

Jean Testanière

ILLUSTRÉ PAR Christian Lacroix

LES CLÉS DU CIEL



LEDUC ↗

Le livre du bonheur que vous garderez toute votre vie

« *J'entends des voix, je vois les défunts, je reçois des signes, je ressens ce que d'autres taisent.* » Jean Testanière a consacré sa vie à aider les autres. Depuis toujours, il reçoit des messages de là-haut. Il a accompagné des parents au chevet de leur enfant, des malades vers la lumière, des femmes et des hommes marqués par le deuil, la peur ou le doute. Partout, il a vu des familles se retrouver, des blessures se refermer, des amours renaître.

Avec ces paroles de là-haut, ce livre est un cadeau du ciel.

Vous y trouverez des histoires vraies ainsi que des gestes et des paroles simples, à faire soi-même, qui changent une journée, parfois une vie.

Chacun porte en soi une lumière. Ne la laissez pas s'éteindre.

Jean Testanière est l'auteur de best-sellers dont *Et si la vie n'était qu'un début ?* (XO). Depuis toujours, anonymes et grandes figures viennent à lui pour ses dons hors du commun. Avec simplicité et bonté, il partage les messages des défunt et du ciel.

Illustré par **Christian Lacroix**.

20,90 euros

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-3480-6



9 791028 534806



editionsleduc.com

LEDUC

LES
CLÉS DU CIEL

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS!

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux!
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable!

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.



Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.

Conseil éditorial et propos recueillis : Françoise Smadja

Édition : Fanny Gauvin

Correction : Nathalie Billaut

Maquette : Jennifer Faisant

Design de couverture : Élisabeth Hebert

Illustrations (couverture et intérieur) : Christian Lacroix

© 2025 Éditions Leduc

76, boulevard Pasteur

75015 Paris - France

ISBN : 979-10-285-3480-6

Jean Testanière

ILLUSTRÉ PAR Christian Lacroix

LES CLÉS DU CIEL

LEDUC ↗

Sommaire

Introduction	11
--------------------	----

PASSAGE I

Aimer, quand le ciel nous guide

L'amour originel, la boussole du monde	17
Quand le lien familial se brise	18
Alexandra La reconnexion avec un fils absent -	
Bastien, le fils d'Alexandra	20
Noémie Frère et sœur, vingt ans de silence	23
LE GESTE Renouer avec un être cher	24
Quand les mots ne passent plus	25
LE GESTE Se reconnecter à son enfant	26
L'amour de soi, la première des réponses	27
Sabrina De la honte à l'amour de soi	29
LE GESTE Nourrir l'amour qu'on a pour soi	31
Du chagrin vers la lumière	32
Claire Un rire si vivant	34
LE GESTE L'eau qui emporte la douleur	35
LE GESTE La pierre que l'on garde	36
Quand l'amour commence	37
Prendre soin de la flamme	38
Myriam Le premier amour	39
LE GESTE Confier son amour au ciel	41
LE GESTE Raviver le lien	41
Benjamin Réveiller l'amour	42

Ouvrir la porte à un nouvel amour	44
LE GESTE Trouver ou retrouver l'amour	45
Les liens qui abîment	46
Martine Trouver la force de partir	47
LE GESTE Couper un lien toxique	49
L'amitié comme refuge	50
LE GESTE Protéger un proche	52
Les âmes sœurs	53
Ce que je vous souhaite	54
L'essentiel	54
Les clés du ciel	56

PASSAGE II

Trouver sa juste place

LE GESTE Se remettre en mouvement	62
Nicolas L'éboueur au grand cœur	63
Ahmed Quand le travail casse le corps mais tient l'âme	65
LE GESTE Vider son sac	66
La bonne étoile	67
Alexandre Du harcèlement à la lumière	69
Madeleine Aider son enfant à la dérive	71
LE GESTE Solliciter sa bonne étoile	72
Le travail qui abîme	73
Élodie Sortir d'une impasse au travail	75
Maxime Laisser le ciel ouvrir de nouvelles voies	77
Karim Quand le succès n'empêche pas la chute	78
LE GESTE Rituel de gratitude	80
Ce travail est-il le bon ?	81
Trouver sa mission	83

LE GESTE Chercher sa place	85
Sandrine Repenser son travail pour trouver l'équilibre quand on est maman	86
Espérer sans attendre	87
Amel Écouter sa passion	88
LE GESTE Avant un entretien	89
LE GESTE Le noeud de la réussite	90
Donner à l'argent sa juste place	91
LE GESTE Accueillir l'abondance	93
Ce que je vous souhaite	94
L'essentiel	94
Les clés du ciel	96

P A S S A G E I I I

La santé, celle qui rend tout possible

Quand le corps s'arrête, le ciel écoute	101
LE GESTE Écouter son corps	103
Magalie Écouter les signes	104
Didier La guérison inexpliquée	106
La vibration qui soigne	109
Je ressens et j'accompagne	110
Marie-Claire Retrouver du souffle	112
LE GESTE Tenir debout	114
Faire sa part pour guérir	115
La nature, un élément sacré	116
L'entourage, cette lumière qui nous tient debout	117
Jean-Michel « Va consulter »	119
LE GESTE Aider une personne malade	121
Au chevet d'un enfant	122

Claire et Thomas « Accroche-toi, tu peux guérir », les mots qui ont accompagné Mathis	123
LE GESTE Soutenir un enfant malade	125
Vieillir avec le ciel	126
Quand la vieillesse devient solitude	127
Nadine, bénévole auprès de personnes âgées Le sourire de Paulette	128
Le cortex, cette pièce qu'il faut aérer	130
La santé mentale, un cri silencieux	131
Victoria Quand l'âme cherche à fuir	133
Debout malgré tout	136
Demander	137
Sébastien Rallumer la flamme du corps	138
LE GESTE Écrire au ciel	140
LE GESTE Revenir à la vie	141
Accompagner jusqu'au dernier souffle	142
Ce que je vous souhaite	143
L'essentiel	143
Les clés du ciel	144

PASSAGE IV

Le deuil. Ils sont morts, mais ils sont là

Savoir laisser partir un proche	150
Ce que la mort n'emporte pas	152
LE GESTE Parler à ses morts	155
Là-haut, une autre mesure du temps	156
Ce qu'on ne voit pas	157
Suzanne Emma, l'amour plus fort que la mort	160

Jeff J'ai serré mon père dans mes bras	162
LE GESTE Tisser des liens avec l'au-delà	165
Vivre avec ses défunts sans les retenir	166
Redonner du sens à la vie	167
LE GESTE Libérer un défunt	168
Nos ancêtres veillent et nous guident	169
Hervé L'école, le four, et la mémoire des anciens	170
LE GESTE Honorer sa lignée	172
Ce que je vous souhaite	173
L'essentiel	173
Les clés du ciel	174

PASSAGE V

Les rendez-vous du ciel

L'invisible, dès le premier souffle	180
LE GESTE Accueillir la chance	182
Le hasard n'existe pas	183
Bertrand Un accident évité	184
Émilie La chanson de mon père	185
LE GESTE Demander un signe	187
Nathalie La réplique de cinéma	188
Signes ou synchronicités ?	190
Louisa Le voyage en Grèce	191
Camille Trois signes en un jour	193
Quand le corps parle avant la tête	195
Jean-Michel La maison qui pesait trop lourd	197
LE GESTE Protéger sa maison ou son commerce	198
LE GESTE Que vous dit votre corps ?	199
Les rêves, ces lettres du ciel	200

Angèle Le sourire de mon mari	202
Claire Mon frère dans la lumière	203
Steeve Le rêve de l'accident	204
LE GESTE Accueillir le rêve	205
Ces mémoires anciennes	206
Marie Comme si on s'était déjà trouvés	207
Anne Le village de mon rêve	208
Marianne Ma peur irrationnelle de l'eau	209
LE GESTE Se libérer de mémoires ancestrales	210
La poisse et les blocages	211
Thomas Ces entretiens sans suite	213
Camille Toujours les mêmes échecs	214
LE GESTE Rompre un blocage	215
La loi des séries	216
Répondre au mauvais œil	217
Marie-Alice Le verrou de l'amour	218
LE GESTE Quand le mauvais œil vient des autres	219
LE GESTE Quand le mauvais œil vient de soi	219
LE GESTE Quand on ne sait pas d'où provient le mauvais œil	220
Le choix vous appartient	221
LE GESTE Laissez le ciel vous atteindre	222
Ce que je vous souhaite	223
L'essentiel	223
Les clés du ciel	224
LE GESTE Le passage du Pont	226
Les mots du ciel	229
Conclusion	234
Les gestes du Ciel	236
Remerciements	238

“

Il suffit parfois
d'un mot, d'un signe
ou d'une rencontre
pour changer une vie.

Ce livre est né
pour cela.

”

Introduction

Je n'ai pas écrit ce livre pour vous convaincre. Ce guide spirituel, je l'ai écrit pour vous faire du bien. À vous qui croyez, à vous qui doutez, à vous qui ne croyez plus. Pour apaiser une douleur, raviver une flamme, et pour vous montrer que, même dans l'obscurité, il existe toujours un chemin.

Je ne me considère pas comme quelqu'un d'extraordinaire. Certains me disent médium. D'autres, messager. Moi, je ne suis qu'un passeur, un homme qui transmet des informations venues de là-haut. Des informations que je reçois et que je n'ai jamais voulu monnayer. J'ai choisi de mettre ce don au service des autres.

Très tôt, j'ai appris une chose : vous n'êtes jamais seul. Même quand tout semble s'écrouler, même quand le silence paraît total, il y a une présence. Discrète, humble, mais bien réelle. J'ai veillé des malades dans des chambres d'hôpital, où chaque respiration était une victoire. Je suis entré dans des foyers modestes, où le peu que l'on avait se partageait avec amour. J'ai aussi connu des artistes, des dirigeants, des personnalités publiques. Mais, partout, c'était la même vérité, le ciel ne fait pas de différence. Il écoute chaque appel. Il se penche sur chaque cœur, qu'on soit célèbre ou anonyme, entouré ou seul. Derrière les murs, derrière les sourires, il est là. Toujours.

J'entends des voix, je reçois des signes, je ressens ce que d'autres taisent. J'ai vu des départs, des retrouvailles, des instants qui ne font pas la une des journaux, mais qui changent tout pour une personne, pour une famille.

Dès mon plus jeune âge, mes dons ont commencé à s'exprimer. Je percevais des signes chez certains de mes camarades et je leur donnais déjà mon interprétation. J'en jouais aussi beaucoup pour me faire aimer, voire accepter, car j'étais le plus petit élève de la classe. Alors, ils me touchaient et m'observaient avec curiosité : « Jean, je me mets à côté de toi parce que tu vas me porter chance. »

J'ai longtemps gardé tout cela pour moi, par peur d'être critiqué. Puis, j'ai compris que ce qui m'est donné n'est pas fait pour rester enfermé.

Ce livre, c'est une porte ouverte. Vous y trouverez des histoires vraies, vécues par ceux qui ont traversé le deuil, l'amour, la maladie, la solitude. Des paroles venues d'ailleurs qui arrivent toujours au bon moment. Des gestes simples qui changent une journée, peut-être une vie. Des gestes que vous pourrez réaliser vous-même, dès aujourd'hui, sans rien attendre... sauf peut-être de voir la vie différemment.

Ces pages sont là pour vous soutenir, pour vous donner de l'espoir et rouvrir ce qui vous semblait sans issue. Ce livre peut se lire dans n'importe quel ordre. Chaque page peut vous guider en amour, dans le travail, dans vos épreuves.

Pour l'illustrer, mon ami Christian Lacroix a offert son talent et sa grâce uniques, semant des traits de lumière entre les mots, comme des respirations. Parce qu'un dessin, parfois, en dit autant qu'un récit.

Que vous soyez croyant, curieux, sceptique ou simplement en quête d'un signe, j'espère que ces pages vous apporteront la certitude que le ciel nous parle, à tous, si nous savons l'écouter.

Et, souvenez-vous : la vie est belle.

Jean Testanière





PASSAGE I

—
Aimer, quand
le ciel nous guide

“
Même brisé,
le cœur est une
boussole qui pointe
vers l'amour.

”

Je le vois chaque jour. L'amour, ce n'est pas seulement un sentiment. C'est une force qui nous traverse et nous tient debout. Sans lui, on se fane. Avec lui, on se révèle après les pires tempêtes. C'est cette énergie qui circule en nous depuis le premier jour, qui nous relie aux autres comme un fil invisible. On ne la voit pas, mais on la reconnaît dans un regard, dans une main qui serre la nôtre, dans une parole simple au moment où tout semble s'éteindre. Quand ce lien s'abîme ou disparaît, on croit que tout est fini. Mais je peux vous dire, pour l'avoir vécu et pour avoir accompagné tant d'histoires, le ciel trouve toujours un chemin pour rallumer la flamme. Parfois, il agit en silence, par un signe, une rencontre, ou simplement il nous pousse à dire un mot. Je le sais : l'amour est le lien le plus sûr entre nous et le ciel. Et, je le répète, il peut tout changer.

L'amour originel, la boussole du monde

L'amour d'un parent c'est le premier souffle qui nous façonne. C'est un socle, un repère, une chaleur qui nous donne la confiance pour exister. Quand il est là, il nous ancre. Quand il manque, il laisse en nous un vide que l'on porte longtemps.

J'ai perdu mon père à 6 ans. Sur le moment, je n'ai pas pleuré. Mon corps a effacé ce traumatisme. Des années plus tard, grâce à ma mère, j'ai pu retrouver ce souvenir: à sa mort, je me serais jeté sur lui pour l'embrasser. Puis, je me serais tourné vers elle pour lui confier: « Il est là. Il m'a dit d'être sage et de bien m'occuper de toi. »

J'avais tout oublié. Mais aujourd'hui, je sais qu'il était là pour moi. Il est encore là. Un pont entre le visible et l'invisible. Malgré ce deuil précoce, j'ai gardé la certitude d'avoir été aimé, et c'est cette certitude qui m'a permis d'avancer. Ma mère a tenu la maison debout, mes deux sœurs et moi à ses côtés, comme une capitaine. Elle nous a appris à rester soudés, à ne jamais lâcher la main de l'autre. Cette image m'accompagne encore: trois enfants autour d'une femme droite et courageuse qui, même les jours de grande fatigue, trouvait la force de sourire. Dans certaines familles, le lien est un roc. Il résiste aux colères, aux épreuves, aux années sans se voir. Comme ce fut le cas pour moi. Mais je sais aussi que ce n'est pas toujours comme cela ailleurs.

Quand le lien familial se brise

Je rencontre trop souvent des familles brisées par le silence. Des frères et sœurs qui, pour une histoire d'héritage, un mot plus haut que l'autre ou un geste mal interprété, ne se parlent plus depuis vingt ans. Un fils qui ne répond plus à sa mère.

Une fille qui évite son père. Une sœur qui a coupé les ponts avec tous. Des enfants qui vivent à quelques rues, mais qu'on ne voit plus.

Chaque fois, je ressens la même émotion et j'ai cette image en tête, comme si chacun s'agrippait à sa douleur comme une preuve, au lieu de tendre une main.

Si vous espérez que l'autre fasse le premier pas, vous risquez d'attendre toute votre vie. Osez un geste, une attention. Ce n'est pas une question d'orgueil. C'est une question d'âme. Parce que, tant que le lien est là, même invisible, il vous reste une chance.



TÉMOIGNAGES

Alexandra

La reconnexion avec un fils absent

Deux ans et demi sans nouvelles de mon fils. Plus un mot. Plus un appel. Rien. Je ne savais pas où il habitait, s'il était heureux, en colère ou simplement perdu. Il avait coupé les ponts brutalement, et je vivais avec ce vide-là, ce trou dans le ventre et ce silence au fond du cœur.

Je me levais chaque matin avec la même question : comment fait-on pour continuer à aimer quelqu'un qui ne veut plus de vous ?

J'ai décidé de me confier à Jean. Je lui ai tout raconté. Ce silence, mes nuits blanches et la honte aussi.

Il m'a regardée longtemps, puis il a lâché ces mots :

— Parle-lui, même s'il ne t'entend pas. Parle-lui à travers le ciel. Le ciel, lui, entend tout.

Et il a ajouté :

— À chaque coin de rue, partout où tu vas, demande un signe. Tu es sa mère. C'est un lien que rien ne peut casser.

Alors, j'ai commencé. Dans ma voiture. Au feu rouge. En marchant dans les bois. À la caisse du supermarché. En posant ma tête sur l'oreiller. « Je t'aime. Donne-moi un signe. Juste un. Montre-moi que tu n'es pas perdu. »

Tout cela pendant des semaines, des mois, sans réponse. Puis, un soir où j'étais seule chez moi, le téléphone a sonné. Je n'ai même pas eu besoin de regarder le nom qui s'affichait. Et j'ai entendu sa voix, ses pleurs :

— Maman, je ne sais pas ce qui m'a pris. J'ai pensé à toi d'un coup. Comme si... comme si tu avais crié mon prénom.

Je n'ai évoqué ni le ciel ni Jean, j'ai simplement répondu :

— Merci, merci d'avoir ouvert cette porte.

Depuis, nous renouons lentement les liens entre nous, avec soin. Et, tous les soirs, je continue à lever les yeux et à murmurer au ciel : « Merci. Restez avec lui. Gardez-le dans votre lumière. » Parce que je le sais à présent : quand on parle avec le cœur, quelque part, quelqu'un nous entend.

—

Bastien, le fils d'Alexandra

Je ne sais pas trop pourquoi j'avais coupé. Par fatigue, par colère, ou tout simplement par besoin de silence peut-être. Je ne voulais plus entendre sa voix, même si c'était ma mère. Je pensais être mieux comme ça, loin et invisible.

Mais, un soir, sans raison, elle a surgi dans mon esprit. Pas un souvenir précis, non. Plutôt une sensation, un truc dans la poitrine. Je ne peux pas l'expliquer. J'ai pris mon téléphone, j'ai tapé son numéro sans réfléchir, je ne savais même pas s'il était encore actif.

Elle n'a pas crié, elle n'a pas pleuré tout de suite, elle a juste dit mon prénom. Et moi, j'ai craqué. J'ai pleuré comme un môme.

Je crois qu'à ce moment-là, j'ai compris que l'amour d'une mère, ça ne s'éteint pas.

Elle m'a parlé doucement, sans rien me reprocher. Alors, j'ai su qu'elle m'attendait et qu'elle avait toujours été là.

Plus tard, elle m'a confié s'être adressée à Jean, au ciel. Bizarrement, je l'ai crue. Parce que moi aussi, ce jour-là, j'ai senti ce souffle, ce frisson, comme un appel. Je ne sais pas d'où ça vient. Mais je sais que c'est ça qui m'a fait revenir.



TÉMOIGNAGE

Noémie

Frère et sœur, vingt ans de silence

Pendant vingt ans, mon frère Antoine et moi-même, nous ne nous sommes pas parlé. Tout est parti d'un héritage mal compris : des papiers signés trop vite, des paroles blessantes, puis le silence. Chacun avait sa vérité et refusait de céder. Un soir, j'ai rêvé de nos parents, tous les deux assis côte à côte, me regardant sans un mot. Je me suis réveillée avec cette phrase dans la tête : « Ne laisse pas la maison se vider de ses voix. »

J'en ai parlé à Jean. Il m'a simplement dit :

— Si tu en ressens l'envie, appelle-le. Pas pour ressasser le passé. Juste pour lui demander comment il va.

J'ai hésité quelques jours, puis j'ai pris mon téléphone. Quand Antoine a décroché, il a eu un moment de silence avant de dire mon prénom. On a parlé de la pluie, du beau temps, de tout et de rien... Mais la glace avait fondu. Depuis, on s'écrit. On ne retrouvera peut-être pas la même complicité, mais la colère ne commande plus nos vies.



LE GESTE

Renouer avec un être cher

Le lien avec un être cher est plus fort que les disputes ou les années de silence. Mais il faut arrêter de crier dans le vide. Il faut parler, écouter, aimer sans bruit, humblement. Et laisser le ciel faire le reste.

Parfois, écrire suffit à rouvrir une porte. Le soir, quand tout est calme, prenez une feuille et un stylo. Adressez une lettre à la personne que vous aimez, qu'elle dorme dans la pièce voisine ou vive à l'autre bout du monde. Confiez-lui ce que vous avez sur le cœur: ce que vous regrettiez, ce que vous espérez, ce que vous avez compris.

Pliez la feuille et déposez-la quelque part: dans un tiroir, sous l'oreiller, ou même dans votre poche.

Ce geste, c'est une lumière discrète, une parole qui voyage autrement.



Quand les mots ne passent plus

Des pères et des mères croisent chaque jour leur enfant sans recevoir le moindre mot, le moindre regard. Comme si quelque chose s'était fermé à double tour, sans que l'on comprenne quand ni pourquoi.

C'est une douleur que je ressens tout de suite, dès que je suis face à un parent dans ce cas. Il me suffit de voir ses yeux, cette fatigue. Cette honte aussi, parfois.

Pourtant, ce lien existe toujours, ne baissez pas les bras. Il est figé, engourdi, mais vous pouvez le réveiller. Sans grandes discussions ni mises au point. Commencez par une parole spontanée, un geste, quelque chose de vrai. Ne forcez pas. Ne tendez pas de pièges avec vos mots. Soyez là, le cœur ouvert. Montrez que vous êtes prêt, non pas à avoir raison, mais à aimer autrement.

C'est alors que l'invisible peut agir. Il transmet, il adoucit, il prépare. Les enfants sentent tout. Ils perçoivent cette énergie dans l'air, quand l'amour est sincère, sans peur ni condition.