

Voyage à Telos – Telos III – Chapitre 12 – par Adama

 consciencedivine.com/voyage-a-telos-telos-iii-chapitre-12-par-adama

1 octobre 2023



Chers frères et sœurs ! JE SUIS ADAMA !

Aujourd'hui, je vais commenter le chapitre 12 du Livre III de Telos.

Il n'y a pas grand-chose à commenter dans ce chapitre, mais il y a une guidance. Il y est question des 7 flammes sacrées, une pour chaque jour de la semaine. Je dirai donc simplement que vous devez prendre l'habitude de laisser ces flammes agir dans votre corps chaque jour, conformément aux instructions. Comment procéder ?

J'imagine que chacun d'entre vous, à ce stade de son voyage, a pris l'habitude de méditer le matin et le soir avant de s'endormir. Si vous n'avez pas encore cette habitude, je dirais qu'il serait bon que vous la créiez, car le matin, vous ancrerez toutes vos protections et ramènerez votre corps et votre esprit entièrement à la présence physique, laissant derrière vous ce que vous avez vécu la nuit. La nuit, avant de vous endormir, c'est important parce que vous préparez la protection de vos âmes pour que tout le travail qui doit être fait n'ait pas de problèmes.

J'espère qu'aucun d'entre vous ne me demandera ce qu'il faut faire. A ce stade du voyage, cette question ne peut plus être posée. Il faudrait déjà que chacun d'entre vous ait une petite routine de méditations à faire, de protections à activer. Il n'y a pas de recette. Il n'y a rien de tout fait. Tout doit venir du cœur. Et quand je parle de méditations,

cela dépend aussi de chacun d'entre vous, parce qu'un cœur rempli de Lumière et faisant des affirmations vaut mieux qu'un esprit extrêmement agité essayant de faire une méditation.

Il faut que vous compreniez que vous devez maîtriser votre mental, que vous devez calmer votre mental. Je vais vous apprendre un petit exercice. Un exercice facile et simple, mais qui, avec le temps, vous aidera à apprendre à calmer votre esprit. Allumez une bougie. Non, vous n'offrirez cette bougie à personne, c'est juste une bougie allumée. Quelle bougie ? N'importe laquelle. Et faites l'exercice.

Commencez par regarder la flamme de la bougie pendant 15 secondes, sans penser à rien d'autre. Si une pensée vous vient à l'esprit, répétez les 15 secondes le lendemain. Tant que des pensées vous viennent à l'esprit, répétez les 15 secondes. Le jour où elles ne viennent pas, passez à 30 secondes. Et continuez de la même manière. Jusqu'à ce que vous atteigniez une minute. C'est un exercice long pour beaucoup d'entre vous, mais je vous garantis que vous apprendrez à votre esprit à se calmer, à créer l'habitude de regarder mentalement une bougie, et votre cerveau saura : "Il est temps de s'arrêter". C'est ainsi que vous apprendrez à calmer votre esprit.

Mais revenons aux flammes. Ainsi, après les méditations du matin et du soir, chaque jour, vous vous placerez mentalement dans cette flamme. Lisez le livre, comprenez chaque flamme et, au moment où elle agit, faites la demande que vous souhaitez, inhérente à cette flamme. Chaque flamme a un pouvoir. Il ne s'agit pas de demandes quotidiennes, mais de demandes inhérentes à la couleur de la flamme.

Restez dans cette flamme aussi longtemps que vous le souhaitez. Même si vous voulez vous allonger le soir, sentir la flamme agir sur tout votre corps et vous endormir, c'est très bien. Cette flamme, si vous demandez qu'elle reste dans votre corps toute la nuit, restera, il suffit de le demander. Ce sont de petits exercices, mais ils vous apporteront beaucoup d'évolution.

Il y a maintenant un point très intéressant. Lorsque vous commencez à faire un nettoyage de ce type, beaucoup de choses apparaissent, en particulier des problèmes. Pourquoi ? Parce que ces flammes nettoient tout ce qui doit être ramené à la surface. Donc, chaque problème qui surgit, rassurez-vous, est apparu parce que vous faites le processus, et le temps est venu pour vous de le regarder avec Amour, de l'affronter, de le maîtriser, et de le laisser derrière vous de manière efficace.

Je dirais qu'il n'est souvent pas facile de faire ces exercices, parce qu'ils amènent beaucoup de réflexion, et surtout la nécessité de prendre des décisions, ce qui pour beaucoup d'entre vous n'est pas agréable. Parce que vous procrastinez, en pensant toujours que demain sera meilleur qu'aujourd'hui, et vous ne faites jamais ce qui doit être fait.

Je dis simplement que plus vous procrastinez, plus ce qui doit arriver sera intense. Je conseille donc à chacun d'entre vous de se pencher sur le problème dès qu'il se

présente. Je vous assure qu'il sera plus facile à résoudre.

C'est donc une autre voie que vous pouvez emprunter. Maintenant, il est important de ne pas vous laisser submerger. Choisissez ce que vous voulez faire. Il ne s'agit pas d'ajouter des procédures à ce que vous faites déjà. Changez de procédure, arrêtez d'en faire une et faites celle-ci. Il n'est pas nécessaire de le faire chaque semaine. Apprenez à vous fixer des limites. Vous ne voulez pas tout faire en même temps. Premièrement, parce que votre corps ne le supporterait pas ; deuxièmement, parce que votre esprit ne le supporterait pas ; et troisièmement, parce que vous ne feriez rien correctement, parce que cela deviendrait fatigant et que vous perdriez votre concentration.

Alors, chaque jour, faites une seule démarche. Et ne faites que cela. Lorsque vous l'avez terminé, faites-en un autre. Comme vous le dites, faites tourner vos traitements. Ne les faites pas tous en même temps. Sachez adapter chaque procédure à votre propre évolution. Et si vous entrez en contact avec les 7 flammes et que c'est trop lourd, arrêtez immédiatement, c'est le signe que vous n'êtes pas encore prêt.

Tout n'est pas bon pour tout le monde en ce moment. Sachez vous auto-évaluer. Parce que faire quelque chose qui va au-delà de ce que votre corps peut supporter n'apportera pas de bénéfices, cela apportera plus de confusion et de manque de contrôle dans votre esprit. Sachez donc choisir ce que vous faites. Sachez alterner les traitements. C'est la grande sagesse. Et ainsi, à chaque fois, vous vous exposez à quelque chose qui vous fera du bien, mais sans exagération, sans surcharge.

C'est le message d'aujourd'hui, mes frères. Faites cet exercice des flammes et faites l'exercice de la bougie. Mais toujours, toujours, toujours, suivez votre cœur. Pas parce que je l'ai dit, pas parce que quelqu'un d'autre l'a dit, mais simplement parce que votre cœur vous l'a demandé. Alors vous pouvez être sûr que c'est le bon moment pour faire ce que vous voulez faire.

Canalisé par Vania Rodrigues

Traduit du Portugais pour : <https://consciencedivine.com>

Partagé par : <https://consciencedivine.com>

Source : <https://anjoseluz.net>

Étiquettes Vania Rodrigues