



L/L Research est une filiale de  
Rock Creek Research &  
Development Laboratories, Inc.

P.O. Box 5195  
Louisville, KY 40255-0195

# L/L RESEARCH

www.llresearch.org

Rock Creek est une association  
sans but lucratif qui se consacre  
à la découverte et au partage  
d'informations susceptibles de  
contribuer à l'évolution  
spirituelle de l'humanité.

A PROPOS DU CONTENU DE LA PRÉSENTE TRANSCRIPTION: cette séance de transmission alignée a été publiée à l'origine sous le titre de *The Law of One, Books I to V*, par Don Elkins, James Allen McCarty et Carla L. Rueckert. La traduction de cette transcription vous est offerte dans l'espoir qu'elle vous sera utile. Ainsi que les entités de la Confédération le répètent souvent, faites appel à votre sens de la discrimination et à votre sagacité pour évaluer ce texte. Ce qui vous y paraît véridique, acceptez-le; ce qui ne vous correspond pas, laissez-le de côté car, ni nous-mêmes ni aucun membre de la Confédération ne souhaitons/souhaitent qu'aucun de vous trébuche sur une pierre d'achoppement.

CAVEAT: La présente transcription a été vérifiée mais peut encore demander des corrections. Si vous constatez des erreurs, n'hésitez pas à nous en faire part, nous nous ferons un plaisir de les corriger. (Traduction française: Micheline Deschreider)

© 2008 L/L RESEARCH

## LA LOI UNE, LIVRE V, SÉANCE 104, FRAGMENT 54 27 JUILLET 1983

**Jim:** Au cours de la séance 104, Ra a souligné un point qui nous a paru être un des principes majeurs qui régissent notre évolution à travers la troisième densité. C'était en référence à la quantité d'exercices qui serait la plus appropriée pour Carla quand son corps était proche de la normale, et quand il était affaibli par l'une ou l'autre distorsion. Ra a suggéré qu'il devrait être exercé davantage quand il était affaibli par une distorsion parce que: "C'est ainsi que fonctionnent les distorsions: pour mettre à l'équilibre une distorsion il faut l'accentuer".

Dans la réponse suivante, Ra se réfère à l'utilisation des talents avec lesquels on entre dans une incarnation comme étant une sorte de proposition du genre: "ou on utilise, ou on perd".

Quand le Livre I de *The Law Of One* a été sur le point d'être publié par 'The Donning Company' sous le titre *The Ra Material*, il nous a été demandé d'écrire une introduction. Dans une partie de cette introduction Carla parlait du concept de la réincarnation. Lorsque nous avons eu en main les épreuves d'imprimerie renvoyées par 'The Donning Company', nous avons remarqué qu'une phrase que nous n'avions pas écrite apparaissait au milieu de ce que nous avons écrit. C'était véritablement 'subjectivement intéressant'.

L'éloquente clôture par Ra répond à une série de questions concernant notre vieux chat Gandalf, qui

devenait aveugle et perdait du poids, apparemment en préparation à la mort. Nous avons envisagé de ne pas inclure ce texte, parce qu'il ne présente que peu d'intérêt général, mais nous avons finalement décidé de le faire parce que le désir de Ra de ne pas enfreindre notre libre arbitre est bien marqué et bien illustré ici.

*Carla: Quand les gens tentent d'améliorer leurs habitudes de vie, ils considèrent toujours que le régime et l'exercice sont les premières choses à changer. Je pense que ces changements sont bénéfiques, tant mentalement qu'émotionnellement et que physiquement, en ce sens qu'on sent bien qu'il est bon de faire quelque chose à la fois pour le mental et pour le corps quand on a un souci. Le souci pour moi-même, partagé par nous trois, paraissait ne devoir finir jamais. Je ne regarde pas les feuilletons mélo à la télé: ils progressent trop lentement pour fixer mon attention. Mais à cette époque, il était clair que nous en vivions un. Je continuais à perdre du poids alors que je mangeais plus que je ne l'avais jamais fait. C'étaient donc le régime et l'exercice qui étaient au centre des préoccupations. Je pense que nous nous sentions mieux parce que nous travaillions activement sur les problèmes. Mais cela paraissait prendre tant de temps! Le plus clair des journées semblait passer en maintenance. Nous étions tous tendus par la situation.*

*J'ai toujours aimé les étés de mon enfance passés à danser au camp de la Noyes Rhythm Foundation à Portland, dans le Connecticut. A ce jour, il existe*

*encore; c'est un endroit merveilleux que je ne peux assez recommander, car on peut y vivre sous la tente, danser sur un souple parquet au son d'une musique classique jouée au piano, dans un pavillon ouvert entouré de verdure et de forêt, dans un environnement absolument intact. Les professeurs suivent toujours la méthode originale d'enseignement de Florence Fleming Noyes, qui postule que toutes les choses ont leur propre rythme, de sorte qu'on peut danser une étoile de mer, une étoile, un ours, un cheval ou un brin d'herbe. Elle enseigne que toutes les choses sont vivantes et qu'elles font toutes partie d'une seule conscience. Le style de danse ressemble beaucoup à celui d'Isadora Duncan, mais une philosophie beaucoup plus élevée sous-tend la technique. Même les débutants passent des moments merveilleux. C'était indubitablement mon cas, et à cette époque je mesurais tous les exercices que je faisais à l'aune de la danse. Il y avait peu de place pour la promenade! Mais j'étais loyale et suivais la routine. Jim avait en général la gentillesse de m'accompagner, ce qui me motivait énormément.*

*Je vois ici, pour la première fois, en fait, que Ra s'est fait l'écho de ce que Don attendait de moi, et qui a toujours été de prendre davantage le temps de simplement m'asseoir. Je suis une dévoreuse de livres et j'ai toujours aimé me jeter tête la première dans un livre à l'eau de rose, de science fiction, ou dans un roman. Même maintenant, il ne m'est pas inhabituel de lire un livre par jour. Ah, si tous ces livres étaient de la 'bonne littérature!' Mais NON! J'aime lire juste pour le plaisir de m'embarquer pour le pays de l'Aventure. Au fil du temps, j'ai trouvé de plus en plus de moments pour rester dans le silence, mais j'ai toujours tendance à lire trop.*

*Les problèmes abdominaux m'ont poursuivie pendant des années, et ce n'est pas fini. Mais les choses ont été beaucoup mieux en 1988, quand mon médecin a finalement découvert que ma vésicule biliaire était enflammée. Depuis 1982, les médecins disaient voir sur les radios que ma vésicule biliaire était encrassée et que ce n'était pas un problème opérable. Mais en fait elle était seulement enflammée, et ne fonctionnait pas du tout. J'ai souffert énormément jusqu'à ce que cet organe malade me soit enlevé. Quatre ans plus tard, en 1992, j'ai eu une deuxième opération de nettoyage, quand la moitié de mon côlon a été enlevée. Aujourd'hui j'éprouve toujours de l'inconfort dans tout le système gastro-intestinal, mais c'est gérable, et la plupart du temps je parviens à me sentir bien et à m'ôter de la tête*

*maux et souffrances. Mais lors des séances de 1983 j'étais dans un état pitoyable. Le stress dû à l'état de Don n'y était pas étranger.*

*On peut noter comme Ra voyageait avec fluidité entre psyché et soma dans la manière d'aborder la maladie. Ils reliaient l'intensité de la douleur au travail sur la conscience, ce que je poursuivais aussi intensément que je le pouvais, mais les résultats étaient lents à venir.*

*Quand on s'est senti indigné pendant longtemps, on est lent à apprendre le profond et durable respect de soi. J'étais embarquée dans une leçon de vie qui devait m'apprendre comment être sage et pleine de vie. Don était lui aussi embarqué dans un voyage, mais bien plus sombre. Lui apprenait comment aimer complètement et mourir.*

*Entretemps, notre bien-aimé chat Gandalf se faisait vieux et rouillé. Comme il nous aimait! Tout ce qu'il voulait c'était être sur nous ou juste à côté de nous. Sa dévotion n'a jamais cessé même quand en Géorgie, quelques mois plus tard, nous devions le porter jusqu'à sa nourriture et à son bac car il ne pouvait plus marcher. Il aurait remué ciel et terre pour rester auprès de nous, et j'avais pris l'habitude de l'emporter partout avec moi pour qu'il ne doive pas se déplacer sur ses pauvres pattes douloureuses.*

*Il semble peut-être que Donald ait passé énormément de temps avec ce petit chat, mais il faut se rappeler qu'un animal favori aussi spécial est comme un enfant. Nous n'avions pas d'enfant; lui étant abstinent, il n'avait aucune chance de fonder une famille. Mais nous avons Gandalf et Fairchild. Ils représentaient beaucoup pour nous, comme nos chats le font toujours pour Jim et moi.*

*Voyez comme la 'ligne' s'affaiblit à mesure que Don persiste à vouloir obtenir des informations spécifiques de Ra. C'est abuser d'un canal bien clair que de demander des informations spécifiques. Et voyez comment Ra commence toujours par suggérer de se réjouir, de remercier, de louer, une situation pour l'améliorer, quelle qu'elle soit. Selon le mode de pensée de Ra, quand l'attitude adoptée est la louange et la gratitude, alors on est bien préparé à faire face aux circonstances. Un avis simple, dur à suivre, mais efficace.*

### **Séance 104, 27 juillet 1983**

**Ra:** Je suis Ra. Nous vous saluons dans l'amour et dans la lumière du Créateur infini unique. Nous communiquons maintenant.

**Interlocuteur:** Pourriez-vous d'abord me dire l'état de l'instrument?

**Ra:** Je suis Ra. Nous relevons qu'il y a un peu moins de distorsion vers la banqueroute physique et la perte d'énergie vitale que lors de la demande précédente. Il y a cependant encore des travers considérables dans ces relevés.

**Interlocuteur:** L'instrument voudrait savoir quelle est la fréquence optimale d'aérobic, de promenade et de bains bouillonnants pour un état meilleur en ce moment?

**Ra:** Je suis Ra. Nous répondrons de deux manières. Premièrement, pour parler du cas général qui concerne cet instrument à des degrés divers. Il est bon d'accomplir chaque forme d'exercice approximativement trois à quatre fois par ce que vous appelez 'une semaine'. La quantité d'exercices, le tout quantifié en une addition, est d'approximativement une heure par période diurne.

Nous répondons à présent de la deuxième manière, distordue dans cette réponse vers une double condition de rayon jaune: la difficulté physique et la distorsion du complexe mental. Les eaux tourbillonnantes doivent être vues comme étant appropriées quatre à cinq de vos fois par semaine. La promenade et l'exercice: autant que désiré par l'entité. Le total de tout cela ne devrait en aucun cas excéder 90 minutes par période diurne.

Le corps physique de rayon jaune a éprouvé ce qui est appelé des changements liés au *lupus* dans une grande partie des tissus musculaires et dans certains organes. L'exercice fait regagner la force musculaire physique qui se perd. Par certains côtés, la promenade est l'exercice le plus approprié, étant donné la proximité de l'entité aux créatures de deuxième densité, particulièrement vos arbres. Cependant, l'habitation que vous occupez n'offre pas une telle opportunité et offre plutôt la proximité avec des créations de complexe mental/corps/esprit. Cela ne nourrit pas les besoins mentaux/émotionnels de cette entité, bien que produisant le même résultat physique. L'exercice remplit davantage les besoins mentaux/émotionnels étant donné que l'entité apprécie les expressions rythmiques du corps, comme celles trouvées dans des efforts athlétiques dérivés du système d'artefacts connu de vos peuples comme étant la danse.

Nous suggérons que le groupe de soutien encourage tout exercice, à l'exception de ceux qui dépassent la limite de temps qui est déjà très au-delà des limites physiques de ce complexe corporel. C'est comme cela que fonctionnent les distorsions: pour l'amener à l'équilibre, il faut l'accentuer. Dès lors, une sur-fatigue du corps peut, si elle est motivée correctement, produire une absence de déficit à la jonction de laquelle les limites inférieures d'exercice devraient être mises en pratique.

**Interlocuteur:** L'instrument a déterminé que l'utilisation sans sagesse de sa volonté est due à son usage sans les composantes de joie et de foi, et constitue un martyre. Est-ce que Ra veut commenter s'il vous plaît?

**Ra:** Je suis Ra. Nous sommes heureux que l'entité ait réfléchi à ce qui a été donné. Nous voudrions commenter comme suit: il est salutaire pour l'instrument d'avoir des connaissances moins distordues vers le martyre, et qui soient riches de promesses. L'entité, qui est forte pour penser, sera ou bien forte pour agir, ou bien ce qu'elle a sera retiré. Ainsi donc, la manifestation des connaissances est un domaine que l'instrument aura à examiner.

Nous voudrions noter en outre que la mise à l'équilibre qui, dans le cas de cette entité est le mieux accompli dans l'analyse et la manifestation accompagnée de la contemplation du silence, peut être renforcée par un silence manifesté et une absence d'activités de routine. Nous ne pouvons pas aller plus loin que cette recommandation de loisir régulé, et désirons que l'entité découvre les vérités fondamentales de ces distorsions comme elle le voudra.

**Interlocuteur:** Y a-t-il encore autre chose que nous puissions faire pour soulager les problèmes de spasmes de l'estomac et du dos chez l'instrument?

**Ra:** Je suis Ra. L'aide la plus grande a déjà été donnée dans son entier. L'encouragement de l'instrument à s'abstenir d'aliments frits dans l'huile, dans son régime alimentaire, est utile. L'harmonie joyeuse est utile. Les spasmes doivent disparaître, étant fonction du travail de rayon indigo par l'entité et, dans une certaine mesure, des recommandations faites en réponse à une demande précédente. L'abstention définitive d'un dépassement des limites physiques déjà accrues est recommandée. L'inflammation subsiste et les symptômes sont à

présent bien moins curables, l'entité ayant choisi le catalyseur.

**Interlocuteur:** Pouvez-vous nous dire ce qui ne va pas avec les yeux de notre chat Gandalf?

**Ra:** Je suis Ra. Celui qui est connu comme Gandalf approche de la fin de son incarnation. Sa vue baisse et la membrane aqueuse se durcit. Ceci n'est pas une circonstance confortable mais elle n'est pas de celles qui sont cause d'inconfort véritable pour l'entité.

**Interlocuteur:** Y a-t-il quelque chose que nous pourrions faire pour alléger cette situation?

**Ra:** Je suis Ra. Il y a une thérapie qui aiderait la situation. Cependant, nous ne la recommandons pas car l'état est plus bénin que le traitement.

**Interlocuteur:** Je ne comprends pas. Pourriez-vous expliquer ce que vous avez voulu dire?

**Ra:** Je suis Ra. Un médecin de tradition allopathique vous donnerait des gouttes pour les yeux. Le chat trouverait l'expérience d'être maintenu immobile pendant que les gouttes sont administrées plus distordue que l'inconfort actuel qu'il éprouve mais qu'il est à même d'ignorer en grande partie.

**Interlocuteur:** Est-ce que le chat peut voir quelque chose?

**Ra:** Je suis Ra. Oui.

**Interlocuteur:** Est-ce qu'il semble que le chat va perdre toute sa vision dans un proche avenir, ou bien est-ce que le chat est très proche de la mort?

**Ra:** Je suis Ra. Celui qui est connu comme Gandalf ne va pas perdre sa vision ou sa vie selon la plupart des vortex de possibilité/probabilité, avant trois de vos saisons, approximativement.

**Interlocuteur:** Je me sens très mal par rapport à l'état du chat et je voudrais vraiment lui venir en aide. Est-ce que Ra peut suggérer quelque chose à faire pour aider Gandalf?

**Ra:** Je suis Ra. Oui.

**Interlocuteur:** Qu'est-ce?

**Ra:** Je suis Ra. Premièrement, nous pouvons suggérer que les vortex de possibilité/probabilité incluent ceux dans lesquels l'entité connue comme Gandalf a une incarnation plus longue. Deuxièmement, nous suggérons que cette entité peut aller vers un achèvement si elle le désire. Autrement,

elle peut choisir de se réincarner pour être avec les compagnons qu'elle a aimés. Troisièmement, l'entité connue de vous comme Betty a les moyens de rendre l'entité plus distordue vers le confort/inconfort.

**Interlocuteur:** Pourriez-vous me dire qui est Betty? Je ne suis pas sûr de savoir qui vous entendez par Betty. Et qu'est-ce que Betty ferait?

**Ra:** Je suis Ra. Celle connue comme Carla a ce renseignement.

**Interlocuteur:** Je suis préoccupé au sujet de la possibilité d'un déménagement. Si nous déménagions, il serait très difficile pour Gandalf de trouver son chemin dans un nouvel endroit s'il ne peut pas voir. Est-ce qu'il voit suffisamment pour trouver son chemin dans un nouvel environnement?

**Ra:** Je suis Ra. La vision est moins qu'adéquate, mais est presque accommodée par un sens aigu de l'odorat et de l'ouïe. Les compagnons et l'ameublement étant familiers, un nouveau milieu pourrait être considéré comme raisonnablement acceptable après une courte période de votre espace/temps.

**Interlocuteur:** Est-ce que nous pourrions administrer les gouttes dont vous avez parlé pour améliorer sa vision sans qu'il doive être confiné? Y a-t-il un moyen pour nous de faire cela?

**Ra:** Je suis Ra. C'est improbable.

**Interlocuteur:** Il n'y a rien que nous puissions faire? Y a-t-il une autre possibilité de recourir à des techniques pour améliorer sa vision?

**Ra:** Je suis Ra. Non.

**Interlocuteur:** Est-ce que cette perte de la vision ... quelle est la raison métaphysique de la perte de la vision? Qu'est-ce qui a amené cela?

**Ra:** Je suis Ra. Dans ce cas-ci, la composante métaphysique est ténue. Ceci est un juste catalyseur de la vieillesse.

**Interlocuteur:** Est-ce que les gouttes dont vous avez parlé pourraient améliorer la vision? ... Combien aideraient-elles la vision si elles étaient administrées?

**Ra:** Je suis Ra. Sur une période d'applications, la vision pourrait être améliorée quelque peu: de 20, peut-être 30%. La région de l'oeil serait moins dure. En équilibre par rapport à cela est une raideur de mouvement qui augmente rapidement, de sorte que

le fait de le tenir en position d'immobilité est nécessairement très inconfortable.

**Interlocuteur:** Alors Ra pense que le bénéfice obtenu de ces gouttes ne mérite pas l'inconfort du chat. Probablement que cela .... y aurait-il un moyen d'administrer un anesthésique au chat et pendant ce temps administrer les gouttes dans ses yeux de sorte que le chat n'en aurait pas conscience?

**Ra:** Je suis Ra. Le mal fait en plaçant un anesthésique allopathique dans le complexe corporel de cette entité moissonnable dépasse de loin l'immobilité obtenue par ce moyen et qui pourrait permettre l'administration de médicaments.

**Interlocuteur:** Je suis désolé de fouiller tellement ce sujet, mais j'espérais vraiment apprendre quelque chose qui pourrait aider Gandalf. Je présume dès lors que Ra suggère que nous laissons les choses telles qu'elles sont. Combien d'applications de gouttes seraient nécessaires pour soulager les yeux, *grosso modo*?

**Ra:** Approximativement 40 à 60.

**Interlocuteur:** Chaque jour, ou quelque chose d'approchant?

**Ra:** Je suis Ra. Veuillez souffler au-dessus de la poitrine de l'instrument.

*(Cela a été fait comme demandé.)*

**Interlocuteur:** Est-ce que cela est satisfaisant?

**Ra:** Je suis Ra. Oui.

**Interlocuteur:** J'avais demandé si les gouttes devraient être administrées une fois par période diurne. Est-ce correct?

**Ra:** Je suis Ra. Cela dépend du médecin allopathe dont vous les recevez.

**Interlocuteur:** Quel est le nom des gouttes?

**Ra:** Je suis Ra. Nous avons une difficulté. C'est pourquoi, nous nous abstenons de répondre à cette question.

**Interlocuteur:** je suis désolé d'insister sur ce point. Je suis très préoccupé au sujet de ce chat, et comme je comprends, Ra recommande que nous n'utilisions pas les gouttes, et nous ne le ferons pas. Je voulais simplement savoir ce que nous ne faisons pas et qui pourrait améliorer la vision, et je demande de m'excuser d'insister sur ce point. Je terminerai en

demandant à Ra s'il a d'autres recommandations à faire en ce qui concerne ce chat.

**Ra:** Je suis Ra. Réjouissez-vous en sa compagnie.

**Interlocuteur:** Quand notre éditeur nous a renvoyé notre introduction au livre qui était à l'origine intitulé *The Law Of One*, dans l'introduction Carla avait parlé de la réincarnation, et la phrase suivante a été ajoutée: «car bien que faisant à l'origine partie des enseignements de Jésus, ils ont été censurés dans toutes les éditions subséquentes par l'Impératrice». Est-ce que Ra veut bien faire un commentaire sur la source de ce qui a été ajouté dans notre introduction?

**Ra:** Je suis Ra. Ceci est la manière dont se produisent les occurrences, conditions, circonstances, ou coïncidences subjectivement intéressantes.

Nous suggérons encore une question complète à présent.

**Interlocuteur:** Avant la mise en place du voile il y n'avait, je présume, aucun plan archétypal pour le processus d'évolution. Il a été laissé totalement à la libre volonté des complexes mental/corps/esprit d'évoluer de la manière qu'ils désirent. Est-ce exact?

**Ra:** Je suis Ra. Non.

Je suis Ra. Nous vous laissons dans l'appréciation des circonstances de la grande illusion dans laquelle vous choisissez actuellement de jouer du fifre et du tambourin, et de bouger en rythme. Nous sommes nous aussi des acteurs sur une scène. La scène change. La sonnerie des actes retentit. Les lumières se rallument. Et à travers toute la grande illusion et celle qui suit, et la suivante encore, il y a la majesté soutenue du Créateur infini unique. Tout est bien. Rien ne se perd. Allez, réjouissez-vous dans l'amour et la lumière, dans la paix et la puissance du Créateur infini unique. Je suis Ra. Adonai. ✨