>Faire confiance à sa dimension éthérique</i>	171
<i>Nettoyer son lieu d'habitation</i>	173
<i>Le plus difficile à intégrer : les bonnes nouvelles</i>	173
 Chapitre 4. La métabolisation	 175
L'hypnose régressive n'est pas de la médecine ...	175
La métabolisation : un travail sur le temps relativement long	177
Un travail en profondeur, silencieux et discret ...	178
Accéder à l'autonomie	180

Chapitre 5. Les perceptions

en état modifié de conscience	183
Comment savoir si ce que nous percevons dans l'éther est juste ?	183
Que signifie « voir » dans l'espace éthérique ? ..	184
Quel sens est activé en état d'hypnose ?	186
Quels sont les pièges à éviter ?	187
Comment vit-on au quotidien lorsqu'on est télépathe ?	187
Qui sont les guides que l'on rencontre en hypnose régressive ?	189

Chapitre 6. L'évolution spirituelle :

un processus itératif en cinq étapes	191
S'écouter soi-même	192
Tout mettre en question et admettre que l'on ne sait rien	192
Ouvrir ses énergies	193
Persévérer dans sa pratique	194
Enlever ses peurs	195
Conclusion – Amour, gratitude et compassion	197
Remerciements	201
Glossaire	203

Avant-propos

Lorsque j'avais 6 ans, j'ai appris que les Terriens ne pouvaient voir qu'une face de la Lune, toujours la même. Nous ne voyons jamais l'autre côté, qu'on appelle d'ailleurs « la face cachée de la Lune ». « Pourquoi ? » me suis-je demandé. Serait-il possible qu'une partie de cet astre nous échappe à jamais, et que nous acceptions cela, sans nous poser de questions ? J'ai bien sûr interrogé les plus grands, et évidemment, on m'a donné des explications. Mais aucune ne m'a satisfait. Et surtout, ma curiosité était aiguisée : qu'y avait-il de l'autre côté, du côté invisible à nos yeux physiques ? C'est ainsi : depuis que je suis petit, je ne peux pas me contenter des réponses conventionnelles toutes faites. J'ai besoin d'aller au-delà, d'explorer, de chercher. La curiosité est l'un des principaux moteurs de ma vie.

Dans les années qui ont suivi, cet appel intérieur et cette envie d'explorer l'invisible étaient toujours présents, mais ils ne rencontraient pas d'échos autour de moi, ils ne rebondissaient nulle part.

Un nouveau frémissement s'est produit lorsque j'étais adolescent, à 13 ans. Je venais de lire *L'Empire des anges* de Bernard Werber. Même si je n'aime pas trop le mot « anges » du fait de sa connotation religieuse, l'idée qu'il existe des

êtres qui veillent sur nous, qui nous accueillent lorsque nous passons de l'autre côté et que nous faisons le bilan de ce qui s'est passé dans cette incarnation – tout cela me parlait au plus profond de moi. Enfin quelqu'un exprimait ce que je ressentais confusément ! Heureux et excité, j'ai voulu parler de ce livre autour de moi. Mais, là encore, personne n'a partagé mon enthousiasme.

J'ai continué de grandir dans un environnement familial aimant et tolérant, bien que très peu ouvert, à l'époque, à ce qui allait devenir quelques années plus tard mes domaines d'investigation. Lorsque l'heure est venue, j'ai fait le choix de réaliser des études longues aux Beaux-Arts, certainement parce que cela me permettait de ne pas trop m'enfermer dans un système professionnel formaté. Dans l'art, je pouvais laisser libre cours à mon imagination. Je continuais en parallèle mes recherches spirituelles : quelle était la nature de cet appel intérieur ?

Je me souviens d'avoir lu avec un grand intérêt le *Traité d'athéologie* du philosophe Michel Onfray. Je me retrouvais bien dans la critique que cet auteur fait des systèmes religieux monothéistes. Mais une question demeurait. Devions-nous nous contenter de faire un choix entre, d'un côté, la « raison » sans dieu et, de l'autre, les « religions » avec un Dieu ? Devions-nous être athées ou croyants, sans autre choix ? L'appel qui m'animait toujours me semblait être d'un autre ordre. Il n'était ni celui de la science pure, ni celui de la religion stricte.

Tout s'est réveillé avec la naissance de mon premier enfant. J'avais 32 ans. J'ai eu l'impression d'être propulsé dans des hautes fréquences. Je peux aujourd'hui mettre des mots et comprendre mes ressentis. Mais, à l'époque,

je ne savais pas que mon niveau vibratoire*¹ venait de s'expanser. J'étais juste très heureux, pleinement heureux, sur mon nuage.

C'est dans ce contexte que j'ai fait une expérience qui m'a troublé. J'étais en vacances en famille et je profitais d'un moment calme pour me reposer. C'est alors que j'ai entendu la voix de mon grand-père décédé qui m'a donné des informations pour assister au mieux ma grand-mère alors en fin de vie. Même si cette expérience me semblait bien réelle, j'ai comme d'habitude laissé mon esprit cartésien prendre le dessus, et j'ai décidé d'oublier ces informations pour poursuivre tranquillement mes vacances en famille. Le dernier jour de ce séjour, la voix de mon grand-père est revenue, cette fois-ci plus insistante. Elle disait que si je ne voulais pas transmettre les informations, alors je devais au moins avertir ma mère afin qu'elle aille consulter un médium. Le matin même, je m'exécutais. Ma surprise fut grande en voyant ma mère fondre en larmes en entendant certaines des informations que j'avais reçues que je lui retransmettais. Je découvrais que certaines d'entre elles étaient vraies, alors que je n'en avais jamais été informé. Un mois plus tard, ma mère a consulté un médium. Celui-ci lui a livré mot pour mot le message que j'avais moi-même reçu, y compris ce que je n'avais pas dévoilé à ma mère. Ce fut un choc, car il n'y avait aucune explication logique. Mon esprit très analytique venait de faire l'expérience implacable de la confirmation d'une vie après la mort.

J'étais alors directeur de mon département. J'assistais à des réunions. Je rencontrais des personnes importantes

1. Les mots suivis d'un astérisque sont définis dans le glossaire à la fin du livre. Seule la première occurrence est signalée.

dans mon univers professionnel. J'étais toujours très impliqué.

Mais le fait d'avoir vécu cette expérience a modifié totalement l'ordre de mes valeurs. La réussite professionnelle devenait secondaire. D'autres préoccupations m'animait et toutes mes priorités de vie ont été remises en perspective. Ensuite, tout s'est passé très vite et très naturellement.

Après avoir expérimenté des séances de médiumnité, de cartomancie, ou encore de numérologie, qui venaient nourrir ma quête spirituelle, tout en gardant un regard sceptique, et en n'hésitant pas à remettre en question les informations qui m'étaient communiquées, j'ai croisé le chemin de l'hypnose. J'avais trouvé ma voie.

Ma première session d'hypnose régressive en tant que client a été pour moi comme un tsunami intérieur. Je pouvais laisser mon esprit s'envoler, cela fonctionnait, il était possible de percevoir des informations sur d'autres plans de réalité. Je me suis notamment retrouvé en Allemagne à l'époque d'une guerre contre une armée teutonne qui avait duré deux ans. Quelle stupéfaction de vérifier après coup que cette guerre, dont je ne savais rien avant la session, avait véritablement eu lieu, et que les armoiries que j'avais aperçues en état d'hypnose existaient elles aussi. Mon appel intérieur trouvait enfin un espace d'exploration et mon besoin de rationalité (confirmation par des éléments historiques vérifiables) était en même temps satisfait.

Ma deuxième expérience en tant que client était une session d'hypnose régressive assistée. Comme je l'expliquerai largement dans ce livre, dans ce cas, ce n'est pas le client qui est en état d'hypnose, mais un télépathe* qui explore l'espace éthérique pour le client. Grâce à cette session, j'ai compris

que l'hypnose ne permet pas seulement d'aller rechercher et de comprendre ses vies antérieures. Elle révèle également les forces limitantes qui sont à l'œuvre, qui se nourrissent de nos énergies, et dont nous pouvons nous libérer.

Ma troisième session, toujours en hypnose régressive assistée, m'a appris le sens de l'autonomie, de la récupération de notre volonté et de notre pleine souveraineté* sur l'ensemble de nos corps. Elle m'a également montré la manière de travailler sur soi de façon à mettre en place des collaborations fructueuses avec les énergies lumineuses qui nous aident depuis les plans immatériels.

Après ces expériences en tant que client, je me suis formé à l'hypnose régressive. Puis, lors de ma toute première session en tant que praticien en hypnose, un être très lumineux s'est présenté à moi, comme si celui-ci m'attendait. Il m'a informé que dans un futur proche, j'allais proposer des sessions clients, que ma pratique évoluerait, que je proposerais ensuite des enquêtes au plus grand nombre et que celles-ci susciteraient beaucoup d'engouement. De plus, il m'a été prédit que j'allais dépasser ce que j'avais appris et enrichir mon protocole notamment en y intégrant des aspects qui jusque-là n'avaient jamais été abordés. J'allais également créer une structure d'apprentissage de l'hypnose et proposer des ateliers pour découvrir les différents états modifiés de conscience, ainsi que des formations pour apprendre l'hypnose régressive assistée. Enfin, j'ai appris que des professionnels de l'hypnose se joindraient à moi autour de valeurs communes : la nécessité d'une bonne hygiène de vie pour les praticiens, l'importance du nettoyage de chaque intervenant avant une session et la reconnexion à la Source*. Cela correspondait totalement à ce que je ressentais au plus

profond de moi. C'est dans cette perspective que j'ai fondé le collectif OSOL.

Aujourd'hui, mon activité comporte trois volets. Les sessions clients me permettent d'éclairer les personnes qui nous consultent, de les accompagner sur leur chemin spirituel et de contribuer à leur libération. La formation, quant à elle, me permet de partager les valeurs auxquelles je crois profondément et notre vision de l'hypnose. Enfin, avec les sessions d'enquête et d'investigation, nous propageons une vision élargie de la réalité et de la vie, en connexion avec la Source. En exerçant ainsi, je me sens à ma place. Je ne propose pas un guide à suivre car chacun est différent et chaque chemin de vie est unique, mais des suggestions et des éclairages pour évoluer, pour avancer dans sa propre évolution, et pour se connecter à la « bonne » Source, aux bonnes fréquences et aux énergies lumineuses.

Un jour, alors que je méditais, j'ai reçu le message suivant : « Tu n'es pas hypnothérapeute, tu es un médiateur spirituel. » Cette appellation a résonné fortement en moi. Un « médiateur » est un tiers, un intermédiaire entre deux personnes, entre deux points de vue différents. Un « médiateur spirituel » est quant à lui un intermédiaire entre deux mondes : le monde de la matière, au sein duquel nous évoluons au quotidien, et le monde spirituel, celui du souffle vital et de l'essence de la vie. J'aime l'idée de créer des passerelles entre notre dimension matérielle et nos dimensions immatérielles, tout en douceur. « Tout en douceur », car le rôle d'un médiateur est également d'aider à dépasser tous les conflits pour trouver des solutions nouvelles, dans la conciliation, l'harmonie et la paix.

Les vidéos que je mets en ligne sur le Web, toujours avec l'accord de mes clients lorsqu'il s'agit de sessions liées à leurs problématiques, ou les vidéos d'enquêtes sont ainsi pour moi comme des marches vers le futur. Elles construisent un pont qui va du visible vers l'invisible. L'enjeu n'est pas de cumuler les vidéos ou des abonnés, loin de là, mais de permettre à d'autres de découvrir et d'avancer à leur tour sur leur chemin d'éveil.

Bien sûr, je ne suis pas le seul à faire ce travail. De plus en plus d'hypnothérapeutes exercent aujourd'hui, et de nombreux autres praticiens accompagnent sur le chemin de l'ouverture de conscience*. De très nombreux auteurs, anciens ou nouveaux, ont également écrit sur la spiritualité. C'est une excellente chose, d'autant plus que nous entrons dans une phase de révélations, que certains qualifient de biblique et d'apocalyptique. C'est une période d'ouverture qui va nous permettre de développer un nouveau regard sur nous-mêmes et sur la vie. Pourtant – revers de la médaille –, c'est aussi une période qui peut être déstabilisante, car tous nos repères anciens, intellectuels, émotionnels et spirituels, vont être bousculés. Certains d'entre nous pourront en être perturbés. Plus les humains vont se réveiller, s'éveiller et se questionner sur leur véritable nature, plus ils vont chercher des aides pour retrouver leur équilibre. Tout ce qui permettra à chacun de trouver son autonomie et sa souveraineté sera précieux.

Je suis moi-même un témoin vivant de cette ouverture progressive à l'immatériel, à l'éthérique et à la conscience, au sensible et au subtil. Cartésien et rationaliste de nature, je n'adhérais pas à ces domaines au départ. Ils me sont comme « tombés dessus » il y a quelques années. J'ai monté les marches une à une. Je ne suis pas en haut de l'escalier,

EXPLOREZ VOS VIES ANTÉRIEURES

je continue ma progression, tout comme mes clients qui, en offrant leur expérience, nous disent par où ils sont passés.

Ensemble, nous traçons des chemins vers la cinquième dimension, celle de l'éveil. Je suis heureux d'être un artisan au service de cette élévation, et de partager avec vous cet élan du cœur, de la joie et de l'amour.

Introduction

On pourrait me reprocher d'être trop inexpérimenté pour signer un livre. Certains ont 35 ans de carrière et pourraient certainement avoir un propos bien plus avisé que le mien, tout au moins nourri d'une plus longue expérience. Lorsque les éditions Leduc m'ont sollicité pour écrire celui-ci, je me suis questionné et j'ai tout d'abord refusé. « Quelle est ma légitimité ? » me suis-je demandé. Mon interlocutrice a insisté. Elle a mis en avant l'intérêt pour l'originalité de ma démarche, à savoir le souci permanent de connexion à la Source, et l'approche expérimentale que nous développons au travers des enquêtes que nous réalisons, sur des sujets variés d'actualité, historiques ou spirituels.

J'ai fini par accepter. J'ai néanmoins posé deux conditions. La première condition était de bénéficier d'une aide à l'écriture, car si les espaces éthériques sont d'une certaine manière ma spécialité, il n'en va pas de même pour les mots écrits. La deuxième condition était de ne pas impliquer de question d'argent pendant l'écriture de ce livre. L'argent est pour moi une énergie. Je ne voulais pas que cette énergie interfère dans mes motivations et dans mon désir de transmettre aux lecteurs, de la manière la plus juste possible selon moi, ce qu'est ce merveilleux outil qu'on appelle l'« hypnose » régressive.

Ces deux conditions acceptées, c'est avec un grand plaisir que je me suis lancé dans l'aventure. J'ai veillé à ce que cet écrit soit connecté à la Source, la vraie Source. Elle est amour. C'est elle qui doit nous guider tout au long de notre vie, l'amour pour soi-même comme l'amour pour autrui. Dans cet ouvrage, que j'ai voulu simple et pragmatique, je livre ce en quoi je crois et la manière dont j'exerce.

Il existe de nombreuses approches de l'hypnose, comme l'hypnose éricksonienne, du nom de son fondateur ; des approches qui s'inscrivent plus largement dans le courant de la psychologie transhumaniste ; ou encore des approches qui seront plus spirituelles, parfois qualifiées de quantiques, et qui utilisent diverses techniques d'expansion de conscience. Je n'entrerai pas dans le détail de ces différentes approches. Je vais me centrer sur l'hypnose régressive à laquelle j'ai été formé, en distinguant l'hypnose régressive classique (situation où le client « part » en hypnose) et la version assistée (assistance d'un télépathe qui sera mis en état d'hypnose).

Sur cette base, ce livre est structuré en trois parties. La première partie présente ce qu'est l'hypnose régressive et la manière dont cette pratique a évolué, depuis Dolores Cannon, pionnière dans l'exploration des espaces éthériques, à nos jours. J'y explique également ma propre pratique et les raisons de mes préférences pour l'hypnose régressive assistée. La deuxième partie est basée sur des sessions d'hypnose régressive avec des clients. J'ai sélectionné, parmi les multiples problématiques rencontrées, quelques thèmes qui pouvaient parler au plus grand nombre. Ils sont classés en grandes catégories : le retour dans les vies passées pour réparer le présent ; la libération des mémoires transgénérationnelles ; l'entre-deux-vies, cette période où

l'on est entre deux incarnations ; et enfin un aperçu des enquêtes qu'il est possible de mener dans l'espace éthérique.

J'invite chacun à oser explorer ses propres espaces énergétiques, à la rencontre de lui-même et de la connexion à la Source. Néanmoins, les espaces éthériques peuvent aussi être des espaces d'illusion. Il est important de bien se préparer, tout comme il ne nous viendrait pas à l'idée de partir en randonnée sans un minimum de préparation et d'équipement. C'est l'objet de la troisième partie dans laquelle je propose quelques repères, notamment ceux que moi-même et mon équipe utilisons. Ils sont un peu comme notre GPS éthérique.

La conclusion, tout comme l'ensemble de ce livre, est une invitation à vivre pleinement, en conscience et à cœur ouvert, notre progression vers la cinquième dimension.

Enfin, je voudrais ajouter que ce livre est publié au moment où l'humanité est à la croisée des chemins, entre un ancien cycle qui se termine et un nouveau qui n'attend que notre impulsion intérieure, individuelle et collective, pour démarrer véritablement. L'entre-deux actuel, comme tous les passages d'un cycle à un autre, peut paraître inquiétant et difficile à vivre pour certains d'entre nous. Pourtant, il n'y a pas à s'inquiéter. Tout se passe comme si les forces lumineuses qui se situent au-dessus de la situation terrestre laissaient volontairement se dérouler un scénario catastrophe imaginé et mis en œuvre par des forces limitantes. Comme pour nous faire toucher le fond de ce qui est inacceptable. Comme si c'était nécessaire pour que l'ouverture des consciences se fasse à grande échelle. Autrement dit, nous sommes dans la situation de chevaux qui s'emballeraient suffisamment pour que nous nous en