

# La Voix d'Anaëlle

## #3 - *Jouement mais Puissamment*

Là est le temps de reconstruire le monde ici-bas,  
Non parce que celui qui existe est mal en soi,  
Mais parce qu'est venue l'heure d'un nouveau « contrat »,  
Celui où le Cœur règnera.

Tout ce que vivez actuellement,  
Active vos cœurs souffrants,  
Non pour vous torturer,  
Mais pour vous libérer,  
D'une histoire qui a été suffisamment « jouée ».

Lorsque la douleur de votre histoire collective sera écoutée, puis transformée,  
Alors sa beauté sera révélée.  
Grandiose,  
Virtuose,  
Activatrice des cœurs,  
Exploratrice des profondeurs.

Ne te sens-tu pas vivant comme jamais tu ne l'as été ?  
Ne sens-tu pas ces battements dans ta poitrine, ô combien exaltés ?

C'est l'énergie du cœur qui est en train de vibrer,  
C'est l'énergie du cœur qui t'amène à te questionner...

Qu'est-ce que tu souhaites désormais créer ?  
Qu'est-ce qui va te rapprocher de ta propre souveraineté ?  
Qu'est-ce qu'il est désormais essentiel pour toi d'honorer ?

Tu peux, si tu le souhaites et si cela t'est utile, prendre le temps d'observer le monde, avec  
peur, colère ou tristesse.  
Oui, cela fait partie d'un processus de guérison empli de sagesse.

Mais ne reste pas là trop longtemps,  
Car tout est parfait, même dans cet apparent tourment.  
Le monde actuel n'est ni cassé, ni n'a besoin d'être réparé,  
Il est juste en train de se transformer,  
D'une humanité où l'esprit et la matière étaient les clés,  
À celui où le cœur revient au centre de cette trinité.

Pour cela, nul besoin de se dépêcher...  
Toute transformation requiert un temps de maturation,  
Mais plus important encore, de nouvelles fondations,  
Dont tu es une des clés,

Peut-être te sens-tu frustré par ces êtres qui ne semblent intéressés par ce qui est en train de se jouer,  
Peut-être même peur, colère et tristesse viennent s'en mêler.  
Si ces émotions – « e » énergie & « motion » mouvement – s'expriment dans ta réalité,  
C'est peut-être parce que l'ambassadeur du changement en toi est en train de s'activer.

Oui...  
Si ces situations viennent autant te toucher,  
C'est peut-être parce que tu es un ambassadeur clé de cette transformation de l'humanité.

Prends le temps, là maintenant, de sentir ton cœur vibrer,  
Ces mots ont-ils résonné pour toi ?  
Si oui, réjouie-toi !  
Car cela signifie que tu es fait.e pour ça,  
Que tu t'es incarné.e pour ça...  
(et si le mot « incarné » ne te parle pas, dis-toi juste que ta contribution à cette transformation te réjouira !)

Alors ne t'inquiètes pas si le monde ne se transforme pas aussi vite que tu le souhaiterais,  
Tout est parfait tel qu'il est.  
Des fondations solides – ta propre transformation – ont d'abord besoin d'être posées...  
Puis de nouveaux modèles, de nouveaux cadres vont émerger,  
Qui viendront doucement mais puissamment remplacer les anciens schémas de l'humanité.

Oui tout est parfait tel qu'il est,  
Concentre-toi sur ce qui aujourd'hui est essence-ciel : toi et ta souveraineté.  
Car c'est d'un cœur libre et libéré que tu pourras construire le monde de demain que tu vas « kiffer »...

Oui je choisis ce mot léger pour terminer sur une autre clé,  
L'énergie du cœur, c'est l'amour, c'est l'inspiration, c'est la puissance de la bienveillance et de la souveraineté et c'est aussi la légèreté.

Alors trouve aussi, un deux, dix ou quatre-vingt-dix manières de saupoudrer cette légèreté dans ta réalité,  
Car c'est de cet espace que ton cœur, ton âme, viendra t'inspirer,  
Tes prochains pas dans ta nouvelle réalité.

Prends le temps maintenant d'inspirer et d'expirer profondément...  
Littéralement....  
Vas-y, là, maintenant.

Plusieurs fois...

Là, voilà...

Et de cet espace-là, demande à ton cœur de te souffler, ou te montrer, une chose qui va te permettre dans les jours qui viennent, d'insuffler de la légèreté dans ta réalité...

Laisse venir la première réponse,

Puis, peut-être, une deuxième.

Imagine-toi maintenant vivre cette expérience,

Imagine-toi être imprégné.e de cette légèreté,

Laisse-la infuser toutes tes cellules,

Puis demande à ton cœur de te souffler quel petit pas sera ton prochain pas dans ta propre transformation, dans l'expression de ton unique souveraineté.

Laisse venir sans trop te poser de questions,

La première intuition,

La première vision...

Puis lorsque le processus sera terminé, reviens tout doucement dans cette réalité,

Reviens à ton corps par la sensation, par le toucher,

Puis prends le temps de noter...

*Anaëlle*

(Inspirations d'âme de Christelle Lauret)

## PROPOSITION DE LECTURE :

Ce texte a été écrit en me connectant à cette partie de moi que j'appelle mon âme (si l'âme est un sujet qui ne te parle pas, alors entends ici mon cœur, cette partie de sagesse intérieure qui réside en chacun de nous). Elle m'a par ailleurs un jour soufflé un autre nom que celui qui m'a été donné à la naissance - "Anaëlle" - d'où la signature d'Anaëlle à la fin du texte.

Les inspirations qu'elle me souffle reflètent ainsi ma propre vérité intérieure et ne pourraient être LA Vérité avec un grand V.

L'idée ici, en partageant avec toi ces inspirations, n'est pas de t'y convertir. Loin de là. Il s'agit plutôt de te permettre, si tu le souhaites, d'aller à la rencontre de ta propre âme, de ta propre vérité intérieure.

Ainsi, à la lecture de ces mots, écoute-toi. Profondément. Si certaines parties du texte viennent « gratter » et créent une forme de contraction, c'est peut-être qu'il y a quelque chose à explorer ou à libérer pour toi sur le sujet. Si, au contraire, certains mots ou certaines phrases résonnent fort dans ton cœur, tout en créant une forme d'ouverture, c'est que ces mots contribuent au cheminement en toi qui est déjà en cours. Et si rien ne résonne du tout, dans le bon sens comme dans le mauvais, c'est que ces mots ne sont pas faits pour toi ou que ce n'est pas le moment. Tout simplement. Et c'est parfait.

Tu trouveras ci-dessous un espace pour noter les réponses qui te sont venues intuitivement

pendant la lecture de ce texte.

## NOTE CE QUE TA VÉRITÉ INTÉRIEURE T'A SOUFLÉ PENDANT LA LECTURE :

**Prends le temps de noter les réponses qui te sont venues intuitivement lors de la lecture du texte.** Laisse-toi écrire sans censure, même si tu ne sais pas encore comment réaliser ces choses. Le « comment » se manifestera dans ta vie au bon moment, au bon endroit, avec les bonnes personnes.

- Qu'est-ce qui va me permettre, dans les jours qui viennent, d'infuser de la légèreté dans ma réalité ?

---

---

---

---

- Quel petit pas sera mon prochain pas dans ma propre transformation, dans l'expression de mon unique souveraineté ?

---

---

---

---

## CONSEILS :

- Avant chaque question, ou si tu sens que c'est ton mental qui répond à la question, prends le temps de te reconnecter physiquement, visuellement ou auditivement à ton cœur (ou si tu préfères, ton âme, ta sagesse supérieure, ton toi supérieur etc.) en posant l'intention. Cela peut par exemple se faire en déposant tes mains sur ton cœur, pour le sentir battre, ou bien en le visualisant, ou bien en disant à voix haute ou dans ta tête une phrase de ton choix. Par exemple : « Là, maintenant, je me (re)connecte à ma vérité intérieure, celle qui est alignée avec mon cœur/mon âme/ma sagesse »

supérieure/etc. » (choisis ici le terme qui te parle).

- **Comment savoir si c'est bien ton cœur/ton âme/ta sagesse supérieure/etc. qui te « parle » ?** Le plus gros indice sera le non-jugement, la douceur et l'amour qui infusent les mots. Ensuite, cette vaste question va trouver ses réponses au fur et à mesure de ta pratique. Laisse-toi être curieux.se, et sans attente par rapport au processus. Tu vas ainsi affiner tes perceptions et le doute va graduellement laisser la place à la confiance.

Cet outil résonne avec toi ? Retrouve les autres inspirations d'Anaëlle en cliquant sur les liens suivants :

[La Voix d'Anaëlle #1 – Souveraineté & Humanité](#)

[La Voix d'Anaëlle #2 – Vivre une vie inspirée](#)

Retrouve de nombreux autres outils et articles gratuits de Christelle pour révéler ton vrai toi et rayonner ta juste place dans le monde :

<https://www.christellelauret.com/articles-et-outils/>



Docteure en chimie, chercheuse et responsable d'équipes pour une multinationale pharmaceutique, Christelle Lauret avait la vie « idéale ». Mais une expérience inattendue la poussa à se questionner sur sa vie et à écouter cette petite voix intérieure qui lui soufflait une tout autre direction...

Aujourd'hui, Christelle est coach thérapeute et auteure conférencière, en France et à l'international. Sa passion et spécialité : accompagner les personnes aux cœurs sensibles et engagés, à révéler leur « vrai » soi et rayonner leur juste place dans le monde, en faisant collaborer le corps, le cœur et la tête.

Son ouvrage *Les Petites Voix : Quand l'intuition toque à la porte d'un cerveau rationnel*, est désormais disponible en collection POCHÉ aux Éditions LEDUCS. Véritable chemin initiatique vers soi, elle y dévoile les clés pour développer son intuition et trouver sa voie.

*Christelle Lauret*

WWW.CHRISTELLELAURET.COM