

# LAISSEZ-VOUS GUIDER PAR VOTRE CORPS !

*par Pamela Kribbe*

*Pamela Kribbe canalise La Terre Mère*

Cher peuple,

Je suis la voix de la Terre. Je vous salue depuis la profondeur du sol qui se trouve sous vos pieds. Je suis le cœur de la Terre qui vous parle. Je veux rétablir la connexion avec vous tous ; faire l'expérience de cette connexion en la célébrant, car la vie *ici* sur Terre est censée être joyeuse. Vous êtes ici pour expérimenter la joie, bien qu'il soit possible que vous viviez au départ des expériences douloureuses. Le but est que vous puissiez redécouvrir et vivre à nouveau dans l'état naturel de la joie – *qui appartient à l'essence de toute réalité*. Et souvenez-vous *toujours* que la vie dans son essence est belle. Il existe un courant positif qui accélère la croissance et l'épanouissement, tant sur le plan intérieur, qu'extérieur. Ce courant est l'essence de l'univers : une énergie qui est vitale, positive et encourageante. Et c'est finalement là que réside votre sécurité : savoir qu'au niveau le plus élémentaire vous êtes toujours en sécurité.

Lorsque vous savez que la vie est belle, que l'univers vous offre des fondations sur lesquelles vous pouvez grandir et vous épanouir ; lorsque vous réussissez à faire l'expérience d'un tel sentiment positif, alors vous êtes capables de vraiment vous détendre. L'aptitude à se sentir en confiance et l'aptitude à se détendre sont inséparables. Il est impossible de se détendre si on se sent en danger. Une partie de vous n'est pas entièrement présente, elle veut alors se retirer et elle ne peut pas participer au processus de croissance

positive, à la joie qui est votre état naturel. Lorsque vous êtes tendu, vous vous coupez des merveilles de la vie. Dans une certaine mesure, vous vous retrouvez *mort* à l'intérieur. Par peur – vous vous détournez de la vie, et par conséquent, vous ne pouvez pas voir toutes les possibilités que la vie peut offrir. Vous vous limitez à ce que vous connaissez et à ce qui vous met en sécurité. Mais la véritable sécurité ne vient pas de restrictions ou de règles. La vraie sécurité vient du sentiment que *tout est bien*, même si vous ne savez pas très bien *quoi, comment* et la direction de tout cela.

Pour faire l'expérience du véritable sentiment de sécurité, vous devez sortir de votre tête, sortir de votre esprit et vous éloigner de la peur. Car la peur et l'esprit mental fonctionnent souvent ensemble. Il existe une peur fondamentale chez beaucoup d'entre vous : ce sentiment d'insécurité qui vous pousse à chercher des solutions avec votre mental et à prendre des décisions pour rendre la vie plus gérable et plus sûre. Mais agir ainsi ne fonctionne pas, car cela découle d'une manifestation de tension, d'un sentiment profond d'insécurité.

Laissez-vous aller dès maintenant, en commençant par relâcher votre corps. Imaginez que toutes les tensions de vos muscles s'évacuent tout doucement. Votre corps sait comment se détendre ; ce sont souvent les peurs qui l'en empêchent. Alors dites à votre corps : "*Je te donne les rennes ! Dis-moi comment je dois m'asseoir et respirer pour me détendre*". Puis dites à votre *Enfant intérieur* (qui est le siège de vos émotions) qu'il a lui aussi le droit de se détendre, qu'il a lui aussi le droit d'exprimer toutes les émotions qu'il ressent. Il n'y a aucun tabou, ni dans votre esprit, ni dans votre conscience ; On a le droit de *tout* exprimer, et il y a de la place pour tout ce qui est.

Voyez comment cela vous aide à augmenter et à élargir votre conscience. Vous permettez alors à votre corps de trouver ses propres moyens et son propre rythme, et vous permettez à votre

*Enfant intérieur* de s'exprimer : il sait comment le faire, il sait comment *laisser-faire*. Et vous savez que cela est possible, car au plus profond de votre être vous savez que la vie est belle, que la vie est un courant positif. Alors que vous expirez énergiquement jusqu'au bout de votre souffle, laissez-vous aller à un grand calme intérieur. Laissez toutes les préoccupations, les tensions, et les angoisses de la vie quotidienne s'éloigner.

Il existe un espace en vous qui est silencieux et qui n'est pas affecté par toute cette agitation, par tous ces stimuli et ces pensées. De cet endroit paisible, vous ne faites qu'Un avec Dieu. Vous n'êtes ni séparé, ni seul ; vous faites Un avec le grand *Tout*. Vous faites partie intégrante de ce vaste *grand Tout* qu'est *Dieu* (et cela inclut l'univers dans son entier) et vous y êtes en sécurité. Une sécurité indestructible existe et c'est une bonne chose. Sachez qu'à la base et à l'origine de *tout* se trouve une force bonne et aimante. Une force créatrice qui dépasse l'imagination et de laquelle vous êtes issu. Peut-être allez-vous voir cette Source apparaître devant vous sous la forme d'une lumière blanche très pure. Aussi, laissez cette lumière blanche vous traverser et vous entourer. Là est votre base, votre fondation ! C'est là que réside l'origine de toute la force et de toute la sécurité dont vous avez besoin.

Dans la vie de tous les jours, il est très fréquent que les gens recherchent la sécurité – qu'ils la trouvent, ou qu'ils essayent de la trouver dans les rôles qu'ils tiennent particulièrement auprès des autres personnes. Ils sont père ou mère, patron, employé ou ami : ils sont le *soutien* ou le *refuge* de quelqu'un, ou bien ils tiennent un rôle important dans leur monde du travail et dans leurs activités. Et beaucoup de personnes ressentent un sentiment de sécurité à travers les rôles qu'ils tiennent. Ainsi, ils peuvent se détendre pendant un certain temps alors qu'ils tiennent leurs rôles, car ils ont l'impression que leur vie a un sens et

qu'ils ont de la valeur par rapport aux autres. Et cela leur donne le sentiment d'être méritants. Ils remplissent un rôle, ce qui leur donne le sentiment d'être reconnus et acceptés.

Comprenez que derrière l'accomplissement de ce rôle, se cache la peur profonde de ne pas être suffisamment important, donc de ne pas se sentir en sécurité. Dans cette vie-ci, vous êtes formé à vous concentrer sur des rôles et des objectifs. C'est comme si tout dans votre éducation et votre enseignement scolaire, était conçu pour vous préparer au monde extérieur. Cependant, ce *formatage* comporte le sous-entendu suivant : *Vous n'êtes pas parfait tel que vous êtes*. Il doit y avoir tout un tas de choses qui ne vont pas chez vous. Par conséquent vous devez être perfectionné et peaufiné et rendu *acceptable*. Et même si les choses changent dans le monde, même si elles sont en train d'évoluer, même si on respecte un peu plus notre monde intérieur, même si on respecte mieux ce qu'une personne *porte en elle*, il y a encore beaucoup de progrès à faire dans ce domaine. De nombreuses personnes sont encore accablées par un sentiment extrême d'insécurité, le sentiment de ne pas être assez *bien*, d'être indignes telles qu'elles sont.

Voyez si vous reconnaissez en vous le sentiment d'avoir *peur d'échouer*, de toujours devoir donner le meilleur de vous-même en vous assurant que faites un travail acceptable. Voyez si vous avez toujours besoin de rechercher des compliments : en vous présentant dans un certain type de rôle, et ainsi cela vous autorise à vous dire que vous avez le droit de demander quelque chose en retour. Vous avez tous été *formés* à fonder votre *conscience-de-soi* sur ce que vous semblez être : quelqu'un qui est perçu dans le monde extérieur *par rapport à ce qu'il fait*.

Je vous demande maintenant de faire un pas en arrière – un pas en arrière vraiment radical – et prendre profondément conscience que lorsque vous recherchez une validation dans le monde extérieur, *vous vous laissez tomber*. C'est alors que

l'insécurité que vous portez déjà en vous, s'accroît. Plus vous vous tournez vers le monde extérieur pour gagner le droit d'exister, plus le *trou* en vous devient profond : ce *trou noir* qui ressemble à un endroit effrayant où vous vous sentez très mal. Dans ce *trou noir* vous êtes tout seul, et il n'y a personne pour vous dire que ce que vous faites est bien.

Comment allez-vous donc obtenir les validations dont vous avez besoin, et comment allez-vous faire pour ressentir ce *droit d'exister* ? Et bien le "*comment*", se fait jour lorsque vous tournez le dos à toutes ces sources de validation extérieures.

Si vous faites cela de façon consciente, vous vous tournez alors vers ce *trou noir*, vers ce sentiment extrême d'insécurité – vers la peur. Vous *entrez en elle*, et vous ne vous laissez pas distraire ou séduire par ce que le monde autour de vous a à dire. Vous vous êtes certainement déjà rendu compte, à un niveau profond, que dépendre de certitudes extérieures ne fonctionne pas.

La vie vous a mené à cette réalisation, donc vous vous tournez vers *la voie intérieure*. Et beaucoup d'entre vous allez y rester un certain temps, immergés pour ainsi dire, dans les peurs, les incertitudes et dans les douleurs qui se sont accumulées. Et vous ne sortirez pas de ce processus sans effort, car dans ce *trou noir* se trouve un réservoir d'émotions refoulées. Après tout, combien de temps vous êtes-vous *renié* en prenant des rôles qui ne vous allaient pas, ou qui ne vous convenaient que partiellement ? Depuis combien de temps avez-vous refusé de recevoir l'amour de ceux qui vous entourent ? L'objectif le plus important de *l'entrée dans ce trou noir* est de découvrir qu'il s'agit en fait d'un *tunnel*. Et bien qu'il soit sombre ce tunnel, une fois que vous avez atteint son extrémité vous êtes libéré, et vous êtes libre d'entrer à nouveau dans lumière blanche que je viens de décrire.

*L'Essence originelle de la vie* est en quelque sorte

impersonnelle, car elle est universelle. La lumière blanche vous dit : *“Vous êtes très bien tel que vous êtes ; vous êtes parfait dans votre réalité unique”*. Cela est impersonnel dans le sens où cette lumière ne dit pas : *“Vous devez faire telle ou telle chose correctement”*, ou *“Ce que vous avez fait n’était pas assez bien”*, ou *“Vos réussites sont satisfaisantes”*. La lumière n’est ni personnelle, ni sélective ; vous êtes *totale*ment aimé, tel que vous êtes. Tous les jugements que vous portez sur vous-même, que vous ayez réussi ou que vous ayez complètement échoué, tombent dans l’oubli. Ainsi, cette lumière a l’air si éthérée qu’elle semble bien loin de votre réalité quotidienne. Mais je vous demande malgré tout de maintenir une connexion intime avec cette lumière dans votre vie quotidienne. En faisant cela, vous apporterez de la nouveauté, du changement, et une profonde relaxation à votre corps et à votre champ énergétique.

*Ressentez l’Essence originelle de la vie ; c’est une énergie joyeuse.* Cela ne veut pas dire que tout dans votre vie se passera bien et sera positif – pas du tout. L’univers (la vie), est en quête ; Il se sent appelé à se développer, à grandir, à explorer. Durant cette recherche, vous découvrirez des lieux douloureux qui se trouveront souvent au fond de vous-même. Mais lorsque vous avez aussi en vous ce sentiment extrême de sécurité, et bien il y aura toujours ce murmure de joie malgré tout ce que vous traversez. C’est quelque chose que vous ne pouvez pas trouver dans le monde extérieur ; cette Source est en vous.

Je sais que parfois vous voyez la vie sur Terre comme une vallée de larmes, une lutte où il y a de la résistance, de la négativité, des énergies lentes, de la douleur et de la souffrance. Cependant, toutes ces énergies douloureuses ne viennent pas de la Terre elle-même ; elles sont le résultat de l’opposition de l’Etre Humain face à la vie. Ces énergies proviennent de la peur et de cette volonté de contrôler le

flot naturel de la vie. Ressentez maintenant *mon énergie*, le cœur de la Terre. Voyez à quel point je souhaite vous aider à rétablir la connexion avec votre Essence, avec la lumière blanche qui se trouve en vous et qui confirme que tout est permis – que vous êtes libre d'explorer tout ce qui est en vous.

Sentez-vous béni et libéré par cette lumière. Vous êtes un enfant de l'univers et vous êtes infiniment aimé. Vous êtes si grand et si important qu'il y a toujours des personnes pour vous aider, des Guides et des amis. Vous n'êtes jamais seul, et c'est seulement à travers cette lumière blanche que vous pouvez ressentir et détecter cela, et par la même rétablir la connexion avec vos protecteurs. Ne vous sentez plus rejeté, seul ou séparé des autres. Ouvrez-vous une nouvelle foi à l'Essence de la vie.

Je vous demande maintenant de placer vos plantes de pieds sur le sol, afin qu'elles absorbent mon énergie. Ainsi, vous pourrez découvrir comment je transporte cette lumière blanche, la lumière de l'amour. Laissez mon énergie circuler vers le haut de vos jambes. *Laissez-moi vous porter !* Laissez mon énergie circuler à travers vos cuisses et votre bassin, jusqu'à votre ventre et votre estomac. Il est temps de vous abandonner.

Je suis heureuse que vous soyez ici. Je travaille avec vous, en accueillant la lumière de votre âme lorsqu'elle me touche. La lumière de votre âme est un cadeau précieux, et je la reçois avec révérence. Acceptez de même le cadeau que je vous offre : l'amour et la sécurité venant de la Terre.

Merci infiniment.

© Pamela Kribbe

*Traduit de l'Anglais par Emmanuelle McLoughlin*

*Source: <https://www.jeshua.net/>*