

## Henriette Dufeu



Henriette Dufeu a une formation en piano et en guitare classique qu'elle a enseignés plusieurs années.

Elle a vécu dans l'école spirituelle du Maître Omraam Mikhaël Aïvanhov de 1978 à 1986.

En 1997, elle devient chef d'entreprise et co-proprétaire de la Boulangerie Dufeu à Sherbrooke au Québec.

*J'étais âgée de 22 ans, lorsque le Maître spirituel Omraam Mikhaël Aïvanhov m'a donné ce conseil :*

*« Ne cessez jamais d'aimer, élargissez toujours votre amour, aimez tous les êtres, la nature, le monde entier, les anges, les archanges, tout l'univers. Aimez sans rien attendre et choisissez toujours ce qu'il y a de mieux, choisissez les meilleures conditions pour votre âme. »*

*C'était la dimension de l'Amour que je cherchais, une dimension sans limites, infinie .... des états de conscience spirituels sacrés, des joies profondes, et l'acquisition des connaissances qui nous changent de l'intérieur.*

*Je souhaitais que cet amour spirituel et profond qui m'inspire, s'exprime dans tous les domaines de ma vie, éveillant ma conscience à des mondes subtils extraordinaires qui lorsqu'on les contemple, nous imprègnent de la certitude que le divin existe, en soi, dans les autres et partout dans la nature.....Au fil des ans, cette certitude est devenue une force, une stabilité, une puissance extraordinaire que rien ne peut ébranler. Car lorsqu'on vit des états divins, lorsque notre âme, par la contemplation se fusionne avec la lumière, on ressent une telle plénitude, une joie si forte et si intense, que tout notre être devient cette joie, cet amour, ce bonheur.*

*L'amour, la beauté c'était le but de ma vie, et je voulais que ce soit grand, je ne savais pas encore comment, mais je souhaitais de tout mon cœur que mon destin ne soit pas lié qu'à une existence terrestre passive et matérialiste, ou chaque événement se déroule tous les jours avec une similitude ennuyante. Je voulais au contraire pouvoir créer, étudier, contempler, connaître et surtout je voulais être heureuse. J'avais besoin de bonheur et de joie, c'était pour moi une nourriture aussi indispensable que les fruits le sont pour le corps.*

*Très jeune je savais intuitivement que je rencontrerais un Maître, un guide spirituel, je le sentais et je le cherchais.....*

*Je lisais beaucoup de livres car j'étais en quête de tout ce qui pouvait m'instruire sur le perfectionnement de l'être humain. Jusqu'au jour où une amie enseignante, me donna un livre du Maître Omraam Mikhaël Aïvanhov. Quand j'ai vu sa photo au dos de la couverture du livre, un courant d'énergie très intense a traversé tout mon être. J'ai été frappée par la beauté, la sainteté et le rayonnement de son visage. Tout en lui reflétait une profonde sagesse, une élévation spirituelle que seul les Grands Initiés émanent. J'ai commencé à lire sa philosophie et son enseignement et je devins insatiable. Jamais personne n'avait expliqué les grands principes et les grandes lois universelles avec autant de clarté, de précision et de transparence. Peu à peu tous les grands mystères de l'univers devenaient accessibles et compréhensibles.*

*Lorsque je l'ai rencontré pour la première fois dans le sud de la France, je fus à nouveau saisie par son rayonnement, l'harmonie et la maîtrise parfaite de ses gestes. Il y avait autour de lui, une aura de lumière si puissante, qu'on pouvait presque sentir cette aura nous pénétrer et nous élever instantanément vers le sommet de notre être, la partie de nous la plus noble et la plus altruiste. Son visage émanait une lumière douce et puissante, une grande pureté d'une beauté parfaite et un regard pénétrant qui semblait tout savoir sur moi sans me juger, car au contraire, ses yeux dégageaient un amour divin immense, et en même temps une infinie tendresse.*

*Je sentais tellement de paix, de sérénité et j'étais remplie d'un bonheur et d'une joie si intense que j'avais envie de rire, oui un grand bonheur qui jaillissait en éclats de rire. Tout ce que j'avais cherché, tout ce qui était nécessaire au développement de l'âme et de l'esprit, était là devant moi.*

*D'une simplicité désarmante, il me fit signe de venir vers lui et me parla doucement. Il me fit venir (comme il le faisait avec tous ceux à qui il donnait des rendez-vous) dans son jardin pour un entretien. Comme son seul but était de nous aider à résoudre les problèmes de notre existence, de nous éclairer, et de nous amener vers une conscience supérieure, il m'a demandé simplement : Que puis-je faire pour vous?*

*J'ai eu la chance de pouvoir m'entretenir très souvent avec lui et de parler librement de tous les sujets qui m'intéressaient particulièrement et qui me tenaient à cœur. Il éclairait chaque sujet de connaissances, autant philosophiques que pratiques afin que les grandes vérités spirituelles s'incarnent dans notre façon de vivre au quotidien.*

*Il m'apportait toujours des éléments nouveaux qui élargissaient ma façon de penser et ma compréhension de la structure de l'être humain autant dans ses manifestations physiques, que dans ses côtés plus subtils. Parmi ses nombreux conseils précieux, je voudrais en partager trois avec les lecteurs. Pourquoi? Parce que ces vérités concernent tous les êtres, et peuvent nous être utiles à tous.*

*--Le premier conseil : Un jour le Maître m'a dit: "N'oubliez jamais que nous sommes liés (par des liens subtils) à des milliers de créatures dans le monde visible et dans le monde invisible. En ce sens, nous devenons tous des modèles les uns pour les autres. Toutes nos actions et nos pensées influencent tous ces êtres. Si chaque jour vous faites quelque chose de sacré, de profond, et si vous élevez votre conscience très haut, vous amenez ces mêmes créatures vers le haut, mais si vous descendez, alors vous amenez ces créatures vers le bas. D'où l'importance du Haut-Idéal qui donne un sens spirituel à notre vie et qui est un lien, comme une corde tendue vers le Ciel, auquel nous pouvons nous accrocher lorsque nous avons des difficultés. "*

*J'en ai conclu que notre responsabilité en tant qu'être humain est beaucoup plus grande que ce que nous voyons dans le plan physique. Nos actions et nos pensées les plus intimes peuvent détruire ou construire. La moindre pensée produit des effets bénéfiques ou dévastateurs dans le monde, autour de nous et à des milliers de kilomètres de nous par tous ces liens subtils qui nous lient tous. C'est à nous de devenir conscient.*

*--Le deuxième conseil: "Élargissez toujours votre amour. Aimez (spirituellement) le monde entier, toutes les créatures, la nature, (et dans les plans subtils) les anges, les archanges et ne vous arrêtez jamais d'aimer. Embrassez tout l'univers, aimez sans rien attendre, aimez comme les Initiés, en commençant par la nature. Et si vous aimez Dieu de toute votre âme, tout ce qu'il y a de divin en vous se réalisera, et vous serez étonnée de votre richesse."*

*Le Maître nous a souvent parlé de la loi de l'écho: À la montagne vous dites : "Je vous aime, je vous aime " et l'écho répond " Je vous aime, je vous aime". C'est une loi : ce que nous projetons, nous le recevons.*

*Conclusion: Lorsque nous envoyons par la pensée notre amour à toutes les créatures sans rien attendre en retour, nous développons le véritable Amour désintéressé, lumineux, profond. Et plus on s'exerce, plus nous devenons comblés, plus nous sommes heureux, et une joie constante jaillit en nous comme une source d'eau vive. Cet Amour remplit tout notre être.*

*--Le troisième conseil est plus général, mais c'est un antidote très efficace à plusieurs épreuves dans la vie. C'est quelque chose de très simple.*

*"Apprenez à remercier, même dans les plus grandes difficultés dites : merci. Il y a toujours une bonne raison pour remercier. Remerciez chaque jour.... quand vous vous levez, marchez et respirez, remerciez pour tout ce que la vie vous apporte. Quand vous êtes triste,*

*malheureux, mécontent, indisposé, pourquoi vous ne remerciez pas? Le monde entier trouvera que c'est insensé, mais on n'a rien compris. Ce mot est magique, il désintoxique, il neutralise les poisons, il apporte des choses extraordinaires. Il faut essayer pour voir. Il faut remercier jour et nuit, même quand il n'y a pas de raisons, c'est justement à ce moment-là qu'il faut remercier."*