



Méditation-channeling du 30 Janvier 2018

« **Vivre pleinement cette époque** »

« Bonsoir, je suis Emmanuel, soyez les bienvenus que vous puissiez accueillir cette énergie, ces fréquences qui vont vous être données et partagées, que vous puissiez ensemble bénéficier de cette lumière, que vous puissiez accueillir, vous ouvrir, prendre tout ce dont vous avez besoin. Soyez à votre place, prenez votre place, que vous puissiez au quotidien affirmer, montrer qui vous êtes, laisser la place au fur et à mesure à la lumière, chercher toujours à aller plus haut, chercher toujours à exprimer ce qui est l'équilibre pour vous.

Vous êtes beaucoup remués, vous êtes beaucoup chahutés, il y a beaucoup de perturbations, beaucoup de mouvements, cela va continuer, vous avez passé encore à une autre vitesse d'exécution, à une vitesse de progression pour cette évolution collective, cette phase ascensionnelle. Donc il s'agit vraiment pour vous de trouver au maximum dans la journée ces petits temps de pause, ces petits temps d'équilibre, ces petits temps qui vont vous permettre de ressentir vos forces, ressentir ce qui est acquis, ce qui a été travaillé, sur quoi vous pouvez vous reposer pour supporter tous ces mouvements, pour supporter par moment de grands coups de vent.

Ce n'est pas un processus qui, une punition dans le sens où vous auriez fait quelque chose d'erroné, quelque chose de pas adapté et vous êtes secoués, vous êtes maintenant tous rentrés dans ce processus collectif, où il va falloir en peu de temps nettoyer en profondeur les mémoires qui persistent. Ces mémoires qui ne permettent pas d'installer un équilibre lumineux pour le plus grand nombre, donc il y a du mouvement partout dans tous les pays, dans toutes les sociétés et surtout à l'intérieur de chacun, quel que soit le niveau d'évolution. Ce n'est pas parce que vous êtes en chemin que vous êtes épargné des secousses, ou que vous êtes plus secoué que d'autres, en fonction de ce que vous pouvez, en fonction de là où vous en êtes vous prenez cette part collective et vous continuez surtout votre propre progression.

Il va falloir maintenant que vous trouviez dans la journée, que vous trouviez dans votre existence, que vous trouviez ce positif qui vous permet d'être, d'être au maximum stable, quoiqu'il puisse se passer, vous pouvez être emporté par les émotions quelques instants, quelques heures et rapidement revenir dans votre centre. C'est là que vous allez trouver vos richesses, vous allez pouvoir trouver le soutien de votre intérieur, de ce que vous avez déjà compris de la vie, de vous-même, des autres. C'est là que toute votre spiritualité et toute votre ouverture va vous servir à prendre du recul, échapper à la fatalité, échapper au pessimisme, à cette dureté, à ce qui remonte jour après jour, toutes ces peurs, toutes les mémoires, toutes les grandes blessures qui sont revisitées pour nous, l'espérons rapidement être évacuées de cette planète.

Les grands drames, les grandes turbulences, ce qui vous est montré de vous, des autres, dans les faits divers, dans votre société, ne doit pas vous faire oublier la lumière, essayez, essayez vraiment d'être un à l'intérieur de vous, le moins

possible vous dissocier. Il y a à certains moments la partie qui est dans la lumière qui aspire à la légèreté, à la paix avec chacun, à l'amour et puis d'un autre côté il y a les parties douloureuses, celles qui souffrent, celles qui expérimentent des pensées moins lumineuses, des émotions plus lourdes. Essayez de permettre aux wagons d'être accrochés les uns avec les autres, bien sûr que cohabitent en vous des réalités différentes mais vous avez cette capacité en quelques instants de revenir dans la lumière, de revenir dans une conscience supérieure pour prendre du recul, pour trouver également les solutions, pour trouver ce qui est juste de dire, de faire, comment agir, comment être.

C'est cela l'évolution, c'est cela la conscience supérieure c'est d'avoir une connaissance pointue, une connaissance subtile de vous-même pour savoir instinctivement la partie de vous qui est en train de vivre, celle qui réagit aux événements. A chaque fois qu'il y a de la réactivité, une réactivité importante, une réactivité qui va entraîner une suractivité de vos corps subtils et même du corps physique, vous êtes dans une conscience inférieure, une conscience dite terrestre. Vous êtes collé à ce moment là à l'évènement, à la situation et ce sont les parties de vous qui ont déjà souffert qui se mettent en mouvement par souvenir, par peur à nouveau de la douleur, par mémoire de ce qui a été déjà traversé, que ce soit dans cette incarnation, dans d'autres.

Alors soyez, bienveillant avec vous-même, réconfortez ces parties de vous qui ont peur, essayez de vous réunir pour pouvoir revenir à une conscience un peu plus élevée qui va vous permettre de prendre du recul, de resituer la situation ou l'évènement à sa juste place. Et c'est un travail de chaque instant, c'est, oui votre travail au quotidien d'avoir cette rigueur, d'avoir cette conscience, ce n'est pas vous épier à chaque instant, et peser chaque parole ou chaque acte de peur de faire mal dans le sens de ne plus être dans l'équilibre. C'est déjà d'avoir conscience lorsque vous sortez de cet équilibre et puis de ne pas vous juger, de ne pas être dans la culpabilité, accueillez, accueillez cette expression de vous et puis revenez dans ce qui vous nourrit.

Lorsque vous mettez toutes vos forces dans les corps inférieurs, dans cette conscience terrestre vous n'êtes plus en mesure d'aller capter et recevoir les fréquences les plus subtiles, toute votre attention, toute votre conscience est alors focalisée et occupée à gérer l'évènement la situation qui se présente. Ce n'est qu'après, qu'une fois que le calme est revenu en vous que vous êtes en capacité d'analyser, de percevoir ce que vous avez fait, pas fait, comment vous auriez pu être. Le mieux c'est d'arriver au fur et à mesure dans la situation, d'avoir ce recul, cette prise de distance avec ce qui vous fait réagir pour pouvoir en très peu de temps amener cette lumière, amener cette conscience supérieure qui va vous faire rectifier vos émotions, vos paroles, vos pensées. Que ce soit pour vous, que ce soit pour les autres.

Alors soyez dans cette réalité au maximum, vous avez chacun des situations au quotidien qui vous permettront d'expérimenter les corps les plus bas et les corps les hauts. Et c'est ce qui va vous permettre de rester centré, c'est ce qui va vous permettre d'accueillir toutes ces perturbations, ces grands mouvements sur la planète, c'est ce qui va vous permettre de rester dans le cœur quel que soit l'évènement. C'est un apprentissage, c'est votre éveil, vous êtes dans ce processus depuis des années et maintenant ça s'accélère, maintenant vous allez encore plus loin, vous êtes en mesure de capter des fréquences très élevées, très

lumineuses. Elles sont exigeantes, oui, elles demandent beaucoup de force, beaucoup de motivation, de volonté pour pouvoir bien les installer en vous, parce que si elles ne sont pas suffisamment stables elles vont vous faire bouger, elles vont vous amener justement dans cette conscience inférieure parce que vous n'arriverez pas à supporter la force de la lumière.

Et vous avez l'être humain une intelligence supérieure, avec des capacités immenses vous pouvez rectifier en un instant, vous pouvez guérir en un instant, vous pouvez vous renouveler en un instant, en vous rassemblant vous pourriez en quelques instants transformer la planète pour le meilleur. Lui permettre aussi de revêtir un autre manteau, un autre décor, d'autres réalités, d'autres exemples de vie. Vous doutez de vos capacités parce que ce n'est pas ce qu'on vous a appris, ce n'est pas ce qui est répété de génération en génération, alors il va falloir un peu de temps pour que vous puissiez accepter réellement qui vous êtes.

Mais cette transformation de la planète, cette transformation des consciences se fait jour après jour, vous n'avez pas toujours les solutions, mais il y a beaucoup d'êtres en chemin qui ne peuvent plus accepter certaines situations, qui sont prêts à se mobiliser, à prendre du temps pour des causes. Et de plus en plus vous allez avoir envie, votre être va exiger d'autres expressions de la vie grâce à toute la lumière que vous aurez réussi à stabiliser en vous, grâce à tout le travail intérieur que vous aurez mené en vous, vous aurez déblayé, vous aurez nettoyé, vous aurez fait la place, vous aurez accepté qui vous êtes.

Lorsque nous disons " accepter" qui vous êtes ce n'est pas une notion abstraite d'accepter un être de lumière qui vous paraît parfois bien lointain et étranger à vous-même, accepter qui vous êtes, c'est avant tout accepter votre incarnation. Accepter, vous accepter avec le corps que vous avez, avec l'histoire que vous avez créée, tous vos choix, toutes vos décisions c'est tout cela qui vous mène à l'élévation c'est tout ce que vous vivez, c'est tout ce que vous acceptez de vivre qui vous permet ce travail intérieur, qui vous permet de conscientiser ce qui se passe en vous dans telle situation, dans telle relation. C'est cela accepter qui vous êtes et puis surtout vous aimer dans votre potentiel.

Les changements dans la matière prennent plus de temps surtout pour bien stabiliser les fréquences et permettre des transformations durables dans les habitudes, dans des attitudes, dans tout ce que vous avez élaboré au niveau des lois, des règlements, toutes les croyances sur les uns, les autres, les opinions que vous pouvez avoir c'est tout cela qui détermine après le comportement. Alors il faut du temps, regardez à votre niveau lorsque vous prenez une décision pour changer le temps qu'il vous faut pour arriver à amener la décision d'une manière durable dans la matière. Vous dites le " naturel revient " oui ce qui est inscrit en vous, que ce soit dans cette incarnation, dans d'autres ce qui vous a été transmis, il faut, beaucoup, beaucoup de temps pour transformer ce bagage.

Alors pas de désespoir, chaque jour apporte la transformation, plus vous serez dans la conscience de ce qui se passe en vous, plus vous amènerez ce changement à l'intérieur de votre être et vous l'amènerez dans les plans de matière, dans ces plans qui sont les plus difficiles à mettre dans le mouvement et à infiltrer de lumière, ce sont ces plans qui résistent, résistent. Et puis il y a tellement d'influence autour de vous, tellement d'influence, qu'il est parfois

difficile de savoir ce qui est juste, ce qui est bon, ce qui fait du bien, ce qui n'en fait pas, regardez un petit peu pour prendre l'exemple de votre alimentation, qui peut dire actuellement ce qu'il faut manger.

Il y a des approches multiples, parfois très différentes, parfois complémentaires, vous entendez une version puis son contraire, le tout est argumenté, et qu'il va falloir expérimenter il va falloir chercher le bon sens, il va falloir être à l'écoute de votre corps, l'aider aussi à dépoussiérer toutes les couches de croyance, toutes les choses que vous avez crues, tous les aliments, toutes les habitudes alimentaires. Vous avez pensé que c'était bon pour vous, ou parce que le goût est bon que l'aliment sert votre corps, sert votre être entièrement et regardez comme c'est compliqué de modifier un régime alimentaire, parce que l'alimentation terrestre n'a pas simplement cette fonction de nourrir le corps physique, elle nourrit vos émotions, vos pensées. Il y a un côté affectif à la nourriture et c'est ça qui est difficile à modifier. Alors c'est petit à petit vous faites vos essais, vous essayez de vous mettre en accord avec le physique, avec l'émotionnel, avec le mental. Vos corps sont intelligents ils ont une capacité d'adaptation très, très importante mais il vous faut de la persévérance pour pouvoir amener d'une manière durable, là encore, des changements d'habitude.

Vous respirez profondément, soyez bien présent, votre époque a besoin d'êtres présents, d'êtres qui habitent leur corps, d'êtres qui se sentent concernés par ce qui se passe dans le monde, ce qui se passe autour de vous, ce qui se passe dans vos villes. Amenez la spiritualité, amenez votre éveil dans la vie de tous les jours et ce n'est pas vouloir imposer à l'autre des rituels, vouloir imposer à l'autre des pensées particulières. Soyez là, soyez vous, ne refusez pas la société, ne refusez pas votre monde, soyez lucide, soyez présent en vous et affirmez ce qui vous paraît juste et là où vous en êtes. De rejeter n'apporte rien, vous pouvez faire des choix dans vos comportements, dans vos pensées, dans vos propos, mais ne rejetez pas, regardez ce qui se fait autrement, c'est ce qui vous permet de choisir.

Ne pas vous isoler soyez vous-même dans le monde, vous n'êtes pas obligé de subir la présence des autres, ne vous coupez pas de ce qui se fait, de ce qui est parce que vous avez à amener, vous avez à participer à ce grand mouvement. Ayez aussi chaque jour au moins une fois une pensée d'amour, une pensée bienveillante pour votre planète, tous les endroits sur votre planète qui bougent, qui sont secoués, où les éléments se déchaînent pour évacuer ce qui est trop lourd. Que vous puissiez avoir cet élan du cœur pour votre planète, ne pas la condamner, ne pas la juger, aidez au contraire à la libération de ce qui est resté coincé, de ce qui est resté caché et de ce qui en ressortant va permettre l'implantation d'autres fréquences et d'une autre conscience et surtout d'expérimenter la vie autrement.

Alors dans ces grands mouvements planétaires, il y a des âmes qui partent, il y a des êtres qui transitent, qui décèdent, oui, oui dans toutes les libérations, il y a des êtres qui choisissent, qui décident, qui profitent de l'opportunité pour aller ailleurs et ce n'est pas se réjouir du départ de certains, parce que certaines âmes ne sont pas prêtes. Certaines âmes sont parfois surprises de ce qui arrive, certaines âmes qui sont prêtes n'ont pas pu aider la personnalité ou la prévenir et puis tous ces êtres qui partent sont inscrits dans des familles, dans des clans

et cela génère des émotions, cela génère de la tristesse, des peurs, parfois des gros, gros bouleversements.

Mais ne perdez pas votre foi, ne perdez pas votre assise, la vie sur terre est encore régie par ces mouvements la naissance et la mort, cela fait partie du programme, des plans qui ont été mis en place sur votre planète et ça peut, ça pourra à un moment donné évoluer, d'autres choix pourront être faits. Si vous pouviez ne plus dramatiser la mort, ne plus y mettre de poids, de drame, tous les êtres qui transitent, quelle que soit leur évolution, quelle que soit leur histoire, quels que soient les actes, les propos tout ce qu'ils ont pu dire, faire, penser, ressentir sont accompagnés, sont aidés, sont soutenus, personne n'est laissé de côté. La difficulté pour la mort réside dans ceux qui restent et ceux qui restent ont projeté sur ce passage, qui est pour beaucoup d'êtres une délivrance et pouvoir aller dans une autre forme de vie, nous ne disons pas qu'il faut souhaiter la mort et se réjouir de la mort, ce n'est pas cela, mais c'est de trouver l'attitude en vous la plus juste, ne pas mettre du poids sur l'être qui est décédé, ne pas vous charger. C'est la vie qui se poursuit autrement.

Tous les changements planétaires, il y en aura encore, toutes les grandes transformations dans vos sociétés amèneront ces transitions. La maladie, les maladies permettent à beaucoup, beaucoup d'êtres incarnés la délivrance. Alors soyez présent, soyez en vous, sachez occuper votre corps physique, occuper vos autres corps, regardez ce qui se présente, ne plus fuir, ne plus vous cacher, regardez ce qui est là et comment ça réagit en vous, qu'est-ce qui s'active, quelles pensées vous viennent, quelles émotions . C'est cela le travail intérieur, le travail sur vous et ça se fait au quotidien.

Vous respirez profondément, nous allons maintenant faire arriver, faire transiter en vous dans ce canal qui vous partage afin d'alimenter tout votre circuit énergétique, de nourrir vos chakras, nous allons faire passer des fréquences par votre couronne, que vous puissiez vous ouvrir, les accueillir. Laissez cette lumière simplement couler en vous, passer dans tous les petits chemins, tous les petits réseaux. Vous respirez profondément, ces fréquences au fur et à mesure vont ressortir par vos chakras, amener avec elles tout ce qui est trop lourd, tout ce dont vous n'avez plus besoin.

Vous respirez profondément, cette lumière passe à travers vous, en vous, autour de vous, elle vient nettoyer, amener la fluidité, faire le lien entre les différentes parties de votre corps, respirez profondément, vous ressentez bien vos pieds sur le sol et cette lumière s'installe dans tous vos chakras. Ressentez vos chakras, leurs besoins, vous respirez profondément, cette lumière s'installe dans vos corps subtils, éclaire votre aura, respirez profondément. Et vous amenez maintenant d'autres fréquences c'est une nourriture, la lumière qui nourrit, la lumière qui va répondre à vos besoins en s'installant à l'intérieur de vous. Vous respirez profondément et vous laissez tous vos corps faire le plein de cette lumière comme si vous étiez en train de vous élargir, de grandir, de changer de forme, de volume, vous laissez le mouvement se faire, simplement.

Ne condamnez pas les manifestations les plus basses de votre être, au contraire soyez dans la réjouissance de ce qui vous est montré et allez au fond pour bien faire remonter complètement ces fréquences. Lorsque vous, vous mettez en colère, lorsque vous sentez qu'une mémoire, qu'un thème est en train d'être réactivé en vous et qu'il y a beaucoup de pensées, beaucoup d'émotions, ne

cherchez pas à éteindre le feu, au contraire servez-vous de cette force et guidez cette force pour arriver à quelque chose de stable. Vous avez cette capacité de transformer en vous, ce qui peut être de l'ordre de la réactivité, de l'énerverment, de la colère, ce sont des énergies en mouvement, donc une vitalité, une vivacité, une force, alors utilisez cette force pour amener le tout dans la lumière.

Bien souvent vous essayez d'éteindre, vous vous culpabilisez de vos réactions, vous, ne vous sentez plus digne de la lumière ou de ce chemin sur lequel vous êtes et vous perdez beaucoup de temps. Allez au bout, allez chercher qu'est-ce qui a provoqué non pas la personne, la situation, la parole qui a provoqué ce feu en vous, allez encore plus loin, allez chercher en vous le plus loin possible. Qu'est-ce que votre être vous dit, qu'est-ce qu'il vous montre à travers cet exemple et vous arriverez à ramener en peu, peu de temps l'équilibre.

Et jouez avec ces différentes expressions de vous, vous n'avez pas parce que vous avez décidé d'ascensionner, vous n'avez pas à être lisse, non la vie a plusieurs teintes, vous avez toute la latitude d'expérimenter les teintes, les nuances et plus vous progressez, plus les nuances sont importantes, il n'y a plus le noir, le blanc, il y a plein, plein, plein de teintes intermédiaires. Donc plein de possibilités pour gérer, pour conscientiser, pour transformer et transmuter. Vous avez encore trop l'habitude de solliciter vos corps inférieurs pour trouver les solutions parce que vous êtes pressé, parce que vous-même vous, vous mettez la pression, vous êtes dans cette urgence intérieure où il vous faut absolument quelque chose d'immédiat pour arrêter cette urgence intérieure. La respiration vous permet déjà de prendre de la hauteur, vous permet déjà de mettre un peu de distance avec l'urgence, vous permet de stabiliser tous les corps qui sont en suractivité pour que vous puissiez être inspiré.

Demandez lorsque vous êtes en difficulté, face à une situation comment gérer une situation, comment gérer une relation, quoi faire, demandez à être inspiré, n'allez pas chercher aussitôt de solution dans le corps mental, dans le corps émotionnel, laissez-vous un peu de temps, prenez soin du corps émotionnel lorsqu'il est en suractivité. C'est beaucoup de fatigue, c'est beaucoup d'énergie dépensée pour vous, alors prenez soin de lui, trouvez là où vous avez autour de vous quelques remèdes, quelques êtres qui vont vous faire du bien et apaiser, pareil pour le mental et comme des êtres affaiblis ou blessés ou malades prenez soin d'eux.

Et demandez, demandez à votre être intérieur de vous aider, de vous soutenir et c'est dans le silence de l'être qu'il va pouvoir se manifester vous envoyer la pensée la plus juste, vous donner l'idée, vous aider dans la mise en place de la solution ou des solutions. Nous l'avons déjà dit lorsque vous êtes projeté dans une situation difficile vous baissez votre vibration, de ce fait vous allez chercher des solutions dans des vibrations basses qui vont peut-être régler la situation sur le moment, mais qui ne vont pas forcément vous correspondre et cela va créer des conflits intérieurs. Vous aurez, par rapport à l'extérieur, par rapport à l'autre, aux autres trouvé une solution mais ce ne sera pas la plus adaptée pour vous, en tenant compte de vous, de là où vous en êtes, de votre conscience.

Vous aurez été chercher une solution dans une vibration plus basse, c'est-à-dire dans une conscience plus basse, il est tentant, il est extrêmement tentant pour vous de répondre, face à des événements difficiles, compliqués ou à des êtres,

de répondre avec la même vibration que l'autre. Et généralement lorsqu'il y a problème ce sont des vibrations plus basses qui vont vous attirer dans une conscience inférieure et parfois bien malgré vous. Lorsque la solution est posée, que le conflit est apaisé et que malgré tout vous n'êtes pas en paix, c'est là que vous vous apercevez que vous avez réagi avec une conscience inférieure. Que cela vous aide, que cela vous serve pour une prochaine fois, c'est très compliqué, c'est très difficile parce que dans le mouvement vous êtes pressé de trouver la solution et surtout d'apaiser ce qui peut être difficile en vous, mais apprenez à jouer avec le temps, apprenez la mesure et surtout ne faites plus de compromis avec votre lumière parce que c'est à vous que vous faites du mal.

Il est souvent pour l'être humain plus facile de pardonner à l'autre qu'à soi-même, alors cessez de vous faire du mal et la solution que vous allez trouver avec votre conscience supérieure, ou du moins celle que vous aurez réussie à stabiliser sera une solution qui sera juste, également pour l'autre. Ce ne sera pas une solution dans l'emportement de vos émotions, dans, parfois ce côté victime, du fait que vous cherchez réparation et que l'autre vous doit réparation. Sortez, sortez, dès que vous pouvez, sortez de ces schémas, ce sont ces schémas qui vous font souffrir, ce sont ces schémas qui se répètent de génération en génération et qui provoquent à grande échelle tous ces mouvements, qui ont provoqué, qui provoquent encore tous les conflits armés. Dès que vous le pouvez, dès que vous repérez ces schémas œuvrez en vous pour en sortir, d'être en conflit avec vous-même n'apporte rien, vous aurez peut-être gagné sur l'autre extérieurement mais avec vous-même, vous, vous créez de nouvelles blessures, ce n'est pas nécessaire il y a suffisamment à faire.

Vous respirez profondément, vous ressentez votre cœur, cet espace, vos cœurs, puisque vous n'en avez pas qu'un, cette entité cœur qui en fait réuni, rassemble toutes les parties de vous, vous permet d'être, c'est cela vous permet d'être. Alors nous allons ce soir, là aussi vous mettre en relation avec vos cœurs, le cœur le plus dense au cœur le plus subtil, qu'ils puissent être tous bien alignés, bien reliés les uns aux autres, que vous puissiez être inspiré par le plus grand cœur, le cœur dont la vibration est la plus élevée. Vous respirez profondément, vous respirez dans votre cœur, dans le centre de votre poitrine et au fur et à mesure de vos respirations cet espace s'ouvre, se relâche, vous respirez profondément, vous ouvrez cet espace, vous le rendez disponible et nous allons amener des fréquences qui vont relier tous vos cœurs.

Que vous puissiez recevoir cette lumière, elle vient du cœur du cœur elle est pour vous, pour chacun d'entre vous, que vous puissiez ressentir la reliance, c'est celle qui existe entre tous les cœurs, celle qui existe entre toutes les parties, toutes les réalités de votre être. Vous respirez profondément la meilleure nourriture pour le cœur c'est la joie, c'est la joie c'est cette légèreté que procure la joie, c'est cette légèreté qui procure la beauté, allez chercher cela, ayez comme préoccupation, comme objectif, chaque jour de nourrir votre cœur, la joie, la beauté, la paix, cherchez dans votre quotidien, cherchez ce qui va pouvoir nourrir votre cœur, l'aider à se détendre, à s'ouvrir pour qu'il puisse recevoir, qu'il puisse aussi prendre l'habitude de ces connexions. Vous respirez profondément et vous laissez la lumière s'installer, vous la laissez se poser en vous.

« Que vous puissiez me recevoir, bien aimés je suis **Jeshua**, que par vos cœurs je puisse m'installer tout près de vous, en vous, que vous puissiez me ressentir, ressentir ma force, ressentir mon soutien, ressentir ma présence à vos côtés, que vous puissiez expérimenter cette **force du cœur**, cette force qui rassemble, vous qui avez la chance de pouvoir expérimenter le cœur sur terre. Il y a d'autres lieux, il n'y a pas cette possibilité, vous avez le pouvoir de stocker ce qu'il y a de plus beau, de plus pur, de recevoir à travers votre cœur, vos cœurs ont des consciences là aussi très différentes et nous oeuvrons à vos côtés pour vous permettre d'installer les fréquences les plus pures. Je suis Jeshua et je suis présent à vos côtés, que vous puissiez me ressentir dans vos cœurs, que vous puissiez m'interpeller, que vous puissiez communiquer avec moi-même, avec mes énergies avec tous les êtres qui sont porteurs de ces fréquences du cœur. Qu'il en soit ainsi pour chacun, ce n'est pas un privilège, c'est, cela fait partie de vous, cela fait partie de votre essence, de vos attributs. C'est dans le cœur que se rassemblent le haut et le bas, qu'il n'y a plus de différence, qu'il n'y a plus de frontière, que tout est. Qu'il en soit ainsi, je vous salue. »

Vous respirez profondément et nous allons encore prendre quelques instants pour amener d'autres fréquences dans votre canal, consolider l'alignement, consolider votre structure, vous respirez profondément et nous profitons également que vous soyez réunis pour partager, pour transmettre cette énergie du cœur à votre planète, à tous les êtres qui en ont besoin, et ensemble que nous puissions partager toutes ces fréquences. Vous respirez profondément et pendant que vous recevez cette énergie d'alignement vos cœurs transmettent, partagent, que toutes les âmes dans le besoin puissent recevoir quels que soient les règnes, que votre planète puisse recevoir.

Vous respirez profondément, nous vous invitons à la stabilité dans le mouvement, à prendre bien soin de vous, à être dans cette vigilance pour repérer quel est l'impact sur vous-même de vos actions, de vos pensées, de vos paroles. Vous pouvez dire parfois ce qu'il est juste de dire ou de bon ton, mais quel impact cela a sur vous, la priorité c'est votre être intérieur de pouvoir l'apaiser, de pouvoir mettre dans la guérison toutes les souffrances, toutes les blessures que votre âme a connues et de ne pas en provoquer d'autres. Prenez le temps de repérer ce qui se passe en vous, vos corps savent, se manifestent, expriment s'il y a un désaccord, s'il y a un conflit intérieur, soyez vous, soyez en accord, c'est parfois compliqué, face à l'autre, face aux autres, face à la société. Laissez un pas après l'autre vous allez vous apercevoir, que oui, vous pouvez être vous, que vous trouverez la manière la plus juste d'être vous pour vivre pleinement dans cette société, vivre avec les autres tout en étant dans le respect de vous-même. Plus vous allez avancer moins vous supporterez de faire semblant, plus votre être va se manifester, va réagir à chaque fois que vous ne serez pas en accord avec vous.

Vous respirez profondément, nous vous souhaitons le meilleur, nous vous souhaitons cette conscience, cette conscience qui amène la paix, qui amène le repos, qui amène la bienveillance, la tolérance.

Vous respirez profondément et nous allons commencer doucement à vous aider à revenir, à rassembler vos corps, **vivez pleinement cette époque**, jouez, jouez avec les événements, allez chercher en vous dans la manière de vous exprimer, de poser, il n'y a pas qu'une manière de jouer, alors essayez, testez, sortez un

petit peu des habitudes pour mettre en place ce qui vous correspond vraiment, pas ce qui se fait, pas ce qu'on veut de vous mais vraiment d'aller vers cette vérité, cette authenticité de l'être par étape petit à petit, qu'il en soit ainsi, je vous salue. »

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