



L'école de vie consciente

Tu regalo de mayo de 2026

Mensaje de la Fuente

canalizado por Mario-Gaal

Respira, respira conscientemente, respira la luz de tu ser.

Toma el tiempo, tienes tiempo.

Quédate aquí. Controla tu espíritu.

Lleva toda tu atención a los átomos que constituyen tu cuerpo físico.

A este nivel, todo es energía... movimiento, materia y, de nuevo, energía. Pide que todos los átomos que constituyen tu cuerpo físico se armonicen con todos los átomos del universo. Pide a través de tu cristal interior. Pide a través del circuito sagrado.

Haz respirar tu cuerpo profundamente, regularmente, y permanece bien instalado en el centro de su pecho.

Recuerda que se trata de un entrenamiento: entrenar tu conciencia para que esté centrada allí donde tú eliges.

No te dejes sorprender por tus vagabundeos: constata, acoge, y entrénate para estar allí donde tú eliges conscientemente. En este momento, tu cuerpo físico debe tener toda tu atención. Empieza por lo más importante: tu vehículo terrestre, aquel que te permite todas las experiencias en este planeta. Cuídalo, no permitas que sus células y sus órganos se cristalicen. Mantente bien consciente de todos esos átomos que lo constituyen, y pide sin cesar que todos estén armonizados con los átomos del universo.

Toma el tiempo para Amar tu materia humana. Amarla es actuar por su bienestar, su fluidez, su flexibilidad, su armonía. De ahí se deriva todo lo demás...

Eres luz, luz en acción, Amor. Toma el tiempo para reconocerte, para dar sentido a esta encarnación.

Otra respiración muy profunda para tu cuerpo, y en la exhalación, deja ir todo lo que ya no le es útil. Suelta las tensiones, sean mentales, emocionales o físicas. Identifícate al 100% con el Sol que brilla en el centro de su pecho y deja que ese sol nutra los soles de los miles de millones de células que lo componen. Eres luz: ¡jactúa! Sé Amor para tu cuerpo, sé Amor para la materia.

Un esfuerzo de presencia es un acto de Amor y esta presencia favorece la construcción de tu cuerpo de luz. Poco a poco, la materia densa —tu cuerpo físico— se transforma y adopta la forma del ser de luz que eres. La fusión se realiza tranquilamente, según la intensidad y la frecuencia de tu presencia consciente.

Un cuerpo humano no puede acoger a un ser de luz sin una preparación minuciosa. Cuando se encuentra en la frecuencia de la supervivencia, los átomos que lo constituyen no soportan la intensidad de la frecuencia de tu ser.

Para transformar tu cuerpo humano, debes poner en ello tiempo, Amor, presencia. Sabe que has comenzado este trabajo desde hace varias vidas y que éste continuará hasta la maestría total de la materia. No tengas prisa por llegar, pero no pierdas ni un segundo más en el vagabundeo; sé firme con tu conciencia, tu espíritu, y elige siempre aquello que alimentas con tu energía.

Construir un cuerpo de luz no se hace solo: instala o vuelve a encontrar la conciencia de la unidad, la conciencia de la construcción cromática —la unión de todos los cristales de todos los seres en todas las dimensiones. Es una invitación, por supuesto; siempre tienes la opción de vivir en esta conciencia o en la de la separación, del aislamiento, la de la decadencia del cuerpo humano.

Vuelve a encontrar el Amor que vio nacer el alma que eres. Está ahí, en el interior mismo de Ti. Haz respirar este cuerpo conscientemente, conviértete en su maestro en todos sus aspectos, poco a poco, por tu presencia, por tu Amor; no por la restricción, la castración, las privaciones, las reglas, sino por la presencia benevolente, la acogida sin condición, sin juicio, solo Amor.

Una última respiración profunda antes de dejar que tu cuerpo retome su ritmo natural. Y Tú, continúa observando lo que sucede en este templo sagrado; habita conscientemente el corazón energético de este cuerpo y reina sobre tu reino, sobre esos miles de millones de millones de átomos; vela por su cohesión, gestiona tu universo.

Eso es todo, hasta pronto.