

Comment répondre à la fatigue et au stress ?

Message inspiré de Meryem (la vierge Marie)

15 mars 2021

La fatigue et le stress sont souvent une réponse suite à une perte d'alignement une rupture dans l'équilibre. Ceux sont les premiers symptômes de ces changements. Si tu les écoutes et les comprends , ils seront sans conséquence, puisque tu trouveras les solutions pour retrouver ton équilibre et centrage. Mais , si la situation perdure, d'autre symptômes se déclareront comme des maladies plus ou moins graves, des événements marquant qui forcent à réfléchir et à remettre en question certaines situations inconfortables.

La fatigue et le stress sont les premières réponses que ton corps t'offre pour résoudre une difficulté plus profonde qui est le décalage entre ce que ton âme cherche à vivre et ce que tu vis au quotidien. Le rythme dans lequel ton âme souhaite être et le rythme que tu vis bon an mal an. L'âme inspire ta vie continuellement , à chaque instants, elle t'envoie son influence, ses messages, sa force et son amour. Pourtant, ces influences ne sont pas toujours reçues et manifestées. La vie que nous vivons peut être autre chose que ce que l'âme souhaite au fond d'elle. Elle s'adaptera à ce décalage, elle ne renoncera pas à ses ambitions, elle trouvera d'autres voies pour les exprimer.

Ces décalages entre le rêve de l'âme et la réalité se traduit par des pertes d'alignement et de centrage plus ou moins importantes.

Le corps a besoin de l'amour de l'âme, a besoin d'être traversé et animé par cette énergie subtile et puissante. Lorsqu'il y a ce décalage, le corps se sent lasse et fatigué, il n'est pas irrigué et nourrit comme il en a besoin, et il envoie ses messages de fatigue et de stress, comme lorsque la faim, la soif ou le froid se font sentir.

Le corps et l'âme recherchent l'alignement, l'harmonie, le contact intime entre

leur énergies. Entre lui et elle, il y a le libre arbitre , mais il y a aussi toute les croyances, les injonctions, les devoirs , et les formatages qui dénaturent ce lien sacré.

Ceux sont des idées qui se transmettent , qui s'imprègnent dans l'esprit des gens. Ceux sont souvent de mauvaises réponses à de bons questionnements. Comment être en paix avec les autres ? Comment être en sécurité ? Ce genre de questionnements génèrent des réponses souvent rigides qui ne sont pas en adéquation avec la nature libre et créative de l'âme. Elles ferment les situations plutôt qu'elles ne les ouvrent.

De telles pensées habitent nos esprits et nous devons faire avec. Tenter de les analyser, d'en comprendre les origines, et parfois de les remettre radicalement en question. Les rêves authentiques ont besoin d'être réalisés dans l'alignement et la maîtrise.

Igor Mouret

www.messages-du-coeur.fr

