



L/L Research est une filiale de  
Rock Creek Research &  
Development Laboratories, Inc.

P.O. Box 5195  
Louisville, KY 40255-0195

# L/L RESEARCH

www.llresearch.org

Rock Creek est une association  
sans but lucratif qui se consacre  
à la découverte et au partage  
d'informations susceptibles de  
contribuer à l'évolution  
spirituelle de l'humanité.

---

A PROPOS DU CONTENU DE LA TRANSCRIPTION QUI SUIT: Cette transmission reçue en télépathie est extraite des transcriptions de réunions hebdomadaires d'étude et de méditation tenues à Rock Creek Research & Development Laboratories et L/L Research. Elle vous est offerte dans l'espoir qu'elle vous sera utile. A l'instar des entités de la Confédération qui insistent toujours sur ce point, nous vous invitons à faire appel à votre discernement et à votre jugement pour évaluer son contenu. Si vous percevez de la vérité, tant mieux. Si vous ne vous sentez pas sur la même longueur d'onde, laissez de côté; car ni nous, ni ceux de la Confédération ne souhaitent mettre des obstacles en travers de votre chemin.

CAVEAT: La présente transcription a été vérifiée mais peut encore demander des corrections. Si vous constatez des erreurs, n'hésitez pas à nous en faire part, nous nous ferons un plaisir de les corriger. (Traduction française: Micheline Deschreider)

---

© 2010 L/L RESEARCH

## MÉDITATION DU DIMANCHE

18 MARS 2007

**Question de Carla:** (*lue par Jim.*) La question de ce jour est de Carla; la voici: « Q'uo, je suis en train d'écrire un livre sur les principes de la Confédération. Il traite de la manière dont fonctionne la troisième densité. En discutant de ces principes j'ai trouvé utile de les proposer comme des informations permettant de jouer au 'Jeu de la Vie'. C'est un jeu sacré mais tout de même manifestement un jeu. La question de la valeur et de la dignité de soi a souvent été présente à mon esprit ces derniers temps. D'une certaine façon on pourrait dire qu'en considérant la vie comme un jeu je lui ai enlevé sa dignité et je l'ai prise à la légère. Ce n'est pas mon intention. Je crois que ce jeu est des plus nobles. Pourriez-vous me proposer quelques principes spirituels qui pourraient m'aider à trouver la meilleure façon de parler de la noblesse de cet échiquier? »

*(Retransmission par Carla)*

Nous sommes ceux connus de vous sous le nom de Q'uo. Nous vous saluons dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique, au service de qui nous venons à vous aujourd'hui. C'est, comme toujours, une bénédiction et un honneur d'être avec ce cercle de recherche. Nous apprécions votre invitation à faire partie de votre méditation et nous sommes heureux de partager nos pensées avec vous en ce moment.

Comme toujours, nous voudrions demander que tous ceux qui entendent ces paroles fassent usage de leur pouvoir de discrimination pour faire la distinction entre les pensées qui sont utiles et celles qui ne le sont pas. Nous apprécions votre considération à cet égard.

Votre question de ce jour est intéressante. Il nous faudra prendre un certain nombre de précautions dans nos réponses parce qu'une partie du puzzle doit être traitée par celle qui pose la question. Nous ne souhaitons pas enfreindre le libre arbitre de celle qui questionne, et nous nous abstenons de le faire. Toutefois, puisque vous questionnez à propos de principes spirituels, nous pouvons commenter bon nombre de points. Nous le ferons de manière à ne pas enfreindre la libre volonté de cet instrument, qui pose la question.

Le concept des jeux est en effet normalement associé à une certaine forme d'amusement ou de divertissement. Toutefois, la valeur d'amusement et de divertissement d'un jeu ne représente, pour un joueur, qu'une partie de son attrait. Il y a, dans l'humanité, une tendance à souhaiter s'associer en groupes. Lorsqu'un groupe s'associe, il développe spontanément, d'abord d'une manière générale et ensuite, au fil du temps, un ensemble de règles de plus en plus affiné pour régir les interactions des membres de ce groupe.

Votre troisième densité est une densité inéluctablement sociale. Il n'y a littéralement pas moyen, pour aucune entité, d'éviter d'interagir avec d'autres entités de votre espèce. La vie sur la planète Terre de troisième densité exige une société.

Il y a dans le mental de l'humanité une inévitable tendance à créer des jeux; c'est-à-dire que des groupes de gens s'efforcent de gagner quelque chose ou de tirer l'un ou l'autre avantage, et veulent s'y essayer ensemble. Quand cet instrument a choisi l'image du jeu et l'a utilisée comme une métaphore tout au long de l'écriture du livre, la correspondance était bonne du fait que, pour atteindre un but commun (c'est-à-dire réussir le passage de troisième densité en quatrième densité positive) il y a un processus qui suit un certain ensemble de règles selon lesquelles une entité peut réussir à pénétrer le jeu grâce à l'apprentissage, la compréhension, et l'application des règles de ce jeu.

Dès lors, de notre point de vue, l'utilisation de l'image et de la figure du jeu est une bonne décision pour communiquer, au moyen de structures familières et confortables, la massive structure du Jeu de la Vie, ainsi que l'a nommé cet instrument dans son livre. Lorsqu'on analyse attentivement les grands systèmes de pensée qui ont tenté de décrire la nature de la vie sur la planète Terre, la nature de la place de l'humanité dans le cosmos ou la nature de l'être, on peut constater chez de nombreux différents auteurs de nombreux différents systèmes de pensée l'émergence d'une structure qui définit les règles du jeu que cette philosophie particulière entreprend de résoudre.

Il y a une certaine stigmatisation du mot 'jeu' à cause de son association avec l'amusement et le divertissement. Et cependant, il est probable que chaque entité qui lira ces mots aura systématiquement joué à des jeux avec elle-même, comme autant de moyens de faire face et d'avancer dans la vie.

Par exemple, à l'école un étudiant peut décider que si un exposé a dix pages et doit être prêt dans deux semaines, cet étudiant devra accomplir une certaine quantité de travail chaque jour, pour respecter le plan du jeu qui est d'être prêt à écrire et de produire ensuite l'exposé à temps. La stratégie à suivre pour écrire cet exposé est une sorte de jeu, et cependant c'est un jeu très sérieux où il y a une intention ferme qui n'a aucun aspect de divertissement ou

d'amusement. Au contraire, c'est quelque chose qu'il faut faire pour satisfaire aux exigences de la classe.

Certaines situations de la vie peuvent être vues de la même manière. Par exemple, pour élargir cette situation particulière, disons que l'étudiant qui est dans cette classe au collège est aussi parent, et essaie tout à la fois de travailler, d'aller à l'école, et de prendre soin d'un enfant. Pour remplir tous ses devoirs, elle devra arranger son temps avec soin et, si elle est sage, cette étudiante, mère, et adulte, créera un plan de jeu où il y a une certaine quantité de temps pour ceci et une certaine quantité de temps pour cela.

En utilisant la figure du jeu, l'auteur permet au lecteur de se glisser dans l'histoire ce que concerne ce jeu. Nous ne pouvons pas estimer comment des entités vont réagir au produit fini qui coule de la cyber-plume de cet instrument. Nous ne pouvons pas savoir avec précision comment l'esprit et elle vont interagir. Ce que nous savons, d'une manière sûre et certaine, c'est que la valeur de l'échiquier sera exprimée dans la façon dont l'auteur et l'esprit présentent la matière.

Venant d'un lieu d'infini respect et dévotion envers le Créateur infini, il est, à notre humble avis, extrêmement improbable que ce qui aura été écrit échouerait en fin de compte à inspirer aux entités le sens du sacré du jeu qui est joué.

Il peut arriver qu'une entité créative s'approche trop d'un projet et en arrive à mettre en question et en doute ce qui est entré dans la création du projet jusque là. Nous encourageons cet instrument à aborder hardiment tous les doutes qu'elle pourra rencontrer. Et, en fait, habituellement quand on a une hésitation à propos d'une situation, quand on se demande si telle chose était bien la chose à faire, il faut absolument laisser cette préoccupation s'exprimer. Donnez-lui du temps. Gardez cette pensée et voyez où elle vous emmène lorsque vous êtes calme et sereine dans votre mental et dans votre cœur, de sorte que, quoi que vous découvriez de l'examen et du réexamen d'une idée cela n'apparaîtra pas comme quelque chose de négatif mais comme quelque chose de positif, même si cela doit provoquer des changements.

Ce n'est pas que nous suggérions que cet instrument doive changer quoi que ce soit. Nous suggérons simplement que si elle est préoccupée, ou si en fait quiconque qui crée est préoccupé, plutôt que de

promptement effacer, supprimer, et refaire, un temps soit alloué, pendant lequel l'entité demeure simplement dans le silence.

En effet, s'il y a une chose qui est des plus utiles à quiconque s'efforce de créer du matériau qui élève l'esprit, c'est bien de rester dans le silence et d'en faire usage. Une énorme quantité d'informations afflue en permanence dans le mental et le cœur de chaque chercheur. Lorsque l'intention est établie, d'entendre ces informations silencieuses, le résultat est instantané et une guidance renforcée se trouve immédiatement auprès de l'entité qui demande ces informations silencieuses. Le résultat n'est pas une réalisation immédiate et consciente d'une chose spécifique qu'il faudrait faire. Non. La nature de l'information et du discernement spirituels est telle qu'elle équilibre et met en perspective les événements et situations qui sont examinés.

C'est le choix de la polarité, Service D'Autrui ou Service De Soi, qui est en fait au centre de ce que cet instrument a appelé dans son livre « Le Jeu de la Vie ». Il y a un objectif commun à toute l'humanité, et c'est de faire le Choix. C'est un concept simple, et en vérité il est tellement simple qu'il a échappé à toute considération sérieuse, sauf dans les institutions que cet instrument appellerait 'religieuses'.

C'est la raison pour laquelle, à notre avis, l'utilisation de cette construction est une chose positive. Nous croyons que la valeur de ce jeu parlera d'elle-même en fin de compte. Car à la fin on voit la structure majestueuse, aux couleurs de l'arc-en-ciel, de l'évolution spirituelle qui commence avec ce choix. Faire ce choix c'est la clé du développement spirituel de chaque chercheur pour de nombreuses, de très nombreuses, vies à venir. Et lorsque cet instrument a choisi de créer ce livre, son désir a été de faire passer l'information d'une manière simple.

Conséquemment, nous encourageons cet instrument à persévérer sans douter d'elle-même dans son effort d'excellence, et à raconter l'histoire avec vérité et honnêteté. L'histoire de l'amour vaut bien la peine d'être dite.

Nous voudrions faire remarquer, avant d'abandonner le sujet, que bien qu'il soit excellent pour cet instrument d'écrire ce livre, et pour tous ceux qui souhaitent servir de partager sa vision d'informations utiles, notre sentiment est que sous tous ces efforts il y a l'esprit de la personne. S'il

n'était pas venu à cet instrument il serait venu à un autre, et encore un autre, car nous ne parlons pas en paroles qui nous sont uniques, sauf dans l'arrangement précis de la métaphysique des informations que nous proposons.

Tous les concepts parmi ceux qui affirment la nature unitaire de l'univers et qu'à ce point de développement de l'humanité il est temps de faire le choix du Service D'Autrui ou du Service De Soi, se trouvent dans divers référentiels de connaissances inspirées.

Par conséquent, nous suggérerions de travailler par inspiration plutôt que poussés par de lourds sentiments d'urgence ou de temps qui se fait court. Ces énergies ne serviraient pas un projet orienté vers la spiritualité car ce sont des énergies de crainte. Nous suggérerions plutôt, à tous ceux qui souhaitent servir, la sérénité et l'acceptation de toute limitation dans une absolue détermination de voir le projet atteindre sa fin naturelle, afin que le bébé qui a été créé puisse naître et être partagé avec le monde.

**Jim:** D demande: « J'ai lu quelques ouvrages de Walter Russell, et il mentionne dans son traité sur la lumière que notre univers s'étend et se contracte en cycles de 14 milliards d'années. Est-ce que Q'uo pourrait donner un commentaire à ce propos? ».

Nous sommes ceux de Q'uo, et nous avons pris connaissance de votre question, mon frère. Pouvons-nous dire comme il est bon d'être en contact avec votre merveilleuse énergie?<sup>1</sup> Quand à la période de temps suggérée par Walter Russell, elle est certainement exacte et fait partie des énergies cycliques qui créent le pouls du Créateur infini unique.

Nous voudrions aussi faire remarquer que le temps est fluide et plastique quand il est appliqué au spirituel par opposition au temps physique. Les défauts des mesures de ce type sont dus à ce facteur.

Y a-t-il une autre question à présent?

**Jim:** Juste encore une. Une dame du nom de F demande: « Pourquoi ai-je développé une sensibilité aux champs électromagnétiques? Est-ce que cette sensibilité est associée à la croissance ou à la guérison spirituelle? Peut-elle servir à aider autrui? Est-ce que

<sup>1</sup> D est un membre de longue date du groupe de méditation et un soutien de L/L Research, et le groupe Q'uo le saluait à ce titre.

certaines principes spirituels y sont impliqués, et qui pourraient m'aider à examiner cette question? ».

Nous sommes ceux de Q'uo, et nous avons pris connaissance de votre question, ma sœur. Ce qui vous arrive, ma sœur, est un résultat de ce que nous pourrions appeler un amincissement du voile, puisque vous avez fait le choix de vous éveiller et de vivre votre vie consciemment si vous le pouvez. Quand une telle décision est prise, et puis quand cette décision est suivie d'une série persistante de choix éthiques qui viennent à l'appui de cette décision d'être vivant, de vivre depuis le cœur, et d'épouser les valeurs de l'amour inconditionnel, au fil du temps cela crée un environnement intérieur complètement différent dans l'entité qui était auparavant confortablement endormie et qui est à présent très éveillée et alerte.

Le travail spirituel s'exprime de diverses manières, selon le corps physique de chaque chercheur. Certaines personnes sentent de l'énergie électrique leur parcourir le corps. Certaines personnes éprouvent des sensations similaires, mais au lieu d'être électrisées elles ont l'impression d'être beaucoup plus volumineuses qu'en réalité, comme si, étant assis dans un fauteuil, la masse de ces personnes prenait l'aspect d'un ballon et flottait presque dans la pièce.

Il y a autant de réactions à l'augmentation de prise conscience (et donc à l'augmentation d'énergie) qu'il y a de personnes. Votre réaction au constant bombardement de la Terre de troisième densité par des ondes d'énergie de quatrième densité a provoqué chez vous cette réaction particulière. Il n'y a aucun mérite ni démérite spirituels à éprouver cette sensation particulière. Elle est une partie relativement mécanique de votre conscience qui s'éveille et commence à chercher qui elle est, qui vous êtes, ce que vous faites ici, et ainsi de suite. Ma sœur, nous vous encourageons à poursuivre vos investigations et à ne pas vous laisser perturber par les variations dans votre prise de conscience d'énergies électromagnétiques.

Il vous faudra naturellement chercher comment vous sentir à l'aise avec ces sensations, mais nous voudrions suggérer d'encourager la coopération d'une manière hardie et joyeuse avec les symptômes quand ils se produisent.

Quand à leur utilité, c'est là quelque chose dont nous ne pouvons pas parler, si ce n'est pour dire que

c'est une bonne question à vous poser à vous-même. C'est une bonne voie de recherche à suivre dans votre processus personnel.

Nous souhaitons à vous et à tous ceux qui s'éveillent et ressentent certains symptômes perturbants de ce type, le courage d'aller de l'avant sans crainte. Car ce sont là des symptômes momentanés et légers d'un cœur et d'un système nerveux qui s'éveillent, dirons-nous. C'est comme si, quand vous vous éveillez spirituellement, votre corps énergétique avait la possibilité de s'étendre, de respirer, et de s'épanouir. Vous êtes donc dans un processus qui aide votre corps énergétique à atteindre une réelle maturité et une beauté aux innombrables pétales. Et nous vous encourageons vous et tous ceux qui veulent chercher, à servir et à apprendre.

Y a-t-il une dernière question à présent?

*(Pause)*

S'il n'y a pas d'autre question maintenant, nous allons prendre congé de cet instrument et de ce groupe, en laissant chacun dans l'amour et la lumière, la puissance et la paix, du Créateur infini unique. Nous sommes connus de vous comme étant le Principe de Q'uo. Adonaï, mes amis. Adonaï. ✨