



[www.stephane-xenox.com/sentiments-divins](http://www.stephane-xenox.com/sentiments-divins)

## LES SENTIMENTS DIVINS

SHINAAR

Canalisations par Stéphane

1ère canalisation – Le 12.10.2017 à Paris

Chers enfants de la Source et de la Vie, chers enfants des Étoiles et de la Terre, soyez salués. Je suis Shinaar.

Oh, en cet instant le voile entre les dimensions s'amincit considérablement par rapport à ce à quoi vous êtes habitués, vous permettant de contacter une part de vous-même qui est dans une autre dimension, une part de votre Conscience qui n'est pas habituelle, pas ordinaire, une part également de votre Connaissance profonde, ainsi que d'un Sentiment.

Le Sentiment, c'est l'aspect vibratoire de la Connaissance. Le Sentiment, c'est l'appréhension de la Connaissance profonde sans pensée, sans concept. Le Sentiment, c'est Le Concept perçu à travers la zone sensible, vibratoire, et c'est bien un Sentiment principalement aujourd'hui qui va vous rendre visite. Ou plutôt, l'Énergie qui descend sera principalement perçue sous la forme de sentiment, car oui, chers enfants de la Vie, c'est avant tout un

Sentiment qui se déploie en vous pour pouvoir avoir accès de manière plus précise à l'appréhension conceptuelle du Divin, à une Connaissance claire et pleine de discernement. Avec humour je dirai que le Divin vient d'abord vous chercher avec les sentiments avant de vous chercher avec la Connaissance ; un Sentiment profond. Vous êtes tellement aimés ! Vous êtes tellement honorés pour Qui vous êtes, tellement précieux à nos yeux, nous qui sommes un grand ensemble d'Êtres.

Il y a là le Collectif Shinaar, qui n'est pas pleinement compréhensible pour l'instant à votre conscience, il y a également de nombreux Êtres aimants, de nombreux Êtres avec qui vous êtes en lien et qui font partie de la Famille ; de nombreux Êtres que vous avez connus sur Terre et qui n'y sont plus aujourd'hui, des Êtres qui font partie de votre histoire personnelle, d'un vaste parcours de Vie qui ne se limite pas à votre vie actuelle, qui ont composé la trame de votre conscience incarnée, de votre destinée d'Âme, un parcours sacré.

Shinaar est profondément honoré en cet instant d'être au milieu de vos présences, honoré de pouvoir remplir sous cette forme-là sa fonction, car Shinaar est un Être au service des mondes créés. Oh oui, de nombreux êtres humains se sentent, comme vous dites, au service du Divin. Shinaar est au service des mondes créés, au service des êtres incarnés, au service des plans denses et subtils qui composent la création, un Principe Cosmique et Fonctionnel permettant à la vaste Symphonie universelle non seulement d'être jouée, mais en plus, d'évoluer, de changer tout en gardant une direction appropriée, une direction qui est alignée avec l'Intention de l'Origine.

Je suis associé à l'énergie atomique. L'énergie atomique est une forme d'énergie circulant dans l'Univers, c'est la Conscience associée aux Unités Fondamentales de Vie. Il y a plusieurs types d'énergies, vous connaissez l'énergie solaire, vous commencez à

entendre parler de l'énergie cristalline. L'énergie atomique, vous la connaissez sous sa forme dense, car en effet les atomes et les particules subatomiques sont les petites briques qui permettent l'existence de la matière, et sont le reflet dense des petites briques qui sont les Unités Fondamentales de Vie, des Unités énergétiques extrêmement élevées, vibratoires, pulsantes, et qui se déclinent ensuite dans toutes les dimensions.

L'Énergie Shinaar et le Collectif Shinaar, de multiples Consciences relais – car sachez que dans le Collectif Shinaar il y a également des Êtres présents dans les Plans plus denses. Shinaar est dans un Plan dimensionnel extrêmement subtil, celui qui est directement après l'Incréé. J'utilise ici des notions linéaires mais elles ne veulent rien dire, cependant cette image peut vous servir. C'est une rencontre, et l'Énergie Shinaar imprègne petit à petit l'humanité via la rencontre de l'humanité. Il est donc important, comme dans toute rencontre, que, pourrait-on dire, les présentations soient faites. Ainsi les mots qui sont émis ce soir vont courir sur les éthers de la planète. Ceci est du plus haut comique car vous savez parfaitement Qui je suis, vous me connaissez. Si vous êtes ici en cet instant, présents sur Terre, porteurs et porteuses des énergies de l'éveil, c'est que vous savez Qui je suis.

Ainsi Shinaar est un Principe Fonctionnel qui s'occupe de la diffusion, de l'ancrage en les Unités Fondamentales de Vie de l'Intention du Créateur. Toute chose créée est porteuse d'une intention, de celui qui l'a créée. Il y a relativement peu d'êtres dans l'Univers qui sont des êtres créateurs, qui transportent l'énergie créatrice du Créateur. Vous en faites partie, vous êtes des créateurs. Sans que vous le sachiez, vous êtes constamment en train de transformer de l'énergie subtile en énergie dense, constamment en train de mettre en cohérence de l'énergie non cohérente pour que celle-ci prenne la forme de quelque chose de solide qui a une forme.

Eh bien chaque fois que vous mettez quelque chose en place, que vous construisez un objet par exemple, une œuvre d'art, que vous mettez un projet en place concernant la distribution de la nourriture, vous y mettez une intention particulière. Cette intention vient colorer la matière, vient colorer les vibrations densifiées, que vous avez densifiées.

Ainsi le Principe Shinaar dans sa forme dense pourrait être comparé au principe que vous utilisez lorsque vous construisez une œuvre d'art. Vous mettez une intention dans cette œuvre d'art, la matière possède cette intention et la rayonne, les unités de matière sont porteuses de cette intention. Le mouvement qui fait passer l'intention dans la particule unitaire, c'est le Principe Shinaar. C'est donc relié à l'énergie atomique, et l'énergie atomique est une énergie subtile universelle et fonctionnelle.

La Conscience Shinaar est là pour diffuser ainsi, apposer la signature du Divin, de l'Intention Créatrice en les Unités Fondamentales de Vie. Ainsi Shinaar conçoit, pour de vastes ensembles universels, des directions évolutives. Pourquoi cela ? En quoi cela est associé aux directions évolutives ? La création est associée à l'évolution. L'Incréé est statique, il n'a aucune évolution, aucun changement, il est immuable, éternel, n'a ni début ni fin, c'est ce que vous êtes dans votre Essence, un Être qui ne bouge pas. La création, c'est le début de l'espace et du temps, le début du mouvement, du passage d'un point A à un point B, de la distinction, de la différence, permettant ainsi qu'il y ait des changements et une évolution. La création a été créée dans un certain but, et il y a là une Unité Originelle Fondamentale qui est dotée de l'Intention Fondamentale du Créateur et qui maintient dans une Cohésion Fondamentale également toutes les Unités, quelles qu'en soient leur forme, dans tout l'Univers. C'est la raison pour laquelle aucune particule énergétique ou physique, quel que soit le degré d'éloignement dont elle est composée par rapport à l'Intention

Originelle, ne peut en aucun cas sortir en même temps de cette Intention Originelle, et ne peut qu'y revenir. La forme, l'Étincelle de Conscience que vous êtes est dotée de cette Intention Originelle qui, de manière inévitable, fait que forcément vous reviendrez à cette Conscience d'Origine, vous réalignerez à cette Conscience d'Origine.

Tout dans l'Univers est doté de l'Intention Originelle du Créateur, la raison pour laquelle la création a été créée. Et cette raison n'est pas un but à atteindre au sens humain du terme, il y a en effet un but à la création mais ce n'est pas un but en tant que résultat, c'est un sens. Il y a un sens à la création.

Après cette Particule tout à fait Originelle de Vie porteuse de l'Intention Source du Créateur, il y a donc la création avec toutes ses Étincelles de Conscience diverses et variées, ses niveaux de conscience, de multiples plans différents qui se sont mis à exister, certains, quelle que soit leur densité, alignés avec l'Intention Lumineuse, les Mondes de Lumière, et d'autres qui s'en éloignent.

Même la particule énergétique qui a été dotée de l'intention la plus noire, issue de la conscience la plus éloignée du Créateur, même cette particule de Vie possède encore l'Intention Fondamentale du Créateur. Vous aussi vous la portez, vous la portez dans chacun de vos atomes, c'est la raison pour laquelle vous n'avez pas à avoir peur de la noirceur extérieure, pour laquelle vous n'avez pas à avoir peur de ce qui peut composer la matière et de l'intention qui peut avoir été mise dans un objet, dans une situation.

Car si vous, vous devenez à nouveau conscients que vous êtes la Conscience Divine, que vous êtes, là, au fond de vos cellules, l'Intention du Créateur Originel, la Conscience du Créateur Originel, que vous êtes le Créateur Originel – car c'est ce que vous êtes, là, bien au fond de vos cellules – lorsque vous en redevenez

conscients, vous ne pouvez être touchés par ce qui est à l'extérieur mais c'est vous qui touchez l'extérieur.

Être conscients que vous êtes le Créateur ne veut pas dire croire que vous avez le niveau de conscience du Créateur, cela ne veut pas dire que dans votre regard, dans votre intelligence déjà, dans votre sagesse, vous avez retrouvé les Aspects Fondamentaux du Créateur ou que vous les vivez, non, mais la vérité c'est que l'Énergie même du Créateur est là, dans vos cellules. Vous êtes cela, vous ne pouvez être autre chose. Ce n'est pas votre niveau de conscience actuel mais c'est pourtant ce que vous êtes et vous ne pouvez être autre chose que cela, quel que soit le plan de Vie dans lequel vous allez.

Shinaar vient rendre visite à l'humanité pour faire résonner, exciter, activer, réveiller, nourrir cette Conscience Fondamentale, cette Intention Fondamentale, car il se trouve que la Terre est amenée à être une planète divinisée, porteuse et relais de l'Intention Source, alignée avec les Décrets du Créateur, non seulement depuis la nuit des temps mais également pour les futures expansions, les futurs plans de Vie, le futur Grand Cycle d'évolution et d'exploration de la conscience.

Il y aura toute une série de transmissions en ce lieu. Chacune de ces transmissions fera partie d'un tout par rapport à cette série. Il y aura neuf transmissions, et ce chiffre n'est pas dû au hasard. Il porte l'énergie de l'achèvement. Shinaar est intimement relié aux nombres et à la numérologie comme à la mathématique universelle, car l'expansion des mondes est basée sur les mathématiques. Des mathématiques qui ne sont pas des chiffres comme vous les entendez, qui ne sont pas des quantités, non, les mathématiques sur le Plan Universel sont des énergies sensibles et sont plus fortement reliées aux sentiments qu'aux concepts eux-mêmes. Les autistes savent très bien cela. Les autistes perçoivent les nombres sous forme sentimentale. C'est la raison pour laquelle

ils peuvent faire des calculs extraordinaires qui échappent aux capacités du commun des mortels.

C'est bien cet aspect sensible et sentimental que Shinaar va vous aider à contacter, contacter ce Sentiment profond, le Sentiment Divin, et percevoir que toute l'existence peut se sentir comme l'émanation d'un Sentiment. Car vous êtes venus dans un monde incarné pour vivre des sentiments, vous êtes venus sur ce plan de Vie pour vous appréhender de manière sentimentale. Vous êtes, à un certain niveau, présents dans le monde des Concepts, vous êtes un Concept. Vous êtes amenés à vous vivre non pas de manière conceptuelle mais de manière sentimentale.

Ainsi Shinaar vient à la rencontre de l'humanité pour réveiller cette Intention Source qui a été cachée dans la matière au-dessous de multiples autres intentions, posées par des consciences créatrices, vous les humains ainsi que d'autres, et qui ne sont pas alignées avec l'Intention du Créateur. Shinaar est également venu pour relayer et apposer en cette matière, non pas simplement l'Intention Source, mais tout simplement les Intentions Divines générées par des Consciences alignées avec la Source. De multiples codes ont été posés il y a des éons de temps. Oh oui, Gaïa a été créée également avec un sens, une direction, un but, une intention. Il y a un terme oriental qui décrit ce dont je vous parle là, c'est Dharma. Ne comprenez surtout pas ce terme comme étant une obligation. Le dharma est une intention, une intention préexistant à quelque chose, et le dharma d'une planète, le dharma d'un être, le dharma d'un univers, c'est l'intention qui a été placée en cette planète, en cet être, en cet univers. Vous aussi vous avez un dharma sur le plan personnel, c'est-à-dire que vous êtes porteurs et porteuses d'une Intention qui est cachée, voilée à votre conscience et que vous êtes amenés à retrouver. Ainsi Shinaar est également là pour réveiller l'énergie du dharma en vous, pour que vous preniez contact et que vous vous rapprochiez de vos propres Intentions,

Sacrées, Profondes, celles que vous avez placées vous-mêmes dans votre matière, dans vos cellules, car vous êtes une Conscience Divine, vous avez-vous-mêmes posé une Intention Sacrée... en votre être biologique.

Ainsi Shinaar est tout à la fois un Être extrêmement éthéré, selon votre compréhension de ce terme, très proche de la Source, dans les mondes non incarnés, mais son Énergie vient vous chercher dans votre matière, dans vos atomes, dans votre base. Et à travers vous l'Énergie Shinaar vient toucher Gaïa.....

Vous êtes des Êtres magnifiques ! Cet énoncé ne parle pas de vous personnellement, il parle de la Vérité. Vous êtes Magnifiques. Qu'en cet instant vous puissiez vous ouvrir à ce Sentiment. Ne le croyez pas, cela n'a rien à voir avec la tête, cela n'a rien à voir avec des actes, cela n'a rien à voir avec ce que vous faites, cela n'a rien à voir avec l'observation que vous pouvez porter sur vous-mêmes. C'est un Sentiment.

Alors le Sentiment de votre Magnificence, là, en cet instant est stimulé. Je vais faire silence quelques instants. C'est à partir du cœur de chacun de vos atomes que Shinaar se déploie et vient vous toucher. Respirez tranquillement, oubliez tout, oubliez-vous vous-mêmes, oubliez votre tête et ouvrez votre sensibilité, osez laisser se déployer ce Sentiment, lâchez prise.....

La première fois que j'ai contacté mon partenaire de parole, il a perdu le contrôle, il a perdu la tête. Il est rentré pleinement dans un Sentiment, une émotion inconnue nettement supérieure à tout ce qu'il avait connu jusque-là, n'ayant plus rien d'humain, et en même temps étant parfaitement compréhensible et appréhendable par ses sens. Une Énergie d'une Grâce et d'une Douceur, d'une Finesse et d'un Amour, d'un Amour de soi, d'un Auto-Amour, car l'Amour c'est l'Univers, c'est la Source, c'est la Vie qui s'aime elle-même, qui s'aime, et qui s'aime en se le disant ;



une Énergie, une Vibration qui fait l'Amour avec elle-même constamment dans une danse voluptueuse, gracieuse, évanescence, éternelle, prenant forme, se déformant, se subtilisant et se densifiant. Une danse de l'Amour où la Vie se rencontre elle-même pour se recevoir elle-même, pour se pénétrer elle-même de mille manières possibles, pour communier avec elle-même.

Oh, chers enfants de la Vie, vous qui possédez des corps sexués, vous qui possédez un pénis et un vagin, symbolisant l'Énergie de Vie qui se donne et qui se reçoit elle-même, qui s'accueille et s'offre à elle-même, c'est la danse de la Vie. Toute la création est une occasion pour la Vie de se mettre en binôme pourrais-je dire, afin qu'il y ait « moi » et « l'autre », une illusion bien sûr, mais dans cette illusion merveilleuse il y a une relation, et dans ce « moi et l'autre », il y a « moi, capable de recevoir ce que l'autre me donne, l'autre capable de recevoir ce que je lui donne. Alors parfois je me laisse pénétrer par l'autre, d'autres fois je pénètre l'autre et l'autre éprouve cette immense joie d'être pénétré par une Conscience qui fait semblant de ne pas être la même alors qu'elle est la même ». Une danse.

Vous êtes Magnifiques, car vous êtes tout à la fois le fruit de ces épousailles cosmiques, et vous êtes tout à la fois la Vie qui s'offre et qui se reçoit. L'Énergie Shinaar est une Énergie qui fait le pont car c'est le Principe qui vient pénétrer toutes les Unités Fondamentales de Vie quelle que soit leur densité, donc cette Énergie vient vous chercher dans votre énergie sexuelle, dans votre Énergie de Vie tout simplement, telle qu'elle est vécue, densifiée dans votre corps. L'Énergie de Vie universelle, c'est l'énergie sexuelle en vous. Un mélange d'Énergie spirituelle, universelle, éthérée, et d'énergie vitale, la forme de l'Énergie spirituelle densifiée, rendue terrestre. L'énergie sexuelle, l'Énergie de Vie en vous, une énergie qui s'est déviée, une énergie ne portant plus pleinement ou au premier plan l'Intention Source du Créateur, alors

que votre énergie sexuelle porte l'Intention Source du Créateur pour la création. Ces mots, je vais les répéter. Que ces mots, qui ne seront pas pleinement compris aujourd'hui, qui seront pleinement compris plus tard, voire bien plus tard, que ces mots rentrent dans vos esprits :

Votre énergie sexuelle est porteuse de l'Intention Source du Créateur par rapport à sa création. Vous portez l'Énergie dans votre énergie sexuelle, et du Créateur, et de la création, du créé.

Depuis que j'ai contacté mon partenaire de parole – ou depuis que je l'ai recontacté, plutôt, car il y a eu un moment afin que son système silencieusement s'habitue à Qui je suis – depuis que je l'ai contacté de manière plus rapprochée il ressent que l'Énergie Shinaar est associée à la sexualité, associée à la gestion de cela, associée à l'énergie sexuelle sans qu'il comprenne pourquoi. Pourtant une Énergie extrêmement éthérée, celle de Shinaar, une Énergie qui ne s'est jamais incarnée, un Être qui ne s'est jamais incarné, et pourtant l'Énergie de Shinaar vient révéler quelque chose en vous associé à la densité. Si la Conscience Shinaar, si la Conscience qui vous parle en cet instant à travers cet être ne s'est jamais incarnée, il est évident que le Principe Shinaar est un Principe qui touche toutes les dimensions, un Principe autant de densification que d'éthérisation, où les Intentions peuvent être maintenues.

Shinaar est donc un Collectif avec, à la tête (mais « à la tête » n'est pas le bon terme) une Conscience Primordiale du Principe Shinaar. Je suis cette Conscience Primordiale. Je suis l'aspect le plus élevé qui puisse être du Collectif Shinaar, et ce n'est pas pour rien que c'est cet aspect le plus élevé qui vient parler à l'humanité de la Terre. Vous en entendez, pour certains, parler de plus en plus : vous avez un destin particulier, vous êtes porteurs de quelque chose de particulier. Bien qu'étant des êtres denses et s'étant fortement éloignés de la Conscience Divine, capables de créer des ignominies, vous avez en même temps la possibilité

d'incarner, d'ancrer, d'agir et de créer à partir d'une Conscience extrêmement élevée.

Il n'y a aucun intérêt à ce que l'être humain retrouve toute la Connaissance universelle. En ce sens, vous ne serez jamais comme Dieu, si l'on peut dire, en tant qu'êtres incarnés. Ce que vous pouvez retrouver, ce sont les Sentiments Fondamentaux : un pur élan d'Amour, un grand éclat de rire, une expression de Joie incommensurable dans un acte créatif et jouissif. Voilà ce qui est à l'Origine de la création : ce Sentiment. Ce Sentiment profond, pur, intact, un Sentiment si plein qu'il n'a aucune attente, qu'il ne combat pas, bien évidemment, que cela vous pousse à abandonner toutes les attitudes humaines que vous avez développées.

Un Sentiment Fondamental d'une Bienveillance absolue en toutes circonstances, non pas parce que vous avez compris beaucoup de choses, mais parce que vous avez retrouvé ce Sentiment profond qui amène ensuite une compréhension. Ce n'est pas la compréhension qui vous amène le contact d'un Sentiment, d'un état d'être, c'est recontacter ce Sentiment qui transforme ensuite votre manière de penser, qui amène une compréhension. Quand la compréhension est là, quelque chose se cristallise et s'ancre sur le plan du Sentiment, il devient stable et maintenu en vous. La compréhension est importante, mais elle vient ensuite, elle vient en second.

Ces neuf transmissions ont pour but de réveiller ce Sentiment en vous, de le faire se rapprocher de votre réalité. Oh, petit à petit, vous ne pouvez pas le recevoir d'un coup, vous ne pouvez pas l'appréhender. Lorsque mon partenaire de parole a ressenti ce Sentiment, il n'avait plus rien d'humain, il était conscient d'être là, avec un corps qui tremblait dans tous les sens car il ne pouvait plus le maîtriser, mais il n'aurait pas pu vivre avec, il n'aurait pas pu vivre dans son quotidien avec. Il ne le peut toujours pas. Non, ce Sentiment vous l'appréhendez petit à petit, vous allez le retrouver

petit à petit. Il va se dévoiler en vous par paliers, si vous l'acceptez, si vous vous laissez faire, si vous vous ouvrez ; sachant qu'il y a des jalons, l'expérience mystique, un moment particulier où l'on se rappelle, par exemple, de ce Sentiment. Une expérience extrêmement intense, vibratoire, vibrante, qui ne vous dit pas là où vous êtes arrivés, non, qui vous rappelle ce que Vous êtes profondément afin que vous ayez une connaissance, un étalon en vous, et une humilité : « Voici ce que j'ai vécu, voici ce qu'on m'a donné à vivre et voici ce que je n'arrive pas à vivre encore. » Sans jugement, sans impatience, sans attente de soi.

Votre ouverture aux Énergies de Shinaar a pour conséquence potentielle, et en tout cas souhaitée, de vous ouvrir à la même expérience mystique que mon partenaire de parole a connue il y a de cela quelques années lorsque je l'ai contacté. Cela fait partie du Plan. Cela fait partie du Plan ! De manière isolée, au cours des siècles et des millénaires il y a toujours eu des êtres humains s'étant ouverts à cette expérience mystique. Mais de manière isolée, pas en grand nombre, de manière cachée également. Shinaar vient également pour stimuler le réveil de ce Sentiment et la possibilité de vivre cette expérience mystique, qu'une fois qu'on l'a vécue on sait plus cellulièrement, intuitivement vers là où on a à aller. L'expérience mystique n'est pas à rechercher mais elle est indispensable sur le parcours de l'initié. Un jour elle arrive, parce que vous êtes prêts, parce que vous êtes prêtes, mais parce qu'avant cela vous vous êtes ouverts, vous avez cessé de croire que vous saviez, vous avez cessé de considérer votre connaissance, de la confondre avec la Connaissance, et vous vous êtes plutôt rapprochés d'une appréhension du Divin, de la Vie, de la Vérité, une appréhension vibratoire, ressentie. Également vous avez assez de force psychologique pour vivre ce grand écart entre l'expérience mystique où l'on se souvient de la Beauté de la Vie et de sa propre Beauté, de la Douceur de l'existence, de l'Amour incroyablement

puissant et valorisant qui est à la base de tout, ce grand écart entre cette expérience et votre monde.

Je ne vous apprend rien, votre monde s'est éloigné fortement de l'Amour Originel, et en même temps vous y avez tellement accès, à cette Énergie d'Amour, en même temps vous y avez accès si facilement ! Vous êtes un paradoxe, concernant les formes de vie biologique dans l'Univers. Tout à la fois capables et ayant construit un monde où l'Amour est très absent, et en même temps des êtres pouvant véritablement l'appeler, le ressentir, le générer avec une facilité déconcertante. Même un être avec un cœur de pierre, comme vous dites, avec de noirs desseins, manipulateur, méchant, voit son enfant sortir du ventre de sa femme et se trouve extrêmement touché, un sentiment amoureux se déploie vers ce bébé qui vient de naître, son fils. Il y a de fortes chances que cet être aux noirs desseins muselle ce sentiment qu'il a ressenti, ce serait trop remettre en question sa vie, ou alors enferme ce sentiment amoureux dans quelque chose de possessif : « C'est mon fils ! Je veux le protéger. » Mais voilà ce que nous observons.

Il y a un moment comme cela où vous aussi vous êtes amenés à vivre cette expérience d'Amour, très fort, mais bien sûr cela remet la vie en question, remet vos concepts en question, remet votre vision en question, remet votre structure humaine en question.

Pendant que je vous parle, bien entendu de multiples Êtres sont à l'œuvre, des Êtres associés au Collectif Shinaar. Les autres Êtres sont là pour communier, sont là pour vous aimer. Mais à chacune de ces transmissions, ce seront les Êtres associés au Collectif Shinaar qui vont œuvrer spécifiquement pour vous, en vous, afin de rendre possible l'expérience mystique qui est comme un nouveau point de départ dans votre spiritualité. Si certains ou certaines d'entre vous l'ont déjà vécue, d'une part soyez honorés pour cela, et félicités. Si cela a déjà été vécu, l'Énergie Shinaar va vous pousser à vivre cette expérience de manière beaucoup plus

densifiée, pourrais-je dire, plus humanisée, mais sans que cette humanisation soit un éloignement de l'Essence de ce Sentiment.

Vous ne pouvez vous appréhender, vous retrouver Vous-même que sous la forme d'une expérience, et donc d'un Sentiment. L'expérience mystique est bien cela : une expérience. C'est un moment où l'on expérimente Soi-même pendant un court temps, ce Soi que l'on a oublié, pour que cela soit inscrit dans les cellules, inscrit dans la psyché, inscrit dans le souvenir, et que l'on aille ensuite tranquillement dans l'expérience du Soi mais cette fois-ci de manière manifestée, maîtrisée. Car si vous êtes amenés à faire l'expérience de Vous-même sous la forme d'un Sentiment, vous êtes également amenés à faire l'expérience de Vous-même en temps qu'êtres créateurs, non pas simplement en tant qu'êtres d'Amour mais en tant qu'êtres qui manifestent. Eh oui, vous avez la possibilité de vivre ces expériences en étant là avec votre corps.

Suffisamment a été dit pour ce soir. Place, à présent, au silence, à la communion vibratoire. Respirez tranquillement, méditez, mais n'associez pas un sens particulier au mot méditation. Soyez simplement là, en silence, à communier, à communier avec la Vie, avec le moment, avec Qui vous êtes, avec ce qui est. Vous êtes infiniment aimés...

Que la Paix vous accompagne et que la Joie soit en vos cœurs. Il est possible de contacter Shinaar à quelque moment que ce soit. Je ne suis pas vraiment une entité, je ne suis absolument pas singulier, ou singulière, car je n'ai pas de genre non plus, et l'Énergie Shinaar peut vous toucher de manière parfois plus féminine, parfois plus masculine. Ou plutôt, vous pouvez la recevoir de manière parfois plus féminine, parfois plus masculine.

Ainsi sachez que lorsque vous appelez Shinaar, vous n'appelez pas un Être extérieur à vous pour vous aider à quelque chose ou pour apporter du bien dans votre vie, vous vous ouvrez à

votre Profondeur, vous vous ouvrez à l'aspect très subtil présent dans vos atomes. Shinaar par ce biais-là vient rendre visite à votre monde, à travers le tout petit trou noir qu'il y a au cœur de chaque atome.

Vous êtes l'Amour en action. Je suis au service des mondes créés, au service de votre humanité, et il en sera toujours ainsi. Vous avez grandi, vous avez passé le seuil de 2012, ma Vibration peut à présent se réveiller. Mais c'est à travers des êtres humains qu'elle le fait. Soyez remerciés d'être là, et qu'en cet instant vous ressentiez la Gratitude Divine envers vous...

Le Sentiment... C'est à travers celui-ci, le Sentiment retrouvé, que vous pourrez être confiants en vos concepts, que vous pourrez vous fier à votre tête.

Le Collectif Shinaar se retire à présent. Vous êtes l'Amour. Soyez en Paix.

## 2<sup>ème</sup> canalisation – Le 09.11.2017

Chers enfants de la Vie, chers enfants des Étoiles et de la Terre, soyez salués. Je suis Shinaar.

Une Énergie particulière vient vous rendre visite, une Énergie que vous connaissez bien. Que l'Amour vous inonde...

Et que tout l'entourage, que tous les Êtres, subtils pour vous, présents en cet instant, se positionnent autour de chacun et chacune d'entre vous, afin de vous aimer, afin de vous célébrer, et afin de communier...

L'Amour provient du Cœur de votre être. Vous êtes cette énergie en mouvement, cette Énergie de Vie qui voyage dans de multiples dimensions, une Énergie de Vie qui atteint ce plan dans lequel vous êtes, cherchant à épouser la matière, cherchant à aligner les paramètres de la matière et les codes qu'il y a en elle avec les Paramètres de l'Origine.

Oh, votre corps vous réserve encore bien des surprises ! Car votre corps est amené un jour ou l'autre à vibrer, à être influencé, à être guidé par la Loi de l'Origine.

L'Énergie du Silence vous rend visite. Oui, le Silence est une Fréquence particulière. C'est une vibration en tant que telle, une Fréquence que vous êtes amenés à contacter le plus régulièrement possible, une Fréquence que vous êtes amenés à faire grandir pendant un temps, là, pendant que vous êtes seuls avec vous-même, une Fréquence à laquelle vous êtes amenés à vous réhabituer. Non pas pour en faire l'expérience continuellement, mais afin que toutes les expériences que vous faites, qu'il soit sûr et évident que celles-ci sont vécues à partir de la Réalité, c'est-à-dire à partir du Silence des Origines.

Toutes vos expériences ne reflètent pas ce Silence, loin s'en faut, mais l'Être qui vit toutes ces expériences, lui n'a jamais changé. L'Étincelle de Conscience qui est ici avec vous, au moment où vous m'écoutez, celle qui est sur un autre plan de Vie, avec une autre part de vous-mêmes, faisant une expérience unique et particulière du Tout, cette facette de votre être était présente au cours de vos vies passées, elle était présente également au moment où vous n'étiez pas du tout sur Terre ; cette part de votre être, une part silencieuse, une part amoureuse, mais pas au sens où vous l'avez ressenti bien des fois.

Vous êtes amenés à contacter, donc, ce Silence. Et voyez-vous, lorsque vous prenez un certain temps, quinze minutes, vingt



minutes, avec pour seul but, seule intention de faire grandir ce Silence à l'intérieur de vous – je dis bien faire grandir, je n'ai pas dit contacter le Silence plein et entier car ce faisant vous essayez de contacter un état d'être prédéfini que vous imaginez dans votre mental, un état d'être qui n'existe pas. L'état d'être silencieux n'est pas quelque chose à laquelle vous pouvez penser ni que vous pouvez imaginer car ce sera toujours différent que cette expression bruyante qu'il y a dans votre esprit consistant à s'imaginer comment les choses doivent être et qu'est-ce que vous êtes censés vivre en recontactant le Silence. Le Silence ne veut pas dire absence de toute sonorité. Le Silence est une Fréquence à part entière et c'est particulièrement cette Fréquence qui vous rend visite ce soir afin de s'infuser en toutes vos cellules, afin de venir informer l'être incarné que vous êtes. D'où la nécessité du retour au Silence, de la possibilité, bien plus qu'avant, de retrouver ce Silence et une plus grande facilité à la contacter par le fait même que cette Fréquence, là en cet instant vous la recevez.

Il y a cette part Authentique de votre être, cette part qui fait tant de bien à recontacter, que vous ne pouvez contacter tant que vous nourrissez le bruit, tant que vous êtes identifiés à celui-ci ou tant que vous essayez de le combattre. Cet espace intérieur plein de Silence, c'est celui qui est propice à la Communion.

Oh, chers enfants de la Vie ! L'Énergie de la Communion, l'action de la Communion pourrait-on dire, la posture intérieure de la Communion est quelque chose de naturel que vous savez faire. Tous les êtres humains ont été conçus pour savoir communier, pour savoir intuitivement ce que cela veut dire, car ce n'est pas quelque chose qui peut s'apprendre mais simplement qui se vit.

C'est une manière d'être en Présence les uns avec les autres qui est également naturelle, et les peuples premiers sur Terre prennent des moments pour se réunir et parler ensemble en cercle, mais prennent également des moments en dehors de toutes leurs

activités quotidiennes pour prendre un moment afin d'être ensemble en silence.

Pourquoi font ils cela ? C'est une nécessité à l'équilibre de la communauté, car pendant ces temps de silence il se passe quelque chose de très puissant sur le plan subtil. Durant ce temps de communion, d'une part chacun quitte son propre égoïsme sans pour autant sortir de lui-même. En effet, dans la Communion vous êtes conscients d'être une Présence, vous ne vous fondez pas en les autres, dans la Communion. Il y a un établissement clair de frontière entre vous et l'autre, et en même temps cette délimitation claire vous permettant d'appréhender votre propre intégrité, vous permettant d'être pleinement vous-même et en prise avec vos propres énergies profondes et non pas avec les énergies périphériques, au contour de l'être plutôt que celles qu'il y a au centre, d'être happés par ces énergies périphériques, de vous confondre avec celles-ci ou de vous croire présents pour œuvrer sur les autres.

Non, dans la communion seule votre Présence suffit. Dans la Communion il n'y a plus aucune hiérarchie, ni illusoire, ni cette sorte de hiérarchie qui a une valeur pratique bien qu'elle soit temporelle, où en effet au sein d'un groupe, au sein d'un projet, d'un fonctionnement il est important que certains soient coordonnateurs, que certains soient plus au centre, que certains dirigent plus. Cela est approprié. Mais dans cet instant de Communion tous ces jeux de rôles sont oubliés. C'est un moment où l'on se partage avec ce que l'on est, avec ce que les autres sont.

Ce n'est pas la même chose de partager sa propre Présence lorsque l'on est un être humain que de partager sa propre Présence lorsque l'on est un Maître Ascensionné, que de partager sa propre Présence lorsque l'on est Shinaar, de l'autre côté du voile. Vous n'êtes pas un être humain, vous êtes un Être Divin ayant pris forme humaine. Cependant la Communion profonde, totale, c'est celle

justement où vous vous rappelez que vous n'êtes pas des êtres humains, mais qu'en même temps votre rayonnement aujourd'hui s'exprime à travers un prisme humain, à travers un point d'ancrage, votre corps, vous permettant d'être sur Terre.

Vous êtes une personnalité humaine, et la Communion, c'est donc cet espace intérieur silencieux où l'on accueille inconditionnellement ce qui est sans vouloir changer quoi que ce soit, en oubliant, pourrait-on dire, d'émettre un avis sur quoi que ce soit, un jugement, une jauge sur quoi que ce soit ou qui que ce soit, et bien sûr sur vous-même. Ainsi, vous oubliez une part de votre moi habituel, vous oubliez votre ego égo-centré. Ce qui ne veut pas dire que vous vous quittez vous-même, loin s'en faut.

Je parle de Communion car au cours de ces neuf rendez-vous un aspect de l'Être Profond est abordé chaque fois, une action vibratoire est toujours faite pour que vous puissiez vous rapprocher, vous identifier à nouveau à cette partie Profonde, à cette partie Essentielle, Naturelle que l'on pourrait qualifier de plus réelle que votre personnalité humaine ; cette partie justement, silencieuse, cette partie qui observe, cette partie qui est témoin et en même temps ne juge rien ; une partie qui voit tout, qui perçoit tout sans avoir le désir de changer quoi que ce soit, et en même temps une Force de Vie vous poussant à être pleinement engagés dans votre vie, et à exprimer et être fidèles à l'Amour qu'il y a en vous, en le partageant, en faisant des choses qui soient fidèles à vos injonctions amoureuses intérieures.

Lorsque vous devenez un être se rapprochant de Lui-même, se rapprochant de son Amour pour la Vie, alors bien évidemment vos projets, vos choix de vie, vos habitudes se transforment pour devenir fidèles à cet Amour qui vibre en vous. Lorsque ce n'est plus le bruit, le conditionnement, toutes les voix extérieures qui vous ont dit de faire ceci ou d'être cela, mais que c'est bien du Silence intérieur que naît votre impulsion, que s'exprime votre désir, alors

oui, ce qui naît de ce Silence ne ressemblera pas à ce que vous avez vécu jusque-là.

Vous êtes un être d'Amour amené à faire une œuvre d'Amour, et cette œuvre d'Amour est déjà encodée en vous. Bien qu'ayant été encodée, bien que vous soyez informés vibratoirement de ces choix, cela ne veut pas dire que tout est inscrit, que tout est figé, car cette partie de vous Essentielle est vivante, dansante. S'il y a une part de votre être qui est immuable, il y a cependant la relation, elle, qui ne l'est pas. Toujours changeante, toujours mouvante, toujours vivante et pouvant s'adapter.

C'est ainsi dans la Fréquence du Silence que vous pouvez vous retrouver vous-même, vous percevoir vous-même sans aucun regard de comparaison, aucun regard hiérarchique sur vous-même. Et lorsque l'on contacte cela et que l'on partage cela avec les autres silencieusement, c'est simplement l'état de n'être rien de spécial par rapport à ce à quoi vous vous identifiez habituellement. Pendant la Communion vous n'êtes plus un être qui a quelque chose à dire de particulier, vous n'avez plus rien à penser, vous n'avez plus rien à donner, vous n'avez rien de spécial à recevoir et il n'y a aucune demande. Simplement la posture humble où l'on sait profondément que l'on n'est supérieur à quiconque, que l'on n'est inférieur à quiconque, que nous sommes tous une seule et même Énergie.

Certes, intellectuellement cela vous est rabâché depuis un bon bout de temps, pour beaucoup d'entre vous. Cependant, faire l'expérience de cela, rien de tel que d'autres êtres humains pour faire l'expérience de cela.

Les êtres humains ont ce grand avantage que lorsqu'ils contactent leur Soi Profond, lorsqu'un certain Silence envahit leur esprit, ils se mettent tout naturellement à rayonner une Énergie Lumineuse, pleine d'Amour. Une Énergie également naturellement puissante qui a un impact sur toutes les personnes alentour, donc

sur vous. Lorsque vous êtes un être humain entouré d'autres êtres humains et que ces autres êtres humains partagent le Silence, accroissent la Fréquence du Silence par le fait que les uns et les autres le contactent, alors une formidable Énergie peut venir s'écouler sur votre plan de Vie et peut venir être reçue par vous-mêmes.

Dans l'état de Communion avec autrui, vous n'imaginez pas à quel point vous vous enrichissez, à quel point vous vous guérissez, à quel point vous vous harmonisez, et dans vos énergies, et dans votre conscience. Retrouver cet espace-là, c'est retrouver une sorte de point zéro en vous. Ce n'est pas fait pour y rester, mais c'est fait pour toujours revenir au point zéro, régulièrement revenir au point zéro pour réaborder la vie, celle des cinq minutes qui suivent, celle des quelques heures qui suivent, avec un regard neuf.

Vous n'oubliez rien, ne vous inquiétez pas. Vous n'oubliez pas ce que vous avez appris, vous n'oubliez pas ce que vous avez acquis. Si vous l'oubliez dans votre mental conscient, cela ne veut pas dire que c'est oublié. Vous n'êtes pas obligés de penser à tout ce à quoi vous devez penser pour continuer à vivre correctement votre vie, pour vivre correctement votre vie.

Lorsque vous contactez ce Silence et que vous le laissez grandir toujours plus et toujours plus régulièrement, alors vous vous alignez et vous vous mettez à entendre une voix qui murmure, une voix souvent sans voix, une voix subtile qui ne s'exprime pas forcément en français, dans votre esprit ; une voix qui s'exprime par tous les moyens et également par votre corps. Car lorsque vous êtes silencieux intérieurement, lorsque vos pensées sont apaisées, que vos émotions sont apaisées et que vous quittez le monde de la personnalité humaine, alors oui, vous vous mettez à être connectés à autre chose, à une Intelligence, à une partie de vous-même qui vous guide. Plus vous êtes silencieux, plus vos impulsions et pulsions intérieures sont issues d'une Origine Pure.

Votre corps est réellement à votre service. Vos pulsions, vos impatiences corporelles, tout cela provient de votre identification à votre personnalité humaine. À partir du moment où vous contactez le Soi, à partir du moment où vous contactez le Silence votre corps se détend. Et lorsqu'ensuite vous vous relevez avec un corps détendu, les stimuli que le corps reçoit ne sont plus simplement issus du monde extérieur ou de vos manques intérieurs, de votre ego. Dans ce Silence développé, votre corps se met à être mû par une Intelligence beaucoup plus profonde, incomprise par le mental dans un premier temps : une voix qui s'exprime par la spontanéité, cette voix peut être un geste, une attention, une manière nouvelle d'être en présence avec l'autre. Et ainsi vous vous ouvrez à de nouvelles manières d'être, plus tranquilles, plus détendues, plus créatives en contactant ce Silence.

Partager le Silence sera quelque chose d'indispensable à l'avenir pour construire quelque forme de projet que ce soit. Lorsqu'il y aura ces moments que nous percevons arriver, où les Phares de Lumière se reconnaîtront un peu plus les uns les autres et auront la place, la disponibilité intérieure, car ce sera le moment, pour mettre leurs énergies en synergie et construire des choses concrètement dans la matière, afin de spiritualiser cette dernière un peu plus, alors dans tous vos projets vous serez amenés à vivre des moments de Communion, des moments de Silence partagé où l'on oublie que celui qui dirige habituellement dirige habituellement, où l'on oublie que celui qui en sait le plus est celui qui en sait le plus, où l'on oublie que l'être qui a peut-être plus de force que les autres et donc a un rôle qui semble plus important, plus central en tout cas et impactant sur la psyché des autres bien malgré lui – vous êtes tous conditionnés humainement parlant à établir des rapports hiérarchiques les uns avec les autres, tout comme avec nous d'ailleurs. Contacter ce Silence partagé collectivement, c'est harmoniser vos énergies ensemble collectivement, c'est les aligner,

c'est les mettre à plat, pourrait-on dire, afin que plus aucune forme de hiérarchie illusoire ne puisse continuer à exister.

Le Silence est un attribut du Soi. Et ce regard amoureux posé sur la Vie n'est pas tel que vous l'avez connu bien souvent, une énergie principalement émotionnelle. Dans le regard amoureux de la Conscience Témoin, il y a une grande neutralité. C'est un regard sans parti-pris. Et cette neutralité peut être confrontante dans un premier temps.

L'Amour est une Énergie qui peut s'exprimer sous la forme d'une émotion, d'un sentiment, mais avant tout l'Amour est une Énergie qui provient de l'intérieur. L'émotion est toujours en lien avec le monde extérieur. L'Amour Pur, lui, n'a rien à voir avec le monde extérieur. Il peut s'y exprimer, mais l'Amour Pur est complet par lui-même, n'a besoin de rien à l'extérieur pour pouvoir être ce qu'il est. Vos illusions sur l'amour peuvent rapidement tomber lorsque vous prenez un moment chaque jour pour communier, pour faire Silence. Et lorsque, je le répète, vous partagez ce Silence collectivement, vos jeux de rôles et vos illusions sur l'amour peuvent tomber d'autant plus vite.

Il y a une part implacable dans l'Amour. Un regard qui ne juge pas mais en même temps qui est implacable. Un regard qui ne se soucie pas de l'affect mais qui sait aller droit à l'essentiel, car on sait, lorsque l'on est dans cet espace-là, que l'Authenticité, la Vérité et la Bienveillance sont toujours des attitudes rendant un très grand service, même si ce n'est pas visible sur l'instant.

Plus vous vous investissez dans cet espace intérieur fait de Silence, mais ce Silence-là je le répète n'est pas forcément sans sonorité, c'est simplement une absence de bruit, et dans cette absence de bruit, dans ce Silence peuvent s'exprimer le son cristallin, l'image appropriée, le Sentiment oublié depuis longtemps et enfin retrouvé.

Dans la Communion c'est donc un Silence que l'on partage, que l'on partage réellement. Ce n'est pas comme de simples moments de méditation où vous cherchez totalement à rentrer à l'intérieur. Dans la Communion, il y a la conscience que l'autre est présent, vous restez ouverts à la conscience que l'autre est présent, que vous n'êtes pas seul là où vous vous trouvez.

Et même lorsque vous êtes seul physiquement, si vous voulez communier avec les Plans Subtils, vivre cet état de Communion, ouvrez-vous à la Présence des autres, ouvrez-vous à la Présence du Subtil, ne vous sentez pas seul, car si fondamentalement nous ne sommes tous qu'une seule et même Énergie, d'autre part votre Identité Profonde se révèle, cette Identité distincte du Grand Tout, cette Identité se révèle par la Présence des autres Identités.

Vous portez une Couleur unique, une Vibration unique, vous êtes une Entité unique. Avant d'être un être humain vous portez cette couleur, ces spécificités, elles sont constitutives de votre Être. Donc à partir du moment où vous contactez le Silence, vous contactez également cela, votre Vérité profonde, vos Désirs profonds, vos Sentiments profonds, vos Intentions profondes. Cette Identité profonde que vous portez est révélée par la Présence des autres Identités profondes. Ainsi le fait de vous ouvrir à la Présence d'autres êtres faisant exactement la même chose que vous, il se passe quelque chose qui vous permet tout à la fois d'être moins égocentriques et en même temps vous permet de mieux vous cerner Vous-même, de mieux vous appréhender Vous-même, de mieux Vous révéler à vous-même.

Enfin, lorsque vous partagez le Silence ensemble vous créez un champ vibratoire extrêmement puissant et nourrissant pour tous les êtres qui vous entourent.

Voici que le temps est venu à présent de communier. Nous sommes là avec vous, vous êtes également les uns avec les autres.



Ouvrez votre conscience à la présence des autres, n'oubliez pas que vous n'êtes pas seuls dans cette pièce. Ne cherchez pas à atteindre un état d'être particulier, soyez simplement là, en lien avec les autres. Shinaar va faire Silence, un Silence Sacré, durant lequel la Fréquence du Silence justement va s'intensifier. Le Collectif Shinaar vous entoure. Vous êtes magnifiques.....

Le Collectif Shinaar en cet instant s'applique à déloger de vos structures vos schémas mentaux concernant la notion de communion et à, ainsi, activer, réveiller, remettre au goût du jour cet état d'être naturel, pouvant ainsi redevenir une impulsion comme votre corps en connaît tant, une impulsion naturelle permettant un fonctionnement collectif beaucoup plus optimal, où chacun au final sera beaucoup plus respectueux de lui-même et de l'autre, et chacun ainsi pourra vivre dans un contexte plus respectueux.

C'est à partir de cet espace-témoin, de cet espace de Silence que votre parole peut devenir Verbe, que vos chants peuvent devenir chants de Grâce. C'est à partir de cet espace que vous pouvez vous redécouvrir pleinement et vous surprendre par ce que vous portez sans le savoir, vous surprendre par l'inspiration que vous pouvez avoir, le débordement de créativité.

Lorsque vous installez le Silence comme base de l'expression de vous-même, quelle que soit la forme que prend cette expression, sonore, comportementale, artistique, peu importe, lorsque vous agissez à partir de cet espace de Silence votre action est mue par un endroit correct en vous, même si vous ne comprenez pas dès le début tous les tenants et les aboutissants, même si vous ne savez pas jusqu'où tout cela va vous mener.

Les enfants ne se posent pas cette question, ils font ce qui leur fait plaisir. Vous ne vous posiez pas la question lorsque vous étiez enfants. Comme vous dites, quelque chose vous passait par la tête, et vous alliez le faire parce que cela appelait le plaisir à le faire. Eh

bien c'est exactement cela, associé à une vigilance, à une Présence à Vous, car en effet dans cet espace de Silence vous retrouvez une spontanéité, vous retrouvez une force qui vous meut sans que vous l'ayez spécialement prémédité.

Lorsque vous agissez à partir de ce Silence, vous n'agissez plus pour avoir une emprise sur le monde, sur les autres, vous n'êtes plus en train de « faire quelque chose », vous êtes en train de vous exprimer, vous êtes en train de suivre votre Élan spontané et profond, celui qui n'est pas mû par une illusion de la personnalité humaine, par le moteur du karma vous poussant à faire telle ou telle chose, aller voir telle ou telle personne, pour des raisons qui sont issues du passé et non pas du présent.

Dans cet espace intérieur vous êtes mus par une Intelligence qui dépasse votre entendement actuel, en laquelle vous ressentez que vous pouvez faire entièrement confiance sans savoir pourquoi, mais c'est un sentiment tellement profond, tellement fort, tellement naturel que vous ne le remettez pas en cause, car en effet c'est Vous-même. Dans ce Silence ainsi vous n'agissez plus, vous vous laissez être agis par la Force de Vie, et vous connaissez, en même temps, que vous êtes cette Force de Vie. Contacter le Silence régulièrement vous permet d'appréhender cela, de comprendre cela cellulièrement.

Vous êtes invités, et c'est cela qui compose votre cheminement dit spirituel, à développer ce Silence intérieur, renforcer ce contact toujours plus intensément avec votre Essence Divine, percevoir de plus en plus clairement quelle est l'illusion de l'Amour. Grâce à ce Silence, votre discernement devient aisé. Je le répète, il ne se passe pas rien, dans le Silence.

Bien souvent justement, cette Fréquence ne vous est pas confortable car il ne se passe rien, absolument rien. Un être identifié pleinement à son ego, lorsqu'il est en présence de la Fréquence du

Silence, ressent un malaise, une agitation. Il va même le trouver inconfortable, ce Silence. Il va y mettre toutes ses projections : il y a quelque chose de triste, il y a quelque chose de morne, il n'y a rien à dire d'intéressant... Plus votre Silence est grand à l'intérieur de vous, plus, pour certains, votre énergie fait du bruit car elle révèle leur propre bruit. Plus vous êtes bruyants, plus vous vous agitez, plus vous cherchez à agir sur le monde, moins vous le transformez.

Ainsi la Communion, c'est l'art de partager sa présence avec ce qui est. Ce qui est, est un instantané de l'instant qui ne se reproduira jamais. Ce qui est, dans son Essence Profonde, est une Énergie immuable. Ce qui est s'exprime. Ainsi on peut dire qu'à un certain moment T il y a un vaste Tout, unique, irremplaçable. Communier, c'est célébrer avec ce moment. Dans la Communion, il y a la célébration du moment qui est maintenant, une célébration partagée, au-delà de toute différence culturelle, de toute conviction personnelle, de toute bataille pour défendre son propre territoire psychologique, un moment de Silence, et l'Amour qui l'accompagne, implacable mais si puissant, cet Amour agit.

Cet espace intérieur de Silence et d'accueil, c'est l'espace de base à partir duquel vous êtes amenés à évoluer, à vous ouvrir différemment dans vos relations. La partie en vous qui est fidèle à l'Amour ne peut être une partie qui agit en fonction du manque d'acceptation de ce qui est, quoi que ce soit. Nous savons parfaitement qu'il est compréhensible de se mettre en colère, d'éprouver de la colère de l'impatience, de la révolte face à toutes les injustices qui sont présentes. Beaucoup d'êtres cherchent à combattre les injustices et continuent à générer une fréquence qui est toujours la même, une fréquence dualiste. Il y a besoin de la Fréquence du Silence, sur Terre.

Intensifier la Fréquence du Silence en vous, c'est vous offrir l'occasion d'entendre toujours plus clairement votre Soi Profond.

Beaucoup se demandent « Mais comment faire pour entendre plus, voir plus ? Il y en a qui ont des dons, et moi je n'ai rien. » Shinaar vous répond : Écoutez plus, enlevez le bruit, prenez du temps pour cela. Prenez du temps pour contacter cet espace, l'espace du Témoin de votre vie, un regard qui neutralise justement de par sa neutralité, un regard qui neutralise en vous les nœuds, les tensions, les « pousser-tirer » intérieurs qui deviennent des pousser-tirer inconfortables car vous vous y accrochez.

En parlant de vos perceptions subtiles, si vous souhaitez développer la communication avec d'autres formes de vie que des êtres humains, il y a un secret. Mettons que vous vouliez parler à un chat. La première chose à faire est d'abord de communier avec le chat, de vous ouvrir à son énergie et d'ouvrir vos énergies aux siennes afin que vous vous rencontriez vibratoirement, vous dans votre authenticité d'humain, le chat dans son authenticité de chat, mais avec la reconnaissance d'un fond commun : c'est justement ce Silence, c'est l'aspect immuable, c'est le Soi, le Soi immuable, éternel et total.

Les animaux sont beaucoup plus silencieux que vous, en eux-mêmes. C'est la raison pour laquelle ils entendent si bien un être qui est silencieux à l'intérieur de lui. Vous serez surpris de voir à quel point les animaux peuvent se mettre à vous obéir, simplement parce que vous rentrez en Communion avec eux. Dans cette Communion silencieuse vous allez goûter, savourer de manière plus intense selon les minutes qui passent, communier donc plus intensément avec l'animal, ou avec un autre être humain. Contenons-nous à l'animal. En vous ouvrant à ses énergies, vous vous ouvrez à ressentir qu'il vous ressent. Vous le ressentirez vous ressentir vous-mêmes, et en toute facilité et de manière surprenante, un dialogue peut s'installer.

La Communion, c'est cet espace où vous n'attendez plus rien de vous, où vous n'exigez plus rien de vous, où vous choisissez de

ne rien faire, où vous lâchez prise sur toutes vos attentes, tout ce que vous aviez prévu personnellement, tous vos « Celui-ci, je vais lui faire comprendre que », « Celle-là, il faut qu'elle avance sur certain point », où vous quittez le monde des « Il faut » pour rentrer dans celui du Sentiment clair où vous savez ce qu'il y a à faire. Et dans ce « Il y a à faire », il n'y a pas un « il faut », il y a une envie spontanée, tout comme chez un enfant, de faire ce que vous avez envie de faire qui semble vous passer par la tête. Mais contrairement aux enfants, ce qui vous guidera sera une Intelligence sachant qui vous êtes en tant qu'adultes, sachant vos possibilités. Vous êtes donc amenés à vivre un état de fait où ce qui vous fait le plus plaisir peut être servir vingt personnes, cela peut être vous rendre disponibles pour écouter quelqu'un, cela peut prendre de multiples formes différentes.

Nous communions ensemble et vous communiez les uns avec les autres...

Dans cet espace intérieur silencieux vous retrouvez la conscience que vous êtes une Étincelle de Vie accompagnant la Vie, car nés de la Vie, prenant soin de la Vie. En dehors de toute considération morale, de tout « il faut ». Il y a comme cela un espace en vous naturel, un espace de Bienveillance spontanée, sans aucune raison. Et lorsque vous contactez le Silence régulièrement il n'y a plus de confusion possible, justement, quant à l'origine de vos actions.

Il se peut très bien qu'en apparence vous agissiez dans une grande bienveillance spontanée mais qu'au fond il y ait des pans de votre être qui se croient dans l'illusion du manque et où donc votre bienveillance sera plus calculée qu'il n'y paraît. En tout cas elle ne viendra pas seulement d'un espace Pur de Bienveillance. Que se passe-t-il dans ces moments-là ? Vous servez, vous donnez de vous-même, sur le moment vous avez le sentiment de le faire de bon cœur et sans rien attendre en retour, puis vous vous retrouvez

seuls et un lot de montées apparaît dans votre esprit : « Et moi, on ne me donne rien. Je ne suis personne. Je donne tout cela, et voilà ce que j'ai en retour. » Oh, lorsque vous avez ce genre de pensées, n'ayez pas honte, ne vous en voulez pas, sachez que c'est une part de vous-même qui s'exprime. C'est une part de vous-même qui a eu le sentiment d'aller à l'encontre d'elle-même.

Lorsque vous faites les choses par obligation, quelle que soit la raison pour laquelle vous mettez cette obligation dessus, alors nécessairement, automatiquement une partie en vous se tend. Une écoute fine n'est plus là. Vous ne voyez pas vos limites, vous en faites trop et cela impacte en vous. Le fait de contacter le Silence permet de voir cela, de percevoir beaucoup plus finement quelle attitude vient de quelle partie de votre être. Non pas, encore une fois, pour juger mais pour que vous puissiez faire des choix en toute liberté, afin que vous soyez lucides et conscients, dans le discernement par rapport à vous-même, et à faire les choix qui vous paraissent être les plus fidèles à ce que vous êtes, à Qui vous êtes ; les choix qui vous paraissent être les plus fidèles à l'Amour, que vous sentez être les plus fidèles à l'Amour.

La Communion est donc un partage de ses propres richesses, de manière vibratoire, de manière sentimentale également, car la Communion fait appel au sentiment. Les autres sont présents et vous savez que vous avez un lien de cœur avec eux, même si vous ne les connaissez pas. Il y a un lien de cœur avec tout être car il n'y a qu'un seul Être, il y a la Vie qui s'aime elle-même. Même si cet être en face est votre ennemi, fermez les yeux et retrouvez la conscience que c'est une énergie de Vie, communiquez avec cet être. C'est une posture intérieure où la confiance au fait que vous portez l'énergie appropriée pour tous les êtres qui sont autour de vous en un instant donné, la confiance au fait que ces êtres ne sont pas là, en votre présence, par hasard, cette confiance s'accroît lorsque vous contactez le Silence.

La confiance en une Force Fondamentale, qui n'a rien de spectaculaire, qui est d'une puissance infinie mais qui pourtant, si on ne tend pas l'oreille, n'est pas audible, n'est pas visible. C'est la Force la plus puissante qui soit et en même temps la plus discrète qui soit. Vous êtes cette Force. Pour l'entendre, l'écouter, la suivre, contactez le Silence régulièrement, et ouvrez-vous toujours plus à la Communion...

La communication claire entre les uns et les autres à l'avenir sera possible et rendue possible grâce à l'éveil de cet espace intérieur de Communion, où lorsque vous êtes à nouveau en cet espace, vous vivez la Communion même au milieu d'êtres qui ne la vivent pas. Vous êtes en Communion à chacun de vos pas, en Communion avec toutes les personnes que vous rencontrez. Vous communiquez et vous vous ouvrez à quiconque comme à un être étant à priori un frère, une sœur, puis vous vous apercevez vibratoirement que ça l'est, car il ne peut en être autrement même si au final sur le plan extérieur la relation n'est pas toujours possible ou appropriée.

C'est dans cet espace intérieur silencieux que se trouve votre force, que s'accroît votre force. La force d'être vous-même, la force de vous affirmer en toute tranquillité, la force d'énoncer vos convictions lorsque vous en avez, de manière claire et audible, sans avoir honte du tout, en étant fiers de les avoir mais sans pour autant montrer, grossièrement ou subtilement, que votre vérité est supérieure à celle d'un autre.

Que la Fréquence du Silence vous inonde à nouveau...

Soyez remerciés. Le Silence n'a rien de spectaculaire mais nourrit votre être en profondeur, vous permettant ensuite d'être, vous, un être spectaculaire, ou un être discret, un être visible ou un être agissant dans l'ombre du regard des autres, peu importe. Lorsque vous agissez à partir du Silence, vous agissez toujours parfaitement.

Je suis Shinaar, venu des Mondes silencieux pour vous aider à installer cette Fréquence Originelle ici, sur cette si jolie planète. Oui, la Fréquence du Silence est amenée à se répandre, à devenir la base solide sur laquelle le Verbe va pouvoir s'exprimer.

Il est temps pour nous de nous retirer. Soyez remerciés pour vos présences, remerciés pour les énergies que vous avez émises. Que la notion juste de Communion s'installe en vous, que la Communion fasse à nouveau partie de votre vie et que votre Silence intérieur s'intensifie.

Chers enfants des Étoiles et de la Terre, chers enfants de la Vie, allez en paix. Vous êtes la Force de Vie qui s'est attendue elle-même pendant longtemps.

Shinaar vous remercie. Nous vous saluons. Adonaï.

### 3<sup>ème</sup> Canalisation – Le 07.12.2017 à Paris

Chers enfants de la Vie, soyez salués. Je suis Shinaar.

Une force vient vous rendre visite aujourd'hui. Une Force vous poussant à contacter votre assise, vous poussant à appréhender et à assumer plus fortement votre identité spirituelle. Parlons de cela : vos identités.

Mais avant toute chose, que l'Amour vous inonde...

Nous sommes nombreux en cet instant, car c'est un moment de communion, un moment de retrouvaille, un moment d'échange entre votre monde et les multiples autres mondes, de multiples autres Plans et de multiples autres êtres avec qui vous êtes en lien



sans le savoir. C'est une réunion familiale. Une réunion familiale qui est autre que la famille biologique que vous connaissez.

Sur Terre vous connaissez la famille également. La notion de Famille est présente car il ne peut en être autrement, elle provient du Divin. Le Sentiment familial est issu de l'autre côté du voile, même si sur votre planète ce sentiment n'est pas vécu dans toute sa beauté, dans toute son expansion avec votre famille biologique.

Il y a une partie de vous qui sait ce qu'est la Famille. Vous êtes issus de cela. Vous avez de multiples identités. Sur le plan de la personnalité humaine, déjà là il y a de multiples identités. Toutes ces identités différentes composent ce que vous appelez la personnalité humaine, qui est votre identité humaine.

Il y a votre enfant intérieur, il y a les multiples identités que vous avez absorbées d'autres êtres humains qui eux-mêmes ont cristallisé des identités parce qu'ils les ont absorbées d'autres êtres humains avant eux, et de génération en génération, de culture en culture, d'évolution en évolution sur Terre, l'être humain a construit comme cela de multiples identités différentes, des identités originales et des identités partagées par un grand nombre, ces identités qui sont également des caractères.

Lorsque vous venez au monde vous n'êtes pas sans identité, contrairement à ce que vous croyez, mais vous êtes sans identité humaine. Des identités humaines sont là en latence mais elles ne sont pas encore présentes au moment où vous êtes un bébé. Lorsque vous venez de naître à la vie sur Terre, vous êtes entourés de la Famille, vous êtes dans un monde vibratoire fortement composé des vibrations supérieures, et dans les moments où vous êtes attirés vers le bas, parce que vous avez faim, parce qu'il y a beaucoup de stress autour de vous, parce qu'il y a des grands bruits, parce que vos parents ont cessé, à un moment ou un autre, d'émaner des

vibrations confortables, dans ces moments-là, la plupart du temps vous vous mettez à crier, à gémir et les sourcils se froncent.

Sinon, lorsque vous êtes bébé vous êtes en présence de vibrations qui, une fois adulte, vous semblent lointaines. Il semble que pour les retrouver, ces vibrations, il faille méditer, il faille faire des pratiques spirituelles, il faille contacter le silence. Mais ce silence, vous l'avez connu lorsque vous êtes venus au monde. Un silence intérieur, des vibrations riches, riches de sécurité, d'amour, d'entourage. Une énergie qui vient réconforter, non pas suite à un traumatisme, c'est une énergie de réconfort naturel. Oui, lorsque vous êtes bébé, vous êtes fortement entouré de cela et vous avez une perception spontanée de vous-même, une perception vibratoire, non pas consciente sur le plan mental, qui est issue de ce sentiment d'être entouré de la présence des autres êtres de Lumière, des autres frères et sœurs, des autres entités avec qui vous êtes en lien.

Puis petit à petit vous vous incarnez de plus en plus, vous êtes de plus en plus ouverts et éveillés à votre monde sur Terre, celui que vous avez choisi d'habiter pendant un temps, et ces vibrations supérieures semblent s'éloigner. Elles ne s'éloignent pas, c'est vous qui vous éloignez de celles-ci.

Vous commencez à imiter le monde autour de vous, à absorber de plus en plus, afin de pouvoir comprendre, survivre, grandir, vous débrouiller dans la matière, à absorber les vibrations qui viennent des autres êtres humains. Cela est indispensable car il vous faut traiter ces vibrations, même si ce n'est encore que vibratoire et non pas intellectuel, il vous faut traiter ces vibrations pour avoir le sentiment de ce qu'il y a à faire, à quel moment, pour tout simplement se débrouiller.

Il y a également une grande recherche affective car vos parents, ou vos éducateurs si ce ne sont pas vos parents biologiques, sont des êtres qui représentent l'affection universelle

de laquelle vous provenez, et lorsque cette affection n'est pas présente une anxiété apparaît et vous cherchez à retrouver cette affection parce que cela est naturel, parce que l'échange de l'affection est naturel.

Lorsque vous êtes bébés vous vous rappelez des mondes affectueux desquels vous provenez, car dans les Mondes d'Amour l'affection circule, dans les Plans Profonds l'affection est là, l'Amour est là. Cela est votre vraie nature. Percevoir autre chose et expérimenter autre chose n'est pas en accord avec votre vraie nature et une anxiété apparaît, ainsi qu'un réflexe intérieur, celui de pallier à cela, celui de vous retrouver, maladroitement. Et pour cela des stratagèmes se mettent en place, afin de faire plaisir à vos parents et aux adultes pour avoir l'affection, pour, au final, retrouver un peu plus qui vous êtes.

Ce que vous cherchez à contacter, c'est vous-même, à travers ces gestes maladroits. Mais vous cherchez à le contacter à l'extérieur. Vous oubliez ainsi petit à petit votre identité profonde et vous construisez une identité extérieure, afin de potentiellement retrouver cette identité profonde qui vous échappe de plus en plus par le fait même que vous essayez de la trouver à l'extérieur.

Vous continuez à grandir, votre ego se développe, votre mental se développe, vous commencez à percevoir un peu plus consciemment chaque jour ce que vous construisez de vous-même inconsciemment. Vous commencez à vous sentir d'une certaine manière et cela s'amalgame avec vos vies passées qui commencent à s'éveiller, votre karma, ainsi qu'une vibration qui n'est pas terrestre, un choix d'incarnation, des potentiels qui proviennent du Plan Divin, qui sont perçus intuitivement mais sans être compris et qui s'amalgament avec votre personnalité humaine.

Vous continuez à grandir, votre soi sexué, homme, femme, se développe et là encore vous vous identifiez à votre sexe. Une

identification supplémentaire et extrêmement puissante apparaît ; l'identification à votre sexe, l'identification aux êtres de votre sexe, ou au sexe opposé, cela dépend. Une identification au corps et à tout un lot de formes-pensées, de schémas qui sont partagés par tous.

Tout cela, c'est votre identité humaine. C'est donc un amalgame, un composite ayant de multiples influences, de multiples sources et s'étant construite sur des stratagèmes reposant sur le besoin affectif. La force de votre identité humaine, sa puissance et sa densité, votre attachement à celle-ci sera en fonction de ce que vous avez reçu ou pas étant enfants. Plus vous avez reçu d'affection et plus vous avez été reconnus profondément dans ce que vous êtes, moins vous avez eu besoin de vous attacher à votre identité extérieure pour vous sentir vivre et être quelqu'un. Moins vous avez reçu cette affection, moins vous avez été considérés dans votre nature profonde, plus il vous a fallu construire cette personnalité humaine à laquelle ensuite vous vous êtes identifiés et attachés fortement, vous croyant cela.

Bien sûr, sans connaissance spirituelle, sans mémoire de tout cela, tous les êtres humains ont tendance plutôt à se sentir un être humain, mais chez certains l'identification à la personnalité humaine a moins de force. Ils peuvent se sentir ceci ou cela et être à l'aise avec le fait de pouvoir se sentir ceci ou cela. D'autres au contraire vont avoir le sentiment que le fait de s'ouvrir à de nouvelles idées, de nouvelles sensations, de nouveaux sentiments va être une révolution intérieure, parce qu'il y a une forte identification à ce que vous avez installé en vous, à ce à quoi vous vous êtes habitués.

Il y a donc votre identité humaine qui est présente sur Terre, et il y a de multiples autres identités qui ne sont pas présentes sur Terre. Shinaar ne parlera pas ici de toutes vos identités présentes dans de multiples espace-temps, mais certaines identités-clés qui vous sont utiles en votre incarnation aujourd'hui, utiles de contacter,

utiles de nourrir, utiles de faire descendre, en tout cas utiles d'en avoir conscience.

Chacune des identités que vous portez est reliée à votre environnement. Vous avez construit l'identité humaine en étant entourés par des êtres humains. Imaginez votre Soi comme étant une bulle de Lumière flottant dans l'espace, une bulle sacrée, silencieuse, complète. Une énergie qui vous rend visite en cet instant... Cette partie de vous est une fréquence vibratoire. Il peut être difficile de l'appréhender car cette fréquence est très loin de votre vécu humain, elle n'est pas dans le monde relatif. C'est une fréquence de l'Absolu qui est votre Être Profond.

Issues de cette Conscience, de multiples Étincelles ont été conçues, voyageant dans de multiples dimensions. Il y a beaucoup de dimensions dans l'Univers. Vous avez un aspect de vous-même, une part de votre énergie dans chacune de ces dimensions ; et dans certaines dimensions, dans de multiples espace-temps de ces dimensions.

Il y a donc, issue de cette Conscience Source, une partie de vous-même qui est encore très élevée, qui est géométrique, apparentée à l'Esprit Pur. Vous êtes, dans cette partie de votre être, déjà dans le monde des concepts, vous commencez déjà à être dans la manifestation, à un niveau extrêmement subtil, léger, le monde des Concepts Divins. Il y a là un corps de Lumière très léger et délicat, qui vous délimite un petit peu, de telle sorte que vous puissiez vous percevoir en tant qu'Esprit différent d'un autre Esprit. Cela est également une fréquence vibratoire. Celle-ci vous rend visite en cet instant...

Puis vous vous êtes densifiés un peu plus et vous avez commencé à étudier dans des Temples de la Connaissance, entourés par d'autres Êtres faisant des études similaires aux vôtres, et vous êtes allés ainsi de Temple de la Connaissance en Temple de la

Connaissance avant de plonger dans les mondes de densité. Il n'est pas possible aujourd'hui de vous expliquer pourquoi vous faites cela.

Dans ces Temples de la Connaissance vous étudiez les différentes déclinaisons de l'Énergie Une que vous allez ensuite utiliser dans les champs d'application. Vous étudiez les couleurs, les sons, les parfums, les géométries sacrées. Vous étudiez différentes énergies pouvant se révéler ici et là dans les champs d'application, vous étudiez ainsi des potentiels afin de pouvoir les révéler, et vous inscrivez en vous des symboles par ces études. De par ce parcours vous commencez à vous individualiser, vous commencez à porter des couleurs vraiment uniques et différentes des autres, et dans ce contexte-là il y a beaucoup d'Amour, vous êtes dans les Champs Spirituels encore, beaucoup de fraternité, mais ce mot ici ne peut avoir le même sens que celui que vous vivez dans les mondes incarnés. Cela est encore en l'identité, celle de l'Esprit qui étudie, celle de l'Esprit qui visite en réalité les différentes déclinaisons de lui-même pour se spécialiser dans l'une ou dans l'autre.

Ouvrez-vous au Sentiment en cet instant, car c'est bien d'un Sentiment qu'il s'agit, qui vous rend visite. Là également cette partie de vous-même est une fréquence, elle vous rend visite en cet instant...

De par ce parcours dans les Temples, vous construisez petit à petit votre Corps de Lumière, un corps donc spécifique, qui entoure votre Conscience. Votre Conscience Divine commence à être quelque peu individualisée, l'Esprit Divin qui est amené ensuite à se lancer dans les mondes de densité est là.

Puis il y a un grand passage. Vous passez une porte, vous traversez une membrane extrêmement importante dans l'Univers, celle qui « sépare », entre guillemets, les champs d'application des champs conceptuels.

Lorsque vous rentrez dans les champs d'application, vous rentrez pleinement dans les mondes de la manifestation, vous rentrez dans les mondes denses, mais pour vous, « denses » peut représenter des mondes très légers par rapport au vôtre ; mais ils sont déjà denses par rapport aux Mondes Conceptuels. Vous, vous êtes dans la très haute densité. Vous avez donc fait tout un parcours, et il y a de multiples identités de vous-même qui existent dans chacune de ces densités.

Il y a donc ce moment où vous êtes rentrés dans les champs d'application, où vous avez commencé à vous familiariser, dans un monde qui semble physique – car voyez-vous, il y a une constante dans les champs de densité, quelle qu'en soit la légèreté ou la lourdeur, chaque être vivant sur son plan de réalité a l'impression de vivre dans un monde plutôt solide.

Vous, vous vivez dans un monde extrêmement dense et très solide, un monde où l'on peut se faire mal physiquement parlant, un monde où vous pouvez ressentir de la douleur parce que vous vous cognez sur quelque chose. Dans les mondes denses légers, il n'y a pas cela. La matière est beaucoup plus perméable, la matière relative aux consciences qui vivent dans ces mondes. Un petit peu comme dans vos rêves. Lorsque vous rêvez, vous pouvez passer d'un monde à un autre, tout semble malléable et léger, pourtant lorsque vous rêvez vous vous sentez dans un monde suffisamment solide pour vous percevoir dedans ; les choses vous semblent matérielles, dans votre rêve, et en même temps beaucoup moins solides que dans votre réalité.

Eh bien dans ces mondes de densité légère vous avez donc ce sentiment d'être entourés par des choses concrètes, et il en est de même pour toutes les densités des champs d'application. Chaque densité différente est une expression de la Conscience, un espace créé par la Conscience pour qu'une partie de celle-ci puisse s'installer dedans et évoluer à l'intérieur de cet espace.

Et là vous êtes entourés par des êtres, par une vibration, par un environnement où vous construisez une identité. Dans les champs de densité légère cette identité, que l'on pourrait appeler « l'ego cosmique », cette identité est encore très proche de l'Esprit Pur. Une partie de votre être sans ego du tout, sans identification à aucune illusion qui soit.

Dans les mondes de manifestation nous rentrons dans les mondes d'Illusion. Illusion avec un grand I. L'Illusion est sacrée, dans ce domaine-là. Vous rentrez tout simplement dans des mondes qui reflètent la Conscience, où vous êtes une part de cette Conscience et où vous avez oublié – ou alors, sans oublier car vous n'avez pas encore oublié à ce stade – vous expérimentez le fait d'être assez individualisés pour pouvoir évoluer dans un monde qui est une projection de la Conscience.

Cet aspect de votre être, extrêmement diaphane et délicat, d'une densité très légère, a une grande importance ensuite sur tout votre parcours, car il représente votre naissance dans les champs d'application.

Dans cette densité, vous commencez à densifier justement vos intentions, celles qui ont été placées en vous et celles que vous êtes en train de construire concernant vos couleurs, vos acquis dans les Temples de la Connaissance, et votre Conscience commence à avoir des désirs d'évolution propre. Ce sont des désirs évolutifs, cela n'a rien à voir avec vos désirs personnels tels que vous les connaissez sur Terre car les désirs de la Conscience sont des désirs évolutifs, des désirs d'expériences d'elle-même dans sa profondeur.

En tant qu'Esprit Divin vous commencez à voir, entrevoir une lignée, une direction d'évolution, qui va ensuite marquer nombre de vos choix, de vos intentions dans toutes les dimensions subséquentes, dans toutes les densités, de plus en plus denses jusqu'à votre présence sur Terre.



Cette densité dont je vous parle a une grande importance pour vous aujourd'hui car elle correspond à ce sentiment profond que vous avez pu contacter à un moment ou à un autre, d'être là pour quelque chose, de porter quelque chose de particulier, d'avoir un intention mais sans plus savoir pourquoi, d'où cela peut venir, qu'est-ce que cela peut bien concerner, et qui vous semble vaste, bien plus vaste que votre vie sur Terre.

Vous êtes venus dans les champs d'application pour quelque chose. Disons qu'une idée derrière la tête a commencé à se construire, dans cette première densité, et cette idée derrière la tête a été un fil conducteur. Et cette idée derrière la tête est amenée à reprendre sa place aujourd'hui dans votre incarnation. Vous ne pourrez pas la nommer, cette idée derrière la tête, vous n'aurez pas l'impression vous-mêmes d'avoir une idée derrière la tête au sens classique du terme, mais vous pourrez l'appréhender de plus en plus sous forme d'un sentiment, en ayant une intention sacrée, un but sacré.

Cette part de vous-même vous rend visite en cet instant. Cette identité qui s'est construite vous rend visite, rend visite à vos cellules, à votre haute densité, et cela est un grand bienfait pour votre équilibre. Accueillez, respirez cela, absorbez.....

Puis vous avez continué à descendre dans la densité. Au fur et à mesure de ces multiples champs de densité différente vous avez commencé à vous fragmenter, créant ainsi de multiples identités dans chacun de ces plans, et dans votre haute densité de troisième dimension vous avez de multiples arts de vous-même dans de multiples espaces-temps, sur de multiples planètes, sphères de vie.

Et il est possible de construire, de synthétiser par rapport à chacune de ces densités, une identité qui est la synthèse de tous les vécus de cette forme de densité.

En descendant progressivement, votre esprit a continué à s'individualiser. Vous avez commencé à faire l'expérience de vous-même de manière de plus en plus fragmentée, en faisant l'expérience donc de parties de vous-même, en permettant à ces différentes parts de votre être d'entrer en relation les unes avec les autres, de s'échanger des données, de se rejeter également, et cela est un grand champ d'expérience. Et votre manière de vivre toutes ces expériences, le fil conducteur encore une fois que vous avez suivi, provient de cette première densité, votre naissance dans les champs d'application.

Et depuis vous avez fini par atteindre les champs de haute densité. Vous avez connu plusieurs galaxies, vous avez expérimenté des aspects de la conscience différents et vous avez décidé ensuite de venir dans votre galaxie. Il y a des portails... Vous êtes venus dans votre galaxie par un portail, celui de Sirius, et dans cette galaxie, dans cet univers de troisième dimension de très haute densité, vous avez commencé à vivre de la souffrance, de la douleur. Vous avez là construit de multiples identités de vous-même, créant ainsi ce que l'on pourrait appeler un ego galactique.

Il y a un ego cosmique. L'ego cosmique n'est pas une partie déséquilibrée de votre être, c'est une partie de vous qui a commencé à connaître l'individuation de votre conscience, qui a commencé à avoir donc des désirs évolutifs propres, à avoir une idée derrière la tête, et cela fait parfaitement partie du Plan Divin. L'ego cosmique est une identité vous concernant. Ainsi, sachez que lorsque vous commencez à contacter des aspects supérieurs de vous-même, il y a certains de ces aspects qui sont porteurs de cet ego cosmique et qui vous renseignent sur vos choix profonds, mais qui ne vous renseignent pas sur la nature profonde du Soi. La nature profonde du Soi est sans ego. C'est un espace intérieur parfaitement neutre, immobile, tout à la fois impersonnel et en même temps rempli d'une énergie hautement sacrée, qui semble si bienveillante, si amoureuse

qu'elle en est extrêmement personnelle, car l'Amour ne peut se vivre que de manière personnelle.

Lorsque vous contactez cette part impersonnelle de votre être, paradoxalement parlant vous contactez un sentiment que tout est intime, que chaque échange est profondément intime et personnel, et que votre relation avec votre Soi est de cette nature, intime, profondément intime et personnelle.

Lorsque vous êtes venus dans votre galaxie vous avez connu la grande fragmentation de la Conscience, vous êtes venus visiter ce qui est l'inverse de votre vraie nature. Jusque-là vous aviez visité votre vraie nature sous de multiples aspects, vous aviez expérimenté votre nature sous de multiples aspects mais vous n'aviez pas encore expérimenté ce qui n'est pas votre vraie nature. Or il est nécessaire d'expérimenter cela pour que vous puissiez identifier pleinement, et au final expérimenter, l'ensemble de votre vraie nature.

Cher partenaire, les concepts que je t'envoie ont du mal à trouver une place logique dans ton esprit en cet instant, et cela est difficile. Ainsi ces informations connaîtront des éclaircissements et des précisions plus tard.

Pour l'heure, sachez que pour vous l'important n'est pas de comprendre mais de recevoir l'énergie qui est véhiculée là, l'énergie qui provient des différentes parts de vous-mêmes.

Aujourd'hui vous videz les sacs mémoriels, vous purgez vos mémoires terrestres et galactiques. Ceci afin de vous alléger, afin de laisser de la place dans vos aspects denses pour que les aspects élevés, leur Essence, leurs spécificités puissent prendre leur place dans la densité.

Vous pensez faire de la place en vous pour mieux contacter votre Soi, mais ce n'est pas le cas. En réalité, vous avez tout intérêt

à contacter votre Soi et à vous ouvrir à ces identités plus élevées de vous-même, afin de cesser de vous identifier à votre nature humaine et à vos mémoires humaines ou galactiques, pour permettre l'évacuation de vos mémoires et l'allègement de vos énergies denses, beaucoup plus aisés, beaucoup plus faciles par le fait que vous laissiez intervenir les aspects subtils de votre être.

Bien sûr lorsque vous commencez votre cheminement, vous partez de là où vous en êtes, vous commencez identifiés à votre identité humaine. Et c'est à partir de cette identification que vous commencez à vous comprendre, à prendre du recul sur vous-même, à voir comment vous fonctionnez, et en ce sens la psychologie telle qu'elle a été étudiée et révélée en occident est fort utile. La psychologie, c'est commencer à se comprendre à partir du point auquel on s'identifie, comprendre donc comment vous vous êtes construits. Cela vous sert pour mieux sortir de ce labyrinthe et vous apercevoir que vous n'avez jamais été cela, que vous n'avez fait que construire une partie de vous-mêmes que vous n'êtes pas, que vous avez construite véritablement et à laquelle vous vous êtes identifiés.

Lorsque vous vous extirpez de cela, et cela dépend de votre parcours, de vos vies passées, les choses se font dans un ordre différent pour chacun mais tôt ou tard vous entendez parler du Soi, vous entendez parler de Dieu d'une manière différente, comme étant en vous, le Dieu en vous. Vous commencez à entendre parler que peut-être vous êtes Dieu ; en tout cas que vous êtes plus vastes que ce que vous croyiez être, et que vous êtes peut-être autre chose que ce que vous croyiez être, et que ce que vous avez cru jusque-là n'est pas ce que vous êtes.

À partir du moment où vous faites cette prise de conscience, vous commencez sans vous en rendre compte, à appeler des parts de vous-même dans vos aspects supérieurs, car vous ouvrez une porte.

Aujourd'hui les outils vous sont fournis, comme la Flamme Violette. Des techniques vous sont fournies depuis la nuit des temps, des mantras existent, tout un tas de moyens vous permettant en réalité de vous connecter et de faire descendre des parts de vous-même beaucoup plus élevées.

Et vous vous apercevrez, là encore, que cette incarnation actuelle, qui est colorée par de multiples autres incarnations sur Terre, dans cette incarnation vous êtes attirés par un outil divin plutôt qu'un autre, une manière de vous connecter plutôt qu'une autre, un aspect de la Conscience plutôt qu'un autre. Et cela est engendré par cette idée derrière la tête qui a commencé à se former lors de votre naissance dans les champs d'application.

Quelque chose se passe en vous. Votre mental ne peut bien comprendre tout cela, mais une part de vous-même entend, en vous.

Soyez remerciés, car il nous est extrêmement plaisant de vous apercevoir vous ouvrir profondément et intérieurement à de nouvelles possibilités.

En vous identifiant à votre personnalité humaine vous avez repoussé au loin vos différents aspects et votre matière a fini par être essentiellement composée par votre personnalité humaine. Plus vous faites appel aux parties élevées de vous-même, plus votre matière se remplit des énergies supérieures.

Dans les mondes de densité vous avez donc fait partie d'une Fraternité, vous en faites toujours partie d'ailleurs. Je ne parle pas des mondes de très haute densité, mais simplement des mondes de densité. Ce sont des Fraternités de Lumière. Vous avez déjà entendu ces noms-là, la Fraternité Blanche, la Fraternité Dorée, d'autres Fraternités et Sororités. Ce sont des fraternités qui se sont constituées, d'une part au service des mondes de haute densité, mais derrière cela au service de manifestations, de potentiels de la conscience, au service de vous-même, finalement. Les Fraternités

élevées sont des parties de vous-même qui sont dans ces champs de densité plus élevée, de densité plus légère.

Qu'en cet instant ces Fraternités avec lesquelles vous êtes en lien densifient leur énergie, leur substance, leur présence.....

Oui, ce sont des parts de vous-même qui sont au service d'autres parts d'elles-mêmes : vous, qui se sont étendues dans les basses fréquences afin d'expérimenter ce que vous n'êtes pas profondément, expérimenter l'inverse de votre vraie nature, expérimenter le non amour ; pour que vous puissiez vous redécouvrir et découvrir qui vous êtes dans vos aspects plus élevés, vos couleurs, vos spécificités, vos Intentions Sacrées.

Vous avez continué à descendre, vous êtes allés dans des sphères de Vie sacrées, dans des sphères de Vie où vous avez contacté des êtres, certains sont incarnés en ce moment sur Terre, beaucoup ne le sont pas, des êtres qui sont vos frères et sœurs des étoiles ; des sphères de Vie en lesquelles vous avez enraciné des parties de vous-même, avec qui vous avez expérimenté ces autres êtres et fait sortir des aspects sacrés de vous-même pour que cela soit densifié et disponible ensuite.

Ainsi le fait de vous ouvrir à vos frères et sœurs des étoiles signifie vous ouvrir à une partie de vous-même qui a laissé quelque chose pour vous, aujourd'hui. Ces frères et sœurs des étoiles, ce sont des frères et sœurs véritablement, comme des camarades, avec qui vous avez créé des liens, avec qui vous avez œuvré et créé des choses. Nombre de ces êtres sont restés sur cette sphère de Vie. Ces sphères de Vie dont je parle sont des sphères harmonieuses qui sont des points d'ancrage supérieur par rapport à vous qui êtes ensuite allés dans des plus basses fréquences encore, pour aller à la rencontre des énergies disharmonieuses.

Ces sphères de Vie sont des points d'ancrage par rapport à vous, point d'ancrage de votre conscience harmonieuse, point

d'ancrage d'expérience de fraternité, de cocréation ; de création ensemble, toujours dans l'expérience de véritables parties de votre être. Mais voyez-vous, dans ce parcours il a toujours manqué un petit quelque chose : la possibilité de vous appréhender dans votre globalité. Pour cela vous avez choisi d'aller dans un espace en apparence extérieur à vous-même, afin ensuite de vous retourner pour vous percevoir vous-même, en apparence de manière extérieure et percevoir votre globalité ; avoir la capacité de ressentir, de percevoir, de reconnaître, d'utiliser ces différentes parts de vous-même, ces différents aspects de vous-même associés à votre Nature Divine. C'est ce que vous pouvez faire sur Terre. Vous avez à présent vécu suffisamment d'expériences dans le « non vous », la non identité véritable, vous avez expérimenté suffisamment d'inverses, et bien sûr dans les tribulations, les déboires, les souffrances que vous avez connues au cours de vos explorations dans cette galaxie, vous êtes allés expérimenter des inverses, ou des aspects déséquilibrés extrêmes, non en place, correspondant à ce fil d'Ariane, toujours, issu de cette idée derrière la tête que vous avez connue dans cette densité très légère.

En vous désidentifiant de vos mémoires, vous commencez à vous identifier à ces intelligences dont je nommais certaines sans que cela soit exhaustif. Et lorsque vous contactez cette Intelligence qui est vous-même et qui a cette idée derrière la tête, alors vous pouvez appréhender en un seul éclair, avoir une compréhension sensitive, totale et spontanée de pourquoi vous avez eu le parcours que vous avez eu, pourquoi vous êtes poussés à faire certains choix, pourquoi vous voyez les choses comme vous les voyez, quel sens cela a et en quoi cela a été un grand service rendu à vous-même et à votre choix profond.

Vous attendez cet éclair de compréhension, vous le désirez. Tous les êtres qui s'illuminent pleinement ont cela. Afin de faciliter ce parcours, ouvrez votre esprit au fait que vous avez d'autres

identités, que vous pouvez y faire appel, que vous pouvez les faire descendre, car votre libre arbitre humain spécifie que là où vous portez votre attention, cette énergie est nourrie et se cristallise. Lorsque vous êtes identifiés à votre personnalité humaine, celle-ci se densifie, prend corps, devient puissante. Lorsque vous vous identifiez à votre personnalité cosmique, aux aspects supérieurs de vous-même, alors ceux-ci se densifient, prennent consistance en vous. Une Intelligence Supérieure prend consistance en vous. Des aspects non souffrants.

Moins vous êtes identifiés à votre personnalité humaine, plus celle-ci perd de sa consistance, plus donc vos souffrances, votre ignorance, vos réactions, vos émotions déséquilibrées, vos schémas de pensée erronés, plus tout cela perd de sa consistance et plus vous vous ouvrez à des parts de vous-même, tout d'abord sous la forme d'un Sentiment, un sentiment dont la constante de base est la Joie, le pétilllement, et le sentiment d'être doté de toute l'Intelligence qu'il faut pour réaliser pleinement vos choix ; le sentiment également d'une Sagesse, sans âge et également le sentiment d'être entouré d'Amour.

Il y a donc eu ces sphères de Vie avec qui vous avez cocréé, avec vos frères et sœurs des étoiles. Puis vous êtes descendus plus bas...

Cher partenaire, aie confiance en ce que je t'envoie. Mon canal est nerveux car il a peur que cette information parfaitement nouvelle pour lui soit erronée.

Vous êtes ensuite allés dans les champs de très haute densité, c'est-à-dire de très basses fréquences. Dans ces champs-là, ce sont les champs d'application les plus poussés. C'est là que l'on est à l'extrême focalisation de la Pensée Divine, là que se révèle pleinement ce qui a été étudié, expérimenté, révélé avant mais non validé véritablement.



Avant les champs de haute densité il y a encore quelque chose qui reste, pourrait-on dire, théorique. Cela est le meilleur terme pour vous faire comprendre cela. Dans les champs de très haute densité on en vient à expérimenter pleinement, à vivre pleinement, à vérifier, à valider ou invalider, à trier, là où vous êtes venus avec ce que vous aviez décidé de révéler, et les choses très vite ne se sont pas passées de manière aussi confortable que ce à quoi vous vous attendiez. Que ce à quoi on s'attendait tous, d'ailleurs. Les champs d'application sont cela, des champs créatifs, des champs surprenants. C'est là que se trouve le mystère des mystères.

Il a été courant de penser, dans l'esprit humain, que le grand mystère c'était Dieu. Cela montre que vous vous êtes oubliés. Dieu n'a rien de mystérieux pour vous, puisque c'est vous. Le mystère des mystères, c'est la matière. Ce sont les profondeurs des champs d'application.

C'est là que vous évoluez depuis des milliards d'années, et il peut vous sembler que vous avez un grand bagage, un grand parcours et que vous y êtes depuis si longtemps que vous pouvez même avoir l'impression que cet univers dans lequel vous vous trouvez, c'est l'Univers, c'est Dieu ; et cela s'est traduit dans vos mythologies, par votre mythologie religieuse donc avec la chute des Anges, la chute Luciférienne où il semble que des Êtres Divins, nés Divins, aient chuté, qu'il y a eu des guerres et que cela concerne l'Univers Divin. Il n'en est rien, cela concerne une toute petite partie du grand et vaste Univers ; cela concerne simplement les champs d'application de très haute densité. Ainsi tout va bien dans l'univers.

Cela est un vaste bagage car beaucoup êtes expérimentés, et il se trouve que des milliards d'années dans les champs de très haute densité correspondent à très peu de temps dans les champs de densité très légère. Plus on va dans les hautes densités, plus le temps se ralentit. Plus il faut beaucoup de temps pour donner une image, il faut plusieurs jours voire plusieurs semaines ou plusieurs

années, et vous avez le temps de vivre beaucoup de choses, alors que dans un champ de densité très légère vous n'avez fait que cligner des yeux.

Cela sera un concept qui vous deviendra parfaitement compréhensible, à partir du moment justement où vous aurez plus fortement intégré les identités supérieures vous concernant, donc avec l'Intelligence Perceptuelle qui s'y accompagne.

Soyez honorés de vous ouvrir au fait de libérer vos mémoires et de libérer les mémoires universelles des champs d'application de très basses fréquences, afin de libérer ces champs et que les aspects supérieurs de votre être et la Conscience Divine puissent s'y installer.

Pour qu'elle puisse s'y installer, il faut qu'elle soit appelée et reconnue. Il faut qu'elle soit appelée par une conscience, Divine elle-même ou de Nature Divine, qui l'appelle. Vous êtes là dans le corps idéal, portant l'ADN parfait pour cela, où vous êtes une Conscience Divine oublieuse d'elle-même et pouvant se rappeler elle-même, parce que pouvant prendre conscience d'elle-même tout en restant en bas, dans le champ de très haute densité.

Alors les énergies de fréquence élevée descendent, les aspects supérieurs de votre être descendent et peuvent se fondre en un seul et même tout, Vous !

Vous en tant qu'être humain pleinement réalisé, porteur d'une très grande puissance car ayant fusionné avec ses différents plans, une Conscience Unifiée dans un corps dans le monde relatif, une Conscience Unifiée, non fragmentée, unifiée ! Dans le monde relatif et pouvant se transporter elle-même dans les différentes dimensions. Une Conscience Unifiée dans les mondes relatifs, voilà ce que vous êtes amenés à être.

Et c'est vous, à partir de votre libre arbitre humain, qui pouvez opérer cela. Ainsi soyez attentifs à ce à quoi vous vous attachez, à ce que vous nourrissez, à ce à quoi vous vous identifiez. La désidentification de votre personnalité humaine est la clé de l'allègement de votre incarnation. Moins vous êtes identifiés à votre personnalité humaine, plus vous laissez faire un processus naturel, qui est que lorsque la Lumière vient rendre visite à vos zones d'ombre intérieures, celles-ci se transmutent, se guérissent, transforment votre matière, transforment votre base, sans qu'il y ait souffrance. Inconfort, peut-être, mais il peut être de plus en plus léger, mais sans qu'il y ait souffrance, sans qu'il y ait pleurs, sans qu'il y ait déprime parce que vous ne savez plus du tout qui vous êtes, ni où vous habitez.

Voyez-vous, pour donner un exemple, faire une comparaison, vos processus mentaux : comme vous êtes identifiés au mental, comme vous êtes présents dans le mental vous êtes devenus lents, mentalement. Vos processus mentaux doivent être vécus, et afin que votre pensée mentale aille du point A au point B cela prend du temps car vous participez vous-même à tout ce processus de cheminement du point A au point B. Observez un autiste faisant un calcul mathématique extrêmement compliqué, parfaitement inaccessible à la conscience humaine, où pourtant il trouve un résultat en une fraction de seconde. Comment fait-il cela ? Le processus mental s'est fait très rapidement car l'autiste n'est pas dedans. Comme il n'est pas dans le processus mental, le processus mental n'est pas ralenti, il est à une fréquence au-dessus du mental. Alors le mental va très vite. En réalité, vous aussi le mental va très vite mais vous vivez l'aspect ralenti du mental parce que vous vous impliquez dedans.

Eh bien de la même façon lorsque vous êtes identifiés à vos processus transformationnels du bas, lorsque votre matière se transforme, lorsque votre personnalité humaine se transforme, cela

peut aller lentement, douloureusement, par à-coups, saccades, parce que vous êtes dedans. Moins vous êtes dedans, plus votre personnalité change facilement et moins cela est douloureux. Votre personnalité humaine n'est pas amenée à disparaître, à changer, oui ! Cesser de la nourrir permet de l'alléger, de l'assouplir, et permet ainsi à l'Intelligence Lumineuse de la préparer pour que la personnalité humaine soit le socle parfait pour les aspects supérieurs de votre être.

Alors ceux-ci vont se marier à votre identité humaine équilibrée, et un ensemble complet, unifié, un ensemble d'identités n'étant plus en conflit les unes avec les autres sera là, un ensemble qui est le reflet de l'Unité Fondamentale représentée dans la diversité.

Vous êtes de multiples identités. Tournez-vous vers vos identités supérieures et votre Identité Profonde, que vous ne pouvez comprendre, appréhender pleinement, votre Soi Originel. C'est en même temps l'Identité qui ne vous a jamais quittés, c'est l'Observateur intérieur, cette partie de vous qui ne peut jamais être absente.

Qu'à présent l'énergie de Communion vous rende visite, communion avec toutes vos identités, sachant que profondément vous n'êtes aucune de celles-ci, vous êtes La Conscience... ..

Comme la Source est au cœur de vos atomes, les différentes densités sont également au cœur de chacun de vos atomes ; donc vos différentes identités sont dans votre matière, votre corps en est la porte d'accès. Prenez soin de votre corps.

Que l'Amour vous inonde. La Force qui est venue vous rendre visite est celle de l'Assise, celle de la Stabilité, rendue possible par le fait de se rappeler que vous êtes La Conscience. La Conscience...

Que cela s'ancre jusque dans votre bassin, jusque dans vos pieds...

Chers enfants de la Vie et de la Terre, allez en paix.

Nous reviendrons sur ce sujet dans quelques mois. Je suis Shinaar, vous êtes infiniment aimés et la Famille vous a rendu visite. Vous êtes « à la maison », car vous ne pouvez être ailleurs.

Adonai.

#### 4<sup>ème</sup> Canalisation – Le 11.01.2018 à Paris

Chers enfants de la Vie, soyez salués. Je suis Shinaar.

Une Vibration importante vous rend visite, celle de l'Amour Originel, celle de l'Amour Primordial, une Fréquence que vous êtes amenés à retrouver, à reconnaître, à installer dans toutes les parts de votre être.

Comment cela ? En pratiquant l'Amour inconditionnel pour vous-même. En vous servant de votre Intention, celle de contacter une disposition d'esprit, une disposition de Sentiment par rapport à vous-même, un sentiment qui en est un d'accueil sans rejeter quoi que ce soit de vous-même, un sentiment d'amour total sans considérer que certaines choses ne sont pas à leur place, que certaines facettes de votre être sont en trop. Lorsque vous cessez de considérer cela, ces facettes de vous-même qui semblent en trop révèlent leur vrai visage. En effet sous le masque de la peur il y a le Pur Sentiment d'Amour, naturel, qui n'a jamais disparu et ne disparaîtra jamais.

Oh, chers humains de la Terre, vous qui êtes identifiés depuis si longtemps à votre personnalité humaine, vous croyant un être qui est autre chose que de l'Amour... Vous expérimentez autre chose que de l'Amour, cela est vrai, vous expérimentez d'autres sentiments que celui de l'Amour, mais cela ne parle pas de Vous. C'est là une de vos plus grandes difficultés, à concevoir, et à appliquer ce concept lorsque vous le saisissez. Pourtant c'est bien là votre grande tâche en 2018. Les énergies de cette année vous offrent l'occasion de pratiquer l'Intention souveraine concernant ce à quoi vous vous identifiez.

Que l'Amour vous inonde ! De nombreux êtres sont présents, des êtres que vous avez connus sur Terre et qui sont passés de l'autrecôté du voile. Ces êtres en cet instant vous saluent. Ils vous parlent de la pérennité de la Vie, ils vous disent qu'à l'instar de vous-mêmes ils ont cru véritablement au fait d'être un être humain lorsqu'ils étaient sur Terre, et au moment de quitter le corps ils se sont simplement aperçus qu'ils se sont trompés toute leur vie.

L'éveil à Soi-même, c'est se rappeler tout en restant sur Terre de ce de quoi l'on se rappelle habituellement lorsqu'on quitte le corps. Se désidentifier de votre personnalité humaine implique une chose, c'est le constat que toute votre boîte à croyances, tout ce qui semble faire de vous un être ayant des convictions, tout cela est illusoire. Vous désidentifier de votre personnalité humaine, c'est vous rendre compte que sur le plan de la personnalité humaine vous n'avez jamais rien su véritablement des fonctionnements profonds de la Vie. Cependant sur le plan de la Conscience Supérieure vous le savez parfaitement.

La Conscience Supérieure.

Vous appelez la Conscience Supérieure « supérieure », car c'est un niveau de conscience qui est supérieur à votre niveau de conscience ordinaire qui est celui issu de votre identification à la

personnalité humaine. Cependant ce que vous appelez la Conscience Supérieure, en réalité, c'est Vous lorsque vous cessez de vous croire autre chose. Vous n'avez jamais été rien d'autre que la Conscience Supérieure, et toutes les facettes de votre Être qui sont autre chose que la Conscience Supérieure sont des facettes de Vous-même qui sont dans l'illusion, dans la croyance en autre chose que cela. Une identification à un sentiment personnel, celui d'être coupables, celui d'être incapables, celui d'être impuissants ou celui d'être mauvais, pas dans l'amour.

En effet cette année 2018 vous parle de l'Illumination. En réalité cette grande fenêtre de temps dans laquelle vous êtes encore pendant quelques années, tout cela vous parle de l'Illumination. L'Illumination, c'est la descente de la Lumière Divine dans chaque parcelle de votre corps, donc l'investissement par l'Énergie d'Amour de chacune des facettes de votre Être. Votre biologie et votre personnalité humaine sont étroitement intriquées. Votre mental et votre biologie sont intriqués. Ainsi lorsque vous vous identifiez à votre mental et que vous vous croyez donc cet être rempli d'idées qui ne sont pas alignées avec le Divin, donc d'idées ignorantes, d'idées sans Lumière, eh bien c'est une absence de Lumière qui se fait également dans votre corps.

Voilà pourquoi lorsque vous effectuez des pratiques spirituelles, lorsque vous appelez de la Lumière pour la respirer et l'insuffler dans votre corps, cela a un impact sur votre évolution de conscience, sur votre manière de vous vivre, et lorsque vous-mêmes vous vous désidentifiez de l'illusion, cela a un impact sur votre corps et cela favorise l'ancrage de la Lumière dans tous vos corps.

L'Illumination, c'est l'investissement de la Lumière avec fluidité, dans sa totalité, dans la totalité de vos roues d'énergie. Vous êtes sur Terre pour connaître l'Illumination. Cela, tout d'abord il est bon que vous vous en rappeliez, que vous vous en rappeliez chaque

jour, car cela, c'est vous réidentifier à votre choix profond, à la partie de vous-même qui fait que vous êtes ici sur Terre. Sur un plan profond vous êtes venus pour connaître l'Illumination, pour remplir de Lumière la totalité de votre corps. C'est votre œuvre principale, vous occuper de cela, vous occuper de votre Illumination – non pas de manière égoïste car en effet dans le mental humain il est possible de ressentir que le fait de s'occuper de sa propre Illumination est une séparation par rapport aux autres, c'est faire cela dans son coin – non, en vous occupant de votre Illumination, vous réinstallez la Juste Fréquence de Vie en vous, et celle-ci vous amène de nouvelles impulsions qui iront toujours dans le sens de partager ce que vous avez acquis, ce que vous avez compris, ce que vous pouvez resservir aux autres car vous vous l'êtes suffisamment servi à vous-même.

Nous sommes nombreux en cet instant, il y a de nombreux Frères et Sœurs Cosmiques, des Êtres Sacrés qui vous assistent aujourd'hui, qui se sont déplacés spécifiquement pour cela, car il y a de nombreux Êtres dans l'Univers qui souhaitent voir votre Illumination...

Vos cellules participent à ce processus. Demandez-leur toute leur aide pour vous aider à vous désidentifier de ce qui est illusoire, pour vous amener plus d'aisance dans le fait de vous ouvrir concrètement au fait que vous êtes parfaitement autre chose que ce que vous avez cru être jusqu'à aujourd'hui. Oh, intellectuellement, nous savons que vous l'avez tous compris, vous tous et vous toutes qui êtes présents en cette salle. Mais entre la compréhension intellectuelle et en voir l'application concrète : « J'arrive à contacter véritablement avec aisance un autre sentiment de moi plus élevé que celui que j'éprouve, là, sur l'instant et dans lequel j'aurais eu tendance, encore une fois, à me noyer » ...

La désidentification de votre personnalité humaine résulte de l'exercice de votre pouvoir personnel et de votre intention. Cela



résulte donc d'une certaine maîtrise. Plus vous vous exercez à vous rappeler, à savoir profondément que Vous n'êtes pas quoi que ce soit en vous qui parle d'impuissance, de réduction, de ne pas être aimés, de devoir faire quelque chose pour vous perfectionner afin d'être dignes aux yeux de la Vie ; toute forme de tension qu'il y a en vous, vous poussant à être vite autre chose que ce que Vous êtes, toute pensée qui vous viendrait à l'esprit, générant le sentiment de l'envie : « J'aimerais être à la place de quelqu'un d'autre. J'aimerais avoir une vie plus légère. J'aimerais avoir les capacités de mon voisin ou de ma voisine. » Tout cela, ce sont des pensées qui disent « Je ne suis pas parfaitement à ma place tel que je suis aujourd'hui. »

Plus vous vous identifiez à ce que Vous êtes dans votre Nature Véritable, un Être infiniment aimé, un Être infiniment aimant, plus cela vous est facile d'être disponibles et satisfaits de vos comportements. La source de vos impulsions a été pendant longtemps essentiellement votre ego. C'est ce que possède votre ego qui vous pousse à tel ou tel comportement, tel ou tel automatisme, et il est temps de remplacer cela. Vous n'êtes pas obligés d'avoir totalement équilibré votre ego pour vous en désidentifier et vivre votre relation avec celui-ci d'une manière beaucoup plus confortable, en vous rappelant à chaque instant que Vous n'êtes pas votre ego.

Oui, vous constatez réellement des blocages en vous, vous constatez qu'il y a des freins, vous constatez qu'il y a des difficultés, des réflexes qui apparaissent dans telle ou telle situation. Constatez-le, observez-le clairement, en toute humilité, et concluez : « Voilà ce qu'il y a sous le capot de ma voiture, la voiture qui est mon corps. Je suis le conducteur, je ne suis pas la voiture. En tant que conducteur, pour avoir un meilleur véhicule je vais sortir de ma voiture et regarder sous le capot ce qu'il y a. mais je ne suis pas ce qu'il y a sous le capot. »

Rappelez-vous toujours que vous n'êtes aucune de vos mémoires. Vous êtes l'Être faisant des expériences à partir de ces mémoires, lorsque vous continuez à choisir que ces mémoires sont des sources d'impulsion dans votre vie quotidienne.

L'intention humaine est la clé. Plus vous avez l'intention d'être détachés de votre ego, plus vous devenez détachés de votre ego. Lorsque vous posez cette intention chaque jour, lorsque vous êtes mus par cette intention « Je ne serai pas identifié à ma personnalité humaine », eh bien tranquillement vous vous apercevrez de manière plus vaste, vous observerez que ce qui cause problème en vous n'est qu'une toute petite partie de Vous-même. Une partie qui a son importance puisqu'elle a un impact très concret sur votre vie de tous les jours, mais néanmoins une partie qui n'a rien à voir avec Vous. Voilà pourquoi vous n'avez pas à vous racheter de quoi que ce soit, vous n'avez pas à expier.

Il est temps de vous départir pleinement de votre karma. Il est temps de faire le choix d'être totalement libres de votre karma. Faites-en part également à vos cellules.

Est-il possible de vivre sans karma ? Oui, cela l'est. C'est lorsque vous commencez à prendre des décisions souveraines à partir, non pas de ce qui est déterminé par le passé, mais à partir d'un Élan créatif et novateur qui vient de l'intérieur de vous-même, qui vient de votre Conscience Supérieure, qui vient de vos profondeurs et qui n'est pas détourné par ce à quoi vous vous êtes identifiés.

La Conscience Supérieure de votre être est un Être à part entière, c'est Vous. Une Intelligence. Lorsque vous l'appellez, elle répond. Lorsque vous appelez votre Conscience Supérieure, votre Soi Supérieur, votre Divinité, celle-ci répond. Il est temps d'appeler plus souvent votre Soi Supérieur, de pratiquer la relation sacrée avec votre corps, avec vos cellules, plus souvent. Oh, de manière

très simple, en vous posant pour leur dire bonjour, pour leur signifier que vous les aimez, pour prendre le temps de ressentir ce partenariat, cette coopération avec vos cellules, changeant l'intrication qu'il y a entre votre mental et votre biologie, l'améliorant, amenant plus d'alignement entre votre Conscience Supérieure, votre personnalité humaine et votre corps.

Tout ce sur quoi vous portez votre attention est nourri par le simple fait que vous y portiez votre attention. Lorsque vous portez votre attention sur l'Amour Supérieur, une Fréquence qui est là, il suffit d'y porter attention pour vous syntoniser avec celle-ci, même si vous ne le ressentez pas de manière émotionnelle. Car l'énergie d'Amour, si parfois se fait ressentir de manière émotionnelle, d'autres fois non, cela dépend autant de votre sensibilité du moment que de ce qu'il y a tout simplement de plus approprié.

Ceci demande de la pratique. Chers humains de la Terre, atteindre l'Illumination demande de la pratique et de la discipline. Il y a un moment où cela demande de votre part de faire le choix, réitéré suffisamment souvent, de vous identifier à votre Véritable Vous-même. Oh, vous pourriez répondre « Oui, mais je ne sais pas qui je suis. » Seule la partie de Vous-même qui est dans l'illusion dit cela, ce n'est donc pas Vous qui parlez lorsque vous dites cela. Posez-vous la question : « Qui parle ? », lorsque vous dites « Je ne suis pas Amour. » Vous avez le sentiment, lorsque vous parlez, que c'est bien vous qui parlez. Eh bien rappelez-vous de cela, rappelez-vous de vous poser la question « Qui parle en cet instant ? »

Ainsi aujourd'hui vous recevez une grande impulsion issue des Maîtres, les Maîtres qui sont présents autour de vous, les Maîtres qui possèdent une Force particulière que seuls les Maîtres possèdent de par le fait qu'ils sont passés par le processus de l'incarnation. C'est cette Force dont vous avez besoin aujourd'hui qui descend en chacun et chacune d'entre vous. Une énergie qui vous dit « Je suis devenu un Maître lorsque je me suis rappelé que

je n'ai jamais été rien d'autre qu'un Être Divin absolument Parfait, Pur. »

Ce travail consistant à vous ouvrir à un autre sentiment identitaire que celui qui est connu et habituel est un travail incontournable sur la voie de l'initié. Vous comprenez bien que cela ne signifie pas que c'est une invitation à nier vos problèmes ou à nier ce que vous portez, amenant des freins dans votre vie ou des états d'être difficiles. Ce n'est pas nier, c'est vous rappeler que vous n'êtes pas cela mais que Vous êtes en réalité la Source de solution de ces problèmes. Vous qui pendant des siècles, très régulièrement avez cherché à vous tourner vers une autorité, vers un guide spirituel, vers un être que vous pensez supérieurement élevé, vous qui pendant longtemps avez cherché un moyen de trouver une solution à l'extérieur, bien souvent en allant chercher de la connaissance, en allant chercher un être qui semble faire des miracles, rappelez-vous lorsque vous êtes confrontés à vos problèmes, à vos grands problèmes de vie, ceux que vous n'avez pas résolus jusqu'à aujourd'hui : Vous êtes la Source de la solution, Vous n'êtes pas le problème, Vous n'avez jamais été le problème.

C'est comme en mathématiques, en mathématiques on pose un problème pour trouver une solution. Un problème mathématique n'a pas du tout la même connotation qu'un problème de vie. Dans « un problème dans la vie » il y a quelque chose de déconsidérant, c'est un problème problématique pourrait-on dire. Le problème mathématique n'est pas un problème en soi, son existence est parfaite. Eh bien les problèmes de votre vie sont réellement des problèmes que vous avez posés pour trouver des solutions. C'est un jeu de l'Âme avec elle-même. L'esprit peut s'amuser à poser des problèmes mathématiques pour le plaisir de les résoudre. Eh bien vous êtes venus sur Terre afin de poser des problèmes et de trouver les solutions à ces problèmes, ce qui amène une dynamique particulière.

Rappelez-vous toujours que vous n'êtes pas le problème, que Vous êtes le Créateur du problème et que cette création a un sens Divin. À aucun moment il n'y a d'erreur là-dedans. Vous ne pouvez avoir que des erreurs de comportement, mais en soi ce qui est ne peut être une erreur. Les erreurs de comportement, c'est simplement lorsque vous vous trompez, parce qu'il faut bien essayer, mais une erreur n'est pas le problème.

Il y a comme cela une partie en vous qui est enthousiaste, enthousiaste dans le fait de résoudre des problèmes mathématiques et enthousiaste dans le fait de résoudre des problèmes de vie, enthousiaste de manifester la solution. Grâce aux problèmes présents dans la vie, il y a un mouvement qui se fait. C'est le mouvement de résolution. Cela met en mouvement l'énergie, entraîne une dynamique où vous vous poussez vous-mêmes à manifester une part de votre Divinité, ce qui se vit sous l'apparition de la solution.

Traditionnellement vous êtes identifiés à la personnalité humaine qui doit résoudre ses problèmes et qui a beaucoup de mal à le faire. Plus vous êtes identifiés à la partie en vous qui est La Solution, moins vous êtes embourbés dans votre problème, moins vous figez le problème par le simple fait que vous le nourrissiez et y apportiez vos énergies, et plus vous permettez à la Fréquence de La Solution de grandir, de s'installer, de se manifester dans votre vie.

Ce sur quoi vous portez votre attention est nourri, ne l'oubliez pas. Cela est une règle présente dans l'incarnation. Tout ce qui est Vous-même existe déjà, n'a jamais disparu, mais vous le faites grandir, vous le densifiez par le fait que vous portiez votre attention dessus. C'est donc par la pratique de nourrir ce Sentiment du Vous-même Véritable, par votre intention, que ce Vous-même Véritable grandit, s'expande, se densifie, prend plus de place en vous.

Faire le choix de vous identifier à votre Conscience Supérieure plutôt qu'à votre personnalité humaine demande de la maîtrise, de l'attention, de la vigilance, un certain effort dans un premier temps, car vous êtes habitués à autre chose depuis si longtemps. C'est un effort de conscience. Et tous les êtres qui sont devenus des Maîtres sont passés par cela.

Vous êtes Souverains. Tout ce qui en vous semble dire le contraire également est illusoire et lorsque vous dites « Je suis dans l'impuissance, je ne suis pas souverain », posez-vous la question « Qui parle ? » Êtes-vous vraiment cela, êtes-vous vraiment cet être dans l'impuissance et sans souveraineté ? Bien sûr la réponse est Non, et à partir du moment où vous vous rappelez que la réponse est Non, agissez à partir de ce rappel. N'agissez pas à partir de vos états d'être illusoires, prenez le temps de vous en désidentifier avant d'agir. Prenez le temps de faire appel à votre Conscience Supérieure par l'intention, par la demande, par la détente, car la détente est indispensable afin de ressentir, de vous ouvrir à un Sentiment de Vous-même Supérieur ; car sans la détente la Lumière ne peut circuler dans votre corps, ne peut venir modifier votre état d'être.

Ainsi la respiration, la méditation est avant tout un moyen pour vous de vous détendre, de vous désengager de vos processus mentaux et émotionnels ordinaires, pour vous détendre et vous connecter à la partie en vous qui se sent puissante, qui se sent pleine, qui se sent La Source des solutions, qui se sent l'Abondance de richesse de tout ce qu'il faut pour que tout soit accompli, quel que soit le temps que ça prend.

Vous avez tous et toutes sûrement connu une période comme cela dans votre vie, une période faste où vous vous sentiez pleins, riches de toutes les richesses qui sont nécessaires. Oui, vous l'avez déjà vécu en ayant le sentiment que cela vous était tombé dessus. Il est temps de le vivre sans attendre que cela vous tombe dessus, de le vivre parce que vous le choisissiez, de le vivre parce que vous

vous y habituez de plus en plus. Le fait de vous mettre à ressentir, oh, d'une manière qui peut vous sembler sur l'instant parfaitement illogique, irrationnelle, le fait de ressentir que vous avez toutes les solutions en vous, que vous êtes vous-mêmes l'Énergie qui permettra la résolution, même si vous ne savez pas comment concrètement avant, la solution au bon moment, de la bonne manière, le fait de ressentir cela amène une grande détente dans vos existences et une grande fluidification également.

En contactant cet état d'être, vous contactez également l'état d'être qui ne rejette rien. Comme une sorte de point zéro intérieur. Un point zéro où vous n'êtes plus dans aucune force d'attraction ou de rejet, qui sont deux forces essentielles dans la dualité. La dualité est notamment composée des forces d'impulsion attraction et rejet. Eh bien dans ce point zéro vous cessez d'être mus par ces forces et vous cessez de les utiliser, de les nourrir, vous permettant de vous ouvrir à des impulsions supérieures et créatives. L'attraction et la répulsion ne sont pas des réactions créatives. Oh, elles mettent du mouvement, elles permettent l'évolution en partie, mais lorsque vous agissez à partir de l'attraction – répulsion, vous réagissez à partir d'éléments déterminés essentiellement par le passé, par vos mémoires et par l'identification à la matière, au corps.

Lorsque vous n'êtes plus identifiés à votre personnalité humaine vous vous installez donc dans une sorte de point zéro, détendus, calmes, en paix, où vous vous sentez pleins et où vos inspirations et vos impulsions sont d'ordre créatives, nobles et épanouissantes pour vous. Dans ce point zéro vous vous sentez également suffisamment vastes, pleins, illimités, sereins, pour oublier la peur que vous avez des autres, la peur de l'échange, la peur de la circulation. Et lorsque vous ne nourrissez plus cette peur-là, lorsque vous n'agissez plus à partir de celle-ci, alors vous ressentez une grande disponibilité pour soutenir les autres, pour partager avec les autres les acquis que vous avez eus avant les

autres, sans avoir le sentiment de remplir un devoir, sans faire cela par obligation mais parce qu'un Élan vous pousse à agir avec Amour.

Votre Élan intérieur vous poussera toujours à contacter l'envie de partager avec les autres et de prendre soin des autres. Vous n'avez donc pas à craindre de vous occuper essentiellement de votre Illumination car cela, loin de vous pousser à l'égoïsme, vous amènera à contacter cet altruisme naturel issu de l'envie de partager.

Dans ce point zéro intérieur vous contactez un Sentiment, celui de ne rien rejeter, et notamment de ce qu'il y a en vous. Oui, vous avez également une relation dualiste avec vous-même, basée sur l'attraction – rejet, sur l'attraction de certaines parties de votre être que vous jugez convenables, essentiellement pour des raisons d'éducation, parce que les autres les jugent convenables également, et d'autres que vous rejetez parce qu'elles ne vous semblent pas appropriées. Tout ce qui est issu de votre personnalité humaine, en cela même est donc illusoire, que ces parties paraissent belles à vos yeux ou laides peu importe, cela reste votre soi humain qui est une création dont Vous vous servez pour amener un mouvement dynamique évolutif, pour votre Âme, pour Vous-même, pour l'extérieur, pour l'humanité, pour l'Univers.

Plus vous contactez ce point zéro régulièrement, plus les Sentiments qui sont associés à ce point zéro sont présents et deviennent la Source de ce qui vous meut dans votre vie. Ces Sentiments associés au point zéro sont donc l'Amour Inconditionnel, la Patience, le Sentiment d'être Parfait, et que s'il y a quelque chose à changer c'est pour vous rendre service à vous et pour votre confort plutôt que parce que vous êtes imparfaits comme cela.

Tout est parfait, relativement à quelque chose ou à quelqu'un. Pour vous un certain lit sera parfait plutôt qu'un autre, et si votre manière de vivre votre confort change ce lit cessera d'être parfait pour vous. Cela ne veut pas dire qu'il cesse d'être parfait, il cesse



de l'être pour vous et vous allez changer votre lit afin de vous rendre la vie confortable. Il en est de même pour tout ce que vous portez sur le plan de la personnalité humaine. Il y a de nombreux réflexes et automatismes qui ne vous satisfont pas car ils ne sont pas propices à ce que vous exprimiez votre Véritable Nature et donc à expérimenter la Joie profonde de le faire. Si vous changez des choses en vous, que cela soit pour votre confort, non pas parce que vous pensez devoir le faire.

Très concrètement, dans votre personnalité humaine il y a tout à coup certains de ses aspects qui, à certain moment, ne permettent absolument plus le confort pour vous dans votre vie. C'est qu'il est temps de les changer, c'est qu'il est temps de les transformer. Pour autant, ne les rejetez pas ! Lorsque vous changez de lit vous n'éprouvez pas un rejet profond pour le lit que vous quittez, vous lui dites simplement « Au revoir ».

Vous ne pouvez transformer des aspects de votre personnalité humaine en les rejetant. Mais ceux-ci également ne vont pas se transformer si vous-mêmes n'êtes pas attentifs à ce qui est confortable pour vous ou non, si vous n'êtes pas suffisamment engagés dans votre évolution personnelle. Car de la même façon qu'il vous est possible de ne pas percevoir l'inconfort que vit votre corps sur un mauvais lit, tout simplement parce que vous n'êtes pas suffisamment présents à vous-même, trop identifiés à des pensées extérieures ou à des soucis, de la même manière il y a certains inconforts issus de votre personnalité humaine que vous ne percevez pas parce que vous n'êtes pas suffisamment impliqués en vous-même, dans votre propre processus. Il est extrêmement important que vous soyez pleinement impliqués.

Ce travail d'engagement et d'implication de votre transformation, lorsqu'il cesse d'être issu d'un sentiment d'imperfection, est issu d'un sentiment d'Amour pour vous-même, à la recherche de votre propre confort, de votre propre

épanouissement, de votre propre intégrité pour que vous expérimentiez la satisfaction d'être vraiment vous-même – et lorsque l'on est vraiment soi, on expérimente naturellement cette satisfaction car nous sommes tous conçus pour expérimenter la satisfaction d'être soi-même.

Beaucoup d'Énergie descend en cet instant...

La Conscience Supérieure n'a jamais été aussi contactable, et le Sentiment associé à cette Conscience, aussi accessible qu'à partir de cette année. Un seuil a été passé cette année. Entre 2017 et 2018, quelque chose d'important, une phase, change. Ainsi certains Sentiments vous sont beaucoup plus accessibles qu'auparavant. Et le fait de contacter un Sentiment issu d'une plus grande identification à votre Conscience Supérieure est aujourd'hui beaucoup plus facile à atteindre. Nul besoin, comme auparavant, de méditer pendant des heures. Votre parole est puissante, servez-vous-en. Votre intention est puissante, servez-vous-en.

Sachez prendre quelques instants, au moins quelques minutes, pour que votre intention puisse se concrétiser dans votre vécu, et savourez, goûtez au Sentiment du Divin. Faites-en le choix chaque jour. Cela ne peut survenir de manière pérenne si vous ne commencez pas par choisir de le ressentir d'une manière ponctuelle et régulière.

Plus vous vous identifiez à la Conscience Supérieure, plus la Lumière de cette Conscience descend dans votre corps, plus elle y est présente, plus cela vous est facile de vous y identifier, et plus vous vous y identifiez, plus la Lumière est présente et plus cela est facile. L'être humain de la Terre a l'occasion aujourd'hui d'aller beaucoup plus rapidement qu'auparavant dans ce processus d'Illumination. N'hésitez pas, donc, à vous servir des moyens mis à votre disposition aujourd'hui.

Nous allons faire quelques instants de silence. Faites le choix d'expérimenter l'élévation, l'élévation de votre conscience en cet instant, le changement de vos sentiments intérieurs. Respirez tranquillement, détendez-vous car vous êtes dans les bras de Dieu. Détendez-vous et laissez faire. Ne visez aucun résultat. Ne cherchez à vivre aucun état d'être spécifique, oubliez tout, contactez le silence et laissez les changements internes s'opérer simplement par votre présence et votre intention...

Décidez à présent de déposer toutes les Énergies provenant de 2017 qui ne vous serviront pas de manière optimale au cours de l'année qui s'en vient...

Les Énergies de l'année 2018, celles qui vous sont parfaitement appropriées, descendent à présent, maintenant. Respirez ces Fréquences, absorbez-les pleinement dans votre corps...

Chers humains de la Terre, chers enfants de la Vie, des Étoiles et de Gaïa, il est temps que vous choisissiez véritablement ce à quoi vous vous identifiez. Vous êtes multidimensionnels et vous avez le libre arbitre. Le libre arbitre consiste pour vous, justement, à choisir, à avoir constamment et totalement le choix dans la partie de votre être à laquelle vous vous associez et à laquelle vous apportez du crédit. Décidez de vous identifier à la partie la plus profonde, la plus essentielle, la plus élevée, la plus primordiale de votre être. Cette partie de votre être est tout aussi accessible que n'importe quelle autre, que n'importe quelle partie de votre ego. Retrouver votre Souveraineté, cela signifie retrouver le Sentiment d'avoir le choix. Et vous avez le choix. Vous l'avez depuis toujours mais vous en avez perdu le Sentiment. Pourtant vous ne l'avez pas perdu, vous n'avez fait que vous identifier à une partie de vous-même qui l'a oublié, ce Sentiment. Mais il n'a jamais été perdu, cessez de vous identifier à la partie de vous-même ne connaissant pas la Souveraineté et vous cesserez de vous sentir non souverains. Vous

n'avez aucune étape à passer, rien à faire, rien à accomplir pour posséder déjà tout ce que vous avez besoin de posséder.

En réalité tout ce que vous possédez est là pour vous servir à accomplir ce que vous êtes venus choisir d'accomplir, même si vous avez oublié ce que c'était – ou plutôt, même si vous êtes identifiés à la partie en vous qui ne le sait pas. Mais il y a toujours eu la partie qui sait, vous pouvez vous identifier à celle-ci et vous rappeler de plus en plus ce qui vous a amenés ici. Vous n'êtes pas là pour vous perfectionner, vous êtes là pour Vous exprimer, vous êtes là pour exprimer votre Perfection qui a toujours été là. Pour pouvoir l'exprimer, il vous a d'abord fallu la reconnaître, et pour pouvoir la reconnaître, expérimenter autre chose que ce qui est la Perfection.

Le jeu qui a consisté à s'identifier à autre chose que votre Véritable Nature a eu un sens, mais aujourd'hui il est temps que vous cessiez de vous identifier à la partie en vous qui possède un karma, car profondément Vous n'avez aucun karma. L'Être que vous êtes n'a aucun karma puisque votre Essence est sans karma. Seule votre personnalité humaine, seules des facettes de votre Être qui sont issues du relatif possèdent ce qui est appelé un karma.

Eh bien cette énergie qui est votre Conscience Supérieure, une énergie intelligente, une énergie active, lorsque celle-ci peut enfin descendre parce que vous cessez de vous identifier à l'illusion, travaille sur toutes vos mémoires, travaille sur tous vos karmas, vient liquider tout cela. Vous y avez droit !

Que 2018 soit l'année où vous choisissiez de vous identifier à votre Conscience Supérieure. Lorsque vous vous identifiez à celle-ci, vous vous rappelez que vous n'avez aucun chemin à faire pour évoluer. Oh, bien souvent vous vous dites « Hou la la, mais moi je n'en suis pas là, je n'ai pas atteint ce stade ! » Les êtres qui ont atteint ce stade, comme vous dites, ne sont pas des êtres qui ont

atteint ce stade, ce sont des êtres qui ont cessé de s'identifier à la partie en vous qui croit devoir franchir des stades.

Le mouvement consistant à s'identifier à sa Véritable Nature ne semble pas naturel car vous vous êtes habitués à autre chose depuis si longtemps. Voilà pourquoi cela demande de votre part un certain effort, une vigilance, un choix appliqué.

Vous êtes venus pour vivre l'Illumination, vous êtes venus pour exprimer votre Vraie Nature, et si vous pensez que vous êtes venus pour autre chose, c'est que vous êtes encore identifiés à la part illusoire de votre Être. Vous n'êtes pas descendus pour accomplir quoi que ce soit, dans le sens faire des choses et en ayant ce sentiment de stress que vous avez de ne pas faire ce pour quoi vous êtes venus. Vous n'êtes pas venus pour faire des choses, vous êtes venus pour accomplir votre Illumination, et vous vous donnez pour cela un nombre de vies indéterminé, nombreuses. Si vous entendez ces paroles aujourd'hui, c'est que vous êtes prêts, que vous êtes prêtes à vous identifier à votre Vraie Nature, à quitter les impulsions qui proviennent de l'illusion. Vous n'êtes pas venus sur Terre pour accomplir quelque chose, vous n'êtes pas venus sur Terre pour aider les autres, vous n'êtes pas venus sur Terre pour réussir un examen, vous êtes venus sur Terre pour vous rappeler que vous êtes Dieu. Et s'il y a une petite voix en vous qui dit autre chose que cela, c'est que celle-ci provient d'une facette illusoire de votre Être.

Lorsque vous agissez à partir de ce point zéro, toute votre vie n'est pas « des choses » que vous pensez devoir faire mais une expression de votre Élan intérieur naturel, même si au final les choses extérieures semblent être les mêmes : trouver un partenaire, avoir des enfants, travailler, gagner de l'argent, s'acheter à manger. Tout cela peut être fait à partir d'un espace ordinaire et illusoire en vous-même, basé sur la survie, ou être fait dans un espace créatif basé sur l'Expression.

Vous êtes venus sur Terre pour vous accomplir et pour expérimenter l'Illumination. Toute autre certitude provient de l'aspect illusoire de votre Être. Ainsi vous pouvez vous détendre. Chers humains, vous pouvez vous détendre dans vos incarnations.

L'Univers ne vous demande rien, il n'y a que vous qui vous demandiez quelque chose. Vous êtes Souverains. Cette année est l'année appropriée pour choisir de vous en rappeler. Et en faisant le choix de vous en rappeler, nécessairement vous finirez par vous en rappeler. C'est mathématique.

Recevez nos bénédictions...

Chers humains de la Terre, chers enfants de la Vie, allez en paix. Allez à l'essentiel, n'attendez plus. C'est votre tour. Je suis Shinaar, et j'accompagnerai l'humanité tout au long de cette année comme tout au long des années subséquentes, ainsi que les travailleurs de Lumière qui s'ouvrent à la réidentification à votre Divinité. Vous êtes profondément aimés. Faites-vous le cadeau de l'installer en vous, en vous aimant vous-mêmes.

Que la Paix accompagne vos pas. Je suis Shinaar. Adonaï.

5<sup>ème</sup> canalisation – Le 01.02.2018 à Paris

Chers enfants de la Vie, soyez salués. Je suis Shinaar.

Voici un moment sacré, un moment où vous vous ouvrez à un espace en vous qui n'est pas habituel, qui n'est pas ordinaire. Un espace de conscience que vous pouvez ressentir non pas simplement dans votre tête mais également dans votre corps, dans

votre état d'être, dans vos sensations, dans le changement de regard interne que vous portez sur vous, sur la vie de manière globale.

Oh, chers enfants de la Source, il est temps de vous nourrir en cet instant, de vous nourrir d'une énergie fraîche, d'une énergie pétillante, d'une énergie rajeunissante. Rajeunissante pour votre esprit dans un premier temps essentiellement, car oui, les énergies vieilles, en vous, stagnantes depuis longtemps, qui remontent, se libèrent.

Voici une occasion en la période que vous vivez, en cette année et en cette phase qui s'ouvre, car 2018, n'en doutez pas, représente une nouvelle phase, non pas simplement annuelle mais qui dure longtemps. Vous avez passé un seuil énergétique important entre 2017 et 2018 et aujourd'hui il vous est possible beaucoup plus facilement de vivre de manière gracieuse et plus joyeuse que ce que vous en avez l'habitude, les libérations d'énergies très anciennes que vous n'avez pas à comprendre, dont vous n'avez pas à conscientiser l'origine forcément. Vous n'avez pas à aller fouiller, vous n'avez pas à travailler. Le travail sur vous-même voyez-vous, ou ce que vous appelez le travail sur vous-même, cela concerne votre matière, c'est-à-dire vos comportements, vos habitudes, afin que celles-ci deviennent satisfaisantes par rapport à votre souhait. Que le travail sur soi ait cette même acception noble que lorsque, comme vous dites, vous travaillez la matière, vous travaillez la terre glaise. Ceux qui travaillent la matière sont les artistes. Eh bien, que le travail sur vous-même comme vous l'appellez soit une œuvre d'artiste, et que cela soit mieux compris afin d'être mieux vécu.

Ce travail d'artiste sur vous-même ne se base pas sur le fait que vous soyez impurs ou imparfaits, cela se base sur le fait que la matière que vous décidez d'utiliser pour vous exprimer, c'est-à-dire votre corps, votre mental essentiellement – car l'Énergie de Vie que vous êtes passe par le mental humain, par le système émotionnel et par le corps physique bien sûr pour s'exprimer – ces trois outils ne

sont pas pleinement équilibrés, ce sont des outils aujourd'hui imparfaits car mal affûtés, imparfaits pour que vous puissiez vous exprimer pleinement dans votre Nature Véritable. Ce ne sont que les outils qui sont imparfaits, pas vous ! Et Shinaar le répète encore une fois, il le répètera tant qu'il le faudra, vous n'êtes pas vos outils, vous êtes un Être Pur, créé Pur et Parfait. Ne vous identifiez pas à l'être humain que vous êtes.

Bien sûr ce que vous êtes au niveau humain et ce que vous vivez sur le plan humain, que cela soit en termes de transformation ou en termes de nourriture, en termes de joie parfois, est un vécu expérientiel qui a sa place et qui n'est pas à nier. C'est un vécu, ce n'est pas vous. Ce n'est pas vous qui êtes joyeux ou tristes, car vous, profondément vous êtes la Joie Pure. On ne peut même pas dire que vous êtes joyeux, vous êtes la Joie, vous êtes l'Amour, vous êtes la Beauté, vous êtes le Pétillement, vous êtes la Créativité, vous êtes cette Intelligence non conditionnée jouissant d'elle-même et de son propre mouvement.

Oh, vous pourriez dire « Shinaar, c'est bien joli tout cela, mais ce ne sont que des mots, c'est abstrait. » Oui, chers humains, c'est abstrait et cela le sera tant que vous ne ferez pas l'effort, tant que vous n'investirez pas votre pouvoir personnel, votre volonté vers le fait que ces notions ne soient plus abstraites mais qu'elles soient ressenties, éprouvées. Nous ne pouvons faire autrement que de répéter toujours et inlassablement les mêmes choses jusqu'à ce que vous les ayez éprouvées, validées par votre vécu. Et nous ne pouvons pas vous pousser vers l'expérience à votre place.

La Lumière est là, elle grandit sur Terre, elle est beaucoup plus disponible et surtout, surtout depuis cette année, depuis quelques semaines les Plans Supérieurs, les Plans Subtils appropriés, représentant la caresse du Divin – qui oui, pour l'instant caresse votre monde afin de ne pas le bousculer trop fortement – mais il fait plus que le caresser, un enracinement a eu lieu. Quelque chose s'est



enraciné dans le sol de Gaïa. La place, pourrait-on dire, des Plans Supérieurs n'est plus la même par rapport à vous.

Le vécu du Plan Divin et le vécu de la Conscience Supérieure passent par des sensations dans le corps, des sensations de Grâce majoritairement, des fleurs d'énergie qui courent dans votre corps, qui courent dans vos jambes, dans votre buste, dans vos bras, dans vos mains, dans votre bassin, dans votre gorge, dans votre sexe, dans tous ces endroits de votre corps qui sont sacrés tous autant les uns que les autres.

Cette Grâce corporelle, dont vous vous souvenez en filigrane, que vous recherchez par de multiples moyens différents, par la drogue, par l'alcool, par le sexe, par la frénésie, par le sport extrême ; cette Grâce intérieure qui, une fois qu'elle est installée de manière autonome, rend le sexe tout à fait différent et avec une autre saveur, rend la jouissance de la nourriture tout à fait différente, rend l'effort physique nouveau, amenant un plaisir autre ; cette Grâce, si intense, si présente, si prégnante que des Maîtres spirituels, des êtres illuminés ont déjà su montrer tout simplement que la drogue n'a plus aucun intérêt. De multiples Maîtres ont déjà montré à leurs disciples que lorsqu'ils prenaient des produits servant à modifier la conscience, il était possible d'en prendre en grande quantité sans que cela ne nuise au corps et sans que cela ne fasse aucun effet, car la conscience est déjà investie par la Grâce.

Oh oui, chers enfants de Lumière, ce que vous espérez profondément, ce que vous souhaitez profondément, c'est vivre la Grâce Divine. Et pour cela il vous faut bien accepter son aspect matériel. Oui, son aspect matériel, son aspect corporel, ces ondes de plaisir qui se diffusent en vous, qui amènent une ivresse dans votre esprit, une ivresse qui fait peur dans un premier temps bien souvent, amenant un sentiment de grain de folie, une sensation mentale où les structures conditionnées sautent, où le connu saute, où les repères habituels sautent, pour s'ouvrir à la légèreté de la

pensée, au mouvement gracieux et expansif du sentiment, à la légèreté du corps, une légèreté qui n'empêche pas l'ancrage, loin s'en faut, une légèreté qui est associée au fait d'habiter votre corps, de vous sentir pleinement dans vos pieds, de vous sentir dans votre bassin et de vous sentir connectés à votre énergie sexuelle, car il n'y a point de Grâce Divine vécue dans le corps sans le sentiment et la sensation de cette merveilleuse énergie sexuelle qui circule en vous, qui ne s'exprimera pas forcément par la sexualité mais que vous reconnaîtrez pleinement comme étant l'énergie sexuelle.

La vibration de Shinaar, et mon partenaire de parole peut en témoigner, loin de vous amener à vous éthériser, vous pousse à rentrer dans vos cellules et vous pousse à accueillir votre corps pleinement et sa magie, vous pousse à réinvestir votre ventre pleinement et tout le pouvoir qui s'y trouve.

Mais cette Grâce, cette Grâce qui semble tomber du Ciel et qui ne tombe absolument pas du Ciel, cette énergie de la Grâce est une énergie à laquelle vous vous syntonisez. C'est une fréquence vibratoire, et il vous est aujourd'hui beaucoup plus facile de le faire qu'avant. Bien sûr la Grâce Divine n'est pas neutre, la Lumière Divine n'est pas neutre, elle amène des transformations en vous, elle amène un grand éclaircissement et elle vous pousse à être fidèles au Regard du Divin, car la Grâce est accompagnée du Regard Divin, le Regard Divin est celui qui accepte, celui qui accueille qui vous êtes pleinement.

Accueillez-vous, chers enfants de la Vie. Cessez de rejeter quelque partie de votre être que ce soit car la lutte en vous est ce qui cause la souffrance, la difficulté. Ce n'est pas votre ego en soi, ce sont les mécanismes de lutte qui s'y trouvent. Ce ne sont pas les imperfections qu'il y a au niveau de l'ego, l'ego est imparfait, il n'a pas été créé pour être parfait, il a été créé pour être évolutif, il a été créé pour permettre le mouvement.

L'imperfection présente dans votre personnalité humaine, dans votre ego n'est pas la cause de vos souffrances, c'est la lutte. Et essentiellement lorsque vous vous identifiez à votre ego et que vous vous pensez imparfaits, et que vous rentrez dans ce mouvement cherchant à vous perfectionner donc à lutter contre l'imperfection, à la considérer comme n'ayant pas sa place, n'étant pas bonne. Comme vous vous confondez avec celle-ci, vous ne vous sentez pas bien, vous ne vous sentez pas bons et aboutis, vous faites un effort pour vous changer, vous installez la lutte en vous. La lutte présente dans votre mental, actée dans votre vie de tous les jours amène des sensations désagréables dans votre corps, amène des sensations de fragmentation dans votre psyché et dans votre corps car ces deux aspects sont totalement liés.

L'énergie aujourd'hui est très forte car vous êtes dans une fenêtre énergétique très particulière. Vous êtes encore dans les énergies de cette pleine lune, si puissante et en même temps si transformatrice, car cette pleine lune représente la Lumière qui descend et qui vous dit « Je suis là, je suis pétillante et tu peux me contacter dans cette pétillance. » Oui, la Lumière bien sûr peut sembler parfois difficile, bouleversante, bousculante, mais voyez-vous le bousculement est le propre de l'évolution.

Nombre d'entre vous ont déjà eu cette pensée, cette image : le jour où vous serez arrivés, le jour où enfin tout sera parfait en vous, alors vous pourrez connaître la paix et vous reposer sur une chaise longue en goûtant à la béatitude. Cette image figée qu'il y a dans la tête veut dire absence d'évolution et absence de vie. Vous êtes dans le mouvement, il vous faut accepter cela. Une partie de vous n'a pas accepté d'être dans le mouvement car vous vous êtes identifiés à la part de votre être qui est dans le mouvement, qui part donc d'un point A à un point B, qui est, comme vous diriez, imparfaite, mais c'est là encore une notion tout à fait humaine issue de votre mental

qui compare une chose par rapport à une référence, à un étalon ou à un aboutissement qui n'existe que dans votre esprit.

Oui, l'énergie est puissante et c'est une grande purification qui se fait en cet instant. La Grâce.

Des sensations, des émotions, des sentiments de Grâce, ceux qui ont semblé être réservés aux mystiques, aux yogis depuis si longtemps et qui aujourd'hui sont accessibles, vous sont accessibles, à vous, qui vivez dans une grande ville, à vous qui fréquentez tout un chacun tous les jours, à vous qui n'êtes pas dans un temple mais qui habitez le seul temple qui soit nécessaire pour vivre cette Grâce, de la manière dont vous pouvez la vivre, votre corps. Vous avez accès à présent aux sensations, aux sentiments mystiques qui ont semblé n'être réservés qu'à quelques-uns au cours des siècles.

Et si vous cessiez de vouloir quoi que ce soit d'autre ? Et si votre volonté personnelle s'engageait profondément non pas dans la réussite de votre vie extérieure, non pas dans le fait d'arriver à accomplir ceci ou cela, non pas d'arriver à ressembler à l'être qui vous semble idéal, si plutôt votre intention profonde était de vous spiritualiser ? De vous spiritualiser dans la matière, de spiritualiser votre corps, de diviniser vos cellules... Le reste suit. Vos comportements et l'amélioration de ceux-ci suivent facilement à partir du moment où vous, vous êtes présents à vous-même, impliqués bien sûr dans votre propre processus. Mais impliqués tendrement, impliqués avec bienveillance, impliqués avec indulgence et en même temps avec un dynamisme, une fermeté et un engagement véritables, mais néanmoins une implication tendre.

Cette lune apporte une ouverture dans vos corps. Il y a en vous des portes, il y a en vous des soleils et des astres, qui sont en concordance avec le macrocosme et avec les astres autour de votre planète, comme plus loin. Et lorsqu'il y a ce genre d'événement

astronomique et astrologique, sachez que cela influe fortement et magnétiquement en vous.

Alors oui, une porte s'est ouverte. L'énergie de ce soir favorise l'ouverture et le maintien de cette ouverture en vous. Il est possible de contacter la Grâce en dehors de moments comme celui-ci, en dehors de moments où vous êtes en présence d'un Être Lumière à un moment donné, canalisé. Il vous est possible de vivre chaque jour – non pas toute la journée, pas encore – des sensations divines, des moments de Grâce Divine, le sentiment de ne pas être seul, le sentiment d'être touché, d'être caressé, d'être accompagné. N'attendez pas.

Oubliez ce que vous pensez devoir accomplir, car même si vous accomplissez ce que vous pensez devoir accomplir et même si cet accomplissement est inscrit sur votre feuille de route, si à la fin de votre vie vous n'avez pas réussi à contacter ce Sentiment Divin d'être un Être Divin et d'être au Paradis, là, dans votre corps, sur Terre – cela n'a rien à voir avec le monde extérieur, vous êtes au Paradis car vous ne pouvez être ailleurs – si vous n'avez pas réussi à contacter cela, une fois que vous aurez quitté votre corps vous reviendrez, pour une simple raison : non pas pour régler votre karma, ce qui est une vision extrêmement dualiste et linéaire également de voir les choses, vous reviendrez sur Terre jusqu'à ce que vous contactiez la Joie Pure, que vous la mainteniez tout en étant ici.

Vous cherchez à exprimer votre Âme, qui cherche à exprimer pleinement son Amour et son Bonheur, sa Joie de vivre, son Pétitement et sa Créativité, là. Vous venez sur Terre pour être pleinement heureux, et vous reviendrez, et vous reviendrez encore tant que vous n'avez pas accompli cela. Et vous le savez aujourd'hui, être heureux profondément et durablement n'est pas associé à quelque accomplissement que ce soit. Vous accomplir dans un domaine, arriver à manifester quelque chose que vous espérez

depuis longtemps, bien sûr cela procure de la joie, du contentement. Vous vous sentez bien lorsque cela arrive. Mais vous vous apercevez que cela vous est déjà arrivé dans votre vie et cela n'a pas pour autant entraîné la durabilité, la stabilité de ce bien-être. C'est que cela est associé à autre chose. C'est un état d'être intérieur autonome qui se passe entre vous et vous-même et qui n'a rien à voir avec l'extérieur.

La Joie Pure. Non seulement ce sentiment vous est accessible, mais à présent il est temps de cesser de vous trouver des raisons ou de croire de quelque manière que ce soit, que cela ne vous est pas réservé. Il est temps d'investir votre pouvoir personnel sur cette intention : contacter la Joie Pure, l'enraciner, œuvrer avec maîtrise pour revenir à cet espace intérieur, y revenir et y revenir encore. Oui, cela demande de la maîtrise, cela demande de la vigilance et cela demande un investissement de votre pouvoir personnel. Si la Grâce Divine existe déjà, cela requiert de votre part une volonté.

C'est bien sur l'aspect volonté et sur l'aspect du pouvoir personnel que cette transmission porte, cette puissance de volonté qui se situe dans votre ventre et dans votre plexus, et cette intention, cette vigilance qui consiste à revenir à votre corps, revenir à l'instant présent, revenir à votre respiration et à ce maintenant, seul moment et seul espace permettant la dilatation de vos cellules et le contact d'un sentiment et d'une sensation autre. Cette sensation corporelle, ce sentiment autre amènent une vision autre, maintiennent, renforcent une vision neuve et non dualiste de la vie, et cette vision neuve et non dualiste favorise bien sûr le maintien de cette Joie et permet à la joie périphérique, à la joie humaine, celle qui n'est pas pérenne, pourtant de se stabiliser. La joie extérieure, elle, peut fluctuer. Cette joie extérieure peut même se transformer parfois en une émotion moins agréable, en tristesse, en nostalgie ou quelle que soit l'émotion, mais vous pouvez très bien vivre une émotion de tristesse tout en étant connectés à la Joie Pure.

Vous pouvez très bien être dans ces deux endroits différents et savoir donc que la part de vous qui éprouve la tristesse, c'est la personnalité humaine, c'est ce que vous n'êtes pas. Vous faites l'expérience de la tristesse, mais vous n'êtes pas cela. Vous, vous êtes l'Être joyeux éternellement qui fait l'expérience de la tristesse.

« Shinaar, est-il possible de vivre la tristesse et la joie tout à la fois ? » Oui dans ce contexte, car ici joie et tristesse ne sont pas deux émotions antagonistes et opposées, vous avez dans ce contexte une émotion, la tristesse, et un Sentiment profond qui n'est pas une émotion, un Sentiment profond qui est la Joie, qui est l'Enthousiasme, même de vivre l'émotion que vous vivez sur l'instant, le plaisir de vivre le sentiment ou l'émotion que vous vivez sur l'instant même si ce n'est pas ce qu'il y a de plus optimal, car c'est la Vie.

Dès que vous fuyez vos états d'être, dès que vous fuyez vos émotions, dès que vous fuyez votre humanité, dès que vous fuyez votre douleur, vous n'êtes plus dans la Vie. Il est possible de contacter votre douleur tout en étant dans la joie. En réalité il n'y a que lorsque vous vous engagez dans votre vie, lorsque vous cessez de la fuir que vous pouvez contacter cette Joie profonde, cette Sérénité profonde, qui est comme l'œil du cyclone. Quelle que soit la force des vents autour, le centre est toujours serein. Lorsque vous contactez ce centre, cela ne veut pas dire qu'il n'y a plus de tempête, cela veut dire que vous êtes l'Être calme observant, expérimentant et faisant avec la tempête qui souffle, et pouvant de manière intuitive et intelligente, au mieux, vivre cette tempête, voire accompagner ce mouvement et jouir du vent qui souffle plutôt que de résister à celui-ci.

L'enthousiasme du vécu, un enthousiasme profond, n'a rien à voir avec le masochisme, même lorsque ce que vous contactez est de la douleur. Bien sûr l'attrance de la douleur n'appartient pas au Soi. Cependant le Soi prend plaisir à l'expérience de la douleur

comme à n'importe quelle autre expérience. Vous ne prendrez jamais autant plaisir à la douleur qu'à la joie et au fait de recevoir de l'amour, cependant l'enthousiasme du vécu, un Enthousiasme là, en filigrane, profond, naturel, qui peut paraître aux yeux du mental, insensé, irrationnel, mais qui est là, cet Enthousiasme allège beaucoup l'expérience de vos difficultés. Cet Enthousiasme gomme la souffrance. Il ne gomme pas la douleur, cela ne gomme pas les vécus, l'expérience de la dualité, cela enlève la souffrance. Il est possible de vivre la dualité sans souffrance, il est possible de vivre la douleur sans souffrance, il est possible de vivre la tristesse, de vivre la difficulté sans souffrance. Pour cela il vous faut cesser de lutter, cesser de lutter contre le mouvement, et cesser de lutter contre le Mouvement de Vie.

Il y a un mouvement interne, il vous invite et vous propulse aujourd'hui à des strates de conscience supérieures, et il y a le mouvement externe qui est à accueillir, à accepter simplement. Ne perdez pas de temps, ne gâchez pas votre énergie à redire quoi que ce soit sur le monde, ne gâchez pas votre énergie à juger, vous ou les autres ou ce qui se passe, ne gâchez pas votre énergie à nourrir la peur et le drame, ne gâchez pas votre énergie à vous inquiéter : « Hou, je m'inquiète, c'est l'hiver et il fait trop chaud. Je m'inquiète car il y a trop d'eau. Je m'inquiète car il se passe des choses dans le monde. »

Et si vous faisiez preuve de cette maîtrise qui consiste à choisir de ne pas vous inquiéter ? Faites autre chose ! Faites autre chose, n'importe quoi mais faites autre chose que de nourrir cela. Vous vous sentez exister lorsque vous vous inquiétez. Et si vous osiez à présent sortir de vos repères identitaires, pour aller contacter autre chose que ce que vous savez profondément être inutile pour vous et inutile pour le monde ?

Vous savez bien que le monde est fait de ce que vous générez. Lorsque vous générez de l'inquiétude, vous nourrissez le monde



d'inquiétude. Point final. Quoi que vous pensiez, quelles que soient vos réflexions, quelle que soit l'intelligence – et peut-être que celle-ci est géniale, sur l'instant, votre mental est doté d'une intelligence géniale – si tout cela est au service de l'inquiétude c'est parfaitement inutile.

Shinaar ne s'est jamais incarné mais connaît parfaitement et profondément la psychologie humaine, car mon énergie est présente chez chacun et chacune d'entre vous. Je suis une corde qui vibre dans vos atomes. Et cette corde, en cet instant, vibre plus fortement. Je vais faire silence, pour laisser à cette corde intérieure d'être ressentie, d'être accueillie. Une corde qui est un état d'être. Oubliez le nom Shinaar et oubliez bien sûr la représentation mentale que vous pouvez faire de moi, je ne suis pas quelqu'un. Je suis une de ces cordes profondes et primordiales présentes dans vos cellules, qui peut aujourd'hui se remettre à vibrer car vous êtes prêts à cela, et vous vous y ouvrez. Cette corde vibre à présent en vous. Jouissez de cette présence en vous...

Laissez l'énergie de l'absence de lutte grandir, croître en cet instant en vous, se diffuser dans tout votre être...

C'est avant tout dans cette installation sereine, tendre, accueillante à l'intérieur de vous que vous pouvez avoir accès à une vibration vous faisant oublier l'être dual que vous êtes, vous faisant vous distancer, vous détacher comme étant quelque chose qui n'est que périphérique, vous détacher de vos mémoires passées, de vos karmas, de ce que vous avez fait de mal ou de bien dans des vies passées. Il est temps de vous désidentifier de tout cela.

Le plus grand service que vous puissiez rendre au monde, c'est contacter cet espace intérieur de Joie. Et si, envers et contre tout vous faisiez ce choix-là ? Quel que soit ce que disent les autres, quelles que soient les circonstances extérieures, quelles que soient les situations dans lesquelles vous vous trouvez en l'instant, ou quel

que soit ce que dit votre ego ou vos voix intérieures. Dites simplement « Je m'en fiche ! Vous pouvez faire tout ce que vous voulez, moi je m'occupe à présent de vivre la Grâce, rien d'autre. » Cela ne signifie pas quitter le monde, vous l'avez bien compris. Cela ne signifie pas quitter la vie car c'est justement en accueillant pleinement le Mouvement de Vie que cette Grâce peut s'installer fortement. C'est que vous vous détachez, vous ne nourrissez plus, vous n'êtes plus disponibles pour les jeux, internes ou externes, qui sont illusoire, dualistes, non essentiels. Vous êtes des Êtres Souverains, cela vous l'entendez depuis déjà longtemps.

Oh, comme il est doux en cet instant de vous voir descendre un peu plus dans votre ventre...

Votre pouvoir personnel est indispensable pour enraciner l'Amour. Vous venez de l'Amour, vous êtes venus l'enraciner dans votre corps, vous êtes venus diviniser vos cellules, et votre corps n'est pas de la simple matière, bien sûr. L'intérêt n'est pas simplement de diviniser des atomes, il y a des réalités bien plus complexes et bien plus vastes derrière. Pour cela, il vous faut vous servir de votre volonté.

Eh bien le moment est propice, la fenêtre qui s'ouvre, là, durant quelques semaines est propice pour l'utilisation de votre volonté dans la direction, dans l'intention de l'expérience de la Grâce.

Débarrassez-vous d'une idée définitivement, rien ne tombe du Ciel. L'illumination est le produit d'une volonté personnelle, d'un engagement, d'un effort si vous voulez. C'est l'effort naturel associé au Mouvement de Vie. La Grâce Divine, lorsqu'on la vit, semble tomber du Ciel car elle semble être merveilleuse, là, couler comme une rivière, comme si vous étiez inondés par le haut, par une cascade. Cela ne veut pas dire qu'elle tombe du Ciel véritablement. C'est une image. C'est simplement vous, par votre intention, qui

avez ouvert la porte. Et ouvrir cette porte consiste en réalité à cesser de la fermer.

Cette porte, vous la fermez à chaque fois que vous vous identifiez à ce que vous n'êtes pas, chaque fois que vous ne prenez pas le temps de faire une pause et de faire un pas de recul, et que vous vous investissez dans des pensées dualistes inutiles, dans des scénarios habituels que vous connaissez très bien, dans des habitudes qui ne vous servent pas, dans le fait de vous adonner à des dépendances, quel qu'en soit leur type. Les dépendances signifient, lorsque vous vous laissez aller à une dépendance, que vous vous départissez de votre souveraineté et que vous vous identifiez à un être impuissant : « Je ne peux pas m'empêcher de ». Comment cela, chers humains ? Il a été placé en vous la volonté, la force, la puissance, un pouvoir incroyable, et dans votre illusion vous êtes capables de dire « Je ne peux pas m'empêcher de ». Bien sûr ici l'astuce en réalité n'est pas de vous empêcher de, mais de faire autre chose. Ce n'est pas de lutter contre le geste qui vous pousse à faire cette chose habituelle qui n'honore pas qui vous êtes, c'est de choisir de faire autre chose. Ne luttez pas.

La maîtrise n'est pas quelque chose de si difficile. Lorsque vous êtes engagés dans votre propre processus, il y a en effet certains automatismes, certaines forces en vous qu'il n'est pas temps de dépasser sur l'instant. Mais il y a un processus magique et en même temps tout à fait rationnel et logique, une logique associée à l'Amour : vous êtes conçus pour pouvoir rester en joie lorsque vous ne dépassez pas ce qui n'est pas le plus approprié de dépasser sur l'instant. Vous ne pouvez vous départir de toutes vos habitudes, toutes vos dépendances ou toutes vos pensées d'un coup. Cela serait violent par rapport à vous-même et signifierait la lutte. Non, l'installation en vous signifie le respect. L'Amour signifie la Sagesse et l'Intelligence de savoir que tout a un rythme, que les différentes parties en vous n'ont pas le même rythme, qu'il y a certaines étapes,

et qu'il y a donc certaines choses qui sont, sur un moment donné, compatibles avec le fait d'être en lien avec l'espace de Joie ; et il y a d'autres moments où le choix vous est donné : soit vous choisissez l'espace de Joie, soit vous choisissez l'identification et le comportement qui vous réduit. Il y a des moments où dans certains domaines vous ne pouvez vivre les deux à la fois, car c'est le moment de faire le choix.

Eh bien dans les semaines qui suivent, vous verrez des moments comme celui-ci, des moments où vous vous direz « Là, c'est le moment de faire le choix, je ne peux pas faire en sorte de composer les deux. » Toujours avec tendresse, avec respect. Mais également avec force, car la Lumière représente une force, l'Amour représente une force, et la Volonté représente une force. La force, elle est présente dans votre ventre, et c'est une énergie de Force qui vous rend visite, vous poussant à honorer un Sentiment, à respecter un Sentiment, à être fidèles à un Sentiment. À être fidèles en actes, à être fidèles en disposition d'esprit, à être fidèles en pensée, à être fidèles en choix qui sont faits concrètement, fidèles à un Sentiment, celui de l'Amour, celui de l'accueil de Vous-même, celui du Sacré.

À présent, respirez consciemment dans votre ventre, où votre ventre se gonfle à l'inspire et se dégonfle à l'expire. Respirez consciemment, pendant un moment où je vais faire silence, et à l'expire percevez qu'une énergie va dans votre ventre. Nous sommes là. Nous vous accompagnons et nous agissons d'une manière particulière. Vous, là en cet instant, votre tâche consiste à être présents en vous-mêmes et à respirer consciemment avec le ventre. Que votre ventre se gonfle à l'inspire, qu'il se dégonfle à l'expire... Redressez-vous, redressez votre buste, ne contrôlez pas votre respiration, ne contrôlez pas le rythme, simplement soyez avec votre ventre...

Dans les jours qui suivent, vous êtes invités à prendre un moment chaque jour, quelques minutes, à respirer consciemment dans votre ventre, à le sentir se remplir d'énergie, se remplir de pouvoir, afin de donner une assise à votre Amour et à votre Intention : celle de contacter la Joie Pure. N'en doutez pas, elle est accessible. N'attendez pas ! Elle n'est pas réservée à d'autres qui seraient extrêmement évolués. Elle est réservée aujourd'hui à tout être qui dirige son intention, sa pensée, son sentiment vers cela.

Alors, vous vous apercevrez très vite que la communion avec la Vie est quelque chose de naturel. La Communion. Une disposition intérieure sacrée. Une manière d'être en présence avec la Vie, une manière d'être en présence avec ce qui vous entoure sur l'instant, une manière d'être en présence avec l'Invisible également. Dans cet état, l'ennui n'est pas possible. Les désirs illusoires non essentiels vont au second plan, laissant la place à l'émergence de désirs plus essentiels, plus authentiques, des désirs associés à l'Âme. Des désirs qui sont associés à l'Élan de la Force de Vie qui cherche à s'exprimer.

Souhaitez-vous profondément une impulsion neuve en vous ? Car recevoir une impulsion neuve, c'est ensuite lui donner de la place, c'est accepter de suivre ce mouvement qui vous mène vous ne savez pas où, dans un temps vous ne savez pas non plus lequel. Cela consiste à dire Oui à ce mouvement, quelles qu'en soient les conséquences. Sachant que dans ce mouvement, la seule chose que vous pouvez perdre c'est ce qui n'est pas essentiel, c'est ce qui n'est pas Vous. La seule chose que vous pouvez perdre ce sont vos béquilles inutiles, et toute béquille encore utile, ne vous inquiétez pas, ne sera jamais balayée par la Lumière de force car vous êtes respectés. Le mouvement évolutif est respecté. L'élan de Vie respecte ce qui est car tout ce qui est, est sacré. Une béquille est sacrée. Lorsqu'elle n'est plus utile elle est tout simplement enlevée.

Quitter le train-train du continuum humain ordinaire, quitter la psyché collective humaine, voilà ce qui vous est difficile. Pourtant, c'est ce que vous recherchez profondément. Vous vous êtes rebellés par rapport à ce conditionnement. Lorsque vous étiez jeunes, lorsque vous étiez adolescents, plein de choses ne vous semblaient pas normales. Avec vos structures de l'époque vous pouviez dire que vous étiez contre ceci, contre le système, contre l'oppression. En réalité vous perceviez simplement et vous viviez déjà le conflit entre ce qui vous était présenté et ce que vous savez profondément, votre structure profonde, votre regard véritable, votre logique authentique qui n'est pas la logique humaine du mental. Cela n'est pas perdu. À présent vous êtes adultes, ne gaspillez pas votre temps et votre énergie à vous rebeller, mais investissez cela au fait de retrouver ce qui est si authentique et qui a été masqué.

La vibration qui vous vient en cet instant est celle du Supra Mental, une Onde de Vie qui n'a rien à voir avec l'onde de Vie qui a circulé et qui circule sur Terre depuis si longtemps.

Vous êtes aimés. Vous êtes des Êtres Source, vous êtes aimés de la Source, vous êtes la Source aimante, cherchant à aimer la création à l'intérieur même de celle-ci. Soyez honorés. Nous sommes si nombreux en cet instant à vous entourer. Une famille, mais plus qu'une famille, une extension de Vous-même.

Vous êtes tout à la fois des êtres humains avec un corps, vous êtes en même temps des Soleils. Dans chacune de vos cellules, dans chacun de vos atomes il y a un soleil. Il y a également des Soleils dans l'Univers, tout un tas. Et tout cela est une seule et même réalité. C'est simplement la Conscience qui se positionne différemment pour voir les choses à partir d'angles de vue différents. Ô combien vous êtes sacrés et nobles !

Détendez-vous, relaxez-vous en vous chaque jour et prenez le temps de vous rappeler que vous êtes la Grâce, et que vous êtes

venus pour en faire l'expérience, et que cela vous est possible, ici, et maintenant.

Concrètement sur l'instant, lorsque vous l'appellez, ne la forcez pas à venir, elle n'arrivera jamais de cette manière. Ne vous forcez pas à être dans un état d'être gracieux, n'essayez pas d'atteindre un état car la Grâce ne s'atteint pas. Vous n'atteignez pas l'état de Grâce, vous le laissez fleurir en vous.

Alors oui, vous pouvez, chaque jour et à voix haute, car votre verbe est puissant, dire : « À présent j'appelle la Grâce en moi, je choisis de faire l'expérience de la Grâce. Que cette journée le permette ou soit un pas de plus vers cette expérience. Je choisis que cette expérience s'enracine durablement, et je choisis d'œuvrer à partir de la Grâce. Telle est mon intention. » Ensuite le meilleur sera, dans ce sens. N'attendez rien de spécial, et surtout ne vous dites pas « Aujourd'hui je veux atteindre la Grâce, tel est mon défi ! » pour être déçus à la fin de la journée et vous sentir nuls de ne pas y être arrivés. Atteindre la Grâce n'est pas un défi, c'est un lâcher prise.

La Logique de l'Amour descend à présent. Elle est associée au Supra Mental, cela est une seule et même énergie, et pénètre votre réalité. Accueillez. Respirez avec le ventre tout en recevant cette énergie.....

Shinaar vous remercie infiniment. Respirez dans votre ventre chaque jour, consciemment, en prenant soin de gonfler le ventre à l'inspire et que celui-ci se dégonfle à l'expire. Cela a l'air d'être un exercice tout simple, mais vous verrez que vous rencontrerez peut-être des résistances, une envie tout à coup de vous lever et d'être ailleurs, de faire autre chose, le réflexe de partir dans vos pensées, de ne pas être présents. Cela a des raisons d'être.

Si tout à coup il y a une impatience et que vous avez envie de vous lever de votre chaise pour faire n'importe quoi d'autre, c'est

que c'est le moment de rester sur votre chaise et de persévérer. Car cela veut dire que vous êtes en train d'investir et d'habiter une zone de votre être qui est inconfortable et qui, par votre simple présence, deviendra moelleuse et accueillante. La peur de prendre votre pouvoir en main ne peut qu'apparaître à certains moments, lorsque vous respirez dans votre ventre, reprenant contact avec celui-ci. Votre Lumière vous fait peur. Et la douleur également vous fait peur car vous avez l'habitude de la vivre avec souffrance.

Lorsque vous respirez de cette manière, c'est l'énergie de Vie, c'est l'énergie de Grâce qui descend, s'enracinant profondément. Vous pouvez le faire même vingt, trente minutes, mais qu'il n'y ait derrière aucunement, dans votre intention, quoi que ce soit qui soit associé à la course, au fait d'en faire le plus possible, au fait de mettre le plus de Lumière possible, car ce n'est pas cela, non, c'est une détente et un lâcher prise. Il y a un moment où le corps en a assez. Dans ces moments-là, il le dit : « Ne respire pas plus de cette manière. » Il vous le dira d'une manière très claire et cela n'aura rien à voir avec une impatience vous poussant à quitter votre chaise, à quitter votre centre, à quitter votre choix.

Oui, retrouver votre maîtrise et la Grâce ne peut que passer la respiration et le choix de prendre contact avec le corps et d'en faire une activité, même si elle n'est pas longue, chaque jour.

Lorsque vous respirez avec votre ventre, lorsque vous vous mettez à habiter votre ventre, que se passe-t-il au niveau du mental ? Il se calme, il ne peut que se calmer lorsqu'il y a une racine qui le stabilise. Votre mental est dispersé car il manque de racine en bas. Lorsque vous êtes en bas, lorsque consciemment vous allez dans votre ventre par la respiration, alors une connexion se fait entre votre mental et votre instinct, et cela stabilise fortement le mental et le sécurise également.



Le mouvement lumineux présent en ce moment est grandement favorisé dans son intégration par cette respiration du ventre. Accompagnez le mouvement général, rendez-le plus gracieux, plus fluide pour vous. C'est une pratique simple et très puissante.

Et vous verrez très vite, lorsque vous persévérez, que le Sentiment, un Sentiment va apparaître. Car lorsque le mental se calme et se stabilise, le Sentiment commence à fleurir et à prendre de l'importance. Vous vous détournez de ce qui est périphérique, alors forcément ce qui est plus profond apparaît à votre conscience, de soi-même, vous poussant à vous apercevoir que vous êtes autre chose que l'identité que vous avez crue de vous-mêmes depuis si longtemps. Vous pourrez appréhender un sentiment identitaire autre, et dans la simplicité.

Beaucoup a été fait. L'équipe de Lumière de Shinaar, le Collectif Shinaar a beaucoup œuvré. Ainsi, si demain matin vous ressentez une fatigue cela est tout à fait normal. Demain matin, lorsque vous vous réveillerez, remerciez vos cellules, prenez contact avec votre corps doucement et plaisamment. Car prendre un contact tangible avec ce monde par votre corps, en caressant votre corps, en observant votre corps, en aimant votre corps, c'est prendre contact avec la Vie. Et derrière cela c'est prendre contact avec la Source, avec la Terre, avec le passé et avec le futur. C'est prendre contact avec les potentiels, c'est également poser une caresse sur tout le parcours qui a été vécu jusque-là.

Les pratiques de transformation les plus puissantes sont aussi les plus simples. Elles font simplement appel au sentiment, au pouvoir personnel, à l'intention, à l'investissement.

Que la Grâce Divine vous accompagne.

Je suis Shinaar, honoré d'accompagner l'humanité en cet instant. Je sais Qui vous êtes et vous savez Qui je suis. Que l'Amour fleurisse en vous.

Allez en paix. Adonai.

## 6<sup>ème</sup> canalisation – Le 15.03.2018 à Paris

Chers enfants de la Vie, soyez salués.

Voici un moment sacré, un moment où les énergies peuvent circuler, peuvent se rencontrer, où des mondes en apparence séparés peuvent communiquer. Que l'Amour vous inonde. Que l'Amour coule en chacun et chacune d'entre vous en cet instant, selon votre libre arbitre. Car oui, vous ne recevrez que la dose d'Amour que vous consentez à recevoir, à partir de votre libre arbitre. Vous êtes tellement aimés !

Depuis si longtemps vous vous vivez en tant qu'êtres séparés du reste, et votre monde, cette sphère de Vie dans votre dimension s'est vécue séparée du reste. Il y eut quelques êtres tout au long de l'existence ayant eu un point de connexion puissant avec les Mondes Supérieurs. Ces êtres, vous les appelez les Maîtres. Leur présence en effet permettait que la zone grise séparant votre monde des autres mondes disparaisse temporairement. Il y a également des êtres qui de tous temps, et durant quelques années, ont transporté leur point de connexion. Ce sont les enfants. Ce sont avant tout les bébés, puis ensuite les enfants, puis plus rarement les grands enfants, encore plus rarement les adolescents, et véritablement rarement les êtres ayant atteint l'âge adulte. C'est en tout cas ce qui s'est observé pendant très longtemps, une difficulté de circulation

de l'information, du sentiment, de l'énergie, de l'amour, de la bienveillance, de la mutuelle reconnaissance entre vous et les autres mondes, entre vous et la Conscience Divine.

Oh, me répondez-vous, mais il n'y a qu'une seule Conscience, la Conscience Divine ! Cela est parfaitement exact. L'illusion de la conscience non divine, c'est lorsque la conscience se vit en tant qu'être séparée de sa propre Hauteur, de sa propre Finesse, de sa propre Délicatesse.

Eh bien voici un moment sacré, un moment où l'Esprit Divin vient à la rencontre de l'esprit humain, un moment où l'esprit humain fait un grand appel et dit Oui à l'Esprit Divin pour entrer en relation, pour rentrer en circulation. Un moment donc où votre propre conscience de vous-même peut s'affiner et s'apercevoir qu'elle n'a toujours été que la Conscience Divine.

Voici un moment sacré où vous vous êtes assis ensemble et où vous avez décidé qu'une grande trouée soit présente dans cette zone grise, afin que des Énergies absolument Pures, Lumineuses, sans tache puissent vous atteindre et puissent atteindre ce plan de Vie. Ces Énergies présentes qui invitent à un état d'être, un état d'être qui peut se contacter grâce à un lâcher prise. Vous êtes dans les bras du Divin...

Et si ce qui a semblé être réservé pendant longtemps à de grands mystiques vous était aujourd'hui beaucoup plus accessible ? Moyennant une intention bien sûr, l'intention d'expérimenter. Non pas des choses extraordinaires, ne cherchez pas cela, ne cherchez pas à expérimenter spécialement de grandes ouvertures de sens, ne cherchez pas à voir des images, ne cherchez pas spécialement à nous entendre Nous, de notre côté du voile, cherchez bien plutôt à expérimenter le sentiment de Joie Pure, d'intense Joie d'être en vie, une Joie qui peut à certains moments se transformer en extase ; le fait de vivre des moments de Communion avec Dieu, comme l'ont

apparemment fait les saints, comme sainte Thérèse de Lisieux ou d'autres – de simples êtres humains car n'en doutez pas, il n'y a pas besoin d'être un être extraordinaire, en réalité il n'y a pas d'être extraordinaire, tous les êtres humains ont le droit à l'expérience du Divin, à l'expérience de se sentir aimés, de se sentir l'Amour, de se sentir pénétrés par une Bienveillance Infinie, par un Esprit qui semble d'une Vastitude, d'une Grandeur incommensurables ; une sensation face à laquelle vous pouvez vous sentir tout petits, ce qui est sain car c'est ce que vous êtes, et en même temps avoir le sentiment que vous êtes cette Grandeur et cette Vastitude, ce qui est vrai tout à la fois.

Lors de ces moments de Communion, ces moments où vous-mêmes soulevez un peu plus le voile présent sur votre conscience, durant ces moments de nombreux Êtres sont là, les Êtres qui sont la Famille. Oh, chers enfants de la Source, nous sommes en famille. Cette fréquence qui vous rend visite là parle d'Unité, parle de sécurité profonde. Une sécurité émotionnelle, une sécurité psychique, une énergie qui vous dit « Tu as profondément le droit de vivre ce que tu vis, d'avoir fait les choix que tu as faits, de te vivre comme tu te vis. », une énergie qui vous dit « Et si vous vous ôtiez cette pression inutile que vous vous mettez ? » et une énergie qui, en même temps, vous indique ce qu'est la Vie, ce qu'est la Vie Véritable, en vous-même.

Voyez-vous, cette transmission pourrait se passer de mots, mais nombre d'entre vous aujourd'hui ont une certaine difficulté à contacter un lâcher prise dans le silence. Alors en cet instant Shinaar vous parle, afin que les mots émis soient une invitation à se laisser aller, à se laisser aller sur un courant, un courant de bienveillance, un courant de reconnaissance, un courant où vous vous sentez entourés, entourés de la Famille.

Plus souvent vous vous connectez aux Vibrations Supérieures, plus celles-ci sont présentes ordinairement dans votre vie. Plus

souvent vous prenez un moment, même s'il n'est pas long, afin de communier avec les Plans Supérieurs, afin d'être simplement présents, d'être « avec ». Vous savez bien, lorsque vous êtes avec quelqu'un dans une pièce, vous êtes avec cet être physiquement mais ce n'est pas pour ça que vous êtes avec lui, vous vaquez à vos affaires alors que l'autre vaque aux siennes, et puis à un moment, parce que vous le décidez, vous êtes avec l'autre. Vous ne vous êtes peut-être pas rapprochés physiquement de lui, vous ne lui avez pas encore parlé mais vous êtes avec l'autre, il n'est pas simplement présent dans la pièce et vous le savez là de manière lointaine, vous êtes en connexion avec cet être. Eh bien c'est la même chose : notre côté du voile et le vôtre, pendant longtemps sont comme deux êtres dans la même pièce qui vaquent chacun à ses affaires, et l'un a oublié la présence de l'autre.

Vous n'avez pas besoin de faire quoi que ce soit de spécial pour vous connecter au Divin, nul besoin de formule compliquée, il vous suffit simplement de prendre le temps de vous souvenir qu'il est là, avec vous, dans la pièce. Il a toujours été là, mais aujourd'hui vous pouvez vous en souvenir. Aujourd'hui vous pouvez vous dire consciemment « OK, je vais à présent inviter les Plans Supérieurs avec moi, là maintenant, dans mon vécu de l'instant. » et ouvrez-vous au changement d'état d'être que cela crée en vous. Soyez là dans votre pièce, ou en train de marcher, mais sans être seuls. Il y a les Plans Supérieurs avec vous.

Que se passe-t-il lorsqu'un être humain invite la vibration des Plans Supérieurs, la Conscience Divine à marcher avec lui ? Eh bien le Monde d'Harmonie, cette chose que vous avez appelée Paradis, la fréquence du Paradis descend sur Terre, imprègne votre corps. Et plus vous vous connectez aux Plans Supérieurs, plus votre corps est imprégné de ces vibrations, plus votre corps les porte, plus vous les nourrissez et plus les autres vibrations que vous pouvez porter encore, soit disparaîtront d'elles-mêmes, sous-nourries, soit seront

évacuées, purifiées lors d'un moment particulier, car les vibrations supérieures auront besoin de place.

Une chose est sûre : s'illuminer, mettre de la Lumière dans ses cellules, dans son corps, dans sa conscience n'a rien de compliqué ni de difficile. Ce n'est même pas une pratique spirituelle, c'est une ouverture de conscience. C'est vous faire le cadeau à vous-mêmes de marcher accompagnés plutôt que de marcher seuls, si l'on peut dire ; le cadeau que vous vous faites à vous-mêmes de vous sentir accompagnés dans certaines situations difficiles pour vous, qui représentent un défi, plutôt que de vous sentir seuls.

Vous n'avez pas besoin d'être plus évolués que ce que vous êtes aujourd'hui pour vivre ce contact, pour vivre cet état d'être qui est l'état d'être connecté. Ensuite, l'état d'être précis qui arrive lorsque vous êtes connectés diffère, c'est toujours l'état d'être juste. C'est l'état d'être riche, un état d'être où ce n'est pas forcément que de la Joie, où vous pouvez ressentir un fond de Joie et vivre une part de votre personnalité humaine en même temps, mais vous la vivez autrement. Vous n'êtes plus identifiés à cette part de votre personnalité humaine éprouvant de la tristesse, du ressentiment ou de la lassitude. Que votre personnalité humaine vive quelque chose, c'est un point, mais vous n'êtes pas obligés de le vivre à cent pour cent, c'est-à-dire d'y être totalement identifiés. Soyez accompagnés !

Où que vous soyez aujourd'hui, vous n'avez pas besoin d'un Maître physique pour avoir accès à cette connexion aux Plans Supérieurs, contrairement à ce qui était le cas pendant de très nombreux siècles. Aujourd'hui une simple pensée suffit, où que vous soyez.

Il y a ici une mise en pratique à faire dans votre vie quotidienne. Car voyez-vous, il est possible d'enseigner beaucoup de choses par rapport au Divin, d'enseigner beaucoup par rapport à l'Amour, mais

tant que vous n'avez pas contacté un Sentiment autre que les sentiments ordinaires que vous vivez dans votre vie de tous les jours vous ne pouvez prétendre à comprendre quelque chose de plus, toute nouvelle compréhension concernant le Divin et le Sacré, une compréhension qui n'est pas simplement intellectuelle car le Sacré ne peut être que simplement intellectuel. Afin de vous ouvrir à de nouvelles compréhensions il faut vous ouvrir à de nouveaux Sentiments et états d'être, à de nouvelles expériences de Sentiments.

Vous êtes le Divin. Vous l'avez toujours été. Vous êtes sur Terre pour l'expérimenter. Vous êtes venus sur Terre pour expérimenter le Divin.

Vous connaissez bien la différence entre quelque chose dont on vous a parlé, quelque chose que vous vous imaginez être comme ceci ou comme cela et puis le vivre pour de vrai. Lorsque vous le vivez pour de vrai il y a une richesse d'information, quelque chose de complet, quelque chose de dense également, de puissant qui peut vous transformer et qui peut vous donner un nouveau regard sur les choses. Tant que vous n'avez pas expérimenté quelque chose dont on vous a parlé ou que vous vous imaginez, vous ne pouvez pas en savoir plus sur ce domaine.

L'expérience du Divin est facilement accessible aujourd'hui, cependant elle ne vient pas toute seule, ou rarement. Les êtres à qui cela semble tomber du Ciel tout d'un coup et qui connaissent l'éveil ont programmé ça dans leur vie, cela vient de leurs vies passées. Aujourd'hui l'expérience du Divin est accessible. N'attendez pas que vos problèmes soient résolus, n'attendez pas d'avoir rencontré l'âme sœur, n'attendez pas un moment plus propice que maintenant. Il vous faut ici faire preuve d'une grande rigueur par rapport à vous-même, afin de vous offrir l'expérience du Divin de manière plus fréquente, plus intense, plus poussée. Cette rigueur consiste à ne pas avoir

d'autres intentions prioritaires, que cela. Et surtout pas d'en savoir plus, d'en apprendre plus par rapport au spirituel ou au Divin.

Oh, chers enfants de la Source, vous êtes en train de quitter un paradigme. La connaissance mentale, l'information verbale, ce qui a été des dogmes a été nécessaire afin de conserver de la connaissance, afin de donner des cadres. Mais les nouveaux cadres avec lesquels vous êtes amenés à fonctionner, des cadres pour vos comportements, des cadres pour la gestion de vos énergies, des cadres structurels permettant la responsabilité personnelle, ces cadres sont issus d'un Sentiment et non pas d'une connaissance mentale.

La Connaissance véritable, la Connaissance avec un grand C, est avant tout une Énergie qui s'exprime sous la forme d'un Sentiment pour ensuite être conscientisée mentalement. La Connaissance avec un grand C, vous arriverez petit à petit à mettre des mots dessus, des mots que vous saurez d'ailleurs tout à fait temporaires, avec le langage du moment, car vous mettrez en réalité des mots sur des Sentiments.

Il y a, en la plupart d'entre vous, vous notamment qui êtes occidentaux et qui avez l'habitude de fonctionner fortement à partir du mental, il y a comme cela des réflexes en vous, un courant d'expérience dans lequel vous êtes, une recherche qui est de rechercher plus d'informations. Faire preuve de rigueur consiste pour vous à ne pas vous laisser aller à cette structure qu'il y a en vous, vous faisant, sans même que vous vous le disiez, rechercher avant tout de la connaissance plutôt que de nouveaux états d'être, plutôt que de nouvelles expériences spontanées de la Vie.

Tout répond à votre libre arbitre. À partir du moment où votre intention consciente est dirigée vers le fait d'en expérimenter plus et non plus d'en connaître plus, lorsque toute votre intention est tournée vers le fait de ressentir que vous n'êtes pas seuls, que vous



êtes aimés, que vous êtes entourés, que vous êtes aidés, que vous êtes Amour, alors tôt ou tard cette expérience ne peut que parvenir à votre réalité ; lorsque votre but premier n'est pas d'accomplir quelque chose en particulier mais de contacter cet état d'être dont je parle, pour pouvoir ensuite accomplir des choses à partir de cet état d'être.

Vous n'accomplirez rien de différent si vous n'expérimentez pas quelque chose de différent entre vous et vous-même. Vous pourrez avoir de nouvelles idées, de nouveaux moyens, de nouveaux collaborateurs, peu importe, tout cela ne sert à rien si vous-mêmes ne vivez pas une autre expérience en vous, vous permettant ensuite de concevoir les choses à partir d'un autre niveau de votre conscience.

Et si votre intention de chaque jour, profonde, était de connaître, de faire l'expérience du Divin ? De connaître expérimentiellement le Sentiment du Divin...

Oh oui, dans ces moments-là, dans ces moments où vous vous ouvrez à nous, nous sommes nombreux, nombreux à vous guérir, nombreux à diffuser en vous les Énergies dont vous avez besoin aujourd'hui...

Il est temps à présent de communier silencieusement. Ainsi dans votre conscience ouvrez-vous au sentiment que vous n'êtes pas seuls et que simplement en étant là, en présence des uns et des autres, en étant en votre présence, vous en notre présence, quelque chose circule : la fréquence du Paradis est là. Abandonnez vous en conscience...

Que se passe-t-il lorsque de l'Énergie Divine rentre dans votre corps ? Oh, vous l'avez déjà bien souvent expérimenté. Il peut se passer une purification. Cela demande de votre part d'accepter d'ouvrir les yeux sur les zones d'ombre qu'il y a en vous, et sachez que dans « zones d'ombre » je ne parle ici que de ce que vous ne

voyez pas, et non pas de ce qui serait négatif car il n'y a aucun rapport. Une zone d'ombre n'est pas quelque chose de négatif en vous, une zone d'ombre est une part de vous-même que vous ne voyez pas, qui est dans l'ombre de votre regard parce que l'accueillir signifierait vous aimer concrètement sur ce point, vous aimer en acte. Une zone peut-être justement où vous avez appris à ne pas vous aimer. Lorsque l'Énergie Divine rentre dans votre corps, celle-ci vous aide à vous transmettre à vous-même, et aux zones qui en ont besoin en vous, cet Amour dont vous êtes constitués.

La discipline consiste à se connecter à la fréquence Divine. Voyez cela simplement de manière large : la fréquence Divine ou alors la fréquence équilibrée, pure, stable, sécuritaire ; une fréquence qui transporte une clarté mentale, une clarification, une fréquence qui transporte un sentiment de sécurité émotionnelle, un sentiment qui amène une énergie neuve dans votre corps.

Oh, nombre d'entre vous ont eu tellement le réflexe de faire appel à des tiers, à d'autres : « Moi je ne ressens rien du Divin, il faut que je demande à telle ou telle personne afin de me renseigner dans ma vie. » Cette attitude est parfaitement compréhensible, simplement si vous arrivez jusqu'à la fin de votre vie en étant simplement renseignés pour que matériellement ça ne se passe pas trop mal, et que vous y parveniez mais que vous n'avez pas contacté de sentiments nouveaux, sachez que du point de vue de l'Âme votre vie ne sera pas qualifiée de réussie.

Car du point de vue de l'Âme vous êtes sur Terre afin d'expérimenter votre Vraie Nature, faire l'expérience du Divin ; faire l'expérience de multiples états d'être, tous aussi riches et variés les uns que les autres, tous aussi colorés et vivants les uns que les autres, des états d'être associés au Soi, associés à l'Âme, associés à l'Esprit et non pas simplement des stimuli de joie, de satisfaction, de soulagement, d'agacement, de colère par rapport à

des choses concernant votre vie matérielle ou votre vie sentimentale humaine, comment se comportent les autres, etc.

Votre vie n'est pas là pour être gérée, elle est là pour être expérimentée. Bien sûr la vie sur Terre demande une certaine gestion, mais vous êtes tous et toutes conçus avec un ego, avec un mental vous permettant d'assurer cette partie-là de votre vie qu'est la gestion ordinaire de la vie matérielle, de la vie relationnelle. Il y a la gestion de base, mais en dehors de cette gestion de base, il n'y a plus de gestion. Il y a une expérience, une ouverture, une circulation entre les êtres. Un engagement, un engagement à être présents dans votre vie.

Lorsque vous vous connectez au Divin, que se passe-t-il immédiatement ? Vous cessez d'être dans un « non-monde » qui est une part bien souvent refuge de votre être. Se connecter au Divin, c'est vous mettre à être plus présents à ce qui est sur l'instant, plus ouverts, à capter plus d'informations. Même si celles-ci ne sont pas toujours agréables car voyez-vous, être connecté au Divin ne veut pas dire simplement voir de belles choses, non. Cela veut dire avoir un regard qui devient puissant et actif. Cela veut dire que votre regard peut se mettre à embellir ce qui est laid. Mais pour embellir ce qui est laid, il faut bien voir ce qui est laid.

Lorsque vous êtes connectés à la vibration Divine, vous vous sentez suffisamment forts et confiants pour regarder justement simplement ce qu'il y a à voir en l'instant, sans avoir peur que cela vous fasse mal. Dans cet état d'être connecté, vous pouvez percevoir qu'une part de vous a mal face à une situation, mais pas vous dans votre ensemble. Comme vous n'êtes pas entièrement identifiés à la douleur, vous n'avez plus peur d'elle, vous pouvez vous laisser traverser par celle-ci et ainsi voir clairement une zone de votre être que vous ne voyiez pas avant. Dans cette mécanique l'Amour descend, l'Amour se densifie, la Lumière s'intègre dans votre corps.

Enraciner la Lumière et l'Amour en vous, voilà en réalité la chose la plus grandiose que vous puissiez accomplir. Je le répète, nul besoin de pratiques fastidieuses, simplement la discipline, la régularité, l'exercice de la connexion avec le Divin. Plus vous le faites régulièrement, plus cela est facile, plus le pont de connexion est grand, ouvert et fluide.

Il y a de cela des années, mon partenaire de parole a commencé à s'ouvrir à la vibration Divine, sans la sentir, il faisait appel aux Anges, appel aux Êtres dont il avait entendu parler, appel à l'Univers. Il parlait à voix haute, il Nous parlait à voix haute en disant qu'il demandait de l'aide afin de se sentir plus serein dans sa vie. Pendant longtemps il n'a absolument pas ressenti les énergies des Plans Supérieurs car il provenait d'un paradigme personnel ne lui permettant pas cela. Fortement identifié aux vibrations qu'il avait connues sur Terre, il était mentalement sensible pourrait-on dire, ouvert à ce que quelque chose d'autre existe, comme nombre d'entre vous, mais ne ressentant pas de nouvelles émotions, de nouvelles sensations. Cependant de l'aide lui a été apportée pour que, dans ses relations et dans sa relation avec lui-même, les choses soient plus faciles.

Il n'a pas cessé de faire appel régulièrement au Divin. C'est ainsi qu'une perméabilité, une sensibilité devenue plus accrue a commencé à voir le jour. Il a commencé à ressentir, de manière non précise, comme un monde, là, qu'il y a au-dessus, un monde d'harmonie et de beauté, et qu'il était possible de le ressentir, même si c'est en filigrane, peu. Et il a pu constater que cela avait un impact concret dans son état d'être du moment, autant que dans les énergies qu'il dégageait ensuite dans la vie de tous les jours et avec les autres, amenant ainsi de nouveaux événements, de nouvelles rencontres, de nouvelles situations. Il n'a jamais cessé de faire appel au Divin.

Un jour on a tapé à la porte de sa conscience afin de pouvoir parler à travers lui. Cela n'a pas représenté une très forte ouverture à la sensibilité Divine. Non, il continue petit à petit à se rendre toujours plus sensible et perméable aux fréquences supérieures, à les ressentir comme étant disponibles toujours plus simplement, toujours plus fortement, toujours plus spontanément. Tout cela pour vous dire que mon partenaire de parole n'a absolument pas évolué en ce sens à partir d'un point privilégié.

La régularité, mathématiquement, et l'intention amènent l'expérience. L'intention d'expérimenter le Divin et d'en faire une priorité. Oh, bien sûr il peut être facile de vous le dire, de dire une fois de temps à autre « C'est l'expérience du Divin que je veux faire. » Mais il y a ensuite vos habitudes.

Faites de cela une priorité. Que ce soit la priorité de toutes les priorités. À partir de cette recherche profonde, des priorités secondaires, pourrait-on dire, vont apparaître car il y a en effet une planification, une gestion des priorités à accomplir dans votre vie de tous les jours. Mais que votre priorité soit de contacter toujours de nouveaux états d'être Supérieurs, avant de vouloir que votre vie change, avant d'essayer de faire changer votre vie.

Chers enfants de la Source, tout est là. Contacter les Plans Supérieurs n'a jamais été aussi facile, et cela est une affirmation très concrète : énergétiquement, la fréquence des Plans Supérieurs est là, disponible !

Nous vous attendons pour la Communion, la Célébration, et la circulation de l'énergie entre vous et Nous. Le Divin s'implante sur Terre grâce au fait que des êtres humains expérimentent le Divin en eux, et pas autrement.

Je suis Shinaar, au service des mondes en évolution, au service de votre plan de Vie, et je sais Qui vous êtes.

Chers enfants de la Vie, allez en paix. Vous êtes aimés. Adonai.

## 7<sup>ème</sup> canalisation – Le 12.04.2018 à Paris

Chers enfants de la Vie, soyez salués. Je suis Shinaar.

En cet instant, un Amour puissant, une énergie sacrée, une énergie provenant d'un autre monde que le vôtre vous rend visite, une énergie qui est également présente en vous : l'énergie de la Source, l'énergie du Créateur, l'énergie de Dieu, l'énergie de l'Esprit, l'énergie du Divin, l'énergie du Soi. Une énergie intemporelle, éternelle, pure. Une énergie spirituelle qui vient vous rappeler, vous rappeler non pas intellectuellement mais vibratoirement, que vous êtes des êtres spirituels. Vous êtes des Esprits, des Esprits incarnés dans des corps de chair, vivant ainsi potentiellement l'expérience d'être Dieu plutôt que seulement... être Dieu.

Lorsque vous êtes incarnés cela permet à Dieu, à travers vous, de faire l'expérience de lui-même. Vous êtes une extension et la Source est en vous. Oh, ne confondez pas, si dans votre Essence vous êtes Dieu, la création qu'est l'ego n'est pas Dieu dans ses paramètres. En dehors du fait que l'on peut dire que tout est Dieu car il ne peut rien y avoir qui ne soit Dieu, car il n'existe qu'une seule énergie – que nous allons appeler Dieu pour ce soir car ce terme est compréhensible aisément par de nombreuses personnes – néanmoins la conscience égotique ne possède absolument pas les paramètres de la Conscience Divine.

Ainsi dans votre expérience subjective nous allons clairement distinguer la partie Dieu en vous de celle qui ne l'est pas. L'ego n'est

pas Dieu. Votre personnalité humaine, ce à quoi vous êtes identifiés, ce qui s'est construit, ce qui s'est créé au fil de multiples vies, au fil de multiples expériences, ce moi issu de l'expérience ne vibre pas avec les paramètres de la Conscience Divine mais répond à des stimuli internes ou externes qui sont issus de l'expérience, qui sont issus de l'illusion.

Est-ce que cela signifie que votre ego est à anéantir et n'a aucune valeur ? Est-ce que cela signifie que votre ego est une gêne ? Non. Votre tâche est de clairement distinguer en vous qui parle, qui s'exprime, qui pense, qui ressent, qui agit lorsque vous parlez, que vous vous exprimez, que vous pensez, que vous ressentez, que vous agissez. Il n'y a pas de multiples solutions, il n'y en a que deux : soit c'est votre ego, et l'ego ici n'est pas simplement nommé dans sa partie humaine, terrestre, vous avez un grand parcours, vous avez vécu sur d'autres plans de Vie, vous avez des mémoires de multiples espace-temps ; toutes ces mémoires vous influencent et ce qui est appelé ici l'ego, c'est réellement votre moi qui s'est créé, qui s'est développé, qui s'est construit à partir des multiples expériences. L'ego, vous ne l'avez pas contacté pour la première fois sur Terre, vous ne l'expérimentez pas pour la première fois sur Terre.

Ainsi vous pouvez parler, vous exprimer, penser, agir, ressentir à partir de l'ego, ou à partir du Dieu en vous, c'est-à-dire à partir d'un espace de votre être qui n'est pas conditionné, qui n'est pas contraint par quelque force extérieure que ce soit ou quelque déséquilibre intérieur que ce soit. C'est la partie en vous qui n'est soumise ni à l'espace ni au temps mais qui se sert de l'espace et du temps et qui en respecte les paramètres, pour pouvoir s'exprimer.

Il y a une grande différence entre être soumis à des contraintes et respecter les contraintes existantes et s'en servir. En effet la partie Dieu en vous, c'est cette partie qui accepte la création et qui voit la création comme étant une possibilité de s'expérimenter, de

se rencontrer, de se reconnaître et de se connaître. La création est un grand terrain où Dieu a la possibilité d'aller au-delà que du simple fait d'être Dieu, et de s'éprouver en tant qu'Être Divin, de s'éprouver en tant que Dieu, de se ressentir, de se savourer en tant que Dieu.

Comme la totalité de Dieu ne peut en aucun cas être contenue dans un véhicule, dans un espace-temps donné, dans un espace limité, dans un temps défini, alors il y a de multiples et de multiples facettes du Divin qui se sont distinguées les unes des autres et qui sont allées remplir la création, vivre joyeusement cette aventure, et moins joyeusement lorsque l'on a oublié l'Intention Divine derrière tout cela. Ainsi la Source Suprême fait l'expérience d'elle-même à travers tous les êtres, toutes les facettes d'elle-même faisant l'expérience d'elle-même.

Sur Terre il y a très peu d'êtres aujourd'hui, très peu d'êtres humains qui font l'expérience d'être Dieu, très peu d'êtres humains permettant à Dieu de s'expérimenter, de s'éprouver en tant que Dieu. Et vous êtes amenés collectivement, progressivement, à être des êtres permettant à Dieu de s'éprouver en tant que Dieu.

Lorsque vous vous éveillez à cette réalité, vous cessez de vous identifier à votre ego, vous le reconnaissez simplement comme un moyen de faire l'expérience du Divin. Dans un premier temps l'ego semble être le point en vous qui empêche de faire cette expérience-là, mais en réalité c'est le mouvement par lequel vous êtes passés qui le permet.

Un silence vous rend visite en cet instant. Une énergie silencieuse, une énergie vibratoire vous poussant à vous ressentir en tant qu'être spirituel. Nécessité est présente de mettre des mots pour véhiculer des concepts, mais n'essayez pas de vous ressentir en tant que Dieu, car le mental ne sait pas ce que cela veut dire. Lorsque vous faites l'expérience d'être Dieu, vous ne vous dites pas « Je suis en trains de faire l'expérience d'être Dieu » car la notion



de Dieu ne veut plus rien dire. Dieu est un concept humain, Dieu est un mot, mais qui ici ouvre une porte, à partir du moment où vous oubliez tout ce que vous avez appris sur cette énergie pour vous ouvrir à la possibilité d'éprouver physiquement, émotionnellement, mentalement, dans votre chair, dans tous vos atomes, éprouver le Sentiment Divin.

Tout ce qui est engendré par votre ego parle de l'illusion. Voilà pourquoi il est important que vous fassiez la distinction toujours plus en vous, et cela se fait grâce au fait de contacter régulièrement le silence intérieur, de contacter régulièrement un espace où vous vous désidentifiez, où vous vous rappelez expérimentiellement que vous êtes autre chose que ce à quoi vous êtes identifiés habituellement, à savoir, votre univers de pensées, votre histoire personnelle, ce qui semble vous définir.

Cela se fait grâce à une intention soutenue, à un engagement entre vous et vous-même de reconnaître la vérité vous concernant, un engagement envers vous-même d'expérimenter dans son authenticité l'état d'être Divin. Cet état d'être où, lorsque vous l'expérimentez, il n'y a aucun doute quant à la nature de cette expérience. Dès que vous vous posez la question « Est-ce que c'est cela, un état d'être Divin ? » c'est que vous n'y êtes pas encore. L'expérience du Divin est une expérience totale, intégrale, indubitable.

Votre intention soutenue, durable, engagée au jour le jour garantit la possibilité de vivre cet état un jour ou l'autre. Pour cela il vous faut identifier tout ce qui est de l'ordre de l'ego car tant que vous ne l'identifiez pas, vous continuez à nourrir et à renforcer en vous une énergie, un état d'être illusoire vous éloignant de la possibilité de faire l'expérience de l'état Divin. Entendons-nous bien, le problème ici n'est pas la présence de l'ego, c'est votre confusion, votre identification, c'est le fait de croire en la réalité, de

croire qu'il y a quelque chose d'absolu à une part de vous qui n'est que relative, éphémère et temporaire.

Dieu est un Être d'une Joie incommensurable. Faire l'expérience d'être Dieu c'est donc faire l'expérience d'être joyeux. Et faire l'expérience d'être joyeux passe par le fait de faire joyeusement des choses qui procurent de la joie. Ce que vous aimez ou que vous n'aimez pas, ce que vous préférez, ce qui vous attire en termes de nourriture par exemple, cela n'est absolument pas de l'ordre du Divin. Cela est de l'ordre de votre personnalité humaine, de vos mémoires, ces mémoires qui influencent votre corps et qui font que vous serez attirés, préférerez, que certaines nourritures seront meilleures pour vous que d'autres. Cela n'est absolument pas de l'ordre du Divin en vous, c'est de l'ordre de l'ego. Cependant il est tout à fait possible, dans un état d'être Divin, de profiter joyeusement de la nourriture qu'il y a devant vous. Une nourriture qui va venir combler vos papilles, une nourriture qui va stimuler la joie sur le plan égotique car l'ego est stimulé par des choses extérieures. Cette joie stimulée par ce que vous mangez est une joie éphémère, temporaire, ce n'est pas la Joie Pure du Divin. Cependant, c'est une manière pour le Divin d'expérimenter son état d'être fondamental.

Ainsi le petit moi, l'ego a une fonction magnifique lorsque cet ego est équilibré. Il permet à Dieu de pouvoir s'expérimenter dans sa Véritable Nature, de mille manières différentes, d'une manière profonde, d'une manière superficielle et où là, sur le plan extérieur, tout, la danse qu'il y a entre l'ego et l'extérieur, entre vos préférences, entre les stimuli provenant de l'extérieur et l'effet que cela a sur vous, tout cela est une manière unique sur l'instant d'expérimenter, de manifester, de savourer, de jouir de la Joie Profonde qui, elle, est immuable. La Joie Pure n'a qu'une couleur, celle de la Joie. La joie extérieure a de multiples couleurs. La joie que vous éprouvez devant un bon repas n'est pas du tout la même

que celle que vous éprouvez à revoir quelqu'un que vous n'avez pas vu depuis longtemps. Ces mille joies différentes de la vie sont autant de manières d'exprimer, d'expérimenter et de goûter, de refléter la Joie Pure Profonde qui est la Nature Véritable de Dieu.

Dieu est un grand joueur. Vous êtes dans un jeu et Dieu joue à savourer ce qu'il porte de toute éternité, de mille manières différentes. La création est un élan de jubilation, est engendrée par une jubilation, un grand éclat de rire Divin amenant la reconnaissance et l'expérience de sa Nature Véritable. L'Esprit de Dieu est immensément vaste et il y a besoin d'une création immensément grande pour que Dieu puisse se visiter et s'éprouver dans sa Vastitude. Et même là ce n'est pas assez, car la Vastitude Originelle est illimitée.

Lorsque vous êtes devant de la nourriture, qu'il y a là un mets que vous préférez, qu'il y a déjà un plaisir anticipé de savourer cela mais que vous n'êtes pas seul et qu'il se trouve qu'il y a quelqu'un avant vous qui a pris justement le mets que vous visiez, lorsqu'à ce moment-là la joie disparaît, l'irritation arrive, cela veut dire que vous êtes totalement identifiés à votre ego. L'ego, là, ne sert plus de moyen de savourer sa Nature Véritable mais exprime une illusion, celle que vous avez besoin de quoi que ce soit d'extérieur pour éprouver de la joie, l'illusion d'avoir besoin que les stimuli extérieurs soient présents pour que vous soyez bien ou heureux, l'illusion de croire que le monde extérieur peut vous apporter quoi que ce soit en terme de bonheur. Le monde extérieur n'est pas là pour vous rendre heureux, le monde extérieur est là pour que vous jouissiez du bonheur qu'il y a déjà en vous. Vous ne devenez pas heureux, vous ne deviendrez jamais heureux. Le bonheur n'est pas quelque chose que l'on fait grandir, c'est quelque chose qui est déjà là.

Oh, je sais, c'est là une grande difficulté pour l'esprit humain que d'accepter cela. Cela va à l'encontre de nombreuses choses que

vous avez apprises, cela va à l'encontre de votre esprit linéaire qui vous donne le sentiment que vous progressez et que vous devenez quelque chose.

Lorsque votre vie extérieure est plus facile, cela veut dire que vous avez commencé à être plus heureux. Mais ce n'est pas parce que votre vie extérieure a changé que vous êtes plus heureux, c'est parce que vous vous êtes rapprochés un peu plus de Vous-même, donc de la Joie Véritable qu'il y a en vous, que votre réalité extérieure a changé, est devenue plus douce, plus confortable, que vos relations sont plus épanouissantes, etc.

L'ego est soumis aux cycles. Lorsqu'un stimulus extérieur est là, désagréable, l'ego devient malheureux, lorsqu'il est agréable l'ego devient heureux, joyeux. L'ego a ses préférences, et elles sont respectables. Si certaines préférences de l'ego, de toute évidence vont à l'encontre de l'Amour, des qualités du cœur, c'est-à-dire des qualités de la Conscience Divine, alors il est important de changer ces préférences, de changer votre ego, de transformer cette création. Vous n'êtes pas ce que vous préférez, vous ne vous définissez pas par rapport à ce que vous préférez. Vos préférences sont louables, et sur le plan incarné vous aurez toujours des préférences. Ce n'est pas le Divin qui a des préférences, ou disons que Dieu en vous s'amuse à préférer vos préférences pour pouvoir faire l'expérience d'une expression de Joie, d'une manière de vivre la Joie dans un aspect unique rendu possible par la préférence que vous portez sur le plan égotique.

Votre ego et votre Esprit Divin ne sont pas ennemis. L'ego et Dieu ne sont pas ennemis. Voilà ce que vous êtes amenés à expérimenter.

Lorsque vous cessez d'être identifiés à l'ego vous cessez de nourrir l'illusion égotique. Cela ne veut pas dire que l'ego disparaît, cela veut dire qu'il devient une simple mécanique dont les rouages

et les engrenages stimulateurs de plaisir, de désir et de joie sont influencés par de multiples expériences passées, par de multiples paramètres, mais qui sont des paramètres qui ne limitent plus, qui permettent de préciser, de définir, de diriger l'énergie, de faire à un moment unique et irremplaçable l'expérience d'une couleur de la Joie unique et irremplaçable, qui sera unique dans le temps. Une expérience de Joie que vous ne referez plus jamais de cette manière.

Lorsque vous cessez d'être identifiés à l'ego et que l'ego n'a pas ce qu'il préfère, il n'y a rien de dramatique. Vous n'êtes simplement pas en train d'expérimenter la joie dans son aspect extérieur, stimulée par quelque chose d'extérieur, mais cela n'est pas un problème car vous êtes Vous-mêmes la Joie. Vous êtes Vous-mêmes la Joie ! Ne cherchez pas à devenir joyeux, vous êtes la Joie !

Ce que vous avez à faire, c'est à vous donner tous les moyens, en termes de méditation, en termes de pratique, en termes de compréhension, en termes d'intention, en termes de rééducation de vous-même, de votre manière de penser ; c'est en investissant toutes vos énergies pour rencontrer cet état qui a toujours été existant, qui est celui de la Joie Pure, inaltérable.

Cette Joie Pure est accessible. Elle est accessible à partir du moment où vous vous en donnez les moyens, et à partir du moment où vous cessez d'être dans ce mouvement qui consiste à cheminer vers un futur meilleur peut-être, après avoir fait « ce qu'il faut » et en culpabilisant bien souvent de ne pas faire ce que vous croyez devoir faire. Votre expérience change, oui votre expérience peut devenir plus joyeuse, mais pas vous. Il y a une grande différence entre vous et votre expérience.

Voilà qu'une faille commence à se créer en vous...

Une faille dans vos structures mentales figées, dans votre structure psychique et identitaire, figée par le fait que vous l'ayez

investie trop longtemps sans avoir conscience d'autre chose. Il y a Vous, et votre ego.

Lorsque vous identifiez l'ego, ne le combattez pas. Cessez une fois pour toutes de ressentir l'existence de l'ego comme étant imparfaite car cet ego a parfaitement sa place, sinon il ne serait pas là. L'ego n'est pas le fruit d'une erreur, l'ego n'est pas le fruit d'un esprit tordu voulant faire du mal aux Esprits Divins partis dans la matière. Lorsque vous identifiez l'ego, apprenez à l'aimer car si vous ne le faites pas c'est que vous êtes encore identifiés à l'ego, vous êtes soumis à une pensée présente dans l'ego, qui dit que l'ego n'a pas sa place. La pensée dualiste, celle qui sépare, celle qui compare, celle qui attribue une valeur plus importante à une chose plutôt qu'à l'autre, la pensée dualiste ne peut être que présente dans l'ego et nulle part ailleurs.

Ainsi soyez extrêmement observateurs de vous-mêmes car vous ne pouvez identifier l'ego sans vous observer, sans observer de manière toujours plus fine, toujours plus poussée, ce que vous pensez et ressentez, comment vous vous comportez mentalement bien souvent par rapport à vous, qu'est-ce qui fait que vous avez telle attitude, telle pulsion, que vous éprouvez telle douleur, inconfort, dureté sur l'instant ; qu'est-ce qui fait que certaines pensées sont désagréables, qu'est-ce qui fait que vous cherchez à fuir justement certaines pensées, cherchez à fuir certaines réflexions : « Je ne veux pas penser à ça, c'est dur. »

Pourquoi est-ce dur ? La pensée en elle-même n'a rien à voir avec la dureté, c'est qu'il y a quelque chose dans votre relation avec vous-même qui fait qu'il y a certaines réflexions que vous ne voulez pas avoir, auxquelles vous ne voulez pas repenser, alors que vous êtes amenés à tout considérer de manière équanime, dans tout ce que vous avez vécu, tout ce que vous avez fait ou pas fait, tous vos manquements, toutes vos victoires. Tout cela, c'est la périphérie de votre Être. Tout cela est associé à l'ego.

Il n'y a pas des choses à condamner et des choses à magnifier, au niveau de l'ego. Il y a simplement des choses qui fonctionnent pour faire l'expérience de la Joie, et d'autres qui ne fonctionnent pas. À partir du moment où vous vous désidentifiez un peu plus de votre ego, donc où vous goûtez, où vous commencez à éprouver le goût de la Joie Véritable, de la Joie Pure, stable – que lorsque vous l'expérimentez, vous la reconnaissez, cette Joie Profonde vous la reconnaissez car c'est votre Nature Véritable – lorsque vous commencez à vous rapprocher de Vous-même vous prenez plus conscience de ce qui n'est pas Vous, vous commencez à y voir plus clair. Et c'est dans ces moments-là que votre regard dualiste s'active.

La clarté n'est pas là pour que vous concluiez quoi que ce soit au niveau de votre ego, mais pour que vous regardiez simplement les choses telles qu'elles sont et que vous laissiez votre regard illuminer, magnifier, célébrer ce que vous avez placé en vous. Et reconnaître ce qui a sa place dans votre expérience du moment pour laisser la place à l'expérience de la Joie, et ce qui n'a plus sa place et agir en conséquence.

C'est bien d'une passation de pouvoir dont il s'agit, en vous. Vous permettez que l'Essence en vous, prenne le pouvoir sur vos pensées, sur vos émotions, sur votre corps plutôt que ce soit l'ego qui ait le pouvoir.

Que se passe-t-il lorsque ce n'est plus l'ego qui a le pouvoir ? Vos sensations corporelles changent, vos pulsions intérieures changent car ce ne sont plus des pulsions égotiques mais plutôt des impulsions supérieures, vos émotions changent, vos pensées changent. Cela ne veut pas dire que vous n'aurez plus jamais de pensées ordinaires. Les pensées, les émotions humaines ont leur place, à partir du moment où elles ne gênent pas l'expérience, le maintien de l'expérience, du contact avec la Joie Pure, mais où au contraire elles sont un moyen, un outil merveilleux d'expérimenter

cette Joie d'une manière créative et unique sur l'instant. Cela s'appelle devenir Maître de soi.

Être Maître de soi, cela ne signifie pas anéantir l'ego, mais être Souverain et ne pas, donc, laisser l'ego – une partie conditionnée, contrainte et soumise à de multiples paramètres dont vous n'avez pas conscience – cette partie-là qui prend le pouvoir en vous lorsque vous y êtes identifiés. Être Maître de soi, c'est savoir danser en vous. Parfois vous vous servez de votre ego comme moyen d'expression et de jouir de votre Nature Véritable, parfois vous êtes dans l'expérience du Soi, dans quelque chose d'extraordinaire, par opposition à ordinaire. Un extraordinaire qui sera amené à devenir de plus en plus ordinaire. Et même là, en tant qu'êtres humains il vous est possible de continuer à jouir de plaisirs simples, ordinaires de la vie. Il est possible d'être un être d'une très grande réalisation incarnant un vaste Esprit Cosmique, et prendre un plaisir infini à manger ce qu'il y a là, dans l'assiette, où le regard, la vision intérieure a quitté cette vastitude Cosmique pour se concentrer sur un petit point précis de l'espace-temps, qui est la nourriture qu'il y a dans l'assiette, les sensations qu'il y a dans les papilles, le plaisir que l'on éprouve à combler sa faim. Un jeu. Une manière d'expérimenter la Joie, la Profondeur et la Beauté du Soi dans un moment unique, simple et ordinaire de la vie de tous les jours.

Voyez-vous, votre élévation de conscience ne se mesure pas en la profondeur de vos expériences mystiques ou en la fréquence de celles-ci, mais à la qualité de votre Présence et de votre Joie dans votre vie de tous les jours, dans vos tâches ordinaires, dans vos activités ordinaires.

Paradoxalement, en tout cas cela semble être paradoxal dans un premier temps, il faut avoir intégré un vaste Esprit Cosmique pour éprouver véritablement une Joie infiniment profonde et authentique, Divine, en mangeant une simple assiette de riz. Il y aura un jour où l'humanité aura évolué de telle sorte que la nourriture aura une place



beaucoup moins importante, voire n'aura plus de place. Il y aura d'autres moyens externes d'expérimenter cette Joie, des moyens qui dans le futur seront ordinaires même s'ils sembleraient extraordinaires à votre perception actuelle.

Alors, observez-vous. Observez-vous dans votre vie de tous les jours, rentrez dans le présent. Et si vous êtes constamment en train de penser, eh bien rentrez dans le présent de vos pensées. Car parfois, pour une raison ou pour une autre, vous aurez beau essayer d'être dans le présent il y aura toujours la pensée continue qui sera là. Ne combattez pas la présence de la pensée pour être mieux dans le présent, cela est encore rejeter une part de l'expérience que vous êtes en train de faire.

Le présent ne signifie pas absence de pensée, le présent signifie absence de lutte, absence de rejet de quoi que ce soit. Plus vous êtes dans le présent, plus vous intégrez de manière globale l'ensemble de ce que vous vivez, c'est-à-dire un être qui pense, un être qui ressent, un être qui agit, un être qui marche, un être qui ressent Spirituellement, pourrais-je dire.

Tant qu'il y a un geste de lutte, là, sur l'instant, en vous, vous ne pouvez investir le présent. Et d'autant plus lorsque vous essayez d'être dans le présent en combattant ce qui semble gêner le fait d'être dans le présent, alors vous continuez à repousser le présent au loin ; le présent, là où se trouve l'expérience de ressentir la Vie comme étant un Présent.

L'expérience qui consiste à ressentir la Vie comme étant un Présent est une expérience naturelle, cela veut dire qu'elle n'est pas issue de quoi que ce soit d'extérieur, c'est une expérience naturelle provenant d'un ancrage dans l'instant présent.

Lorsque vous allez dans l'instant présent, si ce que vous contactez c'est de la difficulté – car vous allez contacter ce que vous cherchez à rejeter, en allant dans le présent – cette douleur que vous

cherchez à rejeter, elle ne durera pas longtemps. Lorsque vous êtes dans le présent votre inconfort ne dure pas longtemps. Une alchimie intérieure se fait, naturelle, vous amenant à avoir une compréhension plus claire, plus intuitive de l'expérience de la douleur et de la couleur qu'elle a prise, une vision plus claire de pourquoi votre mouvement de Vie est ce qu'il est, et une gratitude par rapport au sens intuitif, spirituel que vous rencontrez, sur ce mouvement.

La maturité spirituelle consiste à cesser de faire le choix de vous enfoncer dans vos états d'être difficiles. Ne vous demandez pas comment faire, respirez, trouvez un moyen de vous recentrer sur le présent, demandez de l'aide, demandez de l'aide à d'autres, demandez de l'aide aux Êtres Divins qui vous accompagnent, demandez de l'aide à Dieu, il sera là pour vous aider à être mieux dans le présent.

L'expérience de ressentir la Vie comme étant un Présent est possible sur Terre et elle provient du fait que Dieu, dans ses paramètres fondamentaux, est un Cadeau pour lui-même, un Cadeau tout court. Cela fait partie de la couleur fondamentale de Dieu, comme la Joie. Et lorsqu'il y a des événements extérieurs qui vous font facilement expérimenter la Gratitude et la reconnaissance que la Vie est un Cadeau, c'est encore une manière de manifester et d'éprouver dans un contexte unique le Sentiment, qui est éternel, que la Vie est un Présent, et que vous êtes un Présent car vous êtes la Vie.

La Gratitude est un Sentiment naturel. C'est un Sentiment Divin naturel qui devient merveilleux à expérimenter, lorsqu'on l'expérimente, et qui n'a besoin d'aucun stimulus extérieur pour être rencontré.

Ne cherchez pas à justifier la Gratitude. Cessez de vous dire « Je devrais dire Merci car il y a ceci, cela, ceci et cela », il n'y a

pas besoin de cause à la Gratitude. Bien souvent vous recherchez désespérément par des pensées mentales une manière d'éprouver de la gratitude et vous culpabilisez lorsque ce n'est pas le cas : « Je pourrais remercier, quand même, j'ai un toit alors qu'il y en a qui n'en ont pas, j'ai de quoi manger tous les jours alors qu'il y en a qui n'en ont pas. » Vous savez bien que vous dire ce genre de phrases à certains moments ne sert à rien, ou sinon à renforcer un peu plus votre culpabilité.

Ne cherchez pas à remercier pour une raison quelconque. Désidentifiez-vous, ancrez-vous dans le présent, faites cet effort-là car au début c'est un effort et très vite ce n'en est plus un. Contactez cet espace où la Gratitude est déjà là, et ensuite vous verrez que la Gratitude trouvera elle-même mille et une raisons pour exister. C'est un jeu. Le monde extérieur est un moyen d'éprouver les paramètres fondamentaux présents en Dieu.

Alors oui, vous pourrez même faire cette expérience particulière d'éprouver de la Gratitude, vous pourrez faire l'expérience d'éprouver de la Gratitude pour ce qui semble être le malheur dans lequel vous vous trouvez, et vous comprendrez beaucoup plus facilement que ce malheur n'en est pas un mais qu'il est juste dans un certain mouvement, pour des raisons spirituelles, pour vous, pour votre croissance, pour votre libération, pour votre compréhension, peu importe. Votre expérience de la Gratitude se précisera sous une forme peu commune, et il y a des moments où la Gratitude arrive facilement parce que ce sont des événements agréables qui viennent combler votre ego.

Lorsque vous arrivez à faire l'expérience de la Gratitude, l'expérience de l'instant présent comme étant un cadeau, d'une situation comme étant un cadeau lorsque cela ne semble pas l'être, alors que votre ego, lui, n'est pas satisfait, alors dans ces moments-là vous installez, vous renforcez, vous consolidez, vous mettez un

socle puissant aux Sentiments Divins Immuables, vous les installez durablement, vous les cimenter dans votre vécu, dans votre corps.

Et lorsque les Sentiments Divins Originels deviennent cimentés en vous, ils finissent par prendre toute la place et par être faciles à maintenir. Vous les cimenter dans des circonstances particulières. Vous ne les cimenter pas au moment où tout est agréable, vous les cimenter au moment où, justement, vous arrivez à maintenir l'expérience des Sentiments Profonds et Authentiques alors que votre ego, lui, n'est pas satisfait.

C'est ainsi que l'ego s'équilibre. C'est la raison pour laquelle il ne vous faut pas fuir votre mouvement, il ne faut pas fuir ces événements qui vous font peur, ces événements désagréables, ces situations qui semblent être un déséquilibre, mais qui ont un sens sur l'instant. Oh oui, vous avez tellement de pensées qui vous viennent pour éviter ces moments-là : « Ça ne me semble pas juste, ce n'est pas du respect pour moi, ce n'est pas mon idée de l'équilibre, ce n'est pas mon idée de ceci ou de cela. » Oh, bien souvent vous dites « Ça ne me semble pas juste, je ne ressens pas ça comme juste » alors que ce n'est que votre pensée qui dit cela. Là également, soyez très honnêtes avec vous-mêmes. Un ressenti véritable n'est pas un ressenti de l'ego. Un Ressenti Authentique ne provient pas de l'ego. Le ressenti de l'ego, c'est celui qui vous arrange, c'est celui qui arrange l'ego, c'est celui qui fait fuir, c'est celui dont vous n'êtes pas sûrs au fond de vous car il n'a pas d'appui solide dans votre expérience du moment. Ceci implique l'Honnêteté.

Vous ne pouvez identifier ce qui provient de l'ego sans une qualité fondamentale, Divine, qui est présente en vous, qui l'a toujours été et le sera toujours, l'Honnêteté, l'Authenticité envers vous-même. Il y a des choses qu'on ne peut pas vous enseigner ou vous apprendre. On peut vous enseigner beaucoup de choses, on peut vous ouvrir l'esprit, mais vous apprendre à être authentiques

avec vous-même sur l'instant, qui peut vous apprendre cela ? Soit vous choisissez de l'être, soit vous ne choisissez pas de l'être.

Un ressenti de l'ego, qui n'est donc pas un Ressenti Véritable, qui est plutôt une pirouette que vous faites par rapport à vous-même, c'est une pensée, une fuite qui amène un stimulus dans votre corps, qui est tout à fait différent de l'intuition véritable et que rapidement vous en faites un ressenti, comme si c'était un Ressenti Véritable. Puis, pour vous tromper un peu plus vous-même, vous vous faites croire ensuite que vous ne savez pas faire la différence.

Vous savez faire la différence. Prenez le temps, sur l'instant, prenez le temps d'être honnêtes avec vous-même, prenez le temps de ne pas aller trop rapidement, afin de percevoir clairement qu'il y a là quelque chose en vous qui vous pousse à aller trop vite, qui vous pousse à ne pas voir ça de trop près. Et justement, lorsqu'il y a une force qui vous pousse à ne pas voir ça de trop près, c'est le moment d'aller voir ça de plus près.

D'aller voir ça de plus près, mais sans trop souffrir, n'est-ce pas ? Lorsqu'il y a une fuite c'est qu'il y a douleur, et la douleur peut être identifiée sans souffrance à partir du moment où vous prenez fréquemment l'habitude – dans des moments privilégiés, une méditation, une marche silencieuse, méditative ou peu importe le moyen – de vous désidentifier de votre ego pour ressentir et éprouver le Silence Intérieur.

Plus vous contactez fréquemment l'état de Silence – ce qui ne veut pas dire absence de pensées, entendons-nous bien, cela veut dire absence de bruit, cela veut dire que vous n'êtes plus dans le bruit même s'il peut y avoir quelque part du bruit en vous, vous êtes vivants, le corps est vivant, la biologie est vivante, bien sûr tout cela « fait du bruit », toute votre périphérie fait du bruit mais il est tout à fait possible d'être dans le Silence tout en acceptant la présence du bruit, du son, de la musique. Le Silence est un espace à partir duquel

vous observez, écoutez, ressentez, percevez – plus vous contactez régulièrement ce Silence, plus vous pouvez éprouver la douleur, lorsque c'est le moment de la contacter, à partir de cet espace silencieux. Alors l'expérience devient toute autre, car dans ce Silence il n'y a pas de peur. Vous n'avez pas peur de la peur, vous n'avez pas peur de la douleur, vous n'avez pas peur de l'inconfort, car vous savez que tout cela appartient à l'ego, ce n'est pas Vous. Dans votre expérience personnelle la douleur est de plus en plus perçue comme une information plutôt que comme un état d'être.

Souriez, car l'un des attributs fondamentaux de Dieu est l'Humour. Vous êtes dans un jeu. L'Humour, c'est la vision particulière que vous avez déjà en vous – vous permettant beaucoup plus aisément d'une part, et apparaissant naturellement d'autre part dans votre expérience lorsque vous n'êtes plus identifiés – de constater la différence, la dichotomie entre votre Perfection Véritable et cette partie de vous que vous expérimentez depuis si longtemps et dont vous vous servez, qui est éternellement imparfaite. Il y a une grande farce dans tout cela.

Cessez d'entretenir des pensées qui diraient « Non, ce n'est pas drôle sur Terre. » Faites le choix de cesser d'entretenir cela, allez vers la Réalité, vers la Vérité. Il y a un grand Humour, ce n'est pas une mauvaise farce. Toute la création est une farce, un grand jeu de paradoxes, une danse entre la perfection et l'imperfection. Mais cela ne peut vous être enseigné, cela apparaît spontanément dans une vision ludique et pleine de compréhension vous poussant à partir d'un grand éclat de rire, celui-là même qui a engendré la création, à une plus petite échelle ; un éclat de rire qui n'a aucun cynisme, aucun mépris, aucune dévalorisation.

Vous avez fait du chemin. Bien sûr pendant longtemps, alors que vous êtes porteurs de forts traumatismes, de fortes mémoires, de fortes blessures, contacter l'instant présent est très difficilement supportable. Mais aujourd'hui vous avez fait un grand déblaiement

en vous, et il arrive un moment où il n'est pas possible de continuer ce déblaiement intérieur de la même manière qu'on l'a fait jusque-là.

Cela n'est possible qu'en contactant, en osant s'investir beaucoup plus fréquemment et intensément dans l'instant présent, à vous désidentifier de la partie souffrante en vous sans la combattre. C'est alors que tout ce que vous recevrez de l'extérieur sera beaucoup plus efficace : un enseignement, un soin, une transmission d'énergie par un Maître. Soit dit en passant, les Maîtres authentiques possèdent une énergie extrêmement élevée, une énergie élevée densifiée dans un corps humain. Vous laisser toucher par un Maître, vous laisser toucher par un Maître apporte bien souvent une grande aide pour vous, car une information de Lumière, d'Accomplissement vous est transmise, provenant d'un être qui la porte de par son vécu, de par son expérience. De la même façon que vous-mêmes êtes précieux lorsque vous transmettez une énergie qui a été accomplie en vous.

Oh, ne tombez pas dans ce piège égotique spirituel qui consiste à se dire « Je n'ai besoin de personne ». « Seul » n'existe pas dans l'Univers. Si Vous, vous n'avez besoin de personne pour être complets car vous êtes complets, vous avez choisi de vivre la danse de la Vie où vous jouez à avoir besoin, sur un plan plus bas, sur un plan égotique, à avoir besoin de la danse justement, de la relation, à avoir besoin de recevoir, à avoir besoin d'être guéris, à avoir besoin d'aide pour transformer votre personnalité humaine, pour en élargir la boîte, qu'elle soit mentale ou la boîte des sentiments et émotions.

L'ego a besoin d'apprendre et parfois de désapprendre, mais l'ego ne possède rien par lui-même. Voilà pourquoi même lorsque vous vous rappelez que vous êtes Dieu – lorsque vous vous en rappelez à partir d'une expérience, j'entends, pas intellectuellement – il n'en reste pas moins que l'ego est là, et que jouer en apparence à avoir besoin de quelque chose est encore une manière

d'expérimenter sa Nature Véritable grâce au mouvement, expérimenter les aspects du don et du recevoir. Sans don, pas de recevoir, sans recevoir, pas de don. Il se peut très bien que cela soit un être qui, dans ses aspects généraux, est beaucoup moins évolué que vous, beaucoup moins conscient de Lui-même que vous, mais il porte, là, la graine de sagesse, vous ne savez pas comment, vous ne savez pas pourquoi, la graine de sagesse dont vous avez besoin pour élargir votre esprit, pour vous détendre, pour avoir un éclair de compréhension.

Et la Vie, la Vie s'amusera toujours avec vous pour que vous conserviez, que vous contactiez, que vous mainteniez, que vous enraciniez cette humilité qui consiste à ressentir sa grandeur et en même temps à savoir s'ouvrir à la perle de sagesse qui est véhiculée par l'extérieur, par quelque chose qui semble beaucoup plus petit.

L'être humble ne rejette pas la matière. L'être humble ne rejette pas un grain de riz sous prétexte que c'est tout petit. L'être humble ne rejette pas le mouvement que la Vie veut prendre dans sa danse avec vous. Alors restez ouverts, restez toujours ouverts. Ne concluez pas que l'autre ne va rien vous apporter parce que vous constatez qu'il est moins avancé que vous. Peut-être, mais peut-être pas sur tous les points, peut-être pas sur tous les plans. Qui sait ? La Vie a peut-être prévu pour vous que cela soit cet être qui vous offre cette graine, et a prévu pour cet être grâce à votre recevoir, la possible expérience de sa valeur profonde, de sa grandeur en donnant quelque chose de noble et de sacré à quelqu'un qui semble pourtant beaucoup plus évolué.

Vous êtes l'Esprit Divin. Vous vous éprouvez en tant qu'Esprit Divin à travers une palette de Sentiments naturels, comme la Gratitude, la Joie, l'Amour, l'Enthousiasme, l'Envie de donner, le Plaisir de recevoir, la Bonté, la Bienveillance spontanée, sans calcul. La Compassion est une expérience particulière car c'est un Sentiment qui apparaît naturellement et qui ne peut apparaître que



dans la relation. La Compassion naît de la Joie Pure et de la reconnaissance que tout être est sacré.

Il y a en vous Dieu et l'ego. Ils ne sont pas ennemis et au contraire ils sont amenés à cheminer main dans la main. L'ego a sa place, Dieu qui a toujours été, a sa place...

Une passation de pouvoir, voilà de quoi il s'agit. Lorsque vous faites appel à Dieu, lorsque vous faites appel à vos Guides, lorsque vous faites appel aux Êtres de Lumière, peu importe, en réalité vous dites Oui à une énergie et vous appuyez une intention, vous aidant dans votre demande.

Alors, restez humbles et demandez, car lorsque l'on s'incarne on joue au jeu de recevoir, en toute souveraineté. Recevoir en toute souveraineté, c'est demander, c'est décider de recevoir, c'est maîtriser le recevoir. Demander, c'est maîtriser le recevoir. Non pas le contrôler ! Contrôler le recevoir, ce serait plutôt exiger, quémander, mendier. La maîtrise du recevoir est associée à la demande, à la demande simple, issue d'une reconnaissance du besoin qu'il y a là, en se rappelant que cela est un jeu, une danse, une danse entre Dieu et sa création, une danse en vous-même, entre le Dieu en vous et l'ego.

Que l'Amour vous inonde... Que le Silence des Origines vous inonde...

Chers enfants de la Vie, nous nous retirons à présent, nous qui avons été nombreux à vous entourer, à vous envelopper, à vous célébrer, à vous reconnaître comme étant des Êtres Sacrés. Vous êtes une Conscience Spirituelle. Vous êtes la Conscience Divine s'expérimentant dans un de ses aspects.

Que la douceur de la Paix accompagne vos pas. Je suis Shinaar.  
Adonāi.

## 9<sup>ème</sup> canalisation – Le 07.06.2018 à Paris

Chers enfants de la Vie, soyez salués. Je suis Shinaar.

Oh, prenez quelques instants afin de ressentir avec votre corps, de sentir qu'une énergie est là, présente. Une vibration d'Amour, de Tendresse, une énergie qui vous dit que vous n'êtes pas seuls. Une énergie sacrée qui vous dit que vous êtes sacrés.

Oh, Shinaar y reviendra encore ! C'est en cultivant le sentiment en vous d'être sacrés que votre vie ressemble à celle d'un saint, d'un être merveilleux répandant la Grâce, l'Harmonie, l'Intelligence Supérieure, répandant les solutions, répandant la sérénité, la paix et répandant le pétilllement de la Vie.

Ce n'est pas en vous comportant comme un être sacré, ou l'idée que vous pourriez en avoir, que vous devenez sacrés, non, c'est l'inverse. C'est en vous sentant déjà sacrés, car Vous êtes Sacrés. Le sentiment d'être un être sacré est un sentiment naturel. Il ne provient pas d'un accomplissement particulier, il n'est pas issu d'une œuvre que vous auriez réussi à réaliser, c'est un sentiment naturel que vous contactez lorsque vous lâchez prise par rapport à votre ego et votre personnalité humaine. Non pas que vous cherchez à évincer votre ego, vous lâchez prise simplement de celui-ci. Vous vous laissez tomber à l'intérieur de vous, dans ce puits d'énergie sacrée qui est votre constitution même. Vous n'êtes pas seuls en cet instant...

Vous avez pour cela un pouvoir, celui de l'intention, et un outil très puissant, le verbe. Il est bien évident que le sentiment d'être un être sacré ne va pas s'enraciner en vous et vous tomber dessus

comme cela si vous-mêmes ne faites pas quelque chose pour que cela arrive, car vous avez mis en place pendant des vies et des vies, pendant des siècles et des siècles, des programmes en vous, des habitudes de fonctionnement, de perception vous concernant, de multiples fois vous vous êtes servis du verbe créateur à des fins défavorisantes pour vous. « Je suis nul, je suis mauvais, je ne suis pas digne, etc. »

Et si, chaque matin, plutôt que de partir dans votre journée d'un coup, soudainement, juste après vous être levés, si vous preniez un moment, un moment pour communier ? Même si c'est un petit moment, même si vous n'avez pas beaucoup de temps, même s'il vous faut aller travailler... Prenez un petit moment pour communier avec Vous-même, pour communier avec l'énergie Divine. Appelez-la à voix haute, si cela vous aide, dites simplement ceci : « Je me connecte à l'énergie Divine, je me connecte à la Conscience Divine, je me connecte à la Source. » Et vous verrez que bien souvent ce lot de pensées, ce nuage qui est présent et avec lequel vous vous réveillez, qui est un nuage appartenant à la conscience collective humaine, un nuage issu également de la purification qui s'est opérée au cours de la nuit car chaque nuit votre psyché cherche à se purifier, ce nuage qui est également issu de grands mouvements énergétiques, issus de la conscience collective humaine ou issus tout simplement de votre propre nuage personnel.

« Je me connecte à la Source, je me laisse nourrir par le Divin ». Communiez quelques instants, et puis, en ressentant peut-être un peu plus fortement cette énergie sacrée – que vous ressentirez peut-être comme étant extérieure à vous encore – que vous sentez peut-être comme vous aider, vous adombrer, vous nourrir.

Il y a un passage à effectuer, celui ensuite de faire de cette énergie, vôtre pourrait-on dire. La faire vôtre, mais en réalité ce ne sera que simplement reconnaître ce que vous êtes depuis toujours,

ce que vous avez toujours été de toute éternité. Prononcez cette phrase en conscience, non pas rapidement, non pas simplement comme un exercice qu'il faut faire, non pas comme une pratique mécanique, mais en prenant le temps. « Je suis sacré » « Je suis un être sacré ». Répétez-le plusieurs fois en conscience s'il le faut, chaque matin, afin de vous imprégner de cette vérité, afin de laisser les mots que vous prononcerez vous-mêmes à voix haute pénétrer dans vos cellules, dans votre corps, dans tous vos corps ; et donc également dans votre personnalité humaine et dans votre ego.

Nous voici à la neuvième transmission. Le neuf est associé à l'achèvement, à l'aboutissement, à la sagesse qui est l'application de la connaissance reçue, quelle que soit la source de cette connaissance, intérieure ou extérieure. Dans son aspect universel, la Sagesse, c'est la Connaissance, la Connaissance avec un grand C, qui est appliquée dans l'expérience.

Ces neuf transmissions ont toutes porté sur l'invitation à s'ouvrir à des Sentiments Naturels qui ne sont pas générés, issus de l'expérience humaine, issus de la dualité, des sentiments qui sont purs. Les Sentiments Divins. Que tout être dans la création peut éprouver.

Bien sûr, vous, vous les éprouvez de manière biologique, cela passe par votre biologie, cela passe par votre chimie et cela est un moyen merveilleux comme un autre dans l'univers, d'éprouver ces sentiments naturels. Un être d'une dimension plus éthérée va éprouver ce même sentiment, mais avec une autre couleur, celle de son corps de Lumière, associé à la dimension à laquelle il est relié.

Saviez-vous que votre corps physique est également un corps de Lumière ? C'est un corps de Lumière extrêmement dense ; et de dimension en dimension, il est possible d'éprouver les Sentiments Divins naturels à travers donc de multiples corps de Lumière de

densités différentes, amenant une saveur différente à l'expérience de ces sentiments naturels.

Le sentiment d'être sacré est un sentiment naturel, et dans votre expérience humaine, votre sentiment va fortement influencer vos pensées. Vos pensées vont ensuite influencer vos états d'être plus périphériques, vos émotions. Vos pensées vont influencer vos états d'être, vos paroles et vos actions. Ces paroles et ces actions seront des forces puissantes vous poussant à générer une réalité personnelle satisfaisante ou insatisfaisante. Vos paroles et vos actions sont des émissions d'ondes qui vont vous revenir tôt ou tard, sous la forme de choses qui semblent vous arriver, mais qu'en réalité vous aurez créées.

En d'autres termes, vos créations sont fortement issues des sentiments que vous éprouvez par rapport à vous-même. La grande majorité de vos sentiments par rapport à vous-même sont subconscients. Même si vous ne vous dites pas les choses très clairement vous êtes bien souvent mus par un sentiment de dévalorisation, d'amoindrissement, de déconsidération, de culpabilité, d'indignité, etc.

Il est possible d'aller fouiller l'origine de tous ces sentiments et d'opérer une libération, en tout cas d'une grande part de ceux-ci. Mais même lorsque cela est libéré, sachez que vous êtes reliés à l'humanité. Vous êtes tous des êtres humains, vos cellules communiquent toutes les unes avec les autres. Les choses sont conçues de telle sorte que des êtres de même nature s'échangent très fortement leurs vibrations. Tous les chiens sur la planète s'échangent leurs vibrations, tous les canards également, et tous les êtres humains aussi. Vous ne pouvez donc négliger cet aspect.

Il y a ce que vous portez sur le plan personnel et il y a ensuite le fait d'être présents au sein de la Famille humaine. Le peuple Chien est un peuple sacré. Le peuple Souris est un peuple sacré. Le peuple

Aigle également. Le peuple Humain est un peuple sacré. Vous êtes un Être Sacré présent au sein d'une Famille Sacrée, le peuple Humain.

Lorsque vous n'y prêtez garde, vous êtes fortement influencés par les autres êtres humains. Même lorsque vous, vous ne générez plus, vous n'êtes plus une source de ces sentiments illusoires qui ont parlé de vous, vous continuez néanmoins à en être le relais si vous-mêmes ne faites pas en sorte d'enraciner en vous, de nourrir, de cultiver – cela est le terme adéquat – de cultiver en vous les Sentiments Naturels Divins.

Il y a donc le sentiment d'être sacré. Et bien sûr lorsque vous vous percevez comme étant un être sacré, vous ne faites plus n'importe quoi avec vous-même et vous ne laissez plus les autres faire n'importe quoi avec vous-même, car vous vous sentez beaucoup trop précieux pour cela, beaucoup trop sacrés tout simplement.

Lorsqu'il y a devant vous un objet sacré, vous allez faire attention lorsque vous le manipulez ; et lorsque vous vous sentez sacrés, vous percevez de plus en plus les autres comme étant des êtres sacrés. Alors votre manière d'aborder l'autre change, votre manière d'aborder la Vie change. Et cela est issu d'un sentiment, et non pas d'une morale, non pas d'une croyance, non pas d'une bienséance spirituelle, non pas d'un devoir. Le Sentiment Amoureux Inconditionnel est un Sentiment Divin.

Être en Amour avec la Vie, tomber amoureux de la Vie et de toutes ses expressions. Vous êtes capables de cela. Et vous êtes capables de tomber amoureux de vous-même. Qu'est-ce que cela signifie ? Lorsque vous tombez amoureux de quelqu'un d'autre, dans un premier temps vous ne tombez pas amoureux de ses qualités, vous ne les connaissez pas encore. Vous ne tombez pas amoureux de son physique, parfois vous pouvez tomber amoureux d'un être

où, comme vous dites, ce n'est pas du tout votre genre et pourtant... Ce n'est donc pas le physique qui est là. Vous ne tombez pas amoureux de quelque chose de précis chez l'autre, vous tombez amoureux de l'autre, ou vous montez en amour pour l'autre, vous êtes habités d'un sentiment amoureux qui s'éveille dans une circonstance particulière, et ce sentiment amoureux, en réalité était déjà en vous.

Le fait d'être amoureux de l'autre fait trouver l'autre génial, fantastique. D'autres pourraient vous dire « Je ne sais pas ce que tu lui trouves ». Vous n'êtes donc pas amoureux de l'autre parce qu'il est génial, vous trouvez l'autre génial parce que vous en êtes amoureux.

Eh bien vous aussi vous êtes génial. Et lorsque vous tombez amoureux de vous-même, lorsque vous contactez ce sentiment inconditionnel, pour vous-même, vous ne vous posez plus la question de qu'est-ce qui est bien et pas bien chez vous, vous tombez amoureux de vous.

Lorsqu'au début vous êtes amoureux d'un être, vous êtes prompts à passer sur ses défauts. Votre sentiment est tel que ce n'est pas grave. Et lorsque l'Amour est présent, une force est présente dans cette énergie, et lorsque vous êtes en couple et que vous n'honorez pas cette force d'évolution, de transformation, une force qui tout à la fois accepte l'autre inconditionnellement, mais une force d'Amour qui implique en même temps la nécessité d'évoluer. Lorsque ça n'arrive pas, les défauts qui n'étaient pas graves commencent à être gênants, puis sérieusement agaçants, et enfin insupportables. L'amour s'en va.

En réalité il ne s'en va pas, c'est que vous avez quitté cet espace que vous avez su contacter de manière spontanée, parce que les choses ont été ainsi faites sur Terre que, d'une part lorsque vous êtes enfant le sentiment de l'Amour Inconditionnel a été vécu au

moins une fois de manière pure et totale, et cela sans aucune exception, cela fait partie du système, et d'autre part vous êtes conçus pour, dans des circonstances particulières, vous rappeler de ce sentiment d'amour inconditionnel. Bien sûr vous ne le vivez pas inconditionnellement vraiment, cependant rappelez-vous ces moments où vous êtes tombés amoureux, là, les premiers jours. Il était très difficile de vous mettre en colère à ce moment-là. La personne qui vous a bousculé dans la rue ne vous a pas mis en colère.

En étant amoureux d'une personne, dans cet état amoureux, même pendant quelques heures, quelques jours, vous vous êtes mis à aimer tout le monde. Vous ne vous en êtes pas aperçus peut-être, mais vous n'avez pas nourri de pensées négatives par rapport aux autres, vous avez oublié de juger qui que ce soit et quoi que ce soit. Votre regard était trop plein de cet amour pour avoir une considération hiérarchique sur une échelle de valeur de ce qui est bien et de ce qui n'est pas bien, de ce qui devrait être et ce qui ne devrait pas être. Vous vous êtes désintéressés des actes des autres, de leur respect ou non. Vous étiez dans un état d'amour.

Être en état d'Amour cela ne veut pas dire forcément ressentir un amour puissant pour tout le monde à chaque instant, une émotion forte, non. C'est être plein de cette énergie qui ne permet plus le jugement et qui vous pousse à être spontanément bienveillants, compatissants, gentils, sans pour autant vous faire marcher sur les pieds.

Ces moments où vous avez été pleins de cet amour, vous avez eu le réflexe de vous respecter vous-même. Ce sont des moments où vous vous sentez autorisés à, où vous vous sentez légitimes, vous vous sentez légitimes à prendre votre place. Si quelqu'un vous double dans la file, vous allez gentiment le lui dire et sans faire d'effort pour cela, parce que d'une part vous ne serez pas énervés et d'autre part vous vous sentirez légitimes à simplement respecter



vosre place, l'ordre des choses. Si jamais l'autre n'en fait qu'à sa tête et finalement ne veut absolument pas vous laisser votre place, vous lâcherez prise, vous avez déjà vécu cela, mais pendant un très court temps.

L'astuce est de le vivre tout le temps. Et pour cela il y a également une intention, un sentiment à cultiver, une intention à réitérer : « Je choisis d'enraciner en moi le sentiment d'Amour Inconditionnel. Je choisis d'agir à partir de celui-ci. Je suis amoureux de la Vie et de toutes ses facettes. »

Là encore, ne dites pas cela comme quelque chose de mécanique et prenez conscience d'une chose, vous pourriez avoir l'impression de mentir en le disant. « Mais non, ce n'est pas vrai, je vois bien que je n'aime pas la vie ! » Rappelez-vous que toutes vos expériences sont issues de croyances et sont issues d'actes créateurs. Le fait que vous puissiez vous considérer comme un être sans amour a engendré l'expérience d'être un être sans amour, et donc, puisque la Vie est vivante, puisqu'une force vous anime toujours, une absence de création d'amour, c'est la création de multiples autres sentiments et de multiples tendances, de multiples impulsions ou pulsions, pulsion destructrice, pulsion de déconsidération.

Cela, c'est parce que vous êtes vivants ! Cela ne fait pas de vous des êtres mauvais. Un sentiment engendre de toute façon des actes, des tendances, des mouvements spontanés, et plus il y a d'actes qui sont fait à partir de ce sentiment, plus quelque chose se cristallise en vous, enracinant donc des tendances vous poussant à répéter ces mêmes actes.

Lorsque vous constatez ces tendances en vous, la tendance de dominer, la tendance de rabaisser l'autre, la tendance d'être méchant, alors cela est une preuve pour vous que vous êtes mauvais.

Le véritable acte créateur, le véritable Verbe créateur est celui qui se fait non pas issu de la perception que vous avez de vous-même, il n'est pas issu des observations que vous avez faites sur vous-même. Vous ne pouvez observer que ce qui est manifeste, expérientiel, phénoménal. Le véritable Verbe Créateur, le véritable acte créateur se fait à partir de l'Intention, du Sentiment d'être souverain. « Je suis amoureux ». Ceci est un Décret. Ce n'est pas une observation, une constatation, c'est un décret. Par le fait même que vous prononcez cette phrase en conscience, vous agissez sur votre matière, vous agissez sur votre personnalité humaine et votre ego, vous agissez sur tout ce qui vous compose.

Cette phrase ne peut être prononcée en conscience que si vous prenez le temps de la prononcer en conscience, que si vous prenez le temps de vous poser quelques instants avant en vous, pour quitter un peu le bruit de votre mental. Vous poser dans votre corps, vous poser dans votre respiration et prononcer cette phrase.

Et peut-être que la première fois que vous la prononcerez, quelque chose vous semblera faux. Rappelez-vous de mes paroles : si quelque chose vous semble faux, n'y tenez pas compte, c'est simplement ce que vous avez observé et conclu sur vous-même depuis si longtemps qui s'exprime. Laissez à cela le droit de s'exprimer, ne combattez pas ce sentiment de fausseté. Ne vous dites pas en vous tendant : « Non, c'est pas vrai ! Ce n'est pas un mensonge ». Non, revenez à votre centre et prononcez à nouveau cette phrase. Puis laissez-la impacter en vous. Puis prononcez-la à nouveau, là, entre vous et vous-même...

Vous êtes des créateurs. Le Verbe créateur prononcé de cette manière entraîne des tendances nouvelles en vous et des actes différents, en faisant beaucoup moins d'efforts. Lorsque vous dites « Je suis amoureux inconditionnellement de la Vie », vous donnerez la permission à votre corps, à vos cellules de libérer également les

mémoires, de libérer les aspects de vous-même qui ont besoin d'être aimés pour que vous aimiez en actes.

Car aimer inconditionnellement la Vie, c'est Vous aimer inconditionnellement, c'est donc aimer chaque aspect de vous-même, car dans l'état d'Amour il n'y a pas de « C'est bien, ce n'est pas bien », il n'y a pas de « C'est à sa place, ce n'est pas à sa place », il y a Aimer. Et l'Amour est une force active, une force de transformation.

Honorer l'Amour, c'est vous laisser aller à cette force active de transformation.

Sinon vous cesserez d'être amoureux de vous-mêmes, vous serez comme de nombreux couples, vous recommencerez à trouver vos défauts insupportables. Vous ne vous mettez pas à bouger parce qu'il le faut, vous vous mettez à bouger parce que vous vous aimez et vous ne résistez pas à ce mouvement, c'est tout à fait différent.

« Je suis sacré. Je suis Amour. Et je suis puissant ». Un des sentiments fondamentaux qui caractérisent les êtres humains depuis des éons de temps, c'est le sentiment d'être impuissant, impuissants à se changer et à changer les choses, impuissants à agir, devant se remettre à des autorités extérieures, à un pouvoir extérieur, à d'autres êtres humains, à un pouvoir technologique, un pouvoir, quelle qu'en soit la nature, extérieur à vous-même. « Lorsque je serai plus grand. Lorsque j'aurai plus d'argent. Lorsque je serai en couple. Lorsque je serai célibataire. Lorsque, lorsque, eh bien j'aurai peut-être mon pouvoir. »

Mais non, cela n'arrivera jamais en fonctionnant de cette manière. « Je suis puissant » est l'énoncé d'une vérité naturelle, permettant à ce sentiment naturel de prendre sa place. Cela n'a rien à voir avec le « Je suis puissant » égotique, car encore une fois cette puissance ne repose pas sur vos acquis, ne repose pas sur vos actes passés, cela n'a rien à voir avec ce que vous avez accompli ou non.

Ce n'est pas l'énoncé d'une observation : « je vois ce que j'ai fait dans telle ou telle situation alors je peux conclure que je suis puissant », non. C'est un Décret.

C'est l'énoncé d'une Vérité Universelle, que vous densifiez par la parole et vous réactualisez donc cela dans votre présent. Vous avez quitté cette vérité universelle. La prononcer à voix haute, c'est vous y réaligner, tranquillement.

Tout est puissant dans l'Univers, tout est puissant dans la Vie, car c'est la Force de Vie. Vous êtes vivants, puissants. C'est votre état d'être naturel. Ce n'est même pas que vous êtes puissants, c'est que vous êtes une puissance. Vous êtes une Puissance Pure, vous êtes La Puissance, tout comme vous êtes l'Amour...

Ressentez cela en cet instant. Laissez-vous aller par l'énergie qui s'infuse en vous. Laissez votre sentiment de vous-même se transformer pour sentir que vous êtes, non pas puissants, pour sentir que vous êtes Puissance.....

Vous êtes sacrés. Vous êtes naturellement amoureux et vous êtes naturellement puissants. Vous n'avez rien à faire pour cela autre que de réactualiser cela régulièrement, car je le répète vous êtes en lien avec la conscience collective humaine et vous baignez dans une énergie qui a une force, une force qui vous entoure. Vous êtes, sachez-le, vous les vieilles Âmes, les êtres qui vous éveillez à ces nouvelles réalités, une très grande minorité sur Terre.

La conscience collective humaine est composée des choses que vous connaissez depuis toujours, de peur, d'insécurité, d'impuissance, etc., de dualité. Si vous ne réactualisez pas cela régulièrement, vos cellules, votre être, votre corps se réactualise par défaut et insidieusement avec la conscience collective humaine. Voilà pourquoi cela implique de la maîtrise de votre part. Vous êtes sur Terre pour devenir des Maîtres. Vous êtes dans des circonstances qui vous obligent à être maîtres de vos propres choix,

à être maîtres de vos énergies, à être maîtres de votre Intention si vous voulez maintenir un degré de bien-être, de satisfaction, d'Accomplissement favorisant la joie et le bonheur.

Par défaut vous vous faites embarquer par le monde extérieur. Si vous étiez une majorité les choses se passeraient autrement. Si les êtres dans l'obscurité voulaient rester absolument dans l'obscurité, il faudrait qu'ils fassent un effort pour y rester. Mais vous êtes minoritaires, et il vous faut faire un effort. Vous restez alignés aux Vérités éternelles, aux Sentiments éternels, lorsque vous ressentez que vous êtes sacrés ; de manière beaucoup plus aisée un sentiment d'amour inconditionnel pour vous-même et pour les autres se déploie et ce sentiment amène de manière beaucoup plus aisée un sentiment de puissance naturelle, de légitimité, de « possibilité de ».

Alors vous devenez un cadeau précieux pour vos frères humains. Votre énergie aura tendance à réactiver chez l'autre ces mêmes Vérités éternelles qui sont en lui. Vous les réactualiserez là, en le corps de l'autre. Vous les réactualiserez dans la matière, et ainsi vous faites en sorte que ce Plan de Vie s'illumine, se spiritualise, s'aligne avec les Vérités éternelles et devienne un monde totalement Divin, concrètement Divin.

Lorsque vous prononcez la phrase « Je suis puissant », ou « Je suis puissante », ne le faites pas avec calcul. Prenez le temps justement de ne pas projeter quoi que ce soit : « Je vais prononcer la phrase je suis puissant pour avoir plus de facilité dans telle situation », non. Oubliez tout cela pour entrer dans le Décret Pur et le Sentiment Pur.

Ayez confiance que lorsque vous cultivez ainsi ce sentiment, quelque chose nécessairement se met à changer. C'est mathématique.

Plus vous cultivez ces vérités, plus celles-ci prennent place en vous et plus cela induit une transformation dans vos tendances, vos pensées, vos automatismes. Bien sûr cela amène des déconstructions, cela amène des changements très concrets dans votre biologie. Cela amène des changements très concrets dans votre biologie ! Car vos cellules vont se mettre à s'aligner avec ces décrets-là. Elles ne vont plus refléter vos sentiments d'indignité, de dévalorisation et d'impuissance, mais vont se mettre à se déployer sur ces nouveaux décrets, donc vos organes vont muter, votre corps va se purifier. Certaines zones de votre corps vont se réparer également.

La conscience est souveraine, et la conscience agit sur la matière.

Toutes vos tendances négatives sont issues du fait que vous êtes persuadés, en un certain sens, que vous êtes un être négatif. Lorsque vous devenez persuadés que vous êtes un être sacré, eh bien vous agissez comme un être sacré. Et au final cela sera plus facile à maintenir, car lorsque vous êtes persuadés de toutes vos choses négatives, illusoire, eh bien c'est de l'illusion, cela n'a aucun soutien, cela n'existe pas ailleurs que dans votre création, alors que lorsque vous êtes persuadés que vous êtes sacrés vous vous alignez avec un Sentiment éternel, immuable, présent partout, en toute la création ; que de multiples parts de vous-même dans d'autres plans ressentent également.

Vous expérimentez le fait d'être sacrés, d'être amoureux et d'être puissants à travers un corps biologique, un corps de Lumière extrêmement densifié, à travers des corps plus subtils également. Et vous avez la possibilité d'intégrer en vous également des corps de Lumière qui n'ont pas pu descendre jusque-là car n'ayant pas la place, des corps de Lumière qui vibrent sur le Sentiment du Sacré, de l'Amour et de la Puissance.

Si en vous quelque chose dit trop fortement le contraire, ces corps ne peuvent pas descendre dans votre corps d'incarnation. Ces autres corps sont des corps de pouvoir nouveaux, des corps de mémoire également, une mémoire plus vaste concernant votre histoire universelle et l'histoire collective...

Que la douceur, la Douceur Intense provenant des Plans de Lumière, très élevés par rapport au vôtre en cet instant, oh oui, au-delà des plans de Lumière proches, des champs célestes, une Douceur Originelle en laquelle vous êtes amenés à donner une Force pour que la Douceur des origines devienne une Force d'évolution, ce qui n'est pas le cas jusqu'à maintenant.

La Douceur des Origines est pétrie d'Immobilité, d'immobilisme car l'Origine est un point d'immobilité. Plus on s'éloigne de ce point d'origine, plus on s'est éloigné de la douceur, et plus on est allé contacter une force associée à un frottement, à une étincelle.

Et s'il était possible d'insuffler une force à la douceur ? Et si l'être humain était capable de faire cela ? Et si, en mariant en vous l'Origine, l'éternité avec tout ce qui est issu de vos expériences temporelles, et si c'était le moyen d'amener une force à cette douceur originelle... Et si le fait de vous sentir un être sacré, un être amoureux inconditionnellement – de vous-même c'est-à-dire de votre profondeur mais également de votre personnalité humaine c'est-à-dire dépositaire de toutes les personnalités, dépositaire de tout votre parcours donc dépositaire du monde relatif.

Tomber amoureux inconditionnellement de vous-même, c'est tomber amoureux totalement de l'expression de Vie qu'est le relatif et de toutes les expressions de Vie temporaires qui ont été engendrées. Tomber amoureux de vous-même dans tous vos aspects est un acte extrêmement puissant, car il y a toutes vos vies passées en vous, là, dans votre matière. Vous n'imaginez pas tout ce qui a été déposé en vos cellules. Tomber amoureux de vous, c'est

tomber amoureux sans le savoir de multiples mondes, et c'est utiliser une force qui dépasse votre entendement.

Oui, par ce fait même, vous permettez à l'Absolu et au Relatif de se marier, vous permettez donc à la douceur des origines de se marier à cette force issue de l'expérience, cette force justement que vous êtes obligés d'utiliser pour enraciner ces sentiments dont je vous ai parlé, pour les maintenir, jusqu'à ce qu'ils deviennent si enracinés, si cristallisés qu'il n'y a plus d'effort à faire ; si maintenus par une Force, un socle puissant en vous qu'il n'y a plus besoin d'y penser.

Béni soit l'humanité dans laquelle vous êtes ! Béni soit ce monde nécessitant de votre part l'utilisation de cette force. Cette force est issue de la discipline, c'est-à-dire de la régularité. Faites-vous le cadeau, chaque jour ou très régulièrement, d'utiliser le Verbe Créateur, une Affirmation Souveraine... « Je suis sacré. Toutes les parties de moi qui disent le contraire n'ont pas leur mot à dire. Je ne vais pas essayer de leur prouver le contraire, je ne vais pas argumenter, je ne vais pas négocier avec toutes ces facettes, avec moi-même. » Il n'y a pas de négociation, il n'y a pas d'argumentation, il n'y a pas de recherche de convaincre quoi que ce soit en moi ni à l'extérieur, c'est une Affirmation- Décret issue de votre pouvoir naturel de créateurs.

« Je suis Sacré », « je suis amoureux » et « je suis puissant ». Cela renvoie à trois centres majeurs de création en vous. Le troisième œil, la tête correspondant au sacré, car le sentiment d'être sacré est un sentiment spirituel pourrait-on dire. « Je suis amoureux » correspond au cœur. « Je suis puissant » correspond au ventre. Une trinité sacrée. Ces trois aspects dans votre corps, ces trois centres d'énergie, ces trois centres de puissance, ces trois centres féminins, retrouvent leur force ainsi, permettant aux autres centres d'énergie de s'aligner, de suivre le mouvement, de s'ouvrir



comme des portes pour laisser jaillir la Force de Vie qu'il y a en vous et la rendre manifeste...

Prononcez à présent mentalement, tranquillement, quelques fois, tout en étant très attentifs à ce qui se passe en vous, « Je suis sacré », et en étant connectés à votre troisième œil, tout en restant présents dans tout votre corps...

Puis allez dans votre cœur à présent, tout en restant connectés à l'ensemble de votre corps, dans une présence globale, et à partir de votre cœur, dites intérieurement « Je suis amoureux »...

Enfin posez-vous dans votre ventre, dans votre hara, et dites tranquillement, sereinement « Je suis puissant »...

Chers partenaire, Stéphane, cet ensemble de transmissions sera mis sur un site et accessible à tous, afin que chacun puisse vivre ce processus énergétique. Car à chacune de ces transmissions, une action particulière du Divin est faite dans un ordre précis, dans une cohérence.

Cher auditeur, cher lecteur peut-être, qui entendra et lira ce message et ces messages dans le futur, sachez que cela se passe maintenant. Cela se passe dans votre maintenant, de manière tout aussi concrète que le maintenant des êtres qui sont dans cette pièce.

Qui êtes-vous ? Vous êtes l'Intention qui se manifeste, qui est en mouvement. C'est ce que vous appelez Le Soi. Qu'à présent la vibration de « Le Soi » s'intensifie en vous. Shinaar va faire silence à présent...

Nous sommes nombreux en cet instant. Nombreux à vous étreindre, à étreindre les Êtres Sacrés que vous êtes, faisant partir de la Famille. Oh oui, vous faites partie de la famille humaine, mais nous faisons également partie d'autres familles et d'une grande famille, la famille des Étoiles.

Dans votre centre d'amour, vous pouvez réunir tout cela. Sans engendrer quelque opposition que ce soit, mais où tout est vécu comme un complément, une danse, un jeu, une richesse partagée. Vous êtes sacrés, vous êtes amoureux et vous êtes puissants. Toute autre conviction est une illusion...

Que la Douceur guide vos pas, une douceur mariée à la Force. Shinaar remercie infiniment ce lieu, l'hôtesse de ce lieu, la gardienne de ce lieu pour permettre tout ce qui s'y passe, ce lieu qui est, à présent, un édifice multidimensionnel au sein duquel beaucoup de choses peuvent se passer pour la planète, pour l'humanité, pour l'élévation.

Que tous les êtres qui ont été présents en cette pièce et que tous les êtres qui liront ou écouteront ces messages soient infiniment remerciés, car vous participez à une œuvre bien plus vaste que vous, précieuse aux yeux de la Vie. Cher partenaire, sois grandement remercié...

Et que cette humanité soit remerciée pour toutes les possibilités qu'elle amène. Ô esprits souverains, créateurs, avant-gardistes et surprenants, nous vous aimons infiniment. Que la Grandeur, un autre sentiment naturel, guide vos actes.

Nous nous retirons à présent. Allez en paix. Je suis Shinaar. Adonaï.

