

Par Norma Delaney

Votre Souffle Conscient ouvre la voie à la Vie selon la Nouvelle Énergie. La respiration habituelle, inconsciente, garde la personne coincée dans un mode de survie. Le souffle normal, inconscient, reste dans la tête, les épaules, et le haut de la poitrine et du cou, qui sont les endroits où sont stockés les peurs.

Recevez le souffle conscient qui est canalisé par votre nez et circule en empruntant le chemin de l'humidificateur naturel du corps. Ce souffle apporte de l'humidité à l'intérieur du corps. Alors que le souffle conscient voyage vers le ventre et votre centre, il éveille la connexion entre votre Âme et l'humain bien physique que vous êtes. Il éveille l'habileté à ressentir. Ressentir est la capacité pleine de potentiels, la qualité intuitive de l'être humain éveillé.

L'ouverture aux sentiments et à la vraie vie passe par la capacité à sentir. Les montagnes russes que nous font vivre les émotions ne sont pas des outils qui nous aident à ressentir. Elles sont plutôt les chemins connus, les voies habituelles de la peur et de la survie.

Ressentir, cette capacité intuitive, est l'expérience qui nous est offerte lorsque nous sommes prêts à laisser notre âme/esprit mener, plutôt que de laisser notre logique ou nos habitudes ancrées dans la peur nous diriger.

Plusieurs formes de respiration sont enseignées; la respiration pour accoucher, les techniques du yoga, la respiration pour un entraînement physique, etc. Le souffle enseigné par Tobias, St-Germain, utilisé par Garret et moi est le souffle tel que Kuan Yin me l'a enseigné. Ce souffle a pour but l'intégration. Ce souffle est le seul outil que nous avons utilisé pour aider une personne ayant eue un diagnostic de personnalités multiples à s'intégrer totalement et complètement. C'est le souffle que nous avons utilisé pour réaliser l'intégration complète de Kuan Yin dans ce corps physique.

Recevez le souffle conscient, car peu importe votre âge ou votre condition, le cheminement vers l'intégration est celui vers la vie. La vie consciente est le vrai chemin emprunté par les Maîtres. Le souffle conscient est la voie de la Nouvelle Énergie pour le Nouveau Maître.

<http://www.compassionatebreath.net/>