

RENDRE L'ÂME

Collection Témoignages

dirigée par Michka Seeliger-Chatelain et Tigrane Hadengue

© Mama Éditions (2024)

Tous droits réservés pour tous pays

ISBN 978-2-84594-565-4

Mama Éditions, c/o Hachette Livre, 58 rue Jean Bleuzen, 92170 Vanves

Flore LESTRADE

RENDRE L'ÂME

Préface de
Peggy Reboul

AVERTISSEMENT DE L'ÉDITEUR

Les points de vue exprimés dans ce livre n'engagent que leurs auteurs.

Toute utilisation des informations contenues
dans ce livre relève de la responsabilité du lecteur.

MAMA ÉDITIONS

À ceux qui se sentent seuls.

PRÉFACE

Authentique et inspirée, Flore fait partie de cette nouvelle génération venue semer des graines d'amour et de conscience. La première fois qu'elle vient me voir, Flore termine un cursus de formation en communication animale, mais ressent le besoin d'approfondir son champ de connaissances et d'expériences. À l'époque elle est déjà dans un questionnement sur la mort. Elle a besoin de comprendre. J'ai la chance d'être l'une des premières à qui elle confie son manuscrit et je suis très heureuse aujourd'hui de préfacer son premier livre.

S'il existe de nombreux ouvrages sur la mort, chaque témoignage a son importance. Celui de Flore se lit comme un roman, apportant au lecteur des éléments de compréhension clairs sur la fin de vie, le départ sur l'autre rive et ce lieu source où notre âme se réfugie. Au-delà de son expérience, Flore va chercher auprès de nombreux auteurs des validations à ce qu'elle ressent, voit, entend et perçoit. Il en découle un ouvrage riche et précieux. À une époque où la montée vibratoire de la planète impacte positivement chaque être humain, nos facultés extrasensorielles se développent, invitant chacun de nous à élargir ses perceptions et ses croyances.

En évoquant sa difficulté à s'incarner, elle témoigne de ce qu'elle a dû mettre en place pour recouvrer son ancrage,

revenir dans son corps et trouver sa place en tant qu'humaine. Cela parlera à bon nombre de personnes, je pense.

La spécificité de ce livre réside dans le fait que Flore communique avec les animaux. Les messages que délivre notamment sa chatte Faïla nous aident à revenir dans l'instant présent et à faire notre deuil : « *Fais le choix d'aller bien, garde en tête que je suis libre et heureuse et tout ira bien. Les émotions négatives, comme la culpabilité ou l'inquiétude, ne sont que des façons de détourner ton esprit de la réalité, de ce face-à-face avec soi-même.* » D'autre part, l'autrice est passeuse d'âme. Par sa simple présence, elle met sur la voie de la lumière et d'une dimension plus élevée les personnes décédées qui passent d'un état vibratoire à un autre. Là encore, ses conseils donnent au lecteur des réponses claires à des questionnements ou des ressentis qui peuvent générer peur et confusion.

Lorsqu'elle témoigne de son expérience auprès d'une amie prête à rejoindre les étoiles, elle nous amène à visiter les étapes de ce processus de transformation. Ce qu'elle partage avec nous est important. Elle montre comment l'accompagnement d'un proche peut devenir un moment de grâce. Puis elle nous guide sur le chemin des retrouvailles avec l'être cher. Nous voyageons sur plusieurs plans, là où l'espace et le temps n'existent plus.

Voilà ce que Flore expérimente et ce à quoi elle nous convie, à travers sa lecture éclairante de ce qui est.

Quand on ferme les yeux, quand on donne la main à l'autre, pour retrouver dans le silence du cœur celle ou celui que l'on aime, quand on porte plus haut sa conscience pour embrasser une autre réalité, quand on renoue avec

le cœur sacré, on retrouve l'unité, cette reliance au divin ; la mort et la séparation n'existent plus.

Peggy Reboul¹
 Communicante animalière

1. Peggy Reboul est l'autrice de *Consciences Animales* et de *Ces animaux qui n'en sont pas*, publiés chez Mama Éditions.

« Se préoccuper de la mort n'est pas fuir devant la vie, au contraire. L'intégration de la mort dans sa pensée permet à l'homme de vivre de façon plus consciente et plus concentrée et l'empêche de gaspiller "trop de temps pour des choses sans importance". »

Elisabeth Kübler-Ross

INTRODUCTION

*« L'expérience n'est pas ce qui nous arrive.
C'est ce que nous faisons de ce qui nous arrive. »*

Aldous Huxley

Est-ce que tout cesse véritablement lorsque nous mourons? À quoi bon vivre, quand nous savons que tout s'arrêtera le jour de notre mort? Tout le monde semble triste lorsque quelqu'un meurt, alors dois-je avoir peur de la mort? Est-ce quelque chose de terrible?

Très jeune, je me suis posé ces questions. J'avais besoin de comprendre. Et de ces questions en découlaient d'autres... Pourquoi suis-je là? Ma vie a-t-elle un but? Qu'est-ce qu'on attend de moi? Y a-t-il *quelqu'un* qui attend de moi que je fasse *quelque chose* en particulier de ma vie? Mes parents? Ce Dieu, dont on me parlait au catéchisme? Profiter simplement de la vie, avec insouciance, m'était difficile. Enfant puis adulte hypersensible, je me suis souvent sentie en décalage avec ce que l'école, puis la société me proposait. J'avais toujours besoin de trouver du sens à ce que je faisais et plus profondément, du sens à ma présence sur Terre. Dès l'âge de 8 ans j'ai commencé à régulièrement penser à la mort, alors même que j'avais toutes les raisons de vivre une enfance heureuse. Mon

tempérament réservé m'a longtemps fait garder ces questions et pensées secrètes. Je les ai donc reléguées au fond de moi et fait de mon mieux pour avancer seule – enfin, c'est ce que je croyais.

À partir de 27 ans, j'ai été confrontée à la mort à quatre reprises en l'espace de deux ans, deux fois aux côtés d'êtres humains et deux autres aux côtés d'animaux. Si certains m'ont dit que je m'étais retrouvée « au mauvais endroit au mauvais moment », je crois plutôt que je m'étais trouvée, au contraire, aux endroits et aux moments exacts pour avancer sur mon chemin de compréhension. Ces quatre expériences d'accompagnement constituent le fil rouge de ce livre où je raconte mon passage vers une vie plus consciente, pleine de sens et connectée à tout ce qui m'entoure. Parce que voir la mort en face m'a permis des compréhensions nouvelles. Éprouver dans mes cellules le fait que l'âme survit à la mort m'a ouvert à une façon beaucoup plus joyeuse de percevoir la vie et à trouver du sens à l'incarnation. C'est aussi grâce à la nature, aux animaux et aux végétaux que j'ai pu parvenir à me reconnecter à mon cœur et trouver une direction. J'exerce aujourd'hui le métier d'interprète animalier, c'est-à-dire la communication d'âme à âme avec les animaux. J'ai découvert une immense sagesse chez ces derniers et ils m'ont énormément enseigné. Il m'a donc paru naturel de leur donner la parole dans ce livre, à travers le récit de communications animales effectuées auprès d'eux. La première partie du livre dévoile leurs enseignements et leur façon de percevoir la mort.

La deuxième partie est consacrée à l'accompagnement que j'ai effectué auprès d'une amie emportée par une

récidive de cancer foudroyante, à l'âge de 59 ans. Cette expérience a été le moment le plus fort et le plus lumineux que j'ai vécu jusque-là. Cela m'a ouvert à une façon inattendue de percevoir la mort. Celle-ci n'est pas nécessairement une affaire triste et angoissante. À travers elle, j'ai pu, au contraire, m'ouvrir à encore plus d'empathie et d'amour pour tous les êtres qui m'entourent et pour la vie. Dans une société qui cherche souvent à éluder ce sujet, j'ai eu à cœur d'écrire pour partager une manière d'aborder plus sereinement et en conscience ce moment d'initiation. Oui, la mort provoque en général une immense souffrance et beaucoup d'incompréhension. Et c'est justement par amour pour ceux qui sont concernés par la perte d'un être cher que j'aspire à partager cette nouvelle vision. Si nous parvenons à enlever nos lunettes de souffrance pour regarder ce qui est avec les yeux du cœur, nous pouvons tous percevoir, même dans les expériences les plus sombres, une grande leçon d'amour. Peut-être pas sur le coup, mais il n'est jamais trop tard.

La troisième partie se concentre sur ce qui se passe après la mort. Aussi bien pour l'âme du défunt (humain ou animal) que pour ses proches restés sur Terre. Avoir quelques notions sur ce qui nous attend dans l'au-delà peut grandement nous aider à traverser cette épreuve. J'évoquerai aussi le deuil animalier qui est souvent pris à la légère. Un deuil non fait, quel qu'il soit, laisse des cicatrices.

Ces quatre contacts avec la mort, chacun à leur manière, ont été initiatiques : ils m'ont fait grandir et m'ont écartée de mes pensées sombres. Considérer la mort non plus comme une fin mais comme un changement d'état m'a

permis de me sentir non plus *séparée* mais reliée au monde invisible. J'ai découvert que je n'avais jamais été « seule », que même dans l'isolement j'avais toujours été guidée. Cela m'a aussi libérée d'une pression, celle d'avoir quelque chose en particulier à « faire » dans cette vie. Faire versus être. J'ai enfin pu lâcher prise et accepter de me relier plus profondément à la vie.

Tout ce qui sera présenté ici se base sur une vision non matérialiste de la vie. Je considère que nous ne sommes pas que de simples corps physiques, mais bel et bien des êtres énergétiques et infinis incarnés dans un corps. Je suis incarnée à l'heure où j'écris ces lignes, je ne prétends donc pas détenir de vérité sur ce qui se passe dans l'au-delà. Je partage simplement les expériences que j'ai vécues et ce que les âmes ont bien voulu me montrer à travers les communications dans le subtil.

Plus j'avance sur ce chemin, plus je me rends compte que je sais peu de choses. À chaque porte qui s'ouvre, chaque découverte ou enseignement reçu, j'observe l'étendue des portes qui restent à ouvrir tout au long de ce mystérieux chemin qu'est l'« au-delà ». Chaque cas est unique et faire des généralités est impossible. Parallèlement à ce que les âmes de défunts et d'animaux ont bien voulu me montrer, je me suis beaucoup renseignée sur le travail de « spécialistes de la mort » comme les docteurs Elisabeth Kübler-Ross et Jean-Jacques Charbonier, les médiums Anne Givaudan, Daniel Meurois, Patricia Darré, Christelle Dubois, etc. Mon enseignante en communication animale, Peggy Reboul, m'a aussi énormément appris et montré la voie pour saisir les subtilités de ce que je pouvais recevoir

en communication. J'ai enfin lu des auteurs qui canalisent l'information directement auprès d'esprits de lumière, comme Marie Lise Labonté, Sylvain Didelot ou encore Valérie J'espère. Ce travail de recherche auprès d'auteurs reconnus m'a permis de comparer, recouper et valider mes ressentis.

Par respect pour leur intimité, les prénoms de certains animaux ainsi que ceux de leurs gardiens ont été changés. Tous les événements décrits ont été vécus. J'ai apporté parfois de légères modifications dans le but de préserver l'intimité de mes amis et les noms de certains ont eux aussi été modifiés.

PARTIE I

*Mon éveil spirituel
et la fonction de passeur d'âme*

CHAPITRE 1

Enfance

*« La science ne sera jamais capable de mesurer
les sentiments humains, ou l'amour. »*

Dr Jean-Jacques Charbonier

Mon premier contact avec la mort s'est produit lorsque j'avais 10 ans. Mon père, pour son travail, passait beaucoup de temps « en déplacement », comme disaient les adultes, et je ne le voyais que le week-end. J'étais terrorisée à l'idée qu'il ait un accident de la route, car je voyais souvent à la télévision des images d'accidents mortels, mais je n'en parlais à personne. Un matin au réveil, avant d'aller prendre le petit-déjeuner, j'ai *senti* que quelque chose n'allait pas. J'entendais ma mère parler au téléphone, ce qui était inhabituel à cette heure. Ma chambre était sombre, l'aube pointait tout juste son nez pour la teinter d'une atmosphère bleutée. J'étais tremblante et angoissée devant la porte et il m'a fallu plusieurs minutes pour passer le seuil. Je me disais que mon père avait finalement eu un accident, que

mes pires craintes s'étaient réalisées. Quand j'ai rejoint ma mère dans la cuisine, elle pleurait, et m'annonça que mon grand-père était décédé. Il était atteint d'un cancer généralisé depuis de nombreuses années, c'est lors d'une chute qu'il est mort sur le coup.

J'ai été envahie par une tristesse intense qui a duré plusieurs semaines. Des émotions denses pour l'enfant que j'étais, qui ne comprenait pas pourquoi elle ressentait tout cela. Je crois que ce qui me faisait souffrir était le fait de me retrouver face à un immense mystère. Je me sentais très mal, mais je ne savais pas vraiment pourquoi. Mes parents m'ont expliqué qu'il était parti au « Ciel », mais ce n'était pas très clair pour moi. Je souffrais de ne pas avoir pu lui dire au revoir. Si, pour les adultes, voir un proche partir à l'âge de 76 ans est certes douloureux mais pas forcément surprenant, surtout si ce dernier est gravement malade, la coupure a été pour moi inattendue et brutale. Je découvrais qu'en tant qu'êtres humains, nous sommes mortels. Avec le recul, je comprends aussi que j'étais très reliée à ma mère (je le suis toujours) et que j'avais tendance à faire miennes des émotions qui lui appartenaient. Cela prit particulièrement de l'ampleur lors de ce deuil. Pourquoi étions-nous si tristes alors qu'il était censé être au Ciel? J'ai remarqué aussi les efforts qu'elle faisait pour ne pas montrer aux autres ses émotions. Ces observations ne firent qu'accentuer mes questionnements et ma confusion. Est-ce mal d'être émotif? De le montrer? Parler de son monde intérieur et de ses émotions semblait inconvenant et montrer sa vulnérabilité dangereux. J'avais du mal à comprendre comment les autres – et notamment les adultes – faisaient pour vivre sans se poser de questions.

J'avais la sensation que beaucoup portaient des masques et je sentais parfois un décalage entre ce qu'ils pensaient, disaient et faisaient. Pourquoi, lorsque j'étais spontanée et parlais avec mon cœur, je pouvais voir les adultes se fermer, changer de sujet, ou ne pas porter d'intérêt à ce que je disais? J'ai senti très tôt qu'il y avait des sujets dont il ne fallait pas parler, et j'ai vite intégré cette phrase magique des adultes: « Il faut tourner sept fois sa langue dans sa bouche avant de parler. »

Aussi, mes parents n'étant pas d'un naturel très communicant, pour tenter de mieux les comprendre et capter ce qu'ils attendaient de moi, j'ai appris à décoder les non-dits et à scanner leurs émotions. Je me conformais à ce que je percevais être la « bonne » voie selon eux, afin qu'ils m'aiment, me coupant par conséquent de toute spontanéité. C'est plus tard que je comprendrai qu'à force de faire des choix pour plaire aux autres, il devient de plus en plus difficile de connaître ses propres besoins et désirs. Mais à cette époque-là, cela marchait plutôt bien, j'ai donc calqué ma compréhension du monde sur la leur et réduit la vie à ses aspects tangibles et matériels. Il faut avancer, faire ses devoirs, faire des études, faire, faire... jusqu'à ne plus savoir ce que c'est qu'*être*. J'ai choisi d'enterrer mes questionnements et fait les choix qui me semblaient les bons pour devenir une adulte responsable et autonome, espérant ainsi mériter l'amour de mes parents. Des choix rationnels et non guidés par mon cœur. Mais je pense que tout ce qui est enfoui finit par ressurgir un jour ou l'autre. J'aime beaucoup cette phrase qui dit: « Qui cherche trouve. » Si, à cette époque, j'ai décidé d'arrêter de chercher, ce n'était (heureusement) pas définitif.