

La petite et la grande histoire méditation-channeling

Al-kelef canalisé par Christine, 23 juin 2015



« Bonsoir à vous, nous sommes Al-Kelef, et nous prenons place à vos côtés, nous prenons place parmi vous, que vous puissiez nous ressentir, ressentir notre vibration, soyez les bienvenus.

Et nous commençons simplement par harmoniser votre cercle, permettre la cohésion, l'harmonie, aider aussi l'ensemble de votre groupe à élever les vibrations, vos vibrations individuelles et les vibrations du groupe. Et prenez simplement quelques respirations longues et profondes que nous puissions ensemble accorder l'un avec l'autre afin que les énergies circulent.

Et nous évoquerons ainsi durant cette communication ce qui se passe actuellement sur votre planète. Cette élévation vibratoire qui se poursuit entraînant maintes perturbations, nous évoquerons également vos centres énergétiques, et nous travaillerons précisément sur la gorge, sur toutes les retenues émotionnelles, tout ce qui peut être bloqué, tout ce qui peut vous entraver, tout ce qui n'est pas exprimé, libéré.

La puissance des fréquences, la puissance du feu divin actuellement sur terre, ravivent bons nombres de mémoires, que ce soit pour l'ensemble de votre planète, mais aussi individuellement où vous pouvez vous retrouver soudainement projetés dans vos souvenirs. Etre à nouveau obligés d'aborder ou de regarder une blessure, un thème, quelque chose qui vous touche, qui vous fragilise et à nouveau vous vous sentez embarqués à devoir en vous retrouver, ce qui est sain se trouble.

Ce qui a été parfois semé, il y a fort longtemps et par vagues successives, le feu divin réactive en vous le souvenir, la mémoire, la trace de ce qui a été déposé, cela crée beaucoup de dispersion, beaucoup d'agitation, beaucoup de stress à l'intérieur de chacun comme à l'extérieur. Car ce qui est vécu d'une manière individuelle l'est aussi au niveau des institutions, de tous les regroupements, de tous les collectifs.

Et vous pouvez vous retrouver d'un jour à l'autre face au mur, ne sachant comment faire, ne sachant si vous devez le contourner, si vous devez passer par-dessus, si vous devez attendre. Et nous vous invitons alors, chères âmes à ce temps de pure conscience, à ce retour à l'intérieur de vos êtres, car ces grandes vagues d'énergies n'ont pas pour objectif de semer le chaos, non pas pour objectif de mettre tout à terre, elles sont accompagnées des outils, des éléments de réponse, de toutes les solutions, de toutes les aides dont vous avez besoin.

A vous alors de vous en saisir, à vous d'élargir encore votre vision, vos perspectives pour pouvoir comprendre, pour simplement déjà percevoir qu'il y a de l'aide autour de vous et comme ces fréquences sont nouvelles, comme ces fréquences sont équilibrées elles amènent aussi avec elles la nouveauté.

Ce n'est pas forcément dans ce que vous connaissez, dans ce que vous avez déjà expérimenté que vous allez trouver la solution ou l'élément de réponse, cela va vous demander un peu d'exercice et de travail pour chercher en vous, pour encore vous ouvrir.

Ce sont les changements de conscience, les changements de perspective qui amènent ces vagues puissantes.

Et vous, vous doutez bien, chères âmes, que ce n'est pas terminé, que ces vagues sont encore annoncées et que le feu s'accroît pour aller le plus loin possible dans les guérisons, permettre les remontées de tout ce qui a été bloqué, retenu. Il y a peu d'accalmies, très, très peu de pauses à peine perspectives mais vous êtes préparés pour cela.

Vous avez tout ce qui faut en vous, autour de vous pour pouvoir supporter, pour pouvoir traverser avec un certain confort ces vagues d'énergies, c'est de trouver le rythme, de vivre consciemment avec votre respiration ces moments plus intenses, ne pas vous crispier, ne pas vous figer, ne pas rester sur vos positions.

Les repères sont de plus en plus difficiles à conserver, ils évoluent, ils changent parfois dans une même journée, ne vous accrochez pas à ce qui est, à ce que vous avez obtenu, à ce que vous avez compris, à ce que vous avez déjà guéri. Tout cela est en vous, tout cela vit, évolue se transforme au fur et à mesure.

C'est d'avoir confiance en vous, confiance aussi en toutes les parties de vous que vous ne pouvez pas percevoir, que vous pouvez parfois ressentir, entrer en contact, d'avoir oui, simplement la foi, la foi en vous. Et chères âmes, d'accepter la vie, telle qu'elle se présente, d'intégrer également la capacité que vous avez à transformer les événements, à transformer en fonction de qui vous êtes, de là où vous en êtes ces vagues d'énergies qui arrivent jusqu'à vous.

L'intelligence de la lumière fait que chacun reçoit ce dont il a besoin et que vous ne vivez pas tous les mêmes conséquences de cette montée vibratoire et qu'il n'y a pas à comparer. L'important est que vous soyez dans votre centre le plus souvent possible dans la journée, il y a beaucoup de distractions, il y a beaucoup d'occasions pour sortir de votre centre, vous êtes occupés, vous êtes préoccupés.

Et bien souvent vos énergies partent dans tous les sens, cela vous affaiblit, cela amène la dispersion, amène aussi la fragilité, la vulnérabilité, alors pensez dans la journée à vous centrer, simplement en respirant, revenez à vous, c'est ce qu'il y a de plus simple, c'est ce que vous pouvez faire partout, il n'y a pas besoin de conditions particulières.

Ne vous laissez pas emporter, ne vous laissez pas distraire, ne gaspillez pas vos forces, vos énergies, pensez à vous, pensez à votre bien-être, à votre santé, à votre équilibre, car ces vagues d'énergies amènent aussi la responsabilité, responsabilité vis-à-vis de vous-mêmes, de ce que vous acceptez dans votre vie

Utilisez le feu divin pour faire le tri, n'ayez pas peur de vous séparer de telles fréquences, de vous séparer de situations, de relations, d'objets, ne cherchez plus d'excuses, soyez au premier plan de vos préoccupations et servez-vous de la force de ces fréquences pour votre bien-être.

Ne plus vous encombrer, ne plus supporter, ne plus subir, plus vous serez dans votre centre, c'est-à-dire en communication avec votre être intérieur, plus vous aurez l'information de ce qui est bon pour vous, de ce qui est adapté, de ce qui est juste, de ce que vous pouvez supporter ou non, de ce qu'il est temps de lâcher, car là aussi il ne s'agit pas sur un coup de colère de tout envoyer balader et de se servir de ce prétexte pour faire le ménage ou pour trouver le courage de s'affirmer. C'est de laisser vos êtres intérieurs, votre divinité s'exprimer et il est difficile pour vous en étant dans l'agitation.

Imaginez-vous en train de regarder à gauche, à droite, sur tous les côtés, en bas en haut dans le vacarme de vos pensées et de vos émotions. Comment voulez-vous entendre cette petite voix intérieure, la reconnaître, discerner qui elle est, d'où elle provient, quel est son message. Comment voulez-vous faire, c'est très difficile et parfois il y a des erreurs, de mauvaises interprétations, donc des choix pas adaptés, de mauvaises directions empruntées, puis du découragement.

Oui, chères âmes, tout va vite et tout va aller encore plus vite, c'est important pour l'humanité, ce rythme de croisière qui s'accélère, c'est important pour votre planète. Certaines fréquences, certaines lourdeurs ont besoin d'être évacuées dans le rythme, dans la pression, dans l'intensité. Et vous avez entretenu depuis maintes générations certains foyers d'énergies où il faut maintenant beaucoup plus de forces, d'intentions pour pouvoir éteindre ce qui a été depuis très, très longtemps alimenté.

Prenez le facteur temps comme un facteur positif en votre faveur car oui vous êtes, vous pouvez être bousculés, chahutés, mis devant de nombreux blocages, de nombreuses réalités ou parfois vérités. Mais les guérisons vont aussi très vite, les prises de conscience, les changements de vibrations, les ouvertures du cœur, les réalignements et surtout nous assistons à cette période à beaucoup de reconnections.

Des reconnections très importantes, reconnections sur terre, entre les âmes, entre les familles d'âmes, c'est ce qui vous apporte de la force, de la confiance, cette fraternité, même si certaines de vos âmes sœurs sont à l'autre bout de votre planète, cela n'a aucune importance.

Les reconnections, se font, reconnections avec des périodes aussi, ce que l'on peut appeler les civilisations dorées, âge d'or, des civilisations qui se sont implantées sur terre amenant une vibration lumineuse importante, des connaissances, souvent une technologie de pointe. Oui, beaucoup de reconnections avec ces périodes afin que vous puissiez retrouver ce qui a été laissé, ce qui a été, ce qui vous est destiné, qui a été bien caché, afin que le moment venu, le moment le plus approprié l'humanité retrouve ces trésors.

Beaucoup de sagesse, encore beaucoup de progrès à venir, le tout accompagné d'une certaine conscience, c'est pourquoi les découvertes, les reconnections avec ces civilisations, avec ces êtres, avec ces maîtres se font progressivement. Reconnections collectives au niveau de l'humanité, reconnections individuelles importantes, chacun d'entre vous peut ressentir ces reconnections.

Elles sont destinées à vous aider dans cette incarnation, à vous réaliser, à vous épanouir, à mettre en place ce que vos âmes ont choisi, toujours dans le but de l'évolution, de la progression et de l'éveil. Ce sont des bagages lumineux, positifs, des reconnections équilibrées. Nous n'évoquons pas et nous ne parlons pas ici de connexion karmique dans le sens de guérison à faire, de réparation, de blessure non, le travail est déjà fait.

Il s'agit de récompense, il s'agit de retour positif sur ce qui a été déjà entrepris déjà depuis plusieurs générations, l'humanité tout en continuant à évoluer récolte au fur et à mesure tout ce qui a été accepté, tout ce qui a été pardonné.

Et vous faites de même au fur et à mesure que vous abandonnez vos rancœurs, que vous abandonnez votre culpabilité, au fur et à mesure que vous apprenez à vous aimer, que vous ressentez votre valeur en temps qu'être vivant ou en temps qu'être divin, vous récoltez, vous attirez à vous des énergies de même qualité, voire supérieures.

Les deux mouvements ont lieu en même temps, ce mouvement d'épuration, de nettoyage, de libération encore et encore qui s'affine, se précise, se fait en vous sur plusieurs plans et ce mouvement d'abondance dans le sens de recevoir, de récolter et ce ne sont pas des mouvements contraires et ce ne sont pas des mouvements opposés, chères âmes, ce sont des danses qui se complètent en vous, percevez cela ainsi.

Qu'il n'y ait plus de dualité, que vous puissiez avec la même bienveillance accueillir ce côté positif comme ce côté plus chargé et un peu plus lourd qui peut davantage vous préoccuper. Accueillir de la même manière ce qui vient à vous, c'est très important la manière dont vous percevez, dont vous accueillez, dont vous allez tenir compte de ce qui vous est présenté.

Cette manière a un rôle déterminant sur comment vous allez vivre l'expérience, plus vous serez dans votre centre, plus vous serez sur ce chemin du milieu, plus facilement et d'une manière confortable vous allez vivre l'expérience. Si vous vous bloquez, si vous activez des émotions lourdes vous allez y passer plus de temps, vous allez dépenser beaucoup plus d'énergies pour trouver une solution, vous allez commencer à vous débattre avec l'expérience.

Ce n'est plus nécessaire au jour d'aujourd'hui de souffrir dans l'expérience, nous vous l'avons dit à maintes reprises, chaque fois que vous entrez, que votre être décide pour votre évolution que vous avez à faire une expérience dans la matière, expérience qui peut s'avérer difficile, compliquée vous êtes accompagnés à chaque instant. En fonction de votre état d'esprit, en fonction de votre conscience, de la manière justement dont vous allez accueillir l'expérience vous percevrez ou non les aides, les solutions, ce qui est mis à vos côtés.

L'expérience reste justifiée, reste importante puisque vous évoluez dans des plans de matière et que vous avez choisi de poursuivre, votre éveil dans un corps physique. Mais ce n'est pas justifié de vivre l'expérience dans la souffrance, dans la complication, de vous recréer encore et encore des difficultés, des blessures que vous aurez par la suite à apaiser, à prendre en charge.

Il est essentiel à l'époque que vous vivez de vous tourner vers vous, vos guides ne fonctionnent plus de la même manière avec vous, déjà depuis un certain temps, les missions ont été redistribuées et nous l'affirmons encore, oui du changement encore dans la manière de vous accompagner, dans la manière de vous soutenir, de vous aider dans votre épanouissement, dans la responsabilité que vous avez en temps qu'être divin.

La manière la plus juste pour vous de comprendre ce que vous vivez est d'aller dans votre centre, de prendre le temps celui dont vous avez besoin pour bien vous connecter à votre être intérieur et recevoir la guidance, que ce soit de vous-mêmes, que ce soit des aspects de votre être les plus élevés, que ce soit de vos guides.

Il est important, chères âmes, même un conseil donné par une personne extérieure, incarnée doit venir passer par le filtre de votre cœur pour savoir si c'est pour vous, si c'est adapté à qui vous êtes, à là où vous en êtes. Nous l'avons déjà évoqué, nous le précisons encore, tous les plans se mélangent, des couches de plus en plus fines s'interpénètrent.

Et pour chaque vibration, c'est-à-dire, pour chaque plan de conscience il y a des outils spécifiques, des techniques, des expériences à mener, des guides particuliers, d'où l'importance pour vous d'être centrés pour ne pas vous lancer dans un plan qui ne vous

correspond pas, dont les outils, dont les expériences, dont les guides ne seront pas adaptés à qui vous êtes et à que vous avez à mener.

Et lorsque vous êtes dans la précipitation, lorsque vous êtes dans l'urgence, dans la peur, il est difficile pour vous de vous centrer et nous observons ainsi des êtres qui font des détours qui sortent de leurs chemins pour vivre des expériences, pour tester, expérimenter des situations, faire des rencontres qui ne sont pas celles destinées.

Alors nous ajouterons, chères âmes, que rien n'est perdu, rien n'est perdu mais qu'il n'est pas nécessaire de vous fatiguer, il n'est pas nécessaire de vous décourager et d'aller dans des fréquences qui ne vous correspondent pas, que ce soit dans des fréquences plus basses comme dans des fréquences plus hautes.

Le plan vibratoire qui vous correspond est celui où vous vous sentez à l'aise, où il y a de la fluidité, où vous arrivez à décrypter, à comprendre, à analyser, même si parfois il faut un petit peu de temps. Lorsque vous êtes dans la lutte, lorsque vous avez à forcer avec l'expérience ou la compréhension c'est que vous n'êtes pas dans votre vibration.

Là aussi prenez l'habitude de quelques instants pour vérifier dans quelle couche vibratoire vous évoluez, simplement en demandant, centrez-vous demandez à votre cœur là où vous en êtes. Est-ce que vous êtes bien à votre place, est ce que toutes les aides, tout ce que l'on vous propose, tout ce qui est mis à disposition est ce dont vous avez besoin. ?

Il n'y a plus et de moins en moins de guides pour vous prendre par la main et puis pour vous mener sur le juste chemin, sur le plan vibratoire adapté, cela ne se passe plus ainsi, l'évolution de votre planète, l'évolution globale des êtres vivants a permis une plus grande liberté, un plus grand libre arbitre, une plus grande, oui responsabilité, autonomie, qui parfois peut vous paraître imposée, ou parfois vous pouvez avoir l'impression d'être un peu laissés, un peu abandonnés.

Ce n'est pas le cas, c'est juste un repositionnement de l'aide, des missions de vos guides, de tous les êtres qui ce sont mis au service et qui évoluent avec votre planète, c'est important, chères âmes, de recevoir cela, c'est important aussi de comprendre que ce sont vos mouvements intérieurs, vos changements, vos prises de conscience qui génèrent les expériences, les rencontres, les situations dans la matière.

Au fur et à mesure que vous, vous transformez, que vous acceptez de lâcher, d'accueillir autrement, différemment, autre chose, vous créez d'autres contextes, d'autres rencontres, d'autres situations, d'autres apprentissages, qui sont alors adaptés au niveau là où vous en êtes.

Effectivement, oui, plus vous avancez, plus vous, vous éveillez plus le chemin est étroit, il y a de moins en moins de possibilités de fuir, de faire demi-tour, de se retourner, de se cacher, chemins à découvert, oui chemins étroits, les chemins directs, chemins ascensionnels.

C'est pourquoi il est si important d'être connectés avec vous-mêmes constamment, de ne pas, de ne plus laisser l'extérieur vous distraire et d'amener sur vous ce regard bienveillant de compassion, de sollicitude et d'encouragement car ce chemin, celui que vous avez choisi, ce chemin de progression est difficile.

Car vous allez toujours plus haut, toujours plus loin, toujours dans d'autres plans de conscience et vous remettez à nouveau en questionnement ce qui peut paraître acquis

pour vous ouvrir encore et encore. Oui, chères âmes, vous pouvez nous dire cela recommence constamment que rien n'est fini, oui mais c'est différent.

Et n'oubliez pas que vous avez choisi cette incarnation, que vous avez choisi cette période pour évoluer, pour grandir, pour incarner sur terre les êtres divins que vous êtes et non pas pour vous perdre dans vos petites histoires. Il s'agit pour beaucoup d'êtres humains de mettre en perspective ces deux réalités qui se complètent et se mêlent.

A savoir que votre petite histoire, c'est-à-dire le personnage que vous incarnez doit servir à votre évolution, doit vous permettre à l'être divin que vous êtes de vivre avec un maximum de conscience sur terre et c'est cela qui est difficile de mettre en place.

C'est cette communication constante entre la petite histoire et la plus grande, d'arriver petit à petit à ce que l'être divin prenne la place, non pas pour rejeter la petite histoire, non pas pour rabaisser le personnage que vous avez accepté de jouer mais au contraire pour donner à ce personnage un autre, un autre charisme, d'autres perspectives, d'autres répliques.

C'est ce qui rend le chemin si difficile, que vous puissiez consciemment faire les va-et-vient entre l'un et l'autre, jusqu'à ce que l'un et l'autre se mêlent qu'il n'y ait plus de séparation, vous permettant ainsi d'avoir suffisamment de distance entre ce que vous vivez au quotidien, dans les fonctions, les rôles que vous avez choisis d'incarner, ce que vous avez choisis d'implanter sur terre, de comprendre, de réaliser.

Lorsque vous regardez derrière vous, votre cheminement, votre histoire, votre parcours, pouvez-vous, chères âmes, distinguer la petite histoire de la grande, si vous reprenez quelques épisodes importants de votre vie, pouvez-vous dire qui a joué quoi. C'est important de pouvoir discerner, d'avoir le recul, la distance suffisante pour ne pas vous identifier, pas vous identifier à votre personnage de la petite histoire, pas vous identifier à l'être divin.

Il s'agit de vivre votre lumière, vos attributs divins sur terre, alors par période vous êtes embarqués dans votre personnage d'une manière intense avec des événements riches, importants et vous laissez de côté cette intention, cette idée d'évolution de progression, de divinité même.

A d'autres périodes, vous pouvez être projetés dans la rencontre avec votre être divin où vous allez mettre beaucoup d'énergies à vouloir comprendre, à vouloir progresser, à vouloir vous développer parfois au détriment de la matière et de votre personnage, c'est la difficulté de l'être humain en chemin de trouver l'équilibre avec ce qui vous compose.

Les parties de votre être qui ne sont pas incarnées, qui sont dans des plans de conscience plus élevés, sont là pour vous aider à trouver l'équilibre avec vous-mêmes, à être sur le chemin du milieu entre cette réalité divine et votre petite histoire pour schématiser en sachant qu'il n'y a pas à préférer une réalité à l'autre, mais qu'il y a au fur et à mesure à vous réunir, à privilégier l'unité en vous.

En sachant que votre divinité est là pour servir votre personnage et que votre personnage est là pour incarner votre divinité. C'est simplement pour vous, de vous rendre compte de ce qui se passe, de toute cette richesse intérieure, de tous ces mouvements, c'est loin d'être calme et désert en vous, beaucoup d'informations, beaucoup d'expériences sur terre et ailleurs, beaucoup de réalités qui se percutent.

Et votre être fait le tri et votre être amène à votre conscience ce dont vous avez besoin ici et maintenant en temps qu'être incarné et vos guides ont cette mission de vous amener à être en contact avec les différentes parties de votre être pour trouver justement cet équilibre pour avoir la juste distance avec ce que vous vivez, pour ne pas vous perdre que ce soit dans l'une ou l'autre des réalités.

Alors chemin étroit d'ascension, de progression, d'évolution, chemin différent, unique pour chacun, cessez de vous comparer, de vous dire que certains ne vivent pas d'épreuves, que vous ne comprenez pas vu leur niveau, vu leurs pensées, leurs émotions, que savez-vous de leurs chemins d'évolution ?

Et au contraire ceux qui sont dans la difficulté, dans la souffrance, dans la tristesse, comment pouvez-vous dire que ce sont des âmes peu évoluées, sortez de ces schémas, ce n'est plus valable, les plans se sont tellement et se mêlent encore et encore, que vous ne pouvez plus tirer de conclusions ainsi et d'analyses. L'important maintenant c'est d'aller puiser en vous, d'aller chercher la force, l'énergie nécessaire, les informations pour pouvoir bien rester sur ce chemin.

Alors, chères âmes, vous ne pouvez pas être au top tous les jours, il y a des périodes de repli, oui, il y a des périodes où votre être, votre âme peut décider d'une petite parenthèse pour reprendre des forces, pour ménager l'une ou l'autre des réalités. Ce sont ces temps importants d'intégration, écoutez vos corps physiques dans leurs besoins et ne forcez pas, ne forcez pas. Il est préférable d'avoir toujours le même rythme plutôt que de forcer.

Et nous vous demandons maintenant de respirer en conscience, de bien ressentir vos pieds pour pouvoir intégrer ce qui a été transmis et vos corps subtils se sont déversés en vous autour de vous, bien ressentir votre couronne également, l'axe central qui vous traverse, cet alignement de votre être.

Et nous allons vous aider à étirer encore et encore vos êtres à vous amener le plus loin possible dans vos racines, car vos racines à force d'être étirées, vos racines célestes et terrestres se rejoignent. Simplement respirer, chères âmes, simplement amener votre conscience au niveau de votre cœur, de l'espace dans votre poitrine.

Et vous respirez confortablement, vous laissez votre être se détendre et nous allons faire circuler en vous, d'abord de haut en bas des fréquences qui vont vous traverser depuis votre couronne jusque en dessous de vos pieds, pour nettoyer, équilibrer et harmoniser votre canal, votre axe central et vous respirez à votre rythme sans forcer, vous laissez le mouvement se faire en vous.

Ces fréquences qui vous traversent, qui vont rejoindre le centre de la terre, son cœur de lumière, vous laissez tout votre canal se nettoyer, s'ouvrir encore et encore, plus vous êtes dans la détente, plus vous êtes dans cette ouverture, plus vous pouvez recevoir, des fréquences, qui sont au fur et à mesure qu'elles vous traversent dispatchées dans vos différents corps.

Et c'est toute la lumière de votre être de lumière qui se déverse en vous, c'est votre propre lumière, ce sont les plans de conscience les plus élevés qui transmettent cette énergie qui vous traverse et qui traverse les différentes strates, plans vibratoires jusqu'au centre de lumière de la terre.

Et vous respirez confortablement, vous laissez le mouvement en vous se faire et en

même temps vous allez prendre contact avec vos pieds, cet axe qui passe entre vos jambes et qui va le plus loin possible dans le cœur lumineux de votre planète.

Et c'est là aussi votre lumière, celle que vous avez réussi à implanter sur terre, celle de vos compréhensions, de votre humanité, de votre amour pour vous, pour les autres, c'est cette lumière qui maintenant va remonter par votre canal, par vos racines pour ressortir par votre couronne et rejoindre les plans les plus élevés de votre être, afin que **la petite et la grande histoire** se rejoignent.

Vous respirez confortablement, vous laissez le mouvement se faire, vous laissez votre lumière, celle que vous avez développée sur terre pendant cette incarnation, pendant les autres incarnations toute votre sagesse, vos connaissances, vous laissez toutes ces vibrations remonter à travers vous. Et vous respirez profondément.

*« Que vous puissiez me recevoir et m'accueillir, je suis **Métatron**, j'ai pour mission de transmettre, d'enseigner les êtres en chemin, les êtres de bonne volonté, les êtres de conscience, d'aider à la transmission de ces nouvelles fréquences, à la transmission d'enseignements précis et nouveaux. Que vous puissiez me ressentir, accueillir mes énergies, tout comme je vous accueille, avec tout votre potentiel, cette capacité à vous développer, à vous renouveler, à vous accepter tels que vous êtes. Régulièrement vous changez de niveaux, vous passez dans la classe supérieure et je communique et je reçois bon nombre d'entre vous. Aider à l'adaptation de vos corps, à l'adaptation de différentes réalités, car tout changement vibratoire est inconfortable au début, c'est l'inconnu qui s'invite chez vous et il faut un peu de temps, de savoir être, de connaissance et d'ouverture pour accepter l'inconnu et je suis là pour faciliter les passages, faciliter les transitions dans les transitions. Permettre aux êtres incarnés qui ont choisi d'évoluer en conscience, de passer les étapes, les marches, les graduations, c'est pourquoi je suis là en cet instant, que vous puissiez ressentir mon énergie. Que vous puissiez ressentir ce qui se passe en vous, comment votre réalité terrestre arrive, parvient à rejoindre l'être divin que vous êtes, comment par quel biais allez-vous et acceptez-vous jour après jour cette mission d'incarner la lumière, d'incarner le divin dans tout ce que vous vivez, dans tout ce que vous créez, dans tout ce que vous émanez. Et c'est ma mission de vous guider à travers ce cheminement. Je vous salue. Je suis Métatron. »*

Et nous vous retrouvons, chères âmes, nous vous retrouvons dans l'espace de vos cœurs, où vous vous êtes réunis, où vous avez permis en vous, cette unité retrouvée de l'être et du devenir, vous autoriser à la transformation, tout en acceptant, instant après instant, ce qui est et vous respirez confortablement. Votre planète, les êtres vivants incarnés sur terre ont besoin de retrouver cette unité, ont besoin simplement de se retrouver avec eux-mêmes.

Les peurs ont provoqué chez l'être humain et chez d'autres êtres vivants, beaucoup de dispersions, ou de nombreuses stratégies d'évitement, de fuites, de replis, de dissociations ont été mises en place. Et il s'agit maintenant pour l'être humain comme pour certains êtres vivants de revenir à l'unité, c'est-à-dire, accepter qui vous êtes.

Accepter qui vous êtes, ce n'est pas simplement vous dire je suis un être divin et j'accepte aujourd'hui en cet instant cette réalité, ce n'est pas cela, accepter qui vous êtes, c'est accepter tout, ce que vous avez vécu, ce que vous vivez, ce que vous allez créer. C'est accepter pour revenir à ces symboles : **la petite et la grande histoire** en même temps.

C'est simplement faire face, non pas dans le combat, non pas pour vous défendre, vous protéger, faire face à ce qui se présente. Il y a tellement de manières différentes

d'appréhender une même situation, tout dépend avant tout, chères âmes, de votre état de conscience, de votre capacité à vous réunir avec vous-mêmes, à vous rassembler pour avoir le discernement, de quelle est la partie de vous qui vit, s'exprime à travers ce qui vous est présenté.

Alors dans cette époque où tout est rapide, où tout est instantané, il vous faut maintenant ralentir, ralentir le rythme dans la matière pour pouvoir vous reconnecter à votre être profond et divin. Si vous vous laissez emporter par le rythme extérieur, c'est beaucoup plus difficile.

Et, chères âmes, il ne s'agit pas de rester des heures en méditation, ce sont simplement quelques instants précieux de pleine conscience qui vous apporteront cette réunification, les informations dont vous avez besoin.

Cette guidance lorsqu'il y a du doute, lorsqu'il y a de la confusion, lorsque vous hésitez, que vous ne pouvez plus décider, choisir, stoppez tout, revenez dans votre centre, c'est que vous êtes sortis de votre chemin, qu'il y a trop de dispersions, trop d'énergies de votre être occupé à différents endroits, revenez pour que s'impose par elle-même la solution.

C'est réellement d'entamer un dialogue avec votre être, c'est réellement de laisser la place à la discussion et d'avoir toujours présent en vous pourquoi vous êtes sur terre, au-delà d'expérimenter une incarnation de femme, d'homme, de père, de mère, de frère, d'enfant, de parents.

Au-delà de cela pourquoi êtes-vous revenus sur terre et comment chaque jour vous permettez à cet objectif de s'incarner, quelle place faites-vous chaque jour dans vos activités, dans votre manière simplement d'être, de vous exprimer à ce choix majeur que vous avez fait, qui vous a conduit à expérimenter à nouveau un corps physique sur terre.

Et très facilement et très rapidement les occupations du quotidien, vos activités, vos soucis vous font oublier cela, vous perdez le fil, vous perdez l'objectif, vous en trouvez d'autres, bien sûr, chères âmes, mais qui ne sont pas de la même conscience, qui n'ont pas la même valeur pour votre être.

Et vous respirez maintenant profondément, nous allons ouvrir cet espace, permettre que cette unité que vous avez retrouvée en vous puisse servir au plus grand nombre, nous ouvrons et nous activons l'espace à l'intérieur de votre cercle

Et doucement que vous puissiez laisser vos cœurs s'ouvrir, vous puissiez laisser se répandre, toute cette unité, tout cet équilibre, cet amour qui est en vous, que ce soit transmis à votre planète, à tous les êtres vivants qui en ont besoin, à tous les êtres en transition qui en ont besoin. A toutes les âmes qui ont choisi de s'incarner certaines ont pris place dans votre cercle, qu'elles puissent prendre ce dont elles ont besoin.

Et vous laissez se déverser, telle une rivière lumineuse, tous vos cœurs en même temps s'ouvrent afin que le plus grand nombre puisse recevoir, vibrations d'équilibre, d'amour et vous respirez profondément. Vous laissez simplement cette fréquence aller rejoindre le plus grand nombre, rejoindre le cœur de votre planète.

« *Qu'il me soit permis en cet instant d'intervenir, je suis **la Mère Divine** et c'est un message d'encouragement que je viens délivrer, pour vous dire que nous préparons beaucoup, beaucoup d'âmes, nous préparons beaucoup d'âmes à l'incarnation, beaucoup*

de volontaires, malgré d'apparentes difficultés, malgré l'existence encore de la dualité. Beaucoup de bonnes volontés, beaucoup d'âmes empressées de venir apporter contribution, de venir partager. Alors il y a des âmes que vous connaissez, qui font partie de la planète terre, de l'histoire de cette planète et qui au fil de leurs incarnations reviennent encore et encore qui ont une parfaite connaissance des plans terrestres, parfaite connaissance de votre univers. Et puis, il y a d'autres âmes, qui viennent apporter des fréquences très différentes, très pointues, accompagnées de connaissances pour une évolution rapide des consciences, pour le progrès de nombreuses découvertes. Pour faciliter la vie sur terre, ces âmes n'ont pas forcément l'habitude d'avoir un corps de cette densité, n'ont pas forcément d'expériences de la terre, mais elles sont toujours accompagnées d'âmes expérimentées, d'âmes anciennes dans l'expérience avec la terre. Ces nouvelles âmes provenant d'autres univers s'incarnent déjà depuis quelques décennies sur votre planète et elles choisissent des familles d'âmes anciennes qui parviennent à stabiliser leurs fréquences à les aider à comprendre la vie sur terre, à tolérer les limites du corps physique. Vous voyez la fraternité, l'entraide existent bien au-delà de ces plans d'incarnation afin qu'une fois dans la matière, il y ait tout un réseau de communication existant entre les âmes et souvent malgré vous au-delà de vous, au-delà de votre conscience il y a tout un maillage existant. Que cela puisse vous encourager, à savoir que vous êtes largement accompagnés par des âmes sœurs incarnées et par tant d'autres êtres. Alors à chacun je délivre ma reconnaissance et mon amour, du Tout je suis la mère Divine et je vous salue. »

Et nous vous retrouvons, chères âmes, et nous allons doucement terminer cette communication, nous vous invitons à revenir progressivement, à faire cet effort pour rassembler votre être, rassembler vos corps, nous stabilisons votre cercle et vous respirez confortablement pour bien revenir en vous, bien reprendre votre place dans votre corps physique.

Nous remercions chacun d'entre vous, nous remercions tous les êtres qui se sont présentés, toutes les âmes qui sont venues grossir votre cercle, ce lieu et vous revenez progressivement à cette réalité. Nous souhaitons à chacun d'entre vous le meilleur, de belles expériences, de belles communications, de beaux dialogues avec vous-mêmes.

Que vous puissiez expérimenter cet échange permanent entre votre personnage et votre être divin, que vous puissiez vous accepter dans ces réalités qui ne sont pas opposées. Qu'il en soit ainsi, 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