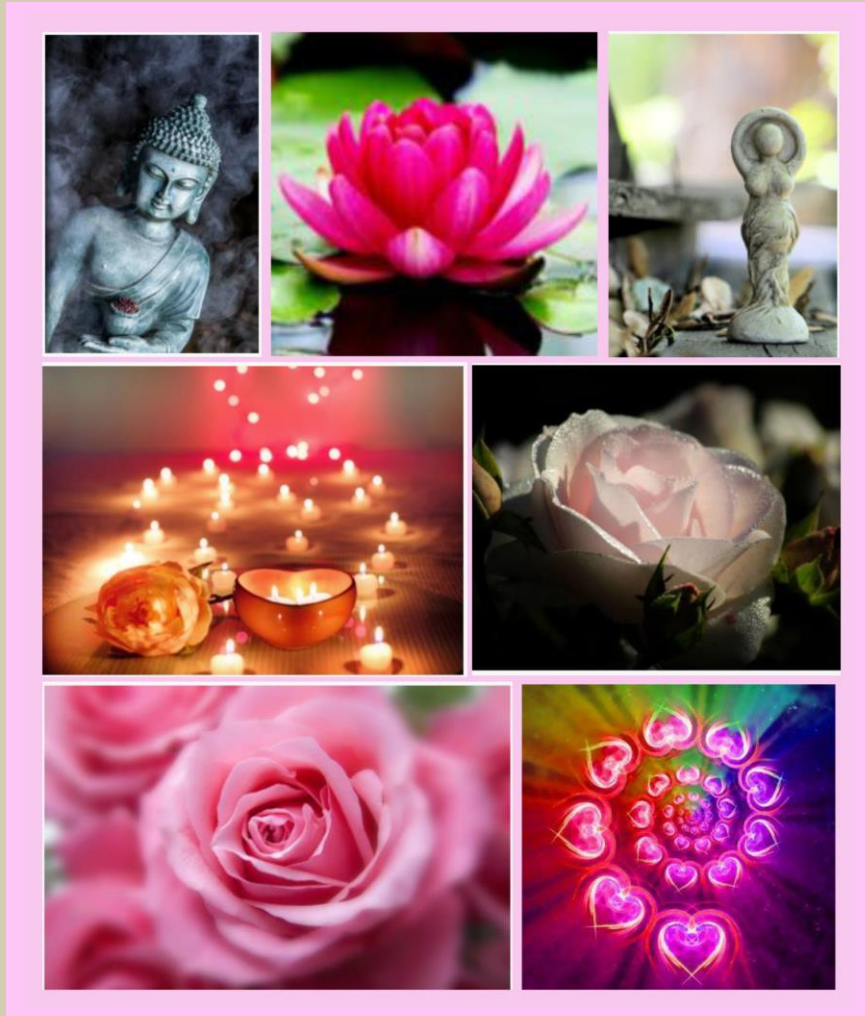
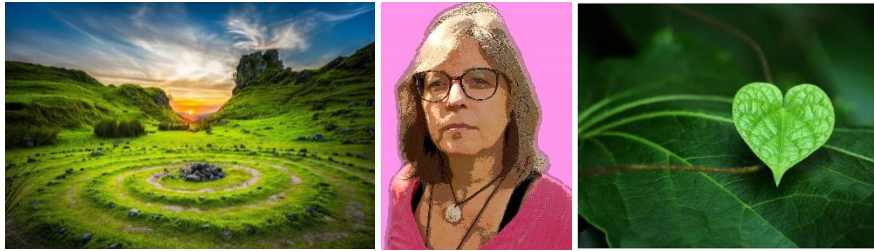


# Grandir en conscience



Amylianah

# POUR GAÏA



*Depuis mon enfance, je suis attirée par la spiritualité. J'ai même envisagé de devenir nonne :o)*

*Mon évolution m'a fait connaître, il y a 20 ans, un premier Eveil grâce à un livre (« L'esprit guide, entretiens avec Karlfried Dürckheim »). Il parle de notre essence divine. Ça a été, pour moi, une Révélation, le début d'une grande aventure en conscience et d'un parcours pour me réaliser pleinement dans ma vie concrète : construire un environnement de vie épanouissant et créer un travail qui reflète pleinement QUI JE SUIS.*

*Alors que je pensais ne plus être susceptible de vivre de grandes douleurs, en 2020, j'ai sombré. Et je me suis à nouveau mise en recherche. J'ai croisé le tantrisme, les méditations quantiques et le chamanisme, autant de découvertes exceptionnelles d'un point de vue de l'évolution personnelle et spirituelle. C'est en découvrant l'Union divine que j'ai vécu l'Eveil de ma Kundalini.*

*J'ai pas à pas reçu le grand privilège de pouvoir communiquer aisément avec les Esprits de la Nature et avec les Guides célestes, principalement des Maîtres ascensionnés.*

*Me voilà aujourd'hui à partager avec vous mes découvertes, des clés pour évoluer en conscience et dépasser nos croyances limitantes, choisir la voie du Pardon, éveiller notre âme d'enfant, incarner le Féminin ou le Masculin sacré et vivre l'Union divine, acquérir une faculté d'autoguérison, comprendre ce que sont les taux vibratoires et les niveaux de conscience...*

*Je vous livre aussi les messages merveilleux et puissants de Maîtres ascensionnés que j'ai reçus, autant de cadeaux d'une valeur inestimée pour nous tous.*

*Quand il s'agit de faire triompher l'amour et la lumière, il ne peut pas être question de 'Copyright'. N'hésitez pas à partager ces informations !*

*Gratitude infinie pour tout ce qui m'a été donné...*

*Amylianah*

# Le travail en conscience



Evoluer, grandir, me guérir, c'est, pas à pas, ôter les voiles qui masquent la lumière de mon âme...

La voie privilégiée de l'évolution personnelle et spirituelle est le chemin de la conscience...  
Mettre en lumière tout ce qui nous sépare de QUI nous sommes au plus profond de nous, de notre vraie nature. Ceux qui ont choisi une voie spirituelle l'appellent 'Moi supérieur', 'Soi', 'Maître intérieur' ou 'Double quantique'. L'appellation a finalement peu d'importance.

Les buts recherchés sont toujours les mêmes :

Evoluer vers SOI, c'est devenir acteur de sa vie (sortir de l'état de victime) et être certain que nous avons le pouvoir de nous changer, que nous avons du pouvoir sur notre réalité, notamment celui de construire une vie épanouissante et qui nous permet de nous réaliser pleinement.

C'est aussi avancer vers plus d'amour de soi, d'estime personnelle et donc, de sagesse et de paix intérieure.

Enfin, c'est cheminer vers notre lumière intérieure et rayonner toujours plus d'amour pour l'autre, pour l'humanité, pour la nature, pour la terre...

## Le travail en conscience

Depuis 20 ans, le travail en conscience, j'en ai fait un sport quotidien, une discipline de vie ☺.

Je veux dire par là que c'est une attention que j'ai accordé à mes ressentis, à mes pensées chaque jour, quasiment d'heure en heure ...

## Par où commencer ?

Vers 30 ans, j'ai choisi de suivre une thérapie qui a duré un an (avant même mon premier éveil) et je me suis rendu compte qu'elle a été un atout pour la suite parce qu'elle m'a appris à porter mon

attention sur mes pensées, mes émotions, mes malaises, à me poser les bonnes questions et à trouver les réponses adéquates.

Je ne dis pas qu'une thérapie est un passage obligé, elle a été une bonne aide me concernant.

Cependant, le chemin en conscience n'a jamais de fin et le pire des pièges est de penser que ça fait si longtemps que je travaille sur moi que je n'ai plus rien à découvrir ou à nettoyer...

## Mal-être, inconfort, angoisse, émotion, peur, douleur, frustration ...

Sortir de l'état de victime, devenir acteur de ma vie, retrouver ma nature profonde passe nécessairement par l'effort d'interroger mon ressenti :

*Qu'est-ce que je ressens ? D'où vient cette tristesse, cette colère, cette souffrance, cette frustration ?*

*Qu'est-ce qu'elle me dit de moi ? De mon histoire ?*

*Est-ce que cette émotion (cette peur, cette colère, ...) est encore justifiée ?*

*Est-ce que ce trait de personnalité est ma part d'ombre sur laquelle je devrai particulièrement travailler ?*

Rien que sur la peur, il y a tout un univers à explorer : 'Peur de l'inconnu', 'peur de la différence', 'peur d'être différent', 'peur de l'abandon', 'peur du rejet', 'peur de la trahison', 'peur de l'humiliation', 'peur du conflit', 'peur de manquer de ...', 'peur de la solitude', 'peur de la foule', 'peur de la mort' ... Les avez-vous dépassées ? Moi pas, pas toutes, en tout cas.

## Des outils d'une grande aide pour le travail en conscience

\*« **Les 5 blessures qui empêchent d'être soi-même** » (Lise Bourbeau) (diverses éditions) : L'abandon ou la peur de l'abandon, le rejet ou la peur du rejet, l'humiliation ou la peur de l'humiliation, l'injustice ou la peur de l'injustice, la trahison ou la peur d'être trahi, de faire confiance. On peut aussi ajouter la soumission ou la peur d'être soumis et l'incompréhension ou la peur d'être incompris...

\***Ho'oponopono** (Rehanna Rymanbee (Larbreveillant)) **VOIR CI-DESSOUS** : **Ho'oponopono** est une technique de réconciliation avec soi-même qui peut nous aider à prendre soin de notre enfant intérieur. Nous pouvons devenir le parent divin de notre enfant intérieur, lui permettre de passer de l'enfant blessé à l'enfant divin protégé et de grandir en lumière.

\*« **Les 4 accords toltèques, la voie de la liberté personnelle** » (Don Miguel Ruiz) (Edition Poche Jouvence): « *Que votre parole soit impeccable* », « *Quoi qu'il arrive, n'en faites pas une affaire personnelle* », « *Ne faites pas de suppositions* » ; « *Faites toujours de votre mieux* ».

## Préjugés et croyances ...

Et qu'en est-il des croyances ?

Il y en a tant, à l'échelle de la personne, de celle de la société et au de-là.

Quelques exemples :

*'Je suis trop timide'- 'Je n'ai aucun talent' – 'Personne ne m'aime' – 'Je suis trop sensible' – 'Etre gentil, c'est être faible' – 'C'est toujours le plus fort qui gagne'...*

Celles liées à la féminité : *'Une femme doit avoir une apparence soignée' – 'Elle doit suivre la mode' – 'Elle doit être mère pour être pleinement femme' – 'Une femme épanouie doit combiner travail, vie de famille et gestion de la maison à la perfection' – 'Sa maison doit être rangée et propre' ...*

Celles liées à la virilité : *'Un homme ne pleure jamais' – 'Il doit se montrer fort, fier, battant' – 'Il doit être le meilleur et dominer' ...*

D'autres, en vrac : *'Il faut être normal et conforme à ce que la société attend de nous' (Qu'attend-elle de nous ?) – 'Il faut avoir un beau diplôme pour réussir dans la vie' (Mais qu'est-ce qu'un beau diplôme et qu'est-ce que « réussir » ? Selon quels critères ? Edités par qui ?) – 'Il faut travailler tous les jours' (se rendre utile) – 'Il faut gagner un bon salaire' – 'Il faut accumuler des biens' – 'Je ne peux pas changer de travail 5 fois de suite' – 'Je dois un respect sans faille à mon patron, à mes parents et à ma famille' – 'Je dois acquérir les dernières nouveautés technologique' – 'Si je suis malade, je dois consulter un médecin' – 'La médecine traditionnelle et les médecines parallèles s'excluent mutuellement' - ...*

Les croyances, comme des vieux schémas, nous nous les imposons. C'est un vaste travail de s'en libérer. Mais quelle légèreté gagnée quand on parvient à en lever, pas à pas...

## La voie vers l'amour de soi, la paix intérieure et l'amour de l'autre

Nettoyer mes blessures, mes douleurs et des schémas de pensées qui me limitent me permet d'avancer vers la compréhension de moi-même. Penser à mes vraies valeurs, à mes qualités, à mes atouts. Affiner la conscience de QUI je suis et de quels sont mes besoins. Alors, en développant doucement ma confiance en moi, le moment vient inéluctablement où des décisions doivent être prises... parce que le cadre dans de vie dans lequel j'évolue ne colle plus à ce que je sais de moi maintenant, à qui je suis au plus profond de moi et ce cadre doit être réajusté. Il ne s'agit pas de 'se mettre en danger', bien entendu. Nous devons nous protéger.

Mais parfois, des pas doivent être franchis : changer d'emploi, refaire une formation, développer sa créativité, déménager, mettre un terme à une relation amicale, sentimentale, voire familiale...

Me connecter à mon pouvoir créateur, à ma capacité de transformer ma réalité et faire grandir mon estime personnelle. Etre authentique. Oser dire. Parler vrai. Cheminer vers la réalisation de soi.

Devenir bon avec moi-même, ouvrir mon cœur et me pardonner mes 'erreurs' (qui sont plutôt des expériences de vie et autant d'occasion d'apprendre). Il n'y a rien à regretter. Me pardonner. Arrêter de me juger. Prendre soin de moi. Me regarder avec tendresse. Vivre des moments de paix intérieure plus souvent.

Doucement, apprendre à être bon avec les autres. Développer de l'empathie. Comprendre qu'ils ont aussi leurs blessures profondes et leurs limites. Saisir que leur comportement à mon égard a été dicté par ces blessures ou par leurs propres croyances ou ... Apprendre à pardonner. Ne plus les juger. Les regarder avec tendresse. Etre bienveillant.

Laisser la douceur et l'amour prendre sa place dans mon cœur et avec lui, la joie, la paix et la gratitude... d'être QUI je suis, d'avancer avec plus de clairvoyance, de savourer tout ce qui est positif sur mon chemin.

Elever ma conscience et laisser la lumière rayonner de mon âme pour le plus grand bien de tous...

## Ecouter nos guides

Tout au long du chemin, développez votre intuition. Demandez de l'aide au plan céleste. Elle vous sera toujours accordée. Connectez-vous à votre/vos guide(s). Ecoutez ce qu'il(s) vous dit/disent : il peut s'agir d'un afflux d'énergie (une sensation d'être profondément aimé et d'être accompagné et soutenu, se sentir comme 'enveloppé') ou peut-être, l'/les entendrez-vous distinctement. Demandez-lui/leur des conseils sur la direction à prendre. Un guide ne vous jugera jamais. Il n'est que bienveillance. Il ne vous dira jamais quelle décision prendre mais vous conseillera sur quelle direction serait la plus juste pour vous aujourd'hui.

6

## Annexe : Ho'oponopono (Rehanna Rymanbee (Larbreveillant))



**Ho'oponopono** est une technique de réconciliation avec soi-même et peut nous réconcilier avec notre enfant intérieur.

Ho'oponopono (parfois traduit par « rétablir l'équilibre ») est une tradition sociale et spirituelle de réconciliation des anciens Hawaïens. Le mot ho'oponopono se compose de ho'o qui signifie « commencer une action » et ponopono signifie « remettre en ordre, harmoniser, nettoyer... »

Nous avons tous été des enfants et notre enfance conditionne inmanquablement notre vie d'adulte. La personnalité d'un adulte est souvent déterminée par une ou des grandes blessures émotionnelles vécues quand nous étions petits (trahison, abandon, rejet, humiliation ...).

Quand nous nous sentons blessé à l'âge adulte, il y a fort à parier que la source de cette douleur n'est pas l'événement en soi vécu aujourd'hui mais l'écho donné par la blessure originelle ressentie dans notre enfance. En ce sens, si nous savons être à l'écoute, l'enfant intérieur est un vrai maître intérieur.

C'est comme si le petit enfant, seul, sans défense, appelait à l'aide. Cet enfant blessé a besoin que nous revenions vers lui pour en prendre soin. Il nous attend patiemment depuis des années. C'est comme s'il disait : « *Toi qui as grandi, qui es devenu adulte, **SOIS AUJOURD'HUI LE PARENT DIVIN** pour que moi, je puisse être l'enfant aimé.* »

Devenons le parent divin de cet enfant. Dès l'instant où nous prenons conscience de son existence, cet enfant pourra grandir en lumière et passer de l'enfant blessé à l'enfant divin et protégé.

## Comment faire ?

S'écouter avec des oreilles reliées au cœur, se tourner vers soi, se relier à son **enfant intérieur** (une belle photo de nous petit peut aider) et, sans analyser de quel type de mémoire il s'agit, en lui parlant avec tendresse, bienveillance et compassion, en répétant les 4 phrases mentalement, vous permettrez à cette mémoire de se nettoyer.

Ces 4 phrases sont : Je suis désolé(e), Pardon, Merci, je t'aime.

**\*DESOLE**, *mon petit/ ma petite, j'ai laissé des années passer sans me relier à toi, je t'ai laissé seul dans tes souffrances et j'en suis sincèrement désolé. Je n'avais pas compris que je ne devais pas me justifier, prouver quelque chose mais que c'est toi qui portes la blessure...*

**\*PARDON** *de ne pas avoir compris que c'est toi qui m'indiques à travers les paroles de l'autre que tu es en souffrance, pardon de ne pas t'avoir écouté. Jusqu'à présent, je cherchais les solutions à l'extérieur de moi, je n'avais pas compris que c'était toi ma solution, que c'était toi ma guérison. Aujourd'hui, je t'entends.*

**\*MERC**I *de m'avoir invité à la relation la plus merveilleuse au monde. Je suis là pour prendre soin de toi.*

**\*JE T'AIME, Je t'aime, je m'aime** *(ou on peut dire « j'aime la vie ou le créateur » (en fonction des croyances)). Je te demande d'avoir confiance en moi. Maintenant tu ne seras plus jamais seul. Sache que tu peux pleurer dans mes bras, je suis là pour t'accueillir et ceci, chaque fois que tu en auras besoin.*

# La voie du Pardon



Il y a quelques années, j'ai perdu mon père.

Comme beaucoup, j'ai été une adolescente, puis, une jeune femme blessée, cachée derrière un voile de protection que j'avais moi-même créé. Peut-être pour qu'il ne laisse pas transparaître ma tristesse et mon manque d'amour. Surtout pour qu'il me mette à l'abri de nouvelles douleurs...

Et pendant tant d'années, j'ai été incapable de réelle empathie vis-à-vis de tout adulte, incapable de faire confiance, incapable d'aimer vraiment.

Puis, est venu ce jour où j'ai vu mon père sur son lit d'hôpital. Il était dans un état grave et quand je lui ai demandé comment il allait, digne, comme il l'a toujours voulu l'être, presque convaincu par ses mots, il m'a dit : « *Je vais bien* ».

En une fraction de seconde, m'est apparu clairement que celui qui avait si longtemps ignoré mon besoin d'attention et d'affection, mettait un point d'honneur à ignorer sa propre douleur et son mal-être. C'est ce qu'il avait fait jusque-là tant de fois, noyant ses peines de multiples façons et veillant à faire bonne figure quelles que soient les circonstances. J'ai pensé : « *Même si j'ai de la rancœur, personne, absolument personne ne mérite de souffrir de cette façon* ». Devant toute ma famille, j'ai poussé un soupir de douleur et j'ai éclaté en sanglots, des sanglots bruyants et incontrôlables...

J'ai pleuré pendant de longues minutes, gênée et aussi consciente que quelque chose s'était produit, une porte s'est ouverte dans mon cœur : celle du Pardon.

Cette expérience a transformé mon existence. J'ai accompagné mon père avec une infinie tendresse durant les dernières semaines de sa vie. Je suis devenue capable d'aimer, d'éprouver au quotidien de l'empathie et une profonde gratitude. J'ai reçu l'immense cadeau du pardon, pour moi et pour les autres.



Ressentir de la rancœur, du ressentiment, de la haine est naturel et très compréhensible.

Mais il va de soi que ces émotions négatives, si elles perdurent, sont un poison qui s'infiltrent en nous, qui peut altérer notre santé mentale ou physique (par ex, entrouvrir la porte à des énergies noires qui peuvent nuire à notre bon fonctionnement et à notre évolution).

Pour nous en libérer, nous devons pouvoir :

\*reconnaître que ressasser, réveiller le souvenir des événements qui nous ont heurtés, ravive constamment la douleur ; qu'en revivant l'offense, nous nous faisons du mal à nous-mêmes ;

\*admettre les blessures infligées, le besoin en nous qui n'a peut-être pas été exprimé mais qui n'a pas été satisfait et le deuil à faire d'une attente que nous portions ;

\*accepter notre colère ;

\*nous avouer que nous n'avons pas su nous défendre, nous protéger de cette blessure et nous pardonner à nous-mêmes pour cela.

Une clé de libération est d'essayer de comprendre notre offenseur. Il ne s'agit pas de le disculper mais plutôt de tenter de saisir quel est son moteur. Qu'est-ce qui dicte sa façon d'agir : Le besoin d'humilier ? De dominer ? De valoriser son égo ?

Quoiqu'il en soit, il est possible d'ancrer en nous que notre offenseur a ses propres limites et que son comportement à notre égard a été dicté par ses blessures, ses croyances, ses préjugés, ses vieux schémas ...

Il est alors aussi possible de saisir que nous ne devons pas en faire une affaire personnelle et que l'acte de nuire, que l'offenseur en ait ou non conscience, ne parle que de lui. Que de lui.

Il est aussi alors envisageable de cesser de le juger et de mettre les événements à distance.

Enfin, comment pouvons-nous tirer un enseignement positif et utiliser cette douleur pour évoluer ?

Que nous avons appris à mieux nous connaître, à moins dépendre de la considération des autres, à dire « non », à mieux nous défendre, ... ?

Ce qui nous empêche de pardonner, ce sont parfois des croyances :

\**Pardonner, c'est oublier* : Tirer les différentes leçons de l'événement, de la douleur, c'est grandir et c'est tout sauf oublier. Mais c'est ouvrir la porte du lâcher-prise.

\**Pardonner signifierait se réconcilier* : Se réconcilier ou non est un choix qui n'est pas obligatoirement lié au chemin du pardon.

\**Pardonner signifierait renoncer à ses droits* : Faire respecter nos droits, c'est nous respecter nous-mêmes, même si nous avons fait le choix de pardonner.

Emprunter la voie du pardon (pour nous-mêmes ou pour autrui),  
c'est offrir à notre âme le cadeau de la légèreté et celui de l'Amour

*Ouvrir notre cœur et pardonner nos 'erreurs' (qui sont plutôt des expériences de vie et autant d'occasion d'apprendre), arrêter de nous juger, prendre soin de nous, nous regarder avec tendresse.*

10

*Doucement, ne plus juger 'les autres' :*

*observer, comprendre, laisser glisser, regarder avec bienveillance,  
reconnaître chez eux nos propres faiblesses, accueillir avec humilité,  
pouvoir reconforter, ...*

*reconnaître nos indécidatesses et nos erreurs,  
demander pardon,*

*s'émouvoir de la réconciliation, savourer le bonheur de l'authenticité...*

*Laisser la douceur et l'amour prendre sa place dans notre cœur et avec lui,  
la joie, la paix et la gratitude...*

*Elever notre conscience et laisser la lumière rayonner de notre âme  
pour le plus grand bien de tous...*

# Se libérer de nos croyances



Les croyances, comme des vieux schémas, nous nous les imposons. Elles exercent un pouvoir puissant, celui de nous freiner dans nos élans, de nous empêcher de vivre pleinement ce à quoi nous aspirons et de saper notre confiance en nous...

Des croyances limitantes, il y en a tant, à l'échelle de la personne, de celle de la société et au de-là. Quelques exemples (voir la page 'Travail en conscience') :

*'Je suis trop timide' - 'Je n'ai aucun talent' - 'Personne ne m'aime' - 'Je suis trop sensible' - 'Etre gentil, c'est être faible' - 'C'est toujours le plus fort qui gagne'...*

S'en libérer, c'est aborder les situations avec un œil neuf, sans préjugés et reprendre la main sur nos choix et nos actions.

## Voici 3 méthodes intéressantes pour s'en libérer

### Aborder la croyance en conscience

La première méthode consiste à décortiquer et démonter une croyance et à prouver qu'elle n'est pas une vérité absolue. Une fois que ce chemin mental est parcouru, je peux choisir de croire en quelque chose de plus positif et qui convient à mon évolution ici et maintenant.

Mais il faut être vigilant ... une croyance limitante a « son utilité », je l'ai 'créée' parce qu'elle me convient dans certaines circonstances : elle me protège quand je n'ose pas entreprendre quelque

chose. Pour se débarrasser de cette croyance, il est donc nécessaire de reconnaître qu'elle a une utilité cachée.

\*Commencer par débusquer nos croyances : ce n'est pas toujours simple car elles se cachent derrière ce qu'on pense être des évidences. Elles contiennent des '*toujours*', '*jamais*', '*personne*', '*tout le monde*', '*chaque fois*', '*Je suis trop...*' ; '*Je ne suis pas assez*', '*Il faut*', '*Je dois*'...

\*Quand nous en avons repéré une, il s'agit de chercher des situations où cette croyance n'est pas vraie ; ce seront nos repères mentaux pour acter en conscience que cette affirmation n'est pas valide.

\*Ensuite, trouver une voie alternative : étudier mentalement de quoi cette croyance nous protège et comment nous préserver au mieux si cette croyance disparaît afin de faciliter le travail de 'nettoyage'.

\*Reformuler en une affirmation qui aide.

\*Aller de l'avant : Penser aux nouvelles possibilités qu'avoir allégé cette croyance m'offre. Qu'est que je ferai à l'avenir, qu'est-ce que je m'autoriserai à penser, à dire, à faire que je ne m'autorisais pas ? Se donner des objectifs réalisables qui permettront de faire évoluer notre comportement et de tendre vers plus de confiance et de paix intérieure.

### **Exemple : 'Être gentil, c'est être faible.'**

(N.B. : 'Être gentil' pourrait être remplacé par être empathique ou généreux)

Sous-entendu : 'Je suis gentil, donc, je suis faible'.

Est-ce qu'il y a des cas où cette affirmation est fausse : Oui, je connais des personnes que j'admire, qui sont profondément gentilles et qui ont beaucoup de force et de charisme. Moi-même, quand je donne de mon temps à X et à Y, je me sens nourri et je ne me sens pas faible.

D'où vient cette idée que les personnes gentilles sont faibles ?

C'est un regard, une critique, un jugement qui appartient à des personnes pour qui, par ex, l'accumulation de richesses ou la compétition entre êtres humains est essentielle. Ce jugement, je l'ai fait mien...

Comment me protéger si ma croyance disparaît ? Je reste fidèle à moi-même, je ne change pas mes façons d'agir mais je m'abstiens de parler de gentillesse, d'empathie ou de générosité devant ces personnes pour me protéger de leurs jugements. Mais je ne partage pas/plus leur point de vue. Et comment valoriser la gentillesse ?

J'ai conscience que j'ai en moi beaucoup de gentillesse (de l'empathie ou de la générosité, par ex) et je l'accepte. Être gentil n'est une faiblesse qu'aux yeux des personnes qui ne partagent pas cette valeur. Désormais, leur avis ne compte plus.

Être gentil, c'est laisser rayonner la plus belle part de mon âme. Je fais des efforts pour pouvoir affirmer l'importance de cette qualité quand je sens que c'est nécessaire et possible.

Je laisserai spontanément s'exprimer ma gentillesse avec la conviction que c'est une belle valeur et je partagerai mes idées avec des personnes en qui j'ai confiance et qui sont bienveillantes.

Il peut être utile de suivre ce chemin mental plusieurs fois pour qu'il soit ancré en nous et nous libère définitivement de cette croyance.

Les croyances sont nombreuses. Il nous appartient de les mettre en lumière et de les remplacer par des affirmations plus objectives et aidantes. Ces reformulations permettent de porter un regard apaisant et bienveillant sur nous-même et sur notre chemin.

## Expérimenter la méditation quantique

Mon objectif est de partager avec vous un outil simple mais extrêmement puissant que j'ai beaucoup utilisé. Il m'a permis d'alléger mon esprit de croyances qui étaient à la source de douleurs dont je n'arrivais pas à me défaire jusque-là. Je ne suis cependant pas spécialiste de la physique quantique. Aussi, si vous voulez tout savoir sur le sujet, je ne peux que vous encourager à faire des recherches dans ce domaine.

La physique quantique montre que les atomes, à l'échelle de l'infiniment petit, sont faits d'énergie et ne sont pas réellement de la matière tangible. Elle avance aussi que les atomes s'influencent les uns les autres, sans être en contact direct, grâce à une énergie invisible... Une conséquence de tout cela est que nos pensées sont des énergies capables de modifier le comportement de nos cellules et notre magnétisme. Tout est énergie, vibration, fréquence.

Sur le chemin du développement personnel, une majorité de nos difficultés proviennent exclusivement du mental. Lorsque l'énergie mentale est bloquée, notre vie se met à stagner. La méditation quantique, en éveillant une force endormie en chacun de nous, permet à cette énergie de circuler à nouveau de manière fluide. C'est un potentiel d'activation et de guérison infini que possède en fait chaque être humain.

Cette méditation est extrêmement efficace pour lever des croyances mais elle peut aussi l'être pour améliorer une situation problématique ou une relation conflictuelle, par ex. Elle peut, en fait, être adaptée en fonction de nos besoins. Le principe est assez simple.

Il s'agit d'aller à la rencontre de 'l'énergie de ...' que nous allons visualiser sous la forme d'un personnage. L'énergie de quoi ? En liaison avec les croyances, ça peut être : 'le travail', 'l'argent', 'l'image que j'ai de moi', 'l'image que les autres ont de moi', 'la féminité', 'la réussite professionnelle'... Prenons le temps d'identifier un peu plus précisément quelle croyance bloque notre avancée. 'Le travail', par ex, est, en soi, un thème vaste ; il est utile de préciser quel aspect pose mentalement problème. Par ex, ça peut être 'le travail' dans sa définition par la société de ce qu'est un travail 'acceptable' et reconnu socialement.

### Pratique méditative

S'installer confortablement et respirer profondément de manière consciente.

Prendre le temps de sentir le calme s'installer en soi. Cela préparera notre corps physique et notre esprit à une profonde connexion quantique.

Se relier à toutes les sources d'énergie positives et bienveillantes qui nous entourent et nous protègent (ça peut être notre/nos guide(s), un ange, un maître ascensionné ou des forces lumineuses tout simplement) et leur demander de nous accompagner dans ce processus afin qu'il soit guérisseur et qu'il nous permette de grandir en amour et en conscience.

Formuler l'intention de notre séance méditative : 'Je souhaite partir à la rencontre, en moi, de l'énergie de '...' (ce que nous avons choisi de transmuter)

### Première étape

Calmement, sur une expiration, débiter notre voyage intérieur en plongeant en nous-même, dans notre corps, lentement, très loin, à la rencontre de cette énergie représentée par un personnage. Accompagnés par les forces lumineuses, nous nous dirigeons vers lui. Nous nous positionnons face à lui. Prenons tout notre temps pour observer son allure. Est-il avenant ? Quelle impression déclenche-t-il en nous ? Est-il âgé ? Impressionnant ? Décrépit ? En colère ?

Nous pouvons entrer en contact avec lui et lui parler, lui poser des questions. (Par ex, pourquoi a-t-il cet aspect aujourd'hui ? Qu'est-ce qui l'a fait évoluer en ce sens ?)

Quel lien entretenons-nous avec lui ? Quel genre de relation ? Chaleureuse ? Distante ? ...

Quand nous avons obtenu les informations qui nous semblent suffisantes, remercions ce personnage/énergie pour sa disponibilité et reprenons conscience de notre respiration.

Lentement, à notre rythme, revenons à nous, à notre conscience ordinaire, à notre corps physique.

Nous pouvons prendre des notes, si ça nous semble utile.

## Deuxième étape

Nous sommes toujours connectés aux forces lumineuses et bienveillantes, entourés et accompagnés par elles.

Portons à nouveau notre attention sur notre respiration. Calmement, sur une expiration, nous replongeons en nous-même, en profondeur, pour revenir à l'endroit où nous avons rencontré ce personnage/énergie. Nous pouvons reprendre contact avec lui et lui parler (ce n'est pas obligatoire). Reprenons un temps pour le regarder et sentir le lien qui nous unit.

Puis, sur une expiration, nous allons 'sortir de nous-même' comme à l'horizontal, pour observer la scène d'un point de vue 'éloigné'. D'où nous nous trouvons, notre conscience peut observer la part de nous qui est descendue et qui est en relation avec ce personnage/énergie, comme si, curieusement, nous étions extérieurs, détachés de la situation.

Autour de nous et en nous, tout est calme.

Pendant que nous observons cette scène, nous sentons s'éveiller en nous une force lumineuse, pure et très puissante. Nous devenons 'pure conscience lumineuse'. Comme si nous projetions de la lumière sur cette scène, nous allons créer un lien de lumière, un lien d'amour universel très fort avec le personnage/énergie, avec la part de nous qui est en face de lui et avec la relation qu'ils nourrissent.

Quand notre intuition nous dit que la lumière 'a fait son œuvre', lentement, notre conscience se rapproche de la part de nous qui est face au personnage et la réintègre. Notre conscience est à nouveau face au personnage/énergie. Que ressent notre conscience ? Le personnage/énergie, a-t-il changé ? Est-ce que la relation entre lui et nous a changé ?

Remercions à nouveau ce personnage/énergie pour sa disponibilité et reprenons conscience de notre respiration. Lentement, à notre rythme, revenons à nous, à notre conscience ordinaire, à notre corps physique.

Nous pouvons refaire le processus autant de fois que cela semble nécessaire. Ce qui importe c'est l'expérience lumineuse de détachement qui permet de mettre à distance une croyance ou une problématique autre (relationnelle, par ex). Un regard nouveau, lucide, calme, peut s'ouvrir à nous, libéré des freins mentaux.

## Adopter la sagesse de l'Aigle

L'Aigle est un esprit que l'on peut souvent croiser au cours de voyages chamaniques. Il peut être un animal totem (qui veille sur ou protège une personne tout au long de sa vie) ou un animal de pouvoir (qui croise notre chemin pour délivrer un message).

Voici ce que le site web Grand Ours Chaman dit de l'Aigle : « *L'Énergie Positive de l'Aigle est primordiale dans la Sagesse Amérindienne. Elle symbolise la connexion totale avec le Grand-Esprit et par là, la Conscience. Elle est empreinte de légèreté et de puissance. Sa capacité à s'élever au-dessus*

*de tout et tous lui confère un sage détachement. Il ne se laisse pas ébranler par des futilités et des détails. Il est au-dessus de tout, sans jugement, sans crainte, ni même opinion. Il accepte la Vision de ce qui Est, guidé par la Source Solaire qu'il incarne. L'Aigle est sans doute la symbolique de la plus grande élévation spirituelle qui soit. »*

*Ou encore : « L'Aigle est l'emblème de l'élévation supérieure, celui qui s'élève au-dessus de tout. Il est totalement libre et détaché, ce qui lui confère ses nobles visions justes et perçantes. C'est sa capacité à s'élever au-dessus des montagnes, au-dessus des nuages, qui lui apporte la Paix éternelle. De ces hauteurs et de son œil avisé, il observe tel un sage et perce les défis à relever. Il voit, il sait. Rien ne peut le toucher tant sa distance avec les événements est grande. C'est là toute sa force. Il reste inébranlable (...). Il sait. »*

Que nous ayons à nous libérer d'une croyance ou que nous souhaitions transformer notre regard sur une situation problématique, la sagesse de l'Aigle est un atout qui sera d'une grande efficacité si nous savons nous en imprégner.

### Pratique méditative (de type 'visualisation')

S'installer confortablement.

Respirer profondément et en conscience. Prendre le temps de sentir le calme s'installer en soi. Se relier à toutes les sources d'énergie positives et bienveillantes qui nous entourent et nous protègent et leur demander de nous accompagner dans ce processus afin qu'il soit guérisseur et qu'il nous permette de grandir en amour et en conscience.

Formuler l'intention de notre séance méditative : 'Je souhaite me libérer de telle croyance ... ou modifier ma vision de telle situation'.

Lire la description faite de l'Aigle, de son pouvoir, de sa sagesse (à voix haute ou à voix basse)... S'imprégner de son regard.

Imaginons-nous nous trouver dans un lieu propice à la rencontre avec l'Aigle : une prairie, le flanc d'une colline ou d'une montagne. Tout est calme. L'air est pur.

Au bout de quelques instants, l'aigle apparaît à proximité. Il vole autour de nous. Il plane.

En une fraction de secondes, imaginons-nous être l'Aigle, adoptons son regard.

Nous nous souvenons de sa sagesse. Il est nos yeux. Nous sommes ses yeux.

Nous volons avec lui, en lui. Il sait. Nous savons.

Nous survolons la situation qui nous pose question.

Nous prenons le temps de l'observer avec calme.

Vue d'en haut, elle paraît lointaine, sans réelle importance.

Elle existe mais nous en sommes détachés.

Quand il nous semble que la sagesse de l'Aigle a fait son travail, doucement, à notre rythme, revenons à nous, à notre conscience ordinaire, à notre corps physique.

Notre regard sur la croyance ou sur la situation problématique a-t-il changé ?

Nous pouvons également refaire le processus autant de fois que cela semble nécessaire.

C'est une autre voie efficace pour être apte à faire de nouveaux choix, allégés d'une croyance, allégés d'un poids et avancer en conscience dans la paix intérieure.

## Réveiller notre âme d'enfant



*L'enfant dont le regard pétille en découvrant un arc-en-ciel, qui ferme les yeux pour mieux savourer l'odeur et le goût du pain tout frais, qui glousse et rit aux éclats, pouvez-vous sentir sa joie ?*

*L'enfant qui joue avec ces enfants qu'il ne connaît pas, qui partage sa pomme avec celui qui n'en a pas, qui ne voit même pas une couleur de peau différente de la sienne, pouvez-vous sentir son insouciance et sa bonté naturelle ?*

*L'enfant qui court à en perdre haleine, qui se roule dans l'herbe, qui joue et danse, pouvez-vous à nouveau ressentir sa jubilation et son immense liberté intérieure ?*

*L'enfant qui dessine des créatures imaginaires, qui invente une histoire qui rebondit de personnages extraordinaires en anecdotes farfelues, qui chante sa nouvelle chanson à tue-tête sans même se soucier s'il chante juste, pouvez-vous sentir sa puissance créatrice ?*

*L'enfant a en lui une grande capacité d'émerveillement, une merveilleuse faculté d'éveiller sa joie et un pouvoir créateur considérable. Il vit l'instant présent. Il n'a pas peur du regard de l'autre. Il n'a pas peur d'imaginer, d'aller à la rencontre de ... ou de partir vers l'inconnu...*

*Quel que soit le moyen (suivre un cours de danse, ouvrir un livre pour enfant, plonger dans nos souvenirs, emprunter les chemins de traverse ...), réveiller les dons propres à notre âme d'enfant stimule nos sens, nous connecte à notre force créatrice et nous offre un réel pouvoir de libération des peurs.*

*C'est un puissant moyen d'enchanter le cœur et de grandir spirituellement.*



# L'union divine



## Le féminin sacré et le masculin sacré

Nous savons que les énergies féminines et masculines (yin et yang) s'expriment dans tout l'univers et en chaque être humain. Pour pouvoir exister, chaque pôle ou chaque force a besoin de son opposé ou plutôt, de son complémentaire. Chaque homme possède une part d'énergie féminine et inversement. Nous nous devons de créer un équilibre, en nous, entre les 2 : Le féminin est le cœur des émotions, de la sensibilité, de l'intuition, de l'inspiration... Le masculin aide à mettre en œuvre, à passer à l'action.

### **Le féminin sacré et le masculin sacré expriment plutôt une sagesse ancestrale.**

Pour une femme, reconnaître en soi son féminin sacré ou pour l'homme, son masculin sacré nécessite un travail en conscience et un nettoyage de bon nombre de croyances...

## Le féminin sacré

Malmenée par les diktats religieux et la culture patriarcale dominante, la femme a un véritable pèlerinage à effectuer pour rencontrer la dimension divine de sa féminité : se sentir femme et complète, puissante et douce, nourricière et accueillante, sensible et sage...

La femme dans son féminin sacré s'assume pleinement. Elle est épanouie, en pleine possession de son pouvoir. Elle est libérée des freins qui l'empêchent d'atteindre sa puissance féminine, une force intérieure à la fois mentale et physique. Elle ne cherche pas à correspondre à une quelconque image ou à se soumettre à une exigence culturelle. Elle reconnaît sa beauté intrinsèque quelle que soit son apparence. Elle est à l'écoute de et exprime sa sensibilité, ses besoins, ses envies, sa féminité, sa vérité intérieure, ses idées...

Son rapport aux autres change : Eveillée par une sororité complice, elle perçoit les autres femmes comme ses alliées. Elle ne se sent ni supérieure, ni inférieure à l'homme ; elle développe envers lui une fraternité naturelle. Elle reconnaît sans peine qu'elle a parfois besoin de l'aide d'un homme.

Il émane d'elle une présence douce et ferme, profonde et claire, sans besoin de séduire, sans besoin d'attachement et sans crainte. Elle incarne la Déesse en elle.

### Son rapport à la sexualité est aussi métamorphosé

La plupart des femmes portent en elles une honte inconsciente d'avoir du désir sexuel et d'éprouver du plaisir. C'est la conséquence d'une vision séculaire erronée de l'union sexuelle répandue dans nos sociétés. Cette vision limite la relation sexuelle à une rencontre physique (seuls les chakras inférieurs sont activés) et résume la femme, au mieux, à un être passif et soumis.

La femme dans son féminin sacré reconnaît –enfin - sa sexualité comme une dimension de son être divin. Elle vénère son corps de femme, chacune de ses cellules. En ouvrant consciemment son Yoni, comme s'il s'agissait d'une porte sacrée, elle s'éveille à sa propre puissance sexuelle et ce faisant, crée un lien profond entre son chakra du cœur (par lequel elle vit sa relation à l'homme qu'elle aime) et son 2ème chakra, le chakra sacré (siège des énergies sexuelles et des forces créatrices). Le lien entre ces 2 chakras est une des CLES de l'Union divine.

### Le masculin sacré

L'homme doit lui aussi se libérer des attentes véhiculées par la société.

L'homme dans son masculin n'est plus dirigé par son égo dominateur et ne cherche plus à être le meilleur ou le plus fort. Il n'a pas besoin d'avoir du pouvoir, un statut ou de l'argent pour savoir qui il est ou pour séduire. Il utilise sa force physique et mentale pour faire le bien avec honnêteté, pour aider et protéger, voire pour combattre l'injustice. Il a conscience que ses actes ont un impact sur le monde et qu'il en est responsable. Il respecte toute forme de vie.

Il accepte sa sensibilité et n'a pas peur de montrer ses émotions ou ses sentiments, de faire preuve de douceur ou de tendresse (même en public).

Il aime et respecte la femme et la perçoit comme son égale et son complément.

Il faut se rendre à l'évidence que seul le triomphe du masculin sacré sur terre assurera un avenir possible à l'humanité. Un masculin sacré qui permet au féminin sacré de cheminer en toute sérénité et en parfaite harmonie avec lui. Un masculin sacré qui protège toute forme de vie et en particulier, son lieu de vie : la Terre.

### Sa perception de la relation sexuelle change également

Il respecte la femme, ses attentes et ses désirs. Mais surtout, il envisage la relation sexuelle comme un acte d'amour. Il est ouvert à son cœur et par là, crée une profonde connexion entre son 2è chakra, le chakra sacré et son chakra du cœur.

Ce chemin est 'inverse' ou complémentaire à celui parcouru par la femme. Là où la femme a pour 'mission' de connecter son cœur à sa puissance sexuelle, l'homme se doit d'associer sa force sexuelle à sa puissance d'amour. Le lien entre ces 2 chakras est à nouveau une CLE de l'Union divine.

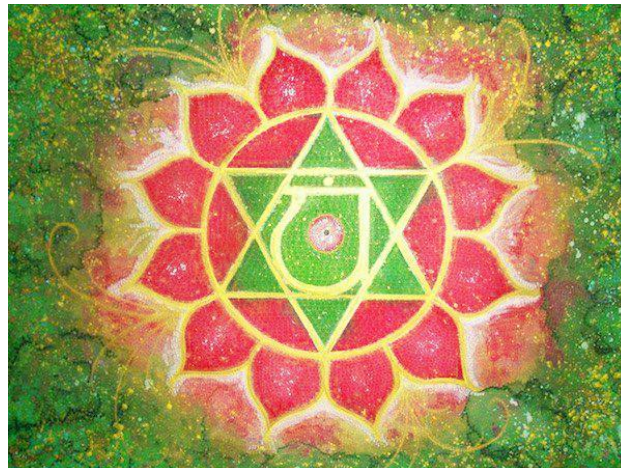
## L'union divine

Dans la perspective de l'évolution personnelle et spirituelle, l'Union divine du masculin et du féminin sacrés est un véritable tremplin. Il l'est pour 2 raisons : il permet de vivre la béatitude, l'extase ou la fusion spirituelle, nous mettant en contact avec des états vibratoires très élevés. Mais il peut aussi être déclencheur de l'élévation de la puissante Kundalini.

### Comment réaliser l'Union divine ?

Pour que l'Union divine puisse avoir lieu, des conditions doivent être réunies chez deux personnes qui s'aiment et qui souhaitent la réaliser :

*une ouverture du chakra du cœur,  
une volonté de s'engager entièrement dans ce moment d'Union,  
un abandon de toute peur et de toute angoisse, dans une infinie tendresse,  
à l'amour de l'autre et à l'Amour divin  
et accompagner cette rencontre de la Conscience vive de créer une Union sacrée  
(vision très éloignée de la rencontre intime véhiculée d'ordinaire).*



La première étape consiste, pour les 2 partenaires, à ouvrir leur chakra du cœur, à laisser l'amour rayonner pleinement, en toute liberté et sans angoisse et à se relier cœur à cœur dans la plénitude de l'instant. Prendre le temps de sentir l'énergie d'amour circuler et s'échanger librement dans la paix et la sérénité. Ça n'empêche en rien une expérience d'une grande intensité.

Une connexion entre eux est ensuite établie au niveau du 2<sup>ème</sup> chakra ou chakra sacré.

Enfin, une connexion est créée, dans l'amour, de conscience à conscience, comme un tendre baiser du front.

Cette explication est technique mais entre deux personnes qui s'aiment et qui unissent leur corps dans l'amour et la tendresse, ces connexions s'opèrent très facilement...

A l'apogée de l'Union, le flux énergétique traverse les 7 chakras du couple et engendre entre eux, une fusion sur tous les plans associés aux chakras.

En fonction de la profondeur du lien d'amour qui les relie, elle et lui, le masculin et le féminin sacrés, et de l'intensité d'abandon à l'amour l'un de l'autre et à l'Amour divin, ils peuvent expérimenter l'union parfaite : la béatitude, l'extase, voire l'unité avec l'Essence absolue.

Autant d'expériences d'une grande intensité spirituelle leur permettant d'accéder à des niveaux de conscience très élevés.

L'union divine peut être réalisée sur le plan spirituel et ne nécessite donc pas forcément un contact sexuel ou physique. Elle peut même être réalisée sur le plan éthérique. Si nous avons la moindre crainte, nous pouvons nous relier à toutes les sources d'énergie positives et bienveillantes qui nous entourent et leur demander de protéger notre structure énergétique au cours de cette rencontre.

## L'Eveil de la Kundalini



Le canal principal de la colonne vertébrale par lequel monte la Kundalini 'enroulée comme un serpent' depuis l'entrée du centre coccygien au bas de la colonne vertébrale est sushumnâ. Chez la plupart des gens, une très faible partie seulement de la force de la kundalini circule à travers ce canal.

Plus cette énergie est mise en éveil par l'évolution de la conscience de l'être humain, plus son courant afflue dans le canal pour nettoyer et rendre actifs les différents chakras. Cette animation entraîne un agrandissement des centres énergétiques et une accélération de leur fréquence permettant d'accéder progressivement à toujours plus de facultés liées aux divers plans énergétiques.

Plus l'énergie propulsée par la kundalini est forte, plus les chakras deviennent actifs, entraînant un nouvel élargissement de la conscience. S'ensuit donc un cercle vertueux de prise de conscience et d'élévation vibratoire.

Or, pendant l'Union divine, le courant énergétique est particulièrement animé et intensifié. Un éveil puissant de la force de la Kundalini peut se produire chez les 2 partenaires, mettant en œuvre ce cercle vertueux d'élévation de conscience.

Ceci explique pourquoi l'Union divine est un soutien essentiel sur le chemin vers la Maîtrise spirituelle.

# Faculté d'auto-guérison et chamanisme



Sur le chemin vers la Maîtrise spirituelle, une étape importante doit être franchie : celle du **saut quantique** (voir la page dédiée aux taux vibratoires et aux sauts de conscience).

Ce saut quantique correspond aujourd'hui pour un être humain à un taux vibratoire de 120.000 unités bovis. Ce saut est effectué quand un être éveillé a accompli un long travail en conscience à la rencontre de QUI il est **ET** qu'il a développé une faculté d'auto-guérison.

La faculté d'auto-guérison, je l'ai acquise grâce au chamanisme.  
Il existe d'autres pratiques rituelles permettant une auto-guérison, développées dans d'autres cultures. Je ne les connais malheureusement pas...

Le chamanisme est pratiqué de manière ancestrale par de nombreux peuples indigènes partout dans le monde : Sibérie, Asie centrale, Mongolie, Amériques, Australie, Afrique...

L'Art chamanique est basé sur une communion du Chaman (ou homme/femme-médecine) avec la Nature, le vivant et le monde spirituel, en particulier, les esprits de la nature...

Au cours de ses voyages chamaniques à la rencontre de son animal totem ou de ses animaux de pouvoir (son animal tuteur pour la guérison ou son animal guide de recouvrement d'âme), le chaman obtient des informations et des remèdes pour aider ses 'patients'.

Pour aider au développement de leur âme, il peut leur venir en aide de différentes façons :

- \*En obtenant des conseils auprès de son animal totem sur une voie à emprunter dans une trajectoire de vie, par ex ;
- \*En transmettant, sur le plan éthérique, une médecine (plante(s), minéral, décoction ...) ;
- \*En pratiquant une extraction spirituelle : nettoyer une empreinte négative qui peut être une mémoire familiale, une croyance ou de l'énergie noire... ;
- \*En allant à la recherche d'un animal totem perdu : quand une personne est coupée de ses intuitions, il arrive que son animal totem s'en éloigne ;
- \*En effectuant un recouvrement d'âme : au cours de notre histoire, suite à un ou des traumatismes, à un choc émotionnel, ..., il arrive que nous perdions un ou plusieurs parts de notre âme. Le chaman, au cours d'un voyage (ou de plusieurs), ramène cette/ces parts d'âme égarées dans des souffrances passées pour nous la/les rendre.

Il est évidemment intéressant de consulter un chaman pour bénéficier de ses soins ; notamment, les recouvrements d'âme qui sont des rituels sacrés. Ces soins ne peuvent que nous faire progresser sur la voie de la conscience.

Mais il est encore plus intéressant de développer **nos propres capacités de chaman** pour guérir notre propre corps et notre âme, grandir en amour et en conscience et augmenter encore nos facultés ...

Le principe est simple.

Avant tout voyage chamanique, il faut de préciser notre intention du voyage : *'aller à la rencontre de tel animal tuteur pour, par ex, soigner telle partie de notre corps ou tel chakra' OU 'aller à la rencontre de notre animal totem pour bénéficier de sa sagesse face à telle situation'...*

Il y a alors lieu d'intégrer le remède offert ou de laisser parler notre intuition pour interpréter les messages transmis sous forme d'images ou de pierre ou ... ou, si ces animaux parlent distinctement, de les écouter, de converser avec eux.

C'est à la portée de tout être humain.

# Taux vibratoire et niveaux de conscience

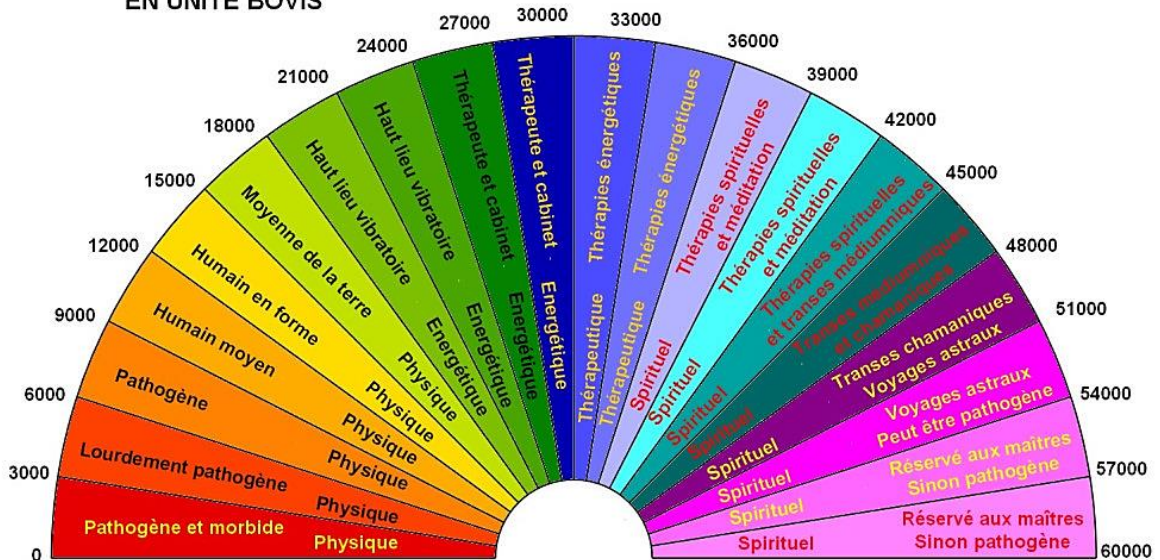


## Les taux vibratoires et le saut quantique

Au cours de notre chemin spirituel, il est intéressant de s'attarder aux taux vibratoires. Il est assez simple de mesurer, grâce à un pendule, le taux vibratoire d'un lieu, d'une personne ou notre propre taux vibratoire.

Le cadran ci-dessous détaille bien à quoi correspondent les différents taux auxquels peut vibrer un être humain.

**CADRAN DU NIVEAU VIBRATOIRE EN UNITE BOVIS**



Plus un être humain avance sur le chemin de la conscience, plus son taux vibratoire augmente.

Ce taux peut éventuellement être bridé par des pertes de parts d'âme (voir la page sur le chamanisme), des blocages énergétiques majeurs ou des 'intrusions spirituelles' (une forme d'énergie noire, par ex, qui s'est insinuée dans un corps physique ou énergétique à l'occasion d'une période tumultueuse de la vie). Il est donc important d'avoir recours à des thérapies énergétiques ou spirituelles pour pouvoir se libérer de ce genre de freins qu'en conscience seulement, on ne peut pas lever.

Sur le chemin vers la Maîtrise spirituelle, une étape importante doit être franchie : celle du **saut quantique**.

Il est effectué quand un être éveillé a accompli un long travail en conscience à la rencontre de QUI IL EST **ET** qu'il a développé une faculté d'auto-guérison. Ce saut quantique correspond sur ce cadran à 60 000 UB.

Mais, **aujourd'hui, ce cadran devrait être complètement revu** : depuis le mois de février 2021, le taux vibratoire de Gaïa, l'esprit de la Terre, a fortement augmenté. Il a été multiplié par 5 ... Cette augmentation influence la planète entière : les arbres, les animaux, les océans, ... et les êtres humains, bien entendu, en tout cas, ceux qui y sont bien connectés (et qui ont vu leur taux vibratoire fortement augmenter en peu de temps).

Il en découle que toutes les mesures du cadran devraient être à peu près doublées. Le saut quantique correspond aujourd'hui à un taux vibratoire de 120.000 unités bovis et généralement, il est accompagné par un Eveil de la Kundalini.

La faculté d'auto-guérison, je l'ai acquise grâce au chamanisme mais il existe d'autres pratiques rituelles permettant une auto-guérison, développées dans d'autres cultures. Je ne les connais malheureusement pas...

A ce stade d'évolution, une communication avec un guide spirituel céleste est en principe devenue aisée. Peut-être l'a-t-elle toujours été pour vous mais dans mon cas, elle s'est affinée avec le temps. Si nous avons ou non franchi ce saut quantique, c'est notre guide spirituel céleste qui nous en informe. Personne n'en décide à sa place. Et ce guide céleste deviendra notre référent pour atteindre la Maîtrise spirituelle.

Ce sont aussi les guides célestes (maîtres ascensionnés) qui nous informent si nous avons atteint la Maîtrise spirituelle. Eux, et personne d'autre. La Maîtrise spirituelle correspond à un taux vibratoire de 360 000 UB. Il est atteint grâce à une montée par paliers de la puissante Kundalini.

Le canal principal de la colonne vertébrale par lequel monte la Kundalini 'enroulée comme un serpent' depuis l'entrée du centre coccygien au bas de la colonne vertébrale est sushumnâ. Chez la plupart des gens, une très faible partie seulement de la force de la kundalini circule à travers ce canal.

Plus cette énergie est mise en éveil par l'évolution de la conscience de l'être humain, plus son courant afflue dans le canal pour nettoyer et rendre actifs les différents chakras. Cette animation



entraîne un agrandissement des centres énergétiques et une accélération de leur fréquence permettant d'accéder progressivement à toujours plus de facultés liées aux divers plans énergétiques.

Plus l'énergie propulsée par la kundalini est forte, plus les chakras deviennent actifs, entraînant un nouvel élargissement de la conscience. S'ensuit donc un cercle vertueux de prise de conscience et d'élévation vibratoire qui peut mener à la Maîtrise spirituelle.

## Les niveaux de conscience

Au cours de notre chemin spirituel, il est aussi intéressant de s'attarder aux niveaux de conscience.

Le tableau ci-dessous détaille bien quels sont les paliers d'évolution de conscience d'un être humain. Et il est assez simple de vérifier, grâce à un pendule, où en est notre propre conscience.

## Carte de la conscience humaine de David Hawkins

Réalisée sur base des ouvrages de référence "Power vs. Force" (1re éd. 1995) et "Transcending the Levels of Consciousness" (2006) du Dr. David R. Hawkins, et de la carte réalisée par Olga Alexandrova disponible sur internet, chaque élément ayant été rigoureusement vérifié au pendule (par Jean-Charles de Biolley, février 2021, www.ilona-jeancharles.be)

Niveau	Logar.	Emotion	Vue de la vie	Processus	Niv. bonheur	Posture
HONTE	20	Humiliation, haine de soi	Misérable	Elimination	1%	Négativité et passivité
CULPABILITE	30	Blâme, autorécrimination	Malveillante, maléfique	Destruction	4%	
APATHIE	50	Désespoir, impuissance	Sans espoir	Abdication	5%	
CHAGRIN	75	Regret, tristesse, dépression	Tragique	Abattement	9%	
PEUR	100	Anxiété, angoisse, terreur	Effrayante	Retrait	10%	Négativité et activité
DESIR	125	Envie, jalousie	Décevante	Asservissement, addiction	10%	
COLERE	150	Haine, révolte	Antagoniste	Agression, vengeance	12%	
ORGUEIL	175	Dédain, mépris, fierté, vanité	Exigeante, insatiable	Surestimation	22%	Positivité et dualité
COURAGE	200	Affirmation, ouverture	Faisable, vivable	Détermination, autonomisation, responsabilisation	55%	
NEUTRALITE	250	Confiance, détachement	Satisfaisante	Libération, lâcher-prise	60%	
VOLONTE	310	Optimisme, engagement	Pleine d'espoir	Intention	68%	
ACCEPTATION	350	Pardon	Harmonieuse	Transcendance	71%	
RAISON	400	Compréhension	Pleine de sens	Abstraction	79%	Positivité et unité
AMOUR	500	Révérance	Bienveillante, bénéfique	Révélation, inspiration	89%	
AM. INCOND.	540	Sérénité	Merveilleuse*	Guérison	96%	
JOIE	570	Extase	Complète	Transfiguration	99%	
PAIX	600	Béatitude, félicité	Parfaite	Illumination	100%	Don de soi
REALIS. DE SOI	700	Indicible	Totale*	Réalisation, éveil*	Infini	
EVEIL TOTAL	850	Ineffable	Elle EST	Conscience pure	Infini	
AVATAR	1000	Don de soi*	Divine*	Rédemption*	Infini	

\* Apports personnels

L'Eveil spirituel correspond au moment où un être humain prend conscience qu'il peut être acteur de sa vie, qu'il décide de grandir en amour et en lumière et qu'il part à la rencontre de son essence divine, qu'il le nomme 'Soi', 'Moi supérieur', 'Double quantique', cela importe peu.

Sur ce tableau, on peut le situer au stade dénommé 'Courage' et au de-là jusqu'au stade associé à la 'raison'.

Le Saut quantique et les différentes étapes vers l'état de Maître spirituel et vers l'Ascension, accompagnés par l'Eveil et l'élévation progressive de la Kundalini, figurent à partir de l'état d'Amour et au-delà...

## L'enseignement de Sananda, Yeshua, Jésus ...



Si vous êtes nés comme moi dans une culture chrétienne, je suppose que ce qui suit va vous étonner, peut-être vous choquer. Je ne peux personnellement pas taire le fruit de mes découvertes.

Dans sa jeunesse, Jésus a suivi l'enseignement de la guérison délivré par les Esseniens. Leur approche thérapeutique extrêmement pointue s'exerçait à la fois sur le corps physique que sur les chakras et les différents corps énergétiques. Elle utilisait le pouvoir de l'énergie/lumière pour dissoudre les blocages d'énergie, les liens toxiques, les formes-pensées négatives ou les intrusions spirituelles, que celles-ci se situent dans le corps physique ou dans l'aura du patient.

Mais pour qu'une guérison complète ait lieu, cette approche thérapeutique associait le patient et pas de n'importe quelle manière : elle l'invitait à mettre en lumière, à amener à sa conscience, les circonstances de création, par ex, d'un blocage énergétique pour l'inciter à une attitude de bienveillance envers lui-même et au pardon de soi.

Il s'agissait bien d'aider le patient à grandir en conscience et en amour...

Aussi, le message de Jésus, en tant que prédicateur, n'était pas différent de ce qui est écrit ici sur le travail en conscience :

- \*mettre en lumière tout ce qui nous sépare de QUI nous sommes au plus profond de nous, de notre nature divine ;
- \*évoluer vers plus d'amour de soi, de sagesse et de paix intérieure ;
- \*cheminer vers notre lumière intérieure et rayonner toujours plus d'amour pour l'autre, pour l'humanité...

Soulever cette pierre (nous-même), observer la face cachée, la nettoyer, lui permettre de rayonner... Retrouver notre âme d'enfant...

Etre bienveillant et faire preuve d'empathie et de générosité envers nos semblables...

Faire triompher la Lumière divine et l'Amour en misant sur le chemin personnel effectué par chaque être humain...

## Un pavé dans la mare

On peut tout de même s'étonner que la substantifique moelle du message de Jésus ait été comme 'oubliée' ? Les nombreuses canalisations de Sananda que j'ai lues au cours de mes recherches spirituelles et les messages que j'ai moi-même reçus, vont tous en ce sens (le travail en conscience). N'est-il donc pas légitime de s'étonner du décalage entre le message de l'Eglise catholique et les canalisations attribuées à Jésus ?

Il faut se souvenir que les messages retranscrits sont passés au crible du filtre d'un être humain. Toujours. Et quelles que soient les religions.

Dans quels buts ? Personne n'est obligé d'adhérer à mon hypothèse mais je vous la livre : si l'enseignement de Jésus avait été retranscrit fidèlement et si Dieu est en chacun de nous, nous aurions eu besoin de guides spirituels (qui nous aident sur notre chemin) mais pas de prêtres (détenteurs de la parole de Dieu) et une Eglise richissime ne se serait pas justifiée... Tout est donc une affaire de pouvoir.

De même, quand une Eglise ou une religion est toute puissante, elle impose ses vérités, celles édictées par Dieu, dont elle seule connaît les secrets et les valeurs et n'admet pas les remises en questions : Quel Dieu pourrait vouloir écarter de sa communauté un homosexuel à cause de ses préférences ? Avant cela, quel Dieu pouvait exiger des guerres, des massacres et des tortures en son nom ?

L'esprit critique ayant fait son chemin dans nos sociétés, beaucoup d'êtres humains ont fini par tourner le dos à la religion, à une religion truffée d'incohérences et d'intolérance, se détournant du même coup de la spiritualité. Parce qu'aucune distinction n'est faite. Quel gâchis...

## Un deuxième pavé dans la mare

Allons plus loin encore ...

Des documents, des films tentent d'affirmer la présence de Marie-Madeleine aux côtés de Jésus. Des canalisations que j'ai lues sur le sujet et des réponses que j'ai moi-même reçues, Jésus et Marie-Madeleine étaient bien compagnons de vie. Ils étaient très proches et souvent ensemble.

Marie-Madeleine et Jésus ont vécu l'Union divine.  
Elle enseignait le féminin sacré, le masculin sacré et comment réaliser l'Union divine.  
A quoi a-t-elle été réduite ? Au rang de prostituée...  
Si elle avait été respectée, l'évolution de l'humanité et en particulier la place du féminin dans le monde aurait sans doute été bien différente.

L'Union divine est un tremplin dans l'élévation spirituelle.  
Et des informations que j'ai reçues de mes guides spirituels, tous les maîtres ascensionnés, absolument tous, ont vécu l'Union divine. Cette Union, comme je l'ai précisé dans cet article, a pu être spirituelle uniquement.

Si l'Union divine avait été prise au sérieux, c'est la complémentarité du féminin et du masculin sacrés qui aurait été célébrée et cela aussi aurait changé la face du Monde.

# «La Voie de la Simplicité » - Message d'El Morya

canalisé le 23 septembre 2021 par Amylianah



Bonjour à tous,

Je suis El Morya,  
Maître ascensionné et Gardien du Rayon de Lumière Bleu,

Je suis venu vous parler de la Connaissance.

Vous, êtres humains sur le chemin spirituel, avez une chance unique dans le moment présent de disposer de moyens de communication très développés. Ils vous donnent accès à des informations innombrables sur la Spiritualité, l'Eveil, la Transition, l'Ascension et les aspects les plus riches et les plus précieux du parcours de Vérité.

Dans certaines de ces sources d'information, vous trouverez un écho authentique et fiable de la progression vers l'état de Maître spirituel ; dans d'autres, un afflux d'informations confuses qui ne sauront pas vous aider...

Je vous demande de faire preuve de discernement. Veillez à multiplier les sources d'information sur les sujets qui vous tiennent à cœur. Ne vous laissez pas impressionner par des termes complexes et alambiqués. Ne dit-on pas : « *Ce que l'on conçoit bien, s'énonce clairement et les mots pour le dire arrivent aisément* ». Ce qui est vrai dans des ouvrages classiques, l'est aussi dans le domaine de l'évolution spirituelle.

Une personne qui a acquis de grandes compétences et qui a un parcours conséquent d'artisan de lumière, a nécessairement – même partiellement- nettoyé son égo. Elle n'a pas besoin de se perdre et de vous perdre dans un langage obscur. Elle n'a pas non plus besoin de dominer ou de prendre du pouvoir sur ses interlocuteurs ou ses lecteurs. La plus grande des sagesse s'énonce avec des mots simples et puissants et, souvent, avec beaucoup d'humilité.

Comment savoir si vous êtes sur la bonne voie ?

Si vous vous adressez à la bonne personne ? Si celle-ci pourra vous aider et vous guider ? Ouvrez votre cœur. Connectez-vous à votre intuition et à vos sensations. Que vous disent-elles ? Vous sentez-vous en confiance ? Vous sentez-vous éclairé au contact de cette personne ou de ses écrits ? L'afflux d'énergie qui émane d'elle est votre meilleure balise. Que vous dit cette énergie ? Est-ce qu'elle vous nourrit, vous réconforte ou au contraire, crée-t-elle un malaise en vous ? Prenez la décision qui en découle ... pour votre bien-être et votre évolution personnelle.

Soyez bienveillant avec autrui mais aussi et surtout avec vous-même. Apprenez à vous regarder avec tendresse. Et, en conséquence, confiez votre histoire, votre sensibilité, votre intimité à des personnes lumineuses qui sauront prendre soin de vous et vous guider sur le chemin de la joie, de la sérénité, de la félicité...

Etre en chemin vers l'Eveil ou vers la Maîtrise spirituelle, c'est grandir en conscience. Pour le dire simplement, c'est amener à votre conscience, vos blessures, vos faiblesses, vos blocages, ... C'est œuvrer à les transcender pour permettre à la lumière de rayonner en vous et à travers vous.

Il n'est pas nécessaire d'accumuler des connaissances infinies sur, par exemple, l'Univers, les flux d'énergie ou des traditions ancestrales de par le monde... Il n'est pas non plus utile de cumuler 1000 techniques thérapeutiques ou d'étudier autant de textes ésotériques.

La voie de la sagesse et de la Vérité divine est, et vous le saurez au fil des ans, une voie de simplicité et de légèreté, combinées à une grande puissance.

Je vous bénis et vous envoie mon énergie lumineuse et bienveillante.  
Qu'elle puisse éclairer votre chemin,

El Morya

# « Prendre sa place dans le monde » Message de Bouddha, Siddhartha Gautama

canalisé le 21 septembre 2021 par Amylianah

30



Chères âmes sur le chemin spirituel,

Je suis Gautama, dit Bouddha, Maître ascensionné,

Pendant longtemps, il a été convenu, un peu partout dans le monde, que le chemin de la spiritualité devait prendre place dans des monastères, des ermitages, des ashrams et d'autres lieux totalement isolés de la civilisation. La recherche spirituelle devait se dérouler dans le silence et la quiétude, loin de l'agitation des humains 'ordinaires'.

Cette acception de la spiritualité se justifiait pleinement.  
Cet état d'esprit est cependant révolu car les temps ont changé.

Ces dernières années, l'évolution des consciences et l'amélioration des moyens de communication ont donné un coup d'accélérateur à la diffusion des enseignements spirituels les plus pointus, qu'il s'agisse des thérapies énergétiques, des méthodes de méditation ou des connaissances les plus poussées sur les composantes éthériques du corps humain (aura, chakras, kundalini...).

*« Grandir en Conscience » ... vers la Maîtrise spirituelle <https://www.amylianah.com/>*

En même temps que le taux vibratoire de l'humanité s'élève, nous assistons à une diffusion et à un ancrage à la fois plus vaste et plus profond de ce qui, spirituellement, était auparavant tenu secret et bien gardé.

Aujourd'hui, il vous appartient à vous toutes et tous, de partager vos apprentissages et vos connaissances pas à pas, aussi largement que possible. N'attendez plus qu'on vienne à vous ; osez parler de spiritualité autour de vous... Expliquez vos découvertes, toujours avec patience et bienveillance.

31

Au-delà des aspects 'théoriques', je vous demande de tout mettre en œuvre pour incarner votre nature divine et votre potentiel sacré au quotidien, dans la vie concrète, en vous et autour de vous.

Prenez le temps de méditer activement sur qui vous êtes, vos qualités, vos dons, vos talents, sur comment rayonner votre potentiel divin et ainsi vous réaliser pleinement en ce monde. C'est une recherche qui est une évidence pour certains mais qui pour d'autres, demande beaucoup de discipline, de temps et d'attention. Avancez en étant à l'écoute de votre ressenti. Changez de direction si c'est nécessaire quand vous percevez que vous faites fausse route. Réessayez.  
Recommencez...

Cette recherche spirituelle, cette quête de sens, c'est elle qui vous donnera, à travers votre réalisation personnelle, les clés d'accès à la béatitude et à des niveaux de conscience très élevés.

Une difficulté supplémentaire s'impose toutefois à vous aujourd'hui : la nécessité de tenir compte de l'état de la Planète. On ne peut plus ignorer l'impact des humains sur la nature. Spirituellement, c'est une donnée sur laquelle on ne peut faire l'impasse et dont je vous demande instamment de tenir compte.

Osez prendre votre place en ce monde, celle qui vous revient, en complète harmonie avec la Terre, celle qui vous permettra de diffuser la Lumière divine au plus grand nombre au sein même de la société et au quotidien.

N'oubliez jamais, chères âmes en chemin, que nous, Maîtres ascensionnés et guides célestes, sommes toujours prêts à vous à venir en aide si vous en exprimez le besoin.

Gautama

# « Votre accomplissement » - Message d'El Morya

canalisé le 30 novembre 2021 par Amylianah



32

Bonjour à tous,  
Je suis El Morya, Maître ascensionné et Gardien du Rayon de Lumière Bleu,

Je suis venu vous parler de votre voie d'accomplissement ou de votre mission de vie...

Chaque être humain incarné se pose la question de savoir dans quelle direction s'orienter pour accéder à son accomplissement personnel. Cet accomplissement ou cette mission de vie peut revêtir différents aspects :

\*il peut s'agir d'un 'métier' qui pourrait être exercé toute une vie, parfois approfondi ou adapté en fonction des expériences et des apprentissages (par ex : être instituteur) ;

\*il peut aussi s'agir d'un talent particulier que celui-ci soit,  
artistique (par ex, la musique) ou artisanal (par ex, le travail du bois)  
ou lié à la maîtrise des certaines connaissances  
(par ex, la connaissance des plantes et leur pouvoir de guérison)  
ou à l'exercice d'une aptitude humaine spécifique (par ex, une capacité oratoire hors norme ou d'exercer un rôle de leader ou de canaliser des êtres de lumière) ...

Sachez que cette voie d'accomplissement, vous l'avez fort probablement déjà empruntée dans votre/vos précédente(s) incarnation(s). Votre conscience est imprégnée de ce talent ou de cette

*« Grandir en Conscience » ... vers la Maîtrise spirituelle <https://www.amylianah.com/>*



capacité que vous avez le plus souvent déjà exercés. Si ce n'est pas le cas et qu'ils restent à découvrir ou si vous étiez déjà sur cette voie auparavant, des signes peuvent vous indiquer le chemin à prendre :

Si, enfant déjà, vous aviez une sensibilité particulière et un attrait irrésistible pour une technique, un art, un sujet d'étude, laissez parler cette attraction.

Si, en évoquant certains sujets ou à la vue de certaines personnes exerçant leur métier ou leur passion, vous vous sentez envahi par une profonde nostalgie, une grande tristesse passagère – qui n'est pas liée à la personne que vous regardez mais au talent qu'elle exerce, il est possible que vous soyez coupé de cette aptitude qui est présente en vous...

Si, en exerçant vos capacités dans un domaine précis, vous vous sentez renforcé, comme inébranlable, 'UN' ou unifié, en pleine possession de votre puissance intérieure et vous rayonnez, voilà encore un signe qui ne peut vous tromper.

Certains choix que vous sentez devoir poser, peuvent vous paraître tout à fait contraires à la logique familiale (choisir un métier technique plutôt qu'intellectuel ou inversement) ou à l'ère du temps (choisir la vie dans la nature loin de la modernité) ou à la culture ambiante dans la société où vous vivez (vouloir vivre dans une grande simplicité loin de la volonté d'accumuler des biens) ...

Ces choix vous semblent très douloureux et peuvent mettre en péril une relation avec vos proches, par ex, mais vous savez au plus profond de vous que l'attrait pour cette direction de vie est irrésistible et que si qui que ce soit vous en empêchait, vous seriez comme 'amputé' d'une partie de vous-même ...  
Si vous ressentez cela, vous êtes sans conteste sur la bonne voie.

Les doutes ou les tensions intérieures, qu'elles émanent de vous ou de votre entourage, peuvent rendre cette recherche périlleuse, éprouvante mais vous devez garder courage et persévérer.

Plus tard, quand vous serez convaincu d'être sur le chemin de l'accomplissement, tous les choix effectués auparavant vous paraîtront lumineux et révéleront pleinement leur sens.

Il n'y a pas de métier plus ou moins valorisé qu'un autre, aux yeux du plan céleste. Ce qui importe, c'est votre foi en vous, la recherche de votre Essence divine et votre fusion avec Elle et votre capacité à exercer votre mission de vie et à vous accomplir dans la bienveillance et le respect de tout un chacun et de la Vie.

Je vous bénis et vous envoie mon énergie lumineuse et apaisante.  
Qu'elle puisse éclairer votre chemin,

El Morya

# "La féminité, le Féminin sacré et l'Union divine"

## Message de Marie

canalisé le 20 septembre 2021 par Amylianah



34

Belles âmes,

Le temps est venu de vous révéler certaines vérités.

Je suis Marie, mère de Jésus.

J'ai l'opportunité de m'exprimer au travers d'un canal très pur qui me permet de dire ce qui a longtemps été tu.

Il est urgent de vous parler de la Féminité et du Féminin sacré.

La religion catholique a fait de moi une Sainte coupée de son corps de femme.  
Ce portrait ne correspond pas à qui je suis.

Nous, les Esséniens, avons toujours eu une conscience très vive du caractère divin du corps physique, enveloppe sacrée de votre âme et de votre corps de lumière. Ce corps est béni et il est de votre devoir d'en prendre soin.

Plus vous serez attentifs à vos sensations, à vos malaises, à vos douleurs et plus vous aurez recours à des thérapies respectueuses de ce corps (plantes, minéraux, énergies guérisseuses, ...), plus vous apprendrez à le connaître et plus il deviendra un réceptacle de qualité pour l'énergie de lumière.

Belles âmes féminines, votre corps est une merveille.

Que vous choisissiez ou non de devenir mère n'a aucune importance et aucune influence sur votre valeur spirituelle aux yeux du divin. Il vous revient le devoir de prendre soin de ce corps. Chérissez-le. Ecoutez vos besoins. Sachez mettre en valeur votre féminité si vous le souhaitez. Soyez pleinement femme, en intégrant votre intuition, votre sensibilité, votre force, votre sensualité...

Incarnez le Féminin sacré.

35

Evitez les excès :

Le monde céleste n'a jamais demandé à aucune femme de se cacher sous un voile. Nous avons beaucoup de peine pour ces femmes obligées de se dissimuler dans un costume sombre couvrant leurs cheveux ou leur visage.

Dans un même temps, nous avons autant de peine pour ces femmes qui choisissent d'exhiber leur corps à tous les regards sans distinction sous l'influence d'une mode.

Sachez célébrer votre féminité avec grâce, dans la nuance et la délicatesse.

Le corps et l'Union sacrée n'auraient jamais dû faire l'objet de tabous.

L'Union du masculin et du féminin, dans sa dimension sexuelle, si elle a lieu dans l'amour, est divine. Elle n'est rien de moins que divine ! Au fond de vous, vous le savez. La tendresse, le toucher délicat, l'étreinte imprégnée de douceur ou de passion est ressourcement et est porteuse de lumière. Plus vous vous élèverez spirituellement, plus vous aurez accès, grâce à l'Union divine ou sacrée à des niveaux vibratoires et à des niveaux de conscience élevés. L'Union physique de 2 êtres qui s'aiment, est ... divine. Et il est regrettable que beaucoup d'entre vous de par le monde aient été éduqués en développant, en soi et autour de soi, une image impure de cette union.

Belles âmes féminines, Gaïa a besoin de vous.

Vous êtes porteuse de l'énergie de la Terre-Mère et elle a besoin que vous diffusiez sa parole, que vous appreniez à tout qui vous entoure à respecter la terre, la nature et tout être vivant.

Vous qui avez le pouvoir de donner la vie, savez mieux que quiconque qu'il faut la préserver. Si vous avez choisi d'être mère ou si vous côtoyez des enfants, éveillez-les au Féminin et au Masculin sacrés, au respect de chaque être pour son prochain et pour toute vie et au pouvoir de chacun de diffuser la Lumière.

Il y a encore beaucoup de travail à effectuer pour éveiller l'humanité au respect de la vie mais vous êtes en chemin, cette parole fait partie de vos missions de vie et d'autres après vous, reprendront ce flambeau. Il faut du courage, il faut de la détermination, de la persévérance mais nous avons foi en l'humanité, foi en ces êtres humains lumineux que vous êtes et qui, tôt ou tard, parviendront à triompher de l'ombre.

Je vous bénis de toute mon âme et vous offre mon énergie divine imprégnée de lumière, d'Amour et de douceur.

Marie

# « L'infinie beauté du Masculin sacré »

## Message de Marie-Madeleine

canalisé le 22 septembre 2021 par Amylianah



Chères âmes,  
Je vous salue.

Je suis Marie-Madeleine,  
Maître ascensionné et compagne de Sananda.

L'Eglise catholique a donné de moi une image mensongère. Ce portrait, qui perdure depuis des siècles, est offensant et très éloigné de ce que j'ai accompli. Je me dois de rétablir la vérité sur qui je suis et sur les enseignements que j'ai prodigués.

Lors de mon incarnation, j'ai étudié les disciplines les plus pointues sur l'Élévation spirituelle et la métaphysique. J'y ai découvert la puissance de l'Union du Masculin et du Féminin quand tous deux sont intensément connectés à leur Vérité divine. J'ai précisément consacré ma vie à enseigner comment un être humain peut se rapprocher de son Moi supérieur, de son Essence, ... J'ai enseigné aux femmes comment incarner le Féminin sacré mais bien plus encore aux hommes à transformer leur être naturel et communier avec leur Masculin sacré.

Il m'est apparu évident qu'une femme est plus souvent empêchée par son environnement de fusionner avec son Féminin sacré. Ce n'est certainement pas une tâche facile pour elle de se libérer

du poids de sa culture, de son contexte familial, de ses blessures, de parvenir à contacter sa puissance intérieure et rayonner pleinement.

Mais le chemin à parcourir pour certains hommes pour incarner le Masculin sacré me semble encore plus ardu.

Depuis une éternité, ils ont connu le privilège, dans de nombreuses cultures, d'hériter du rôle de dominant, avec tous les pièges que cela comporte et tous les excès évidents.

Considérable est le parcours en conscience qu'un homme doit suivre pour démonter tous les mécanismes de domination ancrés en lui et ouvrir ces nouvelles portes : celle de la puissance imprégnée de douceur, celle de l'ouverture du cœur, celle de l'écoute portée aux sensations les plus subtiles, celle de l'expression de sa propre sensibilité...

Quand un homme se met sur le chemin de cette transformation, quelle beauté infinie il incarne ...

L'homme dans son Masculin sacré irradie une force tranquille, une puissance paisible et tendre qui protège, accompagne et rassure la femme ou l'enfant et leur offre le précieux cadeau de la sérénité.

Il développe sa faculté d'empathie et d'écoute.

Il sait se mettre au service des causes les plus belles et des êtres les plus humbles et en prendre soin.

Il sait agir pour le plus grand bien de tous.

Il accepte d'adapter son fonctionnement, de se réinventer et de changer quand c'est nécessaire.

Il s'offre la chance d'accéder à une évolution spirituelle exceptionnelle, à des états de conscience élevés et, à travers l'union physique et spirituelle avec un être aimé, à des états vibratoires divins ...

L'homme a un rôle clé à jouer dans l'avenir de l'Humanité :

abandonner toute volonté de domination, faire taire le besoin de conquérir des espaces et d'accumuler des richesses, transformer son regard sur la Femme et la percevoir comme son égale, saisir la valeur de la Terre comme précieux lieu de vie et le caractère sacré de toute forme de vie...

L'homme dans son Masculin sacré est, en parfaite harmonie avec son complément féminin, la clé de transformation de l'Humanité.

Chères âmes masculines, vous qui lisez ceci, je vous enjoins de relever ce défi et vous demande instamment de parler de cette mission autour de vous.

Soyez imprégnés de la lumière divine maintenant et toujours,

Marie-Madeleine

# « Votre puissance de guérison » - Message d'Hilarion canalisé le 24 septembre 2021 par Amylianah



Salutations à tous,

Je suis Hilarion,  
Maître ascensionné et Maître du Rayon Vert,

Chers humains, je suis venu à vous pour vous parler de votre corps physique et de votre corps de lumière et de la connexion entre eux.

Durant mon incarnation, j'ai très longuement – pendant des années - étudié l'impact des pensées, des réflexions et des émotions sur le corps physique et sur son bon fonctionnement.

Pensées, réflexions, émotions, toutes interagissent avec votre corps de lumière, votre aura, à différents niveaux. Je ne vais pas entrer dans de trop nombreux détails. A travers l'aura, votre corps qui est englobé par elle, s'en trouve nécessairement influencé. C'est ainsi que vous entretenez un corps sain ou, au contraire, que se crée en vous une maladie.

Prenons des exemples concrets :

Des émotions négatives comme la peur ou la colère, des pensées de dévalorisation de soi ou d'autrui ou des raisonnements autour de sujets sombres (comme le complot, la trahison, la manipulation...) ... sont autant de déclencheurs de mouvements d'énergie ou plutôt et plus souvent, de stagnation d'énergie dans votre aura et en conséquence, dans vos organes physiques.

Il est normal de vivre ces émotions ou d'entretenir ce genre de pensée mais il est essentiel de pouvoir les laisser passer, de lâcher prise, de s'en nettoyer.

Pourquoi ?

C'est en les laissant s'imprégner en vous, en les entretenant que se créent des blocages d'énergie ou, pire, que s'ouvre une porte laissant s'infiltrer des énergies sombres que l'on appelle 'entités'. Celles-ci n'ont rien à voir avec des personnes décédées. Ce sont des formes d'énergie issues du bas astral et elles peuvent être la source de maladies graves.

Je voudrais pouvoir vous dire, chers humains, que ça n'existe pas mais ce serait vous mentir. Oui, elles existent.

La bonne nouvelle, c'est que vous êtes tout puissant pour vous protéger de toute maladie et de toute forme d'énergie sombre.

Vos meilleurs atouts pour préserver votre corps, votre santé, votre équilibre intérieur et votre sérénité sont **vos CONSCIENCE et votre constante vigilance**.

Ecoutez vos pensées, ressentez vos émotions, soyez en alerte... Entraînez-vous à comprendre ce qui les a déclenchées en vous. Quelle en est la source ? Une blessure du passé ? Laquelle ? Travaillez à guérir cette blessure. Transfigurez-la. Laissez passer la douleur. Laissez glisser l'émotion ou la pensée. Vous avez en vous ce pouvoir immense.

Vous détenez deux autres clés de guérison : **l'Amour et la Joie**.

Ce sont 2 filtres puissants à travers lesquels vous pouvez regarder ce qui vous contrarie. L'Amour et la Joie sont 2 cadeaux divins que vous offre votre chakra du cœur. Ils sont les moyens de prévention les plus prodigieux qui existent et les remèdes à la plupart des maladies. Vous avez le pouvoir de les activer à tout moment. Usez-en, abusez de ces forces merveilleuses. Elles ne vous réserveront que de belles surprises. Avec l'Amour et la Joie vient aussi le Pardon...

S'il vous semble que vous n'êtes pas en mesure de vous libérer d'énergies stagnantes ou de vous guérir d'une maladie, cherchez le praticien en thérapie énergétique qui pourra vous aider (notamment pour ce qui concerne les entités). Ils sont nombreux dont c'est la mission de vie et qui l'exercent avec talent.

Vous avez en vous une puissance de guérison exceptionnelle. Elle va de pair avec votre capacité d'élévation spirituelle. Toutes 2 sont étroitement liées à la connaissance de soi, à votre conscience.

Prenez soin de vous, de vos pensées, de votre corps.

Vous êtes précieux, vous êtes la Lumière en action.

Vous pouvez être la Joie et l'Amour à tout instant. Il suffit de le décider.

Je vous bénis et vous accompagne sur ce chemin chaque fois que vous en exprimerez le besoin.

Hilarion

« Grandir en Conscience » ... vers la Maîtrise spirituelle <https://www.amylianah.com/>

# « Votre corps est sacré » - Message de Sananda canalisé le 3 octobre 2021 par Amylianah



Bonjour à toutes et tous, chères âmes en chemin,

Je suis Sananda, Maître ascensionné,

Le temps est venu de vous parler de votre corps divin.

La culture moderne, dans de nombreuses régions du monde, a envisagé le chemin de vie de chaque humain comme si son esprit et sa raison, tout puissants, étaient éloignés de son corps, isolés de toute sensation et coupés de la nature qui l'entourne.

Pourtant, chères âmes, le corps et la conscience que vous avez de lui, de son fonctionnement, sont la clé pour entretenir une bonne santé et pour évoluer spirituellement.

Dans la culture essénienne, chacun apprend précisément à développer une conscience très fine de son corps, enveloppe divine de son âme, entouré de son aura lumineuse. Ce corps est sacré et il est de son devoir de l'écouter et d'en prendre soin.

Les thérapeutes esséniens ont développé une approche énergétique extrêmement minutieuse et puissante que j'ai moi-même pratiquée, qui repose sur l'observation des mouvements d'énergie dans le corps physique, les chakras et l'aura et sur la dissolution des blocages d'énergie et de toutes les



formes sombres d'emprise qui peuvent voir le jour dans un corps humain ou son enveloppe énergétique. Les guérisons pratiquées n'étaient donc pas des ...'miracles'...

Cette approche associait la prise de conscience du patient des conditions de création de ces dysfonctionnements dans son corps. Elle permettait d'exercer sa conscience à percevoir les sensations, les douleurs, les malaises créées par ces blocages en lui et, à force, de lui donner ce pouvoir, en les **prévenant**, de maintenir en lui une bonne santé. Une bonne santé physique mais aussi une belle harmonie intérieure, une grande sérénité, le tout propice à l'élévation de son âme.

Chères âmes, vous êtes Un avec votre corps physique et votre corps de Lumière.  
Créez une bulle d'amour en vous qui rayonne et englobe votre aura.  
Apprenez à aimer votre être dans toutes ses dimensions.  
Soyez à l'écoute, détectez vos mécanismes de pensée récurrents, vos émotions, ...  
Le moindre dysfonctionnement physique apparaîtra à votre conscience. Vous saurez, du coup, mieux que personne ce dont votre corps, votre aura et votre âme ont besoin pour être en harmonie.

De plus en plus de thérapeutes de talent existent qui peuvent vous accompagner sur ce chemin. Dans les années à venir, les thérapies énergétiques, suivant l'élévation de conscience de l'Humanité, vont se développer davantage encore.

N'oubliez pas non plus que la Nature, dans son infinie sagesse, a prévu tous les remèdes thérapeutiques aux maux du corps et de l'âme.  
Cette immense connaissance des plantes et de leurs vertus a été mise à l'écart.  
Il est temps de la réveiller.

Je ne suis pas en train de dire que vous devez écarter la médecine moderne.  
Il ne s'agit pas de renoncer aux remèdes que celle-ci propose (et donc de vous mettre en danger) si vous n'avez pas trouvé d'autres solutions pour évoluer vers une guérison...

Chères âmes, vous êtes tellement aimés.  
Ouvrez votre cœur à cet amour céleste qui vous guide et vous protège.  
Laissez cet amour englober tout votre être. Vous puiserez dans cette force bienveillante la capacité de dépasser vos difficultés et vos douleurs, d'y trouver un sens et d'avancer vers la Plénitude de votre être. Votre corps, loin d'être un frein, est le meilleur atout que vous ayez pour vous comprendre et vous connaître. Aimez-le, chérissez-le. Il vous mènera sur les chemins les plus lumineux de la Joie et de la béatitude.

Soyez bénis et recevez cette énergie d'Amour infini  
que je vous transmets maintenant et chaque fois que vous en ferez la demande,

Sananda

# « Des relations humaines harmonieuses »

## Message d'Hilarion

canalisé le 6 octobre 2021 par Amylianah



42

Salutations à tous,

Je suis Hilarion,  
Maître ascensionné et Maître du Rayon Vert,

Chers Artisans de Lumière,

Je viens à vous pour vous enseigner les subtilités des relations humaines sur le plan éthérique.

Tant d'échanges d'énergie ont lieu entre deux humains quand ils entrent en relation et qu'ils communiquent en présence l'un de l'autre mais aussi, à distance, simplement quand l'un évoque l'autre par la pensée.

Qu'il s'agisse d'une relation amoureuse, amicale ou professionnelle, l'obstacle principal à des relations harmonieuses est **la confrontation d'égos...**

Entre humains face à face, la plupart du temps, une concurrence s'installe pour savoir qui parviendra à imposer son point de vue, qui l'emportera, qui prendra le pouvoir dans la relation. Si la tournure de la discussion est peu agréable – il s'agit d'un « combat » verbal -, elle déclenche nécessairement, chez les intervenants, des émotions négatives.

Au mieux, vous parviendrez à vous libérer de ces émotions facilement. Au pire, elles stagneront en vous un temps avec, comme je l'explique dans mon précédent message (Voir l'article intitulé « *Votre puissance de guérison* »), le risque de déclencher un mal-être physique, un dysfonctionnement, un blocage...

« *Grandir en Conscience* » ... vers la *Maîtrise spirituelle* <https://www.amylianah.com/>

Ce qui se passe sur le plan éthérique est rarement perçu et peut pourtant avoir des conséquences désastreuses : un mouvement d'énergie s'enclenche chez le 'dominant' qui tend à absorber l'énergie de son interlocuteur pour l'affaiblir et obtenir gain de cause. Cette énergie n'est pas puisée n'importe où... Elle l'est là où l'autre est déjà en état de faiblesse (un organe particulier, une zone du corps fragile...). C'est, ni plus, ni moins, un vol d'énergie...

Le même mécanisme peut se produire à distance si votre magnétisme est puissant. Si vous entretenez des pensées négatives au sujet d'une personne, le même flux d'absorption d'énergie peut naître et entraîner des conséquences sur l'intégrité 'éthérique' de cette personne.

43

Artisans de Lumière, prenez pleinement conscience de ce fonctionnement de domination et de ces flux énergétiques :

Si vous avez tendance à facilement imposer votre influence, veillez à expliquer votre point de vue avec le plus grand respect et une fois cette précaution prise et l'intention bienveillante qui l'accompagne, il ne vous arrivera plus de puiser de l'énergie chez autrui.

Si vous êtes d'un naturel plus doux ou effacé, apprenez à faire valoir votre point de vue avec tact. Dans un même temps, soyez vigilant et veillez à protéger votre structure énergétique d'une bulle de lumière qui empêchera désormais tout vol d'énergie.

Avec l'élévation progressive de conscience de l'humanité, viendra le jour où les humains cesseront d'agir dans un esprit de compétition, avec ce réflexe qui consiste à tenter de gagner, de vaincre, de supplanter l'autre et donc, de l'abaisser.

Il est possible de sortir de cette logique de concurrence et d'entrer dans une culture du respect et de la coopération où l'un écoute, avec empathie et sincérité, la pensée de l'autre et où tous deux peuvent reconnaître que sur un même sujet, différents points de vue et donc, plusieurs vérités sont possibles. L'accord entre 2 interlocuteurs intervient dès lors dans la sérénité et l'harmonie et dans la nuance, en tenant compte des différentes perspectives.

Vous pouvez aider à l'avènement de ce renouveau dans les relations humaines maintenant que vous avez conscience de ce mécanisme d'influence. Vous pouvez puiser une force nouvelle dans cette connaissance, enseigner à d'autres cette vérité – ce conflit d'égos et ce vol d'énergie qui ne sont pas nécessaires - et leur proposer d'initier de nouvelles façons de faire.

Cà ne portera pas toujours ses fruits mais chaque fois que vous y parviendrez, vous contribuerez, dans les relations sentimentales, amicales ou professionnelles, à élever le niveau de conscience et à diffuser la bienveillance, ... la lumière.

Il est possible de vivre des relations paisibles où chacun s'exprime et se sent entendu et respecté, en parfaite harmonie avec ses compagnons de route. Il est possible de vivre entre humains dans un climat de compassion et d'entraide. C'est un pas fait vers la société d'amour que vous espérez tous.

Je vous bénis et vous accompagne sur ce chemin  
chaque fois que vous en exprimerez le besoin.

Hilarion

# « Spiritualité et partage » - Message de Lady Nada canalisé le 21 septembre 2021 par Amylianah



Chers êtres lumineux,

Je suis Lady Nada,  
Gardienne du Rayon de Lumière Rubis et Or et Maître ascensionné,

L'humanité vit actuellement une période d'évolution intense.

Les vibrations émises par Gaïa et par l'Univers sont très puissantes. De nombreux êtres humains voient leur taux vibratoire augmenter et leur conscience s'élever. C'est un cadeau divin pour l'humanité entière.

Des événements déstabilisants se produisent actuellement sur terre (pseudo épidémie, montée d'extrémismes, violence, sécheresse, pluies diluviennes, ...). Ils pourraient semer le trouble dans votre cœur.

Je vous demande de garder confiance.  
Cette élévation vibratoire touche de nombreux humains

et à travers eux, d'autres, encore plus nombreux. C'est une vague de lumière et d'amour qui se répand sur terre et qui ne cessera de s'étendre. Même dans les heures les plus sombres, vous, les êtres lumineux incarnés, restez connectés à votre lumière intérieure et laissez-la rayonner pleinement.

Ne doutez pas de son pouvoir de guérison des âmes et des cœurs.  
Tenez bon. Vous avez une grande puissance d'Amour et de Lumière en vous.

Nous sommes là, dans le plan céleste, pour vous aider. N'hésitez jamais à solliciter notre soutien.

Je vous demande, dans l'expansion de cette vague d'amour, de veiller sur les êtres les plus fragiles et sur les opprimés : autour de vous, les enfants, les jeunes et les adultes délaissés, les démunis, ceux à la santé fragile, ... et ailleurs, à toutes les victimes de guerre, de séismes, de sécheresse, de famines, de cataclysmes...

Dans les pays occidentaux, vous avez assez de richesses pour penser aux plus humbles et les partager sans compter. Continuer à accumuler des biens n'a plus de sens aujourd'hui, ne correspond plus au taux vibratoire le plus répandu sur terre et au niveau de conscience qui y est associé. Veiller à s'enrichir est dépassé.

Est venu le temps de l'empathie et du partage.

Ce qui doit vous animer aujourd'hui est l'altruisme et la recherche du bien-être d'autrui. Imprégnez-vous de cette énergie et diffusez-la autour de vous. Elle continuera à faire son chemin. C'est de cette façon qu'advindra le paradis sur la Terre.

Il n'y a pas d'autre voie possible que celle de l'empathie et du partage, de la Lumière et de l'Amour. C'est elle qui mènera l'Humanité à sa plénitude.

Je vous remercie, chers êtres lumineux, pour tous les efforts que vous déployez déjà et que vous déploierez encore dans l'avenir pour rayonner cette énergie sacrée et réaliser ce dessein divin.

Que le Meilleur soit et il le sera grâce à vous,

Lady Nada

# « L'avènement de l'Amour et du Partage » Message de Maitreya

canalisé le 25 septembre 2021 par Amylianah



Chers vous tous sur la voie de l'Eveil,

Je suis Maitreya,  
Maître des Maîtres,

Je viens à vous en ce moment clé de l'histoire de l'Humanité.  
On vous l'a peut-être dit depuis de nombreuses années : une période de transition verra le jour qui permettra à la terre de basculer vers la Lumière. On vous l'a beaucoup promis et vous ne voyiez rien venir...

Depuis plusieurs mois, ce basculement est en cours.  
Il a commencé avec la guérison de Gaïa, l'Esprit de la Terre.

Pendant des siècles, elle a été entourée de ténèbres et il lui était impossible de lutter. Elle s'est affaiblie, voyant son taux vibratoire baisser progressivement.

Le taux vibratoire de Gaïa influence directement la nature – les animaux, les végétaux, les insectes, mais aussi les rivières, les océans, ... - et bien entendu, les êtres humains qu'ils soient profondément ou non connectés à elle.

Pour parler d'une manière générale, un être humain dont le taux vibratoire est peu élevé est le plus souvent animé de pensées sombres et matérialistes : il est principalement mû par une volonté de posséder des biens, d'accumuler des richesses et est insensible aux injustices infligées aux autres humains ou aux dégâts générés à la nature par cette quête.

Ce type de magnétisme explique donc largement comment l'Homme en est venu à asservir ses semblables sans trop de remords et à surexploiter sa planète sans se soucier le moins du monde des conséquences à long terme.

*« Grandir en Conscience » ... vers la Maîtrise spirituelle <https://www.amylianah.com/>*

Il y a toujours eu, partout et de tous temps, des humains lumineux – isolés et peu nombreux – qui ont réussi à s'élever en conscience, à élever leur magnétisme et qui ont tenté d'influencer positivement la société. Ils ont eu bien des difficultés à être entendus...

Depuis plusieurs mois, Gaïa va bien. Son taux vibratoire a été démultiplié entraînant une élévation de celui de l'Humanité tout entière, celui de tous les humains (petits ou grands) qui ont des racines bien ancrées à la Terre et celui aussi des enfants qui naissent actuellement.

Aujourd'hui, très nombreux sont ceux dont la fréquence vibratoire est située très au-dessus de ce seuil correspondant à cet attachement matériel.

Vous comprenez que c'est une excellente nouvelle !

La période de transition, de basculement annoncée a lieu maintenant.

Elle ouvre la voie à, précisément, un détachement de cette volonté d'accumuler des richesses, à un changement profond des valeurs dominantes et une prise de conscience d'une nécessité de transformer le fonctionnement de la société humaine, que ce soit les relations des humains entre eux ou leur rapport à la nature.

Cette étape n'est pas confortable. Elle ne l'est pas parce que vivre des changements vibratoires aussi intenses en peu de temps est inconfortable. Elle l'est d'autant moins que vous traversez des événements profondément déstabilisants actuellement (catastrophes climatiques liées au réchauffement de la planète, 'épidémie' mondiale...).

Et pourtant, la simultanéité de ces événements est une très bonne chose : la faculté de prise de conscience – d'un nécessaire changement - est amplifiée et arrive précisément au moment où cette transformation de la société doit avoir lieu.

Soyez assurés que cette élévation de conscience est inéluctable et elle ne fera que s'intensifier avec le temps. Je ne suis pas en train de dire qu'elle sera rapide et facile... Ce ne sera probablement pas le cas. Mais une chose est certaine : tous les espoirs sont permis ! L'être humain ne peut que se diriger vers un monde où règneront l'Amour, la Joie et le Partage. Quels que soient les événements à venir, l'évolution ne peut que s'effectuer en ce sens.

Dès lors, artisans de lumière, gardez cet espoir à l'esprit en vous, toujours et rayonnez pleinement. Rayonnez d'Amour et de Lumière comme vous savez si bien le faire. Vous êtes des pépites aux yeux du Divin. Vous montrez le chemin. Vous êtes des balises dans cette période un peu inconfortable, des repères de lumière pour tous ceux qui vous entourent.

Un égrégora d'amour gigantesque a été créé il y a quelques mois qui fédère tous les égrégores existants auparavant. Il nourrit l'Amour sur terre. C'est une bonne nouvelle de plus.

Méditez aussi souvent que vous le pouvez pour vous y connecter ou pour l'alimenter et l'amplifier.

L'amour fait son chemin et vous en êtes un des artisans.

Soyez bénis,

Maitreya

# « Renforcez votre lien avec la Terre nourricière » Message de Serapis Bey

canalisé le 28 septembre 2021 par Amylianah

48



Chères âmes en chemin,

Je suis Serapis Bey,  
Maître ascensionné et Gardien du Rayon de Lumière blanc

De mon vivant, j'ai toujours été fasciné par l'infinie beauté de la Nature, ému aux larmes par la majesté d'un paysage, la magnificence d'une plante, l'élégance des coraux ou la grâce d'un insecte...

Je rayonnais d'amour, conscient que de mes mains ou de mes yeux émanait une énergie bienveillante qui enveloppait cette fleur ou cet arbre et que cet amour, cette lumière ne pouvaient que les aider à s'épanouir et même à la/le guérir si elle/il était malade.

J'ai observé avec beaucoup de dépit l'évolution du rapport de l'homme moderne avec la Nature, creusant ici et là, détruisant, entre autre, des forêts majestueuses et puisant toujours plus dans les sols pour en extraire de quoi sustenter sa soif de richesse.

Il a multiplié les avancées techniques pour générer de l'argent sans tenir compte des ressources limitées de la planète qui est son unique lieu de vie.

Il ... commence ... à comprendre qu'il est allé trop loin.

*« Grandir en Conscience » ... vers la Maîtrise spirituelle <https://www.amylianah.com/>*



Le changement climatique engendré par ses excès fait sentir ses premiers effets.  
Il est redoutable. Il est un début... Il est urgent que l'humain prenne la mesure  
du désastre en cours et place ses priorités ailleurs que dans la recherche du profit.

Votre planète est sacrée.  
Prendre soin d'elle fait partie de votre chemin spirituel.  
Pour y arriver, **renforcez votre lien avec la Terre nourricière.**

49

Il y a bien des façons d'y arriver :

Transformez votre regard sur vos besoins et votre quotidien. Revenez à l'essentiel, à plus de sobriété.  
Vous pouvez créer une façon de vivre simple qui la respecte et inciter d'autres à suivre votre modèle.

Cultivez des plantes, des légumes, des arbres fruitiers partout où c'est possible, même en ville.  
Laissez pousser l'herbe et les fleurs sauvages. Accueillez les insectes et les oiseaux, observez-les.

Redonnez du sens à ces enfants élevés par des écrans de téléphone ou d'ordinateur. Plongez- les  
ainsi que les jeunes, dans la nature, les mains dans la terre. Apprenez-leur comment prendre soin du  
sol et de tout ce petit monde. Apprenez-leur à REGARDER, à s'émerveiller ...

Réinventez vos routines, cherchez les solutions concrètes, soyez créatif, innovez.

Mais aussi, **militez** :

l'élévation spirituelle, ce n'est pas seulement méditer sur soi  
et ses zones d'ombre, sur ses capacités, ses fragilités, les pardons à accorder (à soi-même, parfois),  
c'est aussi lutter quand c'est nécessaire pour défendre et protéger ce qui doit l'être, dans la lumière.  
Prenez la parole pour défendre votre Planète. Osez hausser le ton pour dénoncer les dérives de la  
société, les abus, les échecs, les pollutions, les destructions et les massacres.

Faites preuve de courage et d'engagement.

L'instant est crucial. La société, la planète même requièrent votre lumière.

Soyez bénis,

Sérapis Bey

# « Votre Âme est libre » - Message de Métatron

canalisé le 26 septembre 2021 par Amylianah



Salutations à tous,

Je suis l'Archange Métatron,

Je suis venu vous parler de la véritable nature du chemin spirituel.

Il vous est souvent dit qu'avant votre naissance, vous avez choisi de vous incarner sur la Terre et que vous avez choisi vos parents. Cette façon de présenter le processus d'incarnation semble sous-entendre que vos parents sont les êtres idéaux pour vous guider dans cette vie et que la voie face à vous est comme 'toute tracée'.

Ce n'est pas de cette façon que le processus se déroule. C'est effectivement votre 'conscience première' qui, quand elle se sent prête, donne l'impulsion pour une nouvelle incarnation. En fonction de votre 'revue d'âme' (liée à vos précédentes incarnations), le plan céleste détermine quels parents pourraient être les plus adéquats pour vous permettre d'évoluer positivement sur le plan terrestre. Il s'agit d'un travail complexe, extrêmement délicat, effectué avec beaucoup de précaution. Il correspond à une évaluation d'une potentielle progression de l'enfant en fonction des humains en présence, de leurs stades respectifs d'évolution...

Vous comprenez aisément qu'une fois l'incarnation sur Terre réalisée, les êtres réunis dans une même famille rayonnent d'une énergie, que ces énergies se combinent entre elles, qu'une synergie a lieu qui appartient désormais à cette famille, une synergie qui 'échappe' au plan céleste.

Ce que je tente de vous expliquer, c'est qu'une fois incarné, non, le chemin n'est pas tracé... Vous, comme vos parents, avez à tout instant et toujours plus en grandissant, une autonomie d'âme et une réelle liberté de choix sur les paroles que vous prononcez, sur vos comportements, sur vos décisions... Il va de soi qu'une autonomie sur les choix de vie est plus facile à mettre en œuvre quand vous atteignez l'âge adulte...

Il en va de même des profils astrologiques que beaucoup parmi vous étudient avec soin. Ceux-ci dressent une ébauche de portrait qui peut vous aider à mieux vous connaître. Etudier l'influence des rayonnements planétaires sur l'être humain individuellement ou plus largement, celle des rayonnements cosmiques sur la planète Terre ou sur l'Humanité est évidemment intéressant.

Les interpréter permet d'énoncer 'un potentiel'.

Mais le risque est de confier la responsabilité de vos états d'âme, de vos mal-être, de votre personnalité, de vos choix et de votre évolution à des sources ou des 'causes' extérieures, étrangères à vous-même.

Sachez que le rayonnement planétaire qui influence le plus profondément tout être humain est celui de Gaïa, l'Esprit de la Terre. (NB : Voir le message de Maitreya)

Il n'existe aucun plan prédestiné, dessiné pour vous par une instance supérieure ou par des astres, qui téléguide votre devenir, vos mouvements, vos actions, vos choix.

C'est bien là que réside votre mission spirituelle : prendre pleinement conscience de Qui vous êtes, de vos capacités, de vos talents, de votre unicité et la réaliser. Et ce travail dépend de vous et de vos capacités de compréhension de vous-même, de résilience, d'avancer en conscience.

Voici le cadeau que je souhaite vous offrir : **rendre à votre âme sa liberté et sa puissance.** Transcendez vos blessures. Dépassez vos croyances. Suivez votre intuition. Ouvrez les bonnes portes...

Vous êtes tout puissant sur votre chemin de vie.

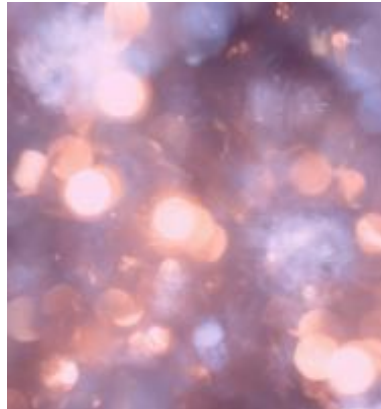
Trouvez votre lumière intérieure et rayonnez. Vous recevrez en retour un Amour infini des humains que vous toucherez et des guides célestes qui vous accompagnent.

Vous êtes aimés,

Métatron

# « Dieu est Amour » - Message de Maitreya

canalisé le 29 septembre 2021 par Amylianah



52

Chers vous tous sur la voie de l'Eveil,

Je suis Maitreya,  
Maître des Maîtres,

Beaucoup de pensées circulent parmi les humains entretenant l'idée que Dieu est cruel, que Dieu est injuste, que Dieu est barbare...

En écho à ce que j'ai dit précédemment par ce même canal, je reviens vers vous pour vous éclairer sur ce sujet et énoncer quelques évidences.

Dieu n'a jamais demandé à un humain d'en obliger d'autres à avoir foi en Lui, ni de conquérir et d'usurper des territoires ou de mener une croisade et une guerre en son nom.

IL n'a jamais demandé de tuer, de torturer ou de violer en son nom.

IL n'a jamais demandé à un homme d'asservir des femmes et des enfants, ni à une femme de se cacher sous un voile ou de se soumettre à la volonté d'un mari.

IL n'a jamais non plus demandé au vent, à la mer, à la pluie, au soleil ou à un volcan de détruire une région ou un pays.

IL ne détruit pas et n'ôte pas la vie. IL la donne.

Le fin mot de ce que je veux vous dire doit apparaître à votre esprit, je pense...

Les êtres humains ont une autonomie d'âme et une réelle liberté de penser.

Ils sont évidemment influencés par leur culture, leur environnement social, leur famille, leur passé, leurs incarnations passées aussi, leur personnalité, leurs blessures, leurs parts d'ombre... C'est cette influence – et vous pouvez vous référer à ce que j'ai dit au sujet des taux vibratoires (*voir le message : « L'avènement de l'Amour et du Partage »*) – qui les amène à commettre des actes condamnables et à faire preuve de cruauté.

53

Et plongés dans un groupe dont les valeurs sont inspirées par la déraison, la volonté d'anéantir ou la haine de l'autre, combien sont ceux qui osent prendre la parole et dire que cette ligne de conduite n'est pas juste ?

Ça demande beaucoup de courage, bien entendu.

Dieu est partout :  
dans le ciel, sur la terre, en chaque plante, en chaque insecte,  
en chaque animal, en chaque être humain. Celui-ci peut être le canal de l'Énergie, de la Lumière et de l'Amour divins, pour autant qu'il développe sa vigilance, qu'il ait conscience de tout ce qui, en lui ou autour de lui, le sépare du Divin.

L'Humanité a besoin d'êtres lumineux qui diffusent cette Lumière et cet Amour. Elle a aussi besoin d'**éclaireurs** qui osent dénoncer avec finesse, force et intelligence, les valeurs contraires à la bienveillance et au respect de la vie dans tous les domaines et par exemple, dans celui des croyances religieuses, de l'Économie, de la Science ou de la Santé...

L'élévation de conscience dont je vous ai parlé (*voir le message : « L'avènement de l'Amour et du Partage »*) est inéluctable, elle va s'intensifier avec le temps et elle sera d'un grand soutien.

Artisans de Lumière, trouvez ce courage  
et soyez aussi des défenseurs de la bienveillance,  
du respect de la Terre et de la vie.

Les guides célestes sont là pour vous y aider.

Soyez bénis,

Maitreya

# « Enseignez avec confiance » - Message de Marie

canalisé le 7 octobre 2021 par Amylianah

54



*Belles âmes,*

*Je suis Marie, mère de Jésus.*

*Il y a si longtemps que nous, Maîtres ascensionnés, avons hâte de vous parler du Cheminement Spirituel et de ces réalités célestes :*

*Dieu est Amour. Dieu est Bonté.*

*Les humains ont oublié qu'ils portent cette énergie sacrée et qu'il leur est précisément demandé de retrouver en eux la Divine Source.*

*Belles âmes masculines ou féminines,  
vous pouvez retrouver l'essence sacrée de votre dimension d'homme ou de femme et enfin chérir l'idée que l'Union de 2 êtres qui s'aiment est divine.*

*Affinez votre conscience,  
celle de votre corps physique et celle des énergies les plus subtiles.*

*« Grandir en Conscience » ... vers la Maîtrise spirituelle <https://www.amylianah.com/>*

*Guérissez vos douleurs, transcendez-les.*

*Ouvrez-vous à l'amour universel, à la compassion, à la bienveillance ...  
Faites place en vous à l'Amour et à la Lumière.*

*Que votre voie soit celle de la plus belle des aventures spirituelles.  
Elle vous mènera à la Béatitude.*

55

*Acquérir la sagesse d'un Maître spirituel  
est l'aboutissement souhaité du chemin de tout être humain.*

*Ce 'couronnement' demande de la discipline mais il est à votre portée.  
Vous détenez à présent toutes les clés pour y arriver.  
Vous avez acquis tant de connaissances.*

*Je vous demande de les partager, de les enseigner sans compter.  
Semez ces graines de Vérité autour de vous.  
Diffusez-les avec confiance et avec joie.  
Vous contribuerez à élever l'Humanité.  
Elle a besoin de vous.*

*Belles âmes,  
soyez ces 'Eveilleurs de Conscience'  
et recevez notre gratitude infinie.*

*Je vous bénis de toute mon âme  
et vous offre mon énergie divine  
imprégnée de lumière, d'Amour et de douceur.*

*Marie*

# Amylianah



Attirée par la vie spirituelle depuis mon enfance - adolescente,  
j'ai même envisagé de devenir nonne :o),  
j'ai effectué un long travail d'artisane de lumière. Ce travail n'a jamais de cesse.  
Quand nous pensons avoir fait le tour,  
une nouvelle douleur surgit du passé ou du présent...  
C'est la quête de QUI JE SUIS, de notre 'Soi', de notre Vérité divine...

Il y a 20 ans, mon évolution m'a fait connaître un premier Eveil grâce à un livre : « *L'esprit guide, entretiens avec Karlfried Dürckheim* ». Comme K. Dürckheim est né comme moi dans une culture chrétienne (mais il a aussi étudié le Bouddhisme Zen), ses mots ont été lumineux à mes yeux.  
Il parle de notre essence divine ... Un grand soulagement, une Révélation  
et le début d'une grande aventure en conscience ...

J'ai tout mis en œuvre pour amener à ma conscience ma sensibilité, mes atouts, mes blessures et les nettoyer... Tenter de devenir un canal de lumière, le plus pur qui soit.  
Dans un même temps, j'ai consacré mon énergie à me réaliser pleinement dans ma vie concrète : construire un environnement de vie épanouissant, créer un travail qui reflète pleinement QUI JE SUIS, en parfait accord avec ma personnalité, mes valeurs, mon énergie créatrice...

Puis, alors que je pensais ne plus être susceptible de vivre de grandes douleurs, en 2020, j'ai sombré.  
Et je me suis à nouveau mise en recherche pour apaiser mon corps, mon cœur et mon âme.  
J'ai croisé le tantrisme, les méditations quantiques et le chamanisme,  
autant de découvertes exceptionnelles d'un point de vue  
de l'évolution personnelle et spirituelle.

C'est en découvrant l'Union divine que j'ai vécu l'Eveil de ma Kundalini.

« *Grandir en Conscience* » ... vers la Maîtrise spirituelle <https://www.amylianah.com/>



J'ai ensuite plongé avec joie dans le chamanisme qui s'est révélé être une 'évidence'.  
 J'ai voulu en priorité effectuer des voyages chamaniques pour moi vers les Esprits de la Nature,  
 afin d'apaiser mon corps, mon cœur et mon âme.  
 (Voir la page 'Faculté d'auto-guérison et chamanisme' pour plus de détails)

Au bout de quelques semaines de travail, j'ai ressenti un profond changement,  
 une paix intérieure nouvelle. J'ai aussi senti que mon taux vibratoire, entretenu  
 par des montées régulières de Kundalini, avait augmenté.

Le 24/01/21, je suis allée à la rencontre de mes guides spirituels célestes. Ce jour-là, ils m'ont  
 informée que j'avais effectué le 'saut quantique', que j'avais acquis une capacité d'auto guérison.  
 Assez rapidement ensuite, ils m'ont dit qu'il était temps d'avancer sur la voie du chamanisme  
 (au service des autres) et de la maîtrise spirituelle.

Mon taux vibratoire a encore beaucoup augmenté (ce qui n'est, du point de vue du corps physique,  
 pas très agréable (beaucoup de douleurs, de tensions, de maux de tête)). J'ai reçu, à ce moment,  
 le grand privilège de pouvoir communiquer toujours plus aisément avec les Esprits de la Nature  
 et avec les Guides célestes, principalement des Maîtres ascensionnés.

Sur le chemin pour devenir un maître spirituel, j'ai demandé ce qu'on attendait de moi.  
 La réponse a été très simple : « *N'oublie jamais qu'il s'agit de rayonner et méditer pour Gaïa et pour  
 l'humanité.* » J'ai donc décidé de méditer tous les jours pour Gaïa.

Au cours de ma première méditation, instinctivement, je me suis laissé glisser,  
 comme dans un voyage chamanique, à la rencontre de l'Esprit de la Terre, Gaïa.  
 Et je l'ai aperçue, toute menue dans la pénombre. Je me suis installée devant elle, tentant de lui  
 donner toute l'énergie de lumière que j'étais capable de lui offrir.  
 Au bout de 2 ou 3 jours, j'ai constaté que le taux vibratoire de Gaïa (qui était très bas) avait  
 augmenté. Et j'ai entendu une voix me dire : « *Si vous étiez plusieurs à faire cela, vous pourriez sauver  
 la Terre...* » Cette voix provenait de Métatron, l'Ange le plus puissant de la Création.

Depuis, très régulièrement, je me rends au chevet de Gaïa pour activer une bulle de lumière autour  
 d'elle et lui offrir de l'amour tendre dans l'espoir qu'elle puisse le transmettre à l'Humanité :  
*Que cet amour touche le cœur de l'Humanité, l'éveille à la Bienveillance, au respect de tout être  
 vivant et de son lieu de vie, la Terre.*

J'effectue un travail de 'passeuse d'âmes', guidée par Gaïa,  
 dans des lieux chargés d'énergie sombre et j'ouvre des portails d'amour et de lumière.

Je sais, c'est très étrange mais c'est mon nouveau travail ...

Amylianah

Pour le plus grand Bien de tous...



Quand il s'agit de faire triompher l'amour et la lumière,  
il ne peut pas être question de 'Copyright'.

Partagez ces informations sans modération...

Un projet de livre regroupant tous les textes et les messages canalisés  
est actuellement à l'étude.

Vous serez informés sur le site web  
de comment vous le procurer si vous êtes intéressé.

Pour le plus grand Bien de tous,

Amylianah

# Table des matières

Pour Gaïa : introduction	p.2
Le travail en conscience	p.3
Ho'oponopono	p.6
La voie du Pardon	p.8
Se libérer de nos croyances	p.11
Réveiller notre âme d'enfant	p.16
L'Union divine	p.17
Faculté d'auto-guérison et chamanisme	p.21
Taux vibratoire et niveaux de conscience	p.23
L'enseignement de Sananda, Yeshua, Jésus...	p.26
« La Voie de la Simplicité » - Message d'El Morya	p.28
« Prendre sa place dans le monde » - Message de Bouddha	p.30
« Votre accomplissement » - Message d'El Morya	p.32
"La féminité, le Féminin sacré et l'Union divine" Message de Marie	p.34
« L'infinie beauté du Masculin sacré » - Message de Marie-Madeleine	p.36
« Votre puissance de guérison » - Message d'Hilarion	p.38
« Votre corps est sacré » - Message de Sananda	p.40
« Des relations humaines harmonieuses » - Message d'Hilarion	p.42
« Spiritualité et partage » - Message de Lady Nada	p.44
« L'avènement de l'Amour et du Partage » - Message de Maitreya	p.46
« Renforcez votre lien avec la Terre nourricière » - Message de S. Bey	p.48
« Votre Âme est libre » - Message de Métatron	p.50
« Dieu est Amour » - Message de Maitreya	p.52
« Enseignez avec confiance » - Message de Marie	p.54
Amylianah	p.56
Pour le plus grand Bien de tous	p.58