



Méditation-channeling du 26 Mars 2019

« La vie dans le mouvement, la vie dans la joie »

« Soyez accueillis dans la lumière celle qui est présente en vous, celle que vous allez recevoir, toutes ces énergies que nous allons et que nous avons préparées pour vous, que vous puissiez prendre votre place les uns à côté des autres, les uns avec les autres. Et nous commençons déjà à préparer votre cercle afin d'harmoniser la vibration, que votre ensemble puisse faire le UN et qu'ainsi nous puissions plus facilement passer à travers ce UN pour distribuer à chacun ce dont vous avez besoin.

Alors soyez les bienvenus, je suis Emmanuel, que nous puissions ensemble faire cet échange, cette transmission d'énergies, vous permettre d'aller un peu plus loin sur votre chemin, chemin de compréhension, chemin d'initiation, chemin de développement, période de renouveau, de renaissance où la vie s'affirme, la force de la vie s'affirme. Vous allez la ressentir à travers vous dans tous vos corps, que ce soit le corps physique qui va se manifester avoir de l'élan, avoir l'envie, l'envie de faire, l'envie d'entreprendre, l'envie d'être autrement aussi, puis vos corps subtils qui accueillent ces nouvelles fréquences, qui accueillent le renouveau.

Vous avez fait durant l'automne, l'hiver le ménage à l'intérieur de vous, vous êtes descendus en fonction de chacun plus ou moins profondément pour regarder en face ce qu'il y avait encore, l'ordre qu'il y avait à mettre, ce qu'il était nécessaire d'enlever ou de changer de place ou d'envisager autrement. Et puis maintenant avec ce que vous avez décidé à l'intérieur de vous, vous allez mettre en place, vous allez manifester, vous allez entreprendre, vous allez faire les pas nécessaires pour vous réaliser et c'est avec toute la force de cette saison, toute la force de la vie, l'expression de la renaissance, du renouveau qui va vous accompagner dans ce même mouvement intérieur. Changement dans la continuité, une affirmation très forte, les énergies qui vont faire la différence pour permettre à chacun d'être là où il doit être à sa place, à la place qui vous correspond, à la place que vous pouvez occuper, celle qui est, qui vous revient, celle qui vous revient.

Il est important durant cette mise en place d'être aligné, d'être en vous, d'être présent en vous, de ne pas fuir, de ne pas éviter le changement, de ne pas vous réfugier, que ce soit dans le passé, que ce soit dans le futur mais bien d'être là, de remplir votre corps physique de votre présence tous les jours, plusieurs fois quand vous sentez que c'est compliqué dans la journée, vous dire est-ce que je suis bien là, est-ce que je suis bien présent, est-ce que je remplis mon corps pour que vous ayez toutes les énergies, pour que vous ayez toutes les forces, pour que vous soyez complet. Importance également du nettoyage dans cette période intermédiaire où le printemps s'installe va avec force prendre sa place, il est nécessaire de vous nettoyer, de nettoyer vos corps, vos corps subtils pour éliminer encore les traces de l'ancien, ce qui peut encore encombrer, ce qui va freiner votre développement, qui va créer des obstacles sur votre chemin. Enlevez les résidus ce qui n'est plus nécessaire et que parfois, malgré vous vous

maintenez en place par peur, par peur d'aller dans l'inconnu, par peur de ce qui peut venir à vous, alors pensez, pensez à vous nettoyer, à vous faire nettoyer si c'est pas possible de faire vous-même, de revêtir un vêtement le plus propre possible pour accueillir ces nouvelles fréquences.

La vie s'affirme et en vous aussi vous allez affirmer votre vie, affirmez aussi vos choix de vie, affirmez ce qui est juste, ce qui est bon pour vous les orientations que vous souhaitez, les rêves que vous pouvez avoir. L'importance du nettoyage c'est permettre à ce que vous soyez inspiré par votre divinité dans votre devenir, dans ce que vous souhaitez mettre en place, qu'il n'y est pas encore de l'ancien qui vienne perturber le nouveau ou qui vienne signifier et rendre plus compliqué. C'est vous rendre disponible, être là disponible, il n'est pas nécessaire de s'agiter dans tous les sens, vous avez la force en vous, vous avez la capacité de recevoir à l'instant tout ce dont vous avez besoin comme énergies, s'agiter c'est gaspiller, gaspiller de l'énergie, gaspiller vos forces, affaiblir votre mental, activer plus que nécessaire vos émotions.

N'avancez pas sur le chemin de la réalisation avec l'appréhension, instant après instant, soyez vous, là où vous en êtes, évitez au maximum de vouloir occuper le futur au lieu du présent, ce n'est pas la peine vous perdez du temps, de l'énergie, de la motivation, vous ne voyagez pas seul, nous le répétons à chaque communication. Votre être est multiple, il y a des aspects qui sont dans l'incarnation, il y a des aspects qui ne sont pas incarnés mais qui accompagnent votre incarnation et puis en cas de besoin il y a des aspects qui évoluent sur d'autres plans ou dans d'autres incarnations parallèles et en cas de besoins ces aspects sont là également pour vous. Donc vous êtes dans un seul corps vous êtes nombreux et c'est là votre force, c'est là votre potentiel même si vous avez du mal à la réaliser et que vous cherchez à l'extérieur de vous ce qui existe à l'intérieur. C'est simplement de vous en souvenir, c'est simplement de recontacter au fur et à mesure que c'est possible cela et d'avoir l'attitude, d'avoir la conviction profonde que vous êtes accompagné et que vous, vous rassemblez jour après jour, vous faites Un et vous faites corps avec vos différents aspects. C'est ce vous permet d'évoluer, c'est ce qui vous permet au fur et à mesure d'intégrer votre aspect divin, de pouvoir vous diriger vers cet accomplissement, cet éveil qui n'est qu'un passage.

Petit à petit au fur et à mesure vous allez passer de l'individu que vous êtes à un état plus proche du UN où vous allez vraiment ressentir le TOUT. C'est ce que vous nommez sur Terre l'Eveil, en étant dans cette position d'éveil vous aurez de la distance avec vos émotions, avec votre mental, avec tout ce qui se passe vous allez prendre une mesure différente de ce qui est. Mais ça ne s'arrête pas là, une fois que vous êtes bien installé dans l'éveil, vous allez en fonction de chacun, plus ou moins vite revenir dans le plan de l'incarnation, plan que vous n'avez jamais quitté sauf que l'éveil vous permet de prendre un peu de recul et de puissance.

Vous allez revenir dans le plan, l'avant plan de l'incarnation avec tout le ressenti, tout ce que vous avez perçu de l'éveil parce que comme à chaque fois ce qui est développé, ce que vous pouvez appréhender a besoin d'être vécu dans la matière, d'être ressenti dans la matière, c'est ainsi que vous validerez là où vous en êtes, donc actuellement et de plus en plus et chaque jour et cette année est là pour vous porter à l'éveil. Dans cet état d'être différent de ce que vous expérimentez, vous pouvez déjà ponctuellement dans vos expansions de conscience, dans ce que vous vivez déjà vous approcher de ça et même vivre par

petits moments, par petites séquences l'éveil et puis lorsque ce sera prêt en vous, vous, vous installerez confortablement dans cet état d'être.

Respirer dans l'éveil, vivre dans l'éveil, vivre les relations avec les autres dans l'éveil, avoir cette distance avec l'agitation du premier plan, de la partie de vous qui est confrontée à tout ce que vous vivez dans le quotidien puis vous reviendrez à cet avant plan avec tout ce que vous avez développé, tout ce que vous avez compris, tout le sens que vous allez retrouver. Vous reviendrez pour vivre différemment cet avant plan, pour vivre différemment votre quotidien et la matière. En aucun cas il ne s'agit d'éviter, en aucun cas il ne s'agit de se soustraire à la Vie, bien au contraire vous allez revenir dans votre vie les deux pieds sur Terre, conscient de ce que vous avez à accomplir, de ce que vous souhaitez être. Il y aura comme vous avez maintenant dans le quotidien parfois des complications, parfois des épreuves, des joies, des peines, vous serez seulement, vous serez différent, vous penserez, vous agirez, vous allez vivre différemment, c'est ce qui vous est possible sur cette planète. De vivre un état de conscience supérieur installé en vous dans la matière et c'est à ce moment là que vous allez réellement faire des progrès, que vous allez faire progresser l'ouverture de votre cœur c'est les avancées initiatives et spirituelles. A partir du moment où il y a retour dans la matière, d'atteindre l'éveil ce n'est pas en soi ce qu'il y a de plus compliqué c'est à la portée de chacun réellement et de chacun.

De plus en plus les fréquences de cette planète permettent à un grand nombre d'êtres qui sont en chemin d'arriver à ce stade c'est ce vers quoi vous allez, vous êtes déjà dans ce processus. Ce qui est en revanche un peu plus complexe c'est de pouvoir après revenir, ne pas rester dans un état d'être somme tout abstrait qui vous déconnecte un petit peu de la réalité terrestre mais c'est de revenir avec cet état d'être dans la matière. Prendre en charge votre vie, assumer vos responsabilités, regarder comment ça se place en vous, ce qu'il est possible et puis c'est là que les grandes avancées, les progressions se feront importantes et s'ancreront en vous. Alors il n'y a pas de limites à ce qu'il y a à accomplir sur terre, ne vous mettez pas de limites, ne vous mettez pas d'objectifs en dehors d'être, c'est seulement ça qui est important et qui compte et que vous avez à retenir. Après pour être, va se décliner une série de situations, de contextes, de rencontres pour vous permettre justement de vivre des contextes différents avec des teintes différentes, des vibrations différentes pour vous faire expérimenter, expérimenter l'être, la manière d'être c'est cela, vous êtes sur terre pour cela.

Alors de plus en plus essayez de sortir de vos croyances, de sortir des carcans dans lesquels on vous a mis, de toutes ces petites boîtes, vous êtes dans une société où on aime les petites boîtes, petites ou grandes ranger les uns, les autres à l'intérieur où depuis dès le plus jeune âge on vous habitue à accepter ces boîtes et à fonctionner avec ces boîtes pour pouvoir y rentrer. Il s'agit non pas d'enlever toutes ces boîtes parce que le cadre est nécessaire, lorsque l'être humain sera pleinement dans sa responsabilité ce ne sera plus nécessaire mais pour le moment c'est grandement nécessaire, il y a encore trop d'êtres qui n'assument pas leur vie, qui n'assument pas qui ils sont, qui ne prennent pas la responsabilité de leurs énergies d'où la nécessité de mettre le cadre. Les mentalités, les consciences vont faire des bonds très importants ce qui permettra à un moment donné, à l'être humain de fonctionner différemment, de réaliser qu'il est responsable de sa vie, de ses choix, de ses pensées, non pas coupable responsable.

Lorsque l'être humain sera responsable il sera pleinement dans sa verticalité, il se sera redressé, ce sera un homme debout, c'est une des premières réalisations du fait d'être, être debout, oui, acceptez les choix de l'incarnation, tous les possibles, l'évolution. Acceptez les différentes parties, les différents aspects qui composent un être humain, ça paraît tellement simple et pourtant vous êtes encore aux jours d'aujourd'hui si peu à être dans cette responsabilité c'est ce qui cause tant de tourments, c'est ce qui cause tant de turbulences dans votre pays et dans les autres. Et puis il va falloir aussi passer à la dimension collective, que l'être humain prenne conscience de l'importance de l'autre, des autres pour avancer ensemble pour avoir des objectifs communs, des valeurs communes pour le meilleur pour chacun, non pas pour faire des clans, non pas pour se regrouper par affinités et éjecter les autres et s'approprier les richesses, ça c'est déjà fait, vous avez expérimenté, vous expérimentez encore cela, ce n'est plus à faire, la page doit être tournée. Et c'est, c'est ce qui est en train, ce sont les préludes, tourner la page de fonctionnements collectifs obsolètes, pour arriver à mettre en place d'autres manières de vivre ensemble, d'agir et d'avoir comme préoccupation principale de maintenir la vie, une vie de qualité, vie respectueuse et respectée.

Alors en vous se croise en ce moment les fréquences pour votre évolution, pour la transformation, pour vous mettre là où vous devez être, sortir des illusions, sortir des chimères, embrasser pleinement la réalité pour pouvoir la transformer, être dans le concret, amener toute la subtilité dans le concret, amener les plans supérieurs dans la matière, occuper votre corps physique c'est cela, occuper votre corps physique avec respect, avec bienveillance, avec tellement d'amour pour vous-même. Ces temps qui s'annoncent sont des temps de mouvements, de changement où vous allez apprendre à vous aimer, essayer c'est se respecter, prendre soin de tous ses corps, avoir une qualité de vie, une hygiène de vie, avoir un respect immense pour la Vie qui vous traverse, pour ce que vous avez accompli, déjà accompli et pour ce que vous allez accomplir, être dans un état de gratitude permanent, c'est une des clefs pour la réalisation.

Acceptez le changement, acceptez la vie telle qu'elle se présente à vous puis lorsque c'est là agissez, affirmez-vous, posez ce qu'il y a à poser, décidez ce que vous voulez, ce que vous ne voulez plus et vous continuez pour mettre en place le changement, quel que soit le plan concerné il vous faut le mouvement et si vous, vous arrêtez, si vous êtes dans un état où vous êtes figé en vous par appréhension, par incompréhension ou par peur c'est très difficile de mettre en place du nouveau, de mettre en place, d'aller s'installer dans le changement. Lorsque c'est compliqué, rassemblez-vous à l'extérieur avec les autres, oui si vous avez besoin de soutien des autres, rassemblez-vous en premier avec vous-même, prenez l'habitude de communiquer, de vous parler, de vous adresser à vous-même, de convoquer, d'inviter toutes les parties de vous. Et vous continuez à avancer, quoiqu'il arrive vous continuez à avancer c'est ce qui va permettre la mise en place dans la matière, dans votre vie, dans votre réalité de ce que vous souhaitez. Il n'y a pas à juger, à vouloir trouver des explications, à vouloir trouver des coupables, tout le monde est responsable, chacun est responsable de soi, vous avez ce qu'il faut, juste vous en souvenir.

Vous respirez profondément, nous allons passer à travers chacun afin d'aligner vos différents corps, que vous puissiez bien mettre vos pieds sur le sol, bien vous

redresser, nous allons à travers vous faire passer des fréquences, permettre l'alignement de vos corps subtils. Vous respirez profondément, imaginez que vous enlevez, que vous avez sur vous plusieurs vêtements, plusieurs manteaux, toutes les couches les unes sur les autres que parfois vous conservez, ce n'est plus nécessaire. Et puis imaginez pendant que nous faisons passer ces fréquences que vous vous enlevez ces vêtements, ces manteaux, vous les enlevez et vous les jetez à terre, vous les redonnez à la terre, vous redonnez à la terre ce dont vous n'avez plus besoin dans vos fonctionnements, vos attitudes, vos croyances dans ce que vous avez mis en place dans vos dialogues intérieurs, dans vos programmes et vous enlevez. Et puis vous allez vous apercevoir qu'à un moment donné vous allez arriver à un vêtement plus clair, focalisez toute votre attention, toute votre conscience sur ce vêtement, c'est là où vous en êtes maintenant, tout ce qui est possible, tout votre potentiel.

Vous respirez profondément et vous laissez ces énergies vous traverser complètement et ressentez votre cœur, l'espace de votre cœur, cet espace qui va s'ouvrir au fur et à mesure, nous y amenons des fréquences afin de vous aider à y installer la paix, la sérénité, vous aider également à ce que au quotidien vous puissiez ressentir cet espace, ressentir ses mouvements, ressentir parfois, son empressement à vous servir, à vous aider dans votre quotidien, dans votre incarnation. Vous respirez profondément, ressentez votre verticalité, ressentez là où vous en êtes de l'acceptation de votre vie de ce que vous avez déjà accompli, le chemin parcouru, regardez au présent là où vous en êtes, aujourd'hui, ressentez votre verticalité, vous, vous êtes redressé. Respirez profondément, vivre la verticalité, votre verticalité demande des qualités, demande dans votre société d'avoir du courage, de ne pas baisser les bras, d'avoir cette force intérieure de vous dire que quoi qu'il arrive vous avancez, que vous vivez votre chemin et que parfois le chemin est différent. Ce que vous rencontrez sur le chemin est différent et c'est ainsi, c'est la Vie dans toutes les expressions, ce serait lassant pour vous de vivre toujours la même chose, vous savez votre âme aspire à expérimenter le plus possible de situations, le plus possible de vibrations différentes, d'aller dans des consciences hautes, c'est ce qui se passe.

N'allez, n'allez pas chercher dans le passé les solutions elles ne sont plus adaptées, cherchez-les dans le présent et même ne les cherchez pas elles viennent à vous, il suffit d'avoir l'intention, il suffit d'être présent dans votre corps, dans vos corps pour ce que vous voulez mettre en place. Puis vous avez cette énergie qui descend en vous, qui vous donne le ressenti, qui vous donne l'information, l'élan pour faire telle ou telle démarche pour être à tel ou tel endroit dans ce qu'il y a à dire. Recherchez la solution dans votre alignement, si vous n'êtes pas aligné vous allez entendre plusieurs voix, vous allez entendre votre mental qui va chercher une solution, vous allez entendre votre émotionnel, vous allez entendre votre corps, vous allez entendre plein de parties de vous qui vont s'exprimer, l'idéal étant de rassembler tout le monde pour avoir une seule voix.

Vous respirez profondément, nous allons quelques instants travailler sur votre cœur et pour cela nous amenons, nous avons la présence, les énergies de dauphins, vous allez pouvoir les ressentir, **la Vie dans le mouvement, la Vie dans la joie**, avec tout ce qui est. Vous respirez profondément, ressentez l'espace de votre cœur, son ouverture et nous y amenons ces fréquences de joie, les énergies des dauphins, toute la reliance aux océans. Vous respirez

profondément, chacun a sa place, laissez votre cœur s'ouvrir, il n'y a pas de limites, vous allez dans ce qui est possible aujourd'hui, là maintenant et puis vous allez prendre contact avec votre 3^{ème} œil, nous y déposons une fleur jaune, soleil dans la beauté, accueillez ce symbole, son rayonnement, vous respirez profondément. Plus vous acceptez la vie, votre vie, plus vous permettez à d'autres d'accepter leurs vies, plus vous agissez avec responsabilité, avec conscience, plus vous permettez aux autres d'agir ainsi.

Là où vous en êtes, soyez UN, vivez pleinement chaque instant, de plus en plus, vous allez permettre l'installation d'une manière durable dans votre société des nouveaux fonctionnements. Préparez la Terre pour les nouvelles générations, ne pas vous fier qu'aux apparences, à ce qui est vécu dans la mêlée ou dans les combats, dans les débats, recherchez le fond, recherchez le socle parce que c'est ce socle qu'il va falloir installer. Au fur et à mesure le socle sur lequel reposait votre civilisation est en train de s'effriter, de se désagréger et en même temps vous en construisez un autre, vous posez d'autres bases, regardez, écoutez dans votre société tous les sujets qui sont abordés, des fonctionnements qui sont remis maintenant en question. Il y a des avancées, beaucoup d'avancées, déjà de pouvoir verbaliser, de pouvoir remettre en questionnement, remettre en questionnement la validité, l'existence même de certains fonctionnements, habitudes qui étaient parfois acquises depuis longtemps.

Le changement est là, ses manifestations sont parfois un peu désordonnées, un peu chaotiques, il va falloir avec le temps poser, bien enraciner dans la matière les changements ce que le plus grand nombre souhaite, donc ne vous découragez pas, ce que vous êtes en train de voir ne sont que les balbutiements de ce qui va se mettre en place. Ce qui s'est construit petit à petit depuis des générations et des générations demande à être déconstruit avec du temps. Il ne s'agit pas de tout mettre par terre et de n'avoir rien, ce sont les deux mouvements en même temps, la destruction et la reconstruction, la renaissance pour que les changements de repères ne soient pas trop difficiles. Tout le monde n'étant pas au même niveau d'évolution, il y a des précautions à prendre afin que le plus grand nombre dans le collectif puisse suivre le mouvement. Alors pas de démotivation, pas de désespoir, le changement, le mouvement sont là, restez bien dans vos cœurs, restez bien unis avec vous-même, il est extrêmement difficile d'avoir une opinion sur ce qui se passe, les cartes sont brouillées, il y a tellement peu d'informations, de valeur parce que il y a des faits qui sont cachés ou qui sont transformés.

Vous respirez profondément, alors je veux vous encourager à faire l'expérience au quotidien de l'instant présent, c'est ce que vous appelez la pleine conscience être là pleinement là et de laissez venir à vous tout ce qui est, il est assez temps après d'être, de choisir ce que vous mettez en place, ce que vous manifestez. Période d'ouverture, de transformation importante, essayez au maximum d'être dans ce mouvement de ne pas aller à contre courant parce que sinon, ça génère des complications, ça génère des conflits intérieurs, ça génère des maladies. Ce qui est extrêmement important c'est d'être en accord avec vous, pas tant d'être en accord avec l'autre, avant tout avec vous, de pouvoir prendre le temps d'écouter les parties qui se manifestent en vous, de ce que chacun veut et de décider ce qu'il est possible. Cessez de vous combattre, cessez de lutter contre vous-même, ça n'apporte rien de bon, accueillez-vous, accueillez-vous avec paix, avec bienveillance, cette période comme nous l'avons dit va vous apprendre à

vous aimer et ce n'est pas une mince affaire, vous n'avez pas été habitué, vous n'avez pas été éduqué, formaté ainsi. C'est vous aimer pour pouvoir aimer le Tout, pour pouvoir aimer le collectif, ce n'est pas vous aimer dans le sens d'être encore plus individualisé. Vous aimer pour aimer, pour aimer ce qui est, pour aimer les expressions de l'autre, sans en être affecté.

Vous respirez profondément, période importante également pour tous vos sens qui vont encore se développer, s'affiner, d'autres perfections, d'autres ressentis, des libérations au niveau du verbe, au niveau de la gorge, vous récupérez ce dont vous avez besoin. Vous respirez profondément n'acceptez plus les chaînes, n'acceptez plus vos chaînes, n'acceptez plus d'être enchaîné à vos habitudes, à vos croyances, à tout vos fonctionnements qui vous limitent qui ont pu à un moment donné vous servir très bien et qui ne sont plus adaptés. Regardez, regardez-vous, observez-vous, qu'est-ce qui vous freine, qu'est-ce qui vous empêche de vous réaliser, quels sont les boulets, quelles sont les chaînes encore que vous traînez avec vous qui entravent vos mouvements, qui entravent vos expressions. Vous respirez profondément, soyez heureux l'homme se libère, la vie à travers lui va emprunter d'autres chemins, d'autres expressions, vous offrir d'autres expériences, quand vous regardez ce qui se passe autour de vous vous pouvez trouver cela bien sombre alors qu'en réalité c'est la liberté, c'est une des expressions de la liberté car l'être humain est en train de s'affranchir. Alors il y a des tâtonnements, il y a des effets, il y a des erreurs, il y a parfois des retours en arrière, le mouvement, la décision elle est là.

Vous respirez profondément. Que vous puissiez quelques instants ressentir votre cercle le UN que vous formez et que nous puissions à travers votre cercle amener la lumière, transmettre cette lumière à votre planète, à tous les êtres vivants sur cette planète qui en ont besoin et vous laissez vos cœurs déverser toute cette lumière, nous passons à travers vous, à travers votre cercle, afin de partager, de transmettre au plus grand nombre et vous pouvez avec votre intention diriger cette lumière vers des êtres qui vous sont proches, les êtres qui en ont besoin. Et vous laissez faire le mouvement.

« Bien aimés, je suis à vos côtés, je suis Jeshua, en vos cœurs je suis présent, à chaque instant, celui qui m'appelle, pour celui qui m'interpelle je suis là, je marche avec vous sur le même niveau et ensemble nous accomplissons et ensemble nous devenons et ensemble nous célébrons la Vie, son œuvre, même dans le tourment il y a un espace de paix, même dans le tourment il y a ma présence, même dans le tourment il y a votre divinité, permettez-vous de voir cela, permettez-vous de contacter cet espace, de visiter cet espace, d'y reprendre de la force. Qu'il en soit ainsi »

Vous respirez profondément, vous ressentez tout votre corps, le cercle que vous formez et nous allons maintenant, petit à petit vous permettre de reprendre pleinement votre place, que votre lumière et celle qui est omniprésente à l'intérieur de vous éclaire chacun de vos pas, que cette lumière vous inspire dans vos réalisations. Que cette lumière vous aide à vous aimer, à aimer simplement, que vous puissiez en prendre conscience, lui laisser de plus en plus de place jusqu'à complètement devenir lumière, d'avoir de la compassion pour vous, d'être tolérant avec vous, avoir cette bienveillance qui vous permet de vous tromper au sens où vous, vous l'entendez qui vous permet de faire vos expériences, de comprendre, de trouver du sens, de réaliser ce qui se met en

mouvement en vous. Il est difficile d'avancer si vous, vous maltraitez, si vous êtes sans arrêt à vous juger et à vous culpabiliser cela crée des crispations à l'intérieur de vous et le mouvement se ralentit et parfois s'arrête et veillez à cela.

Vous n'avez pas toujours les mêmes rythmes et c'est normal. Par moment vous aurez un rythme plus lent, par moment il sera accéléré ça dépend des périodes, ça dépend des besoins de votre être et c'est une danse à plusieurs temps dans des rythmes différents. Vous respirez profondément, que cette lumière en vous, celle de votre cœur puisse à chaque instant vous éclairer, vous permettre de réaliser ce qui est possible, de repousser loin de vous les limites, celles que vous, vous imposez, d'osez espérer et d'osez croire, d'avoir envie. C'est ce que nous vous souhaitons pour aborder cette nouvelle saison, d'aller puiser au contact de la terre la force de la Vie, d'observer les végétaux, avec quelle détermination ils entreprennent cette croissance, avec quelle force et quelle volonté, la volonté d'être. Alors profitez de tout ce qui est disponible, servez-vous en pour vos parcours, pour ce qu'il y a à mettre en place en pensant régulièrement à vous nettoyer, c'est ce que nous vous souhaitons, je suis Emmanuel et 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