

## Que se passe-t-il en ce moment?

Depuis septembre notre planète terre, GAÏA, nous envoie à son tour des énergies d'élévation, de 5ème dimension voire plus.

La grille cristalline qui s'est réactivée depuis 2012, élève son niveau vibratoire pour permettre à notre planète de faire son élévation, ce qui a pour conséquence de faire monter notre propre taux vibratoire.

Cela procure une grande joie à nos Âmes, mais notre corps physique en pâtit..

Nous subissons la montée d'énergie venant de la terre. Notre corps physique s'était habitué à recevoir de fortes énergies cosmiques, mais pas de la terre ce qui fait que nos 3 premiers chakras sont fortement sollicités et dans les meilleurs cas de figure, ils se bloquent créant en notre corps des troubles qui sont souvent violents et douloureux.

C'est une période de grande purification.

Il est grand temps de faire des méditations en pleine conscience, et d'écouter ce qui se passe en nous.

Voilà déjà plusieurs années que je demande à tous ceux que j'accompagne de travailler sur le lâcher prise, sur l'amour que vous vous portez, le pardon et la tolérance, le tout sans faire appel à votre ego qui vous égare de plus en plus. (l'ego est une énergie de la 3D...)

La tolérance, ces derniers temps, est mise à mal.

Il suffit de voir ce qui se passe dans le monde et autour de nous : une montée certaine de racisme, d'intégrisme de toute part, le plus grave à mes yeux, est que cette intolérance est menée par des groupuscules qui se présentent comme religieux, alors que le credo de toute philosophie religieuse est avant tout basé sur l'Amour de son prochain ... et l'Amour Universel.

Comment voulez vous faire votre travail d'éveil, alors que toutes les informations que l'on vous distille à longueur de bulletin d'infos et dans la presse ne sont que des nouvelles négatives, comme si "l'ombre", ou "le négatif" avait pris en otage les journalistes du monde entier pour nous empêcher de faire notre élévation et nous bloquer dans cette énergie de 3ème dimension qui doit disparaître de notre vie et de notre planète.

C'est d'ailleurs logique puisque la Presse est **LE** moyen de communication mondial par excellence! Mais ne lui jetons pas la première pierre car la Presse est composée d'hommes et de Femmes qui vivent eux-aussi l'élévation du Monde et leur propre élévation... Prenons de la hauteur par rapport à ce flux de nouvelles négatives. De toute façon, nous sommes préparés à devoir vivre quelques moments difficiles. Raison de plus pour pratiquer le laisser-aller et le détachement en prenant de la distance par rapport à ceux-ci.

C'est une épreuve pour nous tous, ce flux d'énergie cristalline va permettre à notre corps physique de se reconnecter à notre forme multidimensionnelle et à notre conscience de se développer. Cette expansion, irradiera au niveau multidimensionnel ce qui va permettre à la conscience planétaire

La méditation en pleine conscience va nous ramener dans notre cœur sacré de Feu, ce qui va avoir pour effet de retrouver en nous toute la puissance de la vie, et par là même la paix et la joie de vivre.

N'oublions pas que notre corps physique n'est autre que notre véhicule avec lequel nous allons ascensionner.

L'amour et la bonté doivent nous permettre d'affronter les «épreuves qui se présentent à nous, cela doit-être notre but et non l'inverse.

Rappelons nous que l'humain et la terre sont en grande évolution et que cela demande des transformations aussi bien sur le corps de la terre que notre propre corps. Trouvons la paix en nous en réalisant le lâcher prise, et en éprouvant de la joie de vie.

### **L'ascension est une chose très simple.**

C'est un changement qui arrive en un instant, mais vous êtes toujours ici.

Le soleil brillera encore et les étoiles scintilleront encore pour vous.

La différence est la JOIE, votre habileté à vivre la joie et ressentir la joie.

La meilleure façon de vérifier si l'ascension a eu lieu est de remarquer la qualité de la joie dans la vie d'une personne.

### **La JOIE est une extase ou un enthousiasme. C'est un état d'unicité avec Dieu.**

Elle peut aussi être définie comme votre centre ou être en votre centre, cet espace parfait que vous pouvez atteindre en méditation où l'énergie circule et vous fait ressentir cette unicité cosmique absolue avec tout ce qui est.

Peu importe ce qui vous fait plaisir, le sentiment de légèreté ou quoi que ce soit que vous définissez comme la joie, il est un chemin vers cet état.

Lorsque les individus et les groupes mettent toute leur attention sur l'ascension, ils doivent s'orienter à recréer leur vie comme un chef-d'œuvre de joie.

En agissant ainsi, ils commenceront à vivre dans la joie et, plus tard, ils deviendront la joie.

Lorsque chacun de vous fera ceci, vous commencerez à changer chaque individu qui entrera en contact avec vous dans votre vie quotidienne, rayonnant l'énergie de la joie vers lui, l'éveillant à cette fréquence.

L'ascension planétaire se manifestera lorsque la majorité des humains ascendants sur la planète vivra dans cet état de joie mais pas avant.

### **La raison de cette condition est que cette expérience planétaire relève du libre arbitre.**

Dans cet univers dimensionnel, le libre arbitre est une loi divine.

Lorsque la plupart d'entre-nous vivrons dans la joie, l'expérience planétaire se changera en un monde d'Amour et d'Unicité.

Lorsque la plupart d'entre-vous aurez abandonné le jeu de la dualité parce que vous aurez appris tout ce que vous pouviez apprendre et que, de votre propre choix, vous serez entrés dans la joie et l'unicité, l'ascension planétaire se manifestera.

D'ici là, et ce temps viendra assurément, la progression du corps de Lumière se poursuivra.

L'ascension prendra le temps qu'il faut et l'humanité, en tant que collectivité, décidera du moment de ce grand événement.



*Prenez quelques instants pour ressentir cette puissante ampoule, ou peu importe le nom que voulez donner à cette puissante lumière qui réside à l'intérieur de vous, dans votre cœur. Cherchez à contacter cette joie, imaginez que cette lumière s'intensifie à chacune de vos inspirations...*

*Ressentez l'énergie bouillonnante de votre cœur, ressentez la joie intérieure brûler en vous.*

*Pouvez-vous lui attribuer une couleur? De quelle couleur s'agit-il? Pouvez-vous lui attribuer une forme, un symbole? De quelle forme s'agit-il? Que ressentez-vous? de la chaleur, de la lumière, de la joie? Et de l'intérieur de votre cœur, imaginez que cette sensation agréable s'étend, et cherche à dépasser les limites de votre cœur...*

*Que ressentez-vous?*

*Ressentez-vous des résistances... de la difficulté à faire rayonner cette joie lumineuse en dehors de votre cœur?*

*Pourriez-vous comprendre cela comme étant des blessures qui recouvrent votre ampoule, l'empêchant de rayonner davantage?*

*Accueillez cela avec douceur.*

*Maintenant, vous savez que cette joie est là quelque part en vous, vous en avez fait l'expérience.*

Libérer la joie de vivre en vous !

Pour libérer votre joie intérieure, vous devez enlever la terre qui recouvre l'ampoule, nettoyer vos tristesses, vos colères et rancunes, tout ce qui alourdit votre cœur lumineux.

Comment faire?

Choisissez de libérer vos rancunes envers ceux qui vous ont fait du mal, ceux qui vous ont rejeté, abandonné, trahi, humilié, ou fait preuve d'injustice envers vous. Ceux-là mêmes qui ont souillé votre ampoule.

Si vous vous en sentez capable aujourd'hui, permettez-vous de pardonner à toutes ces personnes, ces situations qui vous ont fait du mal.

Si ce n'est pas le cas, accueillez le fait que vous n'êtes pas encore prêt à pardonner, soyez tolérant envers vous-même. Cela aussi fait partie du processus.

Se libérer de soi

Le chemin qui mène à la libération de la joie en nous est d'apprendre à se pardonner soi-même. Ce n'est pas quelque chose de facile à faire, j'en conviens. Tant nous avons été durs avec nous-mêmes.

Mais un jour ou l'autre, cela vous apparaîtra comme une évidence. Le pardon de soi est la clef. Pour avancer pas à pas dans cette direction, permettez-vous d'être plus à l'écoute de vous-mêmes, de vos besoins profonds et respectez les, apprenez à vivre sans vous juger, sans vous critiquer.

Apprenez à être doux et respectueux envers vous-mêmes. Complimentez-vous après une réussite, si petite soit-elle, apprenez à vous aimer tel que vous êtes, avec vos défauts et vos qualités, (les défauts n'étant que des qualités utilisées dans un environnement non approprié.)

Et petit à petit, la relation à vous-même s'épanouira, un jour vous serez capable de vous dire : « Je t'aime » dans le miroir.

Et ce jour là, vous serez prêt à franchir l'étape de l'ultime pardon, de vous pardonner d'avoir terni votre propre lumière, d'avoir emprisonné votre joie de vivre.

C'est à ce moment là que vous comprendrez que c'est vous-mêmes qui avez recouvert l'ampoule et serez capable d'enlever par vous-même cette couche de terre qui ternissait votre joie de vivre.

Lorsque vous vous permettrez le pardon et l'amour de vous-même, les situations et expériences désagréables ne terniront plus la lumière de votre ampoule et vous rayonnerez la joie sans aucune crainte.

La joie peut vaincre la dépression, La joie peut vaincre des maux physiques

Riez de votre mieux pour une meilleure santé donne une séance d'entraînement à votre cœur et à vos poumons.

Vous aide à vous relaxer. Relance le système immunitaire. Réduit la douleur. Améliore l'humeur.

Donne un sentiment de contrôle. Vous rend plus créatif. Réduit la colère.

Aide dans des problèmes respiratoires chroniques.

Donne une séance d'entraînement à votre cœur et à vos poumons.

Vous aide à vous relaxer.

Relance le système immunitaire.

Réduit la douleur.

Améliore l'humeur.

Donne un sentiment de contrôle.

Vous rend plus créatif.

Réduit la colère.

Aide dans des problèmes respiratoires chroniques.

**Alors ? Pourquoi vous obstinez-vous à ne pas vivre dans la joie et à ne pas rayonner la joie et l'Amour ??? Je vous pose la question.**

Eric