

Naviguer dans l'Agitation

Par Ayman Sawaf et Rowan Gabrielle

La Série du Commerce Sacré: Livre 3



# **EN AVANT**



Pour la version multimédia collaborative de ce livre, rendez-vous sur la page: www.sacredcommerce.com

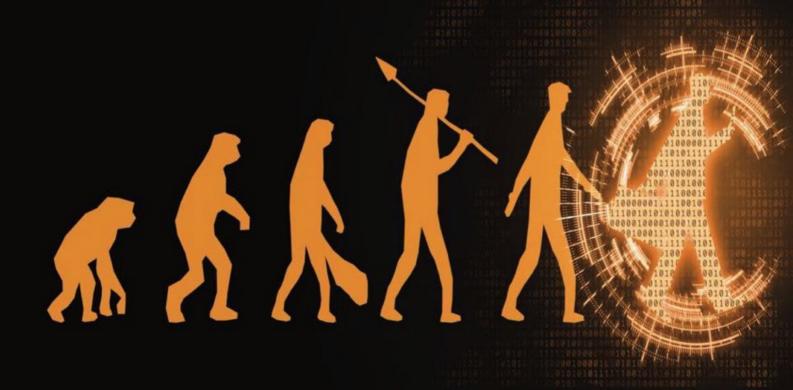
Tous ceux qui vont lire ce livre sont conscients des changements monumentaux qui se déroulent dans le monde, le chaos, les perturbations, les peurs, etc. Nous sommes au cœur d'une transition évolutive majeure, dans le canal de naissance! Certains appellent cela l'éveil, d'autres le changement, le soulèvement, l'ascension, la 5D, etc.

Partout, les gens s'éveillent spirituellement à un nouveau monde, à une nouvelle réalité. Il y a trois ans, lorsque les anciennes manières de réagir ont échouées, nous nous sommes tournés vers notre spiritualité. Cela nous a conduit dans un voyage magique et mystérieux, un voyage d'émerveillement, de mysticisme et parfois d'exaltation. Bien qu'il soit encore en cours, le voyage a déjà apporté bien plus que ce que nous avions demandé et plus que ce dont nous pensions avoir besoin. De petits miracles ont commencé à se produire partout, répondant à beaucoup de nos questions et demandes de preuves :). Nous avons observé ce processus de manière consciente grâce à nos 30 années d'expérience et d'études en Intelligence Émotionnelle et en méditation/spiritualité.

Nous avons vu des chemins émerger et nous avons créé une petite carte qui peut vous guider dans votre propre transition. Notre carte s'inspire fortement de l'idée de changer plutôt que de réparer, en étant dans l'attraction plutôt que dans le jeu de cause et d'effet, et en travaillant avec nos Moi Supérieurs ou Dieu/Déesse dans un véritable partenariat. C'est une carte pour ceux qui sont spirituellement éveillés et qui se trouvent à l'étroit face aux perturbations majeures, et pour ceux qui sont suffisamment conscients des changements monumentaux que le monde traverse et qui souhaitent vivre la transition consciemment

# L'Age de la Conscience

L'humanité a évolué de l'âge de pierre à l'âge du bronze, en passant par l'âge de l'agriculture, la révolution industrielle, l'ère des informations, et maintenant, nous entrons dans «L'Age de la Conscience».



# Que veut dire l'Age de la Conscience ?



Cela signifie qu'une conscience supérieure, cet état exalté de conscience spirituelle, de paix intérieure, de plus grande compréhension, de sagesse, de compassion et de béatitude, qui était autrefois réservé aux quelques mystiques, gourous et prophètes, sera désormais accessible à tous. Un peu comme à l'époque de l'ère de l'information, lorsque l'information devenait accessible à tous d'un simple clic, ce qui mettait tout le monde sur un pied d'égalité. Cela permettait une plus grande équité, égalité, justice, innovation et surtout évolution.

# La Transition

Alors que nous passons d'un âge à un autre, les anciennes formes doivent être démantelées pour faire place aux nouvelles. Ces changements massifs entraînent chaos, bouleversements et excitation. Tous les paradigmes, la façon dont nous faisons les choses actuellement, changent, de notre paradigme financier à notre paradigme politique, et tout ce qui se trouve entre les deux.

"Secoue-toi ou laisse-toi secouer par quelqu'un ou quelque chose ".

Lorsque nous nous bousculons consciemment, nous entrons dans un processus de remise en question profonde, un "nettoyage de printemps" intérieur. Cela exige de reconsidérer nos anciennes habitudes, de revoir chaque amitié et chaque relation. Nous nous retrouverons à réexaminer nos travaux et nos projets, à les regarder comme si c'était la première fois et à prendre de nouvelles décisions.



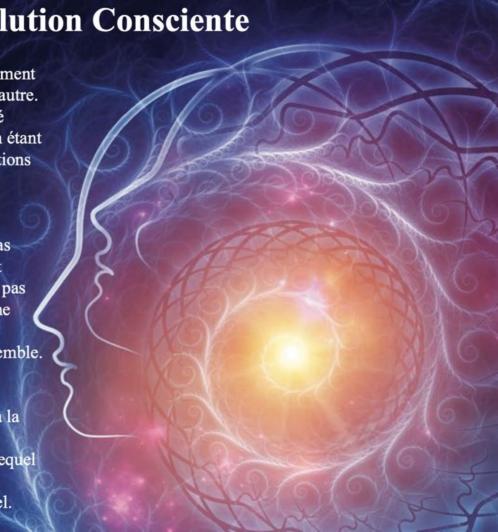
En provoquant consciemment des bouleversements et en apportant les changements nécessaires, en réagissant en temps réel, nous connaîtrons un certain niveau d'exaltation, de joie et de paix intérieure tout en surfant sur le chaos et les dérèglements. Alors que nous sommes témoins de l'effondrement de l'ancien monde sous nos yeux, il est important de se rappeler que nous ne sommes pas des victimes. Ce n'est pas ce qui nous arrive "à nous", mais ce qui se produit "avec nous/pour nous". Ce n'est pas un échec, cela fait partie de l'inconfort et de la douleur de la naissance d'un nouveau monde. L'humanité est en train d'accoucher. Nous pouvons vivre l'accouchement en conscience, réduisant ainsi la douleur, recevant les cadeaux, et peut-être même rendant l'accouchement extatique; ou nous pouvons nous laisser traîner, donner des coups de pied et crier.



**Évolution Consciente** 

Dans le passé, nous mourions généralement au cours d'un âge et naissions dans un autre. Cette fois, ce sera différent : l'humanité traverse la transition consciemment, en étant au courant et responsable des perturbations causées par la mort de l'ancien et la naissance du nouveau.

Tout est en train de changer: ce n'est pas mieux ni amélioré, mais complètement nouveau et différent. Nous ne sommes pas seulement témoins de la naissance d'une nouvelle humanité, nous co-créons consciemment un nouveau monde ensemble. L'humanité se transcende elle-même. Le temps de la chenille est révolu, l'humanité devient un papillon. Ce sera la chose la plus difficile à comprendre; le véritable niveau du changement dans lequel nous nous engageons est presque incompréhensible pour notre moi actuel.





En relâchant l'emprise sur notre réalité actuelle et en trouvant des moyens d'entrer en conversation avec le divin, nous pouvons laisser les changements survenir avec de plus en plus d'élégance. Nous allons nous trouver en capacité de créer un véritable partenariat qui commencera à nous guider alors que nous commencerons à nous transformer de l'intérieur. Une fois que nous nous ouvrons à ce partenariat, tout change. Il n'y a pas de retour en arrière :)



### **Une Carte**

Il y a quelques années, nous nous sommes retrouvés plongés dans notre propre bouleversement intérieur, nous avons fait une pause et sommes devenus très conscients et présents. Nous avons analysé et observé tous les détails que nous pouvions. Nous avons expérimenté des moyens de gérer la transition et la situation de rupture dans laquelle nous nous trouvions. Nous avons commencé à renaître avec les yeux grands ouverts.

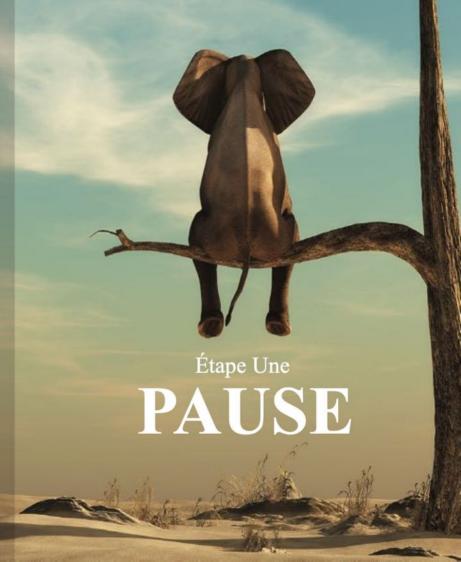
Nous avons élaboré une petite carte qui, selon nous, peut être utile aux autres, alors nous la partageons. Bien que les étapes suivent un ordre naturel, ce processus est loin d'être linéaire et vous vous retrouverez à naviguer entre elles.

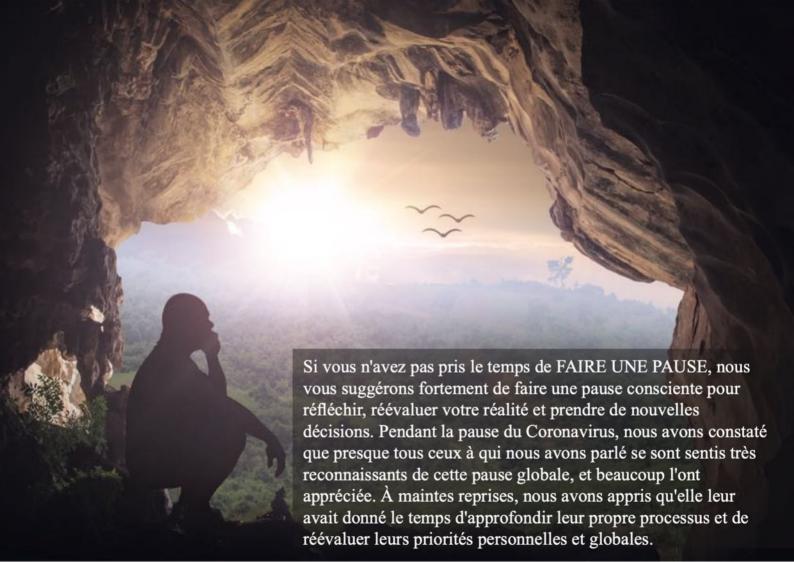
Nous vous invitons à nous faire part de vos commentaires, car nous continuons à mettre à jour et à améliorer cette carte.



Dans tout processus, l'étape la plus importante et la plus difficile est la Pause, prendre le temps de s'arrêter, de réfléchir et de faire de nouveaux choix. Depuis longtemps, l'humanité avance à toute allure, rapidement, bruyamment et relativement inconsciemment. Le Coronavirus a forcé presque tout le monde à faire une pause et à réfléchir à ce qui est réel.

Durant cette Étape de Pause, il est important de se déconnecter complètement de l'activité quotidienne habituelle. Lâcher prise consciemment de la vie telle que nous la connaissons. Prendre du temps pour soi, pour s'amuser; les pauses n'ont pas besoin d'être ennuyeuses ou longues. Il est temps de simplement ÊTRE.







par-ci, l'apitoiement par-là, le blâme à ce coin de rue, la justice à celui-ci, vous voyez le tableau.

L'acte même de RESTER dans cette zone de gouffre nous amène à un état de conscience de soi plus élevé où nous sommes super vigilants.

Nous n'avons pas le temps de nous vautrer dans nos schémas négatifs. Si nous tombons dans l'apitoiement ici et dans la fierté là, alors nous devons simplement le constater et revenir sur le chemin, pas la peine d'analyser, il suffit de rester sur le chemin en prenant les décisions que nous devons prendre pour continuer à avancer. Inutile d'essayer de faire autre chose que de traiter consciemment les priorités qui se présentent à nous.

Nous ne cherchons pas encore de solutions ni de réponses (ce n'est pas que nous n'en voulions pas, parce que nous les voulons, mais elles ne sont pas encore au centre de nos préoccupations, nous devons encore mettre de la distance entre nous et la PEUR).

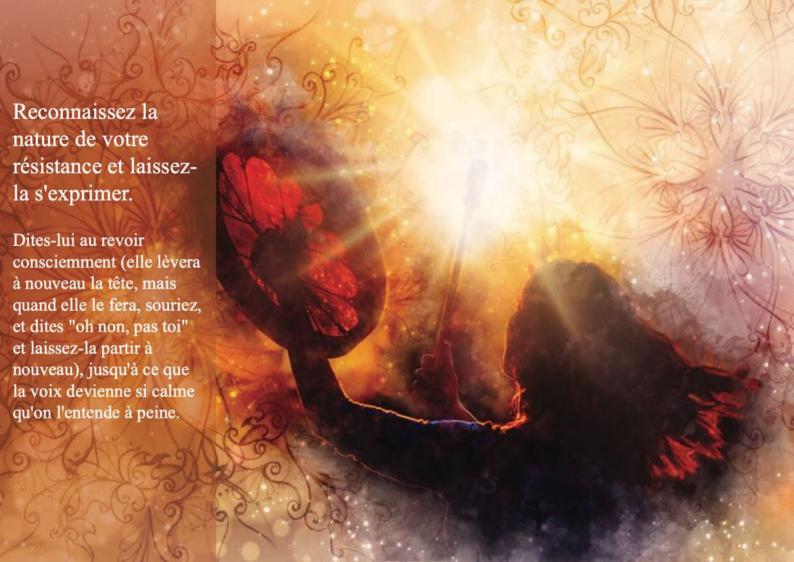
Lorsque l'on se trouve dans le gouffre, la tâche singulière consiste à se tenir à l'écart de la boue de chaque côté du tunnel et à avancer consciemment en répondant à ce qui se présente à nous pas à pas. Avec le temps, nous découvrirons que le goulet n'était rien d'autre que notre propre canal de naissance, donnant naissance à un nouveau "Soi ".

## Étape Trois **Demander de l'aide**

N'oubliez pas que vous n'êtes pas seul, vous avez de nombreux amis invisibles qui vous connaissent et vous aiment. Votre moi supérieur, les guides spirituels, le divin, l'univers, Dieu, Déesse, quel que soit le nom que vous donnez à la source de toutes choses : pour les besoins de ce livre, nous l'appellerons le "Divin".

Il est parfois difficile de demander de l'aide, (surtout lorsque vous prenez vraiment le temps de demander sincèrement, et pas seulement avec des mots comme s'il vous plaît, dieu, aidez-moi). Nous devons vaincre nos résistances et abandonner les croyances qui ne nous servent plus ; les croyances qui concernent le fait d'"être faible" ou de "ne pas être assez bon", ou les sentiments de vulnérabilité, de fierté, d'arrogance, etc. - ou peut-être la crainte d'être soumis à des conditions.



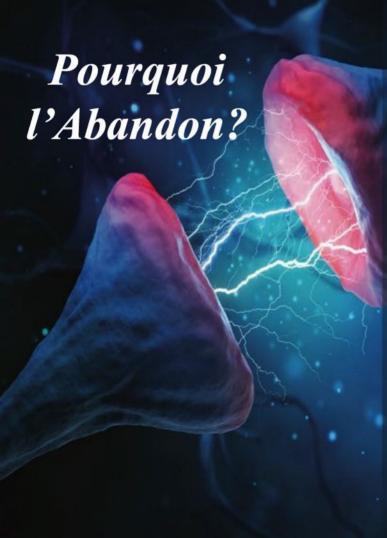




# Étape Quatre ABANDON

Beaucoup d'entre nous ont donné une connotation assez négative au concept d'abandon, le considérant comme une "renonciation" ou une "perte de contrôle", mais il ne s'agit pas de soumission, ni d'abandon à qui que ce soit que nous rencontrons dans la rue.

Nous parlons de l'humilité de l'abandon au Divin. Il s'agit d'abandonner ce qui ne nous sert plus, de renoncer à notre besoin de contrôle, à notre arrogance, à notre perfection, etc. Il s'agit surtout d'abandonner notre sentiment de séparation : nous sommes nombreux et nous sommes un.



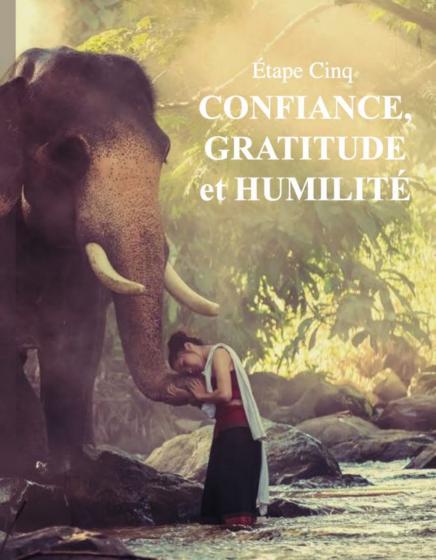
Chacun de nous a une résonance personnelle, une radiance ; notre lumière. Imaginez votre résonance comme une boule de lumière qui oscille entre inconsciente et illuminée!!

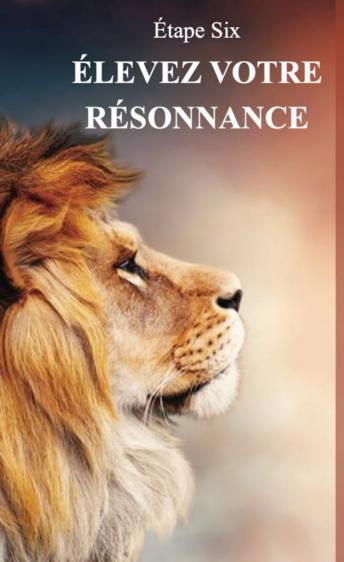
Pour faire simple: en physique quantique, la loi de la résonance dit: lorsque deux résonances se rencontrent, soit l'une est attirée par l'autre, soit elles se rencontrent à mi-chemin. Nous le voyons dans les relations, lorsqu'une personne est dans le pétrin, son partenaire a le choix soit d'être aspiré avec elle, soit de rester sur son territoire et de maintenir sa résonance, d'être là pour l'autre sans jugement, de ressentir de l'empathie, et non de la sympathie, et de tirer ainsi l'autre de son pétrin. Le divin ne réduira pas sa résonance ni ne nous rencontrera pas à mi-chemin. Nous avons de la chance :)

La raison pour laquelle nous devons abandonner notre résistance (contrôle, ego, arrogance etc.) est de nous libérer de notre résonance et de permettre à la résonance supérieure du Divin de nous attirer magnétiquement vers la sienne avec facilité, nous faisant ainsi passer de la réalité dans laquelle nous étions, à une réalité plus lumineuse.

Au fur et à mesure que nous avançons dans ce processus, et que nous permettons au divin de nous guider à travers la transition, nous commencerons à nous sentir profondément reconnaissants, et avec cela vient une humilité nouvelle et une confiance plus profonde. Même si nous n'avons pas toutes les réponses (nous ne savons pas d'où viendra le prochain paiement, le prochain emploi, la nouvelle relation, la nouvelle maison, etc.), le soutien nous vient des endroits les plus insolites et nous commençons à ressentir la vérité que l'univers et toute l'humanité sont en grande conversation, une intelligence en coulisse apportant à chacun de nous exactement ce dont il a besoin (pas nécessairement ce qu'il demande) au bon moment, en fonction de là où il se trouve dans son évolution personnelle.

En ressentant activement des niveaux plus élevés de gratitude et d'humilité, nous nous trouvons en mesure de recevoir l'aide que nous demandons de manière de plus en plus raffinée.





Chaque chose dans l'Univers vibre à une fréquence particulière. Vos pensées et vos sentiments (y compris tout ce qui se trouve dans votre subconscient), transmettent une vibration à l'Univers, et ces vibrations façonnent la vie que vous vivez. C'est tout simplement comme cela que l'Univers fonctionne.

Notre résonance est constituée de nombreuses fréquences, certaines dont nous sommes conscients et d'autres non. Nos croyances, nos pensées, nos sentiments, nos choix, nos attitudes, les décisions que nous prenons, les accords psychiques avec les parents, les influences des vies antérieures, et bien d'autres choses encore, produisent chacun une fréquence unique.

Tous ces éléments fusionnent ensemble pour créer une résonance qui est bien plus puissante que la somme de ses parties. Certaines de ces fréquences provoquent une contraction et d'autres une expansion. En se mélangeant, elles créent une onde stationnaire qui change constamment. Les réalités que vous voulez créer viennent du futur et traversent votre résonance, avec tous ses filtres, et se matérialisent en conséquence. Plus votre résonance est élevée, plus les réalités qui en découlent sont expansives. L'image suivante est un exemple de ce à quoi les éléments de la résonance d'une personne peuvent ressembler.



Examinons de plus près les vibrations. La fréquence vibratoire de la colère, par exemple, est de 150 et est constrictive, tandis que la fréquence de la joie est de 540 et l'illumination dépasse 700, ces dernières sont expansives. Il en va de même pour nos croyances, certaines sont expansives et d'autres nous contractent.

Lorsque vous voulez augmenter votre résonance, il est donc important de vous libérer consciemment de ce qui ne vous sert plus, les énergies de basse fréquence/contraignantes comme la fierté, les blessures passées, le "pas assez bien", etc. et d'ajouter les énergies de haute fréquence/expansives comme le bonheur, la joie, le courage, le "je peux le faire" et "je mérite", etc. S'en libérer ne consiste pas à les corriger. Il ne s'agit pas non plus de les traiter, l'entraînement est terminé. Il s'agit d'en prendre conscience et de dire "stop, je n'y vais plus". Ces croyances tenteront de se faufiler, mais affirmez simplement : "Je ne joue plus à ce jeu" jusqu'à ce qu'elles finissent par perdre leur influence.

Quant à l'ajout de fréquences expansives, vous pouvez observer ce qui manque dans votre vie comme la joie, la gratitude, l'humilité, le courage, etc. et travailler à développer ces fréquences. Il est également important d'être conscient de vos émotions expansives existantes et de les apprécier. Lorsque nous apprécions quelque chose, cela prend de la valeur.

Ce faisant, votre réalité devra changer pour correspondre à votre nouvelle résonance, permettant à votre rayonnement, votre lumière de devenir plus brillante, renforçant la profondeur et la grâce pour votre transition.



# Étape Six PARTENARIAT avec le Divin

La dernière étape est peut-être la plus belle. C'est là que nous entrons dans une relation de partenariat avec le Divin. Toutes les étapes précédentes qui y conduisent sont des préparatifs.

Nous avons découvert que la manière la plus élégante de faire naître le partenariat est de faire résonner les qualités divines de beauté, de bonté et de vérité, les plus hautes vertus auxquelles tout humain peut aspirer. Il s'agit de devenir plus beau, de créer le beau, de voir le beau en chacun et en toute chose, de devenir bon et de développer la sagesse (connaissance obtenue et issue de l'amour et de l'empathie). C'est le Plan d'action pour une nouvelle humanité (plus d'informations à ce sujet dans le prochain minibook)



### **EPILOGUE**

Lorsque notre bouleversement a frappé et que nos sécurités habituelles ont toutes été métaphoriquement mises au placard, hors de notre portée, que les anciennes façons de faire ont cessé de fonctionner pour nous, nous avons provoqué des bouleversements en nous-mêmes, nous sommes tombés dans les abymes, nous nous sommes abandonnés et nous avons élevé notre résonance chaque jour. Tout change. Nos rêves et nos visions ont plus de profondeur, nos amitiés et nos relations sont plus authentiques, et notre spiritualité a atteint un tout autre niveau.

Nous avons dû avancer dans cette belle confiance grâce à notre guidance et au divin. Ils nous ont toujours soutenus, non pas en nous sauvant, mais en co-créant avec nous en tant que véritables partenaires. Les choses ont parfois été très inconfortables, mais même dans nos pires moments, nous méditions, et nous en sortions avec une plus grande compréhension, vibrants d'amour et de joie de notre communion avec le divin, et cela, sans faillir, a engendré des miracles, grands et petits.

Comme nous l'avons dit au début, il ne s'agit pas d'un processus linéaire, nous nous retrouvons à revenir à différentes étapes à différents moments. Il est important de nous rappeler qu'en tant qu'humanité, alors que nous évoluons vers cet âge de la conscience étonnant et magnifique, nous nous débarrassons non seulement de notre bagage personnel, mais aussi du bagage collectif, du traumatisme de milliers d'années de douleur et de souffrance,

C'est votre MOMENT, c'est notre moment - PROFITEZ de l'aventure

### Les Auteurs

Ayman Sawaf (1953-2022) est un entrepreneur social visionnaire, auteur de musique publiées et de best-sellers. Il a passé les 40 dernières années dans le monde des affaires, bouleversant le commerce des médias et l'éducation. Il est l'un des premiers pionniers de la discipline connue aujourd'hui sous le nom de Social Emotional Learning (SEL) - Apprentissage Social Émotionnel - avec un accent mis sur l'Alphabétisation Émotionnelle. Il est l'un des leaders du mouvement de l'Intelligence Émotionnelle - son livre Executive EQ: Emotional Intelligence in Leadership and Organisations 1995, est le livre qui a introduit l'Intelligence Émotionnelle dans le monde des affaires. Son autre livre "Sacred Commerce, A Blueprint for a New Humanity", écrit avec sa partenaire Rowan Gabrielle, vise à spiritualiser le Commerce, un entrepreneur à la fois. Ils ont récemment créé la plateforme Sacredcommerce.com qui regroupe des activités de formation, de voyage, de conseil et un incubateur d'entreprises. Avec leur dernier livre "L'âge de la Conscience", ils inspirent les entrepreneurs et les dirigeants à surfer sur le chaos et les perturbations de manière consciente et, espérons-le, avec élégance et grâce.

#### www.aymansawaf.com

Rowan Gabrielle est une artiste visionnaire, entrepreneur et philanthrope avec plus de 30 ans d'expérience sur le marché conscient. Elle est co-auteur de Sacred Commerce et intègre la spiritualité dans ses pratiques de conseil. Rowan a participé à de nombreuses entreprises dans le domaine de l'habitat durable et de la prise de conscience, dont le point culminant a été la Wholelife Expo (l'exposition américaine sur l'habitat durable). Elle est la fondatrice de organicleather.com, une marque axée sur le cuir naturel provenant d'animaux qui mènent une bonne vie. Elle est passionnée par la communication inter-espèces et est productrice d'événements spéciaux et photographe.

www.rowangabrielle.com

# www.sacredcommerce.com

### L'Avènement de l'Age de la Conscience

Consulting: Nous avons développé et bouleversé les médias, le commerce et l'éducation au cours des 25 dernières années.

Nous soutenons des entrepreneurs, des start-ups et des sociétés dans des activités de type:

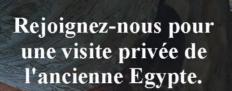
- \* Visionnaire
- \* Résonance Marketing
- \* Bouleversement et innovation

https://sacredcommerce.com/consulting/

**Formation:** Nous organisons des formations, en ligne, en présentiel et sur site (Spiritual Travel Tours). https://sacredcommerce.com/emotional-alchemy/

Incubateur d'Entreprises: https://aytopia.com/

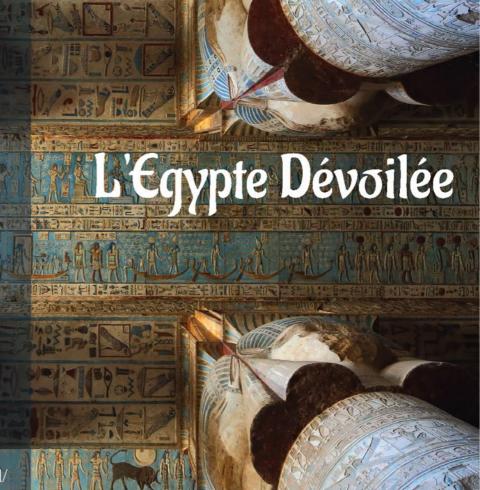




Nous emmenons un petit groupe de 16 personnes pour une aventure de 2 semaines, 7 jours à bord d'un luxueux voilier, flottant sur le Nil, temple par temple (+7 jours dans les hôtels).

Le travail spirituel sur lequel nous nous concentrerons sera très personnel pour déclencher votre propre métamorphose - transcender votre ancien moi, votre passé et faire un pas de géant pour devenir l'alchimiste émotionnel.

Offrez-vous un cadeau qui durera toute une vie.



www.sacredcommerce.com/sacred-travel/

