

# L'ennoblissement

Dans la charte du Mouvement d'accueil des Élohim, nous disons que nous tendons à nous ennoblir dans le but d'accueillir dignement les Élohim. **Que signifie s'ennoblir ?**

## 1. Ce qu'est l'ennoblissement.

Par définition, ce terme signifie *conférer un caractère de noblesse, de grandeur morale*. Romain Rolland<sup>1</sup> disait : « *C'est le cœur qui ennoblit l'homme* ». Dans les temps anciens, une personne n'étant pas née noble pouvait être ennoblie par la royauté. Elle pouvait être élevée au rang des gens de la Cour.

Dans la démarche que je vous présente, cet ennoblissement ne vient pas d'un privilège donné par une structure ou un leader quelconque, mais bien d'**un état d'être obtenu par soi-même**. Nous nous élevons au rang de ce que nous sommes, c'est-à-dire que nous essayons de nous élever au rang des Élohim. Car un jour, ce que les Élohim espèrent, nous irons à notre tour créer la vie sur d'autres planètes. C'est pourquoi nous devons être des gens très conscients, très évolués sur le plan moral et posséder une grande sagesse pour veiller sur notre création.

En nous ennoblissant, nous essayons de devenir meilleur au niveau de notre état d'être afin de mieux respecter notre code génétique. Nous ennoblir, c'est devenir bon, juste et vrai. **Acquérir ces qualités de l'esprit ne nécessite pas d'appartenir à une religion en particulier**. Comme le dit si bien Victor, « *c'est devenir simplement ce que nous sommes*. »

## 2. Objectifs spécifiques de l'ennoblissement.

Dans l'orientation de tendre vers l'ennoblissement de soi, nous visons deux objectifs spécifiques. **L'élévation de notre conscience se fait sur les plans spirituel et corporel**.

**1<sup>er</sup> objectif sur le plan spirituel.** Cela correspond à devenir conscient de ses paroles et de ses actions ainsi que des réactions que nous suscitons au niveau du temps. Autrement dit, c'est améliorer notre bonté, notre esprit de justice et d'amour que nous portons envers soi et les autres. Enfin, avec la constante de l'amour, c'est tendre vers une ouverture toujours plus grande sur l'infini grâce à la connaissance pour sauvegarder la vérité et la réalité de ce qui est dans l'espace et le temps.

**2<sup>e</sup> objectif sur le plan corporel.** Cela correspond à nous relier à l'infini grâce aux sens et au respect de son corps dans son fonctionnement afin de sauvegarder l'harmonie, donc l'équilibre sur les quatre plans de la réalité. En respectant son corps, nous respectons ceux qui l'ont créé, les Élohim.

Ça peut paraître difficile d'élever son niveau de conscience face à sa spiritualité touchant ses programmations, ses paroles, ses actions, ses inactions, son caractère, ses qualités, ses défauts, son ton de voix, son ego et, il faut bien l'admettre, son héritage génétique qui nous a laissé bien malgré nous des atavismes au niveau de nos comportements et de nos attitudes.

---

<sup>1</sup> Écrivain français, né à Clamecy (1866-1944).

Mais la difficulté d'élever son niveau de conscience sur le plan corporel face au respect de son code génétique présente les mêmes difficultés que sur le plan spirituel. L'hygiène relative aux besoins du corps pour assurer son bon fonctionnement correspond à faire un jeûne hebdomadaire, à boire suffisamment d'eau, à faire des exercices, à s'alimenter sainement et de façon équilibrée, donc sans abus, à bien se reposer afin de jouir davantage de son existence.

C'est sur **ces deux objectifs d'ennoblissement touchant son niveau de conscience** qu'à la fin de notre existence nous serons jugé face au bilan de notre vie pour accéder ou non à la vie éternelle.<sup>2</sup> Heureusement, grâce à la méditation, à la contemplation de la nature, à l'écoute de soi-même en ressentant la paix et l'harmonie, nous pouvons doucement parvenir à élever notre niveau de conscience sur les plans spirituel et corporel afin de nous ennoblir.

### **3. Embûches ou résistances à notre ennoblissement.**

Pour réussir à élever son niveau de conscience, il nous faut surmonter bien des embûches qui sont des résistances. **Quelles sont-elles ?**

1. La dualité du corps et de l'esprit.
2. Les personnes non harmonieuses et inconscientes qui peuvent nous blesser, pire nous contaminer. Ou encore, la société dans ses choix de fonctionnement peut nous perturber et nous affecter. N'ayant pas de pouvoir sur ces choix, cela nous rend pour ainsi dire impuissant et peut nous faire réagir négativement au lieu de les combattre avec intelligence et sagesse.
3. Le manque de discipline et la mauvaise gestion du temps pour méditer ou réfléchir.
4. La non reconnaissance des autres à notre endroit.
5. Notre ego et notre manque de gentillesse.
6. L'absence de connaissances face à la compréhension de notre fonctionnement biologique et face à l'existence qui nous oblige à évoluer avec lenteur, faute de sagesse.
7. Notre esprit négatif et nos états de fatigue physique et mentale qui nous désarment et nous inhibent, faisant ressortir la noirceur de notre être. C'est vraiment quand nous sommes fatigués que nous avons l'heure juste par rapport à nous-même.
8. Notre intolérance et notre impatience envers les autres. Et surtout notre manque de communication qui pourrait nous empêcher de rétablir les déséquilibres dans nos rapports avec les autres.
9. Par paresse, l'esprit choisit l'oisiveté au lieu de vouloir travailler à s'ennoblir de façon bien orchestrée.
10. Notre valeur d'être qui se sent inutilement menacée, étant axée sur notre image et notre besoin de reconnaissance.

Toutes ces résistances, toutes ces embûches sont comme **des petits diables que nous avons tous en nous** et qui peuvent rebondir à tous les instants de notre vie si nous en sommes inconscient. Même si nous sommes dans la réalité positive de nous-même, il y aura toujours parallèlement une réalité négative omniprésente en nous, puisque dans chaque matière qui compose l'univers il y a toujours le positif comme le négatif, faisant exister la réalité de ce qui est et de ce qui sera éternellement. En effet, dans chaque

---

<sup>2</sup> Les Élohim acceptent parmi eux les êtres humains les plus conscients. Le 3<sup>e</sup> message, *Accueillir les Extra-terrestres*, éd. de 1988, page 28.

personne, il y a un côté noir caché au fond d'elle-même qui est étouffé, vivant comme un moribond, mais qui peut nous surprendre et rebondir en nous-même si nous laissons notre conscience sans alarme pour nous en aviser, **puisque nous sommes confronté à évoluer ou à régresser.**

#### **4. Pourquoi le négatif existe.**

Le négatif est utile à notre évolution puisqu'il est une résistance faisant exister le bien, le bon en nous-même. Sans la résistance, aucune réalité ne peut exister. Nous avons en nous une noirceur qui représente notre inconscience pouvant engendrer le mal et une lumière qui représente notre conscience pouvant engendrer le bien. Sans cette dualité, nous ne pouvons pas évoluer.

Si nous sommes inconscient de nos attitudes et de nos comportements, nous sommes encore plus inconscient des réactions que nous suscitons. Chaque défaut que nous avons fait souffrir les autres. D'où vient l'urgence de s'améliorer. Chaque personne sur la terre ne veut pas que sa présence provoque de la peine ou de la souffrance chez les autres. Quand nous le réalisons, c'est toujours pour nous un drame intérieur silencieux.

Plus nous élevons notre niveau de conscience *grâce aux plaisirs de nos sens et à la méditation*, le cadeau qui nous vient en retour fait en sorte que nous réalisons encore plus nos lacunes, nos faiblesses et toutes les embûches ci-haut mentionnées... Quel découragement à première vue !

Un jour, désespérée devant tant de travail pour mon ennoblissement relatif à mon niveau de conscience, j'implorais les Élohim de m'aider à y parvenir. Mais j'ai réalisé que les Élohim sont les témoins de notre vie, ils veillent sur nous, mais ils ne nous aident jamais directement. **Nous avons tout à l'intérieur de nous pour nous ennoblir.** En effet, les Élohim ont gravé dans l'infiniment petit de nos cellules des informations touchant notre ennoblissement. C'est comme un héritage des Élohim gravé dans notre code génétique. Plus nous sommes conscient, plus nous avons accès à ces informations. D'où l'importance de méditer. Rendu à ce niveau d'éveil nous utilisons alors davantage notre supra-conscience.

L'être humain a été créé bon, parfait, comme le disent les Élohim. Notre conscience nous réajuste constamment vers la constante de l'amour, sauf si notre cerveau est malade. N'est-il pas vrai que nous cherchons constamment à garder ou à retrouver notre paix intérieure quand nous l'avons perdue ?

Lorsque nous sommes en harmonie, nous savourons ce bien-être comme bon nous semble, car nous ressentons une paix en nous par une simple respiration consciente reliant notre corps et notre esprit. Au moment de notre mort, c'est ce contraste entre le *feeling* de se savoir vivant et le fait de ne plus pouvoir ressentir la paix de notre conscience qui nous rend triste si nous n'avons pas pris le temps de savourer davantage notre paix intérieure. Vu d'une façon positive, c'est aussi la prise de conscience de la paix intérieure que nous avons si souvent savourée tout au long de notre vie qui nous procurera une fois de plus à ce moment ultime de notre vie une mort douce et sereine.

#### **5. Mais comment devenir meilleur sans être trop déprimé.**

Simplement **en arrêtant d'être mauvais, d'être injuste, d'être intolérant, et ainsi de suite. Et en prenant le temps de faire des réflexions afin de créer de nouvelles programmations** face aux objectifs d'ennoblissement. Ces nouvelles programmations

créent de nouveaux **liens** en rapport avec nos objectifs. Ainsi, dans notre cerveau, créons-nous de nouvelles synapses qui sont comme des nouveaux chemins de communication entre nos neurones.

Ce qui est merveilleux dans le fonctionnement cérébral relativement aux connexions neuronales, c'est qu'en arrêtant consciemment nos mauvais comportements ou nos mauvaises attitudes, nous interrompons le mécanisme de fonctionnement des mauvais **liens** neuronaux. Car au bout d'un certain temps, nos connexions neuronales inutilisées **fondent, s'effacent et disparaissent**. Autrement dit, sans l'autorisation de la conscience, les pensées négatives ne peuvent plus produire de synapses entre les neurones. Les pensées négatives non stimulées par la bioélectricité cérébrale, car n'ayant plus d'énergie pour fonctionner, ne peuvent plus vivre en nous. Donc, ces connexions neuronales, faute de ne plus être utilisées ou stimulées, s'atrophient et disparaissent. Dans notre mode de fonctionnement cérébral, tout ce qui est de même nature est relié dans nos pensées. Pour évoluer, il s'agit de se relier à d'autres pensées positives axées sur l'amour.

En faisant **des liens** avec d'autres pensées, c'est-à-dire avec des orientations positives et bénéfiques, consciemment nous créons d'autres chemins, d'autres autoroutes dans notre cerveau nous menant à la réalité positive de notre être. Cette énergie positive devient notre lumière et illumine tout notre être. Plus nous avons des connaissances, plus il est facile de faire des bons **liens** en rapport avec notre objectif de vie.

## **6. Le fonctionnement du cerveau.**

Comme un arbre qui fait pousser plusieurs branches, un neurone augmente son potentiel de se connecter à d'autres neurones. Les spécialistes du cerveau disent que chaque neurone peut communiquer avec 10 milles autres dans le cerveau et beaucoup plus encore... Plus nous avons de connexions entre nos neurones, plus nous sommes conscient et, par ricochet, nous sommes plus conscient des réactions que nous suscitons.

Notre cerveau agit ou réagit par plaisir ou pour éviter un déplaisir. Le plaisir agit comme l'engrais qui fait pousser les dendrites de nos neurones. Conséquemment, les dendrites de nos neurones qui peuvent être représentées comme les branches d'un arbre **poussent à cause du plaisir que nous ressentons**, facilitant les échanges synaptiques, établissant des connexions neuronales, créant ainsi les chemins de notre pensée.

Une personne inconsciente, c'est une personne qui n'a pas eu beaucoup de plaisir dans sa vie. Elle ne possède donc pas beaucoup de connexions neuronales. Par comparaison, faute de ne pas avoir eu du plaisir, l'arbre que représente un neurone n'a pas fait beaucoup de branches. Nous pouvons constater le négatif d'une personne, mais il est inutile de la juger, car nous ne connaissons pas le degré de son déplaisir dans sa vie ni celui de ses souffrances intérieures. Une personne vraiment consciente, axée sur le bien, la bonté et la justice, ne veut pas faire souffrir quiconque.

Au début de notre cheminement vers notre ennoblissement, étant donné que nous avons beaucoup de connexions neuronales négatives axées sur le contraire de ce que nous sommes au plus profond de nous-même, il est plus sage d'installer des programmations qui joueraient **le rôle d'alarme ou d'avertisseur à notre conscience**. Agissant telle une lumière rouge qui nous oblige d'arrêter, cette alarme nous informera du danger de régresser. Ce **stop** nous permettra de repérer et de ressentir les **mauvais liens en nous**. **Ces mauvais liens nous conduiraient à adopter de mauvais comportements ou de mauvaises attitudes.**

Donc, ce **stop** nous confronte par le fait même à faire un choix clair : Ou bien nous choisissons la voie de la bonté ou bien la voie contraire. Ainsi, la capacité de choisir notre pensée, avant même de dire une parole ou de poser une action négative, nous permettrait-elle d'éviter de prendre les mauvaises autoroutes de notre esprit et de faire des mauvais comportements. Seuls les êtres conscients choisissent vraiment leurs comportements ou leurs attitudes. La plupart du temps, nous agissons souvent par réaction à tout ce qui nous entoure.

En rapport avec nos objectifs positifs, grâce à de nouvelles programmations et grâce à nos réflexions, nous créons des autoroutes d'ennoblissement, c'est-à-dire des nouveaux **liens**, des nouvelles connexions neuronales. Plus nous faisons des réflexions, plus nous faisons de **liens** avec ce que nous désirons être. Plus il y a des connexions entre nos neurones, plus nous avons de la force et de la détermination à réussir nos objectifs. Il est alors plus facile de s'ennoblir.

En outre, le moyen ou le truc qui m'a beaucoup aidée dans mon cheminement a été la récitation du **Notre Père** afin de ne pas régresser au moment où la tentation de succomber se présentait. En même temps, je ressentais l'amour que je portais envers les Élohim, c'est-à-dire que je pouvais cette force pour vaincre les embûches, les résistances pour arrêter *les pensées négatives* au fond de moi-même...

En utilisant le rationnel de notre esprit par la prière nous créons **un lien** de communication avec les Élohim et en utilisant en même temps le ressenti de notre corps par l'amour que nous portons envers les Élohim, nous unifions notre corps et notre esprit, augmentant ainsi notre force de vouloir nous ennoblir.

De plus, c'est en visualisant ce que nous voulons devenir que nous parvenons à être ce que nous sommes. Aussi, comme nous l'avons appris lors des stages avec Raël, c'est en adoptant séance tenante les nouvelles attitudes et les nouveaux comportements que nous désirons atteindre, que nous y parvenons. La visualisation et l'action consciente touchent l'essence même de notre mode de programmation et modifient positivement l'orientation de notre esprit. Une action accomplie crée un **lien** bien ancré comme un chemin bien incrusté dans notre esprit.

Le cerveau agit comme un ordinateur. Son mode de fonctionnement est binaire. Au départ, il interagit avec deux éléments ou deux données. Ainsi, peut-il faire une multitude de constatations créant d'autres **liens** pouvant se relier ensemble. C'est-à-dire que notre cerveau fait constamment des **liens** avec tout ce qu'il réalise pour l'aider à se positionner dans l'univers. Il s'agit donc de faire les bons **liens** pour réussir ses objectifs, car nous avons tout à l'intérieur de notre pensée pour repérer le bien, le vrai et le juste et nous ennoblir.

## **7. Le danger qui guette la personne qui veut devenir meilleur.**

Le danger, c'est de devenir dur avec soi-même et intolérant face aux faiblesses des autres. Ne nous faisons pas violence envers nous-même. La vie est assez difficile comme ça. Soyons indulgent devant les erreurs et le manque de conscience chez les autres. N'oublions pas que le niveau de conscience dépend du nombre de connexions neuronales que nous avons produites grâce au plaisir relié à nos sens, car plus nous sommes conscient, plus nous avons des connexions neuronales. Plus nous avons des connexions neuronales, plus nous communiquons et réajustons les déséquilibres individuels que nous suscitons ou que les autres suscitent.

Les autres sont le passé de nous-même, car un jour nous avons eu leur niveau de conscience. Souvenons-nous combien nous étions malheureux... De plus, ne nous élevons pas au-dessus des autres, car du haut de notre grandeur, donc de notre conscience, **nous serons toujours des poussières face à l'infini**. Souvenons-nous que nous sommes tous *des poussières d'étoiles*, comme le disait si bien Hubert Reeves. Dans notre planète tous les métaux s'y trouvent. Tout réside dans la qualité de la poussière que nous sommes. Conséquemment, devenons des **poussières d'or** comme le sont les Élohim face à l'infini.

## 8. En conclusion.

Chaque effort que nous faisons pour élever notre niveau de conscience si minime soit-il nous donne la sensation d'exister. Nous savoir en mouvement vers ce qui est bon, vrai et juste nous fait ressentir encore plus l'amour qui vit en nous et, par ricochet, ce que sont les créateurs, puisque tout est relié et indivisible. Nous tendons tous vers la perfection sans toutefois y arriver parfaitement, puisque la perfection se situe au niveau de l'infini. Prenons aussi conscience que, si chaque personne était vraiment à sa place dans notre humanité, en jouant son rôle correspondant à son code génétique, nous toucherions encore de plus près la perfection. Tout est organisé et planifié par les Élohim pour maintenir l'harmonie dans notre humanité. Car tous s'accompliraient par plaisir de faire ce qu'ils aiment vraiment. Ainsi, grâce au plaisir, tous seraient plus conscients, donc plus amour.

Notre cheminement axé sur l'ennoblissement que nous trouvons parfois si pénible à atteindre, nous fait ressentir la conscience des Élohim qui sont axés sur les plus belles valeurs de l'infini. C'est là que nous pouvons imaginer ce qu'ils sont comme êtres évolués. C'est en imaginant ce qu'ils sont que nous découvrirons ce que nous sommes vraiment. Plus nous nous rapprochons d'eux, plus nous ressentons qu'ils ont vécu le même cheminement que nous, car ils sont le passé et nous sommes le futur...

Lise, membre du *Mouvement d'accueil des Élohim* le 18 juillet 2008.

<b>Plan</b>	
1. Ce qu'est l'ennoblissement .....	1
2. Objectifs spécifiques de l'ennoblissement .....	1
3. Embûches ou résistances à notre ennoblissement .....	2
4. Pourquoi le négatif existe .....	3
5. Mais comment devenir meilleur sans être trop déprimé .....	3
6. Le fonctionnement du cerveau .....	4
7. Le danger qui guette la personne qui veut devenir meilleur .....	5
8. En conclusion .....	6