

Soyons acteur pour nous-mêmes et pour les autres

(exercices donnés par les guides)

Tout d'abord nous allons faire les respirations, nous allons nous poser.

Toutes les affirmations se font 3 fois.

Les affirmations de parfaite santé se font dix fois, normalement c'est douze fois, mais nous allons les faire 10 fois.

Ensuite, nous ferons 10 bonnes minutes de silence pour que chacun fasse l'aide aux autres à sa convenance, en demandant l'aide de Dieu (divin) Chez vous, vous pouvez le faire à haute voix si cela vous convient.

Ensuite nous ferons un travail sur les demeures, sur les maisons ; par exemple : Dieu Père-Mère, merci de protéger notre maison et que ce lieu soit un lieu de Paix, de Joie et d'Amour; qu'il puisse accueillir toute personne qui vient dans la joie. (Vous pouvez aussi protéger la maison d'autres personnes, que ce soient vos enfants, vos petits-enfants, etc.).

Etendez ensuite la demande pour demander la protection pour la ville dans laquelle on vit, la région et la France.

Remercions les Guides, les Êtres de Lumière et les Frères Galactiques de nous accompagner sur ce chemin, pour leur Lumière qui éclaire notre route et pour leur protection.

...

Faisons silence. Nous faisons une douzaine d'inspiration et expirations (pas plus), et dans ces inspirations et expirations, ce qui serait bien c'est que vous ayez conscience que vous inspirez l'Energie, le Prâna, et vous expirez tout ce qui n'est pas Lumière en vous. Vous vous remplissez et vous rejetez tout ce qui n'est pas Lumière en vous.

Ne vous faites pas de souci, cela ne s'agglomérera pas pour faire un égrégore négatif.

Nous commençons de cette façon pour nous préparer.

A partir du moment où vous le faites avec le cœur, cela prend vraiment un poids et une résonance, mais il ne faut pas le faire intellectuellement ; il faut essayer de le vivre, de le faire avec votre cœur.

(Inspirations/Expirations 12 fois.)

Nous allons pouvoir commencer.

« L'Amour de Dieu emplit mon esprit et mon cœur et je projette l'Amour et la Paix sur tous ceux qui m'entourent et sur les hommes, de partout. » (2 fois)

...

« Dieu déverse son Energie, sa Puissance, sa Force, sa Joie, son Amour et sa Beauté, dans chaque cellule de mon corps, rajeunissant et restaurant tout mon être. Je m'en remets à lui et Sa toute Puissance parcourt mon corps et mon âme. »(2 fois)

...

Dieu je suis paix et sérénité. Je manifeste cette paix et cette sérénité par la puissance de Christ en moi. » (3 fois)

...

« Dieu je suis Amour et compassion. Je manifeste cet Amour et cette compassion par la puissance du divin en moi" (3 fois)

...

« Dieu je suis force, volonté et courage. Je manifeste cette force, cette volonté et ce courage par la puissance du divin en moi. » (3 fois)

...

« Dieu je suis beauté, harmonie, bonté et joie. Je manifeste cette beauté, cette harmonie, cette bonté et cette joie par la puissance du divin en moi. » (3 fois)

...

« Dieu je suis confiance, foi et équilibre. Je manifeste cette confiance, cette foi et cet équilibre par la puissance du divin en moi. » (3 fois)

...

«Dieu je suis connaissance, sagesse, humilité et maîtrise. Je manifeste cette connaissance, cette sagesse, cette humilité et cette maîtrise par la puissance du divin en moi. » (3 fois)

...

« Je suis en parfaite santé, physique, émotionnel let, mentale et spirituelle. Je rayonne l'Amour Divin en moi et tout autour de moi. » (12 fois)

...

« J'aime, je m'aime et je suis aimé(e) de tous. » (5 fois)

« Je régénère mes cellules en permanence dans la Lumière et dans l'Amour. » (5 fois)

...

Faire un petit moment de silence. Je vais dire la façon dont je le fais, mais chacun peut l'effectuer comme il l'entend. Je dis :

Dieu Père-Mère, merci d'aider et de protéger... (nommer une, deux, trois ou quatre personnes, peu importe) : que votre immense Amour et votre Lumière les aident, les protègent et éclairent leur

chemin.

Faites quelques minutes de silence afin que chacun puisse envoyer cet Amour à tous ceux qu'il aime, à ses amis, à sa famille.

Ensuite nous ferons l'exercice pour envoyer l'Amour à nos maisons, à vos villes et à tous nos frères, mais c'est un exercice plus personnel.

...

Envois d'Amour :

« Maintenant vous allez demander à Dieu Père-Mère de protéger tous les chefs de gouvernements qui travaillent pour la paix.

...

Maintenant, c'est à nous à nous investir ; que notre immense Amour et notre Lumière inondent tous les chefs de gouvernements qui travaillent pour la Lumière.

« Votre Amour et votre Lumière ont beaucoup plus de puissance que vous ne le supposez. Quand vous êtes réunis, ce n'est pas une petite boule d'Amour qui quitte votre cœur, ce sont des immenses sphères d'Amour qui s'associent pour inonder non seulement tous les chefs de gouvernements que vous avez nommés mais aussi tous vos frères humains.

Pendant quelques secondes, envoyez ces merveilleuses petites sphères d'Amour qui vont grossir et s'associer pour inonder notre monde et pour donner de la force à tous ceux qui travaillent pour la paix et la venue du nouveau monde. »

...

« Vous pourriez également dire ceci :

Paix, paix, paix... Amour, Amour, Amour dans le cœur de tous les hommes. Que tous les hommes s'ouvrent à la dimension nouvelle, que tous les hommes s'ouvrent à l'immense fraternité qui les liera bientôt tous sur cette petite planète.

Lorsque vous dites "paix", il est bien de le dire en ressentant la paix en vous ; lorsque vous dites "Amour", il faut le dire en ressentant l'Amour en vous ; c'est comme si vous murmuriez à l'oreille de vos frères : "paix, paix, paix, Amour, Amour, Amour, réveillez-vous ! Réveille-toi mon frère ! Réveillez-vous !" »

...

« Maintenant travaillez sur vos demeures. Inondez votre demeure de Lumière et d'Amour. Demandez à DIEU Père-Mère qu'il vous aide à mettre cet Amour, cette Joie, cette Sérénité dans vos demeures, afin que chaque personne qui vient vous rendre visite ressente cette Paix, cette Harmonie, cette Sérénité et cet Amour. Bénissez vos demeures ! »

...

« N'oubliez pas que dans vos demeures, tout comme dans votre voiture, vous mettez votre vibration. Plus vous élèverez votre fréquence vibratoire, plus vos demeures seront agréables et plus ceux qui viendront vous rendre visite le ressentiront. »

...

Maintenant offrez en conscience cette Lumière et cet Amour. Plus vous ferez ainsi, plus cela deviendra évident et aura réellement une grande capacité d'éclairer et d'absorber toute l'ombre qui peut encore exister dans les villes.

Pour l'instant, offrirez et étendez cette Lumière, cet Amour à vos propres lieux de vies, c'est-à-dire les villages où vous habitez. »

...

Ils me disent également quelque chose d'important :

« Essayez de ne plus prononcer le mot "guerre " et si ce mot vient à votre esprit, mettez tout de suite sur ce mot, le mot "paix", mais la paix de l'âme, la paix profonde, cette paix qui vous envahit, cette paix qui vous rend heureux. Ce ne sera pas un mot "paix" stérile, le mot "paix" sera un mot d'une belle vibration, un mot qui construit.

Dans tous les pays en grande difficulté, essayez de murmurer à l'oreille de tous ceux qui sont prisonniers de cette grande dualité les mots Paix, Amour, Lumière. C'est vraiment plus d'aide que vous ne le pensez que vous leur offrirez, parce qu'avec le miracle de l'accomplissement, avec le miracle de vos pensées, ces êtres se réveilleront un matin en disant : "mais nous ne voulons plus cela ! Nous n'obéirons plus aux ordres terribles; nous voulons la Paix et nous ferons la Paix ! Nous désobéirons pour faire la Paix." »

...

« Au loin, vous commencez à voir de grandes Portes de Lumière. Ces Portes de Lumière s'ouvrent de plus en plus pour vous accueillir. Vous n'êtes pas très loin et vous avez envie d'accélérer le pas pour vite passer ces Portes de Lumière. Et là vous voyez votre nouveau monde ; c'est à vous à le créer dans votre esprit, c'est à vous de le voir et de le penser comme vous souhaitez qu'il soit. Vous ne pouvez voir que la Beauté, l'Harmonie, la Joie, et l'Amour bien évidemment, un monde où vos Frères viennent vous accueillir et vous tendent les bras, un monde où il y a une nouvelle Lumière, une nouvelle beauté, un monde où il n'y a pas de bruits qui perturbent l'esprit, où tout est harmonie, tout est musique, ,mais tout est harmonie dans le son

Nous avons commencé à vous décrire le monde, mais c'est à vous à commencer à le construire en vous. Nous vous laissons encore quelques instants afin que vous puissiez le faire. Tout ne se fait pas en un jour, il faudra revenir encore et encore pour reconstruire en vous ce nouveau monde. »

...

« Maintenant nous allons vous faire faire un dernier exercice, un très bel exercice :

Vous allez vous recentrer sur votre centre d'Amour, votre cœur de Lumière, et vous allez vous visualiser comme un Être de Lumière, très léger (c'est comme une projection de conscience encore

que nous vous faisons faire), et vous allez vous envoler, vous allez survoler les villes, et à chaque fois que vous survolez une ville projetez sur cette ville une immense quantité de particules de Lumière et d'Amour, c'est comme un scintillement qui émane de chacun de vous, et vous continuerez encore et encore, partout, à offrir ces particules de Lumière et d'Amour.

Vous êtes comme des Anges, comme des êtres qui distribuent gratuitement ces belles, ces merveilleuses Energies de Lumière et d'Amour. Alors survolez les villes, les pays, les endroits qui en ont beaucoup besoin, mais sachez que ce travail est beau pour vous et très efficace.»

« Il faut que vous vous sentiez très, très heureux de pouvoir faire cela. »

...

Ils me disent :

« Maintenant pour terminer, essayez de ressentir votre Guide, envoyez-lui tout votre Amour et vous remerciez-le pour tout ce qu'il fait, pour toute l'aide et la protection qu'il vous apporte. Remerciez-le et envoyez-lui tout votre Amour.

La connexion avec votre Guide se fera de plus en plus parce que le travail que nous faisons ensemble portera ses fruits, si vous le faites en conscience. »

...

Ils me disent :

« Maintenant nous vous laissons, nous vous bénissons, et nous serons toujours, à tous moments, auprès de vous. »

Merci.

