

# Introduction



*Le point de départ : la souffrance...*



# Introduction

Je transmets ici tout ce qui m'a été soufflé pendant les mois qui ont suivi « ma rencontre » avec le Christ. J'ai été guidée pas à pas pour écrire ces 7 étapes. A chaque fois, j'ai été redirigée vers la Bible.

Quand j'ai compris que je devais écrire ce qui m'était révélé, j'ai juste demandé : « Pourquoi ? ».

Et j'ai reçu : *Luc 3.4 « Préparez le chemin du Seigneur, aplanissez ses sentiers. »*

Cet enseignement nous éclaire, nous guérit, nous transforme...

*L'objectif ici n'est pas de vous convaincre mais de vous inspirer.*

*Je ne fais ici que transmettre quelque chose qui ne vient pas de moi.  
Je suis invitée à le faire de manière gratuite pour que tout le monde puisse en profiter.*

*Ce programme est à méditer...*





# Introduction

Le chemin qui est proposé ici s'inscrit clairement dans ce que Jésus appelait « la voie étroite » : une voie sage et lumineuse.

En effet, à notre époque, beaucoup de gens se perdent dans une spiritualité « extra-large » qui surfe sur de multiples courants spirituels et qui amène beaucoup de confusion.

Le chemin que nous allons emprunter ensemble est le chemin du cœur, mais un cœur empli de sagesse, d'amour et d'humilité.

*C'est une voie qui nous fait grandir intérieurement sans chercher à briller à l'extérieur, ni à plaire, ni à convaincre.*





# Introduction

Ma « rencontre » bouleversante avec Jésus-Christ, après plusieurs années d'accompagnement spirituel teinté de New Age, m'a permis de réaliser qu'IL EST LA VOIE !

A travers ces 7 étapes, IL vous suggère de Le suivre mais sans jamais vous y obliger...

***Pierre 5.10 :** « Le Dieu de toute grâce vous a appelés en Jésus-Christ à sa gloire éternelle. **Après que vous aurez souffert un peu de temps**, il vous rétablira lui-même, vous affermira, vous fortifiera, vous rendra inébranlables ».*





# La souffrance

Aux yeux de l'Homme, surtout à notre époque, la souffrance est inacceptable et elle est évitée à tout prix.

Le but n'est pas de rechercher la souffrance mais de s'en servir pour grandir.

La souffrance est comme un passage, une porte, qui nous dirige vers un trésor qu'on ne peut trouver qu'en empruntant **un chemin qui nous ramène à l'intérieur de nous-même.**

La souffrance n'est pas une malédiction !





# La souffrance

N'est-ce pas d'ailleurs cette souffrance qui vous a amené(e) vers moi et qui vous a donné envie de lire ces lignes ou d'écouter ma chaîne ?

Quand tout va bien dans notre vie, nous nous reposons généralement sur nos lauriers, nous restons dans notre zone de confort et nous ne progressons plus.

La souffrance peut provoquer un choc qui nous pousse à comprendre et à nous dépasser : **c'est comme une sorte de réveil qui nous permet de sortir de l'illusion !**





# La souffrance

Ce déclic débouche parfois sur une quête spirituelle qui peut prendre plusieurs formes :

- **Un désir de vérité** : comprendre qui l'on est vraiment et pourquoi on est là.
- **Un besoin de connexion** : chercher à se rapprocher de Dieu, du sacré ou d'une dimension spirituelle plus grande que soi.
- **Un chemin de transformation** : se libérer de ses illusions, de l'égo, et grandir intérieurement.
- **Une recherche de paix et d'amour** : trouver une stabilité intérieure, une joie durable, et vivre en cohérence avec ses valeurs profondes.





# La souffrance

Malgré tout, la souffrance reste souvent un grand mystère.

Nous ne comprenons pas car la souffrance est **un défi pour l'intelligence humaine**.  
Aucune explication rationnelle ne saurait nous satisfaire pleinement.

Comme nous ne comprenons pas toujours les plans de Dieu, nous ne comprenons pas non plus la souffrance.

Dieu n'a jamais souhaité la souffrance de l'homme, ce n'est pas une punition de Dieu.  
Mais en nous détournant de Dieu, nous nous punissons nous-même.

**Dieu** n'est jamais responsable de notre souffrance , mais plutôt **Celui** vers qui nous nous tournons pour obtenir de l'aide.







# La souffrance

Suivre l'exemple du Christ, c'est ne pas rester impassible, ni insensible devant la souffrance, mais c'est d'abord tout mettre en œuvre pour la faire cesser et ensuite, avec la grâce du Christ, essayer de la transformer en **une occasion d'aimer davantage**.

**Souffrir sans aimer est certainement la chose la plus atroce**, mais comprendre qu'à travers cette souffrance, sans la laisser nous écraser, nous rejoignons l'amour du Christ, cela peut tout changer.





# Le chemin

Ce chemin proposé par le Christ nous amène du point A vers le point B.

**Le point A** est la souffrance subie (peurs, préoccupations, insécurité, agitation, obsessions, isolement, ...).

**Le point B** est la paix (plénitude, joie, sécurité, compréhension, calme, confiance, ...).

Au point B, la souffrance n'est pas absente, mais elle n'est plus subie. C'est une souffrance traversée consciemment.

La souffrance subie écrase et enferme.

La souffrance accueillie (ou consentie) ouvre un passage.

Le point A est lié à notre nature humaine.

Le point B est lié à notre nature spirituelle.

*Sans souffrance, il est malheureusement quasiment impossible d'emprunter le bon chemin.*





# Le chemin

Rester au point A, c'est vouloir tout contrôler, tout solutionner, tout maîtriser grâce à notre **nature humaine qui est très limitée**.

Notre nature humaine est faible : elle est incapable, à elle seule, de résoudre tous nos problèmes.

Aller au point B, c'est quitter notre nature humaine **pour faire grandir notre nature spirituelle**.

*C'est en général une épreuve qui nous permet de nous mettre en chemin.*





# Le chemin

**Marc 8.34** : *Puis il appela la foule avec ses disciples et il leur dit :  
« Si quelqu'un veut être mon disciple, qu'il renonce à lui-même, qu'il se  
charge de sa croix et qu'il me suive ! »*

*« qu'il renonce à lui-même »* : apaisement de l'égo.

*« qu'il se charge de sa croix »* : accueillir la souffrance comme un  
axe d'évolution.

*« et qu'il me suive ! »* : emprunter la bonne voie en passant par  
le chemin de vérité : la voie empruntée par Jésus-Christ.

**Jean 14.6** : *« Jésus lui dit : Je suis le chemin, la vérité, et la vie.  
Nul ne vient au Père que par moi. »*





# Le chemin

Parfois, je vous parlerai des 3 personnes de la Trinité :

**Le Père** : l'origine de tout, le créateur, celui qui engendre la Vie.

→ **C'est le créateur et le protecteur (dans l'amour et la justice)**

**Le Fils (Jésus-Christ)** : Dieu incarné, venu parmi nous pour nous faire connaître le Père, pour nous sauver et nous montrer le chemin de l'Amour.

→ **C'est le guide (il montre l'exemple)**

**Le Saint-Esprit** : la présence de Dieu en nous aujourd'hui, qui éclaire, console, guide et nous donne la force de vivre dans l'Amour et la Sagesse.

→ **C'est l'éclaireur (il nous réconforte, nous console et nous éclaire)**

*Ensemble, ils sont un seul Dieu, trois Personnes unies dans l'Amour parfait.*

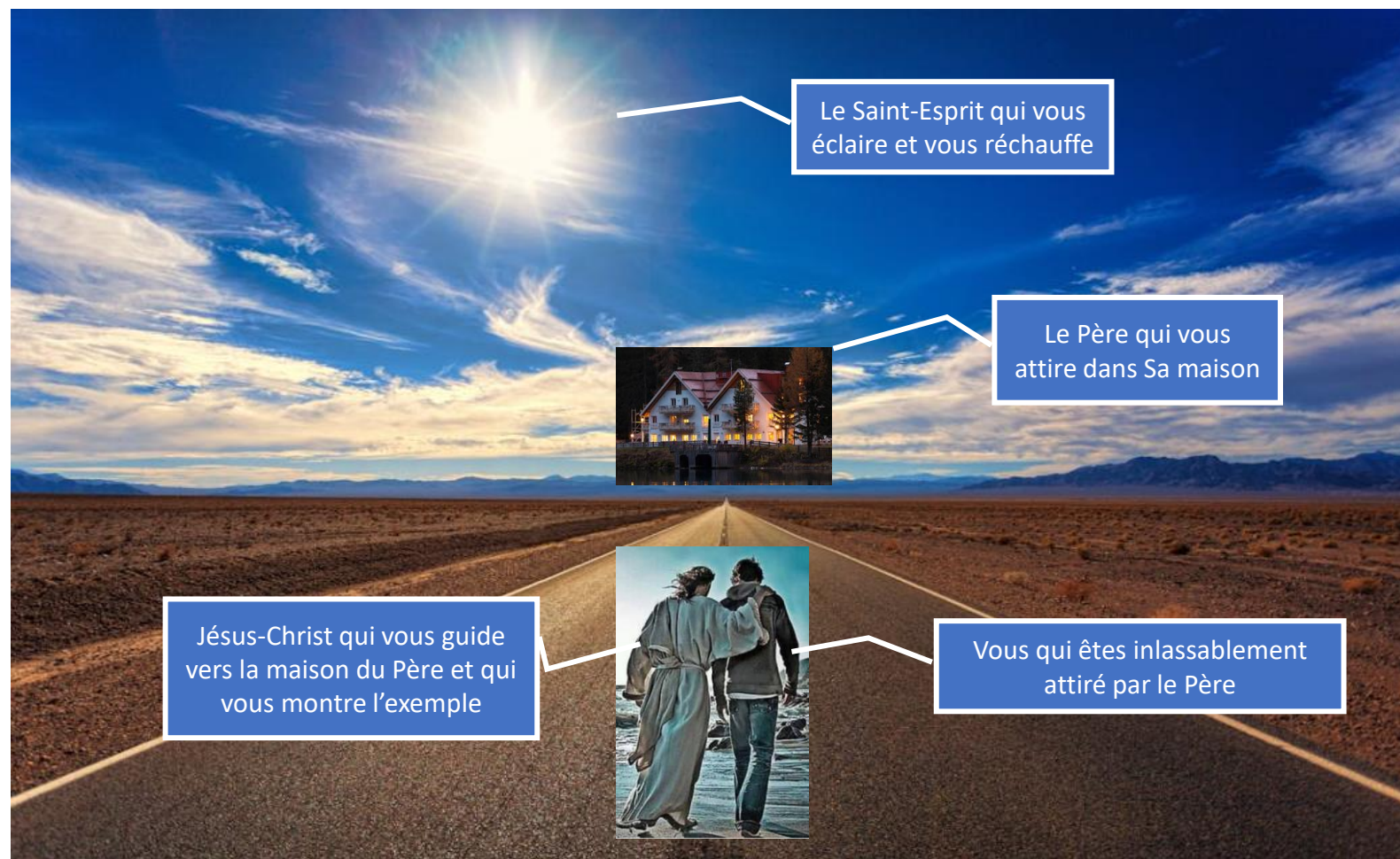






# Le chemin

Cette vision m'a été donnée pour illustrer ce chemin





# Le chemin

**Jésus le Fils** nous tient la main sur le chemin, il nous guide pas à pas. Comme il est la représentation incarnée de Dieu, il nous donne l'exemple sur notre façon d'être, d'aimer, de vivre. Il nous accompagne à chaque instant.

**Le Saint-Esprit** est l'amour de Dieu qui nous éclaire, nous réchauffe, nous console, nous reconforte : il rend cet amour du Père « sensible ».

**Le Père** nous appelle sans cesse à Lui, dans un amour inconditionnel, attendant simplement que nous nous laissions aimer.





# Le château intérieur



*L'image du « château intérieur » est inspirée de l'œuvre de **Thérèse d'Avila**.  
Elle est utilisée ici comme simple image symbolique, sans référence aux sept demeures.*





# Le château intérieur

Nous sommes à l'image d'un château...

Dans le donjon, se trouve le Seigneur (notre nature spirituelle : donc Dieu).

Tant que le chemin n'a pas encore été emprunté, nous vivons à l'extérieur du château, dans les douves où se trouvent toutes sortes de bêtes qui rôdent...

A l'extérieur du château, nous ne nous fions qu'à notre nature humaine : **nous sommes en insécurité.**

*Suivre le Christ, c'est traverser chaque pièce du château jusqu'au donjon...*





# Le château intérieur

Que votre souffrance soit liée à un chagrin amoureux, une perte de sens, une difficulté professionnelle, un drame familial ou un problème de santé : **le chemin reste le même !**

*Qu'est-ce que cette épreuve vient vous dire aujourd'hui ?  
Pourquoi êtes-vous autant préoccupé(e) ?*

Dans ce programme, je vais vous accompagner à passer de pièce en pièce afin d'accéder au donjon, rencontrer le Seigneur et atteindre cette paix que rien ne peut altérer... même lorsque la vie vient nous challenger !

*Il y aura 7 étapes que vous découvrirez au fur et à mesure...*





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

Pour accueillir notre nature spirituelle, il est essentiel de lui faire de la place.

Au début du chemin, **notre nature humaine est encombrée par notre égo démesuré.**

L'égo est sournois, il se cache sous différentes formes parfois difficiles à détecter...





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

*Voici une liste de critères définissant l'égo...*

1. **L'orgueil** : se croire supérieur, vouloir dominer. Mais aussi, vouloir se soumettre par intérêt (ou fausse modestie).
2. **La peur** : peur de manquer, du jugement, de la mort, ...
3. **L'attachement** : s'accrocher aux choses matérielles, aux relations ou à des images de soi.
4. **Le jugement** : critiquer, comparer, condamner, ...
5. **Le mensonge/illusion** : se créer « un faux moi », une façade, refuser la vérité intérieure.
6. **La convoitise/envie** : désirer ce que l'autre a, ne jamais (ou rarement) être satisfait.
7. **La colère/réactivité** : réagir par impulsion, nourrie par l'égo blessé.





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

Pour entrer dans le château, il sera indispensable de vouloir transformer chacun de ces aspects négatifs...



**L'orgueil** : en humilité

**La peur** : en confiance

**L'attachement** : en liberté intérieure (le détachement)

**Le jugement** : en miséricorde (le pardon)

**Le mensonge/illusion** : en vérité

**La convoitise/envie** : en gratitude

**La colère/réactivité** : en paix





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

Nous comprenons maintenant pourquoi Jésus est le chemin, puisqu'il a été un modèle en incarnant chacun de ces aspects positifs **en tant qu'humain**.

Jésus était un homme libre de tout égo :

**Sa motivation :** faire la volonté du Père.

**Son attitude :** il ne cherche pas à se défendre, ni à accuser.

**Son action :** il assume le silence, l'humiliation, les accusations injustes sans céder ni à la peur, ni au besoin d'avoir raison.

**Le résultat :** il accepte la croix, donc la souffrance qui devient une porte spirituelle.

**La symbolique :** Jésus est libre car il n'est pas attaché à son image mais uniquement à l'amour et à la vérité.







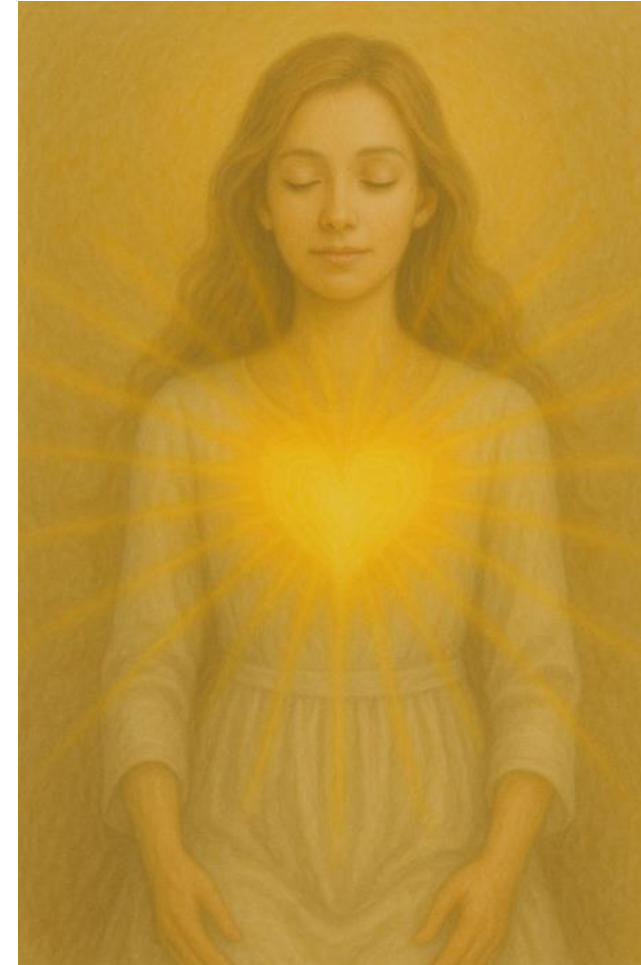
# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

Nous sommes donc invités à le suivre et à incarner aussi ces mêmes aspects positifs qui vont nous libérer de la souffrance, mais...

Si nous voulons matérialiser « cette perfection » avec notre volonté humaine seule : **nous n'y arriverons JAMAIS !**

Pourquoi ? Parce que l'humain est imparfait, c'est notre condition !

Notre seule façon d'y arriver, c'est d'inviter Dieu à agir en nous pour « nous perfectionner ».





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

Nous allons donc mettre en place un travail « divino-humain » : comme une collaboration entre Dieu et nous-même.

Nous allons petit à petit laisser notre volonté humaine se laisser infuser par la volonté Divine.

*Esaïe 2.22 : « Cessez de vous confier en l'homme, dans les narines duquel il n'y a qu'un seul souffle : Car de quelle valeur est-il ? »*





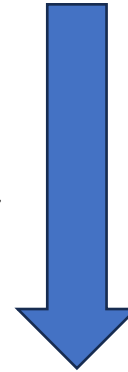


# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

**Extérieur du château**  
(souffrance subie, illusions,  
domination du mental et de l'égo)



1. *Le désir de chercher Dieu*
2. *La décision de revenir à l'intérieur de soi*
3. *La grâce de Dieu qui attire*
4. *Le détachement vis-à-vis de nos faiblesses*
5. *La connaissance de soi*



**1<sup>ère</sup> pièce du château**  
(vers la porte étroite)





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

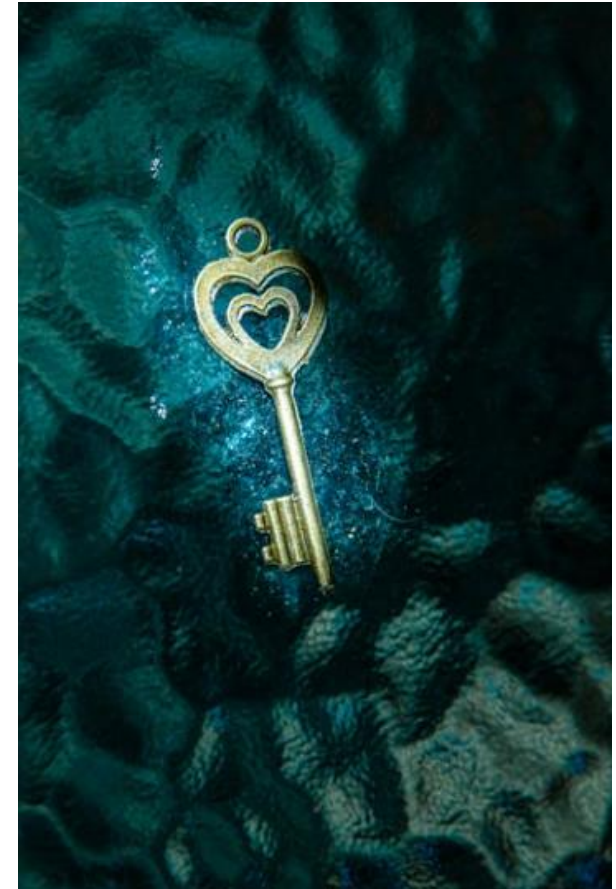
## 1. Le désir de chercher Dieu

C'est la première clé : vouloir autre chose que le monde seul, pressentir qu'il existe une beauté et une lumière à l'intérieur de soi.

Même si ce désir est faible ou hésitant, il ouvre la porte du château.

Il s'agit de ne plus se perdre dans « les mondanités » : ne plus vivre seulement par ce que l'extérieur nous procure.

*C'est le début du détachement...*



*La 1ère clé : se détacher du monde...*





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

## 2. La décision de revenir à l'intérieur de soi

Entrer dans la première pièce, c'est déjà commencer à pratiquer la prière (ou la méditation), même imparfaite : quelques mots, une attention, une recherche du silence intérieur...

C'est par le silence intérieur que l'on franchit la porte.

Mais attention : ce silence ne doit pas se faire dans le vide, en ouverture totale. **Il doit se faire dans le cœur à cœur avec Dieu.**



*Pratiquer le silence intérieur...*





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

## 3. La grâce de Dieu qui attire

C'est **Dieu lui-même qui appelle et attire l'âme.**

La personne n'y entre pas par ses propres forces mais parce que Dieu met en elle une étincelle, une curiosité spirituelle, un appel intérieur.

On ne doit pas se sentir forcé mais appelé.

C'est comme une force irrésistible qui nous attire... Un peu comme si on tombait amoureux !



*Une lumière intérieure grandit...*





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

## 4. Le détachement vis-à-vis de nos faiblesses

Même si l'âme est encore entourée de « reptiles et bêtes venimeuses » présentes dans les douves (les distractions, les passions, les tentations), elle a déjà commencé à prendre un peu de distance avec les habitudes de péché qui la tiennent dehors.

Il s'agit ici de commencer à dépister nos actions qui nous entraînent vers le bas et qui accroissent notre souffrance.

*Nous sommes souvent notre 1<sup>er</sup> ennemi !*



*Quelles sont nos faiblesses ?*







# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

## 5. La connaissance de soi

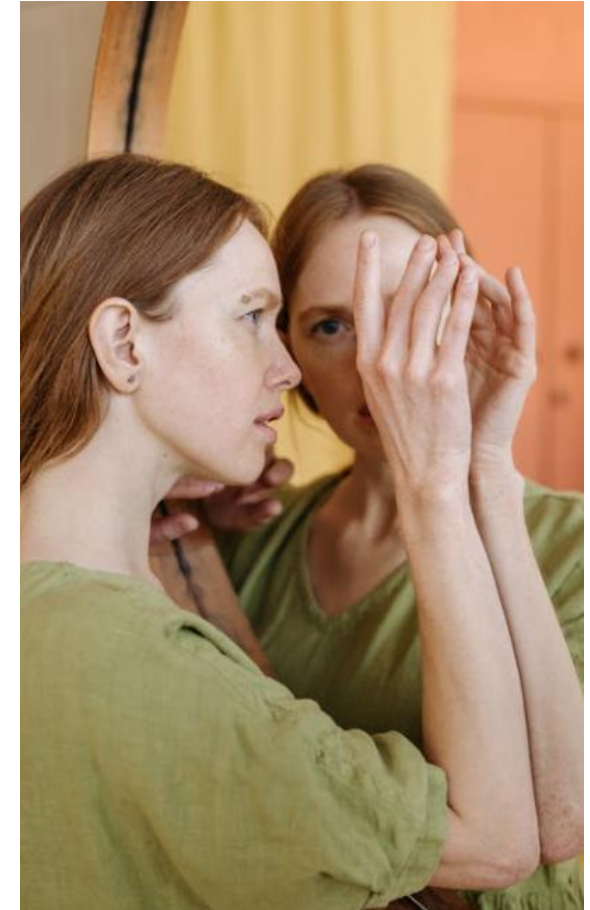
En résumé, la première pièce est celle de la **connaissance de soi-même** : reconnaître sa pauvreté spirituelle, sa fragilité, et voir qu'on a besoin de Dieu.

**C'est une humilité naissante qui ouvre la première porte.**

L'égo veut se rassurer et croire que tout est permanent, mais seul Dieu offre la vraie vie et l'espérance éternelle.

L'égo livré à lui-même a des comportements absurdes et destructeurs. S'il agit seul, il produit souvent confusion et ruine.

*Mais avec Dieu, une autre voie s'ouvre...*



*Qui sommes-nous ?*





# Etape 1 : vouloir entrer dans le château

Tout au long du programme, nous irons explorer plus en profondeur ces 5 clés essentielles du chemin intérieur :

1. *Le désir de chercher Dieu*
2. *La décision de revenir à l'intérieur de soi*
3. *La grâce de Dieu qui attire*
4. *Le détachement vis-à-vis de nos faiblesses*
5. *La connaissance de soi*

Mais si vous souhaitez continuer ce chemin avec le Christ, vous devez décider d'entrer dans le château. Alors, êtes-vous prêt(e) ?

Si c'est le cas, vous pourrez passer à l'étape 2.

Sinon, c'est que ce n'est peut-être pas encore le moment pour vous, et ce n'est pas grave, car quand vous serez prêt(e), Jésus-Christ viendra vous chercher...

