

Marta **Williams**

en collaboration avec **Chantal de Folleville**

LA CONNEXION PERDUE

Retrouver la communication intuitive
avec les animaux et la nature

Traduction et adaptation par Chantal de Folleville

JouVence

Sommaire

Introduction : nous sommes tous reliés	7
--	---

Première partie

L'univers de la communication intuitive	19
--	----

1. Comment j'ai appris à communiquer intuitivement ...	21
2. L'intuition : un talent caché	27
3. Comment se servir de l'intuition pour communiquer sans paroles	39
4. Exactitude et vérification	54

Deuxième partie

Commençons à pratiquer	65
-------------------------------------	----

5. Une nouvelle façon de communiquer	67
6. Techniques de base pour recevoir intuitivement les informations	79
7. Le critique intérieur	101

Troisième partie

Techniques avancées	111
----------------------------------	-----

8. Améliorer la réception des informations	113
9. De la pratique, encore et toujours	128

Quatrième partie

Applications spécifiques 137

10. Comment communiquer avec vos propres animaux. 139

11. Passé, présent et futur 150

12. Unis pour le meilleur et pour le pire 162

13. Animaux perdus 177

Cinquième partie

Communiquer avec la nature 185

14. La vie sauvage 187

15. Le monde végétal et les paysages 200

16. Collaborer avec la Terre 211

Réponses aux questions des exercices 217

« Notre survie matérielle n'est pas notre seule forme de dépendance à la nature. Cette dernière doit également nous indiquer le chemin du retour, la sortie de la prison du mental. Nous nous sommes perdus dans l'action, la pensée, le souvenir, l'anticipation – dans un labyrinthe complexe et un monde de problèmes.

En vous promenant, en vous reposant dans la nature, accordez-lui votre respect par une présence entière. Soyez calme. Regardez. Écoutez. Voyez comme chaque animal, chaque végétal est tout à fait lui-même. À la différence des humains, il ne s'est pas scindé. Comme sa vie ne dépend pas d'une image mentale de lui-même, il ne se soucie pas de la protéger ni de l'améliorer. Le cerf est lui-même. La jonquille est elle-même. Tout dans la nature est uni non seulement en soi, mais aussi à la totalité. Rien ne s'est retiré de la trame de l'univers en proclamant une existence séparée : "moi" et le reste de l'univers.

La contemplation de la nature peut vous libérer de ce "moi", le grand fauteur de troubles. »

Eckhart Tolle

Extrait de *Quiétude, à l'écoute de sa nature essentielle*



« Ce livre, je l'ai écrit à l'intention des animaux de la Terre, des plantes et des forêts, des fleuves et des montagnes, des endroits beaux et sauvages et de l'esprit de la Terre elle-même. Ils veulent tous que nous les entendions de nouveau, comme le faisaient nos ancêtres et que nous accueillions leurs voix dans nos délibérations. J'espère que d'une certaine façon, je contribuerai à cela. »

Marta Williams

Introduction :

nous sommes tous reliés

La première fois que j'ai rencontré Whiskers, une jeune pouliche mustang noire, elle avait peur de tout. On ne pouvait ni la brosser ni la doucher, ni même faire le tour de l'écurie en la tenant en longe. Personne ne savait ce qui lui était arrivé, mais il était évident qu'elle avait dû être maltraitée. Quand j'ai commencé à communiquer silencieusement avec elle par le biais de l'intuition, elle m'a raconté son histoire. Elle m'a montré des images de sa mère en train de mourir sous les coups que lui assénaient les hommes qui les avaient capturées toutes les deux. Puis je vis ces mêmes hommes en train de harceler Whiskers, la poussant à bout et s'amusant à la terrifier. Je ressentis une profonde détresse et un terrible sentiment de solitude, ainsi qu'un immense

chagrin lié à la perte de sa mère. La pouliche m'expliqua qu'elle ne pouvait plus faire confiance aux humains, ce que je comprenais parfaitement.

Dans l'espoir de l'aider, je lui ai envoyé tout mon amour, ainsi que des images lui montrant le futur, un futur dans lequel elle pouvait être heureuse et en sécurité. Je lui ai dit aussi que ce qui lui était arrivé était une épouvantable erreur et qu'aucun cheval ne méritait de subir un tel traumatisme. Je lui ai promis qu'elle vivrait le reste de ses jours auprès des partenaires humains qui l'avaient adoptée et qu'elle ne serait plus jamais maltraitée. Elle me demanda alors de lui donner un autre nom. « Sadie » me vint immédiatement à l'esprit. C'est ainsi qu'on l'appela désormais.

Tout comme un humain qui aurait vécu pareilles épreuves, Sadie avait besoin de raconter son histoire à quelqu'un qui accepte de l'écouter, de la rassurer et qui lui permette ainsi d'évacuer sa peur, sa tristesse et sa colère. Elle pourrait alors accepter la nouvelle vie que lui offraient ses partenaires humains et apprendre à faire confiance à ces derniers. Le lendemain de notre conversation, elle se laissa pour la première fois doucher et brosser par la personne qui s'occupait d'elle.

Si j'ai pu aider Sadie, c'est parce que j'ai appris son langage – qui est le langage de la vie : ***la communication intuitive.***

Lorsque nous avons conversé ensemble ce jour-là, nous l'avons fait en échangeant des pensées, des sensations et des images. C'est ainsi que fonctionne la communication intuitive. Je me suis basée sur mon intuition ou ma connaissance intérieure pour envoyer et recevoir mentalement des informations.

La communication avec les animaux implique cette capacité à échanger en silence. Dans ce livre, je me réfère à la communication intuitive, qui ne désigne pas seulement la capacité de communiquer avec les animaux, mais qui s'applique également à la communication silencieuse avec tous les êtres vivants. Ainsi, vous pouvez non seulement parler avec tous les animaux, de la libellule aux grands fauves, mais aussi converser avec les plantes, les fleuves, les montagnes, les éléments et les forces de la nature.

Je sais que cela risque de vous paraître impossible et je ne m'attends pas à ce que vous me croyiez sans preuves. J'en ai rassemblé suffisamment, notamment en travaillant avec des animaux, pour être désormais certaine que nous possédons cette capacité. J'ai fini par me prouver que je peux le faire et j'espère que ce livre vous aidera à vous le prouver aussi !

Chez certaines populations indigènes, la communication intuitive fait partie de la normalité. Ces indigènes considèrent les animaux, les plantes et les différentes parties du relief de leur territoire comme des membres de leur famille. Pour eux, chaque forme que prend la vie est dotée de sentiments, d'intelligence, d'esprit et d'une capacité à communiquer.

Voici par exemple ce que dit une femme de la tribu des Wintu qui vivait en Californie à l'époque de la Ruée vers l'or :

« Les Blancs ne se préoccupent ni de la terre, ni des cerfs, ni des ours. Lorsque nous, les Indiens, nous tuons pour manger, nous ne gaspillons rien. Quand nous déracinons une plante, nous ne faisons qu'un petit trou. Quand nous construisons une maison, nous creusons la terre au minimum. Quand nous brûlons l'herbe afin d'éviter les

invasions de sauterelles, nous le faisons avec le plus de précision possible et nous ne gâchons rien. Nous n'abattons pas les arbres, nous ne nous servons que du bois déjà mort. Les Blancs, eux, labourent profondément la terre, ils coupent les arbres, ils tuent tout ce qu'ils trouvent. L'arbre a beau lui dire : « Non, tu m'as blessé, ne me fais pas souffrir davantage », ils l'abattent et le découpent. L'esprit de la terre les déteste. Ils déracinent les arbres et creusent si profondément qu'ils dégradent le sol. Ils scient les branches de l'arbre vivant, en le meurtrissant. Les Indiens prennent soin des végétaux et des animaux, alors que les Blancs détruisent tout. Ils font exploser les rochers et éparpillent les débris sur le sol. Le rocher leur dit : « Arrête. Tu me fais mal ! » Mais les Blancs n'y prêtent aucune attention. Quand les Indiens se servent des pierres, ils en choisissent quelques-unes, petites et rondes, pour cuire leur nourriture. Comment l'esprit de la terre pourrait-il aimer l'homme blanc ? Il fait mal à tout ce qu'il touche. »

Walking Buffalo – appelé aussi Tatanga Mani en langue indienne – faisait partie de la tribu des Stoney dans l'État d'Alberta. Il avait fréquenté les écoles des Blancs, sans jamais rompre sa relation avec la nature. À quatre-vingt-sept ans, il a prononcé un discours à Londres. C'était vers la fin des années 1960.

En voici un extrait :

*« Savez-vous que les arbres parlent ? Ils se parlent entre eux et ils vous parlent aussi, à condition que vous les écou-
tiez. Le problème, c'est que les hommes blancs n'écoutent rien. Comme ils n'ont jamais appris à écouter les Indiens,*

je suppose qu'ils n'écoutent pas non plus les autres voix de la nature. Pourtant, j'ai beaucoup appris des arbres. Parfois ils me parlent du climat, parfois des animaux, et parfois du Grand Esprit. »

Mais nous n'avons pas besoin de remonter le temps pour trouver la preuve que des gens entretiennent cette relation avec la nature. Les croyances exprimées par la femme de la tribu Wintu ou par Walking Buffalo existent encore aujourd'hui dans des cultures indigènes un peu partout dans le monde. Même si la culture moderne a séparé les humains de la nature, la communication silencieuse avec d'autres formes de vie fait partie de notre véritable héritage.

Ainsi, la tribu des U'wa nous fournit un exemple contemporain de cette relation avec la nature. Les U'wa vivent dans les forêts des Andes Colombiennes depuis des millénaires. Aujourd'hui, cette tribu est menacée par l'exploitation économique. La société *Occidental Petroleum* a commencé à sonder leur territoire à la recherche de pétrole. Le forage de puits aurait pour résultat la destruction de la région et du style de vie des U'wa. Ces derniers avaient fait le vœu de se suicider collectivement si ce projet économique se faisait, car ils préféreraient mourir plutôt que de contempler la destruction de leur terre natale. Pour eux, le pétrole est le sang qui coule dans les veines de la terre.

Voici leurs propres termes :

« Le pétrole est le sang de notre Mère la Terre... Extraire ce sang est pour nous pire que tuer notre propre mère. Si vous tuez la Terre, personne ne pourra survivre. »

Pour que les humains continuent à vivre et à prospérer sur cette planète, nous devons réapprendre à fonctionner en partenariat avec toutes les autres formes vivantes. Nos croyances concernant les animaux et la nature doivent se rapprocher davantage de celles de nos ancêtres et des peuplades indigènes contemporaines. En apprenant la communication intuitive, nous pouvons contribuer à ce processus.

La capacité à communiquer intuitivement avec les animaux et la nature nous donne un formidable pouvoir : celui d'aider à faire cesser le pillage et la destruction et d'apporter un changement positif et protecteur. Ainsi, les membres de la tribu U'wa ont réfléchi à leur projet initial et ont établi une autre stratégie pour traiter avec les compagnies pétrolières. Ils ont décidé de communiquer avec le pétrole, pour le prévenir du projet d'exploitation et lui demander de « bouger » et de se dissimuler de façon à ce que les forages ne puissent pas le détecter. Or, tout récemment, j'ai lu un article de presse indiquant que la compagnie *Occidental Petroleum* – la multinationale impliquée dans les sondages sur le territoire U'wa – avait annoncé qu'elle renonçait à poursuivre ses forages car, contrairement aux attentes, ils ne donnaient aucun résultat.

En communiquant par l'intuition, vous ne cherchez pas à comprendre le langage corporel d'un animal ni à deviner ce qu'il pourrait logiquement vous dire. Pour réussir ce type de communication, ***il vous faut vous départir de l'aspect logique de votre mental et ne vous fier qu'à votre intuition pour envoyer et pour recevoir les informations.*** C'est un processus très simple, mais il est tellement éloigné de notre conditionnement et de notre éducation qu'il peut

s'avérer difficile à suivre, car votre mental risque de résister. Au début, j'ai eu du mal à maîtriser la technique et à accepter les informations que je recevais. Il m'a fallu du temps et de très nombreuses preuves pour que je m'autorise enfin à croire que ce processus fonctionnait réellement.

Souvent, les gens estiment que ma capacité à communiquer avec les animaux est un don. Bien sûr, la communication intuitive est un don en soi, mais je ne me considère pas particulièrement douée. Chacun de nous possède cette capacité, mais nous n'en sommes pas toujours conscients. Quand nous étions enfants, nous communiquions de cette façon avec les animaux et la nature. En grandissant, les adultes ne nous ont pas encouragés à nous servir de notre imagination ni à suivre nos intuitions, aussi avons-nous cessé d'utiliser ces capacités. L'une de mes étudiantes se souvient du moment précis où elle a arrêté de communiquer avec les animaux. Elle avait huit ans lorsqu'un jour, sur le chemin de l'école, elle a vu des oiseaux sautiller sur l'herbe et elle s'est soudain rendu compte qu'ils ne lui parlaient plus comme avant, ou du moins, qu'elle ne les entendait plus. Elle s'est alors fait la réflexion que c'était normal et que cela devait signifier qu'elle devenait une grande fille.

À mesure que vous redécouvrez cette aptitude, il est fondamental de vérifier la justesse de vos perceptions. Il faut que vous vous prouviez à vous-même que cette communication n'est pas illusoire. Parfois, vous ne pourrez pas vérifier l'information que vous avez reçue et la seule preuve que vous aurez sera donnée par les résultats obtenus. Si vous voyez l'animal changer de comportement après avoir travaillé avec lui, cela tendra à prouver que votre communication était réelle et juste.

On nous a maintes fois répété que les animaux ne pouvaient pas éprouver des émotions aussi sophistiquées que les nôtres. Pourtant, l'expérience que j'ai des animaux et de la nature est en contradiction avec cette théorie. ***Je suis convaincue que les animaux sont des êtres tout aussi complexes que nous et que l'intelligence et la conscience spirituelle existent dans chaque forme de vie sur terre.*** J'ai travaillé avec des milliers d'animaux dont les conditions de vie se sont améliorées lorsque leurs partenaires humains ont répondu aux besoins émotionnels qu'ils m'avaient révélés.

L'une de mes étudiantes a eu ce genre d'expérience pendant qu'elle travaillait dans un refuge pour animaux. Il y avait là un grand chat blanc, qui devenait de plus en plus triste et hargneux. Elle entra en contact avec lui en se servant de ses nouvelles connaissances en matière de communication intuitive. Il lui raconta qu'il déprimait parce qu'il ne pouvait pas sortir à cause du soleil et que jamais il ne serait adopté. Quand elle lui demanda pourquoi il pensait cela, il lui répondit qu'il avait entendu deux personnes parler de lui devant sa cage, et dire que comme il était tout blanc, il ne pouvait supporter le soleil, ce qui rendrait son adoption quasiment impossible. Après s'être renseignée, mon étudiante découvrit qu'en effet, deux personnes travaillant au refuge avaient eu cette discussion devant la cage du chat quelque temps auparavant. Elle revint aussitôt vers le chat et lui assura qu'il pourrait se promener sans souci. Il suffisait de trouver une personne qui accepterait de faire attention à lui en cas de forte chaleur. Pour cela, il fallait qu'il se montre agréable. Immédiatement, le chat changea d'attitude et chaque fois qu'un visiteur se présentait au

refuge, il s'avançait aimablement vers lui pour l'accueillir. La semaine suivante, il fut adopté par quelqu'un qui le trouvait très beau et qui promit de le protéger du soleil.

Il arrive parfois qu'un problème de comportement, que l'on croit au départ de nature émotionnelle, soit en fait provoqué par un ennui physique. Pour le déceler, on peut demander à l'animal son avis. Ainsi, l'une de mes clientes, Terry Link, m'a appelée un jour pour me demander pourquoi Tequila, son cheval, se montrait aussi difficile. Elle l'aimait beaucoup, mais son entraîneur lui avait indiqué que le comportement du cheval s'aggravait de jour en jour et qu'il valait mieux le vendre le plus rapidement possible. Terry m'appela au téléphone, me donna le nom de son cheval ainsi que ses caractéristiques physiques et je me mis aussitôt au travail. Dès que j'entrais en communication avec lui, grâce à l'intuition, il me transmettait ce message en termes très précis : « *J'ai une côte qui me fait horriblement souffrir !* » Il m'envoya une image mentale dans laquelle je le voyais tourner la tête vers la gauche pour m'indiquer l'emplacement de sa quatrième côte.

Lorsque Terry m'a rappelée, je lui ai donné cette information en lui indiquant qu'il ne s'agissait que d'une intuition et qu'il fallait donc la vérifier en faisant examiner Tequila par un ostéopathe équin. Ce soir-là, je reçus un coup de fil de l'ostéopathe, qui m'annonça d'un ton stupéfait qu'effectivement, la quatrième côte gauche de Tequila avait un problème. L'ostéopathe se demandait comment j'avais pu le savoir alors que je me trouvais à des milliers de kilomètres et que je n'avais jamais vu le cheval, même pas en photo ! Je lui répondis que je m'étais servie de mon intuition et que je serais enchantée de lui apprendre à faire de même, car

je suis convaincue que tout le monde peut y arriver. Après avoir été soigné, Tequila retrouva un comportement calme et agréable.

Les animaux changent souvent de comportement parce qu'ils souffrent physiquement. Ils tentent de nous en informer, mais si nous ne comprenons pas le message, ils vont alors se comporter de façon à ce qu'on s'occupe de leur problème. Les chiens et les chats peuvent se mettre à uriner sur le tapis, ou bien montrer de l'agressivité sans raison apparente. Il est toujours bon de faire une visite chez le vétérinaire afin de savoir si la cause de ce comportement est d'origine physique. Si ce n'est pas le cas, alors la communication intuitive peut vous aider à résoudre le problème. Même si nous ne communiquons plus spontanément et librement avec d'autres formes de vie comme le faisaient nos ancêtres indigènes, ***la porte de la communication intuitive nous est toujours ouverte.*** La capacité à communiquer de cette façon fait partie de notre nature, tout comme le fait de voir ou d'entendre. Il suffit, pour retrouver cette faculté, d'étudier et de pratiquer. Ceux qui en ont vraiment le désir peuvent devenir d'excellents communicateurs. Dans la mesure où nous sommes tous nés avec cette aptitude, je n'ai plus qu'à vous apprendre comment vous pouvez la redécouvrir, puis vous en servir consciemment et enfin la perfectionner. C'est l'objectif de ce livre.

Cet ouvrage va vous montrer comment développer votre communication intuitive, en vous guidant étape par étape. Ainsi, même si vous habitez une île déserte au large de l'Alaska, vous pouvez grâce à ce simple livre apprendre à communiquer avec les animaux et avec la nature en général.

J'ai mis au point des exercices amusants et faciles à faire. La plupart de ces exercices peuvent être vérifiés, ce qui vous permettra de vous rendre compte de l'exactitude des informations que vous recevez des animaux. J'ai inclus dans cet ouvrage des suggestions pour vous permettre de résoudre les blocages que vous pourrez rencontrer lors de votre apprentissage. J'ai aussi ajouté un chapitre sur la communication et la collaboration que vous pouvez avoir avec la faune sauvage, les plantes qui poussent dans votre jardin, et les éléments du paysage, comme les montagnes ou les lacs.

Selon ma propre expérience, on apprend surtout la communication intuitive en la pratiquant sur le terrain. Je vous suggère de vous procurer un bloc-notes un peu épais, à la couverture solide, que vous pourrez emporter partout avec vous. Pour prendre confiance, il est indispensable d'inscrire vos résultats au jour le jour, et d'y jeter un coup d'œil de temps à autre afin d'évaluer vos progrès.

À mesure que vous retrouverez votre capacité à communiquer avec les animaux et avec la nature en général, vous apprendrez de nouveau à vivre en équilibre et en harmonie avec eux comme s'ils étaient des parents proches. C'est là mon espoir le plus cher.



I

**L'univers de
la communication
intuitive**

1. COMMENT J'AI APPRIS À COMMUNIQUER INTUITIVEMENT

Je ne suis pas née en sachant communiquer consciemment avec les animaux. Je l'ai appris en étudiant et en pratiquant, et chacun peut faire de même. Je ne pense pas que je possède un don que vous n'avez pas. Pendant plus de dix ans, j'ai enseigné la communication intuitive et je n'ai encore jamais rencontré quelqu'un qui soit incapable de l'apprendre. La seule différence qui existe entre un débutant et moi, c'est le temps que j'ai passé à l'explorer et à la pratiquer.

J'ai toujours été intéressée par la nature et par les animaux : c'est ce qui m'a poussée à étudier la protection des ressources naturelles à l'Université de Californie, à Berkeley. Dans ma jeunesse, j'ai beaucoup souffert du dos, à tel point que j'ai dû faire une pause dans mes études. Comme je n'avais pas envie de subir une opération chirurgicale, je me suis intéressée aux thérapies alternatives, ce qui m'a mise en contact avec des gens très différents de ceux que je fréquentais à l'université. Si je n'avais pas eu cette

expérience et ces rencontres avec toutes sortes de thérapeutes et de guérisseurs, je n'aurais sans doute pas accepté aussi facilement le concept de communication intuitive lorsqu'il a croisé mon chemin plus tard.

Un jour, quelqu'un m'a suggéré de lire un livre écrit par J. Allen Boone¹. Ce jour-là, ma vie a changé. Dans ce livre, Boone y parle de son expérience avec un berger allemand. Il découvre que non seulement l'animal est bien plus intelligent que lui, mais il se rend compte également que ce chien comprend ses moindres pensées et tous ses faits et gestes. Cette lecture me persuada de la réalité de la communication intuitive. En revanche, Boone n'explique guère la technique qu'il utilise pour parvenir à communiquer avec l'animal.

Ce qui me plaît particulièrement dans son livre, c'est qu'il expose une éthique et une philosophie peu répandue dans la société. En effet, Boone souligne l'égalité existant entre tous les êtres vivants et estime que toute vie, quelle que soit sa forme, réagirait favorablement si nous lui montrions de l'intérêt et du respect.

Il n'établit aucune frontière entre les différentes formes de vie. La communication silencieuse qu'il a découverte avec le berger allemand a donc le pouvoir de tous nous réunir.

Après mes études universitaires, j'ai travaillé pendant cinq ans à la tête d'un service de conservation et de restauration de la faune sauvage. Mais je souhaitais m'impliquer davantage dans la protection de la planète, aussi ai-je repris des études de biologie à l'université de San Francisco, en pensant qu'un diplôme scientifique me permettrait d'avoir plus d'impact. Je conduisis ensuite différentes missions

1 - *Kinship with all life.*