

Lettre à Toi, à Vous, à Nous tous(tes)!

Face aux « mesures » prises, rabâchées en boucles, changeantes, pour revenir au point initial et de nouveau varier quelques heures plus tard, je voulais vous rappeler ces principes qui me semblent importants, pour que nous arrivions tous à mieux traverser la tempête où nous nous trouvons.

Gardons nos distances :

Avec la peur, avec les médias,
Gardons-nous
De tous les jugements vers lesquels on veut nous précipiter.

Soyons attentifs à ne pas aller dans le sens de la division, qui affaiblit une société autant que ses individus.

La peur de l'autre, et le jugement qui en découle toujours, sont les meilleurs outils pour laminer toute valeur humaine et tout individu.

Gardons par contre notre bon sens,

Gardons notre hygiène physique : lavage de mains, Huiles essentielles, Vitamine C et D, etc etc : (relire éventuellement mes articles sur l'immunité).

Mais prenons soin aussi de notre hygiène mentale : écoutons de la musique, relisons nos livres; faisons vivre l'Art dans nos maisons tous les jours!

Pourquoi pas, pour les plus doués, essayons de pratiquer peinture, dessins, musique, écriture?

Surtout, ne laissons pas mourir notre cerveau à petit feu, nourrissons-le de beau, d'autres horizons à découvrir : l'art permet cela, **l'art est vital!**

Prenons soin de notre santé spirituelle : Car nous sommes avant tout souffle!

Un souffle comprimé, apeuré créera de la souffrance.

Un souffle libéré, apaisé nourrit à la lumière du sacré, nous rendra invincibles ou du moins nous permettra de mieux traverser nos épreuves. Regardez dans votre histoire, par le passé : je suis sûre que vous aussi, vous retrouverez des épisodes particulièrement difficiles, où la prière, la méditation, l'écoute intérieure vous ont permis de traverser cela.

Les temps que nous vivons actuellement sont des temps qui obligent notre âme à s'ouvrir à sa pleine dimension.

Nous n'avons pas d'autres choix que de nous brancher sur l'essentiel : La puissance du cœur.

Pour cela, seul le silence nous met en communion avec plus grand que nous en nous.

Alors cultivons des temps de silence de plus en plus importants, tous les jours.

Foin de discussions inutiles, de rencontres orientées « affaire et papotage », d'achats compulsifs; Nous n'avons plus le goût pour le superficiel, le sentez-vous?

Revenons à ces temps de silence intérieur pour y découvrir tout un monde. Pour y découvrir l'unité réparatrice. Enfin!

Écoutons notre petite voix intérieure, singulière, trop longtemps négligée. Elle seule, sait ce qui est juste pour chacun de nous.

Lors de ces temps de silence, certains percevront la lumière rapidement ; pour d'autres, il leur faudra être patients, car surgiront en premier une foule de pensées désordonnées cachant plus ou moins habilement de vieilles peurs, ou mémoires; mais en étant un tout petit peu patients, ils découvriront bientôt un calme lumineux et revivifiant.

C'est au creux de ce silence que nous serons reconnectés à l'Amour Originel.

Nous sommes tous, depuis notre origine, porteurs d'une étincelle divine.

Il nous est demandé de la retrouver et d'en prendre soin, de la faire grandir.

Plus nous irons nous ressourcer au cœur du silence, plus l'amour originel subtilement perçu, nous renforcera, nous submergera, permettant ainsi de rejoindre tous ceux qui nous sont liés, mais qui sont géographiquement éloignés.

La proximité n'est pas qu'une question de distance.

Plus nous pratiquerons l'hygiène physique, mentale, et spirituelle, mieux nous irons, et plus grande seront nos énergies.

Si nous avons la chance de pouvoir pratiquer ces temps d'intériorité, tout simplement parce que nous avons un toit, de quoi nous nourrir et nous abriter, peut être alors avons-nous plus que quiconque, le devoir de faire rayonner ces forces positives.

Une fois cette douche de silence et de lumière retrouvée, nous y revenons automatiquement et ainsi aurons-nous des chances de faire bouger les choses, chacun à notre niveau, en faisant grandir les forces unificatrices de l'Amour face aux forces destructrices de la division et de la peur.

Gardons nos distances avec la peur, les discussions inutiles, et le roulis de « nouvelles » qui n'en sont plus, et **revenons à l'essentiel : le silence, où nous pourrions à force d'attention, retrouver cet amour originel dont nous sommes issus et ainsi le partager.**

Christine