



L'Amour de soi

La Déesse Planétaire

Bonsoir à chacun d'entre vous, enfants de ma Lumière, enfants de mon Amour. Je suis la Déesse Planétaire. Je ne peux exprimer en mots toute ma reconnaissance pour le travail que vous venez d'effectuer pour aider vos frères et sœurs des Royaumes minéral, végétal, animal et humain. Cette Lumière est vraiment un baume de guérison que vous avez appliqué sur les blessures et les plaies qui rongent cette chère Humanité et mon corps physique dans cette dimension. Sachez qu'avec cette Lumière vous participez à une guérison extraordinaire pour tous vos frères et sœurs. Le taux vibratoire de l'Humanité vient de changer. La conscience s'est ouverte à un peu plus de Lumière, un peu plus d'Amour. Vous ne voyez rien avec vos yeux physiques mais sachez que chacun de vos cœurs, chacune des cellules qui compose vos corps physiques est reliée à tout ce qui existe dans cette dimension sur cette Planète. Vous êtes relié à chaque Humain, chaque animal, chaque arbre, chaque plante qui vit sur la Terre. Vous êtes lié à tous les océans, à tous les nuages qui sont dans le ciel et en faisant ce travail puissant de Lumière vous apportez une grande libération énergétique à tous ces Règnes. Remerciez-vous pour cet Amour que vous avez pour vous-même et pour cette Planète. Remerciez-vous d'être ici ce soir pour faire ce travail merveilleux et extraordinaire.

Nous avons lancé un appel il y a quelques jours, quelques semaines à tous les groupes de méditations qui travaillent à la surface de mon corps physique. De grands préparatifs sont en cours dans les Mondes Invisibles. Nous avons lancé un appel afin d'assister l'Humanité pour ce qui se prépare à la surface de mon corps physique. Il n'y a pas un seul atome qui n'est pas surveillé sur mon corps physique et lorsque je dis atome je n'exagère pas. Toute la Planète est sous haute surveillance afin que tout ce qui s'y déroule soit parfait et que l'équilibre soit toujours conservé. S'il y avait un déplacement majeur ou trop rapide des axes, toute vie serait éliminée sur cette Planète et ce n'est pas ce que le Créateur a demandé. Tout doit se faire doucement afin de permettre à chaque humain de se réveiller et de se guérir pour pouvoir collaborer, participer à la nouvelle conscience qui est en train de s'établir, qui est en train de naître sur la surface de mon corps céleste.

Vous êtes choyés de pouvoir entendre ces mots mais surtout vous êtes choyés d'avoir la conscience que vous avez. Il faut avoir une certaine conscience, un certain éveil pour pouvoir et vouloir participer à ce travail gigantesque de l'éveil de l'Humanité et à la guérison de tous les corps spirituel, émotionnel, mental et physique, tous les corps subtils que vous avez. Une grande naissance se prépare en chacun d'entre vous : la naissance de la Lumière, de l'Être de Lumière que vous êtes, du Christ en vous. Ces mots sont véridiques. La plupart de mes enfants attend un Christ extérieur, *un Être, un Fils de Dieu* qui se réincarnerait, qui représenterait le Christ. C'est faux! L'annonce qui a été faite il y a des milliers d'années sur cette Planète est la naissance du Christ communautaire, collectif, le Christ intérieur en chacun de vous. Qui est ce Christ, sinon vous-même en action dans cette dimension, sur cette Planète? Vous avez tous voulu participer à ce réveil, à cette époque, à ce qui se vit présentement sur cette Planète dans cet Univers.

Vous avez vécu des milliers de vies pour vous préparer à cette vie-ci, précisément pour pouvoir sentir cet éveil et enfin reconnaître que vous êtes chacun, chacune, des Fils et des Filles de la Lumière, du Créateur, des plus Hautes Instances de Lumière. Chacun, chacune de vous ici présent représente un attribut de Dieu. Vous êtes un Enfant de Dieu. Vous êtes un Être de Lumière immortel. Alors préparez-vous à ce qui s'en vient. Préparez-vous à ces éveils de conscience qui vont se manifester en chacun de vous.

Bientôt votre manière de penser va changer. Vous ne regarderez plus la vie de la même manière et tout cela est pour le mieux, sachez-le. J'ai un message à vous dire : coulez avec les événements, flottez sur la vague, ne combattez pas les énergies qui vont se présenter à vous. Pratiquez le lâcher-prise total face à ce qui va se passer en vous, dans vos émotions, dans vos pensées, dans vos croyances et même dans votre corps physique car oui, votre corps physique s'ajuste lui aussi à ces vibrations qui sont en train de se manifester de plus en plus à la surface de mon corps physique. Il y aura réalignement des énergies et cela va affecter tous vos corps, du plus dense au plus subtil. Si vous prenez chaque jour quelque minutes pour sentir ces énergies qui s'en viennent, qui sont sous vos pieds, pour sentir cette Lumière qui prépare son chemin en vous dans tous vos corps, vous faciliterez cette naissance qui vient en vous. Au lieu de résister, acceptez les changements. Acceptez ces émotions qui montent en vous. Acceptez ces moments de rage, de colère, d'impuissance, de désespoir. Acceptez toutes ces ombres qui sont encore en vous et qui ne demandent qu'à être acceptées, reconnues, aimées, accueillies en vous.

Je suis en train de préparer mon corps à une renaissance. Ce qui veut dire, par le fait même que chacun de vos corps se prépare aussi à une renaissance. Et puisque vous représentez une somme extraordinaire, une somme infinie de connaissances, d'émotions, de croyances, vous devez de plus en plus accepter de regarder ce qui est en vous, ce que vous êtes, ce qui vous compose, ce qui représente le pourquoi de votre corps physique, de ce qui représente le pourquoi des émotions qui vous habitent. Chacun de vos atomes, je ne dis pas cellules, chacun de vos atomes a sa propre Conscience Divine avec ses mémoires, avec ses pour et ses contre, ses parties d'ombres, ses parties de Lumières et chacun de ces atomes demande à être accueilli par vous. Il est porteur d'une énergie et vous acceptez de vous ouvrir pour connaître cette énergie, pour la sentir en vous, la reconnaître, l'accueillir sans jugement.

Il y a un grand travail de guérison à faire pour chacun d'entre vous car vous n'êtes pas conscient encore de ce qui est en vous. Vous n'êtes pas conscient des émotions qui sont en vous. Oui, à la surface, vous pensez que vous vous connaissez, mais avez-vous pris le temps de vous adresser aux cellules qui composent votre pouce? Leur avez-vous parlé? Leur avez-vous demandé si elles sont heureuses? Si elles ont des choses à vous dire? Je parle une langue spéciale, peut-être inconnue pour certains d'entre vous, mais sachez que votre intuition est le meilleur outil que vous ayez. C'est l'outil parfait pour vous conduire à une connaissance de vous-même. Cette intuition est la voix de votre Moi Supérieur, la voix de Dieu Père/Mère Créateur en vous. Cette intuition est infaillible.

Le pire obstacle que vous avez face à votre intuition est le doute. Vous doutez de tout et de rien. Il est vrai que si vous regardez présentement votre société, il n'y a pas de place pour la confiance totale, l'Amour total, le respect et l'harmonie. Le premier travail à faire est de regarder ces doutes, de les accepter, de les aimer, de les guérir un à un. Le doute est le gardien de vos atomes, de vos cellules, de vos mémoires cellulaires et vous devez tout d'abord vous en faire un ami et ensuite, petit à petit, la confiance va grandir en vous. Un lien intuitif, un lien de respect et d'Amour va se faire entre votre conscience et vos consciences individuelles qui habitent vos corps physiques, vos corps émotionnel et mental. Je vous invite à une grande aventure qui s'appelle ***“Je pars à la découverte de moi-même, à la découverte de mes rêves, de ce que je suis vraiment et que jusqu'à maintenant je n'ai jamais osé regarder.”***

Pendant les prochaines semaines, les prochains mois à venir je vous invite à regarder ce qui se passe à l'intérieur de vous. Je vous invite à devenir de plus en plus conscient des émotions qui se véhiculent en vous. Surtout je vous invite à aimer ces émotions, à ne pas les juger car ces émotions sont aussi des portes qui vont vous apprendre qui vous êtes, d'où venez. Qu'est-ce qui vous fait peur? Qu'est-ce qui vous fait sourire? Qu'est-ce qui vous fait vivre? Elles vont vous montrer ce qu'il y a à guérir en vous : les pensées, les croyances, les habitudes, les comportements sociaux et les jugements.

Tout à l'heure, lorsque vous avez envoyé de la Lumière à l'Humanité sachez que la première personne qui en a profité c'était vous-même. Aujourd'hui, en chacun de vos Cœurs Sacrés, vous avez installé un sceau de Lumière qui a un travail, une mission pour chacun d'entre vous. Ce sceau va vous aider à enlever les cadenas, à faire

sauter tout ce qui vous empêche de vous connecter à votre Moi Supérieur, avec cette Conscience qui vous habite.

Lorsque vous méditez dans vos chambres, sur vos sofas connectez-vous à ce sceau et demandez-lui de vous diriger, de vous montrer l'aspect de vous qui demande à être accueilli aujourd'hui, dans l'instant présent. Si vous faites cet exercice avec une certaine régularité, votre vision de la vie se transformera rapidement et il y aura de grandes guérisons intérieures à tous les niveaux. En guérissant vos émotions et vos pensées, vous guérirez vos corps physiques.

Je suis ici aujourd'hui pour vous bénir, vous remercier et vous apporter mon assistance pour le travail qui est devant vous pour les prochains mois. Je travaille sur moi-même pour hausser mon champ vibratoire et en même temps je travaille pour chacun de mes enfants. Je travaille à vous aider à vous guérir car je ne peux guérir si vous ne guérissez pas. Nous sommes liés ensemble par l'Amour, le respect et par l'équilibre cosmique. Il y a longtemps, je me suis engagée devant chacun d'entre vous pour vous supporter dans cette grande entreprise des incarnations que vous avez faites sur mon corps physique. Au début, nous ne savions pas exactement dans quelle aventure nous nous embarquions. Aujourd'hui nous en connaissons la valeur, nous en connaissons l'importance. Méditez ces paroles, enfants de mon Amour. Méditez la grandeur que vous êtes, l'esprit que vous êtes, l'immortalité que vous êtes et surtout acceptez-vous tel que vous êtes, acceptez-vous avec amour. En ne vous jugeant pas, vous allez grandir à une vitesse fulgurante, avec facilité, grâce et vous vous ouvrirez aux Énergies de Lumière qui s'incarnent sur mon corps physique présentement et ensemble nous arriverons dans la Lumière de la 5^{ème} dimension avec Amour, respect, en équilibre devant la face du Créateur. Je vous salue, je salue l'Être de Lumière que vous êtes, je salue l'Être de Lumière pour qui j'ai un Amour Infini. À la prochaine!

Groupe – Merci, merci.

Sananda

Sananda – Bonsoir enfants de mon Amour, je pose ma main au-dessus de chacune de vos têtes. Je dépose dans chacun de vos Cœurs Sacrés tout mon Amour, tout mon respect, toute mon admiration. Je suis Sananda. C'est pour moi un honneur de pouvoir m'adresser à vous ce soir. En effet, quelle belle énergie! Vous êtes un groupe tout à fait spécial. Chacun, chacune ici présent, vous vous connaissez dans les Mondes de Lumière. Vous vous connaissez très bien et à chaque soir vous vous rencontrez dans les grands jardins de Telos pour effectuer certains travaux.

Lorsque je dis travaux, je veux dire surtout des exercices pour aider à votre conscientisation car vous êtes tous sur le chemin de votre découverte. Vous êtes tous sur le chemin qui vous mène à la découverte de qui vous êtes vraiment, de l'Être de Lumière que vous êtes. Alors à chaque soir, vous vous réunissez et vous vous séparez par petits groupes, par affinité.

Certains groupes se concentrent à guérir les émotions, surtout celles qui ont rapport aux vies passées car vous sentez que certaines émotions vous ralentissent, ralentissent votre niveau énergétique et ralentissent les prises de conscience que vous pouvez faire dans la journée. D'autres personnes se regroupent pour travailler le point de vue mental, les croyances, surtout celles reliées à la société, à la famille, aux cultures, aux différentes races qui composent la Terre présentement, la race Humaine. D'autres parmi vous sont plutôt orientés par l'étude du corps humain, de sa biologie, de son fonctionnement et des interactions qu'il y a entre votre corps physique et vos différents corps invisibles. En gros, ce sont les trois groupement principaux qui vous représentent. Bien que certains individus parmi vous font d'autres classes dans d'autres Univers pour pouvoir apporter une certaine connaissance à leurs frères et sœurs et cette connaissance sera disponible dans quelques années seulement. Alors, sachez que nous nous connaissons tous et c'est toujours pour moi un grand privilège de pouvoir m'adresser à vous dans cette dimension à vos consciences humaines, à vos consciences éveillées.

Ce soir, j'aimerais vous parler d'un sujet en particulier. Je sais que vous en avez entendu parler des centaines de fois mais j'aimerais en couvrir une autre couleur. Ce sujet est l'Amour de Soi. Je sais, je vous entends déjà penser : **“Mais l'Amour de Soi ça fait vingt ans que j'en entends parler, ça fait dix ans que j'en entends parler, ça fait trois ans que j'y travaille avec acharnement.”** Oui! Toujours, oui! Mais l'Amour de Soi peut être regardé de plusieurs facettes. C'est comme si vous aviez un diamant à un million de facettes devant vous et que chacune de ce million de facettes représente une manière différente de regarder l'Amour de Soi. Je pense qu'on pourrait avoir de la matière pour couvrir plusieurs pages de plusieurs livres seulement sur l'Amour de Soi. D'ailleurs, dans votre société, dans vos valeurs actuelles est-il est véhiculé que l'Amour de Soi est important? Vous pouvez me répondre si vous voulez.

Groupe – C'est la première des choses.

Sananda – Mais l'Amour de Soi, est-ce que c'est une valeur dont tout le monde parle? Dont tout le monde connaît l'importance?

Groupe – Non, pas du tout.

Sananda – Est-ce que vous enseignez à vos enfants que l'Amour de Soi est important? Non, l'Amour de Soi est dénigré, est ignoré. L'Amour de Soi a été oublié par votre civilisation. Il y a une grande manipulation de la société humaine, des civilisations, depuis des millions d'années sur cette Planète par rapport à l'Amour de Soi et en enlevant même l'existence de ce mot, de ce concept de la race humaine, on a créé un grand déséquilibre. Sans l'Amour de Soi, on commence sur un bien mauvais pied dans la vie de cette dimension. En fait, c'est comme si on vous arrachait les deux jambes. Pouvez-vous avancer, si vous n'avez pas de jambes?

Groupe – Non.

Sananda – Exactement. Pouvez-vous faire confiance en la vie si vous ne pouvez marcher et avancer? Si vous êtes toujours stationnaires dans votre manière de voir la vie, d'envisager la vie? Non, n'est-ce pas?

Groupe – Non

Sananda – Alors l'Amour de Soi est un attribut sacré divin que chacun d'entre vous doit réapprendre à connaître et à accueillir en vous. L'Amour de Soi commence d'une façon toute simple, par une petite clé : l'acceptation totale de qui vous êtes, le non jugement de qui vous êtes. Ces deux phrases peuvent transformer votre vie si vous les méditez :

Pourquoi l'humain se juge-t-il?

Pourquoi l'humain se critique-t-il?

Le jugement, la critique font toujours référence à une comparaison. L'humain ne respecte pas son unicité, sa différence, ne respecte pas l'Être qu'il est avec sa manière de penser, avec ses émotions, avec ce qu'il est à l'intérieur de lui, ce qu'il est vraiment. Tous vos bébés sont bien programmés. Vous les programmez comme vous avez été programmés. Vous ne pouvez pas donner à un enfant ce que vous n'avez pas, ce que vous n'avez pas reçu. Il serait bien de commencer à regarder, à examiner les mots que vous employez pour vous décrire, pour décrire vos émotions, pour décrire ce que vous pensez de vous-même. Avez-vous déjà remarqué comment vous vous décrivez? Quels mots vous utilisez?

Est-ce que vous vous décrivez toujours avec des mots comme :

“Je suis un Être extraordinaire et merveilleux!

Je suis une personne remplie de qualités et de capacités extraordinaires!

Tout est possible, je peux réaliser tous mes rêves!

Mes rêves sont extraordinaires, uniques et me représentent!

La Vie est extraordinaire car la Vie m'aime!

Je suis Un avec la Vie!”

Est-ce que vous prononcez ce genre de paroles? Sinon, pourquoi ne les prononcez-vous pas?

Groupe – Nous avons honte, nous éprouvons de la honte, beaucoup de honte.

Sananda – Exact, mais davantage. Regardez ce qui se passe dans vos cœurs présentement. Quels sont les mots qui viennent en vous? Quelles sont les images?

Quelles sont les émotions qui viennent à vous? Est-ce que vous sentez que vous avez toujours été apprécié? Aimé? Est-ce que la société vous renvoie toujours l'image que vous êtes aimé? Que vous êtes important?

Groupe – On vit beaucoup de rejets.

Sananda – Exactement! Vous êtes uniques, merveilleux! Est-ce que la société encourage votre unicité?

Groupe – Elle veut nous faire tous pareils.

Sananda – Exactement! La manipulation et le contrôle limitent les humains. La manipulation, le contrôle, la programmation arrachent le cœur des humains, arrachent leurs ailes, arrachent et détruisent leurs rêves. C'est une aberration. La Planète Terre est peuplée d'Êtres de Lumière tout puissants, merveilleux et extraordinaires. Et chacun de ces Êtres qui est présentement à la surface de la Planète Terre croit qu'il n'est rien, qu'il n'est qu'un simple humain et que son lot est de travailler, en arracher et de crever à la fin. N'est-ce pas?

Groupe – Oui! On nous enseigne ça.

Sananda – Exactement!

Groupe – Parfois on nous l'impose catégoriquement

Sananda – Exactement! Et ceux qui vous l'imposent sont ceux qui souffrent le plus de cette injustice, des ces limitations, de ces souffrances. Alors que pouvez-vous faire pour développer cet Amour de Soi? Avez-vous des idées?

Groupe – Apercevoir seulement une petite partie de l'infini de cette grandeur. Demander à recevoir l'émerveillement, la grandeur de tout ce que peut représenter un être humain.

Sananda – C'est très bien mais c'est très grand en même temps. Comment pouvez-vous changer la conscience que vous avez de quelqu'un qui pense tout petit à quelqu'un qui pense très très grand? Pensez-vous que c'est possible?

Groupe – On peut vivre l'éveil.

Sananda – Tout est possible s'il n'y a pas de barrières intérieures. Il serait possible pour un humain de penser qu'il est tout petit et une seconde après de penser qu'il est tout puissant, qu'il est le Fils, la Fille de Dieu. Cela serait possible s'il n'y avait aucune croyance qui l'empêcherait de réaliser que cela est vrai. Souvent ce qui se passe avec la race humaine, c'est que ces croyances sont inconscientes. Elles sont dans le subconscient, dans l'inconscient, dans tous les niveaux du non connu, non exploré de lui-même. Ce sont des programmations tellement fortes qui datent depuis tellement longtemps, depuis tellement de vies que cela crée un réseau énergétique qui empêche littéralement la pensée de passer au travers.

Pour que cela puisse se faire, vous pouvez utiliser votre imagination, votre intuition. Vous pouvez imaginer que vous êtes un Fils de Dieu, une Fille de Dieu et que la Conscience de l'Univers est en vous. Vous pouvez imaginer que tout le réseau énergétique qui vous empêche de connecter au grand réseau collectif universel que représente l'Énergie de Dieu, est disparu et transmuté.

Vous êtes tout puissant. Par votre imagination, votre intention et en demandant de l'aide vous pouvez vous dégager de cette gaine énergétique qui vous maintient dans l'énergie de la petitesse, dans l'énergie de l'humain ordinaire. En mettant de l'émotion avec votre imagination, vous pouvez faire exploser ces barrières qui vous empêchent de connecter avec **qui** vous êtes vraiment, avec cet Être de Lumière qui est omniprésent, omniscient, omnipotent et qui représente l'incarnation de la Divinité que vous **êtes** sur la Terre.

Tout est possible pour l'humain **qui sait**, tout est possible pour l'humain **qui croit**, tout est possible pour l'humain **qui veut**. Cet Amour de Soi que vous devez cultiver, vous pouvez vous imaginer qu'Il est là en vous, qu'Il est vaste, Infini. Cet Amour de Soi c'est votre Réalité Divine, **c'est qui vous êtes vraiment**, c'est cet Être de Lumière qui a accès au réseau énergétique de toute la Création. C'est cet Être de Lumière qui vous a créé et qui a pour chacun d'entre vous un Amour Infini. Il faut un lien avec votre Divinité intérieure. La seule manière avec laquelle vous pouvez développer ce lien, c'est avec l'Amour de Soi dont nous parlons depuis tout à l'heure. Cet Amour de Soi, vous pouvez l'imaginer comme un feu ardent qui brille en vous et que vous apprenez à

connaître chaque jour, de plus en plus, que vous apprenez à sentir car Il est tout puissant. Il n'est limité que par votre taux vibratoire qui ne croit pas, qui ne sait pas, qui ne veut pas.

Vous pouvez vous concentrer sur votre Cœur Sacré, entrer en contact avec cette Lumière toute puissante qui est en vous, la sentir, la ressentir, lui demander de vous aider afin que vous puissiez la sentir. Vous pouvez lui demander de vous aider à connaître qui vous êtes, à développer un lien d'Amour tout puissant, unique avec l'Être que vous êtes, entre votre conscience extérieure et votre conscience intérieure. Vous pouvez demander à votre Âme d'être ce lien de Lumière qui va vous permettre d'entrer en contact avec cet Être tout puissant, rempli d'Amour que vous êtes pour que cet Amour de Soi soit une réalité et que rien ne l'empêche de couler entre votre conscience humaine et votre Conscience Divine.

Cela ne peut pas se faire du jour au lendemain. Non. Il faut développer ce lien. Il faut développer le ressenti. Il faut abattre les croyances qui vous empêchent de connaître cette réalité. Je pourrais vous parler de cet Amour de Soi pendant de longues heures mais il y a un travail à faire et ce travail vous êtes le seul à pouvoir le faire. Ces paroles, vous les avez déjà entendues n'est-ce pas?

Groupe – Oui

Sananda – Je dois encore vous le répéter. Il y a en vous une Graine de Lumière toute puissante qui est votre Amour pour vous-même, et cette Graine de Lumière vous devez l'arroser à tous les jours de votre Amour pour la faire grandir, pour la ressentir en vous. Il est certain que la première fois que vous allez vous asseoir pour ressentir cette Graine de Lumière, cet Amour de Soi, vous ne sentirez pas grand chose. Je ne veux pas vous faire croire des choses qui ne sont pas vraies. Il faut de la persistance, de la discipline et vouloir. Mais si vous vous décidez à faire ce travail, vos vies seront transformées.

Cette Graine de Lumière en vous, c'est elle qui vous maintient en vie, qui maintient votre corps physique dans l'harmonie, qui vous aide à vivre chaque jour, mais vous ne la connaissez pas, vous ne la sentez pas. Vous avez toujours vécu en ignorant qui vous êtes, en ignorant que cet Être de Lumière **qui est vous, est là en vous, dans votre cœur**. Personne ne vous en a parlé. Eh bien, aujourd'hui, c'est le début d'une nouvelle vie en association avec qui vous êtes. Qu'est-ce que vous attendez de vous-même? Est-ce que vous pouvez croire que vous êtes un Être extraordinaire, que vous avez tous les pouvoirs, toute la connaissance de l'Univers? Est-ce que vous croyez cela?

Groupe – Oui... Je ne sais pas si c'est la même chose pour tout le monde mais je pense qu'on commence à faire la démonstration qu'on est capable d'intégrer avec nous notre Présence Divine.

Sananda – Vous devez premièrement y croire. Si vous n'y croyez pas, vous n'irez pas bien loin. Deuxièmement, vous devez **tellement vouloir** apprendre à vous connaître davantage que vous voulez faire les efforts nécessaires pour y arriver. Et c'est ce qui est difficile et qui arrête la plupart des humains. Lorsque vous vous assoyez tout seul dans votre salon pour méditer, il n'y a personne autour pour vous entretenir. Il n'y a que vous et votre foi. Il n'y a que vous et ce que vous ressentez à l'intérieur de vous. Et souvent ce que vous ressentez à l'intérieur de vous c'est **rien**. Beaucoup d'humains ne sentent rien. Pourquoi? Parce qu'ils ne sont pas connectés avec eux-mêmes. Depuis que vous vous êtes incarnés dans cette dimension, on vous a appris à ne rien sentir. On vous a appris à ne rien dire. On vous a appris à répéter ce que les autres veulent que vous disiez, que vous ressentiez. Pour la plupart d'entre vous, lorsque vous vous assoyez pour méditer, que se passe-t-il? Niet! Rien! Nous le savons. Nous vous regardons et nous le constatons. Nous savons que ce n'est pas facile. Il faut beaucoup de persévérance. Il faut beaucoup **d'acharnement pour oser** chaque jour méditer jusqu'à ce qu'**un jour** vous sentiez un trémoussement à l'intérieur de vous.

Il faut de la persévérance, de la foi! Eh bien moi, je vous dis : « croyez ». Vous n'êtes pas seul. Si aujourd'hui vous décidez de regarder ce qui se passe à l'intérieur de vous et que vous tenez ferme à cette décision alors vous serez aidé. D'ici quelques jours, quelques semaines, il y aura des changements qui vont se faire en vous, vous allez sentir quelque chose. Et pour cela il faut une **détermination**, il faut y croire, il faut le vouloir, il faut

prendre le temps. Prendre le temps ça veut dire bousculer vos horaires, faire de la place *pour vous mettre en premier*. La plupart du temps vous êtes au bout de la liste et lorsque votre tour arrive il n'y a plus d'énergie, il y a trop de fatigue, il n'y a plus de temps.

Vous devez apprendre à vous mettre en premier sur la liste, à considérer que vous avez de la valeur, de l'importance. Si vous ne considérez pas que vous avez de l'importance alors qui le fera? Votre voisin? Votre mari? Votre femme? Personne ne le fera. Il n'y a que vous qui avez ce pouvoir sur vous-même. Alors, je vous pose une question : *“Est-ce que vous vous aimez assez pour vous mettre au début de la liste?”*

Groupe – Oui

Sananda – Alors, si vous vous aimez assez, vous vous réserverez du temps pour regarder ce qui est en vous. Non pas en faisant un exercice de ... “Oh my God! Encore une fois, 30 minutes de douleurs.” NON! 30 minutes de découvertes de qui vous êtes! Ce temps de méditation que vous vous réservez pour vous devrait être ce qu'il y a de plus précieux pour vous. Chaque fois que vous regardez ce qui se passe à l'intérieur de vous, vous enlevez une pelure d'oignon. Vous vous approchez de la découverte de qui vous êtes vraiment. Vous vous rapprochez de tous vos trésors intérieurs, de cette Lumière Éternelle. Vous vous rapprochez de l'Amour Infini de votre Dieu intérieur qui peut transformer chaque aspect de vos vies dans cette dimension.

C'est à vous de réaliser l'importance de qui vous êtes. C'est à vous de réaliser qu'*il n'y a que vous seul* qui détenez la clé de votre succès ou de votre insuccès, la clé de votre bonheur ou de votre malheur. Puisque les Énergies qui balaient la Terre présentement sont très lumineuses et très puissantes, cela provoque des grands chambardements à tous les niveaux de votre société. Si vous ne prenez pas le temps de regarder ce qui se passe à l'intérieur de vous, comment saurez-vous gérer votre Vie, prendre les décisions nécessaires pour vous guider vers votre bonheur quotidien à chaque heure et à chaque minute?

C'est à vous de décider. Si vous ne savez pas par où commencer en méditant, c'est très simple, demandez à votre Dieu Supérieur, à votre Dieu Intérieur, à votre Moi Christique de vous montrer ce qu'Il a à vous apprendre par rapport à vous-même dans l'instant présent. Y a-t-il une émotion à travailler, une croyance à modifier, un comportement à changer? Il va tout vous montrer.

Si vous pensez que vous ne pouvez pas faire ce travail, alors votre intuition et votre imagination sont les outils que votre Moi Supérieur va utiliser pour communiquer avec vous. Il va vous faire ressentir des émotions pour vous positionner, vous indiquer ce qu'il y a à changer en vous, ce qu'il y a à guérir en vous. Ce n'est pas compliqué. Vous n'avez pas à entendre des paroles, des discours interminables de votre Moi Supérieur. Non. Vous n'avez qu'à sentir une énergie, une émotion, une image, une idée, un souvenir, une phrase, un mot, une chanson.

C'est très simple la manière que vous devez prendre pour communiquer avec votre Moi Supérieur, votre Dieu Intérieur, votre Cœur Sacré. Donnez-lui le nom avec lequel vous vous sentez à l'aise. C'est une manière unique à vous. Vous devez la découvrir et vous devez l'utiliser. Est-ce que c'est clair?

Groupe – Oui

Sananda – Est-ce que vous avez des questions?

Groupe – Moi, je parle à mon Être Supérieur tous les jours mais est-ce que je peux fusionner avec Lui dans le présent ou cela va se faire seulement quand je vais ascensionner?

Sananda – À chaque fois que vous vous adressez à cette Partie Divine de vous, elle est là. Elle fusionne avec votre conscience, mais comme votre taux vibratoire n'est pas assez élevé encore, vous ne sentez pas cette fusion. C'est en faisant l'exercice avec foi tous les jours, en travaillant à guérir vos émotions, vos croyances qui vous empêchent de croire en qui vous êtes, vos croyances qui vous limitent, que vous allez réussir à hausser votre taux vibratoire. Et de plus en plus, vous allez sentir cette Présence d'Amour Infini qui vous entoure, qui vous protège à chaque instant, qui veille sur vous. La preuve est que vous êtes vivante. Si cet Être d'un Amour Infini ne prenait pas soin de vous, vous ne seriez pas là dans cette dimension actuellement.

L'ascension sera la fusion totale et complète entre votre divinité et votre aspect de cette dimension, de vos corps les plus denses en commençant par le corps physique, éthérique, mental, émotionnel et tous ces corps qui composent votre présence dans cette dimension et dans les autres dimensions. Au moment de l'ascension cette fusion sera totale mais elle peut déjà se faire maintenant. Pour cela, il faut aller vers ce Bien-Aimé qui est en vous. Il faut y croire. Il faut travailler à identifier ce qui vous éloigne de ce ressenti, de ce taux vibratoire et en faisant ce travail toujours avec Amour et persévérance, vous allez hausser votre taux vibratoire et vous allez ressentir de plus en plus la Présence de cet Être rempli d'un Amour Infini pour vous. Est-ce que cela répond à votre question?

Groupe – Oui, merci.

Sananda – Y a-t-il d'autres questions?

Groupe – Oui. Comment est-ce que je peux être sûre que c'est ma Divinité Intérieure qui répond et pas mon mental?

Sananda – C'est très simple. Vous lui posez la question : *Est-ce que tu es le Christ en moi?* Si c'est ton ego, il ne répondra pas. Si c'est la Partie Divine en toi, il va te donner une phrase longue disant qu'il est le Christ en toi, qu'il est le Dieu Père/Mère Créateur en toi, qu'Il est la Vie en toi, qu'il est l'Amour en toi. Est-ce que tu comprends?

Groupe – Oui, merci.

Sananda – Je crois que nous allons prendre congé maintenant. Sachez que ce fut pour nous un privilège d'être avec vous ce soir. Nous vous aimons tous d'un Amour Infini et tout puissant, un Amour qui n'a pas de fin car vous êtes nos enfants, vous êtes nos amis et vous êtes le Dieu Père/Mère Créateur incarné dans la matière. Nous vous saluons et sachez que nous sommes avec vous. Vous n'êtes jamais, jamais seuls. Nous sommes à une idée, une pensée. Nous sommes tout près de vous. Nous vous accompagnons, nous marchons sur cette Planète avec vous. Nous vous protégeons et nous déposons notre Amour à vos pieds. À la prochaine!

Groupe – Merci, merci, Namaste!