

Entrevue

Revue **majulie.com**
La Voix de la Conscience

Marcel Leboeuf

Comédien
Auteur
Conférencier
Et autres
passions

Aussi à lire:

Tout sur les mudras
Libre-arbitre/ libre-volonté
La puissance des croyances
Le doute: un mur à traverser

revuemajulie.com
Volume 1 - Numéro 11 - 2019



Table des matières

Accueil	3
L'attitude favorable d'un gestionnaire de projet par J. Leblanc	4
Entrevue du mois – Présentation de Marcel Leboeuf par J. Leblanc	5
Conscience	7
Méditation guidée du mois « L'autre Univers » – par J. Leblanc	8
La Peur par F. Gauthier	9
La méchanceté au niveau professionnel par J. Leblanc	12
Le doute : un mur à traverser par I. St-Germain	15
L'estime de soi par J-P. Simard	19
7ième loi (rouge ombré) : Je suis généreux de moi-même et de mes biens par R. Ménard	21
La puissance des croyances par M. Perreault	23
Les pouvoirs inconnus du OM éternel (première partie) par P. Bernard	27
L'Archange Melkisedeq par J. Flansberry	33
Voyager autrement... en conscience! par S. Pasqualetto	35
Libre Arbitre/Libre Volonté par S. Ethier	38
La vérité sur la loi d'attraction par S. Deborah Jennings	41
Croyez-le ou non, le printemps s'en vient par R. Internoscia	42
Matière	44
Deux recettes de jus pour nettoyer vos reins par C. Gauvin	45
Mettez-y du cœur, la gratitude par L.-M. Martel	48
Les illusions du célibat! par J. Leblanc	51
Fatigue printanière? par M.-L. Pelletier	54
Rencontre avec Elvis (première partie) par J. Leblanc	56
La pâte à biscuit comestible par Vie-vy	59
Top 10 de mes produits de consommations préférés par J. Leblanc	60
Les dimensions par Bing Xiang	63
Horoscope quotidien par Alexandre Aubry	64
La magie des mudras par C. Christin	65
Le Manoir Papineau par J. Leblanc	68
Je sais que je ne sais finalement pas grand chose par C. Daigneault	69
Gratitude	72
Artiste peintre Gigi Leblanc	73
Collaborateurs	76



Accueil

MISE EN GARDE ET AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ

Les chroniqueurs/euses sont entièrement responsables de leurs propos, de leurs connaissances ou de leurs opinions. L'éditeur laisse l'être en chacun de nous s'exprimer dans sa spécialité. Évidemment, il approuve le contenu de base, et se réserve le droit de filtrer les disharmonies afin de s'assurer que la revue respecte une certaine fréquence vibratoire.

Les droits d'auteurs des chroniqueuses/eurs leur sont attribués à 100% et ils en sont aussi responsables. Veuillez traiter directement avec eux, car nous sommes ici dans une coopération, où tout le monde est responsable de ses choses de façon autonome.

De plus, nous ne pouvons nous porter garants de l'exactitude de ces contenus. Les lecteurs doivent, dans toute la mesure du possible, faire preuve de discernement et procéder à des vérifications avant de prendre des mesures sur la foi de l'information fournie.

PRÉSENTATION

Revue maJulie est un outil de conscience et d'éveil, dont l'objectif est d'aider toute personne à prendre soin de son corps, de sa beauté intérieure, d'élargir ses connaissances au niveau de l'intangible, afin de créer des ouvertures pour améliorer la condition humaine et divine, ainsi que celle de la planète.

Fondée en avril 2018 par Julie Leblanc, 38 ans, une femme des Laurentides au Québec, c'est au moyen du web que cette revue sera diffusée pour l'instant.

Bienvenue sur « revuemajulie.com ». Prenez le temps de vous asseoir parce qu'il y a beaucoup d'informations et de matières à réflexion.

Mot de la rédactrice en chef

Julie Leblanc

n.d, animatrice, auteure,
médium multidisciplinaire
www.majulie.ca | 438-794-1965



L'attitude favorable d'un gestionnaire de projet

Salut! Merci de vous intéresser à la revue.

Je n'ai aucun problème à la collaboration d'une équipe. Je suis facile à travailler en équipe. Je fais vite le tour quand je suis dans l'équipe de quelqu'un d'autre. Je vois où ça ne marche pas. La question est : est-ce que je peux gérer ça, face à moi-même, et les répercussions que cela a sur mon but.

Pour l'instant, et depuis un bon moment, je suis en équipe avec moi-même, et je sais m'allier des personnes favorables pour construire, rassembler, évoluer vers un objectif précis. Parfois, on peut tout de même ignorer que c'est le but, mais comme on est à l'écoute des signes, et que c'est quand même assez dégagé, on peut voir un peu plus loin. La priorité dans un projet, c'est la Paix. Tout part de là! C'est la réussite.

Je suis de celle qui croit au firmament, que l'efficacité réside dans l'harmonie de la co-création, de ce que la vie entreprend pour nous. Simplicité, orientation communicationnelle en tout, la vérité dans la douceur, une flexibilité quoi. Suivre le bon rythme, bonne gestion des relations émotionnelles et interpersonnelles, basée sur le respect et la communication. C'est de servir un objectif commun plus grand que nous autres, et ça prend beaucoup d'amour pour être lumineux.

Je pars d'un principe, à remercier, au plus profond de ma reconnaissance, les gens qui participent à monter une réalisation commune, par la richesse du partage, de sa sainteté aussi. Gratitude à toutes les bénévoles, qui forment une équipe extraordinaire, et la revue suit son cours. On répare les bavures à mesure. C'est une discipline de faire attention aux gens de même. Je ne sais pas si l'argent corrompt comme une joute de pouvoir, peut-être une dépendance même, dans un projet. Ici, comme tous y participent par le cœur, cela fait des relations extraordinaires, et il y a quelque chose de grandiose à travers tout ça. Un dessein unique et magnifique.

Merci à vous d'être là.

Julie L.

*Entrevue
avec l'invité(e)
du mois*

Julie Leblanc animatrice



Présentation de Marcel Leboeuf

Quel homme extraordinaire, doux, talentueux, chaleureux. Marcel Leboeuf a quelque chose de calme, qui inspire le progrès. Il arrête la dégénération du Québec, à sa manière. Il est inspirant, dans l'action, avec droiture et souplesse. Il aime transmettre. C'est un transmetteur hors pair. La preuve, je n'ai pas fait de montage du tout dans l'entrevue. Il s'exprime bien, clairement, sympathiquement. Je suis contente de le connaître.

Cette entrevue est le résultat d'un lâcher-prise que j'ai fait. J'ai placé ma demande auprès de lui en octobre dernier. C'est en avril que ça s'est concrétisé. J'en suis très reconnaissante! C'est un cadeau de la vie. C'est un être intelligent, avec un sens du cœur développé. Il a une bonne écoute et une bonne action, et tout ça dans l'équilibre. C'est une personne ouverte, bien intentionnée. Il est sage et amusant.

Comme c'est facile de construire, je sais que nos routes vont se recroiser. C'est ça des personnes pleines de projets. Un moment donné, ça s'emboîte tout ça, et ça se concrétise dans la matière. On avance, et tout le monde se réalise. C'est ça le but.

Il est impliqué au niveau culturel dans sa ville, riche en histoire. D'ailleurs, je tiens à remercier le Musée des Beaux-arts de Mont St-Hilaire. Ils nous ont permis d'enregistrer l'entrevue dans leur exposition principale.

Son côté actif environnemental est extraordinaire. Cet homme a planté, jusqu'à date, 30 000 arbres dans sa vie. Il a une connaissance du terrain exceptionnelle. Je suis contente, il veut s'en servir et pousser le programme plus loin avec ses projets futurs. Une co-crédation. Il a les piliers et la connaissance, en plus des alliés. C'est formidable. C'est un bâtisseur d'évolution. Je lui souhaite vraiment la

pleine réalisation de ce qu'il veut entreprendre. C'est clair que je vais contribuer à ma manière.

Je lui ai dit, avant l'entrevue, que dans le rôle de Paul Pouliotte, alias M. Benz, qu'il a joué dans l'épisode du chalet de *La petite vie*, saison 7, je l'ai trouvé solide. C'est le genre de scène, de *popa* et *moman*, avec Marcel Leboeuf qui était vendeur automobile. Popa teste le vendeur au maximum, et moman est saouls. J'ai ri, j'ai ri, j'ai ri. Il a gardé une maîtrise de son jeu. Je sais que c'est coupé au montage et arrangé sans fous rires pour la version finale, mais je l'ai trouvé vraiment bon comme comédien. Il a pris place avec aisance dans son personnage, il a fait face à deux icônes de l'humour de façon remarquable. C'est un wow!

Toute son histoire est intéressante. Comment il a débuté. Comment il l'a équilibrée. Qu'est-ce qu'il a créé. Il est très humble. Il a gagné plein de prix, il n'en parle presque pas. C'est un homme généreux. Il partage bien son expérience et sa sagesse.

Il a bien des dons : il est comédien, il danse, il chante, fait de l'impro. Il est animateur radio, télégénique, il a eu une rubrique dans un journal, il a *la boss des affaires*. Il est conférencier et auteur. Il a la reconnaissance de l'énergie dans la matière, le côté humanitaire, environnemental, historique. J'ai l'impression d'avoir rencontré un grand frère. Sa gelée qu'il m'a offerte en cadeau est délicieuse.

Alors voilà. Bonne entrevue.



Version intégrale :

<https://youtu.be/Rh7QjA6Fy-M>

Version courte :

<https://youtu.be/k9XmnURMnr8>

Crédit photo pour la page couverture :
Daniel Daigneault



Conscience

La conscience est un état intérieur. Elle est constituée de toutes nos connaissances, nos facultés, nos mémoires, nos expériences. C'est la conscience qui crée la matière, et non l'inverse.

Qu'est-ce qu'on conscientise? Voilà la question. Voilà ce que vous allez trouver ici, dans cette section, laquelle vise à clarifier l'intangible. C'est la voie vers le succès pour la guérison, la transformation ou la libération : c'est l'ingrédient de base quoi! Elle vient automatiquement avec l'Ouverture. En effet, il est impossible de conscientiser quelque chose quand on se ferme, parce que l'on reste dans ses patterns et sa "fausse" zone de confort.

On se ferme quand c'est trop agressif, quand c'est trop fort, que ça ne nous est pas destiné ou que ça fait mal. Il y a beaucoup de comportements qui malheureusement sont égotiques, sous forme d'illusions, reflétant des demi-vérités, surtout celle d'avoir raison. Cependant, quand on se permet d'ouvrir à ce qui est, on accepte des choses, on les aime, on les bénit et le miracle de la vie se met en action pour reconstruire.

La conscience fonctionne par paliers. Ce sont des étapes précises dans le plan d'incarnation de l'âme, où à un point déterminant de son évolution de vie, une situation survient pour nous faire grandir, à condition que l'on relâche nos résistances à s'améliorer. Parce que ça demande beaucoup d'efforts pour se remettre droit, ça appelle à la responsabilité de se reprendre en main et ça demande beaucoup d'amour. La maturité, basée sur la sagesse du cœur, développe les vérités permettant de voir le joyau de l'évolution. On parle ici d'une maturité de lumière, qui existe quand on soustrait la peine de nos leçons de vies.

Les acteurs ou les enseignements que la vie met sur notre route, sont là pour nous ramener à nous. Quand on comprend comment et qu'on le vit c'est facile de monter les étapes de la conscience.

Méditation guidée du mois

Julie Leblanc
n.d., animatrice, auteure,
médium multidisciplinaire
www.majulie.ca | 438-794-1965



L'autre Univers

Enregistré devant public à la boutique *Le jardin des anges* à Gatineau.
Canalisation du 22 mars 2019.

C'est une aventure que vous n'allez pas oublier. Elle va rester accessible à bien des niveaux. Vous serez grandis en découvrant un espace parfait, où tout est en équilibre.

Nous n'avons pas eu le choix que d'aller chercher dans un autre univers que le nôtre. Ces endroits parfaits sont rares et précieux.

Il y a eu une fusion entre Mère Marie et Mère Gaïa. Elles se sont transformées en un beau rayon blanc, jaune doré. Sous la supervision et l'encadrement de Maître St-Germain, on a eu une profusion d'énergie pour nous permettre le voyage.

Il y a eu même des escales. Entre autres, à Orion à notre retour. Ce fût très puissant. Dans toutes les méditations, il y a toujours quelque chose de trippant. Celle-ci, je l'ai beaucoup aimée. C'est même ma préférée à date. Ben oui!

Vous allez recevoir de beaux cadeaux pour votre évolution.

Et ça va aussi faire partie de votre mission de ramener des codages de cet endroit, dans vos vies, et sur Terre.

Ça va épurer, entre autres, les lourdeurs que causent les religions dans l'éther de la planète. Bonne écoute!

Soyez bénis! Namasté. Et Merci d'être à l'écoute :

<https://www.youtube.com/watch?v=I5J1Wornt8E>

Julie L.



La peur

La peur représente le principal frein à notre ascension. Vous savez, celle qui nous prend au ventre quand on pense ne pas pouvoir y arriver parce qu'on a peur de ne pas être à la hauteur, de déplaire, de faire de la peine, de déranger, de ne pas être reconnu, de ne pas être aimé, d'aimer, de ne plus exister... La peur qui, quand on s'approche du but, nous paralyse et devient notre principal moteur d'auto-sabotage. La peur du manque ou celle de perdre ce qu'on a acquis quand on a enfin atteint un de nos nombreux objectifs de vie. La peur d'avoir peur qui se rajoute à toutes les autres quand on ressasse certains souvenirs plus douloureux, créés eux aussi par nos peurs. Et la liste est sans fin...

Qui n'a pas peur? Personnellement, je ne connais personne qui soit complètement affranchi de toutes ses peurs. Les transcender une à une fait donc partie intégrante des défis sur tout chemin d'éveil. À quoi sert la peur au juste? Pour retrouver la liberté qui se cache derrière, il faut d'abord comprendre qu'elle a joué un rôle déterminant dans la survie de l'espèce. En fait, la peur a pour but de nous protéger d'un danger imminent, en nous donnant la force, parfois même surhumaine, d'affronter ou de fuir une situation menaçante. Par contre, si elle permettait, à une certaine époque, de protéger l'homme de l'attaque d'un animal sauvage ou d'une tribu ennemie, aujourd'hui cette même peur s'est retournée contre nous dans la très grande majorité des cas.

Les exigences de performance et de résultats à tout prix de nos sociétés modernes créent des conditions insoutenables qui demandent à notre corps de sécréter de façon régulière de l'adrénaline, appelée aussi l'hormone guerrière, et du cortisol, l'hormone du stress, comme si on faisait face à un lion dans la jungle! La sécrétion de ces hormones sur une longue période a des effets dévastateurs sur notre santé, tant physique que psychique.

Dans son livre « Mourir pour Vivre », Anita Moorjani raconte que les petites peurs du quotidien étaient à l'origine du cancer généralisé qui a bien failli l'emporter dans les années 2000. À quelques heures de mourir, alors qu'il n'y avait plus aucune possibilité de rémission selon ses médecins, elle a fait une E.M.I. (Expérience de Mort Imminente) qui lui a permis de prendre conscience de ses peurs, avant de choisir de revenir dans son corps pour les affronter et les guérir. Elle parcourt le monde depuis ce temps, notamment dans le but d'aider les autres à se libérer de leurs propres peurs.

Or, si la peur et les conditionnements qui en découlent causent la plupart de nos malaises, comment fait-on pour s'en libérer? En allant à leur rencontre, une après l'autre, sans peur! Trop simple pour être vrai? Pourtant, que fait-on avec un enfant qui a peur des chiens? On commence par le mettre en contact avec des petits chiens inoffensifs, pour qu'il développe graduellement sa confiance, tant en l'animal qu'en lui-même. Puis, on le laisse approcher de plus gros chiens, en lui transmettant des trucs de sécurité de base, pour qu'il nourrisse cette confiance sans se mettre en danger. C'est la même chose avec toutes les peurs. On les affronte en douceur, avec courage et conviction, pour finir par les dissoudre ou, à tout le moins, les maîtriser.

Aussi incroyable que cela puisse sembler, j'ai longtemps eu la trouille de parler en public. Quand j'ai accepté, en 2010, de donner ma première conférence devant un large public, événement auquel assistaient plusieurs membres de ma famille et amis, j'ai passé la semaine précédente à combattre le sentiment de me diriger tout droit vers l'échafaud. Une peur totalement irrationnelle pour une fille qui avait fait de la télé en direct pendant plus de vingt ans. Puis, j'ai compris qu'il s'agissait d'une mémoire, inscrite au plus profond de mes cellules, qui me donnait cette impression de me jeter littéralement dans la gueule du loup. Une peur me venant notamment d'un jugement de ma famille quand j'étais plus jeune. J'ai respiré dedans, j'ai affronté cette peur en me présentant au rendez-vous et, à la fin de la conférence, j'ai remercié les participants d'avoir grandement contribué à ma guérison.

Au final, la peur de passer à côté de mon mandat de vie m'aura poussée à transcender ma peur de parler en public! Comme quoi on peut même utiliser une peur pour en transmuter une autre.

En somme, la peur fait partie intégrante du processus d'éveil et nous demande seulement qu'on la regarde dans les yeux, avant de s'incliner et de nous céder le passage vers plus de maîtrise.

******Les chroniques de France proviennent de son site internet. Nous avons sa permission de les publier dans le cadre de la revue.*



Julie Leblanc n.d.

- Nettoyage énergétique en tout genre, passage d'âmes
- Transfert de lumière, ouverture du coeur et de la conscience
- Chants du coeur réparateurs, voyance
- Optimisation de l'aura et du taux vibratoire
- Corrections et constructions énergétiques de la structure de lumière
- Travailler de concert avec l'âme, et du plan de vie
- Développement de ses dons, reconnaissance de l'être
- Libération des mémoires akashiques et karmiques
- Enseignements personnalisés
- Clarifier les choix de vies
- Messages canalisés

Médium multidisciplinaire, Animatrice,
Rédactrice en chef, Chroniqueuse,
Conférencière, Auteure

majulie.ca | revuemajulie.com | majulie@live.ca | 438-794-1965
en région sur demande consultation en personne, téléphonique ou webcam

*Une médium
vous répond*

Julie Leblanc
n.d, animatrice, auteure,
médium multidisciplinaire
www.majulie.ca | 438-794-1965



La méchanceté au niveau professionnel

Certains d'entre vous savez que j'offre dans le cadre médiumnique, des consultations dans le cadre du travail. J'aide autant le côté patronal qu'employé. Pour moi, c'est un tout. En plus de l'environnement, qui a besoin très souvent d'être nettoyé et aligné. On me consulte dans n'importe quel dossier. Je n'ai même pas besoin de lire un dossier. Juste l'énergie du dossier en raconte déjà pas mal.

Dans le cas qui nous préoccupe, ce sont deux collaboratrices qui ne se sont pas choisies et qui ont un projet commun à faire, avec un objectif à réaliser. C'est un groupe de quatre personnes. Une qui se retire et qui est là en back-up pour la nouvelle qui rentre. Une exécutive dans le processus qui est trempée de A à Z dans la mise en œuvre du produit, et qui est là depuis un moment. Et une chef d'équipe qui suit le processus de réalisation et qui coordonne toute la boîte. Elle délègue à des gens compétents qui sont supposés réussir ce qu'ils font.

Une phrase trop directe et paff, ça bardasse quelque chose. Le premier domino est tombé. La nouvelle, à qui on a dit quelque chose de raide quelque peu, s'est sentie obligée de prendre la parole et d'y déverser beaucoup de négativité sous prétexte qu'elle se devait de s'affirmer, ce qui a commencé à détruire pas mal tout dans l'environnement virtuel. C'était de la méchanceté car elle affirmait que l'exécutive était méchante.

Ça ne lâchait pas, des courriels à ne plus finir, des messages dans le groupe du chatting toujours péjoratifs. Assez que la chef d'équipe a profité de la porte que la nouvelle avait entrouverte, en lui permettant de se respecter maintenant, à savoir si elle préférait arrêter le projet maintenant pour ne pas être malheureuse jusqu'à la fin et de rester là-dedans.

C'est assez résumé. L'article souligne que la méchanceté échangée, dans une énergie d'équipe, retarde toute la boîte. Une pomme pourrie et il y a des conséquences énormes, même sur les délais de la production. Ce n'est pas juste au niveau des coûts. C'est le moral de la troupe qui devient dure à protéger. Dans ce cas-là, la chef d'équipe a pu isoler le cas car il n'y avait que quatre personnes qui étaient concernées. Elle a avisé les 30 autres personnes qui œuvrent dans l'entreprise après coup. Quand le problème fut réglé, elle a annoncé les changements de directions et les conséquences de ce qui venait de se passer.

Le plan b est arrivé. Ça s'est converti en plan c aussi, et même d, en peu de temps. Mais l'équipe a été capable d'honorer son mandat sans trop de dégât. Ça a demandé de la patience et de la coordination, mais la méthode de travail s'est affinée, tout le monde a appris de ses erreurs et a réaffirmé secrètement que c'est mieux de fonctionner quand on est en harmonie.

J'ai aidé la chef d'équipe dans son processus d'intervention auprès de la nouvelle qui était malade dans sa fréquence. On a écrit ensemble une lettre de tempérance comme première action, où on amenait à sa conscience les endroits dans ses énergies qui avaient besoin de son attention pour sa libération. C'est alors, dans sa réponse, que nous avons vu qu'elle était fermée avec sa souffrance, et qu'elle était non désireuse de s'harmoniser.

Le défi était aussi de protéger l'exécutive parce que quand ton allié central est atteint, c'est fini, le projet n'avance plus. Malgré l'éveil de cette dame, elle a été affectée profondément dans ses émotions. Ça l'a ébranlée. Il arrive un âge où on ne s'attend plus à être attaqué par une personne émotive qui ne se contrôle pas dans son verbe.

Élucider le karma, amener la progression de la conscience pour départir ce contexte émotionnel, faire du recadrage de perceptions, et c'est facile quand on nous en donne tous les éléments avec des propos déblatérés. Je ne peux pas vous dire comment l'exécutive a passé son morceau après notre discussion. Je la sens bien. Elle éprouve encore du plaisir à contribuer dans ses fonctions, même si ce fût difficile dans le passé. Et il y a aussi de l'espoir à ce que ça se raffine encore plus et que ce soit plus facile, plus ça avance.

Moi, j'ai aidé la chef d'équipe à dégager tout ça. Bien que cela ne la concernait pas, on parlait bien de libérer cet ancrage du cadre de l'entreprise. La fréquence d'un projet doit constamment être réalignée avec des intentions pures pour qu'il y ait continuité et avancement.

Nous avons mis au point un système de repérage lors du recrutement. Oui, il est bon d'avoir quelqu'un qui sait comment faire le mandat au niveau de ses connaissances. Le savoir-être embarque maintenant dans les références d'embauche. Des questions préparées en fonction du discernement du candidat, des signes évidents à porter à notre attention (et c'est plus facile quand tu sais quoi regarder), capter la fréquence du curriculum... ont été mis en place suite à mes recommandations.

On ne peut pas se permettre une roue croche sur notre chariot. Rien, des fois, c'est mieux. Quoique si en cours de route on répare le problème et qu'il reste discipliné, là on peut avancer, mais si ce n'est pas le cas, on change la roue avant que tout pète.

Il faut bénir les situations et les accueillir. C'est la seule manière d'avancer consciemment dans ses rêves, ou son entreprise, ou son travail. À tous les niveaux, ça se bénit. La confiance en découle. Tout est à jour. Il n'y a pas de non-dit, ni d'émotion de travers. Les gens ont l'expérience de se réaliser pleinement parce que chacun a sa place. C'est de la collaboration basée sur le respect et la communication que ça prend. C'est ça que j'amène dans une équipe.

Le reste, ça se nettoie en méditation ou avec une personne comme moi qui vous guide à travers vos erreurs, pour votre apprentissage et l'ouverture du cœur.

Julie L.

RevueJulie.com
La Voie de la Conscience

Tout s'explique !

Isabelle St-Germain
L'éveil à la Source inc. Auteure / Guide
Enseignante du Sacré Initial / Les Enfants du Cosmos
www.veillelasource.com
veillelasource@gmail.com T: 418-720-6168



Le doute : un mur à traverser

Dans un élan de détermination, l'être humain se retrouve trop souvent devant un mur que l'on nomme le doute. Cette énergie date du temps du Dieu de la Guerre qui en avait assez de ne rien avoir à faire, puisqu'à la base du Sacré initial, le cœur de l'homme était pur et tout ce qu'il faisait correspondait aux Lois Universelles. Or, un jour, ce Dieu a décidé d'empoisonner le cœur de l'homme de jalousie et de doute. Depuis ce temps, la destruction de l'Amour a pris tout son sens.

Aujourd'hui, nous sommes face à de nombreuses ouvertures de conscience et le point le plus important demeure le même : l'impact du doute dans la vie de tous les jours. Qu'avons-nous à comprendre de cette énergie afin qu'elle n'ait plus l'impact qu'elle a toujours eu? Pour débiter, il est important de comprendre que plus nous avançons dans l'ouverture de conscience, plus le retour des paroles, des pensées et des gestes est rapide et pas toujours compréhensible.

Cette énergie permet de ne rien prendre pour acquis, car il est facile de se décaler de son axe personnel et c'est donc tous les jours que nous devons faire replacer celui-ci. Tellement de destructions ayant été faites au fil des incarnations, pour ne plus reproduire ce même schéma, il est important de ne pas fonctionner de la même façon car les résultats seront les mêmes, et c'est logique n'est-ce pas?

Vous avez tous reçu une éducation qui correspondait aux croyances de vos parents qui eux avaient suivi celles de leurs parents et ainsi de suite. Mais ce n'est pas parce que votre mère et votre père n'ont jamais pris le temps de se demander si tout ce qu'ils faisaient par habitude ou par devoir était pour leur plus grand bien, que vous devez continuer dans le même sillage.

Vous avez tous la possibilité d'apprendre à communiquer avec votre cœur, et que vous soyez croyant ou non n'a rien à voir. C'est juste que nous n'avons pas reçu ces enseignements qu'il aurait pourtant été important de recevoir dès notre jeune âge. Au lieu de vouloir absolument qu'un enfant de 5 ans sache déjà lire et écrire, si on avait appris à faire confiance au ressenti du cœur, il n'y aurait que des gens en pleine confiance en Soi, car le cœur est la seule partie du corps physique qui ne peut jamais mentir.

Vous pouvez juste vous installer confortablement, vous adresser directement à votre cœur et lui dire : Je m'adresse à mon cœur. Est-ce pour mon plus grand bien d'aller à tel ou tel endroit? Est-ce pour mon plus grand bien de toujours être stressé pour mon futur? Est-ce pour mon plus grand bien de toujours faire revenir en boucle les mêmes idées? Et à chaque fois, ressentez ce qui se produira au niveau de votre cœur ou de votre chakra du cœur. Posez des questions positives et négatives car vous devez comprendre ses réponses. Cela peut se manifester par une ouverture ou une fermeture au niveau du cœur, par des couleurs très sombres ou très éclatantes, par un oui ou un non, par une spirale qui tourne dans un sens ou dans l'autre. À vous de comprendre et de suivre ses réponses et vous verrez rapidement que la guidance est juste et précise.

Cette énergie de doute peut vous faire plaisir car vous préférez parfois ne pas faire les choses et ça vous permet encore plus de remettre à demain ce qu'il serait bien de faire dès maintenant. Très souvent, ça concerne des choix à faire, et l'impact de vos choix se manifeste au niveau de vos chevilles : soit vous allez vous faire des entorses ou vous allez tomber et vous blesser. Naturellement, si vos chevilles sont bloquées, vos jambes n'iront pas très bien.

Mais comment faire pour ne plus alimenter le doute? C'est simple et compliqué à la fois, car vous avez pris l'habitude de demander aux autres ce qu'ils pensent de vos projets ou de vos idées et vous attendez d'avoir l'approbation avant d'agir. Dans d'autres circonstances, vous portez attention au regard de l'autre et vous ressentez très souvent que vous n'êtes pas à la hauteur, sans même qu'il ait dit quoi que ce soit. Mais le jour où vous demanderez juste à votre cœur si c'est bien de faire ceci ou cela, et que vous ne demanderez plus aux autres ce qu'ils en pensent, eh bien ce jour-là, vous traverserez ce mur du doute et vous serez dans votre Réalisation personnelle ou professionnelle.

C'est un mode de vie à transformer. Cela demande d'être présent à son ressenti. Cela demande de ne jamais remettre en question vos idées, vos désirs, vos projets et d'oser faire les pas qui vous amèneront tout droit dans ce chemin que vous désirez atteindre depuis très longtemps.

L'énergie du doute est inscrite très profondément en vous et il est possible de la libérer par des séances énergétiques. Vous pouvez même y arriver sans l'aide de personne, juste en apprenant à parler à votre cœur.

Ce mur vous a ralenti et souvent arrêté à un point tel qu'un état dépressif s'est installé en vous et vous avez accepté que vous ne pouviez rien y changer. Ce n'est pas tout à fait juste car vous donnez encore plus de puissance à cette énergie de doute et ce n'est pas de cette façon que vous reprendrez la 1^{ère} place dans votre vie. Alors, agissez dès aujourd'hui, débutez de nouvelles expériences car la vie est faite pour ça et osez dire Oui à votre cœur. C'est un allié tellement important et en attente de vous depuis si longtemps.

Depuis plusieurs années, vous avez tous la possibilité de faire les pas vers vous. Ce n'est pas toujours facile d'apprendre à croire en Soi. Ce n'est pas toujours évident de dire : je fais mes propres expériences et peu importe les résultats, j'y vais, je me lance. Et le jour où vous osez dire : c'est moi la personne la plus importante dans ma vie et mon bonheur ne dépend que de l'amour que j'oserai me donner, dès lors, vous découvrirez que tout se transformera et qu'il sera mis sur votre route des éléments nouveaux ainsi que des personnes beaucoup plus dans cette ouverture de conscience également.

C'est gratuit d'apprendre à parler à son cœur et facile à réaliser. Pourtant, je sais que très peu de personnes vont s'y mettre car la gratuité n'a pas souvent de valeur aux yeux des hommes. L'éducation et la religion ont permis à l'homme de se séparer de ses trésors qui sommeillent dans son cœur et pourtant c'est ce qu'il cherche à l'extérieur de lui. Pour quand sera le Retour vers l'intérieur?

Combien de fois avez-vous dit : J'aurais dû m'écouter! Je le savais et j'ai fait la sourde oreille! J'avais ressenti que je ne devais pas y aller! Combien de fois vous êtes-vous jugé et critiqué à la suite d'un incident que vous auriez pu éviter?

Il est toujours temps de vous y mettre! Aussi longtemps que votre cœur va battre, tout est toujours possible. Prenez un nouveau départ et vous serez très heureux

de constater que finalement tout part de vous. Dès que vous osez être fier de ces nouveaux pas, ils seront toujours de plus en plus décisifs et les avenues de tous les possibles s'offriront à vous. Ce n'est pas facile de dire que nous sommes totalement responsables de tout ce qui nous arrive car souvent la source initiale fait partie d'une incarnation passée. Et le jour où votre conscience s'ouvrira sur *Et si c'était vrai?* ce jour-là, vous rencontrerez les personnes aptes à vous faire découvrir la beauté de l'infinitude de l'Être et vous réaliserez que finalement, il ne manquait que vous.

C'est toujours un grand plaisir pour moi de partager tout en donnant des pistes à explorer, mais dites-vous bien que personne ne peut faire ces pas à votre place. C'est vous seul qui pouvez oser croire en vous et en votre potentialité. Et peu importe ce que l'on a dit de vous.

Je vous remercie pour ce temps de partage!

Bonne journée à tous!

Isabelle St Germain

3 avril 2019





L'estime de soi

C'est l'estime de soi (*self-esteem*) qui génère la confiance et l'assurance qui permettent de réussir et de progresser. À l'inverse, une faible estime de soi est souvent à l'origine de difficultés d'adaptation et de pertes importantes. On sait que beaucoup de problèmes personnels sont causés par le manque d'estime de sa personne. Dès lors, le défi consiste à se connaître, à s'accepter, à s'assumer, parfois à se dépasser. Connaître également ses goûts, ses besoins, ses capacités et ses limites.

Là-dessus, j'ai recueilli un florilège de réflexions, d'incontournables pensées qui vous interpellent, j'en suis sûr, et qui méritent d'être méditées. Commençons par William James, le « père » de la psychologie américaine, qui a donné cette définition de l'estime de soi : « L'estime que nous avons de nous-mêmes dépend entièrement de ce que nous prétendons être et faire. » Cela revient à dire : « Comment nous voyons-nous? », « Quelle perception avons-nous de nous-mêmes? »

D'autres belles réflexions ont été faites, entre autres, celle de Nathaniel Branden, spécialiste de la psychologie de l'estime de soi, qui écrit : « L'estime de soi est la disposition à se faire confiance qu'on est apte à répondre aux défis fondamentaux de la vie et digne de bonheur. » De son côté, Louise Hay, spécialiste du développement personnel, donne ce conseil : « Lorsqu'on s'aime réellement, qu'on s'approuve et qu'on s'accepte tel que l'on est, tout fonctionne dans la vie. C'est comme de petits miracles surgissant de partout. » Nous pourrions multiplier ainsi les références qui font l'éloge de l'estime de soi, d'ailleurs reconnue comme l'un des indicateurs les plus importants de la santé et de l'espérance de vie.

Pour certains, l'estime de soi ne s'apprend pas, « on l'a ou on ne l'a pas ». En réalité, l'estime de soi n'est pas quelque chose de gratuit. Elle est le résultat d'une

construction personnelle et réfléchie qui fait partie de l'éternel travail sur soi. Au cœur de tout le travail, estime Carl Rogers, se trouve cette conception de la vie comme un processus fluide et continu. Selon lui, la personne accomplie doit en venir à s'accepter elle-même « comme un être en devenir, pas comme un produit fini ».

L'erreur que les gens commettent est de vouloir maîtriser tous les aspects de leurs expériences de vie et c'est ainsi que leur personnalité se dissout dans l'éparpillement. Ils en arrivent ainsi à perdre l'unité et l'harmonie de leur personne. Tout ce qui divise affaiblit. L'être humain, au contraire, doit tendre à l'unité. C'est ce qui est le plus conforme à sa nature et c'est là qu'il trouve son équilibre. Pourquoi? Parce que l'être humain est *unique*. Il a un destin unique où tout se joue dans une seule vie.

Jean-Paul Simard

Depuis quelques années, la spiritualité apparaît comme la voie royale pour se sentir « mieux dans sa peau ». On reconnaît de plus en plus la nécessité d'avoir une orientation spirituelle pour vivre équilibré et heureux. Mais quelle orientation choisir?

Pas facile, car la nouvelle spiritualité emprunte les voies les plus diverses : approche holistique, soins énergétiques, soins de l'âme, canalisation angélique, pratiques méditatives, pouvoir curatif du spirituel... À cela s'ajoute le counseling pratiqué par un grand nombre de coaches, thérapeutes, accompagnateurs, passeurs d'âme... Sans oublier cette nouvelle cohorte de guides qui s'affichent comme consultants en mieux-être. Comment s'y retrouver?

Ce livre apporte un éclairage précieux. Il se présente comme un guide pour l'homme et la femme d'aujourd'hui en recherche du mieux-être et d'une meilleure qualité de vie, à travers la quête spirituelle.

Écrivain, conférencier et théologien spécialisé en anthropologie spirituelle, **JEAN-PAUL SIMARD** détient un diplôme universitaire de 3^e cycle en anthropologie spirituelle et théologie de l'Université de Sherbrooke. Il s'intéresse particulièrement à la personne dans sa recherche de réponses aux grandes questions existentielles portant sur la vie, l'amour, la souffrance, l'au-delà, la guérison... Il est l'auteur de nombreux ouvrages dont *L'autre voie de guérison*, *Voir au-delà de la souffrance et de la maladie* (2012), *Rencontre des pertes de la vie* (2014) et *Trousse spirituelle de premiers soins* (2016).

JEAN-PAUL SIMARD

LA NOUVELLE SPIRITUALITÉ DU MIEUX-ÊTRE

JEAN-PAUL SIMARD

La nouvelle spiritualité du mieux-être

Bien dans sa tête
Bien dans son corps
Bien dans son âme





7^{ième} loi (rouge ombré) : Je suis généreux de moi-même et de mes biens

Qu'est-ce que la générosité? Pour être généreux, dois-je donner largement de mes biens matériels? Oui et non, cela dépend de la nature des biens car la générosité a autant de visages qu'il y a d'hommes.

La générosité est un sentiment qui vient de l'Âme, elle ressemble à la miséricorde, à la bienveillance... elle se manifeste à toute occasion.

La générosité se montre dans la main qui se tend pour souhaiter la bienvenue à l'autre. Le geste est spontané et chaleureux. La poignée de main est ferme et un sourire heureux l'accompagne.

La générosité prend assurément la forme de dons matériels, comme de l'argent, des vêtements, des aliments, mais elle est peut-être encore plus grande lorsqu'elle demande le don de soi-même, c'est-à-dire son amitié, sa confiance, ses encouragements et ses conseils si on en manifeste le désir.

La générosité n'est pas seulement le geste que l'on fait spontanément, sans y penser comme un réflexe naturel de notre nature, mais celle qui fait vraiment évoluer et plonge plus profondément dans l'être tout entier. Elle prend racine dans sa raison, son désir d'évolution, sa conscience de donner du bonheur à l'autre, et surtout d'obéir à une des grandes lois humaines universelles.

La générosité consciente et voulue est un marchepied efficace pour monter dans l'immense échelle de l'évolution de notre personnalité à destinée éternelle.

Ma volonté tend donc vers ce but, je ne puis donc faire mieux que de le fixer dans mon subconscient et mon psychisme inférieur, et même supérieur.

La générosité prend aussi le visage de l'enseignement, non seulement l'enseignement officiel, censuré par l'état, mais l'enseignement des petites choses qui rendent la besogne journalière plus facile, qui embellissent les heures, qui jettent une lumière sur la tâche à accomplir en montrant l'intérêt et la beauté qui s'en dégagent. C'est aussi l'exemple, l'entrain avec lequel on réalise tel travail.

Toutes ces formes de vivre sa vie sont un aspect de la générosité qui est d'autant plus évolutive dans la mesure qu'elle est plus consciente de sa valeur humanitaire.

Lorsque cette générosité sera devenue naturelle, la personne n'aura même plus d'effort à faire pour être généreuse en tout temps et en tout lieu. Son état second ne sera pas la résultante de son tempérament et de son émotivité, mais d'un effort conscient dans un but d'évolution. Les deux états sont apparemment les mêmes, mais le premier est la manifestation naturelle d'une hérédité et d'un milieu, tandis que le second est le succès obtenu par le travail personnel, par la volonté et la conscience d'obéir à des lois universelles.

Toute la différence est là!

Voilà!

À la prochaine!





La puissance des croyances

Les êtres humains se différencient des animaux par leur intense activité mentale. Les **croyances** font partie de cette activité mentale, souvent incontrôlée, qui amène le « fameux hamster » dans notre tête.

Les croyances sont des convictions, des opinions, des attentes et des généralisations que l'individu a développées suite à ses expériences personnelles, ou en adoptant les croyances de sa famille, de ses proches ou de sa société sans les questionner. Les croyances sont souvent inconscientes et c'est dans ce cas qu'elles deviennent extrêmement puissantes, pour le meilleur et trop souvent pour le pire. Seule une croyance entièrement conscientisée au niveau de son origine peut être changée par l'individu.

Les individus ont des croyances sur tout, absolument tout : sur eux-mêmes, sur les autres et sur un tas de sujets. À titre d'exemples,

- sur leur apparence physique : « Je crois que j'ai belle apparence » ou au contraire, « Je suis moche physiquement »;
- sur leurs capacités mentales et intellectuelles : « Je suis plus intelligent que la majorité des gens » ou au contraire « Je suis en train de décliner et je n'y peux rien »;
- sur leurs habiletés sociales : « Je suis capable d'exprimer mes besoins » ou au contraire, « Je n'arrive pas à me faire comprendre, personne ne m'écoute. »;
- sur leur entourage : « Telle personne est malhonnête, telle autre est fainéante » ou au contraire, « Telle personne est fiable, telle autre est courageuse »;
- sur les autres groupes : « Les gens de tel groupe ethnique sont des terroristes », « Les gens de tel pays sont de bons travailleurs »;

- sur les êtres vivants : « Les animaux n'ont pas de conscience » ou au contraire, « Les animaux ont une sensibilité et ont droit au respect de leur vie »;
- sur les grandes questions idéologiques et sociales : « Dieu n'existe pas » ou au contraire, « Dieu est en chacun de nous », etc.

Comme vous le constatez, on pourrait continuer la liste à l'infini ... Suffit de retenir que les croyances sont omniprésentes. Leur puissance vient du fait qu'elles influencent, souvent à notre insu, notre **perception de soi, des autres et de la vie**. Elles orientent également nos **actions et comportements**. Une croyance débouche, tôt ou tard, sur des actions ou des paroles qui lui correspondent.

Ainsi, si je me crois intelligent, je vais probablement avoir une meilleure perception de ma personne et me mettre en valeur dans les conversations ou dans mon emploi. Si je crois que je décline mentalement et que je n'y peux rien, je risque de négliger de stimuler mon cerveau et de me laisser-aller. Si je crois que tel groupe ethnique est porté au terrorisme, j'aurai tendance à éviter et à discriminer (en actions) les individus de ce groupe. Dans tous ces cas, que risque-t-il d'arriver? Mes croyances ne risquent-elles pas d'être **confirmées** par l'effet de mes actions?

En effet, les psychologues ont prouvé que les individus ont tendance à se comporter conformément à leurs croyances ... ce qui ne fait qu'augmenter les probabilités que ces croyances se réalisent et soient renforcées! Ce phénomène porte le nom de **prophétie auto-réalisatrice**. Les croyances gagnent ainsi en puissance dans un cercle vicieux ou heureux : de par leur nature même, elles engendrent leur propre confirmation. Voilà pourquoi il est très difficile de changer une croyance fermement établie. C'est seulement en la rendant complètement consciente (au niveau de son origine) et en la confrontant aux faits réels qu'elle pourra peut-être être modifiée.

Ce phénomène d'**auto-confirmation et de renforcement des croyances** peut donner des « ailes » aux individus ou au contraire, les briser. C'est pour cette raison qu'il est important de prendre conscience des croyances que nous avons sur nous et sur les autres. Assurez-vous d'alimenter des croyances sur vous-mêmes qui vous élèvent et vous encouragent à développer la meilleure version de vous-mêmes. Vous êtes le reflet de vos croyances!

De même, quelles croyances avez-vous envers vos proches et envers les personnes de votre entourage? Avez-vous des croyances qui leur donnent des « ailes » et les encouragent à s'épanouir? Ou au contraire, avez-vous surtout des croyances limitatives (comme le sexisme, le racisme, l'âgisme) face à eux? Dans les deux cas, vos croyances se reflèteront, même de façon subtile, dans vos paroles et dans vos actions face à ces personnes... pour le meilleur et pour le pire. Concrètement, cela signifie que ces personnes risquent de devenir ce que vous et d'autres personnes pensent d'elles! On peut « façonner » les gens autour de nous par nos croyances face à eux! En psychologie, ce phénomène a souvent été appelé **effet Pygmalion**, une forme de prophétie auto-réalisatrice.

Comme on le constate, les croyances ont une puissance incroyable! Même en médecine, leur force est démontrée avec **l'effet placebo** : si un patient **croit** en l'efficacité d'un médicament ou d'un médecin, sa guérison sera facilitée. De même, dans **l'effet nocebo**, si un patient **ne croit pas** à l'efficacité de tel médicament ou médecin, son corps risque de ne pas leur être aussi réceptif.

Autre exemple avec l'hypnose, où les croyances de la personne hypnotisée (suggérées par l'hypnotiste) se reflèteront directement dans sa perception, ses paroles, ses gestes et même la physiologie de son corps. Par exemple, si on donne la suggestion à une personne profondément hypnotisée qu'une cigarette est appliquée sur son bras (alors que ce n'est qu'un crayon), la personne ressentira de la douleur et des marques de brûlure pourront même apparaître sur son bras.

Et que dire de la transe collective qui pousse des individus à dénoncer et à tuer leurs voisins simplement parce qu'ils **croient** que ceux-ci ont une religion de mécréants, une ethnie dégénérée ou une couleur de peau sous-humaine. Les croyances peuvent faire commettre les pires actes d'inhumanité!

Pour s'assurer que la puissance des croyances soit utilisée de façon positive et heureuse dans notre vie, **la pleine conscience** apparaît comme un outil incontournable : pleine conscience de nos croyances et de celle des autres à notre égard. Cette lucidité nous permet d'alimenter les croyances qui nous donnent des « ailes » et de prendre du recul face aux croyances négatives que nous pouvons avoir, ou que des gens peuvent avoir, sur nous et sur les autres. En prenant conscience de ces croyances négatives et en évitant de s'identifier à

elles, on peut ainsi s'en protéger et éviter qu'elles ne se confirment dans notre propre comportement.

En conclusion, choisissez vos croyances avec grand soin et discernement! Choisissez des croyances qui vous élèvent et qui instaurent la paix en vous et autour de vous. Cessez de vous identifier aux croyances qui vous rabaissent ou qui alimentent la division et les conflits avec autrui.

Mieux encore, mais cela est plus difficile, comme le préconisent de grands maîtres spirituels comme Krishnamurti ou Eckhart Tolle, vivez sans croyances! Vivez libres, sans le poids des croyances. Vivez sans la barrière des croyances qui s'interpose entre vous et la vaste réalité du moment présent.

Sur ce, le Divin en moi salue le Divin en vous : Namasté!

Marie Perreault

© *Tous droits réservés, Marie Perreault (avril 2019)*



Les pouvoirs inconnus du OM éternel (première partie)

Lorsqu'elle est révélée, la sublime réalité de la fréquence originelle du OM est absolue. Toutefois, cette réalité acquiert la coloration de la conscience de celle ou de celui qui la reçoit. Avec le temps et les motivations personnelles cachées dans le cœur de chacun, cette révélation est convertie en confusions parce qu'elle passe de main en main, de place en place, et d'agenda en agenda. C'est ce qui nous permet de réfléchir, de méditer et de se diriger vers de nouvelles inspirations pour explorer toujours plus loin les symboles sonores de la réalité éternelle.

Même si chaque individu pense que son expérience particulière du OM est exacte, il est bon de se rappeler que, mal intégrée, une formule sonore non calibrée va automatiquement entraîner un choc en retour diamétralement opposé à l'effet recherché, aussi bien pour celui qui chante que pour celui qui écoute. La solution est bien sûr d'améliorer la pureté de nos intentions. La guérison serait dans le lâcher-prise sur les formes externes du mantra et de plonger plus en profondeur dans les arcanes internes du son. Le voyage en vaut la joie puisque même si actuellement je n'ai pas l'entière signification d'un mantra et qu'involontairement je commets des maladresses en le prononçant, il n'en reste pas moins que c'est en continuant de le chanter que je pourrai éventuellement en recevoir la grâce, me corriger et atteindre tôt ou tard sa pleine réalisation. Tous les espoirs sont donc permis.

En dépassant les déformations émotionnelles de notre perception personnelle du OM, nous parviendrons à réaliser que c'est seulement le *contexte* qui donne aux mantras védiques toute leur valeur. Plus on explore le yoga du son et plus on découvre que ce qu'on chante est, en fait, la nature même des processus complexes de notre propre conscience. Le OM ne provient pas de l'extérieur. La vibration originelle est d'ores et déjà à l'intérieur de notre cœur. Elle ne provient pas nécessairement du fin fond des galaxies. Lorsque la tradition nous enseigne que l'Onde Spirituelle "descend" du monde spirituel (golokera-premadana-harer-nama) cela ne signifie aucunement qu'il s'agit d'un déplacement géographique. Il

s'agit simplement d'un glissement de conscience vers des dimensions plus subtiles de notre conscience. Par une belle métaphore, Bhaktivedanta Swami appelait ce phénomène "un changement de cœur".

Selon les Upanishads, tout est déjà là en nous. La raison en est qu'il n'existe rien en-dehors de notre conscience. Le monde est dans le mental. Nous avons donc le devoir de penser par nous-mêmes et de faire notre possible pour acquérir l'essence de toutes les vérités mystiques qui restent encore à découvrir au sujet des mantras, et particulièrement du mantra OM qui, faut-il le rappeler, est la clé sacrée qui ouvre le portail de la plupart des mantras védiques, tels que OM Namah Shivaya, OM Namō Narayanaya, OM Namō Bhagavate Vasudevaya, etc.

Comme on le sait, dans la plupart des centres de yoga où est pratiqué avec succès le chant du OM, la vérité est "absolue" mais cela ne l'empêche pas d'être fluide, dynamique, jamais statique, rigide ou refermée sur elle-même. La vérité divine est éternellement renouvelée et demeure toujours fraîche. Elle ne se cristallise pas à une certaine époque ou dans une certaine culture. Elle est certaine mais la manière dont chacun la perçoit est naturellement incertaine. Les nouvelles sciences en physique théorique le confirment avec, entre autres, le Principe d'Incertainitude d'Heisenberg.

Chaque chercheur d'absolu fait de son mieux pour se souvenir que la véritable spiritualité est multiple, non-locale, intuitive, extra-neuronale, transmise de l'infini vers le fini, non-linéaire et très éloignée des lourds systèmes de religiosités conventionnelles. De toute évidence, les maîtres de la spiritualité universelle sont rares parce qu'en réalité ce sont avant tout des serviteurs de la lumière divine. Ils ou elles nous conseillent d'intégrer l'esprit des Écritures plutôt que d'en suivre aveuglément la lettre au sens littéral. À leurs yeux, le sens figuré de nos Bibles, de nos Thoras, de nos Corans, de nos Védas et de toutes nos invocations, incantations, versets sacrés, prières et mantras est bien plus important que le sens propre. La vraie pratique de la spiritualité, toutes traditions confondues, serait donc une activité de liberté, d'évidence constamment renouvelée et d'amour absolu. Notre enfant intérieur aime se rappeler qu'il ne peut y avoir de progrès sans liberté. La sainte liberté est la racine de toute ascension vers la joie pure, vers l'éternité psychique et vers d'innombrables actes d'amour libérés de toute condition extérieure.

La manière dont on perçoit les choses peut être multiple, mais cela n'empêche pas la réalité d'être une. Pareillement, la vibration sonore spirituelle est une. Le legs de OM (qui s'écrit aussi Omkara ou AUM), est le même que le legs du son "Amen" dans le Christianisme originel, du "Halleluia" hébraïque ou du "Hare

Krishna" vaïsnava. Ces vibrations sonores non-matérielles proviennent des univers infinis situés à l'intérieur de nous; elles "descendent" au niveau des fréquences de notre conscience et, probablement par pure compassion pour l'humanité laborieuse et souffrante, cherchent à opérer en l'être incarné une transmission d'énergie non-physique dont la nature se situe au-delà de son intellect émotionnel. Leur fonction première serait d'éveiller la force vitale de l'âme humaine endormie sous des couches de blessures et de mémoires qui emprisonnent le cœur des hommes dans une matrice conceptuelle aux murs invisibles, plus fins que les fils d'une toile d'araignée mais aussi durs que l'acier. Il s'agit donc d'un legs intérieur universel qui transcende les formes externes que nous voulons bien leur donner.

Par la contemplation auditive, le OM en tant que formule sonore calibrée sur des attracteurs de champs d'énergies anaboliques (qui donnent la vie), implante en nous une sensibilité à l'alignement sur des valeurs de beauté et de santé. Cela nous permet de créer notre propre chemin d'harmonie et de lumière intérieure malgré le fait de vivre dans un monde d'entropie et de chaos apparent (tel est le principe scientifique de la Théorie du Chaos).

Lorsque la vibration OM est conçue comme une onde calibrée sur un idéal supérieur et qu'elle n'est pas produite à des fins commerciales, sociales, morales ou de promotion personnelle, elle génère l'amour pur pour tout ce qui est. À ce niveau d'intégration, OM devient la plus grande offrande que nous nous faisons à nous-mêmes parce qu'elle est alors un don gratuit que nous soumettons à la Présence Infinie en nous, sans aucune sorte d'attente de libération, de connaissance ou de pouvoirs mystiques (*moksha, jnana, siddha*).

OM est sa propre expression divine et est aussi simultanément la nôtre, selon la philosophie de Sri *Chaitanya Mahaprabhu* (1486-1534), et son principe de l'*acintya bhedabheda tattva*, ou prototype de l'inconcevable simultanité de l'unité dans la multiplicité. OM est l'expérience de la totalité de l'esprit qui sous-tend les mondes sous forme sonore. Étant Dieu sous forme sonore, OM est l'expérience de lui-même en nous-mêmes. En transférant vers nous l'aspect de la vibration sonore originelle (l'audition mystique du Big Sound au lieu de l'explosive hypothèse du Big Bang), l'esprit bienveillant de l'univers nous permet de faire l'expérience de sa propre existence. OM est l'expérience douce et directe de la conscience de l'espace universel. La nouvelle astrophysique nous apprend d'ailleurs que cet espace fonctionne comme une pensée vivante et non comme un mécanisme inerte.

OM inclut la forme et le sans-forme, le formé et le non-formé, le nommé et le non-nommé, le personnel et l'impersonnel, l'audible et l'inaudible. Il en est ainsi parce que l'infini est au-delà des controverses d'Églises et des partis-pris de paroisses. Par ses pouvoirs surnaturels, Dieu-OM s'octroie la liberté de posséder une infinité de noms spirituels tout en étant simultanément le sans-nom matériel. Il possède aussi une multitude de formes transcendantes et a le choix d'être en même temps le sans-forme matériel. Lui retirer cette liberté serait réduire la divinité à nos idées préconçues et ce serait alors une sorte d'anthropomorphisme à reculons.

OM est un mantra. Un mantra est un outil vibratoire de libération mentale. Il ne s'agit certainement pas d'un simple mot de passe. En tant que mantra, OM est un être vivant, conscient, une énergie vivante et consciente qui émane de l'Esprit Suprême Vivant, Omni-conscient, Omni-pénétrant, sous forme de vibration sonore non différente de Lui. Au niveau infini, tout est infini; le Nom et le Nommé sont Un.

L'énergétisation de OM n'est pas le son OM. L'énergie est ailleurs. L'énergie est "dans" le son lui-même. C'est à nous d'aller à sa rencontre. La raison en est que l'énergie se trouve dans la *signification* de OM. La clé se trouverait dans la mentalité (c'est-à-dire l'état d'esprit) avec laquelle le son OM est prononcé. Sans cette information, chanter le OM revient à ne faire qu'une sorte de bruit; l'écouter revient à n'entendre qu'un brouhaha stérile, une perte de temps. Ainsi, les maîtres nous disent qu'il est possible de chanter un mantra durant des milliers d'années, de vie en vie, et de n'obtenir que très peu d'effets, voire pas d'effet du tout, ou une réaction inverse négative. Tout se corrige par un changement d'attitude mentale et les effets positifs se font alors ressentir rapidement. Un mantra, répétons-le, n'est pas un mot de passe qui nous ferait passer d'une dimension duelle à une dimension non-duelle. En tant que mantra originel, OM se situe au-delà du duel et du non-duel. OM est à l'intérieur comme à l'extérieur de nous.

OM veut dire "oui". Chanter OM signifie dire oui à ce qui est, sans jugement, sans projection de réprobation sur les événements extérieurs ou intérieurs. Selon les maîtres du yoga du son, la prononciation exacte de OM n'est ni dans l'accent, ni dans la métrique, ni dans la puissance de la voix ou du souffle, mais uniquement dans la conscience de celui qui le chante ou l'écoute. OM commence au niveau de l'acceptation, de l'abandon, du lâcher-prise sur soi-même et de toutes les préoccupations de la personnalité égocentriste. OM n'est pas indifférent, il est détaché. Il transcende la raison pour se reposer dans sa propre illumination. Chanter OM revient à se reposer dans sa propre lumière. Un vrai délice.

OM est existence totale et conscience pure. OM n'a pas été créé. Rechercher le commencement ou la fin de OM, ce serait procéder d'une notion artificielle du temps. Le début ou la fin de quelque chose qui est à l'extérieur du temps ne peut jamais être situé dans le temps. En tant qu'être vivant, qui que nous soyons, nous sommes des harmoniques de OM. Nous sommes tous et toutes spirituellement égaux et notre existence réelle se situe en-dehors du temps. Ce qui est, était et sera toujours. Étant une étincelle vibrante du OM originel, nous n'avons pas été créés "un jour" et nous ne serons jamais créés "un autre jour". Étant un infime fragment de l'Âme Universelle, l'âme individuelle n'a pas d'histoire car elle est éternelle, sans début, milieu ni fin. Seul le protoplasme des corps physiques que nous animons d'incarnation en incarnation est vulnérable à sa propre programmation génétique. OM nous redonne confiance en notre éternelle indivisibilité non-physique.

Selon le sommet de l'échelle de l'*asthanga yoga*, il existe une réalité supérieure, merveilleuse, dynamique et heureuse au-delà du concept suicidaire du Nirvana : le voyage ne se terminerait donc pas dans l'annihilation de l'être dans la lumière impersonnelle du Brahman. Au-delà de Brahman existe ParamBrahman; au-delà de la lumière passive impersonnelle (*jyoti*) existe un monde de lumière active transcendentale personnelle, invraisemblable pour la raison mais vraisemblable pour l'amour. Selon l'interprétation mystique des versets les plus importants du Padma Purana originel, cet autre monde serait bien plus confidentiel et bien plus intime que le monde des visions abstraites d'un Shankarâcârya ou d'un Patanjali.

OM est une conscience en devenir. OM est l'affirmation de ce que la conscience est consciente de sa conscience et de son expression comme conscience. OM ne résiste pas; il dit oui à ce qui arrive et oui à ce qui n'arrive pas. OM est totalement libre.

Prétendre que la compréhension de la non-dualité de OM, ou de n'importe quel autre mantra, est supérieure à sa réalisation en tant que duelle, ce serait encore tomber dans une autre illusion. La raison en est que tout dans l'univers est simultanément duel et non-duel. Tout est un et différent, unifié et distinct.

Dans la fusion, la communion de OM et du soi, OM demeure lui-même et nous demeurons nous-mêmes inconcevablement. OM et le soi sont un et simultanément différents, à la fois séparés et non séparés, unifiés et non unifiés, à la fois multiples et non différents, à la fois semblables et dissemblables, conformes et modifiés, identiques et disparates, analogues et hétérogènes, uniformes et transformés. OM ne perd jamais son individualité et nous ne perdons

jamais la nôtre. Nous sommes *éternellement* et spirituellement indivisibles. Tout devient homogène, tous les paradoxes s'harmonisent, toutes les contradictions se complètent.

C'est la raison pour laquelle nous sommes des individus à part entière. Séparée de cette propriété d'éternelle indivisibilité, notre individualité n'a aucun sens. OM est une expérience et non une croyance. OM est donc complètement dépourvu de sens pour quiconque est dépourvu de l'expérience de OM.

Prahladji Patrick Bernard.

*** La deuxième partie de ce texte sera publiée le mois prochain dans le no 12 de la revue.



*Vous rêvez de voyager sous les étoiles
et de devenir la Star de votre vie ?*

*Conférence **gratuite*** 2 voyages initiatiques
Compostelle chemin del Norte **et** Sahara désert marocain
Avec présentation sur grand écran 19 h à 20 h 30*

Mercredi 24 avril Provigo le Marché, 50 St-Denis, St-Sauveur

**Inscription souhaitée soniapasqualetto@live.com 450 801 9999*



*Venez me rejoindre du 7 au 14 **ou** 14 au 21 sept. 2019*

*Initiation au Chemin de Compostelle
de Biarritz à Déba*

*Marche, 15 heures d'enseignement
Groupes de 6 personnes max.*



16 au 23 novembre 2019

*2 nuits dans un Riad à Marrakech
et 5 nuits sous les étoiles dans le désert*

*Départ de Marrakech avec Maroc Ali Tours
Marie Gentner et moi*

Tout inclus environ 1,200\$ sans l'avion



*Je vous offre la richesse de plus de 25 ans de formations
et de plusieurs voyages sur les Chemins de Compostelle.
Avec enthousiasme et authenticité, je vous partage
l'essence de ces apprentis-Sages intégrés.*

Sonia Pasqualetto

Accompagnatrice de l'Être www.soniapasqualetto.com



L'Archange Melkisedeq

Bonjour,

Laissez-moi vous parler d'un homme bon et généreux. Il s'agit de l'Archange Melkisedeq. Celui-ci a existé bien avant la naissance du Christ. Il fut jadis un grand roi. Il gouvernait son peuple avec droiture et honnêteté. Il était aimé et respecté de son peuple. Son cœur reflétait sa bonté.

Malgré sa royauté, ce roi prenait soin de sa famille et de son peuple. Il n'aimait pas la guerre ni l'injustice. Il prônait la paix et la droiture. Sa grande sagesse et son âme de missionnaire ont permis à Melkisedeq d'être un roi adulé de tous. Il gouvernait son peuple en faisant preuve d'une profonde humilité. Il donnait avec cœur. Il ne jugeait point son prochain. Il cherchait constamment à apaiser le cœur des gens. La pauvreté, la famine et la maladie étaient les fléaux de son époque. Melkisedeq les a bravés avec courage et détermination. Il a utilisé son pouvoir et sa richesse pour venir en aide à son peuple et le soutenir dans les temps de misère. Il a donc permis à son peuple d'évoluer vers la Lumière.

Sa foi, sa dévotion et son amour envers Dieu lui ont permis de prendre soin de son peuple, de le soutenir, de le nourrir et de lui donner à boire. Un jour, Dieu est venu vers Melkisedeq et lui a dit : *« Melkisedeq, toi qui possède un cœur pur et bon, je te demande de nourrir ceux qui viendront à toi. Donne-leur à boire et à manger. Je bénirai ton pain, ton eau et ton vin. Ouvre-leur la porte de ton Royaume, ouvre-leur la porte de ton cœur. Lorsque ton âme quittera ce corps, je ferai de toi un Être divin qui aura le privilège de s'asseoir à mes côtés. Je te baptiserai : "Roi de l'humanité", "Roi de la paix" et "Grand Prêtre pour l'Éternité". Tous ces titres seront dignes de toi et de ta mission sur Terre. »*

Cet Archange adore secourir l'être humain dans sa détresse. Il est facile d'accès. Lors d'une demande, il ira chercher le meilleur soutien pour vous secourir. Il sait exactement ce dont votre cœur a besoin pour retrouver la paix et l'équilibre. Tous

les Êtres de Lumière collaborent avec Melkisedeq. Lors d'une demande, tous cherchent à l'aider.

De plus, cet Archange se fera un plaisir de vous annoncer sa présence et de vous indiquer qu'il a bel et bien reçu votre demande. Lors de sa neuvaine, attendez-vous à recevoir plusieurs invitations à partager un repas avec des personnes agréables. Vous pouvez également recevoir toutes sortes de friandises, de gâteries, etc. Vous pouvez même gagner une épicerie, un bon d'achat dans un restaurant, etc. C'est l'une des façons originales qu'utilise Melkisedeq lorsque vous le priez !

Cela dit, prenez le temps de visualiser la vidéo. Cela vous aidera à mieux connaître Melkisedeq. De plus, lorsque vous récitez sa neuvaine, vous apprendrez à bien intégrer son énergie au niveau de votre cœur. Ce qui vous permettra de mieux ressentir sa vibration angélique.

Que votre semaine soit remplie d'amour et de magie angélique !

Joane

Lien vidéo de la chronique :

<https://www.youtube.com/watch?v=oCLwSXe6Ct8>

Lien pour horoscope angélique mensuel :

<http://site.joaneflansberry.com/coin-spirituel/horoscope/>

Sonia Pasqualetto

Accompagnatrice de l'Être
soniapasqualetto@live.com
www.soniapasqualetto.com



Voyager autrement... en conscience

De plus en plus de personnes sont maintenant seules pour voyager. Toutefois, les voyages organisés ne sont pas toujours adaptés à leurs goûts et aspirations; les groupes manquent souvent d'homogénéité. Que diriez-vous alors de voyager en conscience avec des personnes avec lesquelles vous pouvez échanger sur des sujets qui vous tiennent à cœur et profiter de ces moments exceptionnels que sont les vacances pour prendre soin de vous? Ce type de voyage devient alors une formidable occasion d'apprendre, comprendre, libérer, et revenir au bercail dans un état de bien-être et de légèreté, riche d'outils contribuant à vous rendre plus autonome au quotidien. C'est possible lorsque le voyage extérieur se jumelle à un périple intérieur, au cœur même de l'univers qui est en nous. Voyager avec des groupes en conscience nous permet de tisser des liens et de ressentir l'unité.

Être la star de notre vie dans l'Âme-Our

Que diriez-vous d'un voyage dans le désert accompagné de deux thérapeutes, Marie Gentner et moi, ainsi que d'une extraordinaire équipe d'hommes du désert? Les vastes étendues désertiques nous permettent de nous déposer, de nous laisser conduire, d'être simplement présent à CE QUI EST, loin de l'emprise des cellulaires et d'Internet! Le désert nous accueille en son sein dans toute son immensité. Insondable et beau paradoxe, le vide nous remplit de sa plénitude et nous aide à guérir de nos blessures émotionnelles.

Je vous propose le thème suivant : **Être la star de notre vie dans l'ÂmeOur**. Retrouver l'équilibre en nous libérant de nos mémoires et des souffrances résultant de l'identification à notre histoire. « Comprendre libère, s'aimer guérit. »



Une expérience hors du commun

En novembre 2018, j'ai expérimenté le désert marocain avec Ali Khatar et son équipe de chameliers aguerris et protecteurs qui, en toute sécurité, nous ont guidés au fil des dunes... On nous prépare chaque jour notre pain quotidien et des mets succulents cuits sur le feu de bois. Le rituel du thé est mémorable ainsi que le feu de joie qui, chaque soir, nous transporte grâce aux vibrations des chants traditionnels. Ali nous fait découvrir des lieux magiques empreints d'une puissante énergie. Il nous partage la sagesse des Anciens lors de rituels d'initiation ou des contacts cœur à cœur avec les dromadaires. Ces calmes et fidèles complices nous portent avec générosité lorsque nos jambes réclament un peu de repos.



Je suis tombée amoureuse du désert marocain. Et il m'appelle toujours... Dormir sous la multitude d'étoiles, avec l'assurance de savoir que la faune locale — serpents et

scorpions — s'est retirée pour hiberner à cette période plus fraîche de l'année, voilà une expérience hors du commun! Pour les personnes que la belle étoile inspire moins, la grande tente berbère s'offre aussi pour passer la nuit.

Pendant cinq jours, notre caravane effectue une inspirante traversée du désert, avec des levers et couchers de soleil à couper le souffle...

La prise en charge s'effectue à l'aéroport de Marrakech, véritable œuvre d'art architecturale, après quoi le guide nous conduit au Riad *Ciel d'Orient* au cœur de la vieille ville. Le lendemain, nous montons à bord d'un luxueux autocar pour traverser les monts Atlas, jusqu'aux portes du désert à Zagora. Le désert exige peu en termes de matériel : espadrilles, vêtements légers, sac de couchage. Bien organisée, l'équipe se charge de tout le reste.



Je suis une accompagnatrice de voyage sur les chemins du monde, ainsi que dans votre voyage intérieur jusqu'au cœur de votre être pour que vous puissiez rallumer votre étoile.

Notre prochain périple dans le désert marocain est prévu du 16 au 23 novembre 2019. Début septembre, si Compostelle vous appelle, venez me rejoindre pour une semaine entre mer et montagnes, de Biarritz à Déba au pays basque. J'aurai le plaisir de vous proposer plusieurs clés pour jouir de la vie en pleine conscience!

Sonia Pasqualetto





Libre Arbitre/Libre Volonté

Un beau bonjour de retour!

Heureuse d'être là, cette fois-ci pour vous livrer message et expérience sur notre pouvoir, et de s'y reconnecter.

Ma toute première chronique a été celle du Libre Arbitre. En expérimentant la bannière de la plume de la Foi, je trouvais le sujet des plus approprié. Maintenant, j'aimerais partager cette expérience en passant du Libre Arbitre à la **Libre Volonté**.

Ce que j'ai vécu m'a permis de comprendre que j'avais le libre arbitre de suivre telle ou telle direction, tel mode de vie, telle carrière; je pourrais continuer indéfiniment. Mais pousser l'expérience de la **Libre Volonté** vient toucher d'autres zones de nos vies.

De prendre conscience que par notre volonté, nous avons vraiment accès à notre cœur, car c'est bien celui-ci qui motive la volonté, d'accord? Donc, si on est vraiment branché sur l'idée : "J'ai la **Libre Volonté**", alors des réactions en chaîne s'en suivent, qui apportent justement cette liberté!

Car plus personne n'est responsable pour ce qui nous arrive. C'est notre volonté qui s'exprime dans chaque décision, choix. On s'assume, quoi! Nos choix pour respecter qui on **Est**.

Pour moi, ça serait une définition simple mais facilement applicable dans notre société. Chaque membre serait responsable de la création et la matérialisation de sa volonté dans ses affinités respectives.

Tellement souvent conditionné par tout en général, qu'il devient difficile pour beaucoup de personnes de connaître vraiment leur libre volonté, ce qu'elles

veulent pour ce qu'elles sont et non pour tous les conditionnements qui nous entourent.

Les automatismes peuvent servir de levier, mais lorsqu'il y a de moins en moins de conditionnements, comme pour les personnes âgées par exemple, alors on doit puiser dans notre volonté pour se créer une vie adaptée à soi-même. La transition entre les cycles de nos vies : beaucoup de gens traversent cette période difficilement car ils ne se sont pas préparés.

Cette Libre Volonté devient elle-même un levier pour nous rappeler à tout moment que nous avons ce pouvoir, mais encore bien plus, il est impératif de l'appliquer en toute conscience pour enfin ARRIVER à se connaître, s'accepter, et s'aimer inconditionnellement. Et là, et on aurait tendance à vouloir dire, alors on pourra également aimer les autres inconditionnellement.

Je résumerais peut-être simplement en disant que la Libre Volonté est la synthèse de toutes les prises de conscience réunies qui créent cette connexion finalement à vous-même.

J'ai toujours été travailleur autonome, alors faire des choix et les assumer a toujours fait partie de mon quotidien. Mais maintenant, une génération plus tard, je conçois que la libre volonté a fait grandir ma Foi en Moi et en la Vie, ou vice-versa peu importe. Alors on se retrouve sur la route de la pleine conscience, en toute gratitude, humilité, Amour et Joie.

J'ai adopté une ligne de conduite personnelle qui me guide sur la voie de la Libre Volonté, celle qui se résume un peu comme dans nos technologies actuelles avec les www.

J'ai adopté les 3 VVV : ma Voie, ma Vérité, ma Vie.

Au début, comme toute nouvelle technique, ça prend de l'engagement, mais considéré que c'est bon pour la vie, alors ça vaut la peine d'y investir temps et effort.

On voit souvent des reportages nous démontrant des gens handicapés physiquement qui, par leur volonté, arrivent à gagner des concours parce qu'ils vont plus loin que la réalité, ils suivent leur volonté! Ils sont de merveilleux exemples, mais nous tous, à notre façon, sommes un exemple pour quelqu'un, qu'on le veuille ou pas.

Maniez-le à votre manière, ce merveilleux privilège de la Libre Volonté, c'est votre liberté. Nous sommes à la hauteur, ne laissons pas des peurs obstruer notre droit fondamental.

Je suis extrêmement reconnaissante de suivre ce chemin de Libre Volonté, car en fait il est lui aussi omniprésent, omnipotent, omniscient.

Ce n'est pas avec ces quelques 600 mots que je prétends résumer adéquatement la vaste étendue de ce sujet, mais ça me permet de toucher la pointe d'un iceberg qui réchauffe extrêmement de l'intérieur. Haha!

J'espère que ça vous a plu!

Au plaisir.

Sylvie



LES ENFANTS DU COSMOS
par
Isabelle St-Germain

**15 16 et 17 mars
et 31 mai 1er et 2 juin 2019**
* Inscription pour les 2 week-end OBLIGATOIRE

À Bruxelles

Exceptionnellement, la Libération Karmique se fera pendant la formation

Nous avons des enfants sur la Terre qui demandent à Être compris tels qu'ils sont à partir de leur Essence de vie.

Ils sont au nombre de 32 familles différentes avec leurs propres caractéristiques, leur Rayonnance Sacrée, leurs guides, leur schéma énergétique et leur empreinte personnelle.

Pour comprendre ces enfants et pouvoir bien les guider, vous devez apprendre à les reconnaître.

Cette formation est inédite. Toutes ces informations n'ont jamais été révélées jusqu'à aujourd'hui.

Pour information
Gisèle Louis
info@atelierbio.be
Gsm: +32 478 30 13 30

L'Éveil à la Source
Isabelle St-Germain
www.levailasource.com
levailasource@gmail.com
418 720-6168


Auteure du livre
Dieu Je Suis Ma Vie

Voici le contenu

- L'Essence des 32 Familles
- Les 32 Principes Divins de leur Rayonnance Sacrée
- Les 32 sphères énergétiques de chaque famille
- Les caractéristiques de chaque famille
- Les leçons de vie
- Les outils énergétiques
- La compréhension des facultés des enfants
- Méditation pour les enfants

Pleine Conscience

Suzanne Deborah Jennings
sdjennings.ambassadeurhumaniterre.com
ambassadeur-humaniterre.com
T. 514-248-2727



La vérité sur la loi d'attraction

(conférence vidéo)

Qu'est-ce que la Loi d'Attraction?

Plusieurs visions et opinions entourent cette grande Loi qui en fait, est l'élément le plus puissant du Grand Principe Créateur de l'Univers.

Cette Loi est incontournable, et que nous en soyons conscients ou non, elle régit la totalité de notre vie. Ce n'est pas une « technique », comme plusieurs ont tendance à le penser, c'est un système magnétique puissant dans lequel nous vivons tous.

Apprendre son fonctionnement et maîtriser notre Énergie Créatrice est la mission première de toute âme en incarnation; sans cela, nous ne pouvons que vivre le côté ombrageux de ce système attractif.

Malheureusement, tout ce qui concerne le Principe Créateur a été caché à l'humanité par une minorité souhaitant s'approprier les bienfaits que peut offrir le Principe Attractif lorsque nous devenons maîtres de notre propre énergie créatrice.

Cette conférence révèle la profondeur du fonctionnement de la puissante et incontournable Loi d'Attraction.

Bon visionnement!

Suzanne Deborah Jennings

Lien vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=sQ3ciTx87js>



Croyez-le ou non, le printemps s'en vient!

Enfin, nous pouvons nous ressourcer dehors dans les sentiers sillonnant les boisés les plus près de soi. Dans cette rubrique, je désire réviser avec vous une façon de faire tout de même assez complète. Les arbres reçoivent 30% de leur nutrition de l'eau et des minéraux dans le sol et 70% de la lumière du soleil. Ils sont des usines de transformation inlassables. Plus l'arbre est gros, plus son chi est puissant. Au moment où les bourgeons éclosent, l'énergie de l'arbre est à son maximum. Durant l'été, elle diminue graduellement et à l'automne, elle est à son minimum. Donc, au printemps il faut en profiter. Gambader n'est pas suffisant, il faut une intention un peu plus précise que cela et il y a même un protocole à suivre que je vais partager avec vous.

Premièrement, il vous faut une raison plutôt précise telle : monter mon taux vibratoire pour me sortir de ma léthargie par exemple, ou soulager ma migraine, ou même, me sentir mieux, chasser ma tristesse et bien sûr sortir de mon état de procrastination.

La deuxième chose à nettoyer, c'est votre glande pinéale. C'est important puisqu'elle active votre 3e œil. Pour y arriver, simplement placer votre front sur le tronc d'un arbre, peu importe l'espèce, il doit avoir au moins 10 cm de diamètre. Vous demandez à la dryade de nettoyer votre glande pinéale, et le tour est joué.

Troisièmement, il faut vider son double plantaire. C'est la boule d'énergie sous vos pieds qui agit comme poubelle énergétique. Tout va là-dedans. Vous recevez des taches rouges des gens autour de vous qui se plaignent sans cesse, d'autres sont négatifs à propos de tout et de rien et d'autres sont des victimes éternelles. Ces taches rouges descendent avec le temps de votre dos ou elles se logent vers le double plantaire. Une fois rempli, votre double plantaire baisse votre taux vibratoire un peu plus. Après avoir nettoyé votre glande pinéale, trouvez une

fougère et demandez-lui de vider votre double plantaire. Vous n'avez qu'à passer à ses côtés, nul besoin d'y toucher ou de marcher dessus.

Maintenant, vous êtes prêt à vous ressourcer avec les arbres. Les arbres sont une source d'énergie très puissante. Leurs racines profondes assurent un contact solide avec l'énergie de la terre et leurs branches servent d'antennes pour l'énergie cosmique et tout cela est à notre disposition. Le meilleur moyen d'en profiter pleinement est de synchroniser notre respiration avec celle de Gaia. Pour y arriver : la marche Afghane. C'est-à-dire trois inspirations, une par pas, un pas de retenue et trois autres pas pour expirer. Cette arme puissante contre le style de vie autodestructeur ne prend que 20 minutes pour un *boost*.

Les arbres transforment, ils sont des alchimistes en réalité. Un gros pin, par exemple, rayonne un chi puissant qui enrichit le sang, renforce le système nerveux et contribue à une longue vie. En plus, le pin nourrit notre moi supérieur.

Il faut donc développer un peu de discipline et aller côtoyer ces êtres merveilleux que dame nature a placés sur notre chemin.

Bonne marche.



Matière

Par définition, la matière est ce qui compose tout corps ayant une réalité tangible. La matière est donc très importante, car elle constitue la réalité, le monde dans lequel on vit. C'est la loi de cause à effet qui régit tout ce qui vit sur cette terre, et chacun de nos gestes constitue une cause à effet immédiat. C'est l'environnement qui fixe tous nos besoins de base, car la vie sur Terre est matière. Elle est représentée par le corps physique, pour tout ce qui vit en général. La matière c'est de l'énergie, au même titre que l'âme ou la lumière de la création, mais une énergie beaucoup plus dense, qui vibre à des fréquences plus basses.

Cette énergie se colle au champ magnétique du noyau central de la Terre. Plus le ventre et le cœur sont près de cette force centrifuge, plus on est nourri par l'énergie de la terre. Et c'est ce qui manque à notre connaissance de la vie. On dit souvent que la Terre nous protège et c'est normal, puisque nous sommes conçus pour y vivre. La Terre est notre pourvoyeur naturel.

Dans l'équilibre, tout s'harmonise; autrement, c'est la destruction, c'est le chaos. Nous avons ces deux énergies sur la terre et notre seule indication est notre libre-arbitre décisionnel. L'ombre ou la lumière? Lorsqu'on est imbu de dualité, notre effet causal devient compliqué à résoudre et les peurs nous font mal à en pleurer de l'intérieur. Lorsqu'on réharmonise la matière, on bénéficie d'un soutien du plan divin. Tout à la base est fondé sur l'entraide et le respect de chacun. Et juste ça, on a du mal à le vivre bien souvent.

La matière est composée d'énergie physique, mais cette énergie est en fait spirituelle, car elle est entourée du Tout. L'univers est dans la matière, dans toutes les dimensions en même temps. Mon corps est assis à l'ordinateur en ce moment, mais quand je ferme les yeux, mon cœur est dans la cinquième dimension en même temps. Et si j'élargis ma conscience, je peux voir la connexion à mon étoile jaune dans la 22e dimension.

Ceux qui utilisent leurs six sens en cette matière peuvent voir les énergies subtiles autour de la vie. Même les objets ont un champ d'énergie. Des énergies de matières naturelles, comme le bois par exemple, ou des matériaux modifiés possèdent un champ énergétique ou vibratoire.

Santé vous bien !

Colombe Gauvin

N.D. K.in.

<https://synergysupplements.com>

colombe@cliniquepreventive.com

T. 514-730-5283



Deux recettes de jus pour nettoyer vos reins

Les reins sont des organes vitaux et ce sont eux qui éliminent les déchets qui proviennent de l'organisme. Ils équilibrent les fluides corporels, forment l'urine et servent également à réguler la tension artérielle, stimuler la production de globules rouges et réguler l'absorption du calcium. Tous les jours, les reins traitent le sang pour filtrer l'eau en excès et les déchets pour les transformer en urine.

Si les toxines ne sont pas éliminées correctement, elles peuvent s'accumuler dans le corps et peuvent provoquer des problèmes tels que des calculs rénaux et de l'hypertension artérielle. Le nettoyage de vos reins aide à éliminer les toxines, améliore le flux d'urine et améliore la fonction rénale.

Comment savoir si mes reins ont besoin d'être assainis?

- Vous vous sentez fatigué et vous manquez d'énergie.
- Votre peau devient terne et vous développez de l'acné et des démangeaisons.
- Vous ressentez des douleurs aux reins, spécialement lorsque vous mangez des aliments transformés.
- Vous avez des sautes d'humeur et vos hormones sont déséquilibrées.
- Vous prenez du poids.
- Vous ressentez un gonflement excessif.
- Vous avez des problèmes de vessie et vous contractez des infections urinaires plus fréquemment.

Si vous avez ces symptômes, votre corps essaie de vous dire qu'il est temps de prendre les choses en main.

Recettes de jus detox qui aideront vos reins à retrouver une bonne santé et un bon fonctionnement :

Première recette

Jus detox concombre et betterave :

- ½ betterave
- 1 concombre
- 3 carottes

Dans un mixeur, mélangez tous les ingrédients et buvez.

Les betteraves sont une merveille pour éliminer les toxines et elles régénèrent les cellules du sang. Les carottes et les concombres aident les reins à éliminer l'acide urique, connu pour causer les calculs rénaux. Ce jus vous donne un remontant nutritif et est parfait lorsque vous faites un régime à base de fruits et de légumes.

2ème recette (ma préférée)

Jus detox pomme et concombre :

Voici un jus très hydratant grâce au concombre qu'il contient. Fait intéressant, le concombre est l'un des légumes les plus riches en eau (plus de 95 %), ce qui lui donne la propriété de stimuler la circulation sanguine et lymphatique.

Le persil favorise l'élimination des toxines et des métaux lourds. Quant aux pommes, elles jouent un rôle énergisant.

En plus de nettoyer votre corps, ce smoothie permet de donner à votre corps son lot de vitamines et minéraux, en plus d'augmenter l'apport de fruits et légumes, ce qui ne peut avoir que des effets bénéfiques pour la santé.

INGRÉDIENTS POUR 2 PORTIONS :

- 2 tasses d'eau
- 2 pommes vertes
- 1 concombre
- 1 citron, épluché et coupé en morceaux
- Un cube de 1 cm de gingembre frais
- ½ tasse de persil frais
- 1 à 2 c. à soupe de sirop d'érable ou de miel

Mélanger tous les ingrédients ensemble dans un mixeur jusqu'à l'obtention d'une texture homogène.

Je vous suggère de faire l'une ou l'autre de ces recettes de jus pendant au moins 21 jours afin de sentir les bienfaits.

Faites toujours vos légumes chaque jour car un jus qui n'est pas frais oxyde.

Santé vous bien!

Colombe Gauvin ND, K.in





Mettez-y du cœur, la gratitude

« L'énergie du cœur, le pâle reflet de l'énergie céleste qui est en nous selon la médecine traditionnelle chinoise, est l'énergie guérissante qui, par sa libre circulation, apaise le mental inquiet, peureux, compliqué ou tout simplement malhabile. »

(Christine Angelart, *La gratitude qui guérit*, éd. Gallimard, 2018)

Que vous croyiez ou non à une énergie céleste, à un dieu ou que vous n'y croyiez pas, certaines recherches ont démontré les bienfaits de sensations, ressentis ou mieux encore d'émotions positives et agréables sur le système immunitaire.

Le mental, votre volet analytique, est très rarement concentré sur ce qui va bien. Sa nature inquiète cherche les raisons, les garanties, ce qui est mesurable et il a de la difficulté avec l'énergie intuitive, l'intelligence intuitive, ce qui ne se mesure pas. Une sensation, un sentiment, ça ne mesure pas et pourtant nous pouvons en constater les effets sur le cœur, sur la sécrétion d'hormones. Le seul souvenir soit d'une colère, soit d'un moment de gratitude influence le système immunitaire. Je vous rappelle la dernière chronique, le graphique qui le démontre.

Pour plusieurs, ressentir un sentiment est trop philosophique. Commencez par des choses simples : prendre le temps de goûter un bon café, un mets savoureux, humer l'air frais, apprécier une œuvre artistique, une belle mélodie et surtout prendre la décision de se placer dans ces situations agréables pour lesquelles nous pouvons être reconnaissants. Ce sont les premiers pas pour développer un sentiment d'appréciation. C'est un entraînement un peu de la même manière qu'un athlète. C'est semblable à faire du conditionnement physique.

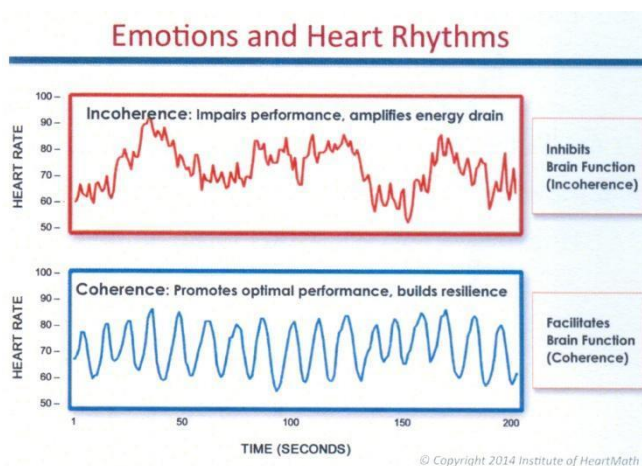
Par la suite, nous pouvons nous remémorer des sensations qui rechargent notre batterie interne. Élever notre énergie émotionnelle nous permet de mieux vivre

les hauts et les bas de la vie courante. Car il faut bien être lucide, ce n'est pas parce que nous développons un esprit, une attitude positive que la vie devient un jardin de roses.

Dans son livre *La gratitude qui guérit*, Christine Angelart nous parle de ce qu'est guérir. Elle n'aborde pas que la guérison physique mais aussi la guérison suite à une épreuve.

Avez-vous pris le temps de mettre par écrit les émotions positives qui vous nourrissent? En voici quelques-unes : gratitude évidemment, enthousiasme, passion, satisfaction, plénitude, reconnaissance, autonomie... Vous en avez certainement d'autres. Prendre un instant pour prendre conscience du beau et du bien dans nos vies est un bon investissement de temps. Le mettre par écrit le concrétise. Cette attitude nous rend partenaire de notre santé physique et/ou mentale; nous prenons notre part de pouvoir sur notre état de bien-être à tous les points de vue plutôt que d'être en quelque sorte victime et de subir les situations. C'est tout un changement d'état d'esprit.

Quand nous associons le ressenti d'une belle sensation, d'une belle émotion avec les respirations, nous amplifions les bienfaits tant pour notre corps que pour notre esprit/cœur. Voici ci-après un graphique intéressant :



Les émotions négatives, drainantes, ressenties par le cœur perturbent ce rythme et inhibent les fonctions du cerveau. Lorsque nous pratiquons la respiration consciente, peu à peu nous harmonisons le rythme du cœur. Et pourquoi je parle de respirer un peu plus lentement et profondément sans mentionner un décompte? Parce que dès que nous amenons notre esprit à compter, les courbes perdent leur fluidité.

Il existe des logiciels qui permettent de valider notre état d'esprit, de voir les courbes se transformer au gré de nos ressentis et de nos émotions. Pour ma part, je crois que c'est intéressant mais pas obligatoire. Après quelques pratiques, vous allez ressentir l'état de cohérence. C'est une sensation bien perceptible. L'usage d'un logiciel permet de valider. Vous pouvez pratiquer avec une image agréable devant vous, une odeur agréable, etc. Ce sont des aides intéressantes pour contribuer à apaiser le mental craintif et permettre à l'intelligence intuitive du cœur de s'épanouir.

Dans la prochaine chronique, les pièges à éviter et le champ magnétique du cœur.

Louis-Michel Martel



An advertisement for "Créations Fantaisie". The ad is framed with a gold border. At the top, the word "Créations" is in a small, dark font, and "Fantaisie" is in a large, elegant, dark red script font. Below the title, there are two illustrations of angels with large, feathered wings and long, flowing hair, one on the left and one on the right. In the center, between the angels, is a list of services: "Bijoux – Créations uniques", "Pierres semi-précieuses – Bois", "Cristal Swarovski – Aimants", and "Matériaux recyclés". Below this list, the contact information is provided: "Josée LeBlanc, Prévost", "Téléphone : 450-224-9904", "servicesurmesure@videotron.ca", and "www.creationsfantaisie.com". At the bottom, under the heading "AUTRES SERVICES DISPONIBLES", there are three lines of text: "Réalisez vos propres bijoux à notre atelier.", "Nous présentons nos créations à votre domicile.", and "Présentez vous-mêmes nos créations et faites des profits."



Les illusions du célibat!

Quand on est pragmatique, ça ne nous aide pas. On tue dans l'œuf toutes possibilités de relation, avant même que ça commence. Parfois, il arrive qu'un compromis ouvre la porte à une situation qui s'installe et à une relation quelconque qui débute.

Pour ceux qui ont le cœur affiné comme moi, on est capable de se déposer dans une zone temporaire, qui peut être sur du long terme, mais qui est basée uniquement sur le moment présent. J'ai l'habileté de me concentrer sur ce qui est beau : l'amour. Je peux arriver à accepter bien des affaires de l'autre qui peuvent être des critères futiles en pré-sélection, mais passer par-dessus ce qui peut accrocher dans une relation. Vivre dans cet espace sacré de la vie et y rester le plus longtemps possible.

Les gens mesurent à partir de ce qu'ils constatent, avec une compréhension limitée parfois. Et c'est là que ça devient difficile de faire progresser une relation, et de l'amener là où ça fonctionne en interactions quotidiennes. Moi, je ne vais pas là. Je reste où s'en est agréable, léger et doux à vivre. Là où la passion est. Dans le moment présent, cet état amoureux peut être dangereux, car on prend des risques, comme de donner sa confiance à l'autre trop rapidement. Et je vous le dis, 97% du temps c'est décevant, et ça pète beaucoup plus rapidement quand on est en conscience.

C'est de jouer avec le feu. Je vous donne l'exemple d'un petit plaisir que je me suis accordé il y a deux semaines. Je me suis permis de réaliser mon rêve. Je suis sortie danser avec un homme aux apparences parfaites. Grandeur idéale, teinte de peau sublime, dents et lèvres parfaites, épaules, bras, tronc à mon goût, hygiène parfaite, tenue soignée, chaussures comme neuves, avec le sens du rythme et de la prestance. J'aurais pu rester là un moment. Mais il y avait comme une sorte de lourdeur dans sa manière de vivre, qui lui amenait une inflexibilité

d'esprit. Bref, il n'était pas heureux dans son présent, mais il dansait vraiment bien.

J'ai apprécié mon cadeau. C'est-à-dire que j'ai pu aller danser avec lui deux heures seulement. Après ça, son caractère l'a écrasé. Ç'a converti un moment bien cool en "viens chez moi, on va poursuivre la soirée là". Je n'y suis pas allée. J'ai décidé que je ne vais pas chez les intrus que je connais depuis deux heures. Je n'ai pas envie d'une coquille vide, dans un super bel emballage, même si ç'a l'air à mon goût. Ça l'a vexé. Je crois qu'il s'est senti rejeté. La preuve, ça fait deux semaines qu'il m'ignore. Je lui pardonne et je le bénis. Malgré cette attitude, je suis très heureuse de moi, de ce que j'ai vécu, un échantillon de mon rêve, c'est-à-dire confirmer l'expérience que je veux m'éclater avec mon chum par la fusion que la danse peut apporter.

L'autre fin de semaine, c'est-à-dire il y a deux jours, j'ai eu un autre cadeau. C'est quand même rare. C'est pour ça que je vous écris la chronique. J'ai du contenu. J'ai un ami que je connais depuis un moment. Il a poussé la porte pour tenter un rapprochement. Et moi, j'ai opté pour la vérité et pour mettre les pendules à l'heure en partant. Ç'a eu du bon parce que c'était clair, mais du moins bon parce que ça l'a blessé et j'ai eu à gérer ça un peu. C'était sa fête, j'avais le temps dans mon horaire pour l'accueillir. Il a une remarquable douceur et sensibilité dans un corps d'homme à mon goût.

Si je m'étais écoutée à la base, je ne l'aurais pas fait rentrer. Est-ce que c'est par protection, par écoute de son intuition, par concentration de ses énergies sur ce que l'on a à accomplir. Il a poussé un peu, pendant la semaine, en conversation et ç'a changé la trajectoire de mon positionnement. Il a réussi à se rendre chez moi un samedi soir. Je me suis finalement permis d'accueillir ce que la vie me présente sans résistance parce que c'est de la qualité quand même et je sais la reconnaître. J'ai réussi à faire passer l'expérience par le cœur.

J'étais très heureuse de carburger à cette passion que j'avais enfouie depuis un moment. Ça donne la fougue et l'impression vraiment d'un bonheur enfin rejoint. L'illusion embarque si on reste là. Habituellement chez les hommes, c'est plus de rester là, sans y investir son cœur, et pour les femmes, de projeter une union sans borne comme référence. Mais pour les personnes en conscience, juste de savourer le moment, ça se fait. Et là, si on écoute l'énergie de l'autre, on voit où cette personne bloque et ça dégringole au niveau du caractère assez rapidement.

Je suis tout le temps témoin de ça. Je suis rendue habituée de voir le monde s'auto-saboter tout seul, et de rien y faire car ces personnes-là sont fixées sur ce qui n'est pas réglé en elles et ça les empêche d'apprécier la vie.

Ça revient en boucle. Ce que je savais depuis le départ se manifeste à peu de choses près, tout le temps. Est-ce que ça m'a aidée de faire ce détour-là? Je dirais plutôt divertie, mais avec des conséquences à payer. Je suis obligée de me pardonner et de réparer mon cœur, parce que je l'ai bien ouvert. Pis on avance avec la réparation dans tout ça, de mettre à terme le plus de karma possible. Remise à niveau émotionnelle.

J'ai de la frustration aussi à nettoyer auprès de mes anges. Quand j'ai ouvert en acceptant le cadeau que la vie m'envoyait, je fus surprise qu'on me le retire 48 heures plus tard. J'accepte les choses. Je ne comprends juste pas pourquoi mon âme ne m'envoie depuis huit ans que de l'éphémère, quand mon cœur souhaite profondément rejoindre la bonne personne parfaite pour ma fréquence.

À ce stade-ci, je ne sais pas ce que j'aime le mieux. Rien *pantoute* ou quelques petites aventures parsemées ici et là sur le long chemin du célibat. Les deux sont pénibles. Je ne vois pas ce qui est satisfaisant là-dedans, à part de travailler son intérieur et sa vie spirituelle pendant ce temps. Je n'arrive pas à m'en défaire de cette vie de moine là. Elle est en dualité avec le tempérament de ma petite fille intérieure qui veut avoir du plaisir pendant l'incarnation, et l'âme qui pousse pour se réaliser.

Je me retrouve saisie d'être sortie de mon cocon de chenille. Le papillon quand il sort, il est naïf. Il passe ses adaptations, il trouve sûrement la joie là où il passe. Malheureusement, il ne peut pas faire un retour en arrière et revenir à sa fonction de chenille.

Merci beaucoup! Soyez bénis.

Julie L.



Fatigue printanière?

Le printemps est à nos portes, il fait beau, nous avons commencé à mettre le nez de plus en plus souvent à l'extérieur, nous sentons presque que les vacances arriveront bientôt. La réalité est qu'il nous faut un petit coup de pied dans le derrière pour être en mesure de survivre jusqu'aux vacances ou jusqu'à la fin des classes.

En homéopathie, la raison du choix du remède est très importante car ce qui nous importe le plus ce sont les symptômes et l'étiologie (depuis quand).

Pour vous aider, je vous ai fait une liste des remèdes les plus courants avec leurs symptômes; il vous reste à choisir votre remède homéopathique, selon vos symptômes de fatigue :

- Vous avez des courbatures, votre lit semble dur, vous travaillez physiquement : *arnica*
- Vous travaillez de la tête, vous étudiez, surmenage intellectuel : *kali phos*, phosphoric Acid
- Maigre, déminéralisé, frileux : *silicea*, *calcareia phos*
- Femme triste, déprimée, pas faim le matin, nausée : *sépia*
- Soupire, baille, rumine, *super woman*, plusieurs déceptions et émotions : *ignatia amara*
- Incapable de travailler, plusieurs décalages horaire ou nuit blanche : *cocculus*
- *Workholic*, trouble digestif, souvent au restaurant, stress : *collubrina*

Il ne vous reste qu'à faire votre choix. La dilution de votre choix de remède sera en 30K (ex : *arnica* 30K). La posologie est simple : 3 granules une à trois fois par

jour. L'important sera que dès que vous sentez le regain d'énergie, vous diminuez la fréquence.

Il est primordial avec l'homéopathie de diminuer avec amélioration.

Pour bonifier le tout :

- Faire de bonnes nuits de sommeil
- Régler nos conflits (pour réduire le stress)
- Bien manger (heure régulière et qualité des aliments)
- Faire un peu d'exercice (trop c'est comme pas assez)
- Prendre de l'air
- Ne faire rien, flâner, lire
- Se faire plaisir

Il ne vous reste plus qu'à survivre jusqu'aux vacances.

Marie-Lise Pelletier, homéopathe



ANDRÉ-PIERRE TROTTIER, CPA, CGA

Téléphone: 450 623-4040

438 476-4040

Télécopieur: 450 419-2834

aptrottier@tcpa.ca

6455, rue Doris-Lussier, Suite 500
Boisbriand, QC J7H 0E8

CPA COMPTABLES
PROFESSIONNELS
AGRÉÉS

Célébrités

Julie Leblanc
n.d, animatrice, auteure,
médium multidisciplinaire
www.majulie.ca | 438-794-1965



Rencontre avec Elvis (première partie)

Je vous offre, ce mois-ci, un extrait du chapitre de mon livre *Guérir avec les stars*, disponible sur Amazon. Elvis a été un beau défi vibratoire pour moi, car j'ai dû travailler ma fréquence beaucoup pour arriver à lui. Ça m'a pris 6 mois d'essais et d'ajustements pour y arriver. Disons qu'il y a énormément de faux Elvis de l'autre côté du voile aussi. Avec un grand processus de discernement, que j'ai raffiné sans cesse, j'ai réussi à me rendre au vrai. J'ai vraiment vécu une expérience qui en valait la peine. C'est une dans mes top favorites en fait, dans toutes les rencontres que j'ai faites. Je vous épargne tout le processus de connections, et on va directement au message que Elvis a écrit à travers mon canal, pour vous le transmettre. Ça va comme suit :

Elvis saisit dans ses plans de conscience ce qu'il a à vivre avec moi. Il est temps d'écrire pour lui maintenant :

« S'unir pour être heureux! N'est-ce pas le sujet de votre contemplation? Nous sommes faits pour atteindre des sommets énergétiques. Rayonner l'amour est dans l'unité divine de l'être. Ce n'est pas par choix que l'on se désunit mais c'est par nécessité qu'on se protège. Se rassembler demande des efforts, ceux de croire en "soi". Par des intentions simples telles que d'exprimer l'amour, vous serez protégés par vos choix qui vous apporteront la protection de l'unité.

Être sur scène et partager simplement la musique de votre cœur fût un privilège pour moi, ce qui a permis à nos cœurs de grandes multiplications dans nos vies. Ces poussées grandioses ont pénétré nos champs vibratoires. Quand nos intentions sont pures, les émotions se soulèvent dans notre énergie et se désactivent pour laisser plus de place à notre grandeur. Être King de sa vie, c'est aussi simple que de se lever et de danser dans sa joie.

Mieux vous balancerez vos chakras, mieux vous effacerez les désordres mentaux qui vous lient à de l'illusion et qui bousculent vos vies. Plus vous êtes petits, moins

vous méritez d'entrer dans cette danse. Apprendre à être "soi" commence par la valeur que l'on se donne, comme le plaisir d'être soi-même sans complication. Voulez-vous contribuer à amener les gens à exprimer l'amour envers eux? Être "soi-même" rend heureux. Se donner la possibilité d'orienter sa vie sur le sentiment d'être heureux et d'accomplir des actions en ce sens, qui font de notre image de "soi", une facilité percutante sur ses défis de vie.

Une noble cause aide son moral à déterminer le sens de ses vraies valeurs. S'accomplir dans la vie commence par un "oui je m'autorise le don de soi, dans le respect de tous". Ce qui nous unit et nous rassemble, c'est la joie de vivre. Parsemez votre vie de cet ingrédient afin que l'on vous distingue comme une source qui multiplie les inspirations et les occasions d'ouvertures, pour recevoir davantage et d'aimer encore plus ses talents, en exécution dans le portrait de la société. Parfois, nos choix sont horribles à faire parce que nous ignorons la différence de ce que nous pouvons faire dans notre cœur pour commencer, dans notre vie par la suite, et autour des gens dans notre village. N'est-ce pas une bonne occasion de passer une bonne soirée à danser et célébrer la vie?

La célébrité nous anime lorsqu'on s'en sert pour soulager l'humanité. Elle permet de réaliser des changements de masse et de conscience qui peuvent être très bénéfiques pour la planète. C'est le plaisir d'amener les gens à faire la même chose parce qu'on réussit à "être". Combien de personnes croyez-vous se sont échangé de l'amour sur mes chansons? Les gens ont besoin de s'abreuver de leur amour et tous cherchent inconsciemment à le partager. Les éléments déclencheurs peuvent les rejoindre, ils peuvent se laisser aller et se nourrir de leur propre source par la suite. Sachez que de chanter l'amour est un don de Dieu qui rend hommage à tout homme et toute femme de courage, à travers toutes épreuves. »

Je le vois jouer de la guitare devant les gens, même si certains sont en désaccord avec ce qu'il amène.

« Demeurer concentré à votre mission de vie, malgré les révoltes extérieures, demande une meilleure connaissance de ce qui est possible. Au contraire, vous neutraliserez l'effet et réussirez à prendre de l'expansion dans votre Amour, puis soulagerez les cœurs des autres sur votre passage en même temps. Faire l'amour commence par la connaissance d'autrui, l'écoute. Pour apprendre comment ça marche, il faut regarder de et à l'intérieur notre propre mécanisme. Sortez les "poubelles" et soyez conscient de ce que cet amour peut faire pour vous, ainsi que nettoyer chez vous. Cela se partagera automatiquement lorsque

vous rejoindrez le cœur des gens par votre intention branchée sur votre rayonnement maximal.

Chercher la bataille ne devrait pas exister, surtout quand on chante l'amour. La guerre n'est pas dans notre nature. Dans la mesure où l'on sait créer de l'amour, nous rehaussons toutes les dimensions personnelles que chaque personne rencontre dans ses soucis quotidiens. S'il y a un conflit, vous vous renfermez sur vous-même. Vous regardez les autres danser, en vous demandant comment détruire ce moment, parce que vos valeurs ont été touchées. Vous jugez ce qui est mal, à partir de votre mal d'être". Allez-vous permettre d'ouvrir à nouveau et de vous réconcilier dans votre cœur, et votre enfant vous montrera comment retrouver la joie que vous procurent l'amour et la danse. Faites du ménage dans votre vie. »

On me remontre l'image de la première porte.

« C'est dans l'amitié que je viens à vous à travers ce chapitre, pour vous remercier de ce succès que vous m'avez apporté. Je vous confirme la recette qui a fait ses preuves à travers les temps et qui génère beaucoup de récoltes encore aujourd'hui.

Nous savons tous danser, même si vous êtes persuadé du contraire. À peine debout et même avant de marcher, nos bébés dansent. La danse se glisse dans n'importe quelle occasion. La joie aussi, même lors de funérailles. Lorsque vous terminez votre journée de travail, vous avez le goût de rentrer chez vous et que ça sente l'amour. Alors, semez cet amour car il vous nourrira en retour. Si vous réalisez que votre enfant intérieur a peur parce que les choix que vous avez faits l'ont hypothéqué en quelque sorte, faites de ce pas les changements appropriés pour respecter votre cœur. Cet enfant vous le rendra. Sa noble liberté vous rendra heureux. Il a le goût de l'exprimer, c'est sa volonté. Vous descendrez dans les rues et vous ferez preuve de charité auprès de vos semblables; vous ferez un monde meilleur dans la vie de quelqu'un et de plusieurs personnes. Faire la différence dans la vie de quelqu'un vous ouvrira la porte du succès de vivre.

Elvis xxx Love me You"

Suite le mois prochain...

Julie L.

<https://www.amazon.ca/Gu%C3%A9rir-avec-stars-Julie-Leblanc/dp/1539937356>

Girly things!

Vie-Vy
Étudiante modèle
majulie@live.ca



La pâte à biscuit comestible

Bonjour,

Il y a quelques mois, je vous ai présenté une recette cuisinée de pâte à biscuit crue, que j'avais faite. La chronique d'aujourd'hui concerne une entreprise québécoise qui en fait commercialement. Ma mère trouve que c'est cher 8\$ pour un petit pot, mais c'est tellement bon.

J'en achète avec l'argent que je gagne en gardant les enfants, et j'ai développé des ruses pour cacher mon pot dans le frigidaire, afin que mes sœurs et mon frère ne le trouvent pas. Ça inclut que je le mange en cachette aussi, pour qu'ils ne voient pas que j'en ai encore. C'est un produit à la mode, mes copines et moi en parlent beaucoup à l'école.

Je collectionne même les pots que je mange et je les garde dans ma chambre. On peut dire que j'ai la passion de la pâtisserie. Par contre, c'est aussi sucré que les biscuits que l'on achète. Il faut faire attention pour ne pas tout manger le pot trop rapidement.

Alors, voici ma chronique vidéo sur le sujet. J'espère vous faire connaître quelque chose de délicieux.

Vie-Vy xx

<https://youtu.be/L-1ouE9DkqM>



Top 10 de mes produits de consommation préférés

Nous avons des préférences dans nos choix. Je me suis amusée à trouver quelles sont celles qui améliorent ma vie. Ça inclut le bonheur, le côté pratique. Bien que cela semble personnel, je suis certaine que vous pouvez apprendre sur vous en établissant 10 objets qui définissent votre vie sur terre.

10- Les Q tips :

Les vrais... Ceux qui portent la marque. Pour moi, je les trouve parfaits. Et que je m'en sers! Ça fait presque 40 ans que je me cure les oreilles avec, ou que j'enlève du maquillage qui me tombe dans mes yeux. Sans parler des contours de rouge à lèvres améliorés grâce à ça, ou les manucures de vernis à ongle qui dépasse. Nettoyer les nombrils des bébés. Pour moi, il y en a dans la trousse de premiers soins, dans la trousse de maquillage et c'est clair que j'en amène en voyage. Je n'aime pas les mous et les autres marques. Je suis vendue à eux.

9- Mon masturbateur à batterie :

Je m'excuse, c'est très cru. Le vibreur a été inventé par des médecins qui soignaient l'hystérie chez la femme. Quand elle a son orgasme, son moral va mieux. Bien que beaucoup d'hommes ne savent pas bien faire l'amour, une femme qui s'aime ne peut pas se séparer de son objet à orgasme ultime. Assez que mes jouets viennent en renfort dans ma vie de couple. Lui aussi, je l'amène en voyage. Je suis autonome dans ma vie parce qu'il est là. Je n'aurais pas pu passer huit ans célibataire en équilibre sans ça.

8- Les lunettes fumées :

Je n'ai pas le choix d'inclure ceci à mon tableau. J'ai une sensibilité au soleil. J'aime bien ça le confort oculaire. J'apprécie mon été grâce à ça. Je vais rentrer dans cette catégorie ma lunette de vision que j'ai depuis trois ans seulement,

avec laquelle j'écris à l'ordinateur et je lis. Ça aussi c'est capital, quand tu en as besoin. Comme c'est plutôt nouveau pour moi, je suis encore capable de voir sans. J'ajouterais la crème solaire ici. Celle-là, je l'aime moins, mais comme je brûle, elle devient vite indispensable.

7- Le sirop d'érable :

Une des raisons pour lesquelles j'ai choisi de naître au Québec, c'est bien celle-là. Si j'avais été d'une autre culture et que j'y avais goûté, ça m'aurait obsédée d'en vouloir d'autre. C'est vraiment quelque chose qui me fascine aussi au niveau de la culture, et que dès que je peux, il y en a dans mon assiette. Pour moi, c'est un nectar divin, peu importe où il est rendu dans son processus de transformation : l'eau, le réduit, la tire, les bonbons... C'est vraiment quelque chose qui me met des étoiles dans les yeux, que ma bouche trouve tellement bon, et ça rouvre mon cœur et mon extase devant la vie.

6- Les bagels Saint-Viateur :

J'aime tellement le sésame, en plus. Ça fait cinq ans que ce produit est dans ma vie. C'est mon plaisir du soir à 22:30. Peu importe la garniture qu'on met dessus, c'est toujours un délice. Je vous dévoile un secret bien gardé. J'ai un faible pour le beurre d'arachides croquant de Kraft, le pot rouge. Il est inégalé. J'ai beau avoir essayé tous les beurres semblables au niveau des concurrents, je reviens tout le temps à lui. Je m'en fous, finalement, s'il y a du sucre dedans. Il est bon. Le bagel se marie très bien avec du beurre. Le beurre fait partie aussi de mes grâces. La vie sans beurre, c'est malheureux.

5- Le savon à fruit et légume :

Je suis très consciente que nous avons des légumes et fruits de qualité, et c'est beaucoup plus appétissant ainsi. C'est difficile d'amener cette beauté-là à ce niveau-là. Je sais qu'ils sont protégés par des produits mais je refuse de les manger s'ils n'ont pas pris de bain avant. J'aime beaucoup éliminer les parasites en même temps. J'amène la culture à mes enfants que d'essuyer sa pomme sur son chandail n'est pas suffisant. C'est difficile pour eux de comprendre, car la semaine où ils sont chez leur père, les légumes ne prennent pas de bain. Donc, vous comprenez que c'est le genre de produit que j'aime offrir aux gens à Noël.

4- Les chandelles :

Je suis contente que l'éclairage et le chauffage aient évolué. Je suis heureuse d'appuyer sur un piton et que la lumière s'allume à 3:00 am. Pareil pour le piton

du chauffage. C'est tellement merveilleux. Mon foyer, c'est un poste à la télévision. J'adore aussi les vertus alimentaires d'un traditionnel poêle à bois. Mais la chandelle a quelque chose de particulier. Elle est accessible, c'est facile, elle a un aspect énergétique et spirituel, et ça, j'en ai besoin. 24 heures sur 24, il y a un cierge qui brûle chez moi. Je m'achète des chandelles avec la fréquence de mes anges. Je m'en sers beaucoup pour le nettoyage énergétique quand je travaille. Je prie avec des chandelles.

3- Je suis accro à mon téléphone :

Je suis tellement heureuse de l'intelligence et du côté pratique de mon cellulaire. Je paye mes factures, j'ai accès au cœur de ma business avec. Il me divertit, il développe mes relations, me rend accessible en tout temps pour les membres de ma famille. C'est tellement efficace pour communiquer. Un téléphone qui ne marche pas bien, c'est tellement frustrant... tout bloque. Cadran, lampe de poche, calculatrice, traducteur, appareil photo, caméra vidéo, dictaphone, gps, internet...tout! C'est tellement merveilleux. Message texte, message audio, message vidéo, conversation à plusieurs...vraiment génial. Je peux vivre sans ordinateur à condition que j'aie le téléphone.

2- Baume à lèvres Lip Medex de Blistex :

J'ai un problème de lèvres, ça se débalance facilement. J'ai tendance à faire des feux sauvages. Mes lèvres deviennent sèches à rien, même si je m'hydrate beaucoup en buvant de l'eau. J'ai l'habitude d'en mettre tous les soirs avant de me coucher. C'est l'étape qui vient avant d'éteindre la lumière. J'en mets durant la journée avant d'aller jouer dehors. C'est le produit que je suis le plus contente d'avoir au monde. Une vie sur terre sans ça, pour moi c'est impossible. J'en ai essayé d'autres marques. C'est un indétrônable.

1- J'hésite ici :

Mes souliers de course, mon lit, ma voiture, le toit sur ma tête, mon bain, la toilette, le frigidaire, le poêle, le thé, le chocolat au lait Lindt, les sous-vêtements. C'est trop difficile de faire un top 10 finalement.

Julie L.

Médecine traditionnelle chinoise

Bing Xiang N.D.
Praticien en MTC.
Conférencier. Formateur.
Tél.: 514-253-5585



Tél.: 514-523-2282
Conférencier. Formateur.
Tél.: 514-253-5585

Les dimensions

Je vous explique aujourd'hui qu'est-ce qu'une dimension, la différence entre la première, la deuxième, la troisième, la quatrième et la cinquième. C'est pour amener à comprendre les éléments qui co-crément la vie. Quand on comprend les choses, c'est plus facile de s'en servir.

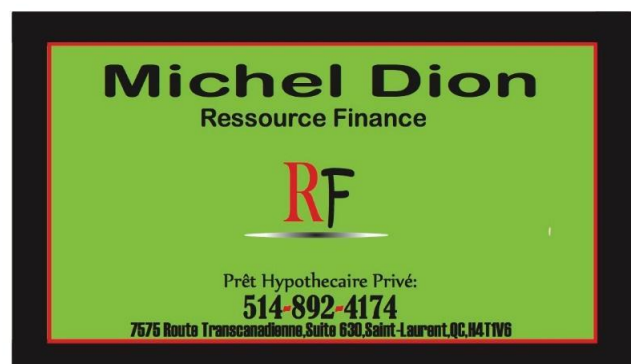
On se promène constamment d'une dimension à l'autre, tout dépendant de notre degré d'évolution. Avec la conscience de comment ça se passe, on prépare notre cerveau à recevoir plus d'informations.

Je vous invite à écouter ma capsule vidéo. En plus, j'annonce des ateliers que je fais gratuitement, si vous êtes intéressés à recevoir des connaissances. Je vous les transmets.

<https://youtu.be/-gl9nw5pYfs>

Merci pour tout.

Bing



*Que les astres
vous soient favorables*

Alexandre Aubry

Astrologue
alexandre.aubry@norja.net
514-667-4803



Horoscope quotidien

Nous vous offrons dans la revue maJulie un lien vidéo qui vous donne accès à votre horoscope quotidien.

Dynamique et passionné, Alexandre Aubry, est le fils de la très réputée astrologue Jacqueline Aubry. Il est tombé dans l'astrologie dès sa naissance. Depuis une quinzaine d'années, il laisse sa marque dans les différents médias québécois. Il signe de nombreuses publications autant annuelles, mensuelles, hebdomadaires que quotidiennes. Il a occupé l'espace quotidiennement dans la voiture, dans les bureaux et dans les foyers grâce aux ondes radio de Rythme FM pendant plusieurs années. Vous le voyez régulièrement sur votre téléviseur en début d'année, pour y présenter ses prédictions annuelles, dont entre autres à Salut Bonjour! On le retrouve également un peu partout en province grâce à ses nombreuses conférences sur l'astrologie.

<https://www.dailymotion.com/alexandreaubryastrologue>





La magie des mudras

Qu'est-ce qu'une mudra (prononcez *moudra*)? À vrai dire, il est normal de devenir confus dans le charabia yogique lorsqu'on entend des mots tels que mantra, mudra, asana, pranayama, et cetera!

Je vais porter à votre attention aujourd'hui la magie des mudras. Mudra pourrait se traduire par le yoga des doigts. Imaginez quelqu'un qui serait, pour une raison ou une autre de guérison, confiné au lit sans pouvoir utiliser ses jambes. Cette personne pourrait obtenir beaucoup de bienfaits de tout ordre à pratiquer sagement des mudras.

Des mudras, il y en a des centaines. Si vous avez identifié qu'un aspect de votre vie tourne en rond, que vous avez une blessure qui remonte de manière récurrente, qu'un de vos organes a fait jusqu'à maintenant preuve de faiblesse, il y a une mudra pour chacune de ces raisons, et plus encore! Certaines soignent physiologiquement, par exemple une fatigue généralisée, d'autres atténuent les mélancolies, le manque d'estime de soi, la dépression ou même les phobies.

Dans l'imagerie bouddhique, yogique, nous avons l'habitude de voir le traditionnel *mudra chin* (celui où nous rejoignons de chacune de nos mains, pouce et index). Souvent associé à des images de méditation, suggérant le recueillement, tenu par une personne assise, on voit mudra chin profilé dans ses doigts. Cette mudra fait en effet circuler l'élément éther dans votre système, elle apaise votre champ éthérique, aura. Elle est aussi une posture qui aide à dissoudre l'égo. En effet, l'index étant le doigt de la direction, celui du reproche et des sermons, il se fait bien taire et stabilisé par le *ground* de notre cher pouce.

Dans chacun de nos doigts et mains (de même que orteils et pieds), il y des terminaisons nerveuses, des *nadis* (un autre terme dont j'aimerais vous entretenir

bientôt) qui créent ensemble des connexions stabilisantes lorsqu'elles sont rejointes.

Par exemple, la mudra de la concentration, si simple, vous la verrez souvent tenue instinctivement par des personnes influentes ou des orateurs éloquents (pensez à Fred Pellerin), qui est de réunir chacun de ses bouts de doigts, pouce contre pouce, index contre index, etc. Essayez-la!

Cette mudra permet à nos hémisphères de connecter ensemble leur force mutuelle pour permettre que vous exprimiez exactement ce que vous avez créé à l'intérieur de vous lorsque vous prenez la parole en public. Dans le cas de Fred Pellerin, on peut voir qu'il l'utilise comme un déclencheur pour arrimer sa pensée et son verbe et par la suite, il décolle, il nous enivre de sa magnifique et unique poésie.

Une bonne idée serait de pratiquer une mudra par saison. Au printemps, le foie a besoin de toutes nos attentions. Il existe des mudras spécifiques à cet organe. De plus, comme chaque organe a son émotion/sentiment qui lui est relié (foie : colère, sérénité), la pratique de la mudra permet d'équilibrer ces deux polarités.

Que des bienfaits! Et si simple à insérer dans sa vie. Dans tous nos moments d'attente imposés, par exemple lors de nos méditations assises ou allongées, on peut y associer une mudra. Lors d'un power nap, pourquoi pas? J'explique souvent à mes élèves qu'à partir du moment où une mudra a été activée en conscience, on peut ensuite tout à fait la pratiquer dans des moments où notre présence à soi n'est peut-être pas totale mais tout de même, reliée. C'est-à-dire que nous nous maintenons relié à soi, à nos besoins, par la voie du corps.

Je vous révèle ici la mudra du foie et de la sérénité :

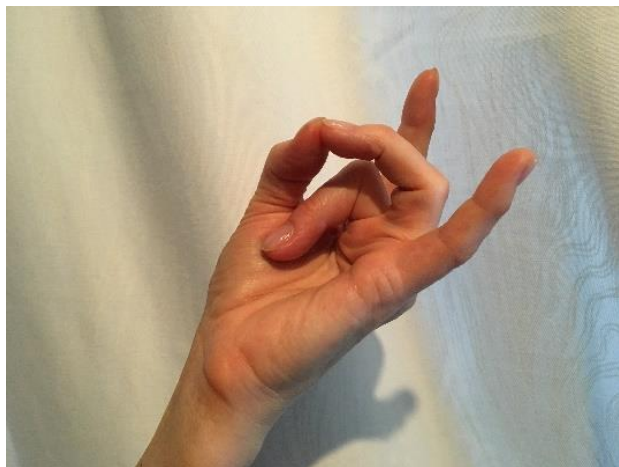
Les majeurs sont placés à la base des pouces, sur le mont de Vénus, et les pouces et les annulaires se touchent derrière le majeur. Je dis souvent que les pouce et annulaire s'embrassent dans le dos du majeur tandis que celui-ci reste serein. ☺

Bonne pratique.

Namasté

Chantal Christin

*** Une bonne référence québécoise d'un ouvrage sur les mudras serait :
Mudra, le yoga des doigts, Locana Sansregret en co-écriture avec Juliette Dumas, Éditions Flammarion.



Julie Leblanc

n.d, animatrice, auteure,
médium multidisciplinaire
www.majulie.ca | 438-794-1965



Le Manoir Papineau

Pour ce mois-ci, j'ai pris une chronique vidéo que j'avais déjà faite. C'est mon plan B. Je vous explique.

Le comté de Prévost a déjà eu un député péquiste, une dénommée Lucie Papineau. Je l'ai rencontrée plusieurs fois dans le cadre de ses fonctions. Aujourd'hui, elle est retraitée et se dit citoyenne ordinaire. Mais c'est faux. C'est la descendante directe de Louis-Joseph Papineau, un personnage historique que j'admire beaucoup.

J'ai beaucoup de plaisir à visiter ses legs monumentaux. Dans le fond de mon cœur, j'aurais tellement eu le goût d'y aller avec Mme Papineau. Faire une entrevue avec elle là-bas. Parler de son vécu de femme en politique. Le rêve, quoi.

J'ai essayé de rentrer en contact avec elle à nouveau pour solliciter un entretien. Elle n'a pas voulu. Elle dit que tout ça, c'est derrière elle. C'est triste tout ça. Moi, quand je vais être sage comme elle, j'espère que je vais partager cette richesse avec mon peuple et aider les gens à prendre connaissance de ce qu'il y a dans nos fibres.

C'est un peu la déception quand tu as des idées de grandeur, par pur plaisir de célébrer la création, et que les gens se réservent et tiennent fermée la connaissance sur eux.

Donc, je me suis débrouillée pour vous montrer cette partie de moi qui est en énergie, plus que l'animatrice standard si j'avais été en entrevue normale dans le plaisir d'écouter et d'apprendre de ce qu'elle a à dire.

C'est de la médiumnité assumée comme on dit. Alors voyez la partie flyée de ce qu'on peut retrouver là-bas. J'ai fait une capsule vidéo à leur insu. À l'époque, je ne savais pas que ça allait se retrouver dans une revue.

<https://www.youtube.com/watch?v=PHdAfrzqAVQ>

Julie L.



Je sais que je ne sais finalement pas grand chose

Je sais, je sais, je sais...

Il y a l'enfant de deux ans qui dit non pour un rien et un tout...il ne fait pas exception.

Il y a l'ado qui se rebelle et prend difficilement les conseils, ça va de soi.

Il y a le jeune universitaire qui aime étaler, affirmer et imposer les nouvelles connaissances qu'il acquiert. Je sais, je suis passé par là.

Il y a aussi tous ceux qui, à l'âge adulte, persistent et signent à tous vents leurs certitudes avec des oui mais, par contre, moi je...

Ces gens sont légions; ils ont possiblement un cerveau gauche plus développé comme 80% de la population. C'est bien **mais...** ils font souvent suer. S'ils exagèrent, ils se retrouvent aisément seuls avec leurs vérités. **Par contre..., moi je...**

Ce préambule m'amène à partager quelques réflexions sur la vérité :

- La vérité est ce qui t'es utile pour évoluer. Elle n'est pas statique et immuable. Prenons l'exemple du symbole d'une échelle : chaque barreau ou palier représente un niveau de conscience. Eh bien, les vérités qui te permettent d'être stable et à l'aise sur un des barreaux ne seront pas nécessairement les mêmes que celles sur les barreaux subséquents. Plus tu t'élèves en maturité, en expérience, en connaissance et en sagesse, plus les perspectives et les horizons changent et plus les vérités sont, à tout le moins, comme... flexibles, peut-être même... subtiles.
- Il y a dans ce monde, même à cette époque, oui, oui, quelques hurluberlus qui recherchent la Vérité. Croyez-moi. J'en suis un. On nous appelle communément **les chercheurs de vérité**. On recherche l'Intelligence dans

ce qui s'impose ou qu'on conçoit naturellement. Ceci est notre terrain de jeu en plus de nos autres rôles. Or, ce que tu recherches... te cherche, dirait peut-être monsieur de La Palice. On est des électrons libres adaptés. On est des Chevaliers silencieux en quête du Graal. À la fin de cette quête, il faut toujours conserver l'espoir de ses rêves. Y aurait-il la vérité intérieure recherchée : le Graal?

- Qui dit vrai? Votre grand-mère ou arrière-grand-père né en 1900, votre conjoint ou votre enfant? Le curé ou l'Iman? Trump ou les journalistes? Les mondialistes ou les nationalistes? Les tours jumelles du 11 septembre, la mort de JFK? Les réseaux pédophiles mondiaux et l'élite politique, économique et religieuse? La terre creuse et le voyage à l'intérieur de la terre de Jules Vernes et les secrets de l'Antarctique? Et tous les films de science "fiction"? La vie après la mort? Les E.T. et la vie dans le cosmos? La science et les miracles? Jusqu'où limite votre esprit cartésien critique ou votre ressenti devient précurseur? Où est la vérité? Pourquoi se poser ces questions? Et pourquoi pas? dirait l'électron libre. Pourquoi ne pas s'amuser. Pourquoi ne pas défaire des formes? Pourquoi ne pas être créatif...si on a à l'être.
- Croyances et vérités : les deux vont de pair. Elles s'insèrent dans un cercle vicieux même; qui est le prélude à l'autre? Il y a des vérités qui se greffent et qui sécurisent les croyances. Il y a des croyances qui viennent de nulle part. Il y a des vérités qui ne tiennent pas la route. Un jour peut-être...à leurs heures...peut-être pas.
- Qu'est-ce qui est important? Les croyances et les vérités du mental qui satisfont, confortent et limitent l'ego ou la personnalité? Pas grave...un jour ou l'autre la **V**érité ressurgit. Oups, peut-être n'importe quoi : **V**.
- Il y a l'éphémère, il y a l'essentiel. Il y a les détails, il y a la vision. Il y a ce qu'on sait et ce qu'on connaît. Il y a ce qu'on pense savoir et ce qu'on pense connaître. Il y a ce qu'on ne sait pas et ce qu'on ne connaît pas. Encore une fois, tout est relatif. C'est le jeu de la vie pour chacun. Ça aussi, c'est peut-être la vérité. Heureusement ou malheureusement.
- Il y a des vérités qui sont plus vraies que d'autres, dans le temps, dans le moment où on récolte le magnifique présent. Celles-ci sont méritées, l'espace que ça passe; elles vous appartiennent, vous les attendiez peut-être ou non, ce n'est pas important, mais **vous savez** : elles procurent un

moment de bonheur. Il y a des moments où le mental capitule et laisse la place au cœur et à... la chaire de poule.

- Ces moments de bonheur ne se commandent pas, ils se vivent au gré de la magie de la vie, aux clins d'œil appréciés quand on est "toute" là, ou...pas.
- Le scintillement de votre coffre au trésor est la lumière de votre vérité qui a permis des expériences inoubliables. Conservez-la toute votre vie. Il y a des baumes plus importants que la souffrance.

Permettez...oubliez tout ce qui précède, il fallait une excuse...

Je sais, je sais, je sais que je ne connais rien...sauf, de plus en plus, l'essentiel.

<https://youtu.be/orDR4JA91F4>

Claude Daigneault



Gratitude

J'ai préféré appeler cette section gratitude plutôt que contact pour deux raisons. La première, c'est qu'il est très difficile ou exigeant d'être 100% autonome, surtout dans mon cas, parce que je touche à tout. J'ai probablement passé trop de temps à écouter la télévision, plutôt que de développer tous mes talents ou les aptitudes requises pour m'accomplir. C'est pourquoi je suis allée chercher de l'aide pour combler ce qu'il me manquait pour pouvoir réaliser ce projet.

Il est important pour moi de remercier tous ceux qui participent à la cocréation du grand plan de la vie. Déjà, ces collaborateurs vous pouvez les joindre à partir des informations de leur bannière. Mais j'ajouterais ici tous ceux qui ont participé au montage et à la réalisation de ce produit.

J'aimerais aussi souligner les partenaires financiers qui vont se joindre éventuellement, avec un volet publicité, parce qu'un tel projet nécessite des fonds, ainsi que le temps précieux de ceux qui m'aident. C'est également le moyen de prendre de l'expansion et de mieux définir la qualité de la revue. Alors oui, si vous voulez faire une publicité dans la revue, c'est possible, soit visuellement par une image, ou encore par un document audio ou vidéo. Vous n'avez qu'à m'écrire à l'adresse suivante : majulie@live.ca. Les coûts sont abordables. J'accueille également toute participation volontaire.

Dans cette section, il y aura aussi une galerie d'art. Je souhaite vous présenter des artistes qui ont un très grand talent. C'est en quelque sorte ma contribution culturelle. Les artistes viennent toucher notre âme et nous font voyager par les vibrations que dégagent leurs œuvres.

Éventuellement, cette section accueillera aussi un volet communautaire, pour les gens qui font du bien à la société et qui méritent également notre collaboration. Ça vise à susciter l'entraide et à nous stimuler à sortir de notre cocon, pour nous réaliser un tant soit peu, collectivement.

Galerie d'art

Artiste peintre

Gigi Leblanc

Tél: 418-818-9630

Page Facebook: facebook.com/gigi.leblanc.7



Gigi Leblanc

Je suis originaire de Shédiac au Nouveau- Brunswick. Depuis mon plus jeune âge, le dessin m'a toujours fascinée; enfant, je passais mes journées à dessiner sur le sable des mondes imaginaires. Lorsqu'il pleuvait, je coloriais et j'étais fascinée devant ce monde de couleurs. Déjà enfant, j'avais le profond désir d'aider les autres à entrer en contact avec leur richesse intérieure et leur véritable raison d'être. Voilà pourquoi j'ai d'abord opté pour des études en travail social. C'est uniquement quelques années plus tard que la vie mettra des signes qui m'orienteront vers la peinture.

Ce fut devant une des toiles du grand peintre Québécois Jean-Charles Tremblay que des larmes coulèrent pour la première fois devant la beauté de l'art. Cette vision éveilla en moi la passion qui dormait depuis tant d'années. Il deviendra une personne très significative, à la fois un mentor et un guide, qui m'aidera à trouver celle que je suis véritablement comme peintre.

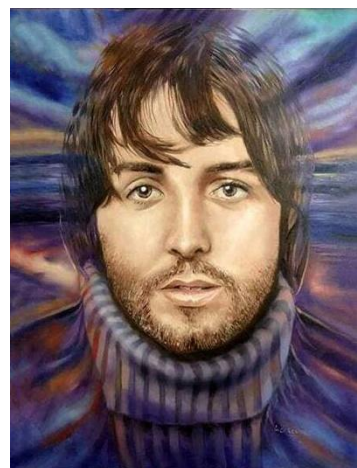
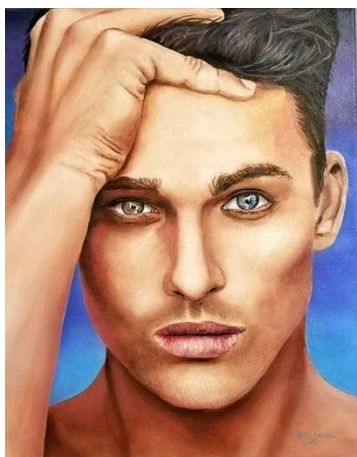
Toujours en quête de vérité, mes pinceaux vibrent dans cet espace où rien ne se définit. Mon esprit de liberté me fait voyager entre l'huile et l'acrylique, au gré de ma fantaisie. Mon imaginaire vogue entre le symbolisme et l'expressionnisme contemporain. Sans me poser de question, j'écoute et respecte mon intuition qui me guide au fil de ma création afin de soulever les voiles de ma conscience.

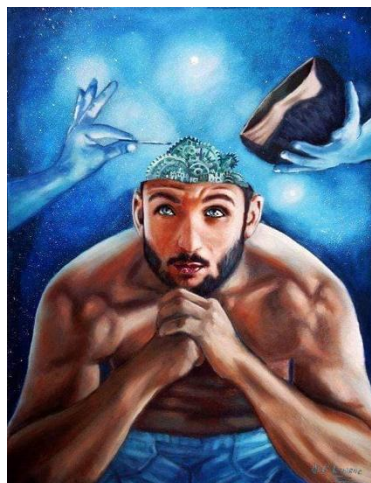
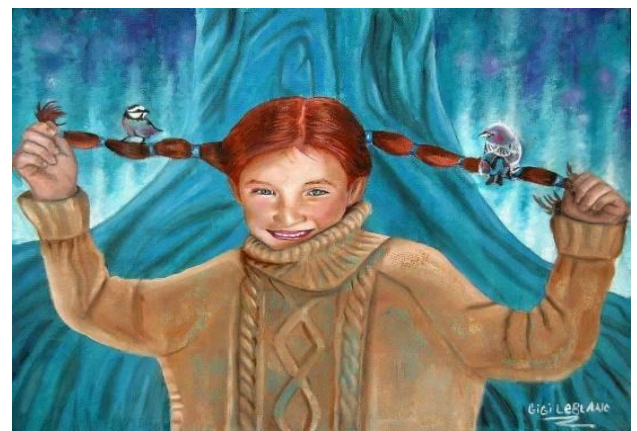
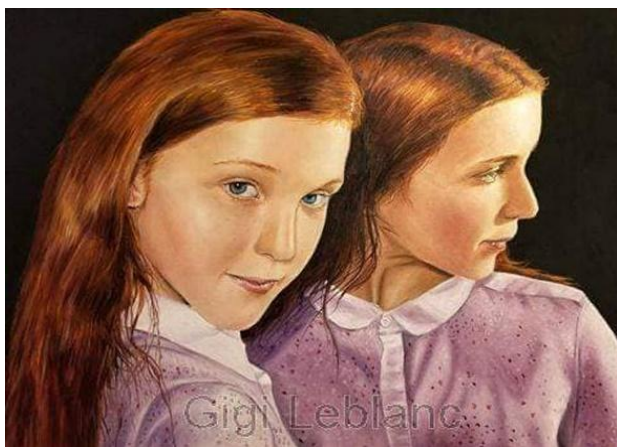
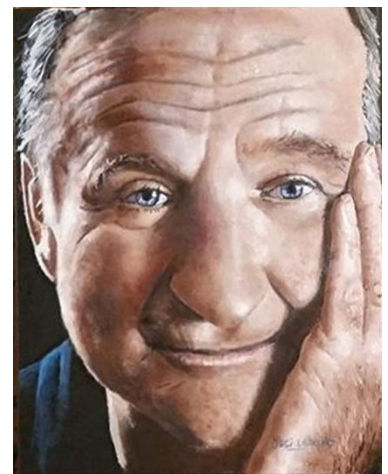
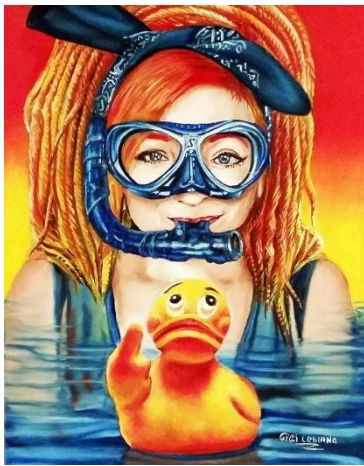
Ce qui est essentiel pour moi, c'est le rapport entre mon art et tout ce qui n'est pas de la peinture. C'est mon désir de capter les couleurs et les saveurs du

monde. Ce voyage dans l'essence de ce qui est, dans son état évolutif sans le définir.

Alors, faites le voyage avec moi et n'hésitez pas à tendre l'oreille et ouvrir les yeux. Peut-être que vos secrets vous seront révélés...

Je suis toujours disponible pour vos commandes personnalisées.





Collaborateurs

Marketing web

Marcel Dupont Jr
marceldupontjr@gmail.com



Graphiste

Véronique Léonard
veroniqueleonard.com
leonard_designphoto@hotmail.com
(418) 563-4642



Collaboratrice

Johanne Goyette
johanne.goyette@videotron.ca
819-246-2795



Correction de textes

Marie Perreault
Psychologie transpersonnelle,
yoga, méditation, alimentation écoresponsable
marie.revuemajulie@gmail.com

