

Travailler avec conscience avec le corps

Tout d'abord, ressentez votre corps physique. Portez votre conscience dans votre tête et essayez d'imaginer votre cerveau, tous vos circuits sanguins et énergétiques. Visualisez vos yeux, votre nez, vos oreilles, votre bouche. Pendant quelques instants, ressentez l'énergie physique de votre tête et apprenez à mieux la connaître. Si vous le pouvez, essayez de pénétrer à l'intérieur de votre tête et de voir son fonctionnement.

Ressentez vivre totalement cette partie tellement importante de vous-mêmes.

Puis visualisez le siège du divin dans votre corps. Imaginez une belle sphère de Lumière et la partie Divine siégeant en son milieu. Ce n'est qu'une image mais elle pourra vous aider.

Demandez à cette autre partie de vous-mêmes, à la partie Divine, qu'elle irrigue totalement votre système énergétique, tous les vaisseaux de votre tête, qu'elle lui redonne l'énergie dont vous avez besoin à votre tête et tout ce qu'elle comporte, c'est à dire à vos yeux, vos oreilles, votre nez, votre bouche.

Travaillez maintenant sur la partie physique de votre tête. Vous allez percevoir des projections d'énergie d'une couleur blanche venant de votre Divinité et inondant tous vos circuits, qu'ils soient énergétiques ou sanguins. Laissez faire le travail à votre Divin. Abandonnez-vous totalement en évitant toute pensée.

Ceux qui sont les plus sensibles pourront ressentir une activité dans leur tête, qui peut se manifester par des sortes de vibrations ou de la chaleur. Ils peuvent aussi sentir leur centre de force coronal et leur centre de force entre les deux yeux travailler, vivre, bouger.

Vous êtes au niveau du commandement de votre corps. C'est une partie très importante.

Visualisez toujours l'être Divin en vous, visualisez-le donnant toujours de l'énergie à cette partie de votre véhicule de manifestation.

Vous allez sentir un grand calme, une grande paix descendre de la partie du commandement de votre corps vers votre buste, vers votre abdomen. Essayez de percevoir, de ressentir vivre ces parties de vous-mêmes, votre cœur, vos poumons, votre foie, votre estomac, votre intestin.

Visualisez encore l'être intérieur, l'être Divin en vous, ce soleil, cet Etre de Lumière qui va maintenant projeter son énergie dans tout votre corps.

Visualisez votre corps avec les systèmes sanguin et énergétique très lumineux. Tout fonctionne à merveille, tout est en harmonie. L'harmonie est parfaite dans votre tête et dans votre corps.

Vous vous sentez parfaitement bien. Vous reconnaissez votre corps et vous l'aimez. Votre corps répond à cet Amour, il communique avec votre conscience. Il vous dit combien il est heureux,

combien il est en paix.

Ensuite visualisez vos jambes, vos bras, vos mains et vos pieds. Vous allez tout d'abord sentir vos bras, vos mains et leur immense importance. Ils vous permettent de toucher, de créer, d'appréhender la vie d'une certaine manière. Essayez de sentir la vie qui coule en permanence en eux.

L'énergie de l'être Divin qui est en vous illumine maintenant votre tête, votre corps, vos bras, vos mains. Tout est parfait. Tout fonctionne dans l'ordre Divin, il n'y a plus aucune résistance, le corps fonctionne en parfaite harmonie non seulement avec ce qui l'entoure mais avec la conscience humaine. Il n'y a plus de mental, il y a simplement l'abandon à ce cheminement intérieur.

Vous allez aborder la dernière partie de votre corps qui a une grande utilité. Ils vous permettent de marcher, d'avancer, de vous mouvoir. Vous allez sentir l'énergie du Divin en vous pénétrer totalement dans vos jambes, dans vos pieds, tout est parfait maintenant. Tout fonctionne merveilleusement bien.

Visualisez votre corps physique complètement harmonieux, visualisez-le tel un vêtement, avec un être lumineux à l'intérieur qui est la copie conforme de votre corps.

Visualisez également un être lumineux à l'extérieur, comme une magnifique aura. Constatez qu'il n'y a en fait qu'une petite couche de matière qui habille votre corps et sépare sa lumière intérieure de sa lumière extérieure. Visualisez la Lumière sous votre habit de chair et une immense aura de lumière autour de vous.

Vous vous sentez maintenant en parfaite santé, toutes vos énergies circulent harmonieusement à l'intérieur de votre corps physique comme à l'extérieur dans vos corps de lumière.

Les souffrances que peut parfois ressentir votre corps de matière sont des blocages au niveau des énergies que vous émettez mais également que vous recevez. A part certains problèmes mécaniques, beaucoup de douleurs viennent d'une mauvaise gestion, d'une mauvaise intégration de certaines énergies qui vous sont propres et que vous générez par vos pensées parfois désobligeantes pour vous-mêmes ou pour ceux qui vous entourent.

Vous allez de nouveau visualiser votre corps de Lumière intérieur, votre corps de Lumière extérieur et la petite partie plus sombre qui sépare les deux parties de vous-mêmes. Petit à petit, vous allez transformer la partie matière qui est plus sombre, et l'éclairer de plus en plus de l'extérieur et de l'intérieur afin de ne former qu'un seul Etre de Lumière radieux, rayonnant l'Amour, la paix et la sagesse.

Ressentez-vous totalement Lumière ! Votre corps de matière a été totalement investi par vos lumières intérieure et extérieure. Globalement il n'y a pas d'intérieur et d'extérieur mais pour l'exercice, nous le voulons ainsi.

Enfin restez quelques instants dans la conscience de l'Etre de Lumière que vous êtes, tout-puissant en Sagesse et en Amour.

