



# L'Équilibre



## L'amour sous toutes ses formes - chapitre 2 – la frustration

La frustration arrive en même temps ou suite à d'autres émotions négatives comme principalement le manque et les peurs.

**Pourquoi êtes-vous frustré ?**

**Qu'amène ensuite le sentiment de frustration ?**

**Comment le remplacer par le contentement ?**

Voilà ce que nous allons parler dans ce chapitre. Tout d'abord il faut une émotion, quelque chose qui vous touche dans votre cœur, dans votre amour, une émotion positive qui vous apporte un sentiment merveilleux de bien être. Vous vous remplissez de ce sentiment merveilleux. Et comme l'Être humain est toujours rempli de désir d'évoluer et d'en vouloir plus, vous désirez hardiment pouvoir continuer à vous remplir de ce sentiment de bien être absolu.

Le problème pour vous, humains, est que votre cerveau n'est pas multidimensionnel et intemporel. Vous ne pouvez pas ressentir de bien être en permanence, car vous n'êtes pas capable de rester dans cet état là, et en même temps continuer votre chemin, votre travail, votre vie, qui nécessite l'apport d'autres sentiments, d'autres émotions, pour parfaire vos connaissances et travailler.

Donc vous allez être obligé de sortir de cet état merveilleux dans lequel vous vous trouviez afin d'accomplir vos différentes tâches. Et là vous ressentez un sentiment de frustration, de ne pas pouvoir rester toujours dans cet état de bien-être.

Si vous avez la possibilité de vous souvenir clairement de tous vos ressentis que vous avez eu dans votre vie, ou dans vos vies, ce sentiment de frustration va être encore plus grand, car selon la puissance de vos souvenirs, les détails emmagasinés dans votre mémoire de l'Âme et votre cerveau, votre sentiment de frustration va être à la hauteur du niveau de vos émotions.

Cela peut donc vous amener à ressentir une frustration énorme.

Si cette frustration grandit continuellement, elle va grandir encore. Attendez-vous à ce qu'elle devienne si grande que vous ne puissiez plus la contenir, et qu'à un moment donné, cela explose ou implose.

Soyez attentif à cela, vous n'arriverez pas à diminuer cette frustration, tant que vous n'aurez pas été au bout de vos limites. La frustration a un pouvoir énorme sur l'être humain. Ne la sous estimez pas. Essayez de l'empêcher d'être là ne servira qu' à l'attiser, afin qu'elle grandisse encore plus. Car la puissance de vos émotions, de vos mémoires,

# L'Équilibre

## L'amour sous toutes ses formes - chapitre 2 – la frustration

est très forte, et rien ne peut enlever cette puissance, cette force, à cette émotion que vous ressentez. Toute chose ou toute personne se mettant en travers de votre route, qui vous empêche de retrouver cet état de bien être et d'amour infini, ne servira qu'à attiser et amplifier votre frustration. Elle va donc continuer à grandir, soyez en sûr.

**Je ne veux pas vous faire peur, mais vous rendre attentif à une chose :  
L'explosion ou l'implosion. C'est la conséquence inévitable de cette montée  
de frustration.**

Il faut bien faire la différence entre les deux. C'est très important. L'explosion est le fait de sortir d'un coup toutes vos émotions, toutes vos frustrations, vos colères, vos regrets, vos chagrins. Cela se fait donc en agissements, et dans des paroles que vous allez avoir avec les personnes de votre entourage. Cela vous amènera à changer les choses, ou à faire voir les choses différemment aux personnes de votre entourage.

Et cette montée de frustration, de plus en plus énorme, va grandir jusqu'à cette explosion qui amènera une issue positive, car ce sera la fin de cette frustration. Mais attention, cela peut amener un autre genre de frustration et cela peut recommencer ainsi de suite pendant un certain temps, jusqu'à ce que vous ayez éliminé toutes les sortes de frustrations qui peuvent vous encombrer.

Jusque là tout va bien. Vous devez par contre faire très attention à l'implosion. Si vous n'arrivez pas à exploser, cela peut avoir pour sûr des effets dévastateurs sur votre personne, pour votre esprit, pour votre âme. Vous pouvez vous retrouver détruits par cette implosion.



Imaginez, une boule de cristal, une boule de lumière. Voyez les particules amantines, les particules cristallines, délicates, magnifiques qui composent cette boule de cristal, cette boule de lumière, qui est intense, brillante, comme un soleil, magnifique, puissante, forte, très forte.

Mais ce qui fait la force de cette boule de cristal, c'est sa composition, un amas de particules fines, d'amour, de délicatesse, de douceur, de compassion, d'empathie, pour vous même, pour un ou des Êtres particulièrement aimés, pour tout le monde qui est autour de vous, pour tous les Esprits, les travailleurs de lumière, Jésus, Dieu, les

# L'Équilibre

## L'amour sous toutes ses formes - chapitre 2 – la frustration

Archanges, les Anges, les Être de la nature, dont les dragons, les fées, les elfes, les extra terrestres ( comme vous les appelez)...

Imaginez toutes ses émotions, tous ces souvenirs, tous ces ressentis, tout cet amour, qui composent cette magnifique boule de lumière. Si cette boule de lumière, cette boule de cristal a atteint cette beauté, cette puissance, c'est grâce à de nombreuses vies vécues, de nombreuses médailles gagnées, de nombreuses victoires obtenues, suite à des défis, des missions que vous avez traversé, obtenus.

**Cette boule lumineuse, magnifique, c'est vous même, c'est votre esprit et votre Âme réunis.**

Voyez donc cette boule de lumière magnifique monter en tension avec ces frustrations que vous avez. Au moment de l'explosion, tout le surplus, tout ce dont vous n'avez plus besoin, sort en amas de particules, et cela amène de la place , de l'espace, dans votre boule de lumière, afin d'y amener ces sentiments d'amour et de bien être magnifiques qui étaient à l'origine de vos frustrations.

Et cela permet à votre boule de lumière de briller encore plus, d'être encore plus dans la joie et le bonheur.

Par contre imaginez vos barrières que vous avez construit au long de votre vie, et que vous avez consolidées, fortifiées, depuis le moment où vous avez senti cette frustration venir, car en luttant contre cette frustrations, vous consolidez vos barrières, qui vous maintiennent dans cette frustration, jusqu'au moment de l'explosion ou de l'implosion.



Donc si vous ne vous autorisez pas à enlever ces barrières par une explosion, toutes ces particules de frustration vont imploser dans votre boule de lumière et cela va détruire une grande partie de ce que vous avez amassé, récolté, avec tant d'amour et tant de persévérance.

L'implosion sera terrible, et vous amènera un état dépressif, un état négatif, instable, vous serez perdus à l'intérieur de vous-même, car vous aurez perdu tout vos repères, toutes vos mémoires de bonheur, pour faire place aux sentiments de haine, de peur, de colère, de jalousie, de destruction.

# L'Équilibre

## L'amour sous toutes ses formes - chapitre 2 – la frustration

Car une fois vous-même détruits, vous serez dans cet amour de la destruction, et vous allez cela répandre autour de vous, comme un sachet de farine troué, qui répands son contenu sur le sol, au fur et à mesure de son chemin.

Voilà le chapitre sur la frustration se termine, je vais juste encore vous parler d'une chose. Tout ce qui se passe à l'intérieur de vous-même, tout ce que vous ressentez comme émotions, que cela soit de l'amour, de la paix, de la peur, ou autre, tout ce que vous ressentez se répands autour de vous.

Imaginez, qu'il y a comme un miroir en vous et autour de vous, et les gens qui vous côtoient ressentent à leur façon, tout ce combat que vous menez à l'intérieur de vous-même. Même si vous essayez de le cacher, les personnes qui vous connaissent bien vont ressentir tout cela en vous. Ne croyez donc pas les épargner en ne disant rien, car tout est su, tout est communiqué, comme un enfant dans le ventre de sa maman, qui ressent toutes les émotions de sa mère, et cela s'imprime, cela subsiste dans le temps, et le jour ou l'enfant est grand, et qu'il est confronté à une émotion identique à celle ressentie lorsqu'il était dans le ventre de sa mère, ce jour là, tout lui revient sous forme d'émotions très intenses, amplifiées.

Ne sous-estimez pas le pouvoir de capter chaque ressenti, chaque émotion, des gens que vous aimez et qui vous aiment, qui sont autour de vous.

Je vous parlerai dans un prochain chapitre de l'insécurité dans l'amour.

Recevez chers Êtres, chères Âmes, mes meilleurs sentiments d'amour et de compassion pour vous.

Avec tout mon amour, toute ma lumière, je vous aime.

Votre seigneur Dieu

