

L'expression divine de "qui vous êtes" méditation-channeling

Al-kelef canalisé par Christine, 25 septembre 2012



Méditation : **Le souffle de la Vie**

Vous respirez, vous respirez tranquillement, vous respirez à votre rythme, vous respirez le plus profondément possible et au fur et à mesure de vos respirations vous entrez en contact avec votre intérieur, de plus en plus profondément, la connexion s'établit, elle devient solide, elle devient intense.

Et vous respirez, vous suivez l'inspir, vous suivez l'expir et tranquillement sans forcer vous descendez de plus en plus à l'intérieur de votre être, vous allez à la rencontre de vous-même, de "qui vous êtes" et au fur et à mesure votre respiration va dessiner le chemin à l'intérieur de vous grâce au souffle, grâce à la lumière que vous inspirez.

Vous tracez ce chemin, ce chemin qui vous traverse de haut en bas, de bas en haut et vous observez le souffle à l'intérieur de vous et vous le faites descendre de votre tête jusqu'à vos pieds, le plus loin possible en dessous de vos pieds.

Et vous continuez tranquillement, paisiblement à respirer, vous observez la course du souffle à l'intérieur de vous comme la course du torrent, ou de la rivière, qui malgré les obstacles se fraye un chemin.

Rien ne peut arrêter le souffle, la lumière du souffle à l'intérieur de vous et vous faites remonter cette lumière à l'intérieur de votre corps depuis vos pieds jusqu'au de dessus de votre tête, tranquillement sereinement, vous suivez sa trajectoire sans rien décider, simplement en observant.

Ce souffle qui est la vie, ce souffle qui vous apaise, vous tranquillise, vous sécurise, ce souffle qui vous dynamise, vous donne la force, la puissance d'aller toujours plus loin.

Vous ressentez ce souffle, vous vivez à travers ce souffle et vous continuez à respirer, à observer ces mouvements de bas en haut, de haut en bas, vous ressentez à l'intérieur de votre corps cette lumière qui circule.

Est-ce qu'il y a des parties de votre corps plus tendues que d'autres où le chemin est plus étroit, où il y a plus d'obstacles ?

Et vous continuez à respirer, vous amenez ce souffle jusque dans votre colonne vertébrale et vous le faites circuler tout au long de votre colonne et vous observez, vous ressentez comment est votre dos, dans quel état est votre colonne. Etes-vous dans votre droiture, êtes-vous dans votre axe, dans votre verticalité ?

Et vous accompagnez le souffle tout au long de la colonne de bas en haut, de haut en bas, tranquillement et vous continuez à respirer, à sentir ce souffle, cette lumière qui vous anime, le vivant, la vie à l'intérieur de vous.

Et c'est maintenant tout votre corps qui se détend, qui accueille ces énergies

tranquillement, vous vous détendez, vous laissez votre corps physique se reposer, prendre une position confortable.

Au fur et à mesure, il n'y a plus de tensions, simplement le mouvement, le va et vient, tout est paisible, c'est à la fois la force et la douceur. Vous sentez également votre tête se libérer, se dégager de toutes pressions, de toutes tensions et vous soufflez, vous respirez dans votre tête pour la laisser prendre toute sa place, se détendre, s'expanser, laisser le souffle, **le souffle de la vie** circuler à l'intérieur de votre tête.

Il n'y a rien à vouloir, rien à faire simplement vous poser, vous détendre, recevoir, accueillir, laisser votre intérieur décider de ce qui est bon, de ce qui est juste pour vous et doucement vous allez amener, diriger ce souffle à l'intérieur de votre cœur, observez ses mouvements, observez son intensité, observez son action sur votre cœur, sur cet espace sacré.

Et vous respirez dans votre cœur, vous le laissez se détendre, s'expanser le plus possible, il grandit, grossit, s'ouvre à la lumière et vous vous mettez tout entier dans votre cœur afin d'approfondir la connexion avec votre être intérieur, votre divinité, c'est la porte d'accès, une des portes d'accès à "qui vous êtes".

Alors laissez tous les pouvoirs à votre cœur, laissez-lui pour quelques instants les plus longs possibles les commandes. Et vous continuez à respirer, vous voilà reliés à "qui vous êtes".

Channeling : L'expression divine de "qui vous êtes"

« Bonsoir à vous, nous sommes Al-Kelef, nous vous saluons, chères âmes, vous voilà connectés, vous voilà avec votre être intérieur, votre divinité et nous allons tout au long de cette communication encore accentuer ce dialogue intérieur, vous permettre d'aller beaucoup plus loin dans ces retrouvailles de cœur à cœur, d'aller le plus en profondeur possible, venir ressentir, venir toucher du doigt du cœur, "qui vous êtes".

Les temps, les mouvements s'accélèrent tout autour de vous et en vous, cela va prendre corps, vous entrez dans les derniers mois de cette année, les fréquences vont encore monter en puissance, vont encore s'accélérer, vous allez parfois avoir l'impression que tout bouge à l'intérieur de vous, ce sont des réajustements vibratoires, ce sont vos organes qui au fur et à mesure sont encodés différemment afin de vous permettre une autre vibration, une autre conscience.

Vos corps des plus subtils au plus denses ont besoin d'être régulièrement harmonisés, équilibrés afin que l'harmonie règne, l'équilibre entre eux, tout cela soit présent instant après instant et ce mouvement, cette accélération vibratoire a pour objectif de vous amener au plus près, de vous amener vers "qui vous êtes", vous amenez à l'unité, aux retrouvailles suprêmes, à votre divinité. Cela se fait par étape, oui, chères âmes, par étape pour chacun, pour chaque âme cela diffère en temps, en lieu, dans la manière.

Vous êtes pleinement présents dans ce mouvement collectif et chaque progrès, chaque pas que vous faites un peu plus vers vous-même en vous respectant, en vous aimant, en prenant soin de vos différentes enveloppes, des besoins de votre âme, chaque pas réalisé permet au Tout, aux différentes enveloppes, des besoins de votre âme, chaque pas réalisé permet au Tout, au collectif de grandes avancées, de grands progrès, de grandes ouvertures de consciences.

Nous attirons votre attention, chères âmes, cela est si important de réaliser combien vous êtes reliés les uns aux autres, combien ce qui se passe dans l'univers, ce qui se passe dans votre planète, ce qui se passe à l'autre bout de votre planète vous concerne et vous affecte d'une manière positive comme d'une manière plus difficile, plus négative.

Il ne s'agit pas de vouloir sauver sa peau, il ne s'agit pas de vouloir progresser à tout prix au détriment du Tout, cela n'est plus possible, chères âmes, vous êtes maintenant, vous qui êtes présents ici dans une conscience suffisante pour avoir intégré, avoir compris, avoir ressenti l'importance de cette reliance au Tout, au collectif.

Quelque soit la forme, quelque soit la vibration de ce collectif, cela nécessite par moments de réajuster vos attitudes, vos pensées, d'englober dans vos décisions le Tout, de ne plus simplement penser à votre éveil, à votre évolution propre ou à englober simplement vos proches ou vos familles, mais de voir, de penser, de ressentir en vous beaucoup plus large, jusqu'à englober la planète, tous les êtres vivants sur terre, jusqu'à englober votre univers, voire au-delà.

Et cela ne se fait pas par la pensée, cela ne se fait pas avec vos corps inférieurs, avec vos émotions, votre mental, cela se fait par l'intégration de votre divinité, en permettant chaque jour aux aspects de vous les plus évolués, les plus conscients de venir vivre dans votre matière, de venir s'exprimer dans votre corps physique, dans vos corps les plus denses, même à votre insu.

Laissez-vous surprendre par vous-même, laissez-vous surprendre par votre grandeur, par votre lumière laissez-là maintenant car il est temps, il est temps que tous les êtres en chemin fassent la différence, ces fréquences qui déferlent sur terre, qui déferlent sur vous ont aussi pour objectif l'ouverture des consciences, d'amener dans leurs sillons, dans leurs sillages le plus grand nombre d'êtres et vous êtes sollicités jour après jour car vous servez de réceptacle à ces fréquences.

Grâce à votre cheminement, à votre ouverture de conscience, vous permettez que ces fréquences à travers vous soient données, transmises au plus grand nombre, cela demande de la rigueur, cela demande, chères âmes, de la rigueur d'être à chaque instant conscients de ce qui se passe en vous. Est-ce que c'est bien l'aspect le plus élevé en moi qui agit, qui parle, qui pense ? Est-ce que dans mes actes, dans mes décisions, dans mes relations aux autres je permets à ma pleine conscience de se manifester ?

Il ne s'agit pas de cogiter, d'amener l'agitation dans votre mental, dans vos émotions, ces corps sont suffisamment agités par tous les mouvements extérieurs et intérieurs, simplement vous recentrer, simplement amener ce souffle, le divin dans votre cœur et vous saurez quel aspect de vous est aux commandes.

Et à chaque communication, chères âmes, nous intervenons pour préparer cela, pour vous soutenir, vous aider à ressentir quelle est la partie de vous présente, la partie de vous qui inter-agit avec l'autre, avec le Tout. Nous vous accompagnons pour vous faire prendre conscience de ce qui peut encore bloquer, de ces peurs encore en vous qui vont mettre aux commandes tel ou tel aspect de votre personnalité ou de votre être.

Il ne s'agit pas de juger, il ne s'agit pas de vous condamner mais bien d'observer, de réaliser ce qui se passe en vous et de changer, de réajuster vos positions. Cela demande la rigueur, cela va vous demander, jour après jour de faire attention, d'observer minutieusement ce qui se passe en vous, puis petit à petit cela deviendra un automatisme simplement en réalisant, simplement en ressentant vous arriverez à amener l'aspect le plus élevé celui qui est actuellement disponible au vu de la vibration de votre planète, du

collectif, des êtres vivants et au fur et à mesure des progrès, des réalisations, du Tout, cet aspect le plus élevé va se modifier laissant la place encore et encore à d'autres parties de vous plus conscientes.

Votre progression, votre éveil n'a pas de fin, mais avant tout, chères âmes, il s'agit maintenant d'intégrer le collectif, d'intégrer le Tout dans vos décisions, d'aller plus loin dans vos choix, dans vos actes, dans vos pensées, ne plus vous limiter à vos territoires connus, aux êtres que vous appréciez, à vos proches, mais d'aller beaucoup plus loin, de ressentir pleinement dans votre cœur la reliance.

L'essence commune entre chaque être vivant, présent sur terre, ce sont ces particules divines qui vous permettent l'évolution, qui vous permettent de vivre, de ressentir, de donner l'amour, d'aller grâce à votre cœur d'aller au-delà de l'apparence, au-delà des formes.

A l'heure actuelle vous ne pouvez plus utiliser les sens communs, les sens rattachés à vos corps denses pour naviguer, pour vous diriger, pour trouver la sécurité et l'éveil.

A l'heure actuelle, chères âmes, vous êtes dans l'obligation d'utiliser d'autres sens, les sens qui font appel à votre cœur, à votre lumière pour aller au delà des apparences, au-delà de ce qui est connu, au-delà de ce qui se fait, de ce qui se dit.

Durant toutes ces années, durant tout votre cheminement, vous vous êtes préparés à cela, vous avez été conseillés, soutenus, aidés, enseignés pour cela et par périodes vous perdez vos repères car vous changez de vibrations, car vous êtes en train de vous familiariser avec d'autres sens, des sens plus subtils qui font appel à d'autres fréquences à des énergies, à des informations, à des communications avec d'autres mondes, d'autres êtres.

A l'heure actuelle se servir uniquement de vos sens habituels vous induit en erreur, combien d'êtres vous rejetez à cause de leur apparence, de leur histoire, de leur vécu de leur manière de faire et vous ne ressentez pas le maître à l'intérieur de cet être, vous passez à côté de la richesse, de la lumière.

Il est très important que vous puissiez intégrer cela, que vous laissiez maintenant votre divinité quelque soit le terme employé, chères âmes, votre être intérieur, votre cœur vous guider, que ce ne soit plus votre mental, que ce ne soit plus vos émotions, que ce ne soit plus ce que vous voyez qui vous dirigent, que ce ne soit plus vos croyances, certaines sont justes. Les sens habituels sont là pour vous aider à prendre vos décisions mais ne doivent pas prendre la décision pour vous, vous devez soumettre la décision de vos sens habituels à votre cœur, à votre divinité, à votre guidance intérieure qui va vous donner le signal, c'est ok ou non.

Malgré tout ce qui a pu se faire durant ces années, malgré tout ce qui se fait depuis des générations en générations c'est terminé et vous arriverez, chères âmes, à suivre cette guidance, plus vous allez vous entraîner, plus cela va devenir naturel de demander l'avis à vos autres sens, cela se fera spontanément et vous aurez l'assurance d'être dans la justesse et vous agirez, vous parlerez, vous prendrez des décisions importantes, des changements importants pour l'équilibre, l'épanouissement de votre être.

Observez actuellement ce qui vous freine, ce qui freine la mise en place de vos projets, ce qui freine l'épanouissement de votre être, observez la part prépondérante de ces sens, de vos émotions, de ces pensées, de ces croyances qui nourrissent vos peurs, qui édifient des peurs, qui font naître, construisent de toutes pièces des peurs pour vous retenir.

Il y a de tels mouvements à l'extérieur de vous, il y a de tels mouvements à l'intérieur de vous que vous n'allez plus trouver la sécurité dans vos raisonnements avec vos sens habituels et c'est dans la manifestation de votre divinité que vous allez vous sentir en sécurité quelque soit le contexte extérieur.

Nous ne sommes pas là pour annoncer des catastrophes mais vous sentez combien les choses se défont, combien c'est mouvant tout autour de vous, combien il est difficile de trouver quelque chose de stable sur le long terme et vous savez que cela est nécessaire, que vous êtes en train d'installer le nouveau, d'amener à travers votre être, à travers votre canal de nouvelles fréquences et elles ont besoin de place, elles ont besoin de disponibilité, d'espace, alors elles font le ménage que ce soit à l'extérieur de vous comme à l'intérieur.

Prenez de grandes respirations, chères âmes, pour intégrer tout cela, vous êtes toujours à l'intérieur de votre cœur et c'est depuis cet espace que vous respirez, que vous vous ouvrez complètement à "qui vous êtes", que vous vous ouvrez à la lumière et à la divinité présentes sur terre.

Prenez maintenant quelques instants, nous allons vous y inviter pour ressentir cette reliance à tous les êtres vivants sur terre, sur terre, autour de la terre, dans la terre, ressentez cet amour, la puissance de ce lien, plus vous sentirez ce lien, plus vous ressentirez la force de l'amour, plus il sera aisé pour vous d'inclure le tout, d'inclure le collectif dans vos décisions, de penser à l'avenir de votre planète, au devenir de tous les êtres présents et incarnés et de faire des choix responsables et conscients afin de maintenir l'équilibre, afin de permettre l'unité.

A force de ressentir ce lien, cette reliance les uns avec les autres vous allez ressentir l'amour, vous allez pouvoir percevoir la lumière chez l'autre bien au-delà des apparences, bien au-delà de sa forme, de son histoire, c'est votre capacité à percevoir la lumière, quelque soit l'évènement, quelque soit l'être en face de vous qui va vous amener la sécurité, la confiance en vous, nourrissez-vous de cette lumière et de cet amour disponibles pour chacun.

Changez, chères âmes, votre regard sur le monde, ne vous nourrissez plus de noirceur, de catastrophes, de drames, obligez-vous, obligez-vous à trouver la lumière dans chaque événement car elle est présente, cela va devenir également un automatisme vous permettant d'installer durablement ces nouvelles fréquences, de construire petit à petit la nouvelle terre. Ce ne sont pas avec des pensées noires, avec du pessimisme, en entrant dans les drames des uns et des autres que vous allez pouvoir installer durablement l'équilibre, l'unité, vous retrouver avec vous-même.

Nous observons combien il y a encore de jugements, vous vous jugez trop, vous arrivez à vous trouver tant de défauts, là aussi prenez l'habitude obligez-vous à repérer votre lumière d'une manière individuelle quotidiennement, nommez, notez, ressentez ce qui est déjà en équilibre en vous et que ce soit cet équilibre qui apporte la joie, qui vous nourrisse tout au long de la journée et non vos défauts et non vos échecs et non ce qui ne fonctionne pas.

Vous ne pouvez en étant dans ces dispositions amener les nouvelles fréquences, n'oubliez pas, chères âmes, que vous apportez votre contribution à ce mouvement ascensionnel, que vous y avez votre responsabilité et que pour construire un monde meilleur, vous avez vous aussi à intégrer, à installer, à digérer votre partie lumière et plus que les autres vous qui avez déjà une certaine conscience, plus que les autres qui sont encore endormis vous

avez la responsabilité de ce que vous émanez car vous ne pouvez plus dire que vous ne savez pas.

Laissez le maître en vous s'exprimer, vivre dans votre corps physique, interagir, prenez la décision de laisser le maître en vous s'exprimer et obligez-vous, ayez la rigueur jour après jour de lui faire de la place. Votre maître est quelqu'un d'important qui a besoin de beaucoup d'espace, de beaucoup de place et une fois qu'il aura l'habitude de prendre la parole, d'agir à travers vous, vous ne pourrez plus l'arrêter, chères âmes.

Vous avez œuvré, vous avez cheminé tous ces mois, toutes ces années pour en arriver là pour que le maître à l'intérieur de vous puisse s'exprimer, pour que derrière vous d'autres êtres emboîtent le pas et qu'à leur tour ils permettent l'éveil encore à d'autres et d'autres âmes. D'autres avant vous ont préparé le terrain, ont ouvert les portes, ont permis à leur divinité de s'exprimer.

Nous vous invitons déjà depuis plusieurs communications à prendre votre place, il est grand temps de le faire, il est grand temps d'accepter les changements intérieurs, vous allez vers le meilleur, vers **l'expression divine de "qui vous êtes"**, pourquoi avoir tant de retenue, pourquoi inventer des peurs. Non, chères âmes, ce n'est plus nécessaire de fonctionner ainsi, laissez-vous aller à vous-même, abandonnez-vous à votre lumière, ne craignez pas les réactions des autres, agissez, soyez.

Et vous continuez tranquillement à respirer, vous êtes tous reliés les uns aux autres et c'est la lumière, c'est la pleine conscience qui vous unit, c'est cet espoir de revenir à l'équilibre, à l'harmonie, à la paix, c'est cet espoir là qui vous unit.

Accueillez maintenant, les vibrations, les énergies qui se présentent, telle une douche dorée, laissez ces fréquences se répandre sur tout votre corps et à l'intérieur de votre être, ces gouttes dorées de pure lumière qui s'installent et comme une douche qui purifie, laissez partir de vous ce qui n'est plus nécessaire et relâchez, relâchez toutes les peurs, les tensions, les croyances, tous les jugements que vous avez vis-à-vis de vous-même, tous ces soit-disant défauts, soit-disant échecs. Et vous voyez ces gouttes dorées emporter tout cela.

Et vous continuez à lâcher tous ces carcans, toutes ces limites, toutes ces prisons que vous vous êtes construites, vous n'avez plus besoin de cela, simplement ressentir "qui vous êtes", ressentir votre appartenance, vos attributs divins, sortir aussi de ce qui vous qualifie, de la manière dont vous vous définissez, je suis ainsi ou pas ainsi ou pas assez ou trop.

Vous redonnez, vous relâchez tout cela et au fur et à mesure votre cœur se détend, s'ouvre davantage, vous voyez à l'intérieur de votre cœur une belle sphère dorée qui se met en mouvement, un mouvement doux, un mouvement qui apaise, une sphère qui rayonne comme un soleil et laissez votre soleil intérieur émaner, briller de mille feux, vous sentez, vous ressentez sa chaleur vous envahir, vous réchauffer.

C'est toute votre lumière, il y en a encore plus, encore et encore, au fur et à mesure elle va s'activer, au fur et à mesure elle va s'intégrer dans vos plans de matière, et vous laissez ce soleil, cette boule de pure lumière resplendir, vous réchauffer complètement, elle vous nourrit, vous donne la force, la force nécessaire indispensable pour exprimer "qui vous êtes", pour oser vous affirmer, oser prendre position, oser agir pour le collectif, pour le Tout.

Vous êtes cette boule de pure lumière, elle grandit au fur et à mesure et vous êtes

complètement à l'intérieur d'elle, que chacun puisse ressentir à l'intérieur de cette boule de pure lumière la présence cristalline. Il y a dans cette sphère un cristal qui vous y attend, un maître qui a pris cette forme et vous allez pourvoir le rencontrer, vous relier à cet être, allez à votre rythme à sa rencontre, ressentez sa vibration, sa présence, sa forme, sa ou ses couleurs, sa composition.

Cet être de pure lumière, cet être cristallin va vous aider à manifester "qui vous êtes", recevez sa guidance, recevez son enseignement il peut vous montrer d'une manière concrète comment procéder, quoi modifier, quoi réajuster, comment vous tenir.

Accueillez cet être, vous êtes dans votre espace protégé de votre cœur, dans cette boule de pure lumière et vous rencontrez un être très cher, un être cristallin :

« Je fais partie des maîtres de Cristal, nous avons la permission de la pure lumière unifiée de nous manifester maintenant sur votre planète et en vos cœurs, sous des formes très différentes, laissez-nous vous approcher, laissez-nous vous enseigner, laissez-nous agir de cœur à cœur.

Nous n'avons plus forcément la forme solide que vous connaissez, nous n'avons plus forcément les mêmes caractéristiques que vous avez apprises, les temps ont changé, les besoins de l'humanité, les besoins des êtres vivants sur terre sont différents et nous nous adaptons, nous modifions nos apparences, nous pouvons maintenant exprimer d'autres aptitudes afin d'être en adéquation avec les besoins, afin de répondre aux demandes de la source.

Nous pouvons être présents à l'intérieur de vous comme à l'extérieur, nous pouvons être présents dans tous les êtres vivants avec l'accord de ceux-ci, notre structure particulière, notre essence cristalline nous permet ces variations de formes.

Oubliez ce qui a été dit sur nous, permettez-vous de nous redécouvrir, de plus en plus présents, de plus en plus nous activons, nous réactivons des points stratégiques sur votre planète et à l'intérieur de vos corps.

Soyez bénis au nom de tous les cristaux, qu'ils soient connus, méconnus ou reconnus ou non, je vous salue. »

Et nous vous retrouvons, chères âmes, vous avez pris le temps de faire connaissance avec cet être cristallin, il va accompagner chacun d'entre vous avec votre accord durant les prochains temps, les prochaines semaines, les prochains mois. Qu'il puisse vous permettre de vous retrouver, qu'il puisse vous aider à sauter les obstacles si nécessaire, sa présence est assurée, sa présence vous la retrouverez dans l'espace de votre cœur, il ne peut en être autrement.

Et vous continuez à respirer et tranquillement vous ressentez la droiture, la rectitude, la verticalité de votre colonne vertébrale, pensez à elle, à prendre soin de votre colonne, elle transporte en son sein de nombreux codes, ce qui peut expliquer parfois vos tiraillements, ces douleurs diffuses dans votre dos, ces changements de taux de vibrations.

Vous vivez le mouvement, vous vivez le changement à chaque instant, vous vous transformez et vous ne pouvez arrêter ce mouvement, tous les êtres présents sur terre et davantage encore vivent ces transformations et ces mouvements, rien n'est figé, tout est mouvement. En acceptant cela les transformations seront plus aisées, vous n'avez plus besoin de vous accrocher à ce que vous connaissez, à ce que vous avez, en laissant agir, vivre votre maître, le maître que vous êtes, vous trouverez à chaque instant la sécurité.

Chères âmes, pour terminer cette communication, nous vous rappelons l'importance du collectif, l'importance d'englober maintenant le Tout dans chaque décision, de voir beaucoup plus loin que votre personne, que vos proches, que ce que vous connaissez. Il ne vous est pas demandé de vous sacrifier mais bien d'amener une conscience différente dans vos actions, dans vos décisions, dans vos relations.

Au fur et à mesure de l'élévation, du taux vibratoire de votre planète vous allez devoir innover, créer, inventer dans tous les domaines de votre vie, d'où l'importance de fonctionner avec vos autres sens, de laisser votre guidance intérieure agir, vous soutenir, vous indiquer le chemin le plus juste.

Sachez vous retrouver également, oui vous retrouver à chaque instant, vous retrouver avec vous-même dans l'amour avec simplicité et ces retrouvailles se font au niveau de votre cœur, vous n'avez plus besoin de votre tête pour vous retrouver, acceptez-vous avec amour, afin de permettre au meilleur de vous-même d'agir à chaque instant, aimez-vous, aimez-vous, chères âmes, d'une manière inconditionnelle, obligez-vous chaque jour à vous aimer, pour pouvoir aimer le Tout d'une manière inconditionnelle, nous vous souhaitons le meilleur.

Nous observons chez chacun cet équilibre, cette lumière, votre divinité parfois il ne s'agit que de pousser une porte pour que cela s'installe réellement, alors osez, osez le changement, qu'il en soit ainsi, chères âmes.

Et nous vous invitons maintenant à reprendre contact avec votre corps physique, à ressentir tous les points d'appui sur votre siège, à ressentir vos pieds sur le sol, vous êtes bien présents, ici et maintenant sur terre, vous êtes bien présents dans votre incarnation et c'est avec joie que vous êtes vivants, que vous exprimez le vivant à travers chaque parole, chaque pensée, chaque acte.

Voyez la beauté de la vie à travers vous, réjouissez-vous de cela et nous vous invitons à reprendre contact avec chaque partie de votre corps physique, à respirer profondément, à revenir tranquillement, c'est-à-dire à réunir chaque aspect de vous dans l'expression de votre incarnation, dans votre corps physique, reprenez votre place.

Respirez tranquillement, prenez le temps nécessaire pour revenir à vous, prenez le temps aussi de remercier chaque aspect de vous qui s'est manifesté tout ce que vous avez pu lâcher, remettre. Nous vous encourageons à l'expression, à votre expression la plus belle, la plus joyeuse, la plus lumineuse et doucement nous allons nous retirer, doucement, chères âmes, nous vous saluons.»

Vous pouvez reproduire ces textes et en donner copies aux conditions suivantes: Qu'ils ne soient pas coupés et qu'il n'y ait aucune modification de contenu. Que vous fassiez référence à notre site www.eveiletbienetre.com