



L'école de vie consciente

Ton cadeau de novembre 2025

Message de la Source

canalisé par Mario-Gaal

Beaucoup de pensées viennent à ton esprit et souvent, il semble que tu ne puisses en contrôler le flot. Pourquoi en est-il ainsi ?

Rappelle-Toi que tu es créateur, porteur de lumière, et rappelle-toi que toutes ces pensées sont des moules qui ont besoin d'énergie pour se manifester, se matérialiser, et continuer d'exister.

Discipline ton esprit : choisis ce qui doit faire partie de ton monde, de ton univers, et choisis-le vraiment. Il y a du travail à faire à ce sujet, dans ton être, afin de récupérer le maximum d'énergie et maintenir ta présence, pour nourrir ce que tu veux que devienne ton univers. Et ce travail se fait dans la simplicité, dans la joie, comme un jeu.

Souviens-toi que tu ne peux plus te juger ni juger les autres, ni aucun événement, aucune cause extérieure, car juger, c'est donner ton énergie à cette chose, cette personne, ce comportement, cette apparence, ce défaut, cette noirceur ; juger c'est perpétuer cela dans ton univers, dans ton monde. Tout est simple, et tu as maintenant le choix, puisque que tu es conscient.

Ce n'est pas tout d'avoir le choix, il faut exercer cet attribut. Alors choisis chacune des pensées que tu alimentes. Unis-toi le plus souvent possible à tout ce qui est harmonieux, tout ce qui est *la vie réelle* : la nature, la simplicité, l'éternité, la lumière, l'Amour. Construis ton univers avec ces éléments. Vois dans les autres ton univers — toutes ses qualités, tous ses éléments.

Fais la même chose en contemplant la nature : alimente seulement ce que tu choisis consciemment pour faire partie de ton monde. Crée à chaque seconde ta vie, et fais-le pour l'éternité. Ne laisse plus rien au hasard, ne sois plus la victime des conséquences de tes errances. Prends-toi en main, maintenant. Terminée, cette vie de limitations ; embarque dans l'abondance d'un créateur conscient.

As-tu bien saisi ? Il s'agit d'énergie, de centration ; il faut arrêter cette dispersion. Trop de choses sont alimentées en même temps par ton énergie, trop de croyances, de certitudes, trop de mondes : ton énergie s'épuise à les nourrir, et il t'en reste peu pour tenter de créer consciemment ce que tu désires vraiment vivre.

Commence par te rassembler — le premier bénéficiaire en sera ton corps physique. Commence par t'unir à tout ce qui est harmonie, à tout l'Univers, tous les astres, les planètes — tout ce qui vibre à l'unisson, tout ce qui chante, tout ce qui fait vibrer l'âme que tu es. Choisis ton monde intérieur, et le monde dans lequel ton corps évolue se transformera. Chacun doit faire le travail : apprendre à se reconnaître, admettre ses errances sans les juger, et apprendre à centrer son attention sur l'essentiel, qui est le bien-être de l'ensemble.

Une respiration et puis une autre dans la conscience de l'unité, et ton monde se transforme. Peux-tu adhérer à cette simplicité ?

Crois-tu qu'il soit facile de filtrer les pensées, de maîtriser le corps mental, le corps émotif ? Ou crois-tu qu'ils soient trop puissants pour arriver à en faire des amis coopérants ?

Dans cette quête de maîtrise de la matière, unis-toi toujours à la Conscience première, celle qui a vu à la création de l'âme que tu es ; ensuite, c'est le tour de ta conscience personnelle. Dans cet état d'union avec la Source, embrasse la conscience collective dans laquelle tu évolues inévitablement. Ainsi, plutôt que de subir l'influence des autres, tu deviens canal de la Source et tu rétablis l'harmonie pour l'ensemble. Renverse le jeu, unis-toi au plus grand : en commençant par Toi et en allant vers l'ensemble, tu fais naître un nouveau monde. Tout est simple, très simple ; prends le temps d'apprendre à te reconnaître.

Une respiration profonde pour ton corps, et dans l'expiration, laisse aller toutes les tensions. Dépose-Toi, laisse les mots entrer sans effort. Ils feront leurs œuvres dans ton être. Les mots sont là pour favoriser l'ouverture de ta conscience et permettre à ton être de retrouver cette fréquence vibratoire qui lui apporte la paix. N'en fais pas une tension supplémentaire, un jugement, une comparaison ; accueille simplement ce qui vient Te nourrir. Laisse surgir le bien-être.

Tu as été créé dans l'Amour, dans la paix, dans l'harmonie ; l'âme que tu es est immortelle et ton corps peut le devenir. Il a simplement besoin d'être libéré des croyances qui l'encombrent. Alors sois patient, accueillant, rempli de douceur pour ta matière humaine. Si tu ne prends pas soin d'elle, qui le fera ? Personne... Laisse briller ton soleil sur ses milliards de cellules. Prends soin de ton univers et unis-le à tous les autres.

Prends le temps d'Aimer vraiment, et à bientôt.