L'école de vie consciente

Ton cadeau de novembre 2022

Message de la Source

canalisé par Mario-Gaal

Respirez profondément. Habitez votre corps. Soyez témoins de tous les mouvements de vie qui s'y déroulent. Votre cœur bat ; il aide à la circulation de votre sang. Tout votre être est irrigué par ce liquide qui traverse votre corps physique.

Donnez-vous un peu d'Amour, restez présents. Votre corps physique a besoin d'être alimenté par votre présence. Habiter votre corps signifie lui donner de l'importance.

Vous avez trois corps principaux à habiter : votre corps mental, votre corps émotif et votre corps physique. Celui qui est le plus souvent oublié est celui qui est le plus apparent. Vous habitez vos pensées, vous habitez vos émotions. Qu'en est-il de votre corps physique ?

Quand lui accordez-vous de l'importance ?

Quand écoutez-vous les mouvements de vie qu'il abrite ?

Quand êtes-vous en contact avec la caresse de l'air qui passe à travers votre gorge, cet air qui va alimenter votre sang, lui apportant nourriture, conscience, lumière ? Cette conscience, cette lumière sont ensuite distribuées à chacune de vos cellules, sans exception. Un travail énorme de création est perpétuellement en action dans les milliards de cellules qui composent chaque centimètre cube de matière, dans les milliers d'atomes de chacune des molécule qui composent vos cellules.

Arrêtez-vous un instant. Cessez de donner de l'importance à votre imagination, à votre monde fictif intérieur et au monde illusoire extérieur.

Attardez-vous un instant à votre corps physique, à toute la mécanique qui assure la cohésion de chacun de ses éléments, de l'infiniment petit au plus grossier de ses organes. Dans ce temple, tout est en parfaite harmonie, tout est très influençable. Vous pouvez en dérégler l'horloge biologique parfaite par une simple pensée associée à une émotion. Votre cerveau physique gère ces centaines de milliards de cellules, leur envoyant des impulsions électromagnétiques à travers votre système nerveux. Toute cette électricité côtoie tous ces liquides dans une parfaite harmonie.

…/…

Et vous, où êtes-vous, puisque vous n'êtes pas ce temple ?
Où habitez-vous ?

Vous avez le choix, quand vous êtes conscients. Vous avez le choix, et vous n'avez plus d'excuse pour ne pas avoir un corps en santé.

La présence à vous-même est un jeu de mots puisqu'il s'agit, en réalité, de la présence à votre temple sacré. Vous y êtes tellement identifiés que nous l'appelons « vous-même » puisque vous en parlez comme de « vous-même ».

Mais vous, qui êtes-vous ?
Où êtes-vous, puisque vous n'êtes pas ce temple ?

Vous en êtes l'occupant, pour un temps, le temps de le maîtriser. Alors respirez, en ayant conscience de la valeur inestimable d'une respiration consciente remplie de présence. Une seconde de présence accomplit des miracles dans ce temple sacré. Une seconde consacrée entièrement à l'instant présent est un choix, l'action concrète d'un créateur éveillé.

Prenez le temps d'accueillir les faiblesses de ce corps, ses qualités, ses limites.

Mais vous, qui êtes-vous ?
Où êtes-vous ?
Que choisissez-vous ?

Habitez votre soleil intérieur, au centre de votre poitrine. Ressentez votre présence dans cette matière. Laissez votre cœur énergétique s'enflammer. Seconde après seconde, la lumière envahit cette matière. La lumière, c'est la conscience, la présence, le maître qui s'installe. Quand le maître sera bien installé, il maîtrisera parfaitement les trois corps principaux de ce temple et il fera ce qu'il veut avec la matière.

Pour l'instant, apprenez à reconnaître ce que vous habitez et à vous identifier au soleil central de ce temple. Vous cherchez tous la paix dans votre vie, et la maîtrise dans votre monde : sachez qu'elles se trouvent là, dans la seconde qui passe, la seconde de présence que vous avez. Elles sont donc accessibles en permanence ; à vous d'y revenir, de choisir de les vivre. Choisir d'écouter à partir de votre centre, c'est choisir la vie. L'expérience pure qui vous est proposée, c'est d'accepter l'incarnation et d'en jouir plutôt que de la subir.

Respirez profondément. Laissez de côté vos préoccupations ; le temps d'un instant, habitez un autre corps : un corps en paix, un corps qui écoute, qui ressent, qui jouit de l'instant présent.

…/…

Voilà comment vit un maître, une seconde après l'autre, pour l'éternité, dans le plein consentement.

L'école est ouverte, celle à laquelle vous vous êtes inscrits : l'école de la vie consciente, l'école de la Terre. En vous incarnant, vous avez choisi d'apprendre, ici, dans cette dimension. Alors cessez de vous plaindre. Il est temps d'ouvrir les yeux et de commencer le travail réel : l'écoute à partir de votre soleil intérieur. Aurez-vous l'humilité nécessaire pour intégrer cela et jouir de la vie ? À vous de voir…

Respirez profondément.

Entraînez-vous, mes amis : le chemin est long pour revenir à la maison. Il est fait de secondes de conscience accumulées.

Bon pèlerinage vers « vous ». À bientôt.

Message de la Source canalisé par Mario-Gaal
supplément à l'Infolettre de Reine-Claire et Mario-Gaal de novembre 2022