





*Pour un éveil  
des Consciences*



*Christel Guennec*

# *Pour un éveil des Consciencences*

*S'affranchir des programmes de la matrice*

**Pour un éveil des Consciences**

**S'affranchir des programmes de la matrice**

© Christel Guennec, 2024

Email : [pour-un-veil-des-consciences@my.mail.fr](mailto:pour-un-veil-des-consciences@my.mail.fr)

Illustration : La " Tête Carrée" de Sacha Sosno, Nice.

Dessin de Christel Guennec

ISBN : 979-10-424-3502-8

Ce livre a été publié en France sur [www.bookelis.com](http://www.bookelis.com)

Tous droits de reproduction, d'adaptation et de traduction, intégrale ou partielle réservés pour tous pays.

L'auteur est seul propriétaire des droits et responsable du contenu de ce livre.





*« La matrice est partout, tout autour de nous, elle nous enveloppe, même dans cette pièce. Tu peux la voir quand tu regardes par la fenêtre ou quand tu allumes la télévision... C'est le monde qu'ils ont mis devant tes yeux pour t'empêcher de voir la vérité. Tu es un esclave comme tout le monde, tu es né en captivité dans une prison de l'esprit que tu ne peux ni sentir ni toucher ni goûter.*

*Que veut dire réel ?*

*Comment tu définis la réalité?*

*Si tu penses à ce que tu peux sentir, toucher, goûter et voir, alors le réel n'est rien de plus que des signaux électriques interprétés par ton cerveau. C'est ça le monde que tu connais.*

*La matrice. »*

*Wachowski brothers - The Matrix - 1999*



Ce livre est le résultat d'un cheminement initié en 2011. Il est issu de mes questionnements, recherches, tâtonnements, expériences personnelles, lectures, introspections, prises de conscience... Il n'a aucunement l'intention d'apporter une solution miracle ni des réponses toutes faites. Étant généralement admis que l'expérience ne sert qu'à soi, entrer dans le contenu précis de certains événements vécus ne présenterait pas d'intérêt, même si ce sont eux qui ont été le déclencheur de toute cette aventure. L'idée est davantage de se concentrer sur des éléments structurels qu'événementiels. Néanmoins, je sais combien certains témoignages et points de vue peuvent donner des clés ou activer des processus internes susceptibles de remettre du mouvement là où cela est nécessaire.

Ce qui va suivre s'adresse à quiconque se pose sincèrement des questions sur le sens de la vie, sur qui il est, le monde qui l'entoure, peu importe où il en est dans sa réflexion. Il nécessite d'être ouvert d'esprit sans être crédule. Il n'est pas destiné à ceux qui ont la critique gratuite et facile, ni à ceux qui rechignent à l'idée de se remettre en question et qui n'ont pas le courage de retourner le miroir vers eux. Le lecteur est libre d'en penser ce qu'il veut, mes propos n'ont pas vocation à convaincre ni à plaire. Ils reflètent là où j'en suis à ce jour de la façon la plus fidèle et authentique qui soit. Apporter mon retour d'expérience dans le contexte actuel me tient à cœur : l'intelligence est collective et c'est grâce à la participation de tous que chacun peut avancer.

J'ai rencontré des personnes exceptionnelles qui ont jalonné mon parcours et pour lesquelles j'ai énormément de gratitude. Elles ont nourri ma réflexion, m'ont fourni de précieux éclairages ou conduit à des prises

de conscience cruciales. Elles ont contribué à ma libération psychologique et m'ont permis de faire le travail qui s'imposait, à savoir déconstruire tout ce qui était voué à s'effriter, quelquefois de manière douloureuse mais toujours salvatrice. Chacune a apporté une pièce à mon puzzle et peu à peu, m'a amenée à sortir de la cécité dans laquelle la société m'avait plongée.

Il m'est si souvent arrivé au cours d'une discussion d'être frustrée de ne pouvoir partager tout cela. Rassembler tout ce qui fourmille dans mon esprit, l'organiser de manière cohérente afin de le transmettre oralement de la façon la plus claire qui soit aurait demandé trop de temps. Par moments je semais des bribes comme on sème des graines au vent dans l'espoir qu'elles germent. D'autres fois j'employais des raccourcis tels que mon message en devenait caricatural ou contre-productif. La meilleure façon était donc, non pas d'en parler, mais de prendre le temps de le poser à plat. Voilà qui est chose faite.

C'est donc en quelques sortes le puzzle reconstitué de ce qu'il m'importe de transmettre que je vous présente ici.

*« Autant que je puisse en juger, le seul but de l'existence humaine est d'allumer une lumière dans l'obscurité de l'être. »*

*Carl Gustav Jung*



## 1 – *C'est Maintenant !*

Pour certains d'entre nous, les épreuves de 2020 ont amorcé un tournant sans précédent. De ceux que l'on a du mal à négocier et qui nous éjectent hors des rails.

2020 a été un coup de massue. L'événement de trop pour qui avait déjà ouvert un œil, pareil à la sonnerie stridente qui nous propulse hors du lit.

2020 a été un tsunami. Un mur d'eau qui a balayé ce qu'il restait des fondations illusoire sur lesquelles ce monde était bâti.

2020 a été un ultimatum. Il nous a mis au pied du mur, nous a contraints à faire des choix et à nous positionner.

2020 a été un point de bascule... Celui qui signe la fin d'une ère, la fin du *monde d'avant*. Et c'est maintenant que tout se joue ! Oui, c'est MAINTENANT !

Il nous a pris au dépourvu. Nous n'étions pas prêts... Pourtant, gamins, on y croyait, on l'espérait. On en rêvait de cet *autre monde*... Mais le temps a eu raison de nous. Les jours se sont égrainés un à un, se sont empilés sournoisement en semaines, en mois, en années. Ces jours durant lesquels on a fini par s'engourdir, s'endormir. Et le jeune rebelle a revêtu le costume de l'adulte résigné... On avait rendu les armes. Puis on avait oublié. On n'était plus que des ombres, glissant le long des murs, sans consistance, sans épaisseur. Y avait-il une vie avant la mort ?

Et soudain c'est le jet d'eau glacé, cinglant, brutal. On ne s'y attendait pas... ou plus ! Alors hypnotisé comme le lapin dans les phares, on n'ose plus bouger, on est pris au piège. On attend fébrilement que ça passe. Et que le ronron de la douce routine mortelle dans laquelle on était enlisé

revienne... comme avant... On s'y était accoutumé après tout et surtout, elle, on la connaissait !

Mais comment avait-on pu en arriver là ? À désirer ce que l'on avait toujours rejeté ? Ce monde d'*Avant* ?

Il faut dire qu'on ne l'avait pas vu comme ça ce *Maintenant*... Et surtout, on ne le voulait pas comme ça ! On se l'imaginait habillé de connu, sans réelle surprise. Ou une toute petite surprise, juste un peu feinte, comme une fête d'anniversaire quand on ouvre la porte et que tout le monde est caché derrière... Il serait arrivé escorté et en fanfare, on l'aurait vu venir de loin, tout brillant qu'il aurait été dans son costume à paillettes ce *Maintenant* tant rêvé. On l'aurait accueilli avec des fleurs, du champagne, on aurait allumé les lampions et on aurait dansé sur la plage... On aurait fait ça bien ! Proprement. Dignement. Comme avant...

Non, ce n'était pas ce *Maintenant*-là qu'on voulait.

Mais le voilà frappant à nos porte, il nous appelle, hurlant, sifflant dans nos tympan fragiles. Comment ? On s'était endormis ? Allez, debout ! Il est temps ! C'est maintenant ! Il n'y en aura pas deux, il n'y a que celui-là. Oui, c'est *Maintenant* !

Il est temps de se souvenir qu'à l'intérieur de chacun de nous c'est brûlant, ça pulse, ça rayonne. Temps de s'allier et de s'unir pour ce grand *Maintenant* inespéré !

Il ne s'agit pas de se *battre contre* quoi que ce soit en employant d'anciennes méthodes aussi poussiéreuses qu'inefficaces, d'autant qu'elles ont suffisamment prouvé qu'elles servaient en définitive le camp adverse. Il est vain de chercher à colmater les fuites de la galère sur laquelle on rame.

Nous ne changerons pas le monde, nous ne changerons pas les autres, ni par la persuasion ni par la violence. Tout ce que nous pouvons faire c'est nous changer nous-même et c'est déjà beaucoup ! Pour y parvenir, il nous faut oser partir à la rencontre de qui l'on est, apprendre à se connaître.

J'ai reçu en séances de nombreuses personnes qui semblaient terrifiées à cette idée. Combien de fois ai-je eu envie de demander :

« Qui es-tu au fond ? Oui, là, au fond ? Tout au fond de toi ? Derrière ce visage que tu regardes dans la glace le matin ? Derrière ce masque lisse, policé, civilisé, que tu portes docilement depuis toutes ces années ? Derrière ce Moi factice que tu t'es construit pour t'adapter à ce Système malade, sans même t'en rendre compte ?

Qui es-tu si tu arrêtes de gommer ce qui dépasse, de camoufler ce qui déborde, de dompter la bête qui grogne, de séquestrer cet inconnu qui t'habite et que tu as si peur de rencontrer ? Cet inconnu... peut-être le juges-tu rempli de ces défauts contre lesquels tu luttas ou dont tu as honte : trop paresseux, trop violent, trop sombre, trop coléreux, trop... ou pas assez... pas assez courageux, pas assez fort, pas assez intelligent... ? Ce *mister Hide* que tu imagines peut-être pareil à ce monstre abominable, tapi sous le lit dès que la lumière s'éteint... le même qui pousse les enfants à sauter loin du lit, des fois qu'il y serait encore au réveil...

Peut-être préférerais-tu être aveugle que de te voir tel que tu es, là, à l'intérieur ? On s'en raconte tellement... On préfère laisser croire aux autres... et croire à ses propres mensonges.

Si pour une fois tu osais soulever juste le coin du rideau pour voir ? Si pour une fois tu prenais une grande inspiration et tu regardais vraiment sous le vernis ? Oh, bien sûr, il y en a sûrement de ce sombre que tu redoutes. Oui, ça pique, c'est douloureux, ça déçoit... surtout l'ego. Ne fuis pas... Regarde-le. Ce sombre c'est aussi toi. Accepte-le... tu n'as pas

d'autre choix. Il a besoin que tu le reconnaises, peut-être que tu le pardonnes... qui sait ? Il a besoin de devenir un adulte conscient, éclairé, souverain, accompli.

Et derrière lui, comme l'arbre qui cache la forêt, tu découvriras d'autres facettes de qui tu es, certaines que tu ne soupçonnes même pas. Tu seras surpris. Parmi elles, il y en a qui sommeillent, comme ces graines qui ont besoin de soleil pour germer. Elle n'attendent que toi. Que tu arrêtes de jouer à être qui tu n'es pas. Que tu jettes enfin cet uniforme terne et moisi, que tu tombes ce masque ridicule. Tu n'as plus l'âge pour cette mascarade.

La vie n'a pas besoin que tu sois *normal*, ni comme les autres. La vie n'a que faire des pâles copies, des standards, des normes. Non, ce dont elle a besoin, c'est que tu sois vrai et authentique ! »

Voilà ce que je me retiens de leur dire... car cela ne servirait à rien s'ils ne sont pas prêts à l'entendre. Comment leur faire comprendre qu'ils sont prisonniers de leur programmation et qu'ils défendent eux-mêmes, sans le savoir, les murs de leur prison mentale ? Comment leur expliquer en quelques mots ?

C'est là toute la raison d'être de ce livre. Alors si vous vous êtes prêt, je vous invite à plonger avec moi dans les coulisses de notre perception du monde.

*« L'éveil n'est pas une chose. Ce n'est ni un but ni un concept. Ce n'est pas quelque chose qu'on obtient. C'est une métamorphose. »*

*Alejandro Jodorowsky*