

Jerry & Esther  
HICKS

*ABRAHAM PARLE*  
*Un nouveau commencement*  
*Tome I*

*Un manuel de survie joyeuse*

Traduction de l'américain  
par Dominique Thomas  
et Michka Seeliger-Chatelain

*Abraham Speaks,*  
*A New Beginning I*  
Copyright © 1988, 2002  
by Esther and Jerry Hicks  
Original English language publication 1988  
by Abraham-Hicks Publications, Texas, USA.

MAMA ÉDITIONS

## PRÉFACE

Qu'est-ce qui gouverne votre vie ? Quelle est la part du destin ?  
Quelle est celle d'autrui ? Quelle est la vôtre ?

Pourquoi êtes-vous né ? Était-ce un caprice du destin, une  
décision prise par d'autres ou était-ce votre choix ?

Avez-vous un but dans la vie ? Et si oui, ce but est-il prédes-  
tiné, consiste-t-il à satisfaire les autres ou à servir vos propres  
intentions ?

Comment utiliser au mieux le temps qu'il vous reste à vivre  
dans ce corps physique ?

Quelles sont vos limites sur le plan physique, matériel,  
relationnel ?

Qu'est-ce qui attire à vous — de façon apparemment magique  
— les personnes, les livres et les événements qui ont une  
influence majeure dans votre vie ? Et quelle part jouez-vous  
dans cette attraction ?

Y a-t-il un sens ou une cause à tout cela, ou est-ce simplement  
le hasard — un hasard heureux, malheureux ou neutre ?

Abraham va vous guider vers la réponse à chacune de ces  
questions, qui sont en lien direct avec votre vie actuelle et, **au  
fil des pages qui vont suivre, soigneusement, principe après  
principe, processus après processus, vous allez être amené  
à découvrir votre création joyeuse et totalement délibérée,  
et à contrôler chaque événement et condition de votre vie.**  
La tête d'Esther oscillait doucement mais de façon irrégulière,

quand je levai les yeux en réaction à son cri de joie : « Ils épellent l'alphabet avec mon nez ! »

C'était en novembre 1985, et ce « Ils » était un groupe d'êtres non physiques qui disaient s'appeler Abraham.

Quinze minutes par jour, neuf mois durant, Esther et moi, nous nous étions assis pour apaiser notre esprit afin d'apprendre, sans intermédiaires, quelle était l'identité de nos « guides spirituels ». Il nous avait été dit que nous les rencontrerions dans une expérience de « clairaudience » — et maintenant, ils étaient là !

En guise de confirmation, de joyeux frissons et tressaillements parcouraient le corps d'Esther, tandis que les lettres passaient de « L-M-N-O-P » à « **je suis Abraham, je suis votre guide spirituel, je vous aime, je suis ici pour vous aider** »... Nous exultions !

Deux mois plus tard, alors que nous étions allongés sur notre lit, la main d'Esther commença à tapoter ma poitrine et Esther s'exclama : « Je pense qu'ils veulent que j'aie m'asseoir devant la machine à écrire ! » Et ils commencèrent à taper la première de ce qui finit par devenir aujourd'hui des milliers de pages d'informations.

Deux mois plus tard, alors que nous roulions sur une autoroute près de Phoenix, Esther me dit « Je pense qu'ils vont parler à travers moi », et les premières paroles d'Abraham furent : « Cette autoroute est trop dangereuse... Prenez la prochaine sortie. » Ce que nous fîmes.

Ce fut pour nous un nouveau commencement, et il m'est impossible de prévoir une fin à cette expérience vraiment fabuleuse.

Avant cela, j'avais vécu une existence délicieuse, variée et enrichissante, mais ces années d'apprentissage passées en association consciente avec nos amis, Abraham, ont pourtant été les plus épanouissantes — et Esther et moi éprouvons un immense plaisir à partager ce lien avec nos amis non physiques.

Nous sommes aujourd'hui le 31 janvier 1988, et Esther, ma femme, vient juste de finir de taper les mots qui constituent la partie principale de ce livre, mots dictés à travers son corps physique par nos délicieux amis non physiques, Abraham.

Le groupe Abraham se décrit lui-même comme un ensemble d'êtres se focalisant sur la perspective physique à partir de la leur, qui est non physique ; ils communiquent avec nous à travers Esther, depuis la dimension non physique sur laquelle ils sont actuellement focalisés. Ils disent avoir vécu des milliers de vies et être ensemble, à présent, du fait de leur intention commune.

« Abraham est un enseignant », nous ont-ils dit, et, de par leur choix et notre volonté et accord mutuels, ils ont la capacité de nous transmettre leur message à travers Esther.

Ils nous ont expliqué qu'Esther est une sorte de récepteur/transmetteur qui reçoit à un niveau inconscient de son être des blocs de pensée, et qui les traduit. En retour, elle transmet de la même façon, par la pensée, nos messages à Abraham.

Abraham nous dit que nous avons accepté d'interagir avec eux de cette manière avant même que nous ayons pris naissance physiquement dans cette expérience de vie, mais ils insistent sur le fait que ce qui prédomine, ce sont les décisions que nous prenons ici, dans cette dimension-ci, et notre choix conscient d'y prendre part avec eux, ou non. En d'autres termes, ils ne parlent pas avec nous sans que nous le voulions et sans que nous le permettions.

Ils ont commencé ce livre il y a seulement six semaines, en dictant chaque jour une partie à l'aide d'un appareil enregistreur, et je ne peux m'empêcher de remarquer l'aisance avec laquelle ils ont fourni leur part de ce livre, si je la compare avec ma façon méthodique d'écrire cette introduction dont nous avons décidé d'un commun accord qu'elle relevait de ma responsabilité.

Il m'est très difficile de définir le point de départ de mon expérience avec Abraham, car chacune en a amené une autre, qui à son tour a conduit à la suivante.

Je voulais exprimer les merveilleuses relations qu'Esther et moi entretenons et l'extraordinaire développement que nous a procuré notre relation avec Abraham. J'avais le sentiment qu'au moment où vous alliez commencer la lecture de ce livre vous seriez peut-être intéressé par le déroulement du processus qui permet à Esther d'exprimer clairement les pensées de ce groupe d'êtres sages et pleins d'amour, mais plus j'écrivais, plus il sem-

blait y avoir de choses indispensables à dire. Et j'ai fini par me retrouver avec des pages et des pages de texte, beaucoup plus que ce qui convient pour une introduction.

Alors, comme toujours lorsque nous travaillons ensemble sur un projet amenant d'autres personnes à écouter ou à lire un matériau provenant d'Abraham, j'ai demandé à parler avec eux du bien-fondé de mes idées dans le contexte de leur philosophie globale et de leurs intentions.

Abraham est allé droit au but — et l'excitation du groupe était d'une intensité inhabituelle :

« Quelle est votre intention, en écrivant cela ?

— Abraham, ai-je répondu, je veux écrire quelque chose qui va encourager le lecteur à lire chaque mot de ce livre merveilleux, dans l'ordre dans lequel ce texte a été écrit.

— Avez-vous d'autres intentions ? a demandé Abraham.

— Je veux que le lecteur comprenne qu'à cet instant même il est sur le point de commencer un nouveau segment de sa vie, et qu'à partir de cette étape, fort des perspectives que vous offrez dans ce livre, il peut s'attendre à progresser au sein d'expériences différentes et d'une nouvelle connaissance, à un rythme de développement accéléré — **et qu'à partir de ce nouveau commencement il peut créer son nouveau monde exactement tel qu'il le souhaite.** »

Pendant que je parlais, les yeux d'Esther étaient sombres et sa tête légèrement inclinée, comme c'est souvent le cas lorsque Abraham écoute attentivement.

« Je veux que les lecteurs comprennent que vous leur offrez tous les degrés de sagesse qu'ils désirent et que, pour ceux qui sont ouverts à de nouvelles pensées et expériences, il y a beaucoup de choses qui les attendent. Je veux qu'ils comprennent que les pensées, les vies et les besoins du passé n'ont aucun pouvoir sur les intentions du présent, et que, **par la décision consciente de s'autoriser de nouvelles pensées, n'importe qui, à n'importe quel moment, peut délibérément commencer une nouvelle expérience**, et qu'en utilisant consciemment le processus de création que vous proposez dans ce livre chacun peut délibérément parvenir à un nouveau et merveilleux savoir,

et à un développement spectaculaire et rafraîchissant — sans plus attendre. »

J'ai marqué une pause pendant quelques instants, pensant qu'Abraham était peut-être prêt à s'exprimer, mais le groupe est resté silencieux, comme s'il savait que s'il ne parlait pas je le ferais. J'ai repris :

« Il ne s'agit pas d'un livre sur la médiumnité, l'occulte, le surnaturel, le paranormal, la magie ou la métaphysique. **C'est un livre sur le processus de création physique délibérée, sur l'alliance de l'être physique avec l'être intérieur. Il y est aussi question des moyens de survivre, physiquement et joyeusement, aux spectaculaires changements physiques qui se produisent partout dans notre monde.**

« Abraham, votre message s'adresse aux personnes qui veulent avoir le contrôle de tous les aspects de la vie dont ils font l'expérience, et je crois que chaque personne qui est prête à recevoir ce savoir sera transportée d'enthousiasme, dès le premier chapitre, en reconnaissant la validité du matériau contenu dans ce livre. »

J'ai fait une nouvelle pause, mais pas longue, car mes pensées étaient claires et me venaient rapidement à mesure que j'expliquais, tout excité, à Abraham la valeur de son livre, comme s'il ne la connaissait pas déjà.

« Abraham, je veux apporter une certaine forme de clarté à l'idée globale d'êtres non physiques interagissant avec des êtres physiques. L'éventail de leurs moyens de communication — et de leurs messages — est si large. Certains écrivent, certains utilisent une planche Ouija, certains chantent et dansent, et certains parlent en se servant du dispositif vocal d'une personne ayant une forme physique. Certains sont pratiquement inintelligibles tandis que d'autres ont une expression aussi claire que l'est la voix habituelle de l'être physique quand il parle. L'état de transe semble lui aussi varier, allant d'une inconscience très profonde à ce qui semble être un état de conscience normale. La liste des différences semble infinie. Même la compréhension des dimensions dans lesquelles ces êtres existent constitue pour nous un défi. La valeur qu'ils ont à nos yeux se révèle donc par

ce que nous recevons d'eux. Et là encore nous sommes face à une grande diversité. Certains messages sont des opinions bien arrêtées et des jugements catégoriques, d'autres sont légers et relèvent du bavardage; il y a une pensée traditionnelle, une pensée moderne, une pensée ouverte, une pensée fermée, de l'intelligence, de la simplicité, de la confusion et de la clarté.

« Abraham, je veux que les lecteurs comprennent qu'ils peuvent connaître la valeur de ce qu'ils reçoivent de la part des êtres non physiques par la façon dont ils se sentent, et que, chaque fois qu'ils entendent ou lisent des mots qui suscitent en eux un malaise, ils peuvent s'en détourner, car ces mots ne sont pas actuellement pour eux. Il faut qu'ils comprennent qu'ils peuvent accepter uniquement ce qu'ils veulent entendre, et que chaque individu a la faculté de décider par lui-même ce qu'il désire.

« Je veux qu'ils sachent que leur vie n'est pas gouvernée par le destin, qu'elle n'est pas dirigée par quelqu'un d'autre. Je veux qu'ils sachent que leur vie est vraiment entièrement sous leur contrôle. Je veux qu'ils comprennent pourquoi il semble que les riches deviennent plus riches et les pauvres, plus pauvres, et pourquoi les choses vont de mieux en mieux ou de pire en pire.

« Et, c'est là le plus important, je veux que le lecteur de ce livre reconnaisse qu'il est en train de lire un manuel... une méthode de vie. Ce n'est pas un livre fait pour se distraire. Ce n'est ni un livre d'histoire, ni un livre de prédictions médiumniques du futur... **C'est un manuel que chaque personne peut immédiatement utiliser pour créer un nouveau commencement de vie personnelle positive.** »

J'ai cessé de parler, presque fatigué de m'être exprimé pendant si longtemps avec une telle excitation, et Abraham m'a souri, plus par les yeux d'Esther que par sa bouche, puis il a dit :

« Écrivez ce que vous venez de nous dire. C'est tout à fait approprié pour l'introduction de ce livre. »

Alors, je vous encourage, à partir d'ici, à lire les pages dans l'ordre dans lequel Abraham a donné son message au fil des quinze chapitres qui suivent. Dans la seconde partie du livre, vous trouverez quelques pages expliquant l'évolution d'Esther et

la mienne jusqu'au moment où nous avons rencontré Abraham et où ce livre a été écrit.

Enfin, dans les dernières pages, nous donnons une transcription de certaines questions et réponses tirées de séances de groupe. Elles seront pour vous d'une grande valeur une fois que vous aurez lu et compris les principes exposés dans les quinze premiers chapitres.

Jerry Hicks  
San Antonio, Texas  
Janvier 1988

C'est avec grand enthousiasme que nous interagissons avec vous maintenant. Sans intention de faire pour vous ce que vous avez l'intention d'accomplir par vous-même. Sans intention de vous donner des informations avant que vous ne soyez prêt à les recevoir, et sans intention de vous révéler ce que vous avez l'intention de découvrir par vous-même — mais, à partir de votre monde intérieur, nous interagissons en tant qu'amis qui avons donné notre accord pour participer avec vous maintenant.

Nous sommes des enseignants et nous sommes ici pour enseigner les lois universelles qui s'appliquent à toute expérience de vie — physique ou non physique —, afin que vous puissiez améliorer cette vie physique à laquelle vous prenez part actuellement.

Nous vous offrons ici une liberté absolue. Si la compréhension du processus de création est importante pour que vous puissiez créer les choses que vous voulez, il est tout aussi important, voyez-vous, que vous le compreniez, de manière à pouvoir arrêter de créer les choses que vous ne souhaitez pas.

Abraham

PREMIÈRE PARTIE

Abraham parle à Jerry et Esther

Qui est Abraham ? Qui êtes-vous ?  
Quelle est la valeur de l'interaction  
que nous avons avec vous ?

*Dans ce livre, vous allez trouver la clé qui vous donnera accès au **contrôle clair, délibéré et créatif** de cette expérience de vie physique — ainsi que la clé conduisant à l'**extension joyeuse** de cette même expérience.*

Nous sommes heureux ici, au moment où nous nous réunissons dans cette dimension non physique et commençons aujourd'hui l'écriture d'un autre livre. Et si celui-ci n'est pas le premier que nous rédigeons ensemble à travers cette femme en train d'écrire sous notre dictée, c'est peut-être l'ouvrage le plus signifiant que nous ayons fait ensemble. Pendant que nous écrivons ce livre, un enthousiasme joyeux nous emplit, car nous menons à bonne fin une intention mise en route il y a très longtemps et, comme avec toutes les choses voulues puis permises et reçues, il y a une joie satisfaite.

En commençant à poser ces mots sur le papier, un empressement enthousiaste à vous voir les recevoir nous envahit. Mais ne vous méprenez pas : nous déclinons toute responsabilité vis-à-vis de votre réception de ces mots, car, en tant qu'enseignants, nous avons appris qu'il nous est possible d'offrir des informations et

un savoir, mais que leur réception dépend uniquement de la décision de celui qui cherche.

Nous interagissons avec vous avec l'intention d'offrir une connaissance et de stimuler la pensée, mais nous n'entendons pas faire pour vous ce que vous avez clairement décidé de faire par vous-même.

Nous allons pour commencer consacrer quelques instants à vous expliquer qui nous sommes, pour que vous puissiez avoir une compréhension plus claire non seulement de qui nous sommes, mais de qui vous êtes. Car une partie de vous, une partie qui vous est peut-être inconnue, est très semblable à ce que nous sommes à présent, dans notre dimension non physique.

*Nous voulons que vous compreniez plus clairement pour quelle raison vous avez choisi cette expérience actuelle de vie physique, ce que vous comptez en obtenir et lui donner, et comment cette expérience s'inscrit dans un tableau plus large d'expérience de vie. Il est dans notre intention de vous amener à une compréhension plus claire de qui vous êtes.*

Nous sommes un groupe d'êtres non physiques vivant actuellement dans une dimension qui est différente de la dimension physique sur laquelle vous êtes focalisé. Nous insistons sur le fait que nous sommes vivants, car nous ne voulons pas que vous supposiez que, puisque nous ne sommes pas dans une forme physique, nous sommes morts.

***Nous sommes très très vivants — et nous sommes très très impliqués dans la vie.***

Nous sommes nombreux à être réunis ici. Nous sommes ce que vous pourriez appeler «une famille», bien que nous ne soyons pas une famille au sens physique du terme tel que vous l'entendez habituellement. Si vous aviez la capacité de nous percevoir en tant qu'êtres distincts, vous verriez que nous sommes environ une centaine. Certains d'entre nous ont fait l'expérience de nombreuses vies physiques, d'autres non. Et pendant que nous collaborons avec vous par l'intermédiaire de cette femme à travers laquelle nous nous exprimons, nous prenons aussi part en même temps à une autre expérience de

vie et, comme vous, nous travaillons sur plus d'un projet. Nous ne formons pas une famille constituée par la naissance, mais une famille qui s'est assemblée au fil d'une évolution.

*Nous qui sommes réunis ici, nous sommes ensemble parce que nous avons la même intention, et tout comme votre cœur est animé à chaque instant de nombreuses intentions, il en va de même pour nous. Toutes nos intentions sont compatibles avec celles de ceux qui sont réunis ici.*

Quand nous interagissons les uns avec les autres dans notre dimension non physique, nous ne le faisons pas avec des mots prononcés ou écrits, mais par transmission de pensée ou d'intention. Dans notre dimension non physique, nous ne nous appelons pas par des noms, car la reconnaissance que nous avons les uns des autres va au-delà de ce que peut offrir un nom ou une étiquette.

*Ces choses que nous exprimons, nous vous les offrons avec le désir que vous ayez une plus claire compréhension de qui vous êtes et de qui nous sommes, mais, plus important encore, nous voulons que vous reconnaissiez la raison, ou l'intention, qui a émergé de votre être intérieur au moment où vous avez décidé de prendre part à cette expérience physique — **car si vous comprenez les raisons pour lesquelles vous avez voulu être dans une forme physique, votre expérience physique en sera considérablement enrichie.***

Vous allez peut-être arriver à comprendre votre motivation interne, ce sentiment d'urgence qui s'élève de l'intérieur et qui peut n'avoir aucun sens pour vous dans votre perspective de pensée consciente.

*Il se peut que bon nombre des mystères de votre expérience physique se résolvent à mesure que vous lirez ce livre, et peut-être allez-vous parvenir à une meilleure compréhension de ce que vous voulez faire à présent, à la lumière de la perspective plus large et plus claire qui va vous être donnée par les mots écrits dans ces pages.*

Ces mots, nous vous les offrons avec une joie immense, avec un grand empressement doublé d'excitation, et avec beaucoup d'amour.

15 DÉCEMBRE 1987

**En vérité, les mots n'enseignent pas.** La véritable connaissance vient de l'expérience de vie, et c'est la raison pour laquelle nous nous engageons tous continuellement dans une expérience de vie. Mais nous vous offrons ces mots pour qu'ils puissent stimuler votre réflexion, et qu'à travers vos pensées vous puissiez attirer une expérience de vie vous conduisant à une compréhension plus claire ou à davantage de connaissance.

**En vérité, un enseignant est un stimulateur de pensée.**

En commençant ce livre, nous cherchons un point de départ, et ce n'est pas chose facile, car chacun de nous, physique ou non physique, se situe à un stade différent de compréhension.

Il n'y a pas véritablement d'ordre spécifique pour apprendre et grandir. Chacun de nous, à son niveau actuel de compréhension ou en fonction de sa perspective habituelle, met ses pensées en mouvement, celles-ci attirent une expérience de vie — et c'est de cette expérience de vie que nous tirons notre savoir.

Vous êtes un être physique merveilleux, principalement focalisé sur la dimension physique dans laquelle vous vous trouvez, et cette perspective vous permet de percevoir uniquement ce qui fait partie de cette dimension. Ne voyez là aucune critique de notre part, car la vie physique sur laquelle vous êtes centré a une valeur immense. Et bien que vous ayez vécu de nombreuses expériences de vie, aussi bien physiques que non physiques, vous n'avez pas une mémoire consciente de ce dont vous avez fait l'expérience avant cette vie-ci, ce qui vous permet de rester consciemment focalisé sur elle, et sur ce que vous voulez accomplir maintenant.

*Vous êtes des êtres physiques, dans cette dimension, sur la planète Terre — parce que vous avez eu l'intention qu'il en soit ainsi. Et, lorsque vous en faites maintenant l'expérience, vous concrétisez cette décision, que vous avez prise avant de naître dans cette dimension. Cette part de vous qui a pris cette décision avant votre naissance fait encore partie de vous. Nous l'appelons votre « être intérieur », car il n'existe pas de mots concrets exacts pour décrire cette part de*

*vous-même. C'est un vous plus vaste, plus sage et, à coup sûr, plus ancien — c'est la part de vous qui transcende la naissance et la mort physiques. C'est la partie de vous qui est consciente de toutes les expériences auxquelles elle a participé, aussi bien physiques que non physiques.*

L'une des raisons fondamentales pour lesquelles nous écrivons ce livre est de vous aider à reconnaître que votre être intérieur existe. Et que, pendant que vous êtes effectivement centré sur cette dimension physique, il vous est possible, si vous le permettez, d'avoir accès à la connaissance détenue par votre être intérieur.

## CHAPITRE 2

# Créer avec une intention délibérée — ou par défaut

15 DÉCEMBRE 1987

*Il n'y a pas de fin à la vie, et il n'y a pas non plus de fin à la croissance. Car la croissance et la vie sont perpétuelles ou éternelles. Bien que l'expérience physique ait effectivement un début et une fin, **la fin d'une expérience de vie physique n'est certainement pas la fin de la vie — pas plus qu'elle n'est la fin de la croissance.***

Et bien que toute expérience de vie soit une expérience d'évolution, celle de la vie physique offre l'opportunité d'un développement spécifique auquel on ne peut accéder qu'à travers elle. C'est pour cette raison que vous tous, qui êtes dans une forme physique, avez eu l'intention et le désir spécifiques et délibérés de prendre part à cette expérience.

*Lorsque vous avez pris la décision d'être ici, de faire l'expérience de la vie, c'était avec l'intention de comprendre, par ce biais, le processus de création, c'est-à-dire le fait que vous pouvez créer **délibérément** ce que vous choisissez au sein de cette expérience de vie physique. C'est votre intention dominante maintenant que vous êtes dans cette forme de vie.*