

## Adama

### *Ce regard sur vous-même*

Ressentez l'énergie de ce moment béni, sacré, lumineux enfants de la Terre. Je suis Adama, votre frère de Telos accompagné d'une grande multitude de vos frères et sœurs de la cité de Telos en ce moment. Nous formons un grand cercle et avons uni notre cœur au vôtre.

Pour chacun de vous, plusieurs de mes frères et sœurs de Telos se sont liés, connectés à votre cœur. Pour chacun d'entre vous, il y a entre sept et jusqu'à vingt de vos frères de Telos qui se sont liés à votre cœur pour vous supporter personnellement aujourd'hui et pour les trois prochains mois, dans cet espace-temps, sur cette Planète, dans cette dimension. Donc, pour chacun de vous à partir de ce moment précieux, ce moment sacré, entre sept et vingt Télosiens vous sont connectés, liés à vous, formant une équipe de support pour vous assister dans vos journées au quotidien pour les trois prochains mois.

Et cela pour provoquer une ouverture de votre cœur face à vous-mêmes, enfants de la Terre, pour vous supporter dans l'accueil de vous-même dans tout ce que vous êtes chaque jour, avec une plus grande compassion, une plus grande compréhension de qui vous êtes, un plus grand accueil d'Amour envers la Vie que vous représentez : l'étincelle de Lumière éternelle que vous êtes chacun d'entre vous. Tout à l'heure nous écoutions : vous parliez du mental qui aimait avoir raison, du mental omniprésent chez l'humain sur Terre. Eh bien oui, votre mental résiste. Avez-vous remarqué ?

Il résiste à accepter votre grandeur, à accepter que la Vie que vous utilisez tous les jours est la Vie de la Conscience Une. Remarquez-vous que la seule croyance de garder en vous que vous n'êtes qu'un simple humain, cette simple croyance vous limite et vous coupe du grand flux de la Vie, de cette connexion avec la Vie Une qui est la Grande Conscience Une dans cet Univers. Cette seule croyance agit comme si vous étiez entourés d'une forteresse autour de vous, d'un mur d'un mètre d'épais tout autour de vous, qui vous empêche de ressentir votre connexion avec la Vie en vous et autour de vous.

Ainsi, aujourd'hui nous nous sommes déplacés nombreux pour ancrer une énergie spéciale dans votre cœur. Et en cet instant présent je vous invite à focaliser votre attention sur ce cœur à l'intérieur de vous. Et lorsque je dis "ce cœur à l'intérieur de vous", je ne parle pas seulement du cœur physique mais du "foyer de vie en vous". Ce foyer de vie que vous pouvez imaginer comme un soleil, une sphère de Lumière. Ce foyer où la vie est concentrée à partir de ce corps physique et qui est relié à lui, mais est aussi relié à tous vos corps invisibles ; c'est ce qui entretient la circulation énergétique entre vos différents corps : à partir de votre corps physique jusqu'à vos corps les plus subtils qui atteignent les multi-dimensions.

Alors oui, à l'intérieur de vous, il y a une région sacrée, une région de Lumière qui est dans la région de votre Chakra du Cœur : le foyer de la Vie. Ou je pourrais dire aussi: le foyer de la Conscience Une que vous représentez, vous, chacun de vous. Le foyer de la Conscience Une qui est en expansion, qui apprend, évolue, grandit et apprend à se manifester à partir de cette forme que vous utilisez. Il apprend à se manifester, à grandir, à créer dans cette dimension.

Alors oui, chacun de vous est un grand explorateur: vous permettez à la Grande Conscience Une d'explorer une fréquence vibratoire, car chacun de vous portez une fréquence vibratoire représentant votre fondation. Cette fréquence vibratoire vous représente vous dans ce que vous imaginez et croyez de plus petit.

Laissez-moi vous expliquer: cette fréquence vibratoire que vous êtes, que vous représentez en ce moment représente la somme de toutes les croyances de distorsion que vous avez accumulées depuis le début de votre exploration dans cette dimension. Et la bonne nouvelle c'est que l'humanité est maintenant sur une vague d'énergie ascendante, ce qui fait que ce trésor que vous représentez, car réellement cela représente un trésor d'expériences, un trésor de fréquences que vous avez vécues, assimilées, intégrées, colorées, respirées, mangées. Toutes ces actions, tout ce vécu dans cette dimension représente un trésor inestimable, car il ne se manifeste pas seulement au niveau de votre conscience de l'ego : c'est un trésor qui se déploie et qui touche jusqu'à l'atome de votre corps physique, car même chacun des atomes qui composent les cellules de votre corps physique et de vos corps subtils ont emmagasiné des connaissances, des fréquences de vie. Et tout cela, vous le portez en vous !

Alors aujourd'hui, moi votre frère, je vous invite à changer vos lunettes, à désormais choisir de porter des lunettes roses en vous observant, car en choisissant de regarder, de considérer, de percevoir tout ce que vous êtes comme étant divin, sacré, lumineux, merveilleux, un trésor précieux, vous permettez à cette Conscience qui habite chacune des cellules, chacun des atomes de chacun de vos corps physiques, de se déployer dans les énergies de la Grande Vie, de laisser tomber le manteau des fausses croyances qui assombrissaient la Vraie Lumière de ce que vous portez. Car Vraie Lumière vous êtes ; vous êtes chacun de vous un soleil rayonnant, et aujourd'hui, par votre intention de choisir de laisser cette Lumière rayonner, prendre son expansion, se reconnecter avec les énergies de la Grande Vie.

C'est comme si vous choisissiez de délaissiez les manteaux de distorsions, de croyances, de limitations, de les laisser tomber et de recevoir et percevoir la Vraie Lumière : la Lumière de la Vie illimitée. De commencer à la percevoir, à la ressentir à l'intérieur de vous, car cette Lumière est agissante, elle est Consciente et elle n'attend que votre invitation pour vous aider à vous redéployer, à vous reconnecter avec la Conscience Une qui est la Vie en toute chose, qui est tout ce qui soutient toute forme dans cette dimension. Et toute forme ne s'applique pas seulement au corps humain, il s'applique aussi à la chaise sur laquelle vous êtes assis, au plancher sur lequel vous marchez, à l'air que vous respirez. Toute forme, tout ce qui existe est de l'énergie, est de la conscience.

Et à partir du moment où vous choisissez de vous déployer, de laisser l'énergie de création que vous êtes se déployer à partir de votre Vie, reconnaissant votre Vie comme étant une émanation, une énergie de la Grande Vie que vous êtes venus manifester, eh bien, tout s'ouvre! C'est comme si vous disiez à l'Univers :

*"Je suis prêt(e) ! Le trésor que j'ai transporté, porté, savouré et vécu jusqu'à maintenant est prêt à se reconnecter au grand flot de la vie pour participer à la création et à la manifestation de la Perfection qui a été rêvée pour cette dimension. Je le repolarise sur la Vérité Divine Sacrée qui n'est que beauté, harmonie, qui apporte Amour, transporte*

*l'Amour, manifeste l'Amour, qui crée le bonheur, je suis prêt à offrir ce que je suis, reconnaissant que ce que je suis est parfait, reconnaissant que ce que je suis apporte et permet la création, la construction d'une vie de plus grande beauté, reconnaissant que je suis éternel, que je suis perfection et que le chemin de limitations que je me suis imposé se termine. Maintenant, je choisis de marcher sur le chemin de l'illimité et la fréquence que je porte peut maintenant se déployer, supportée par les énergies de la Grande Vie qui ne l'ont jamais quitté".*

Jamais chacun de vous n'avez été oublié de la Grande Vie, de la Conscience Une. La Conscience Une vous a toujours supporté dans l'exploration de la densité et chacun de vous présentement transporte un trésor de connaissances, de sagesse, parce que vous avez vécu la densité, vous l'avez transportée, regardée et manipulée. Et cette sagesse est infinie. Il ne tient qu'à vous de décider de choisir : choisir que la Grande Vie est là à l'intérieur de vous, de la reconnaître et la laisser vous guider, la laisser rétablir la connexion avec elle-même à partir de ce corps physique.

La reconnexion que vous êtes vivant, que vous utilisez les énergies de la Grande Vie et que celle-ci ne veut que votre bonheur, ne veut que l'expansion de l'Amour que vous êtes dans cette dimension. Alors, plus vous choisissez en conscience de La laisser agir en La reconnaissant, en cessant de juger qui vous êtes avec les critères de la race humaine qui ont court en ce moment sur cette Terre, plus vous choisissez de reconnaître que oui, vous êtes vivant, oui, à chaque jour de plus en plus vous marchez sur le chemin de la découverte et de l'acceptation de la Grande Vie en manifestation à travers vous, plus vous reconnaissez ce fait comme étant votre vérité, plus vous permettez à la Grande Vie de transformer vos vies avec magie, grâce et facilité. Vous ouvrez grandes les portes à la grande aventure de la Grande Vie qui va maintenant se reconnecter avec vous en vous guidant pas à pas avec Amour et délicatesse vers votre perfection.

C'est votre regard sur vous-même qui crée, enfants de la Terre. Plus ce regard est illuminé, plus vous reconnaissez que vous appartenez à Divinité, c'est-à-dire au flot de la Grande Vie qui travaille en ce moment au travers de l'humanité, au travers de cette Planète, de cet Univers, plus vous vous reconnectez, et plus cette reconnexion se fait en douceur parce que vous la créez, parce que vous voulez la percevoir pour changer votre manière de vous regarder. Donc, vous créez une nouvelle vie pour vous-même par le regard que vous transposez sur vous-même. Est-ce que vous comprenez cela ?

Si vous vous regardez en croyant que vous n'êtes qu'un simple humain, que tout va mal, ce regard crée, votre pensée crée, votre pensée est une énergie qui n'est pas déconnectée de l'Univers, qui n'est pas déconnectée de la Conscience Une. Sachez enfants de la Terre que la Conscience Une vous reconnaît chacun d'entre vous comme un Créateur de Puissance.

Comprenez-vous ces paroles et jusqu'où cela peut aller ? La Conscience Une reconnaît chacune de vos pensées comme un acte de création : vous créez à chaque seconde par vos émotions, votre ressenti et ce que vous pensez. Jamais la Grande Conscience ne va vouloir contrecarrer vos créations individuelles, c'est-à-dire la fréquence que vous portez. Jamais elle ne va vous imposer une autre fréquence : si vous croyez que votre vie est misérable, vous lui ordonnez de rendre votre vie misérable.

La Vie ne vous imposera pas une vie de bonheur si vous croyez que la vie est misérable. Comprenez-vous ? Ces mots sont chargés d'une grande importance ! Réalisez-vous, enfants de la Terre, à quel point vous êtes un *"Être de puissance, un Être de très grande puissance !"*

Alors, ce regard que vous portez sur vous-même, je vous invite à le transformer, à considérer que vous êtes la Grande Vie en action, que vous êtes la manifestation de la Grande Conscience Une en action maintenant, dans ce corps : ce regard seul ouvre de grandes portes parce que c'est le regard que vous portez sur vous-même et qu'il est créateur, c'est une pensée connectée à la Grande Vie et cette pensée commande.

Alors, aujourd'hui est une grande journée, n'est-ce pas ? Celle où vous êtes invités à choisir : choisir d'aimer, de respecter, d'accueillir ce que vous êtes maintenant. Maintenant ! Pas dans un an, dans dix ans, dans trois jours ; maintenant ! Tout ce que vous êtes ! Vous êtes une émanation de la Grande Vie en expansion qui avez accumulé un trésor extraordinaire de vécu dans la densité.

Et je vous le dis moi, Adama, c'est un trésor que plusieurs des Consciences de Lumière trouvent admirable, merveilleux, magnifique. Il n'y a pas de qualificatif dans la langue française pour qualifier la "préciosité" de ce trésor que vous portez, de cette expérience merveilleuse. Je ne dis pas qu'elle a toujours été facile, non, non. Une expérience quand même merveilleuse dans la densité, dans cette dimension, car l'avez-vous réalisé. Cette densité, c'est de la Lumière condensée, rien que cela !

Vous avez parlé tout à l'heure de 5<sup>ème</sup> dimension. Et qu'est-ce que le fait de la 5<sup>ème</sup> dimension ? C'est la dimension où la densité perd de sa densité, où la densité marche vers la Lumière, marche vers la légèreté, marche vers sa Vraie Nature. C'est la dimension où la densité cesse d'être vue comme étant dense. C'est la dimension où votre élévation de fréquences vous permet de voir la densité comme de la Lumière, de l'énergie : tout est énergie ! Donc, vous marchez maintenant en 4<sup>ème</sup> dimension vers la 5<sup>ème</sup> dimension ; vers une dimension où vous vous reconnaissez comme une énergie, comme un être d'énergie qui manipule de l'énergie, comme une conscience énergétique qui appartient à la Conscience Une et qui se reconnaît comme étant individuel en chacun de vous mais, en même temps comme faisant partie du Grand Tout. La goutte de Lumière dans l'océan de Lumière.

La Cinquième dimension est une dimension où vous vous reconnaissez et vous reconnaissez que vous appartenez au Grand Tout en même temps.

Alors, n'est-ce pas que vous êtes un merveilleux co-créateur de la Vie ? N'est-ce pas que vous vivez une ère merveilleuse, importante dans cette densité, à cette heure précise de l'évolution de la Planète Terre et de l'humanité ? Alors vous vous direz : "Bien voyons donc, de quoi il parle ? Ça va mal partout, n'est-ce pas ? N'est-ce pas que quelques-uns parmi vous peuvent penser de cette manière ? Nous les comptons, savez-vous ? Vous ne pouvez rien nous cacher. (Humour avec l'assistance) "À rien" comme dirait Denise.

Eh bien moi je vous dis : dans ce cheminement des énergies de la 4<sup>ème</sup> dimension qui marchent vers la 5<sup>ème</sup> dimension, il y a plusieurs choses qui se produisent au niveau individuel, au niveau des familles, au niveau des pays, au niveau de la Planète. Je vous invite à adopter le regard de la

confiance, le regard de celui, de celle qui sait que tout va pour le mieux malgré les apparences. N'est-ce pas bien dit ? (Les gens répondent : oui.) N'est-ce pas que cela donne de l'espoir ? Ne vous fiez pas aux apparences. La Terre est en réorganisation au niveau physique, mais au niveau subtil aussi, tout comme chacun des royaumes qui font partie de la Conscience Planétaire sont en transition dimensionnelle de la 4<sup>ème</sup> vers la 5<sup>ème</sup>.

Donc, vous êtes en transition, l'humanité est en transition, les pays sont en transition, les cultures, les traditions sont en transition ; c'est comme un accouchement. Un accouchement est souvent difficile, mais ensuite il y a le beau bébé : la naissance pour une nouvelle vie. La Terre est en train d'accoucher de la nouvelle Vie et vous faites partie de cette nouvelle Vie ; vous faites partie de ceux et celles qui savent que quelque chose d'important est en train de se produire dans cette dimension, sur cette Planète ! Alors je vous dis : "Gardez le cap, ne vous laissez pas décourager et désorienter par ce qui se passe autour de vous. "

Je vous invite à "bénir tout ce qui se passe", car le fait de bénir apporte une énergie de repolarisation vers le mieux, vers la Lumière. À chaque fois que vous choisissez de bénir, vous illuminez la situation, vous illuminez la personne, vous illuminez la Planète, vous haussez le taux vibratoire. Et en haussant le taux vibratoire, vous participez à ouvrir les portes et à dire à la 5<sup>ème</sup> dimension : *"Viens! Tu es invitée à déposer l'Amour dans le cœur de tout ce qui est vivant dans cette dimension. Je t'invite, je bénis cette matière, je bénis cette personne, je bénis ce travail, je bénis ce trottoir, je bénis mon chien. "* N'oubliez pas votre chien ; vous comprenez ? Vous êtes un créateur puissant !

Alors, sur ces paroles... J'espère qu'elles ont rempli votre cœur d'espoir. Je vous invite à vraiment vous regarder avec les yeux que nous avons, nous, vos frères et sœurs de Telos, sur chacun de vous.

À partir de maintenant et pour les trois prochains mois, nous allons travailler avec chacun de vous. Et une autre invitation : débutez vos journées en saluant votre équipe en leur disant un petit "bonjour" et en développant la conscience que vous n'êtes pas seuls à faire ce travail dans cette dimension. Vous n'êtes vraiment pas seuls. Chacun de vous avez une grande équipe de support, non pas seulement de Telos, mais dans d'autres dimensions et même les extrapolations de plusieurs d'entre vous qui travaillent dans d'autres univers travaillent à vous supporter maintenant. Vous pouvez même les rencontrer dans vos rêves où vous pouvez leur donner une invitation : *"Ce soir, je veux rencontrer une de mes extrapolations dans le Temple de l'Amour à Telos. "* Un petit exemple, comme ça ! Ne vous limitez pas ; ne vous limitez pas ! Ok ?

Je vous ai parlé avec mon cœur aujourd'hui, car moi j'admire votre cœur ! Je remarque, je reconnais, j'observe le trésor que vous portez, et c'est véritablement un trésor infini, magnifique que chacun de vous porte. Et j'aimerais que vous graviez ces paroles dans vos cœurs. Vous êtes le porteur d'un trésor inestimable, chacun de vous. Ce n'est pas votre première vie, ce n'est pas votre première incarnation dans cette dimension de densité. Donc, vous avez accumulé une sagesse extraordinaire et, petit conseil d'ami : vous pouvez, lorsque vous vous asseyez tranquillement sur votre fauteuil préféré ou sur la galerie de votre maison ou sur le bord du trottoir, vous pouvez inviter la Sagesse accumulée à se manifester dans vos vies :

*"J'invite ma Sagesse innée à se manifester aujourd'hui dans mon travail. J'invite cette Sagesse infinie que je porte à m'indiquer le chemin sur lequel je dois marcher pour la semaine qui s'en vient, à mon bureau."*

Lorsque vous vous arrêtez et que vous invitez cette Sagesse que vous portez à se manifester, cela indique à l'Univers que vous êtes prêt et qu'enfin vous reconnaissez que la Grande Vie en action en vous, vous a préparé dans un but spécial, que vous n'en n'êtes pas séparé, que vous commencez à croire : *"Que oui, peut-être que la Grande Vie est en action en moi et que peut-être que j'ai une sagesse en moi et que peut-être je devrais l'inviter, peut-être qu'elle pourrait se manifester ? Je commence à y croire là. Oui, oui, je lance cet appel à l'Univers. "* Comprenez-vous ?

Tant que vous croyez que vous n'êtes qu'un humain qui n'a pas de Sagesse, pensez-vous que cette Sagesse puisse se manifester ? Impossible ! Vous croyez qu'il n'y a aucune Sagesse en vous ; c'est impossible parce que cette croyance lance à l'Univers la pensée que *"Impossible. Non, la sagesse qu'il porte ne peut se manifester, il n'y croit pas. "* Votre croyance agit comme un soldat et elle s'occupe que ce soit impossible que vous ayez accès à cette Sagesse parce que vous croyez que vous n'en portez pas. Est-ce que vous comprenez ?

Alors, ces croyances en vous sont des "gardiens" de votre propre création par rapport à qui vous êtes et elles vous obéissent à 1000%. Donc, quand vous invitez cette Sagesse que vous portez à se manifester dans votre vie, vous commencez à changer le formatage de vos pensées, de vos croyances, vous ouvrez une porte, vous autorisez la Grande Vie à vous aider à enfin pouvoir se manifester à travers vous.

Sur ces paroles de sagesse nous vous saluons, moi et mes frères et sœurs de Telos : tous ceux et celles qui sont avec vous en ce moment, nous vous bénissons, nous vous chérissons, nous vous portons dans nos cœurs et souvent nous marchons avec vous dans cette dimension. Soyez bénis !

Merci !