

Natacha, une médium

Mon parcours d'études dans l'univers de la médium-nité a duré plusieurs années. Dès mon enfance, j'ai ressenti un vif intérêt pour tout ce qui concerne l'Aut-delà, les médiums et les Esprits. À l'âge de neuf ans, j'avais perdu mon papa, et ayant côtoyé la mort d'aussi près, j'étais en recherche de réponses. À dix ans, je me baladais avec une planche *ouija*¹ que j'avais fabriquée moi-même. Je proposais à mes camarades d'école de l'utiliser pour contacter les morts, sans savoir à quoi nous jouions, car je n'en avais pas encore conscience. Durant cette période, j'ai eu mon premier contact avec mon père, en présence de mes amis, qui n'ont pas dû vraiment comprendre ce que nous faisions.

1. Le ouija est une planche sur laquelle apparaissent les lettres de l'alphabet latin ainsi que les termes « oui », « non », et censée permettre la communication avec les Esprits. Un objet se déplace sur la planche, en indiquant les lettres, qui vont former des mots. Le déplacement de l'objet est attribué aux Esprits.

J'ai ensuite grandi, je me suis mariée et j'ai eu quatre enfants. La vie m'a emmenée dans ses expériences ; je n'ai plus pensé à contacter les défunts.

Le monde spirituel m'a suivie de loin, pour ne pas me perdre, me donnant, de temps en temps, un petit rappel. Ma grand-mère paternelle s'est clairement manifestée : je l'ai vue, quelque temps après son décès. Je rencontrais aussi souvent des personnes qui me parlaient de médiums, d'Esprits, comme si l'on voulait accroître mon intérêt.

À mes trente-neuf ans, soudainement, j'ai ressenti le besoin de m'inscrire à des formations de médiumnité, suscitant un grand étonnement de la part de mon mari, qui est tombé de haut, car il était totalement fermé à ce genre de pratique.

L'apprenti médium suit des journées ou des semaines de formation, dispensée par des médiums expérimentés. Pendant dix ans, j'ai pu m'instruire en Suisse, grâce à des enseignants locaux et anglais, provenant de l'Arthur Findlay College¹, la haute école de spiritisme et de sciences psychiques.

Cette discipline m'a offert un développement personnel important, me permettant de travailler certaines blessures, peurs et croyances inutiles. La croissance de certaines capacités innées, comme l'intuition, m'a permis de ressentir et d'avoir une connaissance immédiate de certaines

1. L'Arthur Findlay College est un centre résidentiel où les étudiants peuvent étudier la philosophie et la pratique religieuse spirites, la guérison et la conscience spirites, le développement spirituel et psychique, et les disciplines apparentées. Ce collège est situé à Stansted, au Royaume-Uni.

choses, sans recourir au raisonnement. Un travail plus approfondi m'a introduite, ensuite, à la *lecture psychique*, le fait d'être en mesure de donner, à une personne inconnue, des informations pertinentes sur sa vie, son passé, peut-être sur ses besoins actuels et futurs. Finalement, le *contact avec les défunts* est une pratique qui permet de voir, de ressentir ou d'entendre l'Esprit d'une personne décédée. Celui-ci donne des informations pertinentes sur la vie qu'il a vécue, afin qu'il soit reconnu et puisse éventuellement transmettre un message.

Lors de ces formations, j'ai aussi appris la trans-guérison. Cette guérison spirituelle est donnée par le monde des Esprits, à travers le médium ; ce dernier se trouve dans un état de conscience modifié, afin de laisser passer librement l'énergie. Toutes ces pratiques m'ont offert beaucoup de joie, de satisfactions, d'émotions, et de belles rencontres.

J'ai également compris qu'être un médium sérieux, qui travaille avec les Esprits, exclut totalement la voyance, la lecture du futur et les rituels pour obtenir quelque chose. Ces « compétences » humaines, non médiumniques, n'intéressent pas le monde spirituel, car celui-ci les considère comme futiles, voire blasphématoires.

Pendant ces dix années, je savais que j'étais sur la bonne voie, mais je ne trouvais pas ma place ni ne comprenais ce que je devais vraiment accomplir pour être à l'aise avec mes capacités. Les Esprits aident l'homme, grâce à l'inspiration occulte. En revanche, ils ne l'exemptent ni du travail ni des recherches, afin de lui en laisser le mérite.

DIALOGUES AVEC LES ÊTRES DISPARUS

Ainsi, le jour où j'ai finalement accepté le don de l'écriture automatique, j'ai alors compris ma mission de vie actuelle. L'inspiration que j'ai reçue me disait que je devais écrire, poser un stylo sur du papier et attendre, patienter, croire. C'était une évidence ; je me sentais à l'aise, heureuse, soutenue et reconnaissante.

Dans le passé, j'avais déjà ressenti cet appel, car j'avais reçu des signes clairs d'encouragement du monde spirituel. Éprouvant encore de nombreux doutes sur ce que je ressentais, j'en avais parlé à une médium qui, à l'époque, m'avait formée. Toutefois, elle m'avait dissuadée de poursuivre cette démarche, en m'expliquant que l'écriture automatique était une affaire de « grands médiums », en état de conscience modifié (transe). Selon elle, il n'était pas possible que je puisse pratiquer cette technique.

Aujourd'hui, je suis reconnaissante envers le monde spirituel d'avoir insisté pour me faire comprendre que c'était bien ce qu'il désirait pour moi.

L'Esprit

Grâce à la *doctrine spirite*¹ et aux œuvres d'Allan Kardec, Chico Xavier et d'autres, mais aussi aux enseignements que je reçois personnellement, j'ai pu perfectionner mes connaissances sur les Esprits et l'Au-delà.

Le spiritisme a plusieurs résonnances : comme science, il étudie les relations avec le monde spirituel ; comme philosophie, il réunit un ensemble de principes et de règles de conduite qui visent à rechercher la vérité sur la vie, la mort et Dieu.

Un Esprit est l'âme de ceux qui ont vécu sur la Terre, ou dans d'autres endroits, sans l'enveloppe du corps matériel. Le corps physique est pesant, grossier et destructible, tandis que le corps de l'Esprit, lui, est fluide, éthéré, léger

1. Allan Kardec définit le spiritisme comme une doctrine fondée sur la croyance en Dieu, en la réincarnation, en la communication avec l'Au-delà, mais aussi en l'existence des manifestations du monde des Esprits et en leurs enseignements qui recèlent des lois morales.

et indestructible ; il se sépare du corps matériel au moment de la mort de celui-ci.

L'âme vient dans un corps humain pour faire des expériences, afin d'évoluer, grâce à ce qu'elle apprend, lors de sa vie terrestre. Comme une chenille qui se transforme en papillon, elle doit déchirer le cocon au sein duquel s'est opérée cette métamorphose.

Afin de se libérer et de prendre son envol, l'âme quitte le corps physique lorsqu'elle a terminé son apprentissage, sa transformation, pour s'envoler vers le monde spirituel. Les Esprits sont libres. Ils communiquent quand ils veulent, avec qui ils le désirent et lorsqu'ils le peuvent, car ils ont des occupations. Ils sont attirés par la sympathie, la similitude des goûts et des caractères, mais aussi par l'intention qui désire leur présence. Pour cette raison, la croyance selon laquelle « il ne faut pas déranger les morts » est obsolète : les morts viennent de leur plein gré, quand ils en ont envie, et même sans les appeler.

Toutefois, jamais les Esprits ne nous diront ce que nous devrions faire, dans notre vie, parce que l'être humain doit se déterminer librement et par lui seul. De plus, ils ne peuvent répondre que sur ce qu'ils savent, selon leur propre avancement ; ainsi, leurs aptitudes se reconnaissent à travers leur langage.

Par exemple, s'ils communiquent pour soutenir notre croissance spirituelle, le langage des Esprits bons et supérieurs est toujours digne, noble, logique, exempt de

L'ESPRIT

contradictions, rayonnant de sagesse, de bienveillance, de modestie, exprimant la morale la plus pure, concise, sans paroles inutiles. Les Esprits supérieurs ont, en plus, une délicatesse, une beauté et tant de poésie dans leurs écrits, ce qui permet de les distinguer des autres.

La séance

Dans mon petit bureau confortable, aménagé avec soin, je reçois les personnes qui ont pris un rendez-vous pour recevoir une lettre de l’Au-delà.

Je me prépare aux séances avec beaucoup de respect : une longue méditation est nécessaire pour que je puisse me connecter au monde spirituel. Lors de ces moments d’union, je ressens la présence des Esprits auprès de moi. Celle-ci se manifeste par des changements radicaux de température, d’énergie, par leur toucher sur ma tête, sur mon front et dans mon cœur. Juste avant une rencontre, je me demande qui sera l’Esprit présent au rendez-vous. Une maman, un fils, une sœur, un ami ? Qui viendra apporter l’amour du monde spirituel ? J’allume toujours une bougie, par estime et affection envers les visiteurs de l’Au-delà, et symboliquement, parce que la lumière divine amène la joie et l’amour. Le temps nécessaire pour une session d’écri-

ture peut varier entre quarante-cinq minutes et une heure et demie.

Hommes, femmes, personnes jeunes ou âgées, je n'ai pas de « client type », mais je fais de magnifiques rencontres. Généralement, ces personnes ont été conseillées par quelqu'un qui est déjà venu me consulter. Inévitablement, elles se posent de nombreuses questions et attendent des réponses. Elles doutent et veulent des preuves ; elles éprouvent des peurs et veulent être rassurées.

Une séance est un moment intime entre un Esprit et un être humain, et entre les deux se trouve le médium. Je suis donc le moyen, le bras, le scribe d'une lettre d'ailleurs. Parfois, une sensation incroyable de paix intérieure m'envahit. D'autres fois, je suis anxieuse et nerveuse. Je sais que ces sentiments ne m'appartiennent pas, mais que je capte l'état émotionnel de l'Esprit présent, selon ce qu'il se prépare à écrire. Je ressens fréquemment, au moment de poser le stylo sur le papier, l'identité de l'écrivain qui me chuchote à l'oreille le lien l'unissant au destinataire de sa lettre. Lorsque j'annonce qui va écrire la lettre, certaines personnes s'effondrent en larmes, d'autres restent figées, en attente de la suite, et quelques-unes ne peuvent cacher leur déception : elles attendaient quelqu'un d'autre. Comme une visite du monde spirituel doit toujours être acceptée avec gratitude, cela me fait de la peine pour l'Esprit. En effet, les Esprits ne sont pas toujours disponibles ; si l'un se présente plutôt qu'un autre, il y a une raison, qu'il faut accepter. Une visite du monde spirituel est toujours un don.

Pendant la séance, lorsque l'Esprit écrit et que mon bras travaille, je lis à haute voix le texte, afin que la personne qui le reçoit puisse en connaître le contenu instantanément. En lisant, je suis envahie par un flux de mots ; ma conscience peut s'altérer légèrement. Cet état est très paisible pour moi, même si de temps à autre, ma main est si tendue que j'ai besoin d'une petite pause. Parfois, la lettre s'écrit rapidement ; d'autres fois, lorsque je pose le stylo sur le papier, je dois attendre quelques minutes avant d'y voir apparaître les premiers mots. Je ne connais jamais le texte à l'avance, et après, je me rappelle uniquement certains passages. Il peut m'arriver de ressentir intensément un Esprit ému et que quelques larmes coulent de mes yeux.

À la suite de cette lecture, les réactions peuvent être variées. Dans la majorité des cas, ce sont des larmes de joie et de guérison, des rires ou des explications à mon attention, concernant la vie passée de l'Esprit, qui m'aident à saisir le sens de ce qui a été écrit. Parfois, certaines personnes ont de la peine à comprendre ce qui leur est écrit, et elles sont déçues. D'autres, plus timides et retenues, ne disent pas un mot.

Concernant la pratique, l'écriture automatique peut varier selon l'énergie de l'Esprit présent. Certains d'entre eux écrivent lentement et le texte est lisible *a posteriori*, tandis que d'autres rédigent rapidement, donnant un résultat presque immédiatement illisible. Pour cette raison, j'ai décidé d'enregistrer ces séances, afin de pouvoir ensuite retranscrire facilement les lettres

DIALOGUES AVEC LES ÊTRES DISPARUS

en les réécouter. Je retranscris toutes les lettres ou je demande au destinataire de le faire, parce qu'il est très important de les relire, quelque temps après, pour mieux les comprendre.

À la suite de ces séances, je reçois souvent des messages de remerciements qui me touchent profondément.