

(Quand Bernard fait une lecture, c'est la source de la pensée sans ego).

La dépression c'est une incapacité de l'ego de supporter la pensée astralisée.

La pensée s'astralise, ce n'est pas de l'ego, c'est quand la pensée descend dans l'astral c'est là que la dépression entre en jeu. C'est par la conscience que vous pouvez sortir de la pensée astralisée. C'est quand la pensée est astralisée et non mentale que la dépression se manifeste.

Les hautes ondes, c'est la conscience normale ou créative. Les basses ondes, c'est sombre et on se laisse aller dans la dépression.

C'est important de comprendre la pensée astralisée, pas seulement les ondes hautes du mental, mais les basses qui sont dans l'astral.

**Etre dans l'astral :** c'est votre incapacité de la surveillance des bas-fonds pour ne pas passer dans la dépression. L'astral c'est la zone basse. L'astral c'est une zone de pensées qui doit-être surveillée, il ne faut pas perdre de vue que la pensée astralisée c'est un game dans le sens que si tu n'es pas capable de le jouer ou savoir comment le jouer, tu peux perdre le game. L'homme qui ne connaît pas le côté occulte de l'astral, il va se faire prendre.

**L'astral c'est une diminution des plaisirs de la pensée et le plaisir de penser doit devenir la mesure de votre conscience.**

- 1e -Il faut avoir un plaisir de vie. Si vous n'avez pas de plaisir de vie, qu'est-ce qui vous l'enlève ? Il faut l'identifier.
- 2e -C'est l'astral qui diminue votre plaisir de vie, quand vous astralisez, le plaisir de vie diminue.
- 3e -Surveillez si vous êtes bien dans une zone de déplaisir, sinon vous irez vers la dépression. Il faut régler le problème qui enlève le plaisir de vie (ceci peut faire partie de votre programmation). Il faut passer le reste de votre vie à élever votre plaisir de vie, il faut sa programmation.
- 4e -Il faut une volonté soutenue.
- 5e -Si tu ne règles pas le problème, tu perds de la vitalité, c'est dangereux. La perte de la vitalité c'est radiant, c'est-à-dire que ça va dans toutes les directions. Ex. La santé, la sexualité.
- 6e -C'est normal de perdre de la vitalité, mais il ne faut pas que ça dure trop longtemps, sinon tu vas au médecin. Si ça dure trop longtemps, c'est que vous n'avez pas identifié le problème ou vous n'avez pas commencé à l'éliminer par la volonté.

Si ça dure trop longtemps, il va se créer des coques astrales ou des égrégores et ça vous suce l'énergie.

## **On peut les identifier ces coques astrales.**

- 1e C'est une force plus grande que la vôtre et qui peut vous emmener jusqu'au suicide.
- 2e Il faut regarder de près votre personnalité et faire un bon diagnostic. Tout se corrige chez l'homme, mais il faut que vous sachiez que vous êtes capable de le corriger, c'est-à-dire être capable de passer d'un état pessimisme à un état optimiste.
- 3e Il faut être conscient que vous êtes à terre parce que vous restez là.
- 4e La conscience astralisée n'est jamais tout à fait contre vous autres. L'homme est toujours capable de dépasser la conscience astrale, mais ça prend de la volonté, de la vitalité etc.

Vous n'êtes pas capable de sauver tout le monde.

La dépression forte, c'est qu'il y a une installation d'une coque astrale et cette coque absorbe tous les poisons qu'elle peut prendre, comme les mauvaises pensées qui restent collées après vous autres. Une coque astrale c'est comme un vampire.

La coque astrale c'est des éléments qu'il faut rejeter et ça prend de la volonté.

Qu'est-ce que de la vitalité ?

- 1e La vitalité c'est le pouvoir faire quelque chose. Ex: Aller prendre un café, quand on trouve ça plate chez nous, ça baise la vitalité.
- 2e Il faut que l'homme passe du déplacement physique quand il est dépressif.
- 3e Il faut chercher une autre façon de déplacer votre mal. Ex. Si tu t'ennuies, sort.
- 4e La vitalité c'est la capacité de regarder en vous, de voir où vous êtes créatif, sinon vous vous mettez dans la zone de mire de la dépression.

Il faut être capable de vous dire, un jour je vais faire ça et ça vous donner déjà de la vitalité. Cette pensée-là vient du mental qui vous donne de la créativité. Si vous n'identifiez pas en vous où il y a de la créativité, vous risquez de tomber dans la dépression.

C'est la vibration dans le mental qui aide à tenir dans la vie, même si ça prend 10 ans avant d'y arriver ou bien ça n'arrive pas. Ce n'est pas important, mais pendant ce temps tu continues à vivre et pendant que tu tiens ton côté créatif, tu alimentes ta vitalité.

Pourquoi n'avez pas de créativité ?

Parce que vous êtes trop dans l'inconscience de l'astral. L'âme n'est pas assez forte pour être maître de sa programmation. Tu ne viens jamais libre de ta programmation, mais tu peux- être maître dans ta programmation.

L'homme devrait être créatif jusqu'à la mort, mais ça prend de l'envergure mentale. Le côté créatif c'est un pont. Quand c'est fini c'est un autre point comme un spring (printemps), d'un point à l'autre selon ta vitalité.

Dans la dépression il ne faut pas se convaincre que l'on ait raison. Si tu ne regardes pas le point de vue d'un autre, c'est que tu es rendu bien loin dans ta dépression. Dans la dépression c'est très difficile de voir la séparation du couple, parce que ça touche l'âme et la programmation. Celui qui est dépressif se justifie toujours.

La dépression c'est un choc que l'ego ne peut pas prendre, alors la conscience ne peut pas pénétrer. La dépression est reliée à son besoin et non à ses désirs.

Ce sont les âmes les plus évoluées qui peuvent aller dans le mental.

Se fier aux autres risque d'aller vers la dépression, mais se fier à soi-même, on devient comme un volcan rempli de vitalité.

Ceux qui montent très haut et peu de temps après, descendent très bas ce sont des maniaco-dépressifs, quelqu'un qui n'est pas bien dans sa peau.

La souffrance sert à celui qui la dépasse.

Il n'y a pas de félicité sur la Terre, mais il y a du bonheur.

### **Qu'est-ce qui mine la vitalité ?**

C'est la façon de se voir mal. Les gens qui travaillent trop risquent de diminuer la vitalité, donc risquent la dépression. C'est très important de conserver sa vitalité Quand tu es dans ton identité, tu n'as jamais de perte de vitalité.

La dépression c'est le cancer de l'esprit. La maladie c'est un avertissement. Tu dois suspendre tes activités. Une activité nocive, c'est une façon d'être qui requiert un changement. Ex. Tu travailles trop, tu en fais trop, trop de sport aussi, attention c'est une grosse illusion le sport.

### **Qu'est-ce que la sensibilité ?**

La sensibilité c'est le fil conducteur qui mène le mental à l'astral. Plus tu es mental, moins tu descends vite à l'astral. C'est le train, il y a des trains ultra rapides. Si vous n'avez pas le contrôle de votre sensibilité, l'astral vient vous chercher.

### **Comment contrôler la sensibilité ?**

En arrêtant de vous prendre au sérieux ! Se prendre au sérieux c'est de ne pas réaliser que la vie c'est un game !

Les femmes sont plus sujettes à la dépression, parce qu'elles sont plus sensibles. Il faut que la femme rentre plus dans son mental. La femme perd de son identité dans l'amour, surtout les jeunes. La vie peut t'imposer une direction, te manipuler. Mais l'homme conscient doit lui-même faire ou choisir une direction. Il faut que l'homme intègre son énergie. Il faut que l'homme soit libre.

Dans la dépression il y a un acquiescement de l'ego, même si ce n'est pas évident.

1e L'ego aime blâmer, juger.

- 2e Quand vous vous blâmez ça vous donne de l'autorité, ça vous donne le droit à la dépression, vous vous blâmez vous-même ou les autres.
- 3e Juger à l'extérieur de soi-même, c'est à ce niveau que l'ego reste dans la déprime.
- 4e Pour sortir de la dépression, l'ego doit cesser de se blâmer et de blâmer. Si tu ne blâmes pas tu te ressuscites.

L'infantilisation dans son mental, c'est ce que nous appelons l'astral et l'infantilisation dans son mental, c'est la source du blocage, c'est une suite d'événements qui vont affecter la personnalité. L'infantilisation c'est l'incapacité psychologique d'accepter la vie comme elle est ou sa programmation.

Vouloir être quelqu'un, c'est vouloir être à côté de ce que l'on doit-être, beaucoup de gens souffrent de cela et qui sont dépressifs. Ce n'est pas facile d'être ce qu'on doit-être quand on est dans notre créativité, c'est une monnaie d'échange dans le monde. Ex je pourrais être ceci ou cela.

Etre à côté de ce que l'on doit-être, c'est une bavure de l'existence, même les grands peuvent être à côté de ce qu'ils doivent être, il y a toujours des failles, c'est une souffrance substantielle de l'ego. Attention aux illusions.

Le blâme du dépressif est pour se disculper.

Le blâme intérieur c'est pour permettre au dépressif d'aller plus loin dans sa dépression, jusqu'à l'auto- destruction ou au suicide. Ceci est commandé par les plans. L'auto destruction se nourrit de tout ce qui est négatif. Le suicide n'est jamais commandé par l'ego, c'est par les plans et l'ego acquiesce.

Le blâme est toujours destructeur et ça enlève le pouvoir de corriger, ça enlève l'intelligence d'être intelligent.

Le blâme c'est toujours une soudure de l'âme, mais l'âme ne se soude pas, elle doit sortir de la mémoire de l'homme qui ne sait pas utiliser la mémoire qui n'est plus dérivable, c'est un survivant, il y a beaucoup de vivants mais peu de survivants.

Un homme qui sait ne peut pas se servir de la mémoire, il est un saint homme.

La dépression n'a rien à voir avec l'esprit, mais avec la mémoire de l'âme.

Il y en a qui ont beaucoup d'âme, mais peu d'esprit.

Le mal perturbe plus longtemps que le bien, parce qu'il détruit votre énergie. A partir du moment que tu commences à blâmer, c'est que tu penses que c'est la faute des autres.

Plus tu as de la conscience, moins tu blâmes.

Le blâme. Ex: tu es né dans une famille pauvre donc tu te blâmes et tu dis ; je suis né pour un petit pain, avec le temps, tu deviens une personne sujette à devenir dépressive. Il faut accepter sa situation dans la vie, c'est important pour l'ego.

C'est difficile pour l'homme de vivre sa situation dans la vie. On souffre tous de sa

situation. Il faut travailler et accepter ou reconnaître sa situation, il faut être bien dans sa peau. Dans la dépression l'être n'est pas capable d'être bien dans sa situation

Qu'est-ce qui fait qu'on accepte sa situation dans la vie ?

1e La conscience.

2e La conscience inclut dedans, qu'il peut arriver autre chose. La conscience c'est toujours subliminal. De l'esprit ça s'atteint et quand ça s'atteint, ça peut passer à travers la densité des corps. Le dire c'est une chose, le faire c'est ça de la conscience. La conscience ça traverse le mécanisme de la vie.

Si l'homme savait que l'on existe, il n'aurait pas de problème sur la Terre.

### **La dépression de la femme.**

La femme est sujette à la dépression à cause de sa beauté. Elle a été édiflée en déesse par la civilisation. Depuis sa naissance elle a été mise en valeur par sa beauté comme monnaie d'échange (troque). Elle doit être capable de vivre au-delà de la dépression, il faut que la femme s'occupe de son caractère. La femme est sujette à la dépression à cause de l'astral durant la période lunaire (règle, les hormones).

Dans la ménopause la femme a tendance à perdre le contrôle de sa sensualité, elle n'a plus le même degré désir.

La raison est que l'homme périlite, parce que l'homme se désastralise avec la même femme, parce que sa sexualité est moins sur l'ego avec la même femme, mais dès que se présente un nouveau corps tout revient. Ex. La serveuse. La sexualité qui épouse toujours le même corps et la sexualité qui change de corps. Il faut faire une distinction entre une sexualité avec la même femme et avec différentes femmes. Avec différentes femmes, ça revitalise l'homme.

Quand la sexualité semble s'éteindre entre un couple, le couple doit passer à un autre niveau.

1e niveau. Ex. Tous les soirs tu t'inquiètes.

2e niveau. Ex. Tu es content quand tu la vois et tu ne t'inquiètes pas si elle ne vient pas.

Quand tu vis un choc, les énergies sont barrées, donc tu as de la difficulté de vivre ton vide et tu risques la déprime

Le vide se vit bien quand tu ne perds pas contact (même un petit peu de contact). Si le contact part, tu dois savoir que c'est un game.

La peine c'est une impression qu'on se crée pour sentir qu'on aime ou qu'on est aimé. La peine c'est de tout ramener à soi, car l'ego est egocentrique. Selon la mémoire la peine peut durer longtemps car c'est fort de l'esprit. La peine qui dure trop longtemps c'est que vous avez de la sensibilité. Qu'on aime, ça ne dure pas longtemps, mais qu'on s'aime soi-même dure très longtemps.

L'homme sur la Terre dans la dépression, c'est une chance pour l'homme de changer de vie car dans la dépression l'homme peut ajuster sa vie. Quand tu sors de la dépression tu as une peau neuve, c'est dans ce cas que la dépression est utile à l'homme et à son avantage. Pour s'en sortir il faut les principes de fond.

- 1e Il faut oublier ce qui a créé la dépression, oublier sa vieille vie, sa vieille mémoire.
- 2e Il faut qu'il se reconstruise, c'est-à-dire d'éviter de regarder en arrière.
- 3e Il faut arrêter de regarder en arrière car si tu le fais c'est parce que tu n'as pas confiance en toi-même. Il y a un prix à payer.
- 4e Il ne faut jamais regarder en arrière, à ce moment-là tu ne souffres plus.

L'homme est victime de manipulation et la femme est victime de domination.  
L'état catatonique c'est l'état avec les pilules.  
Quand le cerveau ne répond plus, ce n'est pas de la dépression.

### **Phénomènes d'associations**

- 1e L'association c'est une manigance occulte, utilisée pour faire le tri de sa connaissance pour faire sortir la connaissance.
- 2e L'association c'est la conclusion d'un contrat karmique.
- 3e L'association sur la Terre est utilisée pour savoir jusqu'où l'homme peut souffrir la souffrance de l'âme. Ex. Les grands artistes.
- 4e L'association est l'équivalent à un quantum. Il est plein, plein de créativité presque un génie.
- 5e L'association est un contrôle psychique astral qui détermine ou contrôle votre programmation.
- 6e Un homme qui comprend son degré d'association, comprend son degré d'initiation planétaire.

-Beaucoup d'associations donnent beaucoup de souffrances.  
-Moins d'association donne moins d'astral qui manipule.

- 7e L'association est l'astral de la manipulation. Ex. Blâmer son père parce qu'il l'a battu jeune. Il ne s'agit pas d'effacer les associations mais de les oublier, c'est-à-dire de ne pas y mettre de la valeur.

Un écran mental c'est créatif et ça peut être contre l'homme.

L'écran mental il est très utilisé dans la dépression ou la manipulation. Il ne faut pas

mettre de la valeur dans ce que vous voyez dans l'écran mental si vous n'en voulez pas.

La programmation dépend de l'ajusteur de pensée, selon son évolution peut-être jusqu'à 100 mille ans pour tester la forme humaine.

Eux autres (la conscience éternelle) nous autres (la conscience systémique).

L'homme est une forme parfaite.

Le plan astral n'existait pas avant la mort de l'homme. Quand tu meurs le mystère s'éclate dans la conscience systémique.

Quand ils détruisent une âme, ce qui est très rare, ils sont obligés de réassigner l'ajusteur de pensée et c'est très compliqué parce que ça durait depuis des milliers d'années.

La perfection c'est le résultat de la lumière instantanée sur tous les plans.

La conscience des initiés c'est la conscience de ceux qui sont en dehors du temps.

L'homme en tant qu'individu ne peut évoluer trop vite sur la Terre. Vos failles font partie de votre évolution qui en fait partie depuis 1000000 d'années.

CONFÉRENCE PRIVÉE BERNARD DE MONTRÉAL -20 - DÉPRESSION  
OU ÉTAT PAGE 5