



Il tuo regalo di maggio 2026

Messaggio della Sorgente

canalizzato da Mario-Gaal

Respira, respira consapevolmente, respira la luce del tuo essere.

Prenditi il tempo necessario, hai tutto il tempo.

Resta qui. Controlla il tuo spirito.

Concentra tutta la tua attenzione sugli atomi che costituiscono il tuo corpo fisico.

A questo livello, tutto è energia... movimento, materia e, ancora, energia. Chiedi che tutti gli atomi che costituiscono il tuo corpo fisico si armonizzino con tutti gli atomi dell'universo. Chiedi attraverso il tuo cristallo interiore. Chiedi attraverso il circuito sacro.

Fai respirare il tuo corpo profondamente, regolarmente, e rimani ben ancorato al centro del suo petto.

Ricorda che si tratta di un allenamento: allenare la tua coscienza affinché sia centrata dove tu scegli.

Non lasciarti sorprendere dai tuoi vagabondaggi: osserva, accogli e allenati per essere lì dove scegli consapevolmente. In questo momento, il tuo corpo fisico deve avere tutta la tua attenzione. Inizia dalla cosa più importante: il tuo veicolo terrestre, colui che ti permette tutte le esperienze su questo pianeta. Prenditene cura, non permettere che le sue cellule e i suoi organi si cristallizzino. Rimani ben consapevole di tutti quegli atomi che lo costituiscono, e chiedi incessantemente che tutti siano armonizzati con gli atomi dell'universo.

Prenditi il tempo per Amare la tua materia umana. Amarla significa agire per il suo benessere, la sua fluidità, la sua flessibilità, la sua armonia. Da lì deriva tutto il resto...

Tu sei luce, luce in azione, Amore. Prenditi il tempo per riconoscerti, per dare senso a questa incarnazione.

Fai un'altra respirazione molto profonda per il tuo corpo e, mentre

espiri, lascia andare tutto ciò che non ti serve più. Lascia andare le tensioni, siano esse mentali, emotive o fisiche. Identificati al 100% con il Sole che risplende al centro del tuo petto e lascia che quel sole nutra i soli dei miliardi di cellule che lo compongono. Tu sei luce: agisci! Sii Amore per il tuo corpo, sii Amore per la materia.

Uno sforzo di presenza è un atto d'Amore e questa presenza favorisce la costruzione del tuo corpo di luce. A poco a poco, la materia densa —il tuo corpo fisico— si trasforma e assume la forma dell'essere di luce che sei. La fusione avviene tranquillamente, secondo l'intensità e la frequenza della tua presenza cosciente.

Un corpo umano non può accogliere un essere di luce senza una preparazione minuziosa. Quando si trova sulla frequenza della sopravvivenza, gli atomi che lo costituiscono non sopportano l'intensità della frequenza del tuo essere.

Per trasformare il tuo corpo umano, devi dedicargli tempo, Amore, presenza. Sappi che hai iniziato questo lavoro già da diverse vite e che esso continuerà fino alla totale padronanza della materia. Non avere fretta di arrivare, ma non perdere nemmeno un secondo in più a vagare; sii risoluto con la tua coscienza, il tuo spirito, e scegli sempre ciò che nutri con la tua energia.

Costruire un corpo di luce non si fa da soli: installa o ritrova la coscienza dell'unità, la coscienza della costruzione cromatica — l'unione di tutti i cristalli di tutti gli esseri in tutte le dimensioni. È un invito, ovviamente; hai sempre la possibilità di vivere in questa coscienza o in quella della separazione, dell'isolamento, della decadenza del corpo umano.

Ritrova l'Amore che ha dato vita all'anima che sei. È lì, nel profondo di te. Fai respirare questo corpo consapevolmente, diventa il suo maestro in tutti i suoi aspetti, poco a poco, con la tua presenza, con il tuo Amore; non con la restrizione, la castrazione, le privazioni, le regole, ma con la presenza benevola, l'accoglienza senza condizioni, senza giudizio, solo Amore.

Un ultimo respiro profondo prima di lasciare che il tuo corpo riprenda il suo ritmo naturale. E tu, continua a osservare ciò che accade in questo tempio sacro; abita consapevolmente il cuore energetico di questo corpo e regna sul tuo regno, su quei miliardi e miliardi di atomi; veglia sulla loro coesione, gestisci il tuo universo.

Questo è tutto, a presto.