

Extrait du livre du Docteur Deepak Chopra : Le livre des coïncidences

(De la page 29 à 41 du format poche)

1

Matière, conscience mentale et esprit

Nos trois niveaux d'existence

Dès l'instant où nous devenons conscients du monde qui nous entoure, nous commençons à réfléchir à la place que nous y occupons. Les questions que nous nous posons sont éternelles : « Pourquoi suis-je ici ? Quel est mon rôle dans tout cela ? Quel est mon destin ? » Enfants, nous avons tendance à nous représenter le futur comme une feuille blanche sur laquelle nous allons pouvoir écrire nos propres histoires. Les possibilités sont infinies ; la promesse de la découverte et le pur plaisir de vivre immergés dans tant de potentiel nous emplissent d'énergie. Mais nous grandissons, devenons adultes, « apprenons » à connaître nos limitations, et notre perspective du futur se restreint. Ce qui un jour avait stimulé notre imagination nous accable à présent d'un sentiment de crainte et d'anxiété. Ce qui paraissait sans limites devient étroit et sombre.

Il existe un moyen de regagner la joie et l'enthousiasme d'un potentiel infini. Tout ce qu'il faut pour cela est une compréhension de la véritable nature de la réalité, le désir de reconnaître l'interconnexion et l'inséparabilité de toute chose. Ensuite, à l'aide de techniques spécifiques, vous verrez le monde s'ouvrir à vous, et la chance et les opportunités qui se présentaient de temps à autre arriveront de plus en plus souvent. Quelle est la puissance de la synchrodestinée* ? Imaginez un instant que vous vous trouvez, une lampe de poche à la main, dans une pièce totalement sombre. Vous allumez votre lampe et vous apercevez un magnifique tableau accroché au mur. Vous pensez : « Voilà certainement une splendide œuvre d'art, mais y-a-t-il autre chose ici ? » Soudain, la pièce s'illumine par le haut. Vous regardez autour de vous et vous réalisez que vous êtes dans un musée, et que tous les murs qui vous entourent sont recouverts de centaines de tableaux, tous plus beaux les uns que les autres. Alors que toutes ces possibilités se révèlent à vous, vous réalisez que vous avez une vie entière pour étudier et aimer l'art. Votre perspective ne se limite plus à un seul tableau faiblement éclairé par le faisceau de votre lampe de poche.

Telle est la promesse de la synchrodestinée. Elle allume les projecteurs. Elle nous rend capables de remplacer les tâtonnements aveugles par de vraies décisions au fur et à mesure que nous avançons dans la vie. Elle nous permet de voir dans le monde un sens, de comprendre la connexion ou la synchronicité de toute chose, de choisir le genre de vie que nous voulons vivre et de mener à bien notre voyage spirituel. Avec la synchrodestinée nous pouvons mener à bien notre existence selon nos intentions.

La première étape, pour vivre ainsi, est de comprendre la nature des trois niveaux d'existence.

LE DOMAINE PHYSIQUE

Le premier niveau d'existence est physique ou matériel. C'est l'Univers visible, le monde que nous connaissons le mieux, ce que nous appelons le monde « réel ».

Il englobe la matière et les objets dotés de frontières déterminées, tout ce qui est tridimensionnel, et inclut tout ce dont nous faisons l'expérience à l'aide de nos cinq sens – tout ce que nous pouvons voir, entendre, éprouver physiquement, goûter et sentir. Il comprend notre corps, le vent, la terre, l'eau, les gaz, les animaux, les microbes, les molécules et les pages de ce livre.

Dans le domaine physique, le temps paraît s'écouler en une ligne si droite que nous l'appelons la flèche du temps – du passé au présent et vers le futur. Cela signifie que tout, dans le domaine physique, a un commencement, un milieu et une fin, et est par conséquent, impermanent. Les êtres sensibles naissent et meurent. Les montagnes s'élèvent, jaillissant du noyau en fusion du globe terrestre, et sont à nouveau abaissées par l'implacable érosion de la pluie et du vent.

Le monde physique, tel que nous en faisons l'expérience, est gouverné par d'immuables lois de cause à effet de sorte que tout y est prévisible.

La physique de Newton nous permet de prévoir l'action et la réaction, ce qui fait que lorsque des boules de billard se percutent à une vitesse particulière et dans un certain angle, nous pouvons anticiper avec exactitude la trajectoire qu'empruntera chacune d'elles sur la table de billard. Les scientifiques peuvent calculer précisément le moment où une éclipse solaire se produira, ainsi que sa durée. Toute la compréhension de « bon sens » que nous avons du monde provient de ce que nous savons de ce domaine physique.

LE DOMAINE QUANTIQUE

Au second niveau d'existence, tout est information et énergie. C'est ce que l'on appelle le domaine quantique. A ce niveau tout est insubstantiel, ce qui veut dire que rien ne peut être touché ni perçu par aucun des cinq sens. Votre conscience mentale, vos pensées, votre égo, la partie de vous à laquelle vous vous référez habituellement comme à votre « soi » font tous partie du domaine quantique. Ces choses n'ont pas de solidité et cependant vous savez que votre soi et vos pensées sont réels. Le domaine quantique, bien qu'il soit particulièrement confortable d'y penser en termes d'esprit, recouvre un champ bien plus vaste. Tout, dans l'Univers visible est en fait une manifestation de l'énergie et de l'information du domaine quantique.

Une autre manière de formuler cela, est de dire que tout, dans le domaine physique, est constitué d'informations et d'énergie. La fameuse équation d'Einstein, $E=MC^2$, nous apprend que l'énergie (E) est égale à la masse (M) multipliée par la vitesse de la lumière (C) au carré. Cela nous dit que la matière (la masse) et l'énergie sont une même chose, mais sous des formes différentes – l'énergie *équivalut* à la masse.

L'une des premières leçons de science que l'on apprend à l'école énonce que tout objet solide est fait de molécules, et que les molécules sont constituées de plus petites unités appelées atomes. Nous en venons à comprendre que cette chaise apparemment solide sur laquelle nous sommes assis est constituée d'atomes, si petits qu'il est impossible de les voir sans l'aide d'un puissant microscope. Plus tard, dans la leçon nous apprenons que ces minuscules atomes sont faits de particules subatomiques qui n'ont aucune solidité. Elles sont, au sens propre, des paquets ou des ondes d'information et d'énergie.

Cela signifie que, à ce second niveau d'existence, la chaise sur laquelle vous êtes assis n'est rien d'autre que de l'énergie et de l'information.

Ce concept peut être au premier abord malaisé à comprendre. Comment les ondes invisibles d'énergie et d'information peuvent-elles être expérimentées comme des objets solides ? La réponse est que, dans le domaine quantique, les événements se produisent à la vitesse de la lumière, et qu'à cette vitesse, nos sens sont tout simplement incapables de traiter la totalité des éléments qui contribuent à notre expérience perceptuelle. Nous percevons les objets comme différents les uns des autres parce que les ondes d'énergie contiennent différents types d'information, qui sont déterminés par la fréquence ou la vibration de ces ondes d'énergie. C'est comme lorsqu'on écoute la radio. Un poste réglé sur une station, disons 101,5 FM, n'émettra peut-être que de la musique classique. Modifiez à peine la fréquence, réglez-le sur, mettons, 101,9 et vous n'entendrez que du rock and roll. L'énergie code pour des informations différentes en fonction de la manière dont elle vibre.

Ainsi, le monde physique, le monde des objets et de la matière, n'est-il fait de rien d'autre que d'information contenue dans de l'énergie vibrant à différentes fréquences. La raison pour laquelle nous ne voyons pas le monde comme un gigantesque réseau d'énergie est qu'il vibre

trop vite. Nos sens, parce qu'ils fonctionnent si lentement, ne sont capables d'enregistrer que des portions de cette énergie et de cette activité, et ces agglomérats d'information deviennent « la chaise », « mon corps », « l'eau » et tous les autres objets physiques de l'Univers visible.

Cela ressemble à ce qui se passe lorsque nous regardons un film. Comme vous le savez, un film est constitué de nombreux instantanés photographiques, avec un espace entre chaque image. (...) Mais lorsque nous regardons le film lui-même, les images sont reliées et défilent si vite que nos sens n'identifient plus d'instantanés discontinus. Bien plutôt nous percevons un courant constant et régulier d'information.

Au niveau quantique, les différentes portions du champ d'énergie qui vibrent à des fréquences différentes et que nous percevons comme des objets solides font toutes partie d'un champ d'énergie collectif. Si nous étions capables de percevoir tout ce qui se passe sur le plan quantique, nous verrions que nous faisons tous partie d'une gigantesque « soupe d'énergie », et que tout, chacun d'entre nous et tous les objets du domaine physique, n'est qu'un agglomérat d'énergie flottant dans cette soupe d'énergie. A chaque instant, votre champ d'énergie entre en contact avec et agit sur tous les autres champs d'énergie, et aucun de nous réagit d'une manière ou d'une autre à cette expérience. Nous sommes tous des expressions de cette énergie et de cette information communes.

En fait, il nous arrive parfois de ressentir cette connexion. Il s'agit d'une sensation généralement très subtile, mais qui, à certaines occasions, devient plus tangible. La plupart d'entre nous ont déjà fait l'expérience d'entrer dans une pièce et d'y sentir « une tension si dense qu'on pourrait la couper au couteau », ou de se trouver dans une église ou un lieu saint et d'avoir l'impression d'être englouti par une sensation de paix. C'est l'énergie collective de l'environnement qui se mêle à notre propre énergie, et nous captons ce phénomène à un certain niveau.

Dans le domaine physique aussi, nous échangeons constamment de l'énergie et de l'information

Imaginez que vous êtes debout dans la rue, et que vous sentez l'odeur d'une cigarette fumée par quelqu'un qui marche vingt mètres devant vous. Cela signifie que vous inhalez le souffle de cette personne à une distance d'environ vingt mètres. Cette odeur n'est qu'un marqueur, signalant que vous respirez le souffle de quelqu'un d'autre. Si le marqueur n'était pas présent, si la personne marchant devant vous ne fumait pas, vous inhaleriez quand-même l'air qu'elle expire, mais sans le savoir puisqu'il n'y aurait pas de fumée de cigarette pour vous le signaler. Et qu'est-ce que le souffle ? C'est le dioxyde de carbone et l'oxygène qui proviennent du métabolisme de chaque cellule du corps de cet étranger. C'est ce que vous respirez, tout comme d'autres personnes respirent votre souffle. Nous sommes donc constamment en train d'échanger des petits bouts de nous-mêmes – des molécules physiques, mesurables, de notre corps.

A un niveau plus profond, il n'y a vraiment aucune frontière entre nous-mêmes et tout le reste du monde. Lorsque vous touchez un objet, il semble solide, comme s'il y avait entre lui et vous une délimitation distincte. Les physiciens diraient que nous faisons l'expérience de cette

frontière comme quelque chose de solide parce que tout est fait d'atomes, et **la solidité est la sensation produite par des atomes heurtant des atomes**. Mais réfléchissez à ce qu'est un atome. Un atome possède un petit noyau entouré d'un large nuage d'électrons. Pour visualiser cela, imaginez une cacahuète au milieu d'un stade de football. La cacahuète représente le noyau, et le stade, la dimension du nuage d'électrons autour du noyau. Lorsque nous touchons un objet, nous percevons la solidité quand les nuages d'électrons se rencontrent. Telle est notre interprétation de la solidité, étant donné la sensibilité (ou la relative insensibilité) de nos sens. Nos yeux sont programmés pour percevoir des objets sous forme tridimensionnelle et solide. Nos terminaisons nerveuses sont programmées pour sentir des objets sous forme tridimensionnelle et solide. Dans la réalité du domaine quantique, toutefois, il n'y a pas de solidité. Y-a-t-il solidité lorsque deux nuages se rencontrent ? Non. Ils se mélangent et se séparent. Un phénomène se produit lorsque vous touchez un autre objet. Vos champs d'énergie (et les nuages d'électrons) se rencontrent, de petites portions se mélangent, puis vous vous séparez. Bien que vous vous perceviez comme complet, vous avez laissé un petit peu de votre champ d'énergie à l'objet et vous avez gagné un petit peu de son champ d'énergie en échange. A chaque rencontre nous échangeons de l'information et de l'énergie, et c'est à peine changés que nous nous en allons. De cette manière également, nous pouvons voir à quel point nous sommes reliés à toutes les choses du monde physique. Nous sommes constamment en train d'échanger des portions de notre champ d'énergie, de sorte qu'à ce niveau quantique, au niveau de notre esprit et de notre « soi », nous sommes tous connectés. Nous sommes corrélés les uns avec les autres. Ce n'est donc que dans notre conscience qu'à partir de l'énergie et de l'information pures que nos sens limités créent un monde solide. Mais que se passerait-il si nous pouvions voir le domaine quantique – si nous avions des « yeux quantiques » ? Dans le domaine quantique, nous verrions que tout ce que nous considérons comme solide dans le monde physique, en fait, entre et sort en alternance d'un vide infini à la vitesse de la lumière. Tout comme les séquences d'images fixes et d'intervalles d'une bande de film, l'Univers est un phénomène de type « marche-arrêt ». La continuité et la solidité du monde n'existent que dans l'imagination, alimentées par les sens incapables de discerner les ondes d'énergie et d'information qui forment le niveau quantique d'existence. En réalité, nous sommes tous, par intermittence, dans et hors de l'existence – comme si nous « clignotions ». Si nous pouvions régler nos sens avec précision, nous verrions véritablement les espaces, les discontinuités dans notre existence. Nous sommes ici, puis nous n'y sommes plus, puis nous réapparaissons. La sensation de continuité n'est maintenue que par nos souvenirs.

Une analogie illustre ce point. Les scientifiques savent qu'un escargot a besoin de trois secondes pour enregistrer la lumière. Imaginez donc qu'un escargot soit en train de me regarder, que je quitte la pièce, cambriole une banque et revienne trois secondes plus tard. Pour l'escargot, je n'ai jamais quitté la pièce. Après d'un tribunal, cet escargot me fournirait un alibi parfait. Pour l'escargot, le temps que j'ai passé hors de la chambre tomberait dans l'un de ces intervalles entre les images de l'existence, intermittente, clignotante. Son sens de la continuité, à supposer que l'escargot en ait un, n'enregistrerait tout simplement pas cette interruption.

L'expérience sensorielle de tous les êtres vivants est ainsi une construction perceptuelle purement artificielle créée dans l'imagination. Dans une histoire zen, deux moines regardent le drapeau qui flotte au vent. Le premier dit : « Le drapeau ondule. » Le second dit : « Non, c'est le vent qui bouge. » Leur maître arrive et l'un d'eux lui demande : « Qui a raison ? Je dis que le drapeau bouge, et lui affirme que c'est le vent. » « Vous avez tort tous les deux, répond le maître. Seule la conscience bouge. » Et alors que la conscience bouge, elle crée le monde en l'imaginant.

Ainsi l'esprit est-il un champ d'énergie et d'information. Chaque idée est également énergie et information. Vous avez imaginé et fait naître votre corps physique et la totalité du monde physique en percevant une soupe d'énergie comme des entités physiques distinctes. Mais d'où vient donc l'esprit responsable de cette imagination ?

Troisième niveau d'existence

LE DOMAINE NON LOCALISE

Le troisième niveau d'existence est intelligence, ou conscience. On peut l'appeler domaine virtuel, domaine spirituel, champ de potentiel, être universel ou intelligence non localisée. C'est là que l'information et l'énergie émergent d'un océan de possibilités.

Le niveau le plus fondamental, le plus élémentaire de la Nature n'est pas matériel, ce n'est même pas une soupe d'énergie et d'information, mais **du potentiel pur**. Ce niveau de réalité non localisée opère au-delà de la porte de l'espace et du temps, qui n'existent simplement pas à ce niveau. Nous l'appelons « non-localisé » parce qu'il ne peut être délimité localement – il n'est pas « en » vous ni « là-bas ». Simplement, il est.

L'intelligence du domaine spirituel est ce qui organise la « soupe d'énergie » en entités connaissables. C'est ce qui assemble les particules quantiques en atomes, les atomes en molécules, les molécules en structures. C'est la force organisatrice derrière toute chose. Ce concept peut être malaisé à saisir. Un moyen relativement simple de penser à ce domaine virtuel est de reconnaître la nature duelle de vos propres pensées. Pendant que vous lisez ces mots, vos yeux voient les caractères imprimés en noir sur la page et votre esprit traduit ces impressions en symboles – lettres et mots – puis essaie de déduire leur sens. Mais prenez du recul et posez-vous la question : « Qui est-ce qui lit ? Quelle est la conscience sous-jacente à ces pensées ? » Devenez conscients de la dualité de ces processus intérieurs. Votre esprit est occupé à décoder, analyser, traduire. Alors, qui est-ce qui est en train de lire ? Il se peut que ce petit déplacement de l'attention vous permette de prendre conscience qu'il y a au sein de vous-même une présence, une force qui est toujours en train d'expérimenter. C'est l'âme ou l'intelligence non localisée, et son expérience a lieu au niveau virtuel.

Tout comme l'information et l'énergie fabriquent le monde physique, ce domaine non localisé (sans localisation) crée et orchestre l'activité de l'information et de l'énergie. Selon le docteur

Larry Dossey, auteur fort connu et pionnier dans le domaine de la métaphysique, les événements non localisés ont trois qualités qui les distinguent des événements limités au monde physique. Ils sont corrélés, et cette corrélation est *non médiate, non diminuée* et *instantanée*. Explorons brièvement ce qu'il entend par là.

Le comportement de deux événements subatomiques, ou plus, est une relation réciproque acausale, ce qui signifie qu'« un événement n'est pas la cause d'un autre événement, et cependant le comportement de l'un est immédiatement corrélé avec celui de l'autre, ou lui est immédiatement coordonné ». En d'autres termes, ils semblent danser sur le même air bien qu'ils ne communiquent pas l'un avec l'autre au sens habituel. Voilà ce que veut dire *non médiate*. La corrélation entre ces événements non localisés est également *non diminuée*, ce qui signifie que la force de la corrélation n'est pas affectée par la distance spatiale et temporelle. Si, par exemple, vous et moi étions dans une même pièce en train de discuter, ou dehors de part et d'autre d'une même rue, ma voix vous semblerait très différente. A cette plus grande distance, ma voix vous paraîtrait plus faible, voire inaudible. Si vous étiez dans le domaine non localisé, vous m'entendriez distinctement, *indépendamment du fait que je me trouve près de vous, de l'autre côté de la rue, à deux kilomètres ou sur un autre continent*.

Troisièmement, *instantané* signifie qu'aucun temps de voyage n'est nécessaire aux événements non localisés. Nous savons tous que la lumière et le son voyagent à des vitesses différentes, et c'est la raison pour laquelle nous voyons les éclairs au loin avant d'entendre le grondement du tonnerre. Avec les événements non localisés, un tel décalage n'existe pas, parce que les corrélations non localisées ne suivent pas les lois de la physique classique. Il n'y a pas de signal, il n'y a pas de lumière et il n'y a pas de son. Il n'y a pas de « chose » qui ait à voyager. Les corrélations entre les événements qui se produisent au niveau non localisé ou virtuel ont lieu instantanément, sans cause et sans affaiblissement dû au temps ou à la distance.

L'intelligence non localisée est partout en même temps et peut causer de multiples effets simultanément en divers endroits. C'est depuis ce domaine virtuel que tout, dans le monde, est organisé et synchronisé. Il est, d'ailleurs, la source de coïncidences si importantes pour la synchrodestinée. Lorsque vous apprenez à vivre à ce niveau, vous pouvez spontanément exaucer chacun de vos désirs. Vous pouvez faire des miracles.

Fin de l'extrait

**Synchrodestinée* : terme inventé par l'auteur, je cite : « Quand vous vivez votre vie en appréciant les coïncidences et leur signification, vous vous reliez avec le champ, sous-jacent, de l'infini des possibles. C'est là que la magie commence. C'est un état que j'appelle synchrodestinée ». Page 18 du même livre

Je suggère la lecture complète de ce livre, qui vous éclairera au sujet de la loi d'attraction.

[Qui est le Docteur Depak Chopra ?](#) (vidéo Youtube : interview d'Anthony Robbins : 9mn)

Être Soi-Même



Peggy DANEDE, life coach
17 avenue du Pasteur Rollin, 30140 ANDUZE
06 23 10 01 85
www.connexion-zen.com
Siret : 44862391800043