

HYMNE A LA GRATITUDE
Le retour à SOI
Guide d'éveil spirituel

Jacques STEREDENN

Tous droits réservés pour tous Pays. En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage sans l'autorisation expresse de l'auteur, à l'exception du droit de courte citation.

Les citations de ce recueil demeurent la propriété intellectuelle de leurs auteurs originaux et sont soumises aux règles du droit de courte citation. La volonté de l'auteur étant de leur rendre hommage, de les faire connaître, de les relier au lecteur.

Design de la couverture : Agathe PUYOL

Livre publié sur www.bookelis.com

ISBN : 979-10-227-7182-5

© Jacques STEREDENN

Dépôt Légal : 08-2018

*"La plus grande découverte de ma
génération est que les êtres humains
peuvent changer leur vie en modifiant
leurs attitudes d'esprit"*

William JAMES

Ce livre est votre livre,

À vous toutes et tous

À Yahvé, Joshua, Bouddha

Aux Maîtres Confucius, Lao-Tseu

Au Dalai Lama

Aux bienfaiteurs de l'Humanité

Aux Hommes et Femmes qui s'éveillent

À toutes celles et ceux qui souhaitent

l'AMOUR et la PAIX

Table des matières

Préface Aline PEUGEOT
Au commencement
Vers la compréhension
Gratitude
J'ai le droit
Je suis
Si je
La Joie de la Prière
Le Yin et le Yang
L'éternité du Temps
L'Âme agit des Mantras
L'Equilibre de mes Chakras
Le pouvoir des Runes
Les pierres de soin
Je retrouve mon don
L'énergie cosmique
Training énergétique
J'élimine la Croyance que...
Le Pardon et la Réconciliation
Je trace mon propre chemin
Pour aller plus loin

Préface
Aline PEUGEOT

Auteur du livre :
"Du chaos à l'éveil spirituel"
Édition Exergue

Je remercie tout d'abord l'auteur pour sa confiance, car je sais combien il est difficile de confier nos écrits lorsqu'ils sont le fruit d'un accouchement intime et profond.

Jacques délivre ici tout le cheminement, les compréhensions, les clefs de vérités universelles par lesquelles il a retrouvé la paix du cœur et de l'âme.

Ce livre est une véritable mine de renseignements qui mène par la compréhension et l'intégration de valeurs et lois essentielles à la plénitude de l'état d'Âme.

Les bases sont judicieusement résumées et exposées, laissant au lecteur libre choix d'approfondir le sujet qui l'interpelle.

Cette pépite est un véritable guide spirituel pour celui qui chemine sur cette voie.

Il peut être utilisé quotidiennement au hasard des pages, tel un oracle, au message en adéquation avec votre évolution du moment.

Merci Jacques pour ce don de vous, condensé de votre propre parcours, au service de votre prochain, votre pierre à l'édifice d'une humanité éveillée.

Un trésor à garder près de soi, telle une bible de vérités immuables et sacrées, un support dont la magie opère au gré des pages. Une véritable et profonde transformation ou transmutation devrais je dire, car de la souffrance apparaît la joie, du brouillard naît la clarté, du désespoir survient la sérénité.

Laissez vous emporter par l'alchimie divine qu'opèrent ses mots épanchés avec et par Amour inconditionnel.

AU COMMENCEMENT

*"Dans chaque épreuve, Ne cherchez pas
l'ennemi, Cherchez l'enseignement"*

Mikao USUI

Je suis petit fils d'immigrés Catalans Espagnol.

Mes grands-parents, comme beaucoup de Catalans, ont quitté leur Pays sous le régime de FRANCO, afin de se réfugier en France.

Cette nécessité de fuir leur Pays pour ne pas mourir, a été une grande souffrance pour eux.

Ce contexte de souffrance conduira à la violence par la suite et ne quittera plus jamais la famille.

Mon père, incarné Jean, né en 1924 à Bordeaux a eu une enfance simple après que la famille se soit installée dans le sud-ouest.

Rien ne le prédestinait à la violence à laquelle il sera confronté alors qu'il n'avait que 16 ans.

1940, il est réquisitionné par le STO. Avec son caractère bien trempé, il s'y oppose.

C'est alors que l'enfer commence pour lui. Il est embarqué par les services Français et envoyé dans les camps en Allemagne.

La rage au ventre et l'envie de vivre, il ne pense qu'à une seule chose, fuir cette condition.

Après de multiples tentatives, avec les conséquences induites, il réussit à déjouer la vigilance de ses geôliers.

Commence alors un long périple à travers l'Allemagne et la Suisse. Arrivé en France, 35 kilos, il est psychologiquement atteint.

C'est à ce moment que le désir de vengeance s'installe chez lui avec son cortège de violence à suivre.

Tout semblait pourtant lui sourire à nouveau. La rencontre de sa mère, Marie, à Montpellier avec qui il partageait la pratique du Karting, paraissait apaiser ses blessures.

Cette soif immense de reconnaissance, il la puisait dans la compétition de Karting qu'il affectionnait tant. C'était son exutoire, sa soupape pour ne pas exploser.

Mais un accident va mettre un terme à cette carrière dont il rêvait tant.

S'en suivra une période très sombre. Il fréquentera le milieu de la nuit avec tout ce que cela comporte.

Il sombrera dans l'alcool, dont il ne sortira jamais, et l'entraînera dans la spirale de la violence.

D'abord violent avec celle qui sera plus tard ma mère. Il essaiera de l'entraîner dans la prostitution.

Elle osera malheureusement s'opposer à lui. Ce sera le début du calvaire de femme battue et violée, apeurée devant tant de haine.

Elle en gardera les séquelles jusqu'au jour de son décès en janvier 2018.

Il commencera à sortir de plus en plus et à accumuler les conquêtes qu'il contraindra à se prostituer pour lui.

Et moi dans tout cela.

Ma mère voulait un enfant, l'enfant qui compense la souffrance. Elle fera tout pour avoir cet enfant, elle y parviendra, je suis là.

Mon père ne voulait pas d'enfant, il avait assez à faire avec lui-même. Je n'étais pas le bien venu. Pire, il frappait ma mère pour qu'elle perde ce bâtard comme il disait.

Moi, j'étais bien accroché et décidé à vivre. Pourquoi, je ne le sais pas, mais la

vie me l'enseignera très vite après ma naissance.

J'ai subi de nombreuses violences physiques jusqu'à l'adolescence.

Ce conditionnement m'a très tôt obligé à trouver les ressources, en moi, pour continuer à vivre.

Mes parents, deux énergies opposées étaient là pour expérimenter cette violence pour ensuite la dépasser.

Ils n'en n'ont pas été capables durant leur vie terrestre. Je ne leur en veux pas et leur souhaite, dans une nouvelle incarnation, de trouver la lumière de la Paix, de l'Amour et de la Joie.

Gratitude à mes parents de m'avoir accueillis dans cette expérience. Je ne suis pas une victime, la plus haute conscience de moi à choisit de s'incarner dans la violence afin de comprendre, expérimenter puis réaliser l'AMOUR dans cette vie.

Le chemin a été long très long. J'ai beaucoup souffert et beaucoup lutté contre mes démons.

A plus de 50 ans, je suis maintenant en paix.

Ils ont fait de leur mieux, avec leurs blessures et conditionnements.

A travers tout cela, j'ai compris que je ne suis pas les pensées qui me traversent, que je ne suis pas non plus le petit personnage égotique.

Hymne à la Gratitude est là pour témoigner qu'il est possible d'Aimer, au-delà des blessures et que tout cela n'est qu'un jeu de la conscience, que tout cela n'est qu'illusion et que :

*" Rien de Réel n'est menacé, Rien d'Irréel
n'existe, En cela réside la Paix de Dieu"*

Une cour en miracle

William THETFORD