



Par **Sylvie Ouellet**

POUR MIEUX LA CONNAITRE
Sylvie Ouellet est auteure, conférencière et animatrice d'ateliers au Canada et en Europe. Elle se spécialise dans la compréhension des passages de la naissance, de l'incarnation et de la mort. Sa curiosité l'incite à explorer les grandes questions concernant la vie tant sur le plan spirituel que scientifique pour tenter d'en comprendre le fonctionnement et les grandes lois.

Pour elle, le mieux-être passe par la compréhension d'un sens à la vie et à sa vie. Son dernier livre propose une réflexion sur la mission de vie afin que chacun puisse trouver sa voie d'accomplissement. Parmi ses écrits :

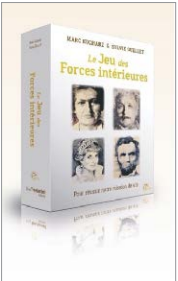
***Être ou ne pas être...
Voilà La Mission!***



Le Dauphin Blanc

NOUVEAUTÉ !

Le Jeu des Forces intérieures
Par Marc Kucharz et Sylvie Ouellet



Guy Trédaniel

Information:
sylvieouellet.ca



Toujours suivre nos élans intérieurs Rencontre avec Stéphane Allix

En regardant l'étonnant parcours de Stéphane Allix, on ne peut s'empêcher de constater que tout ce qu'il fait trouve preneur, comme de bons petits pains chauds. On a l'impression que rien dans sa vie professionnelle n'est parti en brioche. Le succès lui sourit et nous en sommes ravis, car sa contribution à la compréhension de nombreux phénomènes, très peu souvent abordés, est grande

Une telle réussite tient-elle en une absence de la peur d'échouer? Stéphane a généreusement accepté de nous livrer sa vision sur la question.

Avez-vous déjà craint l'échec?

Dans mon métier de journaliste, j'ai toujours pris des engagements sans savoir si je pouvais les tenir. Le jeu oblige. En effet, convaincre un rédacteur en chef de m'envoyer en reportage requérait de l'assurance. Je ne me posais pas de questions, car je n'avais pas peur d'échouer. Mais, lorsque j'ai été confronté pour la première fois à un frein extérieur empêchant la réalisation d'un projet, j'ai eu du mal à le gérer.

Que s'est-il passé?

Au début de l'an 2000, j'ai fait un reportage à Dharamsala pour ARTE Info sur un jeune Karmapa de 14 ans échappé du Tibet. Durant l'entretien, une idée percutante m'est venue. Il me fallait impérativement écrire un livre sur lui. Une fois rentré en France, j'ai convaincu un éditeur de m'avancer de l'argent pour réaliser ce projet.

De retour à Dharamsala, j'ai constaté l'ampleur du défi et la peur m'a envahi: je n'avais que trois mois pour écrire un livre à propos d'un type que je ne connaissais pas et sur un sujet inconnu. Par surcroit, les Indiens essayaient de mettre ce Karmapa au secret et ce fut une vraie galère d'obtenir un entretien avec lui.

VIVRE, c'est...

Écouter cette partie de nous qui sait...

Une partie de nous, en nous, sait ce qui est bon pour nous. Cette partie s'exprime au travers de nos intuitions, de nos impulsions, des élans qui, tout à coup, nous animent et nous montrent la voie que nous devons suivre nulle part ailleurs que maintenant!

Mais je n'étais pas au bout de mes peines. Cette interview m'a complètement retourné, car il ne répondait pas à mes questions. J'avais vraiment l'impression qu'il me disait n'importe quoi. Pourtant, il était sérieux... En sortant de cet entretien, j'ai eu la sensation que dix ans de métier venaient de voler en éclats. Je ne pouvais pas écrire un livre avec de telles réponses. Ma réputation de journaliste était mise à rude épreuve.

C'était un échec pour vous?

Non. À ce moment, l'échec était invisable parce qu'il aurait causé l'écroulement de la personne que j'étais. Ce n'était pas une question de peur d'échouer non plus. Je ne pouvais simplement pas envisager de manquer à l'engagement que j'avais pris.

J'ai mis plusieurs semaines avant d'avoir le courage de rentrer en France. J'ai tenté en vain de trouver des alternatives pour sauver les meubles et ainsi pouvoir remplir l'engagement avec mon éditeur. Une fois rentré, je suis immédiatement allé le voir pour tout lui raconter. Contrairement à ce que j'imaginai, il a trouvé cette histoire rigolote et m'a dit: «Ce n'est pas grave. Tu me rembourseras un jour!»

Cette expérience a-t-elle créé une brèche dans cette certitude que vous ne pouviez pas échouer?

Non, mais après ce voyage les choses se sont compliquées pour moi. J'ai monté un projet très ambitieux en Afghanistan portant sur l'inventaire de leur patrimoine archéologique. J'y ai investi beaucoup de temps et de ressources. Quelques jours après son démarrage, les talibans ont annoncé avoir détruit les Bouddhas de Bâmiyân.

Un vertige m'a envahi. Comment une telle synchronicité négative était-elle possible? Enfin, si on peut la qualifier ainsi... Passer un an à monter un projet et lorsque vient le temps d'aller à Bâmiyân pour voir ces deux statues géantes, elles sont détruites!

Comment avez-vous réagi?

J'ai cherché à me sortir de cette situation difficile pour pouvoir réaliser ce reportage. Peine perdue! Personne ne pouvait aller à Bâmiyân. Et c'est dans ce contexte qu'est survenu l'accident mortel de mon frère qui a fait basculer ma vie. Mais même si toute cette histoire a été extrêmement bouleversante, je ne l'ai jamais vue comme un échec. J'avais un projet et les circonstances extérieures l'ont fait voler en éclats.

Justement, qu'est-ce qu'un échec pour vous?

(Silence) Je ne sais pas. J'ai vécu des épreuves et des écueils sérieux, mais je ne considère pas avoir vécu d'échecs. Je m'y suis adapté et j'ai essayé de trouver un autre chemin; de transformer ce qui se passait. Même lorsqu'il m'arrive de ne pas pouvoir vendre des photos de voyage parce qu'elles ne sont pas de qualité optimale, je n'y vois pas un échec.

Que voulez-vous dire par des écueils sérieux?

Je pense à un autre projet de reportage ambitieux qui portait sur une expédition en Afghanistan que je devais faire en compagnie de mes frères. Avant de partir, des signes inquiétants sur les conditions de sécurité sur place nous parvenaient. La guerre entre les talibans et leurs opposants sévissait et les talibans prenaient d'assaut tout le pays. Malgré mes hésitations, nous nous sommes rendus au Pakistan. Arrivés là-bas, la tension en Afghanistan et les incertitudes quant aux conditions de sécurité étaient tellement grandes que nous avons dû renoncer à nous y aventurer.

De nouveau, il m'a fallu trouver un moyen de tourner un reportage d'intérêt. Alors je suis parti avec mon caméraman pour réaliser un film sur Massoud sans mes deux frères. On peut y voir un échec du projet initial ou un changement de cap qui débouche sur autre chose. En fait, n'est-ce

pas ça, la vie: une constante adaptation aux situations compliquées qu'elle nous présente?

Se pourrait-il que la peur de vous tromper soit plus significative pour vous que la peur de l'échec?

Me tromper? Je ne sais pas. Ma vie est un mélange d'impulsions et d'intuitions. J'ai l'impression d'être à ma place et je n'ai aucun regret quant aux choix que j'ai faits. Sans doute que d'autres avenues auraient été plus raisonnables, comme celle de suivre un cours de photographie avant de me lancer comme journaliste, mais ces avenues m'auraient éloigné de l'impulsion de partir en Afghanistan.

Êtes-vous affecté par le jugement des autres à votre sujet ou au sujet de votre travail?

Je suis extrêmement sensible au regard des autres et à ce qu'on peut penser de moi. Je mets une énergie folle à être juste dans mon comportement, dans ma vie, dans mes actes. Alors, cela me heurte à un point complètement déraisonnable qu'on puisse remettre en question mon honnêteté intellectuelle ou mon honnêteté, tout court.

Ayant vécu 20 ans de précarité professionnelle, je peux témoigner qu'il est tout à fait possible de suivre nos élans et de les mener à bien. Cette voie est ardue, mais si on y investit l'énergie nécessaire, on est toujours aidé.

Pourtant, dans votre dernier livre Nos âmes oubliées, vous osez vous mettre à nue en racontant le parcours vécu à la suite de l'émergence d'une mémoire traumatique d'inceste enfouie dans votre inconscient. Vous est-il arrivé en cours d'écriture d'avoir envie de tout laisser tomber de peur de ce que les gens allaient penser de vous?

Je conçois qu'on puisse remettre en question ce que je raconte, mais vous n'avez pas idée du nombre de fois où j'ai hésité à écrire ce livre. J'étais terrifié à l'idée que mes proches ne me croient pas. Il faut dire que dans ce livre tout y est pour que je me prenne des retours brutaux: le paranormal, les psychédéliques, la mémoire traumatique et l'inceste. Une fois achevé, de



© Natacha Calestrémé

Parcelle de vie

Stéphane Allix est écrivain, réalisateur et journaliste. Il a fondé l'Institut de Recherche sur les Expériences Extraordinaires (INREES). Il est également l'auteur et le réalisateur de la série de documentaires *Enquêtes Extraordinaires*. Parmi ses écrits :

Nos âmes oubliées



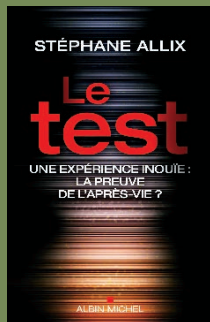
Albin Michel

Après...



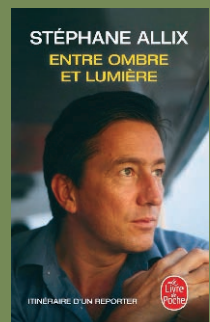
Livre de poche

Le Test



Albin Michel

Entre ombre et lumière



Livre de poche

Information :
inrees.com

crainte qu'il soit mal perçu, je me suis dit : « Je ne le publie pas. Je le jette et je n'en parle à personne, pas même à ma mère. »

L'opinion de votre mère comptait beaucoup dans la balance décisionnelle?

Oui. L'opinion de mes proches était source de terreur pour moi. Mais le véritable écueil était d'en parler à ma mère. Une fois que j'ai trouvé la force et l'assurance de tout lui raconter, je savais que je pourrais faire face aux autres. J'ai livré ma vérité. C'est ce qui m'importe même si on ne me croit pas.

Et si vous aviez tout jeté à la poubelle sans révéler cette expérience à votre mère, auriez-vous échoué un passage important de votre vie?

D'une certaine manière, oui. Ma recherche ayant pour but de mettre en lumière cette mémoire aurait été un échec, le mot échec prenant ici le sens d'un jugement moral.

Avez-vous des regrets d'avoir amorcé cette exploration intérieure?

Je me suis demandé à plusieurs reprises s'il n'aurait pas été préférable de n'avoir jamais commencé cette thérapie assistée par psychédéliques avec Lennie. En fait la thérapie assistée par psychédéliques consiste à donner des substances altérant la conscience comme la psilocybine ou le LSD à des patients dans un environnement clinique. Elle vient tout récemment d'être approuvée par Santé Canada, mais ne l'est pas encore en France. Quant à Lennie, elle est une thérapeute qualifiée qui vit aux États-Unis. La tempête d'émotions que cette thérapie a soulevée était tellement violente qu'une part de moi souhaitait ne jamais l'avoir vécue et une autre refusait d'y croire. À certains moments, cette vague m'a repoussé aux limites de mes forces.

Il faut énormément de courage pour faire face à une telle révélation et pour la partager aux autres. Après avoir été accueilli par votre mère, aviez-vous encore des craintes d'être jugé par les autres?

Oui, car ce livre ne porte pas uniquement sur la mémoire traumatique et l'inceste. Il décrit un cheminement d'enquête où j'ai utilisé la médecine psychédélique, les synchronicités et l'aide de médiums pour découvrir ce qui se passait en moi. J'avais très peur de mélanger les gens et de les décevoir s'ils attendaient un livre du même ordre que mon travail antérieur. Alors suivre mon ressenti sans me laisser submerger par les peurs a été plus difficile cette fois.

Qu'est-ce qui vous a aidé à y parvenir?

Je tiens le coup et j'ai encore envie de continuer parce que j'ai confiance que tout cela sert à quelque chose. J'ai parfois tendance à oublier l'impact significatif des expériences spirituelles que j'ai vécues au cours de la dernière année où j'ai pu me connecter à la source d'amour et de lumière, un peu comme les expérienceurs d'une EMI.

Et même si j'ai perdu la lumière à un moment donné cet été, je me suis accroché en me disant que je pouvais m'y « reconnecter » de nouveau. Ces expériences m'ont transformé, même si ma souffrance n'a pas été dissoute. Pour moi, le cheminement spirituel est plutôt une voie de confrontation de la souffrance et de clarification de ses causes.

Que diriez-vous à une personne qui traverse une tempête comparable à la vôtre pour l'encourager à renaitre d'elle-même?

Sans aucune hésitation, je lui suggérerais d'être accompagnée pour ne pas s'enfermer dans ses constructions mentales. Je compare souvent ces constructions aux rêves. On n'est pas toujours la meilleure personne pour les interpréter, car, sans s'en apercevoir, on s'organise pour que l'information inconsciente reste inconsciente. L'aide bienveillante d'une personne de confiance nous secouera et favorisera un changement d'opinion ou un débranchement de nos croyances.

Cet accompagnement est indispensable pour faire un vrai travail pérenne. Il n'y a rien de miraculeux et cela doit s'inscrire dans la durée. Derrière les apparences magiques de la rencontre chamanique avec Lennie se cache un accompagnement thérapeutique qui s'est déroulé sur plusieurs années.

Est-ce que votre succès professionnel, dont notamment le livre Le Test, a changé quelque chose dans votre vie?

Toute ma vie, j'ai toujours fait ce à quoi j'étais appelé, quelles que soient les conditions financières ou les conséquences. Je n'ai jamais eu un plan de carrière bien défini, mais le succès de ce livre m'a permis de créer un espace plus grand pour l'écriture. Il a eu un impact sur mes choix de sujets et sur la façon dont j'ai envie d'écrire. J'ai le privilège d'aimer ce que je fais, que ce soit l'écriture ou les autres projets auxquels je me consacre. Face aux possibilités qui s'ouvrent à moi, la seule question qui se pose est de savoir quel sujet correspond le plus à ce que je suis dans le moment présent.

Par exemple, dans la foulée du livre Le Test, il avait été convenu avec mon éditeur de publier le livre Après... rassemblant des témoignages de contacts avec un défunt. Malgré cette logique marketing, j'ai plutôt choisi d'écrire l'histoire d'Alexander, parce qu'il fallait que je suive cet élan qui me consumait de l'intérieur, au grand dam d'Albin Michel...

Ma vie est un mélange d'impulsions et d'intuitions. J'ai l'impression d'être à ma place et je n'ai aucun regret quant aux choix que j'ai faits.

Ne devrions-nous pas tous être mus par ce que nous sommes, au lieu de suivre ce que les autres voudraient que nous soyons?

Oui, évidemment, mais c'est loin d'être facile. J'ai eu la chance que mes parents me fassent confiance dans la poursuite de mes impulsions. Sur mon chemin, d'autres personnes ont cru en moi pour que je puisse faire ces choix. Ayant vécu 20 ans de précarité professionnelle, je peux témoigner qu'il est tout à fait possible de suivre nos élans et de les mener à bien. Cette voie est ardue, mais si on y investit l'énergie nécessaire, on est toujours aidé.

Est-ce une question d'énergie ou de conviction? L'absence de peur de l'échec ferait-elle également partie de l'équation?

Oui! Ma réponse au doute et à la peur, c'est l'action. Contrairement à d'autres qui ont besoin d'une longue réflexion, moi je fonce. Bien sûr, tout ne se déroule pas toujours comme prévu. Cependant, quoi qu'on fasse, la vie suivra son cours. L'important, c'est de ne pas être fainéant. J'ai toujours mis un point d'honneur à ne pas décevoir les gens qui me faisaient confiance. Cela demande d'être présent, attentif et de s'assurer qu'on fait tout en notre pouvoir pour s'acquitter de nos tâches.

J'aime beaucoup cette phrase : « Quoi qu'on fasse, la vie suit son cours ». Alors, inspirons-nous de votre parcours pour suivre nos élans intérieurs et laisser émerger ce qui limite notre rayonnement. Stéphane Allix, merci infiniment pour votre courage à nous partager ce vécu si bouleversant. 🍀

DANS LA LUMIÈRE DE LA VÉRITÉ MESSAGE DU GRAAL

« Si tu as une pensée véritable et si tu t'y tiens, la force accumulée doit finalement pousser à la réalisation. Étant donné que toute force est uniquement spirituelle, le devenir de toute chose se déroule entièrement sur le plan spirituel. Ce qui devient alors visible pour toi n'est jamais que l'effet ultime d'un processus préalable, à la fois spirituel et magnétique, qui s'accomplit toujours de façon uniforme et selon un ordre bien établi. » – *Abd-ru-shin*



Tome I, relié 232 pages – 5 \$ livraison incluse

Pour commander ou pour toutes autres informations :
1 866 428-7001, commandes@graal.ca



PUBLICATIONS
DU GRAAL

messagedugraal.org