

## L'ancrage dans le chakra du Cœur

L'ancrage nous permet d'être Ici et Maintenant. L'ancrage associé au souffle nous permet d'accueillir notre Divinité , notre équipe Lumineuse

Prenez conscience que votre respiration n'est pas une simple respiration mais le souffle Divin. Chaque respiration envoie dans notre corps physique et nos corps subtils , des particules de Lumière Adamantines qui viennent nourrir et illuminer chacune de nos cellules. Chaque respiration en conscience, s'expande et s'éparpille autour de nous pour nous nourrir dans notre Totalité ! Prenons conscience de ceci.

Asseyez vous ou allongez vous, peu importe, du moment que vous êtes dans une position confortable. Ressentez votre souffle.

Ressentez votre souffle qui passe par vos narines ou/et votre gorge. Tout simplement ressentez et visualisez que ce souffle emplit tout l'intérieur de vous de particules lumineuses .

Regardez à chacune de vos inspirations-expirations ces particules voler en vous inondant votre corps physique, tous vos organes , vos cellules....

Tranquillement, regardez l'énergie féminine qui vient de Gaïa , de la Terre Mère passer par vos pieds , monter le long de vos jambes, passer par le chakra rouge , monter le long de votre colonne vertébrale pour s'installer dans votre cœur !

Visualiser à présent , toujours tranquillement installé dans votre respiration , les énergies masculines qui descendent par le chakra violet, le chakra couronne et qui descendent le long de votre colonne vertébrale jusqu'à votre chakra du Cœur.

Tranquillement, chaque inspiration: énergie féminine; chaque expiration: énergie masculine !

Laissez votre imaginaire puiser cette énergie dans le soleil central de la Terre et dans le soleil central de l'Univers . Vous êtes installés dans un tube de cristal magnifique qui vous entoure. Vous êtes dans une superbe protection lumineuse en lien avec le haut et le bas.

Prenez conscience de ces polarités féminines-masculines qui s'installent dans votre chakra du Cœur , qui fusionnent , qui vibrent d'Amour et de Lumière, qui vous apaisent et vous nourrissent.

Vous ressentez une chaleur; une douceur .... vos corps apprécient !

Imaginez alors qu'à chacune de votre respiration, une bulle se forme au niveau de votre Cœur , une bulle qui grandit à chaque respiration et qui se gonfle (un peu comme un ballon de baudruche) . Ce ballon grossit à chacune de vos respirations. Il vous entoure et vous baigne dedans (des fois c'est l'image d'un fœtus qui me vient) et là , vous êtes dans la protection de Dieu-Déesse Divin, là vous êtes en accord avec votre Totalité ! Les anges ; les guides et tous les Êtres lumineux sont présents et veillent sur nous.

Dans cet espace, vous pouvez communiquer avec nos Frères et Sœurs de Lumière, vous ressentez les réponses . Vous pouvez déposer vos difficultés ; vos émotions ; vos douleurs et demander que ce soit dissous ; ou bien transmuter (utiliser le mantra). Choisissez ce qui vous convient le mieux . Mais libérez et déposez la densité pour laisser la place à la Lumière et à l'Amour.

Votre cœur vibre et est heureux; il retrouve le souffle; la vue; l'ouïe.... enfin les sens qui passent par lui. C'est magnifique et doux !

Visualisez chacune de vos cellules pleines de Lumière et si certaines sont plus sombres, laissez les s'envoler et remplacer par une bulle de Lumière et d'Amour. Faites cela tranquillement ; calmement ; ne retenez rien ; accueillez et vibrez !

Au moment où je partage cela avec vous, je ressens cette Force et cette puissance d'Amour qui est le nôtre et je souhaite que tous , en conscience nous puissions vivre cela, l'ancrage avec nos parents Divins qui accueillent leur enfant que NOUS SOMMES de toute Éternité!

Soyez , dans l'Amour et l'Estime de vous comme le sont nos Divinités !

A nous d'avoir envie de jouer à ce jeu et de l'expérimenter! Bonne découverte !