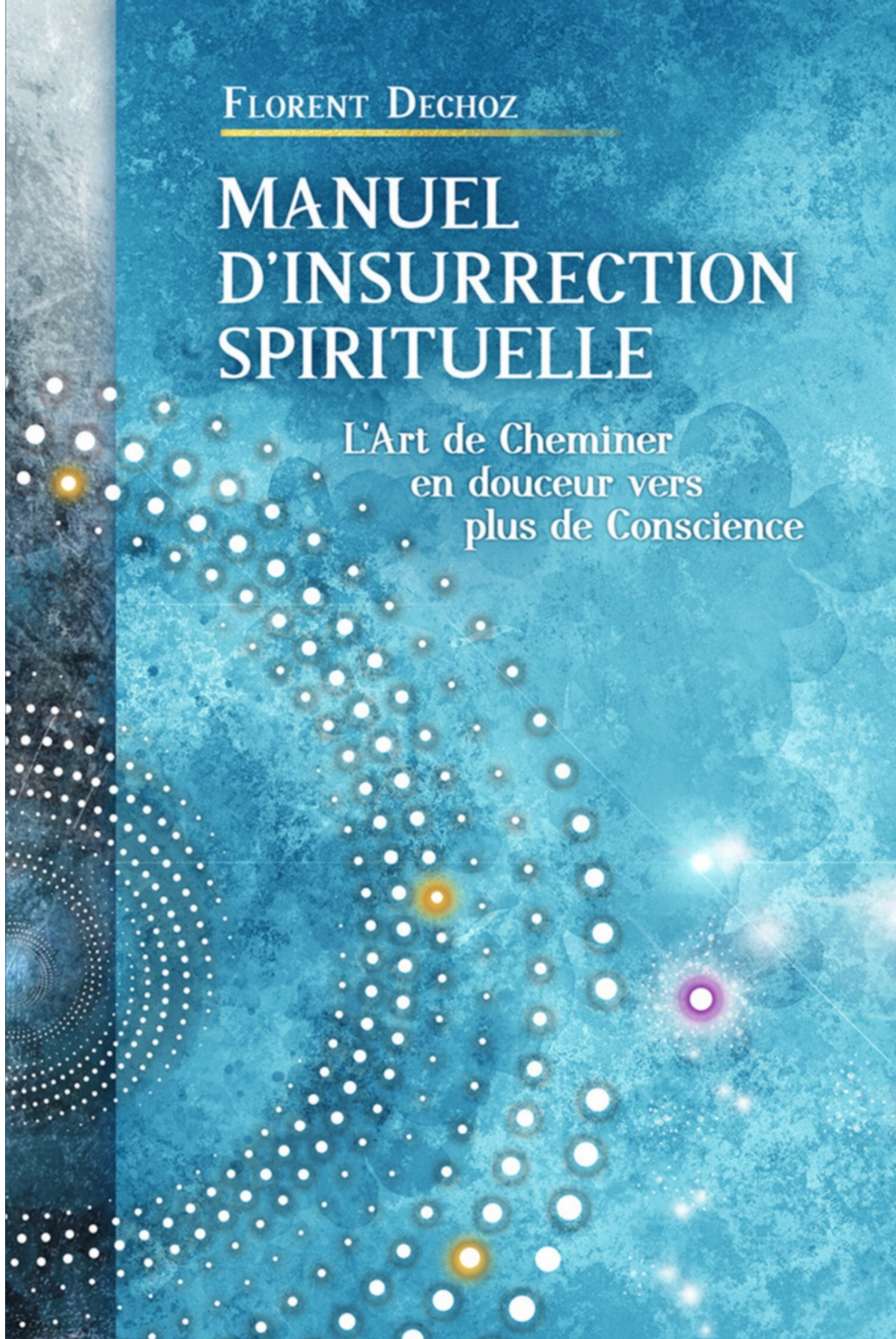


FLORENT DECHOZ

MANUEL D'INSURRECTION SPIRITUELLE

L'Art de Cheminer
en douceur vers
plus de Conscience



Florent Dechoz

Manuel d'insurrection spirituelle

L'art de cheminer en douceur vers plus de conscience

© Florent Dechoz, 2025

ISBN numérique : 979-10-405-7983-0

Librinova”

www.librinova.com

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.

Guide des pratiques esséniennes

Flasher le QR Code correspondant à la page indiquée.

Ce QR Code vous donne accès à une page internet où vous pourrez écouter la voix de l'auteur et vous laisser guider à travers chacune des pratiques

Pratique N°1 : La puissance de l'eau – Chapitre 8

Pratique N°2 : Le feu magmatique terrestre – Chapitre 12

Pratique N°3 : Le feu de la flamme de la bougie – Chapitre 13

Pratique N°4 : Nettoyage d'une pièce avec le feu de la flamme de la bougie – Chapitre 13

Pratique N°5 : Le soleil premier ancrage céleste – Chapitre 15

Pratique N°6 : L'océan plasmique et Marie – Chapitre 16

Pratique N°7 : Le Bouddha bleu de médecine – Chapitre 21

Pratique N°8 : Le Bouddha bleu de médecine et conduite de l'énergie aux mains – Chapitre 21

Pratique N°9 : S'endormir, c'est mourir un peu – Chapitre 25

Pratique N°10 : L'Archange Mickaël – Chapitre 43

Remerciements

Je tiens à remercier toutes les personnes que j'ai eu l'opportunité de rencontrer depuis que j'exerce l'art du soin. Chaque échange a été une source de surprises, nourrissant une compréhension approfondie de la souffrance, mais surtout de la beauté et de la richesse des diversités de la nature humaine. Mon parcours n'a pris toute sa valeur que grâce à ces rencontres précieuses. Qu'elles aient été brèves ou durables, chacune a laissé en moi une empreinte qui a participé à fertiliser ma terre intérieure.

Je remercie particulièrement ma chère amie Anne Moulet, dont l'esprit de synthèse a grandement aidé à la mise en forme du passage sur les rayons. Une mention spéciale pour Sylvie C. qui très discrète, a œuvré avec une grande acuité à la mise en forme finale de ce texte.

Je tiens à exprimer toute ma gratitude envers ma fidèle correctrice Aurélie Olivier, qui accepte de laisser un peu de côté son travail intense pour prendre le temps d'améliorer mes textes, toujours riches de créativité orthographique et syntaxique !

Une immense gratitude à Marisa Ortolan pour sa préface qui toucha mon âme par la profondeur de ces intelligences de cœur qui se communiquent au-delà des mots.

Je suis profondément reconnaissant envers mes enseignants, qui ont su voir en moi au-delà de l'adolescent rebelle et souvent maladroit, l'adulte aujourd'hui capable d'assumer ce texte engagé. Ils sont nombreux, mais je citerai par ordre chronologique : Luis Ansa, Françoise Spindler, Jacques Lucas, Pierre Trigano, Robert Moss, Patricia White Buffalo, et je dédie ce livre à Patrick Peytavi, qui de « l'autre côté », m'inspire chaque jour.

Je remercie ma compagne de vie, Sophie Reymond, qui depuis quelques décennies participe par son talent des mots et d'esprit à enchanter et toucher mon cœur et mon âme au-delà de ce que j'aurais pu imaginer vivre un jour. Sa poésie est un élixir stimulant ma source créative.

Préface

Florent Dechoz a mis en mots un enseignement* qui a été pour moi presque uniquement intégré par l'expérience et une transmission par voie orale.

Je suis touchée de préfacer son ouvrage.

Il a enrichi cette voie par son propre cheminement et sa propre couleur, cela lui donne une force et une actualité pour qui cherche un travail d'ancrage spirituel.

C'est aussi un manuel avec des pratiques pour entrer par l'expérience : elles ramènent à l'instant du présent, elles donnent matière à ce qui est transmis.

Que Florent ait pris ce temps, personnellement, je le vis comme un cadeau.

Ce travail de l'esprit, qui m'accompagne depuis plus de vingt ans, me permet de retrouver la forme la plus pure du vivant connecté avec la création.

Il m'aide à retrouver une fluidité intérieure.

Il m'a apporté une foi évidente et une connexion avec d'autres espaces temps, avec notre nature cosmique : Être.

Je dirai que cet enseignement apporte un ressourcement d'espace intérieur, de soin à l'âme. Il accompagne le ou la pratiquante dans sa vie spirituelle et sociale. Il ne s'agit pas de s'en extraire mais au contraire, pouvoir accueillir ce qui est dedans le bon, moins bon, joyeux, triste, difficile, dur parfois... souvent.

Ces pratiques ne s'ouvrent qu'avec le doux, le tendre, le bienveillant.

Comme Florent le mentionne dans la première partie, j'ai entendu répéter cette intention maintes fois par Patrick Peytavi : « en douceur, dou-ce-ment ».

J'ai envie de dire que, pour moi, cette voie développe une écoute particulière du ressenti, d'un ailleurs, d'un plus « étendu » : un espace-temps autre que les perceptions limitées que nous avons développées dans notre culture, notre éducation.

Souvent, en sortant de chez Patrick après plusieurs heures de travail, on partageait en riant, entre nous : « je ne comprends pas tout, mais je sens que je vais mieux, vraiment mieux dans mon cœur et mon âme, que ça me fait du bien »

Au fil du temps, cet état de « mieux » durait de plus en plus, dans mon quotidien.

Oui, il fallait pratiquer quotidiennement, chez moi, tout le temps.

Même quand, de temps en temps, bien sûr, la paresse me prenait.

Me remémorer cette époque, me connecte à nouveau à la plénitude de cet enseignement. Une mémoire invisible s'est inscrite en moi, densité enveloppante qui n'est jamais partie mais dont il m'arrive de me couper à cause de stress, de croyances, du mental ...etc.

C'est un état vibratoire, un niveau vibratoire : s'élever, s'insurger ?

Ce qui me fait penser que lorsque j'ai lu le titre de ce manuel d'*Insurrection spirituelle*, j'ai cherché quelle était la définition de ce mot : insurrection. Voilà ce que j'ai trouvé : *Insurrection : nom féminin ; Étymologie : XIV^e siècle. Emprunté du bas latin insurrectio, « action de s'élever ».* www.dictionnaire-academie.fr/article/A9I1579

Cette définition me convient tout à fait.

Florent écrit avec son cœur, sa conviction d'insurgé spirituel que je reconnais bien en lui. À la lecture de son écrit, je reconnais aussi son désir de vous inviter, par ce livre, à explorer ces espaces, à la rencontre d'un intime de soi, qu'on peut, ne jamais connaître, si on ne choisit pas de s'y aventurer.

Chacun, chacune vivra son expérience avec ce qu'elle/il est.

« Alors commencez par votre petit sentier intérieur qui saura à lui seul vous apporter d'immenses satisfactions » extrait du livre.

C'est exactement ce que j'ai vécu, ce que je ressentais de l'intérieur, m'a indiqué le sentier. J'ai choisi ainsi de le continuer, je ressens le changement d'état vibratoire à chaque fois.

J'ai aussi envie de dire : il n'y a pas de but, on ne cherche pas de résultat, ou devenir maître de ces pratiques. Non, il y a juste : je me sens mieux, je me sens réconcilié.e, uni.e.

Cet enseignement ne permet pas de s'approprier quoique ce soit : c'est insaisissable. Tellement présent et parfaitement insaisissable.

Heureusement ! Je me réjouis de tout ce qui est insaisissable !

D'ailleurs c'est une clé essentielle pour cette pratique.

Florent parle aussi du risque de s'identifier aux résultats, aux « extases », au bien être, au calme intérieur, au mental qui s'est apaisé, au découragement, à la tristesse subite, au sentiment de mort, de vide, etc.

Il invite à vivre cela dans l'instant, le laisser nous traverser, s'abandonner au flux de ce qui va être ; quel que soit le vécu qui est différent à chaque fois.

Celui ou celle qui cultive la terre le sait de fait, il n'y a pas 2 fois les mêmes récoltes, le même printemps. Ça peut se ressembler mais les réactions de la nature, du vivant sont uniques à chaque fois. L'enseignement est vivant avec sa part de mystère.

Patrick me disait que cet enseignement et ces pratiques, en ésotérisme, ce sont ce qu'on appelle les « mystères mineurs ». Il répétait « tu côtoies le merveilleux ». Et c'est bien, pour moi, ce sentiment-là.

Accueillir de ne pas comprendre tout, de ne pas pouvoir expliquer. Entrer dans ce mystère, comme Alice au pays des merveilles.

« S'ouvrir à l'amour, entrer dans la radiance de cœur qui porte votre couleur unique est un engagement de foi qui oblige à ce mouvement intérieur que je nomme ici « insurrection spirituelle. À ce moment-là, commence le véritable travail... » Extrait du livre

Florent Dechoz partage sa recherche intérieure, à travers son expérience personnelle, ses remises en question, bien sûr, et aussi, ses rencontres de cœur, d'esprit et d'âme.

Cela me paraît précieux.

Bonne lecture.

Marisa Ortolan

* enseignement de Patrick Peytavi issu des enseignements d'Alexandre Homé

Marisa Ortolan est psychothérapeute, enseignante de tantra depuis plusieurs décennies.

Introduction

Oser poser en titre d'ouvrage le mot « *spiritualité* » est, pour moi, le fruit d'un long processus qui s'étend sur plusieurs décennies. Rien ne semblait me prédisposer à enseigner un jour l'art de cheminer dans les méandres de l'invisible et sans doute de l'indicible.

Chercher à comprendre la nature humaine, le sens de la vie et peut-être le sens de l'incarnation furent le point de départ de mon introspection. Cela a été le moteur de ma quête qui parfois évoluait frénétiquement, parfois se trouvait enlisée dans les brouillards d'une âme perdue. Sortir de la souffrance et de l'incompréhension qui l'accompagnaient était bien évidemment un objectif à atteindre.

Cet ouvrage est le reflet intime d'un cheminement personnel, mais surtout un recueil d'expériences et de sagesse tirées des nombreux parcours de vie que j'ai croisés au cours de près de 40 ans d'accompagnement thérapeutique.

Parler de spiritualité sans entrer dans le dogme religieux m'oblige à trouver d'autres mots, d'autres expressions, afin de rendre les idées portées ici accessibles au plus grand nombre. Cet ouvrage contient un aspect pédagogique qui, je l'espère, ouvrira de nombreux lecteurs à des perspectives intérieures plus vastes et plus enchanteuses. Il peut se lire page après page, mais il est fort probable que certains chapitres vous attireront, peu importe l'ordre chronologique de l'écriture. Si tel est le cas, vous m'en voyez ravi, car comme dans toute évolution intérieure, il n'y a pas d'ordre fixe. Une sorte d'anarchie apparente cache souvent une organisation invisible au premier regard.

Certains passages vous inviteront à la réflexion, et vous serez amené à de véritables introspections par les questions et les thématiques abordées. Evoluer spirituellement dépasse le cadre de la psychologie et de la philosophie, même si celles-ci s'entrelacent avec le chemin spirituel. La structuration de l'ouvrage doit vous permettre de mieux comprendre les rouages de votre monde intérieur et de l'infini qui le constitue. Cet infini intérieur réveille souvent quelques peurs, pourtant l'infini est structuré, c'est souvent l'ignorance qui le rend si effrayant.

Vouloir évoluer intérieurement vous oblige à vous heurter aux murs des peurs, des mensonges et des petits arrangements qui jalonnent la vie de tout être humain. Cette imperfection est un constat nécessaire pour entamer un chemin

qui ouvre à plus de conscience et de liberté. Chaque pas nécessite le courage d'affronter ses guerres et tempêtes intérieures. Nous aimerions tous trouver le remède magique, la baguette magique qui puisse résoudre toutes les difficultés de la vie. Rien ne fonctionne ainsi ; seul le fruit de l'expérience sait exprimer la sagesse et la conscience qui émergent peu à peu dans nos luttes intérieures.

L'évolution est lente tant elle est confrontée aux entrelacements complexes de la personnalité et de l'ego. C'est à ce moment qu'intervient la nécessité d'entrer dans un état insurrectionnel, non pas pour déclencher des conflits externes, mais pour trouver une détermination implacable qui choisit un chemin de conscience sans rien négocier avec les parts d'ombres qui habitent toute âme humaine. Choisir la lumière et sa perfection est un engagement intime avec soi-même, c'est la seule voie qui mène à la réelle liberté.

Chaque thématique abordée dans cet ouvrage facilite un retournement intérieur, une transformation alchimique qui, dans votre silence et votre vacuité, laissera émerger votre vérité. La vérité est multiple surtout lorsqu'elle concerne l'infini de la conscience.

La première partie de ce livre permet de découvrir des bases théoriques qui posent les fondations utiles à la mise en place de pratiques spirituelles, en passant par la discipline du mental. Le mental est en effet notre meilleur ami lorsque l'on sait l'utiliser, mais notre pire ennemi lorsqu'il part dans tous les sens, tel un cheval fou. Toute évolution spirituelle passe par la discipline de notre mental et de sa vie. La discipline n'est pas forcément synonyme de rigidité, mais plutôt le point d'appui d'une réelle détermination, surtout lorsque les doutes et la perte de foi viennent réactiver au premier plan le besoin de frivolité.

Mieux comprendre son objectif d'évolution, puis le réajuster au fil des progrès de la conscience, permet de garder la souplesse nécessaire pour s'adapter et recueillir les cadeaux espérés, plus ou moins secrètement. Mieux comprendre les entraves sur le chemin permet de mieux s'y préparer et de s'ajuster aux difficultés présentées par les mystères de l'invisible. Car oui, la conscience est insaisissable, elle n'a ni forme, ni goût, ni odeur... Elle est insaisissable pour l'ego. Seul le temps permet de constater que quelque chose de bon s'est progressivement mis en place à son insu. Une paix, un bonheur simple sont peut-être là pour marquer quelques étapes franchies avec succès.

La conscience et la force spirituelle peuvent se mesurer chaque jour par une capacité accrue à élever le débat lors de frictions quotidiennes, que ce soit dans