

# Transformer beaucoup de choses en soi

« Pour arriver à acquérir la paix intérieure il y a des techniques, des méditations, mais il y a aussi beaucoup d'autres moyens beaucoup plus évolutifs.

Cela ne veut pas dire que la méditation n'est pas évolutive, parce qu'elle peut calmer le mental et vous hisser vers d'autres niveaux de conscience, mais peut-elle réellement transformer beaucoup de choses en vous ?

Il y a plusieurs choses nécessaires et très importantes à faire :

Faire une introspection pour savoir si vous avez beaucoup de choses à pardonner ou à vous pardonner, Le pardon est extrêmement important et très puissant ! Il faut apprendre à se pardonner et à pardonner aux autres en permanence ; si quelqu'un vous blesse, il faut essayer de comprendre la raison pour laquelle cette personne vous a blessé et ce qu'elle a blessé en vous, parce que les personnes qui vous entourent sont souvent vos propres miroirs. Donc le pardon est nécessaire, et nous dirons que la première étape des grandes transformations de l'être est de se pardonner.

Il est également nécessaire de comprendre vos erreurs, de les accepter, et bien sûr de les éradiquer . Cependant

les erreurs sont parfois nécessaires pour la compréhension ; il ne faut absolument pas que vous ressentiez de la culpabilité par rapport à vos comportements, à vos agissements, à votre passé, parce qu'à partir du moment où vous êtes dans la culpabilité, dans le non-pardon envers vous-même et envers ceux qui vous ont occasionné des souffrances, parfois même involontairement, vous bloquez certaines énergies inférieures qui ne vous permettent pas d'élever votre fréquence vibratoire de la façon qui est souhaitable actuellement.

Donc, la première chose est d'essayer réellement de pardonner, Appliquez le pardon envers vous-même, le pardon envers ceux qui ont pu vous blesser au courant d'une vie. Nous ne parlons pas du pardon par rapport à des événements récents ; il faut faire un retour sur votre vie pour voir ce qui a pu vous gêner dans votre enfance, votre adolescence et votre vie d'adulte. S'il n'y a rien, c'est parfait, mais il faut que vous soyez clair avec vous-même ! Ensuite passez à la phase suivante qui est de ne pas culpabiliser (les êtres humains culpabilisent souvent pour mille et une raisons que nous n'énumérerons pas).

Donc, pardon et non-culpabilisation sont déjà deux choses importantes.

Ensuite essayez de faire ressortir la joie, parce que tout être humain a de la joie en lui ; essayez de libérer cette

joie pour l'exprimer ! La joie est la petite sœur de l'Amour et elle élève votre fréquence vibratoire. Apprenez à sourire, à chantonner, à relativiser les moments difficiles de votre vie, à regarder des films qui vous distraient positivement et vous amusent.

Regardez les enfants : ils jouent, ils rient, ils ne se posent pas de questions et tout va bien pour eux !

Jésus a dit : "soyez comme des petits enfants". Il voulait dire ceci : ne mentalisez pas trop votre vie, ne pensez pas à la souffrance qu'elle a pu vous apporter, essayez de lâcher prise et d'être beaucoup plus simple dans vos comportements.

Bien sûr , ce n'est pas facile parce que vous êtes confronté aux autres en permanence. Sachez que si vous êtes dans la joie, dans la confiance et dans la sérénité, les autres le ressentiront et viendront vers vous. Non seulement vous serez utile à vous-même, vous serez également utile à ceux qui vous entourent, et vous serez réellement dans votre mission sur la Terre, celle qui consiste non seulement à ancrer l'Amour et la Lumière en vous et dans la matière, mais aussi à rayonner ce que vous êtes vraiment, c'est-à-dire des êtres spirituels venus expérimenter la vie dans la matière et grandir aux travers de ses expériences.

Essayez le plus possible de rire de tout et de rien, d'être parfois comme des enfants, de relativiser les choses

difficiles de votre vie, essayez d'avoir confiance, d'être dans l'espoir que demain sera un jour merveilleux, essayez toujours d'être positif.

Bien sûr, pour vous humains, ce n'est pas toujours facile, parce qu'il y a les contraintes de la vie ; parallèlement à cela, vous pouvez faire face aux contraintes de la vie en ayant confiance en elle, en ayant beaucoup d'Amour pour elle, pour vous-même et pour tous ceux qui vous entourent.

Vous penserez que c'est un programme important, mais ce sont toutes les petites choses de la vie, tous les petits cadeaux de la vie qui peuvent vous remplir de bonheur et de joie. La vie n'est pas aussi lugubre que vous le supposez !

A titre d'exemple, nous allons dire comment faire à ceux qui ont perdu un emploi et qui veulent en retrouver un autre, à ceux qui veulent vendre ou acheter une maison ou qui ont un souhait quelconque, etc. Visualisez en permanence que votre souhait est réalisé et remerciez pour cette réalisation, soyez dans le remerciement pour tout ce que l'univers vous offre, ayez confiance en lui et en toute l'aide que vous avez ; faites-le une fois, dix fois, cent fois, et un jour vous aurez la réponse à votre demande.

Cependant les êtres humains sont très impatients ; ils voudraient évoluer d'un seul coup, ils voudraient que tout aille très vite, mais l'évolution demande un certain temps ;

il faut laisser du temps au temps ; parfois cela peut aller certes très vite, parfois cela demande beaucoup plus de temps.

Alors, essayez un tout petit peu de faire ce que nous vous avons conseillé, essayez de le mettre en pratique, et surtout faites remonter la joie profonde qui demeure en vous, essayez de sourire à la vie, essayez, chaque fois que vous passez devant un miroir, de sourire à votre image ; ce n'est pas de l'orgueil, c'est du respect pour vous-même, c'est du respect pour l'Amour que vous devez vous offrir.

Si déjà vous faites un tout petit peu tout ce que nous vous avons dit, vous transformerez votre vie et vous rayonnerez, et les êtres seront bien en votre présence ; vous vous rendrez compte combien, par votre présence et grâce au travail que vous avez accompli sur vous-même, vous avez de possibilités d'aider ceux qui vous entourent simplement par ce que vous êtes, par votre rayonnement et par votre Amour ».