

label  
75

CO  
éditions

/ TÉMOIGNAGE

*Rachel Favre*

Voyage  
au cœur  
de l'Être

*Rachel Favre*

# Voyage au cœur de l'Être

Témoignage



# Sommaire

Préambule	2
Introduction	6
PREMIÈRE PARTIE : L'involution	8
La dualité	8
La confusion	12
La perte de contrôle	15
À la recherche de l'amour	18
La quête de sens	22
Un autre regard	26
Le triangle de Karpman	29
Le tsunami intérieur	34
Le réveil	37
La voie de la libération	41
La découverte du monde subtil	47
Le bien et le mal	54
L'intrication	57
L'eau, l'argent, les émotions	60
Tout est contribution	65
DEUXIÈME PARTIE : L'évolution	69
L'éveil à l'amour	70
Le processus alchimique	77
Un monde en interaction	81
Le retournement	84
La révolution intérieure	89
La transmutation	92
La résistance	98
La levée des voiles	103
Les profondeurs de l'Être	106
L'espace de liberté	109
Le détachement	114
Le passage	118
La renaissance	121
Le paradoxe de la vie	127
Le retour à la source	130
Conclusion	135

*La vie est une œuvre d'ART, un VOYAGE, une énergie  
qui se propage à travers et au-delà des âges.  
Chaque âge m'apparaît comme UN PASSAGE.  
Tel un « APPRENTI-SAGE », j'écoute les MESSAGES  
pour savoir qui je suis.*

*40 ans...*

*Quel bel âge pour se sentir vivant à chaque instant, pour S'AIMER,  
S'ÉVEILLER et S'ÉMERVEILLER!  
QU'ART en TEMPS...*

*C'est le temps qu'il m'a fallu pour découvrir mes projections, mes  
illusions ainsi que la perfection de la Création; un temps nécessaire  
pour réaliser la permanence de mon ESSENCE dissimulée derrière les  
apparences.*

*Ce voyage que je partage est animé par ma quête de SENS.*

*Il apporte un témoignage en toute TRANSPARENCE.*

*Au fil des pages, je me déleste de mes bagages,  
je me libère de mes CROYANCES laissant derrière moi  
toute ma souffrance.*

*En acceptant mon ignorance, j'avance avec confiance, patience et  
persévérance sur ce chemin de « RE-CO- NAISSANCE ».*

*Au sein du silence, j'entrevois alors une alternance de danses agissant de  
connivence pour ne former qu'une seule et même danse...*

*Ce livre est un message d'Amour à lire en CONSCIENCE  
et à vivre en PRÉSENCE. Il détient la parole sans âge,  
celle qui provient du cœur, une parole éternelle et universelle.*

## *Préambule*

Quelles motivations et aspirations me poussent à cette réalisation ?

Du plus loin que je me souviens, j'ai toujours rêvé de voyager pour découvrir et explorer le monde, dans l'espoir de pouvoir répondre à mes nombreuses questions existentielles. Enfant, je partais en exploration à travers mes lectures. Apeurée par ce que je pouvais observer autour de moi, je me réfugiais dans mon espace intérieur et je parcourais des centaines de livres que j'entreposais sur ma table de chevet : des romans aux aventures trépidantes, des histoires dépaysantes, des recueils poétiques... Étant dans une certaine incompréhension du monde dans lequel je vivais, je cherchais des réponses dans des revues scientifiques, des articles aux titres évocateurs, des essais philosophiques...

Aujourd'hui, la vie m'apparaît sous un nouveau jour... j'entrevois un espace d'unité et de liberté à partir duquel se déploie un mouvement infini, une danse créative. Je me place de l'autre côté du voile et j'entre en conscience, au sein de ce mouvement. Je réponds à l'appel de l'âme en laissant ma créativité et ma sensibilité s'exprimer avec authenticité à travers le monde de l'écriture.

Un mois après avoir franchi cet équinoxe de la vie que l'on appelle quarantaine, je « prends la plume » pour la première fois. Je me retrouve face à moi-même, devant cette page vierge et je reste là, pendant des heures et des jours, devant l'écran de mon ordinateur dans l'attente d'un déclencheur.

Qu'est-ce que je cherche tant depuis la nuit des temps ? Dans le silence du cœur, un fil conducteur émerge des profondeurs et se place en évidence dans mon champ de conscience... L'AMOUR !

Ainsi guidée par la source de l'Amour, j'écoute la voix de l'intuition et je suis la voie de l'inspiration. Je commence alors à décrire la toile de la vie en toute intimité, avec vérité, fluidité et légèreté.

Dans les prémices d'une confusion, mes pensées entrent en ébullition laissant apparaître mes premières idées de manière désordonnée. Puis l'instant d'après, tout s'éclaire : un mouvement et une mise en lumière s'opèrent. Un mot s'efface, une phrase se déplace et s'insère à la bonne place. L'âme agit et produit des images que je retranscris par l'intermédiaire de mon esprit. C'est ainsi que le cœur à l'ouvrage, une magie se met en œuvre au fil des pages. Mes idées se rassemblent, les pièces s'assemblent, prêtent à former un bel ensemble.

Plongée dans un espace de paix et de tranquillité, j'ose me dire et m'exprimer sans pour autant me conformer. J'évoque des instants de vie en toute humilité, en étant la plus vraie possible. J'extériorise mes ressentis, je conscientise mes programmations et mes mémoires traumatiques à travers le vécu des expériences pour ensuite, les transmuter et les libérer. Je transmets certaines prises de conscience, parfois de manière imagée, tout en sachant que rien n'est jamais figé et que tout bouge à chaque instant.

J'expose ma perception de la Vie et de l'Amour à travers des expériences bien concrètes, ainsi que mes questionnements du moment : une question entraînant une autre question... J'accepte que parfois, il n'y ait pas de réponse ou que la réponse soit une non-réponse. Je ne détiens pas la vérité, je communique seulement ma vérité de l'instant. Ces questions ou réflexions (philosophiques et spirituelles) permettent d'adopter une prise d'altitude dont le seul but est d'élargir son champ de perception, d'amener une forme d'ouverture et de regard unificateur sur Soi.

Quelle est mon intention à travers l'écriture ?

« Mon voyage au cœur de l'Être » est une invitation à trouver la force nécessaire en soi pour se défaire et se détacher de ses croyances, ses certitudes, ses attitudes bien ancrées, tout en se reconnectant à la Source d'Amour présente en chacun. Il vise à ne pas opposer la matière et l'esprit, l'intériorité et l'extériorité. Il rétablit un pont entre la matérialité et la spiritualité afin de les incarner dans l'Être. Il est de surcroît une invitation à emprunter et suivre le chemin, parfois escarpé, qui mène vers Soi en partant à la recherche de la poule aux œufs d'OR pour peut-être, découvrir l'envers du décor et un fabuleux trésor.

Cet ouvrage s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent sortir de leurs états de souffrance ou qui seraient dans une quête de Vérité, de Liberté et d'Amour. Il est également destiné à tous ceux qui vivent un effondrement, un déchirement intérieur à la suite d'une rencontre, celle d'un homme ou d'une femme que certains appellent : « flamme jumelle ». L'effondrement, pouvant s'apparenter à une nuit noire de l'âme, peut précéder cette rencontre bouleversante.

Ce voyage intérieur me paraît être une métaphore de l'existence. En le partageant, mon intention est de contribuer humblement à l'évolution de la conscience. Il n'exclut pas un éclairage intime, bien au contraire : chaque ressenti est exprimé sans retenue tout au long du voyage et cela passe par une véritable mise à nu, il peut donc prendre des tournures totalement inattendues. Cette mise à nu demande un effort d'introspection et d'intériorisation profonde, elle permet d'apporter un témoignage tout en étant la plus transparente possible.

Fondé non pas sur l'image de l'Amour, mais de l'Amour lui-même, ce livre guérit des maux. Au-delà des mots, c'est une vibration qui entre en résonance, une création de la conscience, une manifestation en émergence, une mise en connexion au-delà de nos différences.

Transmettre et partager... deux mots, deux simples mots... qui pourtant détiennent une intense vibration. Le message que j'ai envie de transmettre à l'instant est celui-ci : les mots révèlent des trésors cachés, ils sont puissants... ils peuvent nous séparer ou nous rassembler, nous enfermer ou nous libérer...

Ce livre affiche une certaine originalité dans son avancement, son dénouement, mais aussi dans sa structure, à travers de nombreux jeux de mots. Il présente une double lecture : une « lecture de surface » et une « lecture de profondeur », cette dernière se veut être plus subtile. Un même mot peut avoir une double signification. Le deuxième sens est alors symbolique et il crée des correspondances avec d'autres mots présents au sein d'une même phrase, d'un même paragraphe en lien avec le thème abordé.

Suivant la valeur que l'on donne aux mots, les informations transmises peuvent être perçues ou comprises différemment d'un individu à un autre. De nombreuses interprétations sont possibles. Les compréhensions seront

adaptées à chaque individu, en fonction de son niveau de conscience et de son expérience vécue dans l'instant.

Tout est juste, chacun recevra et comprendra le message qu'il a besoin d'entendre à ce moment-là. Chacun trouvera un écho de ses blessures, de ses prises de conscience. Chacun retiendra ce qui est bénéfique pour lui. Comme dit Henri Bergson : « L'œil ne voit que ce que l'esprit est prêt à comprendre ».

Pour autant, restez attentifs et « ouverts ». Laissez votre conscience s'infuser afin que des réponses surgissant du silence émergent dans tout votre être.

Si des jugements se manifestent, je vous invite à les accueillir et à voir ce qu'ils génèrent en vous, avec bienveillance. Gardez à l'esprit que j'expose la réalité telle que je la perçois, et que j'exprime mes ressentis face aux situations.

*« La vie est comme un livre, ne jamais sauter  
aucun chapitre et continuer de tourner les pages.  
Tôt ou tard on comprendra pourquoi  
chaque paragraphe était nécessaire. »*

*Bernard Werber*

# Introduction

En guise d'introduction, je vous délivre mes premières questions :

*Comment puis-je découvrir et entrevoir l'Amour ?*

*Comment puis-je l'exprimer et le manifester ?*

*Suis-je en mesure de le recevoir, de l'incarner, de le vibrer, de le laisser se déployer ?*

*Vraisemblablement, nous aspirons tous à l'amour, mais qu'est-ce que l'AMOUR ?*

Le début de mon récit s'apparente à un dessin qui commence sur une page blanche. C'est ainsi que ma main dépeint le tableau de la vie avec des mots qui s'inscrivent à l'encre noire, laissant apparaître toute la noirceur du monde.

Immergée dans un monde de dualité, j'explore les profondeurs de la mer(mère)-terre sous toutes ses formes. Je découvre toutes les couleurs de cette apparente réalité. Comme engloutie dans une spirale de vie, je suis embarquée dans un tourbillon de folie. J'entre dans un MOUVEMENT D'INVOLUTION où toutes les couleurs se mélangent. J'enchaîne les déceptions, les désillusions, les humiliations jusqu'à l'effondrement de toutes mes fondations. Tout s'écroule et tout se répète dans un cycle sans fin...

C'est alors qu'un homme entre dans mon existence. Cette rencontre bouleversante me propulse au cœur de l'Amour véritable. Seulement, la puissance de cet Amour enclenche en moi un feu Divin mettant en lumière toutes les ombres de l'Être...

Dans une totale perte de repères, le mouvement s'arrête, s'inverse et s'accélère. J'entre progressivement dans un CYCLE D'ÉVOLUTION qui s'apparente à un processus d'éveil, évoluant par phases. Ces phases se manifestent par une série de mutations intérieures venant engendrer des libérations émotionnelles intenses et éprouvantes.

Puis je m'aperçois que tout est en interaction pour me faire avancer, que tout ce qui est à l'extérieur est contenu dans mon univers intérieur. Je revisite mon corps tel un temple sacré à travers les 7 couleurs de l'arc-en-ciel. Le chemin se révèle comme une montée à l'échelle. À chaque pas, un passage s'ouvre. J'accède à un autre plan de réalité où je peux entrevoir, un espace bien plus grand et bien plus vaste qui dépasse tout ce que je pouvais imaginer.

Je transcende alors toutes mes expériences pour les sublimer avec des mots porteurs d'ESSENCE et je redécouvre LE SENS de l'Amour, situé bien au-delà des concepts établis, de l'amour polarisé ou du sentiment amoureux.

# PREMIÈRE PARTIE

## *L'involution*

### *La dualité*

Je me prépare à descendre sur Terre, une dimension extrêmement dense. Une fois prête, je descends doucement tout en m'approchant de ma future maman et j'attends... C'est alors que la vie me porte et me dépose dans le creux de son ventre. Enveloppée d'un cocon protecteur, je baigne dans un océan d'amour infini. Je flotte en apesanteur dans de l'eau claire et chaude tout en m'unissant à ce corps que l'on appelle « corps humain ».

Soudain, un signal m'interpelle, l'incarnation est imminente...

Il est l'heure...

Le 2 septembre 1981 est le jour de ma NAISSANCE. Après neuf mois de gestation, mon essence se retrouve dans un univers inconnu fait de sons et de sensations.

*Qui suis-je? Où suis-je?*

J'ai si froid, j'ai si peur. Mon cœur bat si vite! Ma vue est troublée : dans l'obscurité, plus rien n'est clair. Tout est confus en moi et autour de moi. Un sentiment de panique m'envahit. Dans cette CONFUSION, des torrents d'eaux vives me submergent, je pleure, je crie, je suffoque!

Une odeur connue et un son familier me rappellent à la lumière. Me voilà blottie contre son corps, ses bras m'entourent tendrement pour me consoler. Je sens les battements de son cœur, la chaleur de ses caresses. J'entends sa voix, ses mots doux et réconfortants. Je ne sais pas encore ce qu'est une maman, mais je perçois son amour en cet instant. Apaisée et rassurée, je m'abandonne avec confiance. Je laisse le souffle de vie me guider et je respire !

Je ferme les yeux et j'entre en sommeil, un profond sommeil où je pars à l'aventure ! Je ne sais pas ce qui m'attend... peut-être un voyage passionnant et effrayant, vivant et exigeant, fascinant et déroutant...

Un saut dans le temps... Un cycle de trois ans et me voilà propulsée en avant...

Trois ans plus tard jour pour jour, je rentre à l'école maternelle. Aujourd'hui, je suis contente, c'est mon anniversaire. C'est aussi la rentrée des classes pour moi. Je me retrouve devant le portail de l'école, je découvre cet espace immense et bruyant. J'avance tout doucement dans l'école avec maman, on se dirige vers ma classe. Des enfants crient et courent dans le hall. Je suis pétrifiée, je n'ose plus bouger. Je n'ai pas de doudou ni de sucette pour me rassurer alors je m'accroche aux jambes de maman.

Moi je préfère retourner à la maison et rester avec maman, mais je n'ai pas le droit, je dois suivre le mouvement que l'on m'impose. J'ai envie de pleurer en voyant certains enfants en larmes, mais je me retiens et je vais sagement en classe.

Malgré quelques instants de gaieté, je vis cette journée d'anniversaire comme un véritable calvaire. J'ai peur et je me sens abandonnée. Je ne veux pas me séparer de papa et maman. Suis-je vraiment obligée de me SÉPARER ?

L'école maternelle m'apparaît comme un monde cruel...

C'est ainsi que chaque année à la même date, j'expérimente tout un panel de sentiments et d'émotions. Je jongle entre joie et désespoir, douceur et douleur, bonheur et malheur. Plongée dans ce monde de dualité, je découvre cette étrange réalité.

À la maison, je me comporte comme une enfant modèle, je suis sage, calme et sans histoire. Les histoires sont juste dans ma tête : eh oui,

j'adore inventer de belles histoires d'amour alors je joue avec les barbies, je passe du temps à les habiller, les coiffer et à m'occuper du décor pour que tout soit parfait.

À l'école primaire, je deviens une élève comme on en rêve : sérieuse, attentive et disciplinée, je suis déjà conditionnée. Je connais, respecte et suis les règles à la lettre. Quand la maîtresse donne un devoir à faire à la maison, j'effectue ce travail de manière appliquée et ordonnée. Je le rends toujours dans les temps.

Ce jour-là, mon travail ne convient pas à la maîtresse, elle me dit que je me suis trompée et m'ordonne de le refaire. Je ne suis pas d'accord, j'ai bien écouté les consignes, et ce qu'elle me demande aujourd'hui me paraît injuste. Je reconnais la valeur de mon travail et je refuse de faire ce qu'elle me demande. Je suis évidemment punie. Je vis cela comme une injustice.

*Dois-je me conformer à ce que l'on attend de moi ?*

*Cette recherche de perfection présente en moi, est-elle un moyen de me sentir aimée ?*

*Pourquoi devrais-je toujours être sage comme une image ?*

Les adultes me voient en effet, comme une enfant sage mais très têtue. Ainsi cataloguée, on me « colle cette étiquette sur la tête ». Je me sens seule et incomprise. Toutes ces matières travaillées en classe sont pour moi si abstraites. Je ne vois aucune logique dans les mathématiques. Je ne trouve pas de sens à l'histoire et surtout dans la manière dont elle est enseignée. On m'expose des faits de guerre dont j'ignore l'intérêt.

*Comment peut-on savoir réellement ce qu'ont vécu les combattants durant la guerre ? N'est-ce pas cela le plus important ?*

*Mais comment savoir ce qu'ils ont véritablement ressenti n'étant pas à leur place ?*

Peut-être qu'ils ont enfilé leur costume de combattant, et qu'ils ont mené le combat de front ne laissant aucune place à l'émotion... peut-être qu'au sein de la bataille, ils étaient terrifiés, envahis par la peur...

On écarte tout ce qui a trait à la sensibilité. On évite ce sujet et toutes les atrocités de guerre se résument simplement, en quelques pages sur mon cahier. La maîtresse nous donne des dates à savoir par cœur, des frises à reproduire. Tout cela me paraît complètement inutile. Alors

j'effectue mon travail, mais je m'efface et ne m'exprime pas en classe. L'institutrice me reproche mon manque de participation orale. Plus on me le fait remarquer et moins je participe...

À l'heure de la récréation, je m'intériorise et m'assois dans un coin à l'abri des regards, discrètement j'observe les enfants et leurs comportements. Je trouve qu'ils sont tellement méchants entre eux. Je n'entends pas les rires des enfants. Je les entends crier, se disputer ou se battre. Les enfants sont en guerre les uns contre les autres. Voilà ce que je vois ! Notre cours d'histoire n'a servi à rien, la preuve : personne n'en retire d'apprentissage. Je trouve cela absurde et sans intérêt.

Je me réfugie dans mon monde intérieur, un monde magique avec des fées et des licornes, un monde rempli d'odeurs, de couleurs et de saveurs différentes, un monde dans lequel je m'émerveille en admirant toutes ces merveilles...

# *Bibliographie*

## *Livres*

*La voie du tarot* – Alexandro Jodorowsky, Marianne Costa. Éditions J'ai lu, 2020.

*Job sur le chemin de la lumière* – Annick de Souzenelle.  
Éditions Albin Michel, juin 2016.

*La vie des Maîtres* – Baird T. Spalding.  
Editions Robert Laffont, Paris, 1999.

*L'énergiologie, un autre regard sur notre santé* – Jean-Michel Méric.  
Éditions Quintessenc, 2015.

*Le livre de vie; introduction au Livre de Thot* – Swami Mahashakti.  
Éditions les Portes de l'éveil, 2018

*Le livre tibétain de la vie et de la mort* – Sogyal Rinpoché.  
Éditions de la Table ronde, Paris, 2003.

*Le pouvoir du moment présent* – Eckhart Tolle.  
Éditions J'ai lu, 2020.

*La prophétie de l'aigle et du condor* – Arnaud Riou.  
Editions Guy Trédaniel, 2021

*Palais idéal du facteur Cheval* – Gérard Denizeau.  
Nouvelles éditions Scala, novembre 2021

## *Sites internet*

<https://fr.resonancescience.org>

« Resonance science foundation » et les différentes recherches de Nassim Haramain sur la théorie de physique unifiée.

<https://www.jackylefaucheur.com>

Les livres : *L'invisible alchimie intérieure*. Jacky Le faucheur.

<https://www.lepapillondorenssoi.fr>

Le papillon d'Or en Soi. Jérôme Lebrat.



CO

éditions

/ ROMAN

/ PULP

/ COURT

s.f./fantasy, polar/noir,  
littérature classique...

Proposez vos manuscrits

[www.nco-editions.fr](http://www.nco-editions.fr)

---

Rachel Favre

Voyage au cœur de l'Être

Version gratuite - Ne peut être vendu

*Image de couverture : JYG*

*Crédit photo : Adobestock*

*Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.*

© n'co éditions

3, rue de la Charité - 38200 Vienne

nco-editions.fr