



# **TRAVAIL D'ÉPURATION ET D'INTÉGRATION D'ÉNERGIE CHRISTIQUE**

## **EXERCICES**

Nous aimerions vous aider à faire un travail d'épuration et d'intégration de cette énergie Christique et qu'ensemble nous projetions cette Énergie Christique sur le monde en souffrance.

Vous allez visualiser le Soleil en face de vous et vous verrez, partant de ce Soleil, une multitude de rayons de multiples couleurs qui se dirigent vers vous et vers tous les points de votre Terre.

Vous allez ressentir la puissance de ces énergies alliée à la puissance des couleurs qui émanent de la présence de ce Soleil. Chaque centre de force sera amplifié dans sa réception des énergies en recevant la couleur qui est la sienne.

Petit à petit, vous allez vous fondre dans cette Lumière, vous allez devenir ce Soleil et à votre tour vous allez pouvoir diffuser, projeter par tous vos centres de force et essentiellement par le centre de force cardiaque toute l'Énergie et toute la Lumière, avec les diverses couleurs que vos centres de force auront reçues. Vous allez projeter cette Lumière et cet Amour vers ce que vous appelez les « points chauds » de votre planète.

Vous allez visualiser ces « points chauds » complètement en paix. Vous allez visualiser chaque partie du monde en souffrance dans la paix et dans l'Amour Christique, vous allez visualiser vos frères humains vivant paisiblement partout dans le monde, la joie au cœur, la lumière dans les yeux, bien nourris et vivant décemment.

Vous allez visualiser la planète vivant totalement cette paix, cette joie. Tout rayonne de cet Amour Christique. Tous les règnes l'intègrent, la planète prend une nouvelle Lumière et vibre aussi de cet immense Amour Christique.

Le mot guerre n'existe plus, le mot paix le remplace et il est prononcé avec le cœur mille fois, deux mille fois, dix mille fois. Paix sur la Terre, paix en nos cœurs, paix au plus profond de nous-mêmes, paix sur notre monde béni !

Faites quelques instants cette méditation en silence. Dans le silence, l'âme agit beaucoup plus. Lorsque le mental n'est pas en activité, qu'il n'est pas trop envahissant, il émane de vous des choses insoupçonnées. Alors laissez-les venir. »

\*\*\*\*\*

Portez votre conscience au niveau de votre centre cardiaque. Ressentez toute l'énergie de ce centre de force comme une boule de chaleur, comme une intensité de vie. Visualisez comme une sphère blanche cette énergie qui grandit de plus en plus. Petit à petit elle se colorera d'un rose léger et elle grandira jusqu'à englober votre totalité.

Commencez à ressentir la puissance de son Amour, la puissance de votre Amour. Libérez cette puissance, créez ce soleil d'Amour.

Il faut que vous arriviez à bien ressentir cette sphère à laquelle vous avez donné naissance, qui est partie de votre point de vie, qui est maintenant d'une magnifique couleur rose et qui devient comme un immense ballon.

Détachez cette sphère de vous-mêmes et envoyez-la dans l'atmosphère. Lorsqu'elle sera au-dessus de la Terre, vous la ferez éclater et vous verrez des milliards de particules d'Énergie Amour qui retomberont sur la Terre. C'est un exercice très simple mais plus vous le ferez, plus vous en comprendrez la puissance. Ce sont souvent les choses les plus simples qui ont le plus de puissance car elles ne sont pas freinées par les méandres du mental.

Pour vous aider, vous pouvez visualiser un ballon de baudruche qui se gonfle et qui transportera tout votre immense Amour.

Plus vous aurez la capacité de créer cet Amour, d'avoir la conscience réelle et non intellectuelle de cette force qui vous habite, plus votre fréquence vibratoire s'élèvera et plus vous aussi profiterez de l'Amour que vous créez. Plus vous projetterez d'Amour sur votre mère Terre et sur tout ce qui vit, plus l'Amour grandira en vous.

C'est comme pour un champ : plus vous travaillez la Terre et plus elle produit. Plus vous travaillerez avec l'Énergie Amour et plus elle produira des effets sur vous-mêmes et sur tout ce qui vous entoure. Prenez réellement conscience du pouvoir gigantesque qui demeure en vous et utilisez-le.

Dans les jours et les mois qui viennent, il y aura des moments très puissants au niveau de la fréquence vibratoire, du son émis par la Terre et par les autres planètes. C'est comme s'il y avait soudain un magnifique concert, le concert des étoiles, le concert des planètes, comme si ce concert devait signifier l'éveil de quelque chose.

Afin que ces gigantesques vibrations ne vous occasionnent pas de perturbations, reliez-vous le plus possible à votre centre de vie, à l'Être Divin qui est en vous. De même reliez-vous le plus possible à la Source, demandez-lui de toujours vous donner l'énergie nécessaire pour accomplir votre tâche au quotidien et votre transformation. Soyez certains que cette demande sera entendue non seulement par votre Être Divin mais aussi par la Source.

Votre vie correspond exactement à la façon dont vous la concevez. Apprenez à bien concevoir, à bien créer, apprenez à donner naissance en permanence à la beauté, à la joie, à l'Amour, apprenez la confiance qui vous manque parfois.

Vous ne pouvez voir de la vie que ce que votre conscience limitée vous permet. Plus vous travaillerez l'Amour et plus les limites de votre conscience seront repoussées. Vous percevrez alors la vie en vous-mêmes et autour de vous comme jamais auparavant. Tout vous paraîtra beaucoup plus facile car beaucoup de peurs seront annihilées.

\*\*\*\*\*

Ils me disent :

« Toute couleur, comme vous le savez, est porteuse d'énergie. Lorsque vous invoquez une couleur, vous attirez à vous son énergie. Lorsque vous serez très proches de la transition, vous percevrez les couleurs différemment, vous en aurez une autre conscience.

Actuellement, la gamme des couleurs que vous pouvez voir est très limitée, comme vos perceptions. Vos facultés vont beaucoup se développer. Cela commencera dans vos rêves, pendant lesquels vous entendrez des sons que vous n'avez encore jamais perçus en état d'éveil. Vous pourrez également distinguer des couleurs qui vous sont inconnues. Ce sont des préparations à ce que vous aurez la possibilité de percevoir ou d'entendre dans un proche avenir, ce sont des facultés de quatrième dimension qui se développent en vous.

Visualisez ces couleurs, essayez d'intégrer leur énergie.

Pendant quelques instants vous allez vider complètement votre mental de tous soucis, vous allez vivre dans la sérénité et ouvrir la porte de votre cœur à la paix. Essayez de goûter profondément ce sentiment de paix. Il n'y a plus aucune révolte en vous. Tout n'est qu'harmonie, sérénité. La vie vous paraît très facile, il n'y a plus de dualité ni en vous ni autour de vous. Ouvrez complètement votre cœur et votre conscience à cette paix qui vous pénètre, qui vous inonde. Vous pouvez lui donner la couleur bleu-violet.

Inondez la pièce où vous vous trouvez de lumière dorée. Baignez totalement dans cette lumière. Tout est paisible en vous, tout est parfait.

Visualisez votre propre demeure dans la même lumière dorée. Éclairez-la le plus possible et mettez la paix, l'harmonie et la sérénité en elle. Ce sont des énergies que vous apportez dans votre demeure, et ce que vous y mettez vous sera restitué.

Visualisez ensuite, totalement lumineux dans cette même lumière dorée, vos proches, vos enfants, vos compagnons, vos parents, tous ceux que vous aimez profondément. Sentez-les heureux de vivre, dans la paix, dans la sérénité et dans l'Amour. Ils n'ont plus aucune difficulté.

En faisant ce travail, vous augmentez leur fréquence vibratoire et vous les aidez à se hisser sur une nouvelle fréquence.

Visualisez-vous au milieu de vos proches ; vous vous sentez infiniment heureux, vous les aimez d'un Amour inconditionnel, vous les aimez pour ce qu'ils sont. Vous appréciez tout ce qu'il y a de plus beau en eux que vous n'aviez pas encore découvert.

Vous allez vous sentir vivre en parfaite harmonie dans votre famille, avec tous ceux que vous aimez et vous allez ressentir leur Amour.

Visualisez tous vos amis, aussi bien ceux avec qui vous vous sentez en parfaite harmonie que ceux avec lesquels vous ne vous sentez pas toujours en accord mais qui cependant vous apportent beaucoup dans l'échange. Vous les voyez complètement en paix, dans la sérénité, et vous êtes heureux de les voir ainsi.

Maintenant imaginez être à demain matin. Vous sortez et vous rencontrez beaucoup de personnes, que ce soit dans la rue, sur votre lieu de travail ou dans les magasins ; le regard que vous portez sur eux est tout autre. Pendant quelques instants, voyez-les complètement en paix, heureux, sereins.

Puis vous vous trouvez au milieu d'une grande foule de centaines, de milliers de personnes ; vous projetez sur elles toute la paix, toute la sérénité, tout cet Amour qui sont en vous et que vous donnez librement. Vous projetez la lumière dorée sur cette immense foule, ainsi que la lumière bleu violet, cette lumière vivante qui ira non seulement les régénérer mais qui les aidera aussi à retrouver la paix en eux.

Vous êtes toujours au milieu de cette foule mais votre vision s'agrandit. Vous arrivez à percevoir une grande partie de la population du monde et vous visualisez tous vos frères humains dans la paix, dans la joie, dans la sérénité. Vous projetez sur eux la même lumière, ce bleu-violet très vivant, très lumineux ainsi que cette lumière dorée.

Puis, en conscience, vous vous propulsez hors de la planète Terre, vous la voyez de très haut, et vous projetez sur elle tout l'Amour du Divin en vous ainsi que la couleur bleu-violet et cette belle couleur dorée tellement vivante, tellement lumineuse, tellement réelle.

Prenez toujours l'habitude de mettre votre corps, vos véhicules, vos maisons, les villes dans lesquelles vous habitez, votre pays et enfin votre mère la Terre dans la Lumière. **CE TRAVAIL PEUT VOUS PARAÎTRE FACILE MAIS SOYEZ CERTAINS QU'UNE PENSÉE BIEN DIRIGÉE PEUT FAIRE DES MIRACLES.** Si vous avez conscience que vous maîtrisez à la perfection toutes vos pensées de Paix et d'Amour, que ce soit pour vous-mêmes ou pour ceux qui vous entourent, vous pouvez faire des miracles. Bien sûr ces miracles ne vous sont pas perceptibles, mais ce n'est pas pour autant qu'ils n'existent pas.

Vous avez déjà beaucoup accompli mais la tâche demeure encore très importante. Vous et beaucoup d'autres êtres sur ce monde avez annulé certains événements qui étaient prévus pour lui et avez diminué l'ampleur de certains autres. Cependant certains faits seront inéluctables. Vous pourrez toujours donner l'énergie nécessaire afin qu'ils se passent le mieux possible pour le plus grand bien de tous les humains et de la Terre.

Nous ne saurions trop vous répéter combien il est important de travailler la paix !

**Afin de pouvoir intégrer la paix et la sérénité, il faut toujours reconnaître ce qu'il y a de mieux en vous et dans votre vie, il faut toujours donner beaucoup d'attention à tout ce qui est parfait en vous et ignorer le plus possible ce qui n'est pas encore transcendé, transformé.**

Vous donnerez de l'attention à la paix et à l'Amour qui grandissent en vous, à la vie heureuse que vous avez, plus votre vie deviendra effectivement heureuse et plus vous grandirez dans la paix et dans l'Amour.

N'oubliez pas que vous n'êtes pas un individu isolé, que vous faites tous partie d'un gigantesque corps formé de tous les êtres de ce monde. Si vous avez conscience de votre appartenance à la vie, tout au moins dans la troisième dimension, vous respectez toute vie, car si vous ne la respectez pas vous ne vous respectez pas non plus.

Quelques petites expériences vous seront présentées pour voir comment vous réagissez. Certains en auront plus que d'autres mais sachez que nous serons près de vous pour vous aider à bien passer vos examens, à bien vivre tout ce qui vous sera présenté. Ne vous laissez jamais déstabiliser ! Avec la conscience qui s'éveille de plus en plus en chacun de vous, vous devez éviter le plus possible de vous laisser déstabiliser. »

Source : [assoc.wanadoo.fr/ciel-a-la-terre](http://assoc.wanadoo.fr/ciel-a-la-terre)

---

Copyright © 2008 – **L' ASCENSION PLANÉTAIRE** - Tous droits réservés

Source: <http://www.ascensionplanetaire.com/>

