

Adamus® Saint-Germain



Shoud 5
7 Février 2026



Shoud 5

Laissez tout vous rattraper

Presenté au Crimson Circle le 7 Février 2026

Enregistré au Centre de Connexion du Crimson Circle
à Louisville, Colorado, USA

Transmis par

Adamus® Saint-Germain canalisé par Geoffrey Hoppe

assisté par Linda Hoppe

Traduit par Catherine Bitoun

Veuillez diffuser ce texte librement, dans son intégralité, sur une base non commerciale et gratuite,
y compris ces notes.

Toute autre utilisation doit être approuvée par écrit par Geoffrey Hoppe, Golden, Colorado.

Voir la page de contact sur le site: www.crimsoncircle.com

© Copyright 2026 Crimson Circle IP, Inc.

Ecouter la version audio ou voir la vidéo de ce [Shoud en ligne](#).

Adamus® Saint-Germain



Shoud 5

REMARQUE IMPORTANTE : Cette information n'est probablement pas pour vous à moins que vous ne preniez l'entière responsabilité de votre vie et de vos créations.

* * *

Laissez tout vous rattraper

ADAMUS : Je suis ce que je suis, Adamus du Domaine Souverain (applaudissements du public).
Merci ! Ce sont des applaudissements que je n'attendais pas.

LINDA : Vous les méritez.

ADAMUS : Merci, merci d'être là. Merci à tous, Shaumbra du monde entier.

Nous avons une journée très spéciale aujourd'hui. Mais avant d'aller plus loin, tout d'abord, je vous souhaite un joyeux mois de la Saint-Valentin. C'est vraiment le mois des Shambra, celui-ci

plus qu'aucun autre. Je sais que la Saint-Valentin est un peu – aux États-Unis et ici en Amérique du Nord – c'est un peu un jour clé pour Hallmark (marque de cartes de vœux). Cette date a un peu été créée (marketée) en vue de vendre des cartes de vœux, mais nous, nous allons au-delà. La Saint-Valentin, c'est le mois de l'amour, et c'est quelque chose qui aujourd'hui, pour les Shaumbra, devrait faire sens plus que jamais. Pas uniquement pour célébrer l'amour que vous éprouvez pour une autre personne, mais pour célébrer aussi votre amour pour vous-même. Alors, faites-vous une faveur, envoyez-vous une carte à vous-même.

Et l'autre chose que je voulais mentionner avant de commencer, c'est que les chansons d'amour, comme celle que vous venez d'entendre : commencez à écouter ces chansons d'amour en adoptant la perspective que Linda a évoquée tout à l'heure. Celle de l'humain qui chante à son âme, et vice versa. Cela créera une dynamique complètement différente. La chanson que nous mettrons à la fin de ce Shoud, ce qu'on appelle la chanson vidéo du générique de fin, écoutez-la en adoptant la perspective de l'humain qui chante à son âme. Ça changera tout. Ça en changera vraiment toute la dynamique, et c'est cela qui se passe actuellement. Il y a énormément de choses à découvrir de l'amour et du fait de s'aimer soi. Et il se produit actuellement une transformation complète dans la dynamique de l'amour sur cette planète parce que vous êtes en train d'apprendre à vous aimer vous, et ce faisant, vous apprenez à aimer les autres, vous apprenez à aimer vos êtres chers, les personnes les plus importantes dans votre vie, d'une manière très, très différente. Nombre de vos anciennes barrières sont en train de tomber. Nombre de vos anciennes idées de ce qu'est une relation amoureuse sont en train de s'écrouler. Le temps est venu pour ça.

Cette planète est la planète de l'amour. C'est là qu'on en a fait l'expérience pour la première fois, et nulle part ailleurs, dans tout le cosmos. Il y a des gens qui argument en permanence : « Eh bien, non, c'est Dieu qui est tout amour. C'est Dieu qui est au fondement de l'amour. » Pas du tout. Pas du tout, sauf si vous considérez que c'est vous Dieu. Mais c'est sur cette planète que l'on a fait en premier l'expérience de l'amour, et cette planète est devenue connue dans tout le cosmos comme étant la planète de l'amour. Mais l'ancien modèle ou l'ancien mode d'amour est en train d'évoluer, de se transformer actuellement. Les anciennes idées à propos du mariage sont en train d'évoluer, de changer. Les anciennes idées à propos de cette chose, « Jusqu'à ce que la mort nous sépare », et dans certaines religions, c'est quasiment pour l'éternité. Je veux dire, c'est durant une longue période.

Oui, vous pouvez aimer quelqu'un, mais plus de l'ancienne manière d'antan. Et les Shaumbra en particulier ont beaucoup appris sur l'amour et les relations amoureuses. Vous avez rompu avec certaines des anciennes dynamiques qui vous disaient qu'il faut rester avec la personne pour toujours. Pas du tout, parce qu'alors vous seriez seulement piégé ou coincé avec elle. En la libérant – supposons que vous êtes dans un mariage qui ne fonctionne plus, et que vous en libérez cette personne – ce que vous faites en réalité, c'est l'aimer d'une toute nouvelle façon,

c'est l'aimer d'une manière magnifique que de lui donner cette liberté-là. Et alors vous pouvez vous aimer tous les deux l'un l'autre. Vous dénouez ou défaites en quelque sorte les nœuds afin de vous laisser partir l'un l'autre, et désormais vous pouvez en revenir à une toute nouvelle façon d'aimer, qui ne connaît plus ni restrictions ni limitations. Qui n'est plus enfermée désormais. C'est un véritable amour, un amour libre. Et en même temps, vous apprenez à vous aimer vous – apprendre n'est pas le bon terme ici – vous vous *permettez* de vous aimer vous. On n'apprend pas cela. On le permet tout simplement. C'est pour cela que j'affirme que ce mois de février est significatif pour les Shaumbra. Il le sera tant qu'il y aura Shaumbra sur la planète. C'est le mois de l'amour, de l'amour de soi et d'un amour nouveau.

L'amour est une chose étrange. C'est quelque chose de très difficile à définir ou à expliquer. On pourrait dire que c'est un sentiment, mais c'est bien plus que ça. Nous allons en parler spécifiquement aujourd'hui, du sentiment d'amour, de ce que cela fait à votre corps. Mais il est en train d'évoluer très rapidement alors même que vous êtes installés ici. Alors même que vous êtes assis là, sans rien faire, il est en train d'évoluer, de se transformer. Et donc, vous allez commencer à en vivre l'expérience de façon nouvelle et magnifique.

Bien, prenons une grande inspiration avec ça. Le mois de l'amour, le mois des Shaumbra.

La question d'Adamus

Et sur ce, Linda, au micro, s'il vous plaît. Nous allons nous tourner vers le public. Un public très restreint aujourd'hui. Qu'est-ce qu'il se passe à ce propos ? On aurait pu penser que les gens seraient là à faire la queue dehors, à attendre de pouvoir entrer, qu'ils seraient là à soudoyer Linda, en lui donnant 20 ou 50 dollars de plus, peu importe, juste pour pouvoir entrer. Alors, qu'est-ce qu'il se passe là ? Qu'est-ce qu'il se passe ? (Kerri dit quelque chose.)

Vous devez attendre d'avoir le micro pour parler. Bien, Kerri, vous avez le micro.

KERRI : C'est vous qui les avez chassés ou qui les avez fait fuir, c'est évident.

ADAMUS : C'est moi qui les ai chassés ou fait fuir. D'accord. Nous voterons plus tard pour voir si quelqu'un d'autre est d'accord avec vous. C'est moi qui les ai chassés, qui les ai fait fuir. Pourquoi... eh, eh, Linda, mademoiselle Benyo, s'il vous plaît.

LINDA : Oh, désolée, désolée (elle tendait le micro à quelqu'un d'autre).

ADAMUS : Comment pourrais-je bien les avoir fait fuir ? À cause de mon charme ? De mon esprit ? De ma franchise ? Comment pourrais-je bien les avoir fait fuir ?

KERRI : À cause de l'IA, Adamus.

ADAMUS : L'IA les a fait fuir ?

KERRI : Oui, l'IA. Ils se sont dit : « Je ne peux pas faire ce truc de co-bot.

ADAMUS : Mais alors, pourquoi les cours où je parle d'IA sont-ils pleins ?

KERRI : Parce que ce sont des gens à l'international (qui les suivent). Les Américains eux ne vous aiment plus (rires). C'est ça le point à retenir.

ADAMUS : Kerri, quel genre de café buvez-vous ces temps-ci ? Il y a quelque chose...

KERRI : La même que celui que je vous ai servi. C'est du café de conscience.

ADAMUS : Du café de conscience. D'accord, merci pour votre avis (encore des rires).

Bien. Personne suivante. On passe à quelqu'un d'autre. N'importe qui, oui. Pourquoi ce si peu de public, le mois dernier, et ce mois-ci. À cause de la météo ? Non, le temps est magnifique. On ne peut pas en blâmer la météo. Il fait, quoi, 18 degrés dehors. Alors, qu'est-ce qu'il se passe ?

ALAYA : Puis-je me risquer à le dire ?

ADAMUS : Bien sûr. On est entre amis ici. Nous nous aimons les uns les autres.

ALAYA : Oui, c'est vrai. D'après ce que je ressens, c'est à cause d'un changement dans votre relation avec Linda.

ADAMUS : Un changement dans ma relation avec Linda. Pourquoi est-ce que cela ferait fuir les gens ?

ALAYA : Des rumeurs ? Je ne sais pas. Je ne suis pas... Oups. Je vais aux toilettes (elle rit en disant presque « Je ne sais pas »). Cela ébranle les gens au fondement de leur propre relation (maritale).

ADAMUS : Oh, c'est intéressant. Intéressant. Alors, Linda est là. De toute évidence, Linda et Cauldre s'entendent très bien.

ALAYA : Oui. Je vois ça.

ADAMUS : Je veux dire, il n'y a pas de... Peut-être qu'ils s'entendent mieux que jamais, à mon avis. Mais pourquoi cela ferait-il fuir les gens ? Ont-ils peur que... Je n'ai même pas envie de le dire. Pourquoi cela les ferait-il fuir ?

ALAYA : Comme je l'ai dit, cela remue les gens par rapport à leurs propres relations, et ils commencent à regarder...

ADAMUS : Et donc, peut-être qu'ils ont peur que la stabilité qu'ils avaient amenée à eux ne s'effondre ?

ALAYA : Ils commencent à réfléchir à leur propre relation amoureuse, à la façon dont ils sont liés à leur conjoint et à comment cette relation peut évoluer. Et vous êtes, vous deux, un exemple merveilleux et un Modèle quant à la façon dont on peut continuer à travailler ensemble et à être ensemble et à se transformer et à évoluer au sein de l'institution du mariage.

ADAMUS : Mais pourquoi cela les ferait-il fuir ? On aurait pu penser au contraire que les gens auraient afflué ici.

ALAYA : À cause du facteur peur, ils ont peur pour leurs propres relations.

ADAMUS : Intéressant. Et en quoi cela les affecte-t-il ? Est-ce que cela les affecte mentalement ? Émotionnellement ? Pourquoi cette peur ?

ALAYA : Je dirais que c'est à tous les niveaux. Par exemple, comment moi, je ferais ça ? Comment moi, je ferais ce changement ?

ADAMUS : Quels sont vos impressions et ressentis personnels concernant la relation entre Cauldre et Linda ? Et Linda, j'espère que ça ne vous dérange pas qu'on en parle ouvertement (elle fait une grimace et hausse les épaules). Pas tellement (quelques rires). D'accord. Mais pour répondre à ma question, qu'en pensez-vous vous ? Qu'en avez-vous pensé ? Parlons du gros éléphant rouge en forme de cœur dans la pièce. Donc, ils sont ensemble depuis de nombreuses années, ils se connaissent depuis la CM1, et tout à coup, après 48 ans de mariage, ils divorcent. Alors, qu'avez-vous pensé vous de cela ?

ALAYA : Comme je le leur ai écrit à tous les deux, je leur apporte mon soutien pour / dans tout ce qu'ils choisissent de faire et je les applaudis en reconnaissant qu'une transformation et une évolution étaient nécessaires, parce qu'il y a des transformations et des évolutions dans tout, que ce soit la religion, le gouvernement, l'éducation, et donc pourquoi pas l'institution du mariage.

ADAMUS : Donc est-ce un échec ou est-ce – je ne veux pas dire quelque chose d'héroïque – mais est-ce un échec ou un passage à l'étape suivante ? Ou les deux ?

ALAYA : Je vois cela comme de l'honnêteté.

ADAMUS : De l'honnêteté.

ALAYA : De l'honnêteté. Et quelque chose de très difficile. C'est un peu un amour qui bouscule.

ADAMUS : Oui, un amour difficile, qui bouscule, oui.

ALAYA : Oui, je suis là. Je suis là.

ADAMUS : Alors, de quel côté êtes-vous, du côté de Cauldre ou de Linda ? (quelques rires)

ALAYA : Il n'y a aucun côté. Il n'y a aucun camp.

ADAMUS : Je comprends. Je disais que...

ALAYA : Et je sais à quel point il est difficile de traverser ce genre de changements.

ADAMUS : Oui, il n'y a aucun camp.

ALAYA : Non, il n'y a pas de camps. Ce sont des piliers ou des fondations.

ADAMUS : Absolument. J'apprécie votre honnêteté. C'était bien de faire émerger ça.

ALAYA : Mon cœur bat la chamade parce que je vous adore tous les trois.

ADAMUS : Oui, oui (rire). Qui adorez-vous le plus ?

ALAYA : Vous, Adamus, bien sûr (rire).

ADAMUS : Bien sûr. Non, je pense que c'est très bien d'avoir ouvert cette discussion.

ALAYA : Absolument.

ADAMUS : Et je n'en avais rien dit parce que c'est leur vie privée, c'était à eux de décider. Mais maintenant que vous en avez parlé devant tout le monde, c'est bien parce que l'amour perdure. L'amour continue. Les vieilles institutions s'écroulent. Elles s'effondrent parce qu'elles ne sont plus appropriées. Et si Cauldre et Linda me permettent de dire quelques mots à ce sujet, c'est qu'ils avaient atteint un plafond.

ALAYA : Oui.

ADAMUS : Dans leur propre expansion personnelle et dans leur conscience, ils avaient atteint un plafond. Et ce n'était pas forcément mauvais pour eux, mais ce n'était pas bon non plus. Ils se sont libérés mutuellement dans l'amour et sans se battre, sans rien d'autre. Cela leur permettra désormais à tous deux d'accéder à encore plus de leur réalisation, encore plus de leur vérité.

J'irai même jusqu'à dire – et Cauldre, je m'en excuse – qu'aucun deux n'aurait pu comprendre l'amour de soi s'ils étaient restés dans les limites ou les contraintes de leur ancienne relation. Cela les libère pour accéder à leur amour d'eux-mêmes et pour s'aimer l'un l'autre d'une manière nouvelle et différente. Et ce n'est pas facile, et Linda peut en témoigner. Cauldre aussi. Ce n'est pas facile, surtout quand on est exposé comme ils le sont, qu'on fait face aux gens, quand votre vie personnelle n'est plus personnelle en réalité, et quand on sait qu'on est scruté.

Selon vous, quelle a été la réaction générale des Shaumbra à travers le monde lorsqu'ils ont envoyé leur lettre ?

ALAYA : Je m'en fiche. Peu m'importe leurs réactions. Je sais ce qu'est la mienne. C'est tout ce qui compte.

ADAMUS : C'était étonnamment, incroyablement positif, sauf pour une poignée de gens qui se comptent sur les doigts d'une main. Mais les Shaumbra ont vraiment compris, et ils ont eu de l'empathie. Et oui, ça a été un changement, une évolution. Maman et papa qui prennent une direction différente. Ça a été un *changement énorme*, et pour certains, ça a été déstabilisant. Soudain, les fondations, les piliers disparaissaient, alors que pendant très longtemps, les gens les regardaient comme : « Regardez, ils sont mariés pour toujours ». Et contrairement à la plupart des gens, eux, ils avaient cette relation de long terme. Alors, « Qu'est-ce qu'il se passe au juste ? » Mais les Shaumbra ont vraiment compris. Et même si certains ont passé un mauvais moment, en se disant, vous savez, « Je ne sais pas ce qui se passe. Est-ce que le Crimson Circle va disparaître ? Est-ce qu'il va s'écrouler parce qu'ils ne sont plus mariés ? » Si le Crimson Circle avait eu des fondations si fragiles qu'elles dépendaient d'un mariage, eh bien, alors c'est que les Shaumbra n'auraient pas bien fait leur travail. Elles s'appuyaient sur beaucoup d'autres éléments.

ALAYA : Et je sais aussi que leur relation a évolué et continue d'évoluer. Ça a été un processus très difficile pour eux, mais ils sont aussi humains. Et donc, ils ont aussi leurs propres situations et vivent leurs propres évolutions. Et je veux vraiment qu'ils sachent à quel point ils reçoivent tout le soutien de notre part, parce que vous, tous les trois, vous nous avez soutenus dans énormément de choses. Tellement. Je ne serais pas là où je suis aujourd'hui.

ADAMUS : Merci. Et franchement, ils vont devenir des Modèles d'une manière différente à présent.

ALAYA : Exactement.

ADAMUS : Parce qu'ils sont libres de s'aimer eux à présent, et donc libres de s'aimer l'un l'autre d'une manière totalement différente. Et ça a été un grand saut, mais ils deviendront des Modèles.

ALAYA : Oui, et cela ne veut pas dire que tout le monde doit divorcer.

ADAMUS : Non, non, non.

ALAYA : Mais c'est un exemple et une force qu'ils montrent au monde. Alors, merci pour cette opportunité.

ADAMUS : Merci de l'avoir mentionné.

ALAYA : Je n'aurais pas pu ne pas en parler, alors merci.

ADAMUS : Merci. Ma question, c'est : pourquoi une si faible affluence ? Je veux dire, nous avons toutes ces chaises vides. La prochaine fois, nous installerons des mannequins. Qu'est-ce qui se passe ? Et y a-t-il quelqu'un d'autre qui a quelque chose à ajouter, en plus de ce magnifique ajout là (celui d'Alaya). Quelqu'un d'autre ? Prenez le micro.

Bonjour, ma chère.

PATRICIA : Bonjour.

ADAMUS : Que se passe-t-il ? Pourquoi la salle n'est-elle pas remplie ?

PATRICIA : Eh bien, la seule pensée qui m'est venue, c'est que les gens regardent depuis chez eux et qu'en quelque sorte ils vivent un peu leur vie sans le groupe (ou en dehors du groupe).

ADAMUS : Peut-être que c'est le Crimson Circle qui les a conditionnés à faire cela, parce que souvent l'équipe est à Kona et fait le Shoud sans public, et donc les gens ici se sont juste dit : « Eh, je vais le regarder depuis chez moi. »

PATRICIA : Eh bien, il y a un changement, une évolution je pense, dans la façon dont nous nous rapportons aux groupes, peut-être.

ADAMUS : C'est ça la réponse.

PATRICIA : Oui.

ADAMUS : C'est ça la réponse. Il y a un énorme changement, une énorme évolution. Et ce qui se passe actuellement, c'est que les Shaumbra n'aiment plus être en groupe. Ils n'aiment plus aller dans les magasins. Parfois, ils disent qu'ils n'aiment pas les gens. Ils s'isolent en ce moment. Ils hibernent. Et pourquoi en effet se lever et prendre une douche et s'habiller alors qu'on peut regarder le Shoud depuis chez soi ? Mais la véritable raison à cela, c'est que les Shaumbra deviennent plus... Ils deviennent plus tranquilles, plus solitaires à présent, et ce n'est pas une mauvaise chose. Mais même pour vous qui êtes là, est-ce que ça ne vous a pas traversé l'esprit, ne serait-ce qu'un instant, le « Oh, mince, je dois aller voir des gens aujourd'hui » (quelques rires).

Et c'est cela qui se passe actuellement, ce qui est très bien, pas de problème, parce que le Crimson Circle est très bien organisé pour pouvoir diffuser via internet, comme nous le faisons actuellement. Et il y aura effectivement des moments où vous aurez peut-être envie de vous retrouver avec d'autres personnes, des moments où vous aurez simplement envie de prendre un verre, d'avoir quelque chose à grignoter tout en bavardant simplement, sans avoir envie de vous embarquer à fond dans des trucs métaphysiques, des moments où vous n'aurez plus envie même d'en parler. Vous n'aurez plus envie d'y penser. Et l'une des raisons pour lesquelles vous éviterez les autres Shaumbra, ce sera parce que vous n'aurez pas envie que quelqu'un commence à vous dire « Alors, comment va ta cohérence aujourd'hui ? » Du style (il fait un geste impoli), « Va te faire voir avec ta cohérence », n'est-ce pas (rires).

Non, les Shaumbra sont actuellement en train de s'isoler, de se mettre très, très à l'écart, et je tiens à souligner que ce n'est pas une mauvaise chose. Vous êtes en train de traverser d'énormes, d'immenses transformations, dont nous allons parler aujourd'hui. Mais ce n'est pas du tout une mauvaise chose. Si l'un d'entre vous à l'impression que : « Je ne peux même plus supporter de me retrouver avec des membres de ma famille. Je ne supporte plus de sortir avec des amis », ce n'est pas que vous n'aimez pas les gens, mais que vous êtes simplement dans une sensibilité ou un état de sensibilité très, très différent actuellement. Très, très différent. Et c'est presque pour vous comme d'entendre des ongles crisser sur un tableau noir que de devoir vous retrouver au milieu d'autres personnes, de devoir ne serait-ce qu'avoir des conversations banales avec elles.

Et en même temps, vous êtes tout seuls, tout seuls chez vous, et ça vous rend dingues (quelques rires). Et alors, (vous vous demandez) qu'est-ce que vous pourriez faire ? Où pourriez-vous aller ? Mais c'est exactement ça qui se passe là. Beaucoup de Shaumbra regardent le Shoud en ligne, bien sûr, mais il y en a beaucoup qui se disent juste : « Je ne veux tout simplement pas me retrouver dans cette énergie bruyante. »

Beaucoup de Shaumbra aussi, parmi ceux qui vivent en ville, ont tendance à déménager. Ils cherchent un endroit tranquille où aller, quelque part. Et vous vous adaptez à tout cela. Ce n'est pas que vous risquiez de devenir ermites – peut-être que si, mais pas trop – mais vous allez apprendre à redéfinir vos relations aux gens, mais ce ne sera pas si simple que ça en réalité. Et c'est là l'un des défis les plus difficiles à surmonter dans le fait de rester ici sur la planète, incarné aujourd'hui. D'une certaine manière, il serait plus facile d'adopter l'approche de Sartre, et – *fwwwwtt* – vous êtes passé de l'autre côté. On n'a pas ce même problème de l'autre côté : « Est-ce que j'ai envie de me retrouver avec des gens ? » parce qu'on est naturellement attiré par ou on gravite vers ceux qui ont la même conscience que soi.

Bien, merci. Merci pour cette bonne réponse. Bien. C'est tout, Linda. Elle a trouvé la réponse, alors nous pouvons passer à autre chose.

Une réunion importante avec Adamus

Bon, je suis resté éveillé tard hier soir à préparer ce Shoud, comme je le fais toujours. Et préparer un Shoud ne signifie pas que j'aie besoin de prendre plein de notes ou quoi que ce soit du genre. Il s'agit pour moi de préparer mon énergie, de ressentir l'énergie des Shaumbra. Et aujourd'hui, j'allais parler du sujet fascinant du temps.

Le temps a une intelligence. Je commence à parler de plus en plus d'intelligence à Keahak, par exemple. Mais le temps a une intelligence, et je voulais parler de cela aux Shaumbra aujourd'hui. Le temps n'est en réalité même pas quelque chose de réel. Il n'existe pas – tant que l'on ne s'est pas mis à comprimer et comprimer et comprimer la lumière et l'énergie. C'est cela qui crée ce qu'on appelle le temps. Il n'existe aucune horloge qui décompte le temps quelque part dans le ciel. Il n'y a ni dieux ni groupes qui régulent le temps. Mais il existe des séquences de temps partout dans la création (le temps est séquentiel). La création humaine, cet univers physique-ci, possède sa propre signature temporelle, unique en soi. Mais en gros, quand on prend l'énergie et la lumière et qu'on les comprime et comprime encore et encore, cela crée ce qu'on appelle le temps. Et le temps est très linéaire sur cette planète. Le temps est très mesurable. Vous pouvez le calculer. Vos vies sont entièrement conçues autour du temps.

Ici même à Boulder, il y a un institut national émanant du gouvernement américain qui mesure le temps avec une précision extrême, à la fraction de seconde près. Et c'est extrêmement précis. Cela maintient l'ensemble aligné en maintenant en quelque sorte tout cohérent. Si on n'avait pas de montres ou d'horloges, le temps serait en soi une réalité plus souple, mais il existerait toujours. Mais aujourd'hui, tout le monde est d'accord (s'accorde sur une norme de temps). Vous

le lisez aujourd'hui sur votre montre (sur les dispositifs que vous portez à la main), sur vos mobiles, mais tout est basé sur le temps.

Et donc, j'allais vous proposer une discussion fascinante sur le temps, en vous disant que ce qui se passe en ce moment, vous pensez que c'est que tout est en train d'accélérer, mais en réalité ce n'est pas le cas. En réalité, le temps est en train de commencer à se déformer. Il est en train de commencer à s'expanser, et ça vous donne l'impression que les choses s'accélèrent, mais ce n'est pas vraiment le cas. Elles ne ralentissent pas non plus. Elles se produisent tout simplement.

Et donc, j'étais assis là à ma bibliothèque hier soir, assis dans mon grand fauteuil près de la cheminée, à contempler la façon dont je pourrais vous parler du temps et à quel point vous seriez excités par cette nouvelle information et la façon de l'appliquer à votre vie, et je pensais à ce que vous diriez : « Oh, cet Adamus ! Il nous fait tout simplement découvrir cette extraordinaire nouvelle métaphysique, il nous parle du temps comme on n'en avait jamais entendu parler auparavant. » Et soudain, une voix m'a interrompu. Une voix plutôt tranchante, une voix forte. J'ai levé les yeux et c'était le Dr Agoni.

Je lui ai dit : « Eh bien, Docteur, comment allez-vous ce soir ? » Il m'a répondu : « Je vais bien, Adamus, mais il faut qu'on parle. »

Je lui ai dit : « Eh bien, je suis un peu occupé actuellement, à m'occuper de mon temps et à travailler sur le Shoud », et il m'a répondu : « C'est exact. C'est pour ça que je voulais te parler tout de suite. » Il m'a dit : « Adamus, ce n'est pas le moment de parler de ça, de parler du temps. Il faut qu'on parle d'autre chose. » Il m'a dit : « J'observe les Shaumbra de très près, très attentivement maintenant, depuis l'événement *See Change* de septembre. Je les ai observés, j'ai vu ce qui se passe, et, Adamus, je dois te dire, ils sont épuisés. Ils sont complètement épuisés. »

Ça m'a fait un choc. J'ai été surpris. Je lui ai dit : « Dr Agoni, est-ce que vous n'auriez pas vous-même bu du jus que vous préparez dans votre laboratoire ? » Il m'a répondu : « Non. Non, Adamus, je ne veux pas briser ton mythe, mais non, les Shaumbra traversent une période très difficile. Et ça les affecte vraiment. » Il m'a dit : « Adamus, au point que toute cette nouvelle métaphysique que tu leur apprends, et tous les co-bots, ils n'arrivent plus à en supporter davantage. »

Bon, je n'ai pas du tout d'ego, alors... (rire) Donc je n'ai pas été offensé, mais je lui ai répondu : « De quoi tu parles, putain ? Ils *adorent* ce genre de choses ! Nous sommes en train d'aborder une nouvelle métaphysique. Nous sommes en train d'intégrer cet outil extraordinaire qu'est l'IA. J'ai fait prendre un nouveau cap au navire des Shaumbra, en le dirigeant vers tout ça. Nous sommes en train de voguer vers l'Île de la Nouvelle Sentience. Je peux presque la voir se profiler devant nous. Personne n'est derrière nous. Personne ne nous suit même. Personne n'est ne serait-ce que

juste derrière nous. Nous entreprenons cet incroyable voyage vers la Nouvelle Sentience. Et tu me dis que les Shaumbra ont du mal, qu'ils passent une période difficile ? Non, non, je ne crois pas. »

Le Dr Agoni est resté là un moment, à me regarder du genre : « T'es un idiot » (rires). Et je lui ai dit : « Non, vraiment. Je vérifie en permanence comment ils vont, et tu sais ce que j'entends, ce sont des choses comme : 'Tout va bien dans toute la création'. 'Tout est bien / parfait'. 'Nous allons dans le Et'. C'est ça que j'entends de la part des Shaumbra. C'est ça les retours que j'en ai. Je n'ai pas vraiment entendu beaucoup de plaintes, pas plus que je les écoute d'ailleurs, mais je n'en ai pas entendu beaucoup. » Et à ce moment-là, j'ai entendu une autre voix s'élever derrière moi.

C'était Kuthumi, et il m'a dit : « Adamus, assieds-toi. Assieds-toi un instant. Nous devons te parler. » Et à ce moment-là, Agoni et Kuthumi ont tiré une chaise et m'ont dit : « Adamus, tu ne l'as pas vraiment capté. Tu es trop enthousiasmé par ta propre approche. Tu es enthousiaste parce que tu as ce groupe d'incroyables pirates. Ils sont robustes, et ce sont des durs à cuire, et ils sont forts et ils peuvent endurer toutes les tempêtes qui arrivent. Mais le fait est qu'ils traversent une période difficile, alors on aimerait que tu prennes tout le plan que tu as fait pour le Shoud de demain et que tu le jettes à la poubelle. »

Eh bien, je pensais que c'était une blague. Je veux dire, vraiment, qui me demanderait de jeter mes notes à la poubelle ? Je pensais vraiment que c'était une blague, mais quand je les ai regardés dans les yeux, j'ai vu qu'ils étaient très sérieux. Ils étaient très, très sérieux. Ils m'ont dit : « Tu sais, on est tout le temps avec les Shaumbra. » Kuthumi – il est avec vous *tout* le temps, constamment. Agoni – il est en permanence à vérifier votre pouls, comment vous réagissez mentalement, physiquement, etc. Ils m'ont dit : « Non, Adamus, ressens cela avec nous un instant. Fermons tous les yeux et ressentons les Shaumbra, cette énergie collective. »

Alors, c'est ce que j'ai fait. Et quand je l'ai fait, en leur présence, ce que j'ai ressenti effectivement, c'était beaucoup de douleur, de souffrance. Une souffrance que j'avais sous-estimée. Je ne dis pas que j'ai fait une erreur, mais je l'avais juste sous-estimée (quelques rires). Une souffrance très, très réelle. Et j'ai ressenti qu'en plus de cette souffrance, il y avait pourrait-on dire une énergie très solide, très solide et fragile en même temps. Il y avait une énergie de Shaumbra qui veulent passer à l'étape suivante grâce notamment à ce que nous faisons avec l'IA et la métaphysique, qui veulent en prendre la tête, qui veulent le faire, qui s'y sont engagés et qui se le sont juré, qui sont montés sur le navire, le navire métaphorique, en septembre en disant : « Nous sommes en train de mettre les voiles, nous prenons la mer à présent. » Mais en même temps, qui ont vraiment beaucoup de difficultés. Qui sont en train de s'effondrer, à bien des égards. Qui essaient de rester positifs, qui essaient de rester ouverts, qui essaient de ne pas avoir

peur, d'être des leaders intrépides dans tout ce que nous faisons, mais pourtant, je n'avais pas vu les signes (de leur souffrance et difficultés).

Peut-être que les Shaumbra ne me le montraient pas quand je venais près d'eux. Peut-être que leur énergie ne me le reflétait pas parce qu'ils voulaient paraître durs et forts. Et quand j'ai ressenti cela, alors que nous étions tous trois assis là autour du feu au Club des Maîtres Ascensionnés, quand j'ai ressenti cela, j'ai compris qu'il fallait faire quelque chose de différent aujourd'hui. Ils avaient raison. Ils avaient vraiment mis leur cœur, leurs ressentis à l'écoute des Shaumbra. Alors que moi, j'étais trop enthousiasmé par toutes les nouvelles choses que nous faisons, et j'avais un peu sous-estimé quelque chose qui... Eh bien, je l'avais sous-estimée (négligée, pas prise en compte, ignorée).

Le déni spirituel

Avant toutefois d'aborder ce sujet, je voudrais vous parler de ce qu'on appelle le déni spirituel. Connaissez-vous ce terme ? Le déni spirituel. Kuthumi et Agoni appellent cela « le déni Adamusien », mais le déni spirituel, c'est quand vous niez certaines choses dans votre vie et que vous les occultez en disant des choses comme « Tout est bien, tout est parfait. » « L'Esprit s'en occupera pour moi, il prendra ça en charge pour moi. » « Je n'ai rien à faire parce que je suis un Maître et que tout vient à moi. »

Ça, c'est du déni. C'est ne pas affronter la réalité de ce qui est en train de se passer. Vous l'utilisez pour remettre les choses à plus tard, laisser quelqu'un ou quelque chose d'autre décider pour vous. Vous l'utilisez pour faire évoluer une situation, au lieu de la regarder en vous disant, vous savez – en fait, en étant dans votre présence, parce que quand vous êtes dans votre présence, il n'y a aucun déni spirituel – « Je suis là. Je passe peut-être une mauvaise journée. Je ne vais pas dénier ou court-circuiter / contourner cela en disant : 'Tout va bien, tout est parfait', alors que ce n'est peut-être pas le cas. » Ou peut-être est-ce le *Et* qui fait que tout *est* bien, mais pas à cet instant. Pas à cet instant. À cet instant, quelque chose vous fait mal.

Le déni spirituel, c'est un peu comme ce que Kuthumi disait, c'est comme refouler ou supprimer une odeur avec de l'encens. Quand il y a des problèmes dans votre vie, mais que vous les refoulez – « Tout va s'arranger. Je suis un être grandiose. Je viens du futur pour faire que tout aille bien à présent. » Ça, c'est du déni spirituel, et vous le faites tous plus ou moins. Et je vous y encourage d'une certaine manière en vous donnant ces petites phrases du style « Tout va bien. » Non, oui, c'est vraiment le cas (tout va bien), mais peut-être pas aujourd'hui. Et donc effectivement, j'encourage cela parfois. Et j'encourage votre force et votre solidité. J'encourage votre véritable et authentique nature. Je vous dis tout le temps : « Ce groupe est totalement

unique sur la planète. Il n'y a personne qui fasse le travail que nous, nous faisons », et je *sais* cela.

Ce ne sont pas là de simples mots dits à la légère. Je sais cela. Je sais ce que vous avez sacrifié pour en arriver là. Mais cela conduit aussi à ce déni Adamusien : « Mettons cela sous la tapis, plutôt que de le regarder. Utilisons juste un joli petit cliché, 'Tout va bien' ou 'Mon soi du futur sera là pour s'occuper et prendre en charge les choses', alors qu'en réalité, ce n'est pas toujours le cas. Tout ira bien à la fin, mais le « à la fin » ne compte pas vraiment aujourd'hui. « À la fin, un jour » c'est une promesse de futur un peu vague.

Et donc, alors que nous prenons la mer, que nous mettons les voiles pour cette nouvelle course extraordinaire, à présent, après en avoir parlé avec Agoni et Kuthumi, je me rends compte que cela a un impact sur vous (que cela vous affecte, vous épuise et laisse des traces sur vous). Et donc on s'est assis un moment à en discuter. C'est Kuthumi qui m'a dit à un moment : « Adamus, où, à quel endroit penses-tu que ça les affecte, que ça les secoue ? » J'ai ressenti un peu cela et je lui ai dit : « Eh bien, ils pensent trop. » Agoni, « Non, non, pas du tout. »

Le Dr Agoni est branché sur le corps-mental-âme des Shaumbra, pas d'une manière médicale, mais de façon scientifique. Il en étudie vraiment les caractéristiques ou dispositions. Il les surveille vraiment de près. Et il m'a répondu : « Non, ce n'est pas le mental. Ce n'est pas ça qui se passe actuellement. » J'y ai un peu réfléchi. « Ah, c'est leur état d'esprit. C'est leur moral qui est à terre. Ils veulent avoir de l'espoir. Ils veulent réaliser leurs rêves, mais ça ne marche pas toujours. »

Et Agoni et Kuthumi ont tous deux secoué la tête en signe de « Non. » Bien sûr, Kuthumi lui secoue toujours la tête (dit en riant). Mais il m'a dit : « Non, ce n'est pas là que ça les secoue. » Et j'ai répondu : « Agoni, c'est toi le docteur ici. Qu'est-ce qui ne va pas ? Où est-ce que ça les secoue ? » Et c'est là qu'il m'a partagé quelque chose de vraiment profond.

Il m'a dit : « Ça les secoue dans leur système nerveux, pas dans leur mental. Ils pensent parfois que c'est leur mental, parce qu'ils sont habitués aux batailles mentales, mais en réalité, c'est leur système nerveux. » J'ai répondu, « Oh, intéressant. Comment ça, Agoni ? »

Il m'a dit : « Eh bien, le système nerveux s'articule autour de composants principaux : le système nerveux central, qui correspond en fait au fonctionnement du cerveau et de la moëlle épinière. » Et il a ajouté : « Après, il y a d'autres composants. Le système nerveux périphérique », qui se trouve en gros le long de la moëlle épinière, et qui en émane. C'est cela qui contrôle des choses comme les muscles et certains organes dans votre corps. C'est cela le système nerveux périphérique. Et puis, il y a une autre partie du système nerveux, la partie autonome du système nerveux, qui contrôle des choses comme votre cœur, votre respiration, votre système digestif, et

tout ce qui est associé à cela. Et il m'a dit « C'est là que ça les malmène actuellement, dans cette partie autonome du système nerveux. C'est vraiment cela qui les secoue. »

Et il m'a dit : « Ce n'est pas le cerveau qui contrôle le système nerveux. En fait, le système nerveux représente 80 % de la communication avec le cerveau et cette communication émane ou commence avec le système nerveux. C'est là que ça les secoue, que ça les affecte vraiment, vraiment dur actuellement. Et c'est de là que provient la difficulté qu'ils éprouvent. Ils pensent qu'il y a quelque chose qui ne va pas mentalement en eux, et alors ils croient qu'ils doivent corriger leur mental, et alors ils en viennent à leur déni spirituel, ce qui les embrouille encore plus, et ils se demandent pourquoi ils ne se sentent pas bien, pourquoi ils sont épuisés, pourquoi ils sont fatigués, pourquoi leur système digestif ne fonctionne pas très bien, pourquoi ils ont l'impression d'être à plat, pas dans leur assiette en permanence. Ils sont hors du temps, ils sont ailleurs. Ce n'est pas qu'ils soient simplement dans une autre dimension. Ils sont tout simplement ailleurs, dans une espèce de monde imaginaire, irréel, ou dans un no man's land (un désert). » Il m'a dit : « C'est cela qui les affecte actuellement. »

Eh bien, j'ai dû m'arrêter pour vraiment ressentir cela, et alors j'ai commencé à penser à vous et à mes interactions ou mes échanges avec vous, et à réfléchir à où ça vous mettait en difficulté actuellement. Et tout a commencé à prendre sens. J'ai commencé à réaliser que, en effet, c'est le système nerveux.

Système nerveux et dégradation

Le mental n'est pas vraiment un facteur très important actuellement, même si vous ruminez encore et toujours des choses mentalement. Vous vous demandez, n'est-ce pas, « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi ? » Mais c'est votre système nerveux qui est actuellement durement touché. Et cela affecte évidemment votre corps. Cela amène votre mental à se demander : « Qu'est-ce qu'il se passe ? Pourquoi ne suis-je pas capable de gérer ou de contrôler mon corps ? » Et cela vous amène à penser que vous faites quelque chose d'incorrect dans tout ce travail. Et alors vous trouvez un contournement à cela, une façon de le court-circuiter ou de le dénier en vous disant : « Mais tout va bien, tout est parfait. Je vais m'en sortir. Je dois juste prendre une profonde inspiration et faire du *Et* avec ça. » Et c'est valable ou fonctionnel dans une certaine mesure, mais quand vous êtes vraiment secoué dans votre système nerveux ou que c'est votre système nerveux qui en prend un coup...

Le système nerveux, c'est quelque chose d'énorme. Énorme. Vous savez, on parle du mental. Il y a, combien, 80 milliards de neurones là-dedans ? C'est beaucoup. C'est un système très complexe. C'est un système non nécessaire. La raison pour laquelle il y en a 80 milliards, alors

qu'en réalité, il ne lui en faudrait que moins d'un milliard, beaucoup moins, c'est que le mental se construit des systèmes de redondance. Un peu comme sur vos propres ordinateurs. Je suis sûr que vous faites des sauvegardes sur un disque dur et dans le cloud. Je suis sûr que vous faites tous ça. Pas du tout ! (rire) Et le mental, au fur et à mesure qu'il s'est développé, le mental a commencé à développer des systèmes de sauvegarde, et ensuite des sauvegardes de sauvegardes, des sauvegardes de sauvegardes de sauvegardes, au point où il est devenu un système qui repose en totalité sur la sauvegarde, un système totalement redondant et conçu pour se protéger ou se prémunir de toutes les failles possibles, même si ce n'est pas le cas. Et le mental transporte cela (ces systèmes de sauvegarde et de redondance) depuis lors. C'est devenu un système très, très complexe. C'est pour ça que les choses n'évoluent pas très vite. Parce que le mental doit – quand il s'agit de faire un choix, par exemple, de prendre une décision dans votre vie, ce n'est pas seulement un mental au singulier qui fait cela – ce sont *tous* les systèmes de sauvegarde du mental qui le font. Il a été conçu comme une espèce de mécanisme de sécurité ou de sureté pour le cerveau, et cela résulte directement des bandeaux de l'Atlantide. Eh, nous y revoilà. Mais c'est pour cela que les choses évoluent lentement, parce que le mental a comme affaire à une énorme bureaucratie là-haut, avec ses systèmes intégrés.

Mais le système nerveux, dont les neurones font également un peu partie, est aussi quelque chose de très, très complexe. Si vous preniez toutes vos fibres nerveuses pour les disposer l'une à côté de l'autre, elles s'étendraient sur environ 150 000 miles (environ 250 000 km). Oui, pour les principales, celles que vous connaissez, mais il y en a d'autres également. Et ainsi, il pourrait s'étendre sur 400 000 miles (650 000 km). Vous possédez toutes ces fibres nerveuses-là dans votre corps. Vous êtes conscients de celles qui ont rapport à la peau, au toucher. Vous êtes très conscients de celles-là, mais il y a de nombreuses, très nombreuses couches dans ce système nerveux.

Le système nerveux possède une fonction principale : la sécurité. La sécurité. C'est un système d'alerte. Il vous avertit si quelque chose est chaud ou froid, si vous avez faim, si vous avez besoin de boire plus. Il ne vous le dit pas avec des mots, mais il envoie des signaux au cerveau : « Nous avons besoin de plus d'hydratation. » Ça, ça procède de votre système nerveux. Il vous aide à sentir si quelque chose est sûr ou non, quand vous traitez avec des gens.

Votre système nerveux est en alerte maximale en permanence. Je ne parle pas ici de quelque chose de métaphysique, mais physiquement, il est en alerte maximale. Il envoie des signaux au cerveau. Encore une fois, on pourrait penser que c'est le cerveau qui gère tout, mais ce n'est pas le cas. Le système nerveux est responsable de 80 % des communications qui vont au cerveau. Il réagit en premier, bien avant que votre cerveau ne sache ce qui se passe. Il fonctionne. Il déclenche des choses. Il fait des choses, et c'est cela qui est touché, qui en prend un coup actuellement, et durement – d'après Agoni et Kuthumi, mais quand j'ai jeté un regard à cela, j'ai

finallement pu le voir. Et vous pourriez penser que « Eh bien, nous sommes sur cet extraordinaire chemin métaphysique et nous avons tous ces outils à notre disposition », mais cependant nous avons aussi ce système nerveux très ancien qui est durement secoué, malmené. Et c'est cela qui vous provoque des douleurs dans le corps. C'est cela qui est en cause si vous avez mal à l'épaule, ou au cou, ou des problèmes de dos. Tout cela procède du système nerveux qui se fait malmener.

Vous ne vous sentez pas bien. Il y a une espèce de problème général chez les Shaumbra. Vous ne vous sentez pas bien, mais vous ne savez pas de quoi il s'agit. « Je ne sais pas pourquoi. C'est juste que je ne me sens pas bien. » Ce n'est pas que vous avez un gros problème digestif ce jour-là. Ce n'est pas que vous manquez de sommeil, bien que ce soit le cas pour la plupart d'entre vous. Mais vous ne vous sentez tout simplement pas bien. C'est parce que votre système nerveux est vraiment, vraiment durement touché, qu'il en prend un coup.

Le système nerveux est là pour vous protéger. Il veut votre sécurité. Il est constamment vigilant. Il est même vigilant non seulement par rapport aux personnes dans la pièce, ce qui constitue l'une des raisons pour lesquelles beaucoup de Shaumbra choisissent de rester à l'écart des gens ou des groupes. Il n'est pas seulement responsable (et vigilant) par rapport à cela, mais aussi par rapport aux énergies présentes dans la pièce. Ce pourrait être des désincarnés qui flottent autour de vous. Ce pourrait être des énergies projetées par des personnes, des groupes, qui ont un certain agenda. Il capte ou perçoit tout ça. Si vous vivez près d'un cimetière, il perçoit tous les morts. Vous savez, quand quelqu'un est enterré dans le sol, cela constitue une punition cruelle et inhabituelle pour lui, parce que même si le corps est mort, l'énergie est toujours là. Et elle persiste et demeure sur Terre, jusqu'à un certain moment, mais ce moment pourrait être un million d'années plus tard. Mais elle persiste. Les cimetières sont remplis de toutes ces énergies-là. Si vous vivez près d'un cimetière, vous avez en permanence du bruit et de la confusion.

Le système nerveux est ce qui détecte (ou sonde votre environnement) en permanence. Vous pourriez vous dire : « Cela ne signifie-t-il pas que je possède des capacités psychiques de haut niveau ? » Oui, et elles sont liées à votre système nerveux. Les deux fonctionnent ensemble, pour l'instant. Cela pourrait changer plus tard, mais c'est cela qui est durement touché.

En gros, si le système nerveux est responsable de votre protection. Il est responsable de votre sécurité, de s'assurer que vous ne vous mettiez pas dans une mauvaise situation. Le système nerveux détectera l'énergie d'un aliment bien avant que le mental ne le fasse. C'est lui qui vous fera dire : « ça, ça ne va pas être bon pour moi. » Bien avant que vous n'en sentiez l'odeur en vous disant : « Oh, ça c'est dans le frigo depuis huit mois. Jetons ça à la poubelle. » C'est votre système nerveux qui le détectera. Et encore une fois, ce n'est vraiment pas quelque chose de métaphysique. Ça peut l'être, mais c'est aussi quelque chose de très pratique. Qui vous fait dire : « Ne mange pas ça. »

Le système nerveux est constamment vigilant par rapport aux gens autour de vous. Dans la circulation. Votre système nerveux est en alerte maximale en permanence lorsque vous conduisez votre voiture. Ça, c'est une bonne chose. Mais si vous pouviez imaginer à présent, tous les nerfs, les terminaisons nerveuses, tout ce qui est associé à ce système de protection biologique et à ses communications avec le cerveau, ça peut devenir submergeant.

Le système nerveux se porte bien quand tout est pareil, quand il n'y a pas de véritable changement et que rien n'est nouveau. Il aime ça. Il aime le, comment appelle-t-on ça, le calme ou la familiarité (ce qui est familier). Il aime vraiment ça. Alors, il peut se relâcher un peu. Vous pouvez vous détendre, parce qu'il n'est plus en état d'alerte maximale. Il ne vous envoie plus de signaux d'alerte. Le système nerveux se calme – par exemple, disons que vous partez en vacances dans un endroit agréable et calme, une cabane au bord d'un lac, sans trop de monde – il peut se calmer un peu, mais il restera en alerte parce que cet endroit sera un endroit nouveau, et que vous serez dans les bois, et que Dieu sait quels animaux pourraient en sortir. Il pourrait y avoir des lapins ou des écureuils ou autre chose (le public rit) dont vous auriez à vous inquiéter. Vous seriez un peu plus calmes, mais pour le moment, d'après ce qu'a dit Agoni, votre système nerveux est mis à rude épreuve. Il fait des heures supplémentaires, en ce moment.

Vous avez tendance à penser à cela en le mentalisant : « Qu'est-ce qui ne va pas ? Comment puis-je gérer tout ça ? » Nous parlons du *Et*. Le système nerveux – *aahhh* ! – il est du style, il *n'aime pas* ça (le *Et*). C'est quelque chose qui lui est inconnu. Il aime sa gravité à lui. Il aime ses routines, ses habitudes. Il aime être entouré d'objets et de personnes qui lui sont familiers. Mais nous, nous poussons le *Et* à fond à présent. Nous le poussons à l'extrême, totalement à fond. Le système nerveux est en train de hurler en disant : « Que se passe-t-il ? » Et il a du mal à gérer ça, et cela lui cause, littéralement, une dépression nerveuse.

Je ne parle pas de dépression mentale. Vous avez déjà vécu ça (rire) – je ne devrais pas en rire – mais je parle d'une dépression nerveuse, au sens propre. Presque tous les Shaumbra traversent ça en ce moment. Vous essayez d'y faire face en utilisant différents mécanismes, comme le gérer mentalement. Vous allez chez le médecin – « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi ? » – et le médecin vous répond : « Rien, sauf que vous êtes bizarre. » Mais vous, vous savez que quelque chose ne va pas, mais c'est votre mental qui essaie de comprendre ce qui ne va pas, et il ne fait pas du très bon boulot en faisant ça.

Vous êtes en train de faire une dépression nerveuse. Cela ne veut pas dire que vous allez vous effondrer par terre comme une merde, en pleurant toutes les larmes de votre corps, mais je sais que certains d'entre vous l'ont fait récemment. Ce n'est pas comme si vous ne pouviez plus fonctionner, que vous n'étiez plus opérationnel ou en état de marche. Vous pouvez encore vous lever à peu près le matin, vaquer à vos occupations, mais c'est de plus en plus difficile, et alors

vous en revenez à vous demander : « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi ? » Et alors vous vous lancez dans un déni spirituel, « Rien. Tout va bien. » Oui, et c'est un cercle vicieux qui se produit à présent. Un cercle vicieux, très vicieux.

Et donc, la dépression nerveuse, tout d'abord, il faut la reconnaître. Je veux dire, elle est là, et ce n'est pas du tout une mauvaise chose. Votre système nerveux, et votre biologie en général, sont en train de traverser une transformation majeure, énorme. Tout ce qui procède du relâchement des liens ancestraux du passé, cela impacte et affecte votre biologie, et le système nerveux n'aime pas vraiment ça. Il est habitué à cet ancien système-là.

Votre système nerveux est en train de traverser tous ces changements, toutes ces transformations avec ce que nous appelons le corps de lumière, le corps d'énergie libre qui s'en vient. Oh, il n'aime pas ça et il est en alerte maximale. Il se met sur la défensive. Et quand il se met sur la défensive, en plus d'être en alerte maximale, le va et vient des communications avec le cerveau augmente, et le cerveau essaie de calmer cela à sa manière. Le cerveau se demande alors ce qui ne va pas dans son cerveau, mais le cerveau essaie de calmer le système nerveux, et alors arrive le déni spirituel, et alors vous êtes dans une situation encore pire ou plus difficile que jamais.

Le système nerveux est relativement souple. Je veux dire, il peut s'adapter dans une certaine mesure. Il aime sa configuration habituelle, les paramètres auxquels il est habitué, qui lui sont familiers. Il aime se réveiller à la même heure chaque matin. Il aime manger à peu près le même type de nourriture, voir les mêmes personnes, rencontrer les mêmes situations. Il n'est pas aventureux. Il n'aime pas partir à l'aventure, aller explorer des choses, mais il le fera. Et donc il est assez souple. Mais ce qui se passe actuellement, c'est que votre système nerveux est tellement surchargé et sollicité, que ça commence à affecter d'autres parties de votre corps. Cela se manifeste à d'autres endroits, avec des problèmes de genou ou des maux de tête comme vous n'en aviez jamais eus auparavant, ou simplement avec une sensation générale de fatigue et de lassitude. Et alors, vous essayez de faire des choses – vous allez voir tout un tas de thérapeutes et tout ça, ou vous commencez à prendre plein de compléments alimentaires – en pensant que ça va vous aider, mais ce n'est pas le cas. Ce n'est vraiment pas le cas. Tout cela procède en effet de cet encens du refoulement, vous refoulez ce qui se passe réellement. Vous allumez un peu d'encens en espérant que tout ça (tous vos problèmes) disparaîtra. Et ce n'est pas le cas. Et donc, le système nerveux est en train d'affecter votre corps.

Votre système nerveux est actuellement surchargé, surmené, il ne sait pas vraiment quoi faire. Et votre mental ne va guère mieux. Il est dans une espèce de confusion ou de brouillard général. Votre système nerveux est très fragile actuellement. Vous l'utilisez beaucoup. Il met énormément de pression sur chaque nerf et chaque fibre nerveuse. Il est tellement stressé qu'il en devient littéralement fragilisé, prêt à casser. Il perd un peu de cette souplesse qu'il avait. Il

commence à devenir très fragile, et c'est à ce moment-là que vous entrez en dépression. Dans une espèce de crise ou d'effondrement du système nerveux. Et cela se manifeste de différentes manières.

La première et la plus générale, c'est que vous devenez simplement plus fatigué que jamais. Et quand vous êtes fatigué, bien sûr, vous vous demandez : « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi ? » Et ajouté à cela, « Hé, nous, nous sommes une bande de pirates. Nous prenons la mer. Nous partons vers une Nouvelle Sentience. Nous sommes en train de découvrir l'amour de soi. » Et donc vous vous dites : « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi putain ? » Et alors, certains parmi vous, pas beaucoup, non, mais pas mal quand même se disent : « Adamus raconte n'importe quoi, tout un tas de conneries. Tout cela n'est qu'une super grosse manipulation, et il nous fait miroiter une carotte en or là, mais moi, je suis dans un état désastreux. Je n'arrive pas à sortir de mon lit. Et la seule chose que je mange ces temps-ci, c'est du blé et du sucre. Et je bois du vin, pas parce que j'aime le vin, mais parce que j'aime que ça anesthésie tout. » Et après le lendemain matin, vous vous dites : « Oh mon Dieu, je n'aurais pas dû boire trois bouteilles hier soir. »

Ça, cela n'aide pas le système nerveux, et alors que faites-vous ? Vous vous levez le matin en vous sentant mal, mais vous avez des choses à faire. Et vous êtes des pirates coriaces et forts. Je veux dire, vous êtes vraiment, vraiment coriaces. Alors, que faites-vous ? Vous prenez de la caféine. Comment est-ce que cela affecte votre système nerveux ? *Ghaaah !* (il frissonne) Et à présent, vous êtes nerveux, dingues, prêts à craquer. Et alors plus tard dans la journée, vous vous dites : « Je dois prendre ce verre de vin à présent parce que je dois me calmer. Je me suis tellement excité avec tout ça, je dois absolument prendre du vin. » C'est un cercle vicieux qui s'installe. Un cercle vicieux, et c'est un peu là où les choses en sont. Et je suis très reconnaissant à Agoni et à Kuthumi d'avoir porté cela à mon attention.

Vous savez, j'étais en vérité tellement – et je le suis toujours – tellement fier de vous tous, par rapport à ce que vous faites, par rapport à ce que vous avez dû traverser dans vos vies. Je suis très fier de ce que nous avons accompli en septembre dernier – ça a été un immense tournant – et l'objet n'est pas que vous soyez en tête du peloton (que vous dominiez les autres groupes), mais il y a quand même cette idée que vous êtes des leaders dans certaines choses. Vous serez en mesure d'en parler plus tard au Club des Maîtres Ascensionnés, en disant : « C'est nous qui avons pris cette nouvelle direction. » Il y a quelque chose de merveilleux dans tout cela, mais je me suis rendu compte que nous devions aujourd'hui en parler de manière un peu plus pratique, parler de ce qui se passe. De ce qui se passe, et il n'y a aucune honte à cela. Il n'y a rien qui cloche en cela. Il s'agit de le reconnaître. Et de le relier à la présence, de le mettre en présence.

Quand vous êtes dans votre présence, vous ne faites pas de déni spirituel, le déni spirituel n'existe plus. Quand on est en pleine présence, on ne peut rien nier. Vous n'y êtes plus obligé,

n'en avez pas besoin. « Je suis ce que je suis. Mon système nerveux est chaos, HS. Je veux dire, il est épuisé, HS. » C'est comme un vieux moteur qui aurait été poussé trop loin, et qui un jour commencerait à tomber en rade. En cela – et je vais vous donner l'impression de faire du déni là, mais bon, tant pis – il y a une beauté en cela, parce qu'effectivement il *s'effondre*, votre système nerveux est en train de s'effondrer. Vous êtes en train de remplacer votre ancien système nerveux, et son besoin constant, permanent de sécurité. Son besoin constant que tout autour de vous soit et demeure à peu près pareil, clair, et tout ça. Et il est en train de se faire remplacer par votre corps de lumière, et ça c'est un autre sujet, mais votre système nerveux est en train de tirer la sonnette d'alarme, en vous disant : « Je vais être mis au rencart. Je suis en passe d'être remplacé. » Et être remplacé par quoi ? Il ne sait pas. Mais il sait que ce n'est pas une bonne chose. Et il vous dit, vous savez, « Tout cela n'est pas bien, ça ne va pas du tout. » Et il s'inquiète, et alors il envoie tout ça à votre cerveau, et votre cerveau en assume la faute en disant : « Qu'est-ce qui ne va pas chez moi ? » Encore une fois, c'est un cercle vicieux incessant.

Les évolutions du système

Votre système nerveux est en train de subir – pas une refonte, et il demeurera encore un moment – mais actuellement, il est vraiment en train de se faire remplacer par un système intuitif qui ne s'appuiera pas forcément sur des terminaisons nerveuses. Le système nerveux central, l'ensemble de votre système nerveux, a été fondé à l'origine sur la nécessité pour vous de devoir survivre dans cette réalité, dans cette réalité très dense. Quand vous êtes devenus des êtres biologiques, vous en aviez besoin pour survivre. Et les choses sont demeurées en l'état pendant longtemps, mais à présent, même cela est en train de changer, d'évoluer, de se transformer. Pouvez-vous vous imaginer ce que votre système nerveux ressent à ce sujet ? Il était celui qui prenait toujours les devants, qui vous protégeait en permanence, qui s'assurait en permanence de votre sécurité, qui vous envoyait en permanence des avertissements, qui vous maintenait hors de danger, et aujourd'hui, il est lentement en train de disparaître.

Le système nerveux était le système le plus communicant qui soit dans toute votre biologie, dans votre mental, avec aussi l'anayatron. L'anayatron, lui, est le réseau au sein de votre être qui relie tout et maintient l'ensemble – le corps, le mental, les molécules, le sang, les organes, tout. C'est le réseau de communication de votre corps. Il est constamment en communication avec chaque cellule, chaque organe, avec votre peau, et tout le reste, et il fonctionne en continu. Et donc, le système nerveux était son bras droit. Le système nerveux était constamment à ses côtés, à vous surveiller, monitorer, ressentir en disant : « Bon, ça, c'est un peu déséquilibré, ça c'est complètement déséquilibré. » Et donc, les deux fonctionnaient ou oeuvraient ensemble très étroitement.

Bon, l'anayatron lui-même est en train de lentement disparaître. C'est un réseau très complexe. Un peu comme si vous aviez ces énormes ordinateurs dans cet immense bâtiment, des ordinateurs énormes, mais qui fonctionneraient avec des tubes à vide plutôt que des puces électroniques, et il faudrait donc les remplacer. Il serait temps de le faire, le temps serait venu pour ça. Et vous les remplacerez par quelque chose de la taille de votre téléphone portable, de votre mobile. Toute cette immense infrastructure (remplacée par un tout petit dispositif). Et c'est un peu ça qui se passe actuellement, avec le remplacement de l'anayatron.

L'anayatron lui, s'en fiche un peu. Sa tâche était simplement de communiquer, de tout relier ensemble, l'un avec l'autre. Il se moque complètement de savoir s'il restera en service ou pas, mais le système nerveux, lui, s'en soucie. Son rôle était de vous protéger, et même cela est en train de commencer à s'atténuer.

Quand vous pleurez aujourd'hui, sans même avoir de raison valable à cela, que vous êtes seulement là à pleurer, c'est à cause de votre système nerveux, c'est une réaction à ça. Quand vous vous sentez totalement à plat, pas dans votre assiette et sans vraiment savoir pourquoi ; quand vous n'avez plus d'énergie – je pense que ça, c'est la chose majeure pour les Shaumbra en ce moment, l'absence d'énergie ; et alors vous essayez de modifier votre alimentation et votre sommeil, et vous n'avez toujours pas d'énergie – ça, c'est à cause de votre système nerveux.

Alors, que devons-nous faire ? Qu'est-ce que nous devons faire ?

Prendre une grande inspiration et ne pas faire de déni spirituel ni de déni Adamusien à ce sujet. Reconnaissez-le. Prenez une grande inspiration dans votre présence. « Je suis chaos, HS. Mon système nerveux est complètement épuisé. »

Ce qui se passera, ce sera l'une parmi plusieurs choses possibles, et c'est intéressant à présent de regarder cela. Donc, il y a en général trois choses qui peuvent se produire à ce stade pour les Shaumbra. Le combat ou la fuite. Ça, c'est votre première réaction. « Je vais combattre cela, quoi que ce soit que je ressente. Je ne sais pas contre quoi je me bats, mais je vais le combattre. Je vais le défaire, le résoudre. Je suis un dur à cuire. Je suis coriace. J'irai au-delà de ça. Je forcerai mon corps à dépasser cela. Je ne me laisserai pas submerger par ça comme ça. Je ne fondrai pas en larmes, même si j'en ai envie. Je ne laisserai pas quelque chose de physique comme les atomes et les molécules me barrer la route. »

Et donc, vous essayez de tenir bon, d'utiliser la force, le pouvoir pour traverser cela. Et alors comme ça ne marche pas, vous prenez la fuite à toute vitesse (il rit). C'est comme si vous étiez dans ce combat, dans ce combat de boxe, et que vous réalisiez soudain, « Je ne vais pas gagner », et du coup, vous partez en courant comme un fou pour sortir de là. Beaucoup de Shaumbra font ça. Face à l'adversité, ils fuient. Ils courent très vite.

Une autre réaction très courante chez les Shaumbra, probablement les mêmes, c'est que vous vous figez sur place. Vous vous fermez. Ça devient submergeant. Vous le ressentez dans votre corps. Vous essayez de résoudre le problème mentalement, et ça ne marche pas. Et alors, vous vous figez. Vous vous fermez tout simplement. Vous ne savez pas quoi faire. Vous ne savez pas si vous devez aller à gauche ou à droite. Que faites-vous alors? Vous vous figez. Vous allez hiberner. Vous vous refermez, pas seulement en vous fermant au monde qui vous entoure, pas seulement en vous fermant à vos proches, à vos amis ou à vos collègues. Vous vous fermez à vous-même.

Ce n'est pas grave que vous vous fermiez des autres gens, mais que vous vous fermiez de vous-même... Vous ne supportez plus davantage d'avoir ces pensées mentales, ou ces émotions, ou quoi que ce soit qui vous mette un peu plus sous pression – mais c'est en réalité votre système nerveux qui est sous pression – et alors vous vous fermez. En un sens, vous y êtes obligé, parce que vous ne pourriez pas gérer ça autrement.

Vous vous fermez et vous n'êtes plus vraiment là, vous n'êtes pas vraiment ailleurs non plus. Vous ne travaillez pas à résoudre vos problèmes. Vous n'avez même plus envie de penser déni spirituel. Ça vous donne envie de gerber, ça vous donne envie de vomir. Vous n'avez plus envie d'utiliser ces petits clichés. Comme si ce n'était plus le moment de dire « Tout va bien » parce que ce n'est pas le cas. Alors vous vous fermez.

Et l'autre réaction, la voie que vous empruntez le plus rarement, c'est d'apprendre à vous reconforter, à vous faire du bien. Il vous faut d'abord comprendre ce qui se passe, mais ensuite, apprendre à vous reconforter. Apprendre à ne pas faire de déni spirituel. Ça ne marche pas. C'est une solution à court terme. Vous savez, « Tout va bien », mais ça, ça ne dure pas plus d'une journée environ, parce que quand vous vous réveillez le lendemain matin, ça ne va pas bien du tout. Vous espériez que ça aurait disparu du jour au lendemain, que vous auriez fait ce genre de rêve miraculeux qui aurait tout résolu, et qu'à présent, vous seriez en forme, prêt à y aller. Mais ça, ça ne fonctionne que pour un court moment.

Après avoir compris cela, encore une fois, il y a l'aspect reconfortant. Faites des choses pour vous à présent, par exemple, pour votre système nerveux. Prenez un bain chaud. Enveloppez-vous dans des couvertures chaudes et douillettes. Allez vous acheter un énorme ours en peluche. Je suis sérieux. Écoutez de la musique relaxante. Faites aussi de la musique, mais écoutez aussi de la musique apaisante. Mangez des aliments reconfortants et ne vous préoccupez pas du nombre de calories, de glucides ou quoi que ce soit de ce genre.

Il est temps de vous choyer, de vous gâter. Il est temps de vous donner du réconfort, de vous faire du bien. Restez loin des autres gens, parce qu'ils ne sont pas reconfortants. Vraiment pas. Même ceux que vous aimez le plus peuvent être les plus non-reconfortants qui soient

actuellement. Parce que votre système nerveux, même avec ceux qui vous sont proches, est très actif quand vous êtes avec eux. Même si vous les aimez beaucoup, que vous êtes proche d'eux, votre système nerveux y réagit constamment.

Prenez du temps pour vous, c'est ça que je veux vous dire. Et n'essayez pas de masquer cela en prenant trop de café, trop de vin, ou quoi que ce soit de ce genre. Trop de cigarettes, Cauldre. Ça, ça ne marche pas sur le long terme. Je veux dire, faites ce que vous feriez normalement, mais ne pensez pas que ces remèdes, ces médicaments – et, mon Dieu, c'est tous les jours, tous les jours, littéralement, que des Shaumbra viennent me voir, généralement durant la nuit, avec un nouveau médicament ou un nouveau complément alimentaire, et qu'ils me disent : « Oh, Adamus, j'ai trouvé ça, et c'est le remède miracle. » Et moi je leur dis : « Vraiment ? » Et en plus, si ce n'est pas bon, cela rendra votre système nerveux encore plus fragile que jamais.

Ce qui se passe dans tout cela, c'est que vous êtes en train de devenir plus sensibles / sensitifs, à mesure que nous nous expandons, à mesure que nous faisons tout cela. Vous devenez plus sensibles / sensitifs, mais pas au niveau du système nerveux. Vous devenez plus sensibles / sensitifs de façon très intuitive, énergétique, d'une façon qui ne nécessite ni système nerveux ni anayatron. Vous êtes concrètement en train de vous connecter aux royaumes de lumière et aux royaumes de l'énergie. Vous devenez beaucoup plus sensibles, et ça, c'est une autre partie du problème. Comme vous devenez plus sensibles, que vous ressentez tout, votre système nerveux se déclenche. Et soudain, votre corps se détériore. Soudain, tout – un bruit qui ne vous aurait jamais dérangé auparavant – vous fait tout simplement exploser. Regarder quelqu'un vous met hors de vous. Le bruit, c'est quelque chose de très important. Le son et les bruits sont des choses très importants en ce moment. Mais visuellement, certains d'entre vous l'ont peut-être remarqué, vous n'avez même plus envie de regarder certaines choses, parce que vous devenez très sensibles et que cela déclenche et active votre système nerveux.

Alors, que devons-nous faire ? Et pourquoi (cela se passe-t-il) maintenant, d'abord, pourquoi maintenant ? Parce que vous êtes en train de vous ouvrir. Parce que vous êtes en train de vivre et de traverser une immense transformation (évolution) dans votre biologie. Parce que vous avez un système nerveux très ancien qui ne sait pas comment gérer tout cela et qui vous hurle des choses comme : « Aller dans le *Et* ? Ça va pas la tête, tu es fou ou quoi ? » Ou qui vous dit simplement, comme vous devenez globalement plus sensibles – « T'es devenu fou ? » – et donc c'est un gros dilemme. Et j'affirme que vous faites, au sens propre, une dépression nerveuse. Pas une dépression mentale, mais une dépression nerveuse.

Je vous demande de ressentir votre corps un instant là. Il y a énormément de communications qui y circulent, qui s'y produisent. Et (de ressentir) ce que vous vivez, ce dont vous faites l'expérience, surtout depuis un mois environ.

Vous pensez que vous êtes juste en train de devenir plus intolérant, plus émotif. Eh bien, les émotions participent ou procèdent de votre réaction face au système nerveux. Et pour ceux qui ne sont pas en train de devenir plus émotifs, vous vous demandez pourquoi vous n'avez plus d'émotions, ni de ressentis, ni de passion désormais. C'est parce que pour certains, la réaction se fait plus dans l'émotionnel. Pour d'autres, elle se fait plus dans une fermeture au monde. Vous essayez de vous fermer, mais ce système nerveux-là, lui, il ne se mettra pas en veille. Il est là, à faire son travail.

Que faire

Alors, que pouvons-nous faire ? Nous prenons une profonde inspiration et, tout d'abord, nous le reconnaissons, sans faire de déni. Reconnaissez que vous vivez en cette époque d'une immense évolution qui se produit sur la planète. Tout va plus vite. Tout est en train de se transformer, d'évoluer. Et votre système nerveux n'aime pas ça.

Votre mental apprécie peut-être qu'il existe un tout nouveau logiciel incroyable qui vient de sortir, et qui remplace le tout nouveau logiciel incroyable sorti six mois plus tôt. Votre mental saute là-dessus, « Regarde toutes ces choses qu'on peut faire avec. » Et à présent, ce sont les agents IA qui sont là. Ce n'est plus un rêve désormais, il sont là. Et votre mental vous dit : « Oh, regarde toutes ces choses. »

Votre système nerveux lui vous dit : « Tu plaisantes, j'espère. Je veux dire, sérieusement. Tu plaisantes ? » Et il est à bout. Il est fragilisé, à la limite de se casser. Il ne sait pas s'il lui faut juste se fermer complètement ou essayer encore plus fort, pour vous faire écouter. Il ne sait pas s'il lui faut simplement... – s'il se ferme, vous deviendrez insensible. Je veux dire, plus insensible que vous ne pouvez l'imaginer. S'il hurle davantage sur vous, à votre cerveau, en disant : « Nous avons ces problèmes ici dans notre système nerveux. Nous avons ces problèmes, et c'est la raison précise pour laquelle j'existe, moi le système nerveux, c'est parce que nous avons d'énormes problèmes », mais il ne sait pas quoi faire. Et encore une fois, c'est cela qui crée de la confusion dans votre mental. Ce n'est pas très joli.

Alors que faire ?

La première chose à faire, c'est de prendre une profonde inspiration. Sans faire de déni spirituel. Sans ajouter de clichés bidon, parce que ça ne fonctionne vraiment pas.

Deuxièmement, il s'agit d'être dans votre présence. Et c'est un peu une espèce de connerie spirituelle (rire), mais c'est vrai. Je ne l'utilise pas tel un cliché. Je dis que la présence, c'est : « Je

suis là. J'ai tous ces changements énormes qui se produisent en moi. Je ne sais vraiment pas quoi faire à ce sujet. Je n'ai pas de solution magique. Je ne vais pas faire de déni spirituel en disant : « Oh, tu sais, blablabla. » Non, rien de tout ça. »

Il s'agit de vous réconforter autant que vous pouvez. Pas de vous surmener à essayer de faire de grands changements dans votre vie actuellement, juste pour le plaisir de changer. Il s'agit de vous chouchouter actuellement. De reconnaître que votre système nerveux est complètement à bout de souffle. Comme une paire de freins complètement HS. Il ne reste plus rien de lui. Alors, il s'agit de prendre une profonde inspiration et simplement de le reconnaître.

C'est cette reconnaissance en soi qui créera des choses extraordinaires, parce qu'elle sera la réalisation que vous n'êtes pas fous, qu'il n'y a rien qui cloche chez vous ; que vous traversez seulement un sacré processus actuellement. Et tout en essayant constamment d'éviter ce déni spirituel, vous prendrez une profonde inspiration en vous disant : « C'est là où j'en suis. Et ce système nerveux est vraiment en train de passer un sale moment, et c'est cela qui me cause des problèmes physiques, qui me provoque de nombreux troubles du sommeil. »

C'est cela, la principale raison pour laquelle votre sommeil est perturbé, et qu'alors vous êtes de plus en plus fatigué. Quand vous êtes plus fatigué, votre système nerveux est en alerte maximale parce que vous êtes fatigué et qu'il essaie de vous protéger. Il s'agit juste de... Prenons une profonde inspiration et faisons un merabh. Parce que dans un merabh, on n'a pas besoin de travailler à changer quoi que ce soit. On n'a pas besoin de faire du déni spirituel de quoi que ce soit. On n'a pas besoin de se trouver des excuses à quoi que ce soit. Il s'agit juste d'un moment où l'on prend une profonde inspiration en étant dans sa présence. Je ne dirai même pas qu'il s'agit de « Permettre », parce que ça, ce serait comme de faire un déni, et donc je ne dirai même pas ça (quelques rires).

C'est cela, le danger du travail que nous faisons tous ensemble, c'est que nous nous appuyons sur ces nouveaux concepts-là. Des concepts métaphysiques, nous nous appuyons dessus. Ce sont un peu comme des repères sur notre chemin. Mais à un certain moment, il est temps également de tout simplement arrêter tout cela.

Merabh pour le système nerveux

Alors, mettons un peu de musique et faisons un merabh. C'est cela, la façon la plus simple. En faire un merabh. Ce n'est pas du déni. Il s'agit juste de se dire : « Je vais écouter de la musique au lieu de toutes ces autres conneries. »

J'ai fait préparer cette musique par Cauldre hier soir, spécialement pour vous. Elle est imprégnée de, eh bien, on appelle ça du codage, mais c'est juste quelque chose de beau. C'est pour vous reconforter.

C'est pour vous reconforter. Vous le méritez.

Et je vous ferai des demi-excuses, ce sera l'une des rares fois dans toute l'histoire de la création où je me serai un peu excusé.

Au passage, l'humour est l'une des meilleures choses que vous ayez pour la dépression nerveuse. Vraiment. Riez de vous-même. Riez de la vie, vraiment. Je veux dire, c'est probablement, je dirais, peut-être à mettre en numéro un ou deux sur la liste. Rire. Amusez-vous de cela. Amusez-vous de vous-même pour vous être mis dans cette situation. Moquez-vous de moi. Pas trop, mais moquez-vous de moi. Et n'utilisez pas votre IA pour faire des blagues sur Adamus. L'IA n'est pas très bonne à cela. (Je le sais) Parce que je suis là-dedans (dans l'IA), à observer, à m'assurer que votre co-bot ne soit pas trop bon à cela (quelques rires). Vous devez rire, et c'est probablement là l'un des meilleurs antidotes à tout ça.

Mais arrêtons-nous et prenons une profonde inspiration. Oh, ce pauvre système nerveux. Toutes ces fibres nerveuses, ces terminaisons nerveuses, ces communications nerveuses, elles essaient toutes de protéger le royaume.

Nous n'allons pas essayer de réparer cela non plus. Nous n'allons vraiment pas faire cela. Pas besoin.

Mais, comme je vous le disais dans mes demi-excuses, je vous ai poussés un peu trop fort. Je vais contourner ça, faire du déni avec ça en vous disant : « Parce que vous vouliez que je vous pousse. C'est pour ça que je le fais » (rire).

Vous n'aimez pas ça ? Faites-en porter le blâme à quelqu'un d'autre. Non, mais c'est vraiment le cas, vous le vouliez vraiment. Vous vous êtes poussés vous-mêmes vraiment fort, sur tous les fronts, en tant que Maître, en tant qu'humain, en tant que Shaumbra. Il est temps à présent de vous dire simplement : « Arrêtons tout cela. » Parce qu'en fait, c'est en train de vous causer beaucoup de dégâts.

C'est douloureux, physiquement et émotionnellement. Et ce que je n'aime vraiment pas là-dedans, c'est le doute que cela suscite en vous : « Est-ce que je fais ce qu'il faut ? »

Prenons juste une profonde inspiration et soyons juste présents, dans notre présence. Cela signifie : « Oui, il y a cet ancien système nerveux qui est fragile, et que je ne peux plus supporter.

C'est comme ça. Il y a cette part de moi, oui, qui adore ce voyage, qui adore vraiment être en tête de tout ce qui se passe sur la planète et qui adore les changements actuels. Cette part de moi adore cela. La part qui veut aller dans une nouvelle sentience, et le système nerveux qui lui, ne le veut pas. »

Je m'excuse. Je ne l'avais pas entendu quand nous en parlions en septembre dernier, du fait de nous en aller dans une nouvelle sentience. Ah, ça sonne tellement noble, sacrément héroïque. On pourrait en faire un film hollywoodien. En utilisant l'IA, vous pourriez le faire en une semaine environ. Mais le système nerveux lui, n'a pas du tout aimé ça. « Nouvelle *quoi* ? » disait-il. « Nouvelle *quoi* ? Tu plaisantes ! » Et donc, il a intensifié encore plus les communications, ajouté plus de protection et de défense.

N'essayons pas de dépanner ou de réparer quoi que ce soit. Ne cherchons pas à résoudre quoi que ce soit. N'y mettons pas dessus tout un tas de clichés. Prenons juste une profonde inspiration en présence.

Et, vous savez, dans cette tranquillité de l'instant... dans ce calme de l'instant, le système nerveux n'entend rien, mais il perçoit, il ressent. Il sent qu'au moins vous le reconnaissez, et ça lui apporte beaucoup de soulagement. Il sent que vous n'essayez pas de le passer sous silence, ou de le nier, de le fuir, de vous figer. C'est juste là où les choses en sont actuellement.

Cela fait une énorme différence. La reconnaissance.

Et, vous savez, il y a quelque chose de très beau à simplement rester assis là dans ce merabh, sans essayer de changer quoi que ce soit, sans essayer de le réparer, sans essayer de le dénier.

(pause)

C'est à cet instant-là que vous prenez une profonde inspiration.

(pause)

C'est généralement là que vous, ou que moi en général je peux venir à vous pour vous dire : « Tout cela n'est-il pas magnifique ? Cela ne participe-t-il pas d'un grand dessein ? » La ferme !

Vous prenez juste une profonde inspiration. C'est tout.

Il y a un autre élément très, très important – en fait, c'est l'élément le plus important – dans le fait que votre système nerveux soit si fragile, presque prêt à s'effondrer.

Et cet autre élément, nous n'allons pas essayer de le faire se produire. Nous n'allons pas essayer de le pousser ou de le faire venir.

Votre système nerveux – et votre mental, mais aussi votre système nerveux – ne comprend pas ce qu'est l'amour de soi. Non, il ne comprend pas cela. Il ne peut même pas commencer à y faire face, à s'y préparer.

Il a une petite compréhension de ce qu'est l'amour éprouvé pour quelqu'un d'autre, et vous avez déjà vécu plusieurs de ces moments-là dans votre vie – une véritable relation amoureuse – et ça avait été un enfer pour votre système nerveux. Cela avait eu sur lui l'un des plus grands impacts qui soient.

Vous vous souvenez probablement quand vous êtes tombé amoureux, que vous étiez amoureux, quand l'amour était alors exubérant, fluide et ouvert. Ça, ça avait mis un sacré bazar dans votre système nerveux. Vous vous souvenez comme vous ne pouviez ni manger ni dormir ? Vous étiez tellement amoureux. Vous n'arriviez pas à penser.

Vous étiez euphorique, mentalement et émotionnellement. Mais votre système nerveux avait dû fonctionner à plein temps. Et maintenant vous voilà, ici en ce Mois de l'Amour, ici à parler d'amour de soi, il ne sait pas composer avec ça, faire face à cela. Il ne sait tout simplement pas.

Toute sa programmation, toutes ses raisons pour lui d'être là en premier, sont profondément remises en question, battues en brèche.

Le fait d'en parler, de le conceptualiser, de penser ce qu'est l'amour de soi exerce une pression extrême sur le système nerveux. Il veut vraiment se fermer. Toutes les choses métaphysiques que vous faites lui font aussi cet effet, mais l'amour de soi, c'est la plus grande épreuve ou difficulté qui soit pour lui.

Ou simplement une autre relation amoureuse dans votre vie, disons une nouvelle relation, ne serait-ce que ça, c'est bouleversant, perturbant pour votre système nerveux.

Cela se manifestera de multiples façons, en affectant votre corps physique, votre santé, votre équilibre énergétique, tout. Votre mental interviendra et essaiera de corriger ou de réparer ou de trouver une solution, et ça compliquera encore plus les choses.

C'est là que nous nous installerons simplement dans notre merabh, en prenant une profonde inspiration.

Je ne vous dirai même pas : « Je suis ce que je suis. » Je ne vous dirai rien d'autre que d'être là, dans votre présence.

(pause plus longue)

L'humour, bien sûr, vous aidera vraiment.

Prendre de nouvelles cochonneries, des compléments alimentaire, ça, ça ne vous aidera pas, alors s'il vous plaît. Cela embrouillerait votre système nerveux. Et alors, vous vous mettriez encore quelque chose de nouveau dans la gorge, et ça n'aidera pas.

Prendre plein de profondes inspirations, ça, ça aide.

Aller essayer une nouvelle thérapie, parce que les 125 dernières thérapies que vous aviez essayées n'ont pas marché, essayer une nouvelle thérapie ne vous aidera pas. Cela activerait votre système nerveux.

Écouter de la musique, une magnifique musique avec laquelle vous êtes en résonance, ça, ça vous aidera.

Rester à l'écart des gens pour le moment – pas pour toujours, mais pour le moment, ou de certaines personnes – ça vous aidera vraiment. Les foules sont une agression permanente pour le système nerveux. Je ne vous dis pas de ne jamais sortir, mais je vous dis qu'en ce moment, vous avez du mal avec ça. C'est pour cela que j'ai commencé la journée en vous demandant : « Pourquoi la salle est-elle quasiment vide ? » C'est parce qu'il y a énormément de Shaumbra qui ont juste besoin de cet espace de tranquillité.

Pas un espace de tranquillité pour comprendre des choses. Vous ne feriez qu'aggraver le problème. Pas un espace de tranquillité pour essayer de disséquer et d'analyser ce qui se passe. Un espace de tranquillité juste pour être avec vous-même.

Sans chercher à rien réparer.

Sans vous accrocher à la moindre bouée (sans chercher à aller mieux). Sans vous dire : « Oh, je suis dans un espace de tranquillité, et maintenant je vois une lumière dorée tout autour de moi. » Ce genre de choses, ça ne marche plus.

Et en gros, il s'agit simplement de vous dire : stop, arrête-toi. Juste stop. Comme une énorme pause de Maître, juste stop, arrête-toi.

(pause)

Avoir une activité frénétique en ce moment, c'est ça qui est votre Némésis, qui vous est néfaste. Avoir une activité frénétique, « Je dois m'occuper en permanence. Je dois faire quelque chose. » Non. Ça, c'est la façon dont vous répondez, dont vous réagissez à votre système nerveux. Non. Il est temps d'arrêter, de vous arrêter.

Prenez une profonde inspiration.

Enveloppez-vous dans quelque chose de chaud et moelleux. Prenez plein de longs bains chauds, et ne vous en sentez pas coupable. Le monde ne sera pas en manque ou en défaut de ces 130 litres d'eau que vous utiliserez. Prenez des bains chauds.

Et respirez.

Et ne tentez pas de résoudre le problème (de votre système nerveux à plat). N'essayez pas de le résoudre. Vous déboucheriez sur une solution bidon, une chose que vous seriez obligé de faire, un nouveau programme, un nouveau complément alimentaire, un nouveau quoi que ce soit. Non. Arrêtez-vous tout simplement.

N'essayez pas de communiquer ou de parler à ou de guérir votre système nerveux.

Voyez-vous, c'est ça qui, pour beaucoup, a fait dérailler votre système nerveux à la base, qui l'a fait partir en vrille. Le fait d'utiliser la raison humaine et les émotions humaines pour réparer quelque chose que vous n'aviez pas vraiment compris au départ. Arrêtez-vous tout simplement.

(pause)

C'est dur à faire, n'est-ce pas, de juste vous arrêter ?

Mais actuellement, c'est essentiel. Actuellement, c'est presque critique. Arrêtez-vous tout simplement.

Je ne vous dis pas d'arrêter et de ne plus jamais rien faire, mais faites une pause pour le moment.

Cette musique que Cauldre et moi avons composée ne sera disponible en piste musicale que dans les prochains jours sur le site du Crimson Circle. Téléchargez-la ou téléchargez ce que vous aimez écouter.

Arrêtez de faire du déni.

Arrêtez d'essayer de mettre du parfum sur un tas de merde et riez beaucoup. C'est ça le déni, c'est vaporiser une merde avec du Chanel n°5. La merde sentira toujours mauvais. Elle sentira toujours mauvais.

Et riez.

Et quand le moment sera venu – pas maintenant, pas alors que vous êtes en mode arrêt tranquille, mais quand le moment sera venu – commencez à ressentir ce dont nous avons parlé aujourd'hui. Je veux dire, ce que vous êtes en train de vivre – l'amour de soi, la sentience, la refonte totale du corps et du mental et tout le reste, wow ! Mais pas maintenant.

Pour le moment, arrêtez-vous.

Laissez les choses, tout, se mettre à niveau et vous rattraper à présent, et je ne dis pas ça en forme de déni. Je ne dis pas ça comme si c'était juste un cliché.

Arrêtez-vous et laissez tout vous rattraper. Le temps en soi. La nouvelle métaphysique. L'énergie, la lumière et l'amour. Arrêtez-vous et laissez tout cela vous rattraper et se mettre à niveau.

Vous allez tellement vite, vous poussez tellement fort, que vous avez brûlé les étapes, vous êtes allés trop vite pour vous-mêmes. Vous êtes allés trop vite pour votre âme, en fait.

Arrêtez-vous. Prenez une profonde inspiration et laissez tout rattraper son retard. Votre mental, chaque cellule de votre corps, vos systèmes de croyances dépassés. Oui, en fait, laissez-les vous rattraper afin que vous puissiez les relâcher, les laisser partir.

Vous avez avancé tellement loin, qu'en quelque sorte, le reste n'a pas pu suivre et se mettre à niveau. Votre corps, votre biologie, vous avez largement pris de l'avance sur eux. Ils ont hurlé, « hurlé » à travers des douleurs et peut-être même une maladie. Ils hurlent.

Laissez tout cela vous rattraper. Faisons cela à présent. Arrêtez-vous et laissez tout vous rattraper.

Autant moi, j'avais oublié de ressentir ce qui se passait avec votre système nerveux, autant vous, vous aviez oublié de regarder ce qui se passait – tout en vous, le fait que ça allait très vite, que vous essayiez trop fort, que vous étiez très engagés. Vous aviez oublié de laisser tous ces éléments-là vous rattraper, se mettre à niveau. Faisons ça tout de suite.

Prenez une profonde respiration. Ne faites aucun effort, ne forcez pas. Sans rien édulcorer.

Prenez une profonde respiration et laissez ça vous rattraper.

(pause plus longue)

Le Dr Agoni vous recommande de faire cela tous les jours, au moins pendant les deux prochaines semaines. Je n'aime pas les méthodes ni les pratiques, mais je peux voir que vous en avez besoin actuellement. Arrêtez-vous. Et peu importe combien de temps. Mettez de la musique, quelle qu'elle soit. Arrêtez-vous et laissez tout vous rattraper.

Laissez tout de vous vous rattraper vous, pas le monde, mais *vous* qui vous rattrapez vous-mêmes. Votre mental, votre corps, et même votre âme, oui. Vous pensez que l'âme est toujours devant ou toujours en avance sur vous ? Eh bien, non. Laissez-la vous rattraper.

Ne faites pas cela telle une méditation. Faites-le tel un merabh. Encore une fois, vous pouvez télécharger cette musique ou ce que vous souhaitez écouter.

N'essayez pas de réparer votre système nerveux. Cela ne ferait que créer des interférences. Et cela ne ferait que rendre votre système nerveux encore plus zinzin. Mais en vous arrêtant, cela permettra à votre système nerveux de rattraper son retard, de vous rattraper.

Cela permettra à tout en vous de vous rattraper.

(pause)

Riez. Réconfortez-vous, faites-vous du bien. Prenez plein de bonnes inspirations profondes. Et arrêtez-vous une fois par jour. Cela rassemblera et réunira tout, remettra tout à niveau.

On pourrait appeler ça la cohérence, mais je ne veux même pas utiliser de termes métaphysiques pour l'instant. Rien. Vous n'avez pas besoin de ça.

Prenez une bonne et profonde inspiration. Laissez tout vous rattraper.

Bon, j'en ai terminé avec cette réunion à présent. Le Club des Maîtres Ascensionnés existe-t-il vraiment? Oui, tout à fait, il existe. Est-ce que j'exagère ? Tout le temps !

C'est une histoire, mais oui, nous nous réunissons. Nous nous amusons, parce que nous avons tous déjà été humains. Nous avons cela en commun. Nous pouvons rire de nous-mêmes, mais c'est plus amusant de rire des autres.

Est-ce actuellement une époque sans précédent ? Absolument. C'est pour cela que vous devez vous arrêter pour prendre une profonde inspiration. C'est pour cela que j'ai dû modifier (le thème

du Shoud). Nous aurions dû avoir une brillante conférence aujourd'hui sur la nature du temps, mais, de temps en temps, on doit tout simplement s'adapter et s'ajuster. À tel point qu'aujourd'hui, alors que nous amenons ce Shoud à sa conclusion, je ne vous dirai même pas ces paroles classiques (rires ; quelqu'un dit « Yay »). Yay, parce que ça n'a vraiment pas d'importance.

L'important, c'est de prendre une profonde inspiration, et en vous arrêtant, ce que vous découvrirez, c'est que vous laissez même l'amour de vous-mêmes vous rattraper. Vous n'essayez pas de le pousser ou de faire qu'il se produise, de comprendre ce que c'est. Vous vous arrêtez simplement et tout vous rattrapera, se mettra à niveau.

Sur ce, chers Shaumbra, c'est le mois de l'amour, alors je voudrais vous dire combien j'aime chacun et chacune d'entre vous. Je réalise tout à fait ce que vous vivez. Parfois, il faut que le Dr Agoni et Kuthumi me secouent pour que je le comprenne, mais j'apprécie vraiment ce que vous traversez.

Alors, sur ce, je transmets mon amour à chacun d'entre vous. Joyeux mois de la Saint-Valentin.

Je suis Adamus du Domaine Souverain.

Merci.



CRIMSON CIRCLE

The Global Affiliation of New Energy Teachers

www.crimsoncircle.com