

Revue majulie.com

La Voix de la Conscience

Tome 2, volume 7, Janvier 2020

Entrevue

Lise Dion

*Authentique
et talentueuse*

Aussi à lire:

Meilleurs

Vœux

2020!

-Les 7 égrégores au Québec

-S'affirmer sans attaquer

-Suivre son intuition

-La gérance du stress

Julie Leblanc

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



Une année significative commence!

Permettez-moi de me joindre à toute l'équipe des bénévoles de la revue, pour vous transmettre le meilleur de nous-mêmes. Nous vous souhaitons cordialement, d'être Qui Vous Êtes, en toutes circonstances, dans l'équilibre.

L'évolution est activée cette année, avec une belle puissance. Nous construisons dans le présent, de belles ouvertures. Des occasions qui nous permettrons de rassembler, que le meilleur de Qui Nous Sommes.

À chacun ses succès! Que chacun libère ses regrets! (poésie ici)

C'est ce que je vous souhaite pour la nouvelle année. Que chacun se donne le droit de se respecter, et de briller. Réalisez-vous, profitez de la vie. Appréciez-vous. Rendez grâce pour votre vie et à ce privilège d'avancer en conscience. La merveilleuse création du monde que vous êtes a beaucoup à accomplir. Et c'est le fun quand on le fait ensemble.

Qui de mieux que Lise Dion pour illuminer nos rêves à rejoindre. Elle a 64 ans et désire retourner à l'école pour faire le film sur sa mère. Allo les Projets! Le grandiose en nous se manifeste. Je vous souhaite sincèrement d'être à l'écoute, de ce que cette énergie peut vous transmettre, et

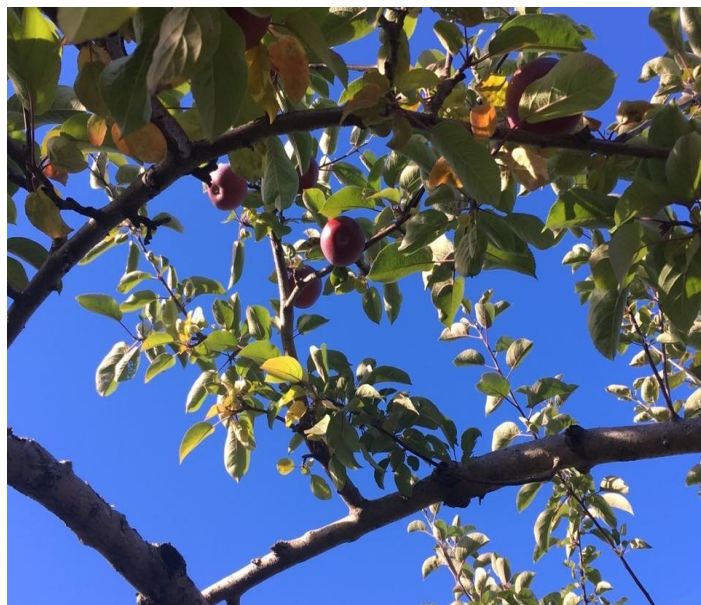
amener à construire davantage avec le Soi. Le soit bénit, le soit heureux.

Dans la revue, vous trouverez la possibilité de connecter avec vos sens et intérêts. Prenez le temps d'accueillir tout ce contenu magnifique. Il est pour vous autres! Et transmettez-le à vos amis! Ça fait du bien.

Je vous souhaite une bonne lecture, un bon divertissement, un grand enrichissement, et pour ainsi vous donnez le goût de contribuer en tant qu'être dans votre vie de tous les jours, avec les gens que vous aimez.

Que cette année en soit une positive vibratoirement, et au niveau de l'histoire également. Bon avancement!

Julie L.



Accueil

Bienvenue!

Nous savons que c'est un projet de contenu, et que ça demande du temps pour passer au travers. Peut-être réservez-vous la possibilité de lire un article par jour. Certaines chroniques contiennent des vidéos en plus.

Merci d'être atterri chez nous.

PRÉSENTATION :

Revuemajulie est un rassemblement pour travailleur de lumière, pour présenter des accomplissements et réalisations, qui peuvent aider à prendre conscience, de Qui Nous Sommes et de notre fonctionnement. L'objectif est d'ouvrir le chemin et d'aider toute personne à prendre soin de son cheminement intérieur, de son corps, de sa beauté d'âme. Cela inclut aussi d'élargir ses connaissances, et de se nourrir d'outils de croissance, de créer des ouvertures pour améliorer la condition humaine et son essence dans la matière, et pourquoi pas aider la planète.

Fondée en avril 2018 par Julie Leblanc n.d, médium multidisciplinaire, et animatrice, au Québec. C'est au moyen du web que le contenu est diffusé. Merci d'être avec nous sur "revuemajulie.com", et de le partager avec vous pairs conscients. Bonne lecture.

MISE EN GARDE ET AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ :

Les chroniqueurs/euses sont entièrement responsables de leurs propos et création, 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 leurs sont 100% attribués et ils en sont aussi responsables. Leurs coordonnées sont sur leur bannière. Veuillez traiter directement avec eux si vous voulez les joindre. Nous sommes ici dans une co-opération, où tous le monde est autonome, spécialisé dans leur créno.

De plus, nous ne pouvons nous porter garants de l'exactitude de cette information. 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. Revue de contenu.

Table des matières:

Mot de la rédactrice, Julie Leblanc..... 2

Entrevue avec l’invité du mois, Julie Leblanc..... 5

Conscience:

Esprit d’abord! Humain ensuite! Jean Casault.....9

La magie de la forêt, Robert Internoscia.....12

Méditation guidée, Julie Leblanc.....14

L’amour de soi, Bianca Piculeata.....15

Au fil des énergies, Donald Doan.....17

Une médium vous répond, Julie Leblanc.....18

Tout s’explique, Isabelle St-Germain.....20

Spiritualité, Jean-Paul Simard.....22

Chronique d’une âme en cheminement, Prah-ladji Patrick Bernard.....23

Pleine Conscience, Suzanne Déborah Jennings.....32

Célébrités, Julie Leblanc..... 34

Relaxation holistique, Daniel Zekkout.....38

Sciences cosmiques, Ronald Ménard.....39

Matière:

Le jardin des anges et archanges, Joane Flansberry.....42

Les dimensions de l’âme, Luc Côté.....44

Céliba-Terre, Julie Leblanc.....45

Énergie santé, Marie-Lise Pelletier.....48

Libre arbitre, Gilles Levasseur.....54

Santé vous bien, Colombe Gauvin.....57

Top 10, Julie Leblanc.....60

Bien-être corps-esprit, Louis-Michel Martel.....63

Médecine chinoise traditionnelle, Bing Xiang.....64

Le chemin de l’autochtone, Patricia Arial.....65

Découverte du patrimoine, Julie Leblanc.....67

Horoscope quotidien, Alexandre Aubry.....69

Gratitude:

Galerie d’art, Artiste Doris Genest.....71

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



Entrevue Lise Dion

C'est une femme incroyable. Elle est d'une âme jaune, très lumineuse. C'est pour cela qu'elle s'accomplit aisément. Elle contribue beaucoup à accueillir son moment présent, avec une grande écoute de la vie. Elle suit le diapason de son cœur. C'est un beau cadeau du ciel, pour nous.

Elle nous a fait grandir, avec tout son savoir-être. Elle a cultivé son talent, en lui faisant attention, en s'assouplissant sur plein d'éléments, en découvrant les richesses dans les enseignements que les grands sages de ce monde lui ont transmis. Son désir d'apprendre et de se reconnaître lui a valu une grande modestie du cœur, et c'est par l'amour qu'elle a semé, que tout lui est favorable dans sa vie depuis un long moment. J'admire. Je trouve ça tellement beau. Il y a beaucoup de compassion chez cette grande dame. Et on lui souhaite, avec tout notre amour, que cela continue dans cette voie pour elle, et pour nous, grâce à son don de le partager et de le multiplier. C'est pour ça que ça marche avec Lise.

Comme tous ses canaux énergétiques sont relativement bien ouverts, c'est une personne assez connectée sur son cœur. Elle sait l'harmonie d'une émotion. Elle a un sens de l'écoute qui est magnifique, croisé avec beaucoup d'humilité. Elle nous le transmet par ses accomplisse-

ments personnels, à travers son métier.

Elle nous donne envie de la rejoindre, et de développer des projets avec elle, selon notre mission, comme on peut contribuer. Moi, par exemple, je suis une lumière jaune aussi. C'est très facile d'être à l'aise ensemble, et d'avoir le goût de participer avec elle, peu importe de quoi il s'agit. Tout est possible et peut même réussir. On le sent, avant même que l'idée vienne, que ça peut s'harmoniser et fonctionner. C'est rafraîchissant d'être au côté de quelqu'un qui, en toute simplicité, réussit à être qui elle est. Ça donne envie de contribuer à sa façon, et à travers ça, d'être encore plus qui on est, de pouvoir se réaliser, de développer ses talents. Un rêve ultime pour moi, pour nous j'imagine. Enfin, elle, y est arrivée.



Elle a commencé à 39 ans à se sortir de sa petite vie modeste et d'affranchir des concours, qui lui ont ouvert des portes, menant à de plus grandes portes. Elle est passée partout, durant 9 années difficiles à dégager son chemin, là où elle le pouvait. Elle ne le dit pas dans l'entrevue. Elle me le dit après. Elle a fait des numéros dans des bars, des clubs de danseuses et même dans des prisons. Elle a eu tout le courage et le mérite de creuser son chemin, dans des passages pas toujours faciles. C'est un succès mérité. Il y a du travail, de la volonté et de la ténacité derrière cette dame-là.

L'espace durant lequel elle a été dans mes énergies, incluant notre rencontre, j'ai énormément appris. Je l'admets. Elle a des codes de franchise qui lui sont ex-

traordinaires. De là, lui vient sa grande authenticité et sa noble humilité. C'est simple, c'est droit, c'est amusant, c'est musical, c'est harmonieux. Quelle réussite de vie inspirante pour tous. Et sa mère aussi.

Allez-voir ses produits sur le site de lise-dion.com. Les DVD de ses spectacles y sont, de même que les deux livres qu'elle a écrits. L'histoire de sa mère nous touche particulièrement. Lise a le don de découvrir et de savourer le cachet historique. Elle nous en parle aussi avec son expérience « Gadoua ».

Après l'entrevue, qui a eu lieu dans sa loge à Brossard, j'ai eu la chance de recevoir un autre magnifique cadeau de la vie. Le dernier samedi soir de mes 39 ans, je les ai passés au 4e spectacle de Lise, 6e rangée banc central, à écouter « Chu rendu là ». Elle a répondu dans son spectacle à des questions qu'elle n'avait pas préciser durant l'entrevue. Questions de précision! Exemple : Elle nous parle de son homme idéal avec ses qualités, mais dans le spectacle, elle lui donne un nom comme référence : Dave Morissette. C'est un genre que Lise aime bien. J'ai trouvé ça drôle. Il y a de très bons gags dans son spectacle. J'ai eu beaucoup de plaisir.

Parlant de son chien, je n'ai jamais vu un chien aussi bien élevé de ma vie. Il est beau! Un vrai loup blanc, avec un œil vert et l'autre brun. Il n'a pas jappé une fois, même pas quand je suis arrivée. Il n'a pas sauté sur personne. Il écoute Lise et sa fille Claudie à la lettre.



Sa fille est sa directrice de tournée présentement. Elle est infirmière de formation, mais elle prend le temps d'accompagner sa mère et de l'aider dans sa mission. C'est tellement extraordinaire d'avoir la possibilité de le faire. De faire aussi le tour du Québec avec sa mère. C'est trop cool, un tel privilège. J'aurais aimé vivre ça aussi. À l'inverse par contre : ma tournée et que ma mère m'assiste. Lol.

J'ai beaucoup apprécié, et savouré, l'expérience, ainsi que la Dame capté par le lien qui suit, pour la

version intégrale de son entrevue :

<https://youtu.be/EMLsc4BteM8>

Version courte :

<https://youtu.be/26Zt7gD5KRY>

Elle fait partie de mes plus belles rencontres à vie! Évidemment, j'aurais passé plus de temps avec elle. Je n'ai pas l'impression d'avoir fait le tour.

À suivre...

Julie L.



Conscience

Soit qui tu es et tout aura son sens!

La ligne est mince entre ce qui est tangible et non tangible. On a beaucoup de mal à sélectionner si un article va dans conscience ou la catégorie matière.

Pour ce qui est des chroniqueurs, il est aussi difficile de les identifier à une section. Parfois les connaissances jouent sur deux plans, et c'est ça l'idéal.

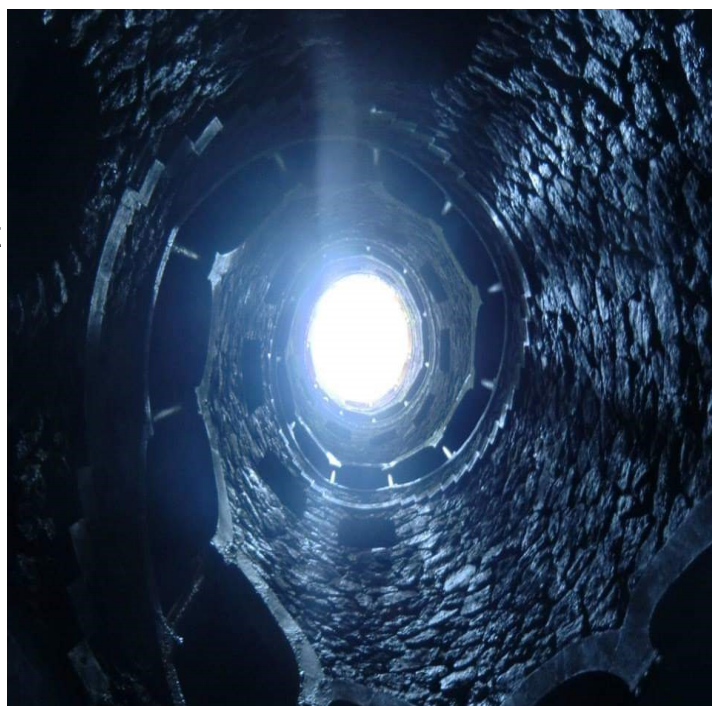
La conscience fonctionne par paliers. Ce sont des étapes précises dans le plan d'incarnation de l'âme, où à un point déterminant de son évolution de vie, une situation survient pour nous faire grandir.

C'est de notre responsabilité d'y porter son attention et de l'améliorer. Ça demande de la constance de s'accueillir, et d'amour pour se remettre droit et régler les choses également juste pour soi et pour le bien commun de tous.

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 de réparer ce qui ne marche pas, d'y porter son attention et son amour.

C'est la voie pour le Retour à l'être. La transformation ou la libération énergétique, aussi appelée l'autoguérison, ça devient l'ingrédient de base de ce qui vit dans la lumière 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 défensive.

Alors, on vous présente ceux que nous croyons se ranger dans cette catégorie.



Jean Casault

Auteur, conférencier, animateur
Ufologue/métaphysicien depuis 1966
www.facebook.com/jean.casault



Vous avez vécu l'impossible ? Assumez-le pleinement !

C'était une rencontre avec une entité non terrestre ? Un spectre sous les traits d'un être cher décédé il y a peu ? Un ovni classique ? Qu'importe. J'ai 69 ans, j'ai vécu des choses carrément impossibles dans ma vie et j'ai passé cette dernière à étudier tous ces phénomènes. J'ai tout fait en ufologie et en paranormal, maisons hantées, exorcismes, etc. J'ai tout entendu aussi alors je n'ai qu'un conseil : c'est arrivé ? Assumez-vous. Voyez cela comme un cadeau même si vous avez eu la déculottée de votre vie tant grande était la peur vous avez ressentie. Ce n'est pas grave d'avoir peur et on finit par en rire. Bon d'accord, on ne se tape pas sur les cuisses, mais on en sourit...

Je vais publier l'an prochain un livre qui va faire le tour de tout cela et le mois dernier, des fans, (des lecteurs) m'ont rendu hommage au cours d'une journée très spéciale organisée par l'animatrice de radio, Carole Lauzé; ce qui m'a justement permis de traiter de ce sujet.

J'ai parlé un peu de ma vie comme si j'avais été confortablement installé dans un lounge feutré, autour d'un bon rouge corsé, et je m'ouvrais parce que j'ai à dire sur cette vie incroyable qui m'a poussé vers le mystère des extraterrestres et des phénomènes paranormaux.

Il n'y avait aucune censure, pas de filtres et surtout pas d'eau dans mon vin, parce que j'ai le vin jaseur sur mes histoires, mes aventures, toutes vécues et... carrément impossibles. Tout cela pendant que j'étais animateur aux Affaires publiques autant pour Radiomutuel, que Radiomédia, Cogeco et Corus.

J'ai exploré avec mes sens un monde qui existe, mais auquel presque personne ne croit, alors bienvenue dans mes univers... » leur aie-je dit. En temps normal, je n'aurais pas cru un mot de tout cela, mais voilà, c'est moi qui suis concerné, alors je me crois et je m'assume.

Il y a deux univers très distincts l'un de l'autre. Les rationalistes vont immédiatement conclure leur lecture après ces cinq mots car pour eux, il n'en existe qu'un seul, soit celui qu'ils étudient et qu'ils n'ont pas encore compris. Si vous partagez ce point de vue, vous allez être très déçus d'avoir commencé cet article.

Je vous dis cela parce que tout ce dont il est question ici touche une réalité toute autre que la classique, celle de tout le monde au quotidien, et qui explique, à tout coup, mon monde, mon univers, par des hallucinations, des fantaisies de l'esprit, des excréments cervicales, bref du matériel de dingues et de tarés ou de fabulateurs professionnels.

Je commence, à près de 70 ans, à trouver ça pesant ! Je leur ai donc parlé de cet autre univers, sans condom, pas de masques et tel que c'est. Dans mon langage parfois cru, familier mais direct au point.

Donc, il existe deux univers et possiblement plusieurs autres, mais il y en a au moins deux que je connais. Il y a d'abord le nôtre, celui dans lequel vous et moi évoluons quotidiennement depuis notre naissance et que nous partageons avec quelques milliards d'individus.

Je le connais cet univers, tout comme vous, et avant mes 16 ans on me l'aurait demandé je vous aurais répondu que je ne vois pas comment il pourrait y en avoir un autre. Que pour ça, je suis tout à fait le premier à dire que personne n'est obligé de croire ou de savoir qu'il en existe un autre; ce n'est pas essentiel, mais comme on m'a introduit très jeune dans cet autre univers, avec pour mission d'en causer toute ma satanée vie, je ne vais certes pas mettre des gants blancs et le bec en cul de poule pour vous épargner, alors oui, ça va saigner. Je parle de mon bouquin à venir.

Il existe un autre univers, très différent, et il l'est, et très peu de gens savent ou croient qu'il existe. Je ne l'ai pas découvert la semaine passée, mais en 1966, donc à 16 ans, et cette expédition in terra incognitae a complètement bouleversé toute mon existence, de pied en cap, et encore à ce jour. On m'a remolécularisé ! Il s'en est suivi une conséquence majeure, assortie d'une garantie de cinq décennies!

Mais ça continue !

Cette nuit-là, j'ai vécu un événement d'ordre paranormal spectaculaire dont l'effet magistral va s'étaler sur 53 ans et puis j'ai vécu trois autres expériences tout aussi intenses dans une fourchette de 3 ans environ. Je n'ai jamais encore rencontré quelqu'un qui partage avec moi cette série inédite. Il n'y a rien à faire, rien à dire, rien à tenter : ces événements se sont bel et bien produits dans ma réalité, dans ma vie, alors que j'étais en pleine possession de tous mes moyens physiques et mentaux, sain d'esprit, éveillé, conscient, et alerte. C'est à prendre ou à laisser et forcément, la nature humaine étant ce qu'elle est, plusieurs vont piétiner mes allégations, ce qui est normal. Moi-même, j'aurais pu vivre un incommensurable déni, mais il m'aurait torturé, puis anéanti, alors j'ai accepté d'intégrer à plein volume toutes ces conséquences, et ce encore aujourd'hui. La meilleure décision de toute ma vie.

Ce faisant, j'ai donc parcouru cet autre univers mais faut pas s'énerver, je n'ai fait qu'effleurer sa magie, j'ai été enrobé par son mystère. Je me suis nourri de son énergie et je le fais encore. Je n'ai pas agi sottement cela dit : j'ai tout fait pour comprendre. J'ai analysé, contre analysé, pour expliquer, démystifier, ramener à la normalité mes propres expériences de sorte qu'elles réintègrent mon premier univers et perdent ce fini mystifiant, mais en vain. De la poudre magique ça ne part pas au lavage !

Ce que j'ai vécu est tout aussi impossible que réel et tout aussi réel qu'impossible, mais quand je dis réel, je fais allusion au réel de chacun de nos instants de vie et j'allègue avec force que cet autre univers a trois caractéristiques.

-Il existe;

-Il est colossal;

-Il est fait de magie.

J'ajoute qu'il existe, sans doute depuis toujours, qu'il est colossal et sans doute infini, et qu'il est fait de magie, mais non de fantaisie. Arthur C. Clarke a dit un jour que « Toute science incomprise est aussitôt associée à de la magie. » Je l'ai intégré en moi pour toujours, alors me répéter cent mille fois que c'est faux et impossible, ne rendra jamais mes expériences fausses et impossibles, sinon dans la tête des obtus et je ne peux rien faire pour la tête des obtus; et la mienne va très bien merci !

J'ai compris très tôt que le reste de ma vie allait être consacré à dévoiler certains aspects de cet autre univers et c'est ce que je fais depuis le 21 décembre 1966. Je m'assume pleinement.

Jean.





Les 7 égrégores aux Québec

Et si nous éliminions...les égrégores du têtes et me dire comment se débrancher Québec ...les Hathors et plein d'autres de ces grugeurs d'énergie vitale, et il me bestioles nuisibles...

Après plusieurs années d'observations des gens autour de moi, je suis bien peiné de constater que nous en arrachons pas mal. Lorsque je suis revenu de l'Allemagne en 1971, je pouvais déceler 4 égrégores au Québec ; nous sommes rendus à 7.

Les 7 égrégores aux Québec:

1-l'autorité

2-la pédophilie

3-médecine (piédestal), erreurs médicales, temps d'attente, etc.

4-amour/relations

5-nourriture & régimes,

6-cancer

7-argent & prospérité au sens large

Un être de la forêt Québécoise, une Parque nommée Viola, que j'aime beaucoup, est originaire d'Asbestos. Elle connaît très bien notre histoire, elle m'a renseigné sur ce qu'il faudrait faire pour enlever ces forces des ténèbres de notre conscience puis de notre ciel. Voici donc, chers amis, cette conversation.

... Viola, accepterais-tu de me parler des égrégores qui planent au-dessus de nos

tude.

« Bien sûr, petit homme, ces égrégores existent depuis fort longtemps. Il n'y a pas que les égrégores, il faut que vous appreniez à vous protéger des Hathors et plusieurs autres larves énergétiques nuisibles et de plus en plus présentes. Parmi les égrégores, celui de l'autorité à ses débuts avec Maurice Duplessis (1936-1939) avec sa main de fer sur la politique et les permis de toutes sortes qu'il contrôlait durant la Grande Noirceur. Puis, le maire Camilien Houde lorsqu'il fut arrêté pour son opposition à l'enregistrement national, le 6 août 1940. Cet égrégore contre l'autorité a reçu un autre coup de pouce avec la grève minière d'Asbestos en 1949. La Pratt & Whitney en janvier 1974, et bien d'autres depuis. L'égrégore se construit petit à petit à mesure que les citoyens sont affectés par celui-ci. Leurs angoisses, peines, conflits, etc. créent l'égrégore. Lorsque l'égrégore passe au-dessus d'une région, ceux qui sont rongés par leurs émotions se branchent dessus. Une sorte d'impatience collective se manifeste tel un vent malade comme disent les arbres. Dans l'aura, cette friction peut apparaître comme

tu les nommes et qui se manifestent sous cet égrégoire. Les manifs telles le printemps érable en 2012, la vague orange de 2011 et plus récemment les gilets jaunes alimentent cet égrégoire.

Celui de la médecine est semblable, les erreurs médicales grandissantes font réagir beaucoup de gens, les temps d'attente interminables et le gouffre financier qu'ils représentent pour l'état, deviennent de plus en plus lourds à supporter. La population vieillit et, du même coup, l'angoisse croît, la colère gronde, le personnel n'en peut plus et cela allume des débats et des interventions négatives. De plus, petit homme, les égrégoires se nourrissent entre eux. Vous mettez de l'argent dans le système de santé, vous l'enlevez à un autre secteur et les gens touchés par celui-ci protestent. Un autre égrégoire qui vous nuit considérablement est votre croyance collective que vous êtes nés pour un petit pain, le succès vous échappe, collectivement vous croyez ne pas le mériter. Quelle atrocité, vous êtes sur un vortex immense d'ingéniosité et celui-ci est surtout présent en Beauce : ils sont ingénieux ces gens-là, mais globalement, vous avez peu d'intérêt pour la transformation et les affaires.

De plus, vous passez présentement le vortex 11:11 qui prépare votre passage vers la 5e dimension : celle de l'amour. Ce portail permet aux anges d'intervenir plus directement ».

Pouvons-nous oser espérer s'en sortir ou allons-nous sombrer sous les niveaux d'énergie et de prospérité du tiers monde?

« Bien sûr que non mais comme le réchauffement planétaire, vous êtes un peu sur le tard mais pas trop tard. Par contre, cette tâche sera ardue. Votre stratégie devra se faire en 4 parties. Le but sera de développer quelques moyens pour vous défendre quotidiennement et de façon autonome. Deuxièmement; elles devront inclure l'activation de votre lumière cristalline, les formes géométriques appropriées et troisièmement; quels anges interpellier pour profiter de ce portail 11:11. Finalement, comment vous ressourcer de façon à ce que votre corps puisse suivre le chemin tracé par votre âme.

Retour à la nature

Fermer télé, téléphone, etc. au moins 1hr par jours.

Faites l'effort de ne pas vous isoler. Regroupez-vous entre amis, famille et cercles d'intérêts communs.

Voilà petit homme. Cessez de tout faire séparément et formulez un plan d'action ou d'intégration ».

Décembre 2019. Robert.





Méditation avec la Fleur de vie

La fleur de vie est une forme géométrique sacrée formée de plusieurs cercles reliés par le centre. Elle contient le nombre d'or, sortie de la suite de Fibonacci. Très vibratoire, elle représente l'univers et ses lois par ses 13 sphères. Son point de départ est le cercle central. De son centre, se développe une base qui illustre le début de toute forme de vie, qui se déploie d'une seule source, puis les divisions cellulaires se poursuivent jusqu'à ce que chaque forme de vie ait atteint la forme harmonieuse qui lui convient. Elle est considérée comme la graine de vie, avec un grand pouvoir de multiplication.

Chaque âme a sa fleur de vie, et ça arrive que dans mes consultations, dans les soins plus particulièrement, qu'on répare la fleur de vie qui a été brisée. Ça arrive chez les personnes qui ont un certain cheminement spirituel avancé.

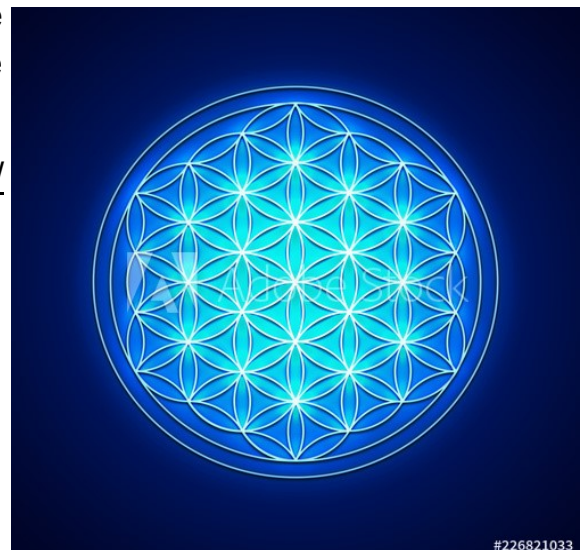
Ce qui est intéressant dans cette méditation, c'est que nous découvrons comment se servir de cette base de création extraordinaire, pour se réparer, pour grandir la vie en nous, évidemment se connecter à l'univers, ou d'amplifier son apport d'aide dans nos énergies.

Je vous suggère de savourer ce cadeau que la vie nous offre à travers la présente méditation. C'est un moment parfait pour vous retrouver, et de savoir quelle ouverture aller chercher, pour laisser cet enseignement de comment se régénérer dans son énergie.

Installez-vous confortablement et laissez couler le grand plan, qui se dessine à travers vous. Bonne transformation!

Voici le lien de la méditation : <https://www.youtube.com/watch?v=I8UFNtoJpZE>

Julie L.





L'entrepreneur spirituel – suivre son intuition

En tant qu'entrepreneur spirituel, il est important de suivre son intuition car c'est elle qui nous guidera vers notre destin ultime. C'est elle qui te guidera pas à pas pour respecter ton rythme de croissance et de développement afin que tu reçoives sa guidance parfaite au moment opportun. Ne pas écouter ton intuition et être un esclave de ton mental te mèneront aussi loin que les limites de ton mental. Si tu veux avoir des miracles dans ta vie, alors suis ton intuition car c'est elle qui est en contact avec ton être supérieur qui te guidera vers les meilleurs choix et opportunités pour la réalisation de tes rêves et objectifs.

La différence entre « il faut que / je dois » et « j'ai envie de » est la suivante: quand tu fais des actions à partir de ton mental, tu vas contre tes envies naturelles, tu te privas d'avoir un plus grand impact et comme tu te forces à faire quelque chose que tu n'as pas réellement envie, tu risques de ne pas te dédier 100% à la tâche. Une tâche à moitié faite, cela vaut quoi en fait? À toi d'en décider. Par contre, se dédier à une tâche avec toute sa concentration et dévouement donnera des résultats beaucoup plus satisfaisants et gratifiants. Une action alignée avec ton intuition te mènera du point A vers le point

B avec le moins de résistance possible.

Ton intuition est connectée à tout ce qui est, donc à l'intelligence universelle. L'intelligence universelle (Dieu, l'univers, peut importe le nom que tu lui donnes) est connectée à tout ce qui est et par conséquent, t'enverra les informations parfaites pour influencer ton meilleur choix.

L'intuition est tout simplement une envie de faire ou dire quelque chose. Ce n'est pas un ordre qui passe par-dessus notre joie. Elle nous inspire la liberté, la joie, le don de valeur, l'alignement dans sa mission de vie, l'action la plus efficace pour se rendre à destination.

As-tu remarqué comment, lorsque tu te perds durant un voyage, la bonne personne est là pour te guider; comment, lorsque tu penses à quelqu'un, cette personne t'appelle, pas longtemps après avoir pensé à elle; quand tu as un pressentiment par rapport à quelqu'un et plus tard tu apprends que quelque chose est arrivé de bon ou moins bon à cette même personne? Tout est relié, il suffit d'observer autour de toi les coïncidences et les petits miracles de la vie.

Si tu as l'impression que c'est difficile de te connecter à ton intuition, c'est seulement que ton mental a pris toute la place.

. En calmant ton mental avec une activité qui t'aide à te déposer et à te calmer, tu auras accès plus facilement à ton intuition. Je suis un signe de terre, alors l'eau me calme énormément. Il suffit de trouver l'élément parfait pour ton signe zodiaque. Ton intuition te parle doucement, avec douceur; ton mental te donne des ordres, te culpabilise, te moralise et te responsabilise à outrance.

Demande toi tout simplement : qu'est-ce que j'ai envie de faire en ce moment? De dormir, d'écrire un post, un article, de faire une vidéo, un live, de me reposer, de parler à quelqu'un, de laisser mon ménage à demain, d'écouter une vidéo sur Youtube ou un podcast, de relaxer plutôt qu'avancer dans mes projets? Ton intuition te gui-

dera vers la meilleure action possible pour toi. Parfois, juste en décidant de relaxer à la place de travailler fera en sorte qu'on aura une idée géniale pour nous faire avancer dans notre marketing ou pour peaufiner notre « branding », ou pour faire une action alignée pour joindre davantage notre niche.

La raison pour laquelle j'ai écrit cet article est due au fait je me suis laissé guider par mon intuition. J'avais une grande envie d'écrire là-dessus et même si mon mental a essayé de m'en dissuader en me disant que je pourrais écrire sur un sujet bien plus intéressant, j'ai laissé gagner mon intuition car je sais qui est le boss maintenant! □
Bianca.





Le socle de l'enracinement.

L'enracinement est un mot et un concept qui n'est pas facile à comprendre et à intégrer dans notre vie quotidienne... souvent, on ignore même le sens de ce mot, ce concept quasi virtuel... et voilà que je vous apporte un supplément : le socle!

En vérité, tout cela correspond à l'activation des quatre chakras souterrains. Oui, vous avez bien lu, il existe des chakras sous les pieds qui une fois bien activés, permettent d'envoyer la vision dans la matière. En gros, toute émotion et pensée peuvent se matérialiser rapidement lorsque celles-ci sont envoyées, reçues et comprises par la matière que nous nommons la Terre-Mère. Le quatrième chakra sous les pieds est celui que l'on appelle dans certaines écoles de pensées, le socle. Lorsque les souhaits sont captés par le socle, tout l'univers l'entend et le comprend; c'est le niveau où tout devient possible. Bien sûr, il existe d'autres chakras, le socle n'est pas le dernier, mais le premier à ce niveau de création.

Bref, pour bien comprendre, tout doit être amené à ce quatrième chakra sous les pieds pour que la création de son devenir soit selon notre « Volonté ».

Le mécanisme est tout simple. Une pensée, une émotion... une création. Pour que tout soit solide, les différents canaux de perception, d'abondance, d'amour, de vérité, d'authenticité, de voyance et autres, doivent s'enraciner dans ce socle. Ainsi, l'abondance pourra se manifester si vous parvenez à envoyer une croyance d'abondance à travers ce canal. Il s'agit en fait d'un réseau énergétique qui ressemble à des racines d'arbres s'enfonçant profondément dans la terre...

Il s'agit d'un truc tout simple et banal... mais qui n'est pas automatique. Je crois que vous pourriez tous envisager d'ancrer tous vos canaux, même ceux que vous ne connaissez pas, dans le socle. D'un point de vue énergétique, il y a parfois quelques obstacles pour y parvenir : des mémoires, des autosabotages, des souffrances, etc. Il suffit de les franchir pour vous affranchir. Puis, l'important est que tout cela tienne dans le temps. Oui, il nous arrive tous de vivre des périodes et des moments qui interfèrent avec tout notre beau travail d'enracinement.

Lors de votre prochaine méditation, demandez à vous ancrer dans le socle... et observez, vivez et vous verrez...

Donald Doan

*Une médium
vous répond*

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



Sommes-nous faites pour aller ensemble?

Ça me fait plaisir de vous partager ma sagesse personnelle, basée sur mes facultés de médium multidisciplinaire dans cette rubrique. Vous pouvez m'envoyer vos questions par é-mail. Qui sait? L'une d'entre elles pourrait être choisie.

Richard Jr.

À la question comment vont tes amours, j'ai souvent de la misère à répondre. On dirait que je ne suis jamais satisfait de mes relations, ou du moins, il y a toujours quelque chose qui cloche. J'arrive à 47 ans. J'ai eu deux enfants avec une femme, disons que bof, et je ne suis plus avec. Et celle avec qui je suis, je trouve qu'elle a un fort caractère, qui vire en boudage facilement. Je vous envoie une photo de nous. Merci.

La médium répond :

Merci de participer. C'est une question qui touche tellement de personnes. En regardant votre photo, ça m'a pris 3 secondes pour avoir plein d'images. Vous êtes en guerre dans vos énergies. Vous êtes loin de la paix intérieure. Votre métier prend une charge de cette pression. Je vous ai vu avec plusieurs uniformes. À cela s'ajoute une émotion que vous êtes tanné, mais vous ne savez pas de quoi. C'est assez général dans votre vie.

C'est difficile pour vous d'avoir une idée de vous voir vieux. Vous n'avez pas choisi d'honorer la vie en vous, et ça atteint votre vision de vous-même, à moyen-long terme. Il y a une dépression chez vous, que vous n'avez pas réussi à remonter, parce que vous n'avez pas de cheminement spirituel progressif dans la matière et en votre conscience. Vous marchez par illumination, et ça fonctionne environ une fois par décennie. Vous devez suivre votre courant naturel comme un saumon dans une rivière.

Il y a une blessure d'abandon qui fait très mal encore. Votre canal intérieur au niveau du cœur et du plexus a mal, vous êtes en pleurs et ne savez pas comment vous soignez de l'intérieur. Je vous accompagne parce que j'y suis présentement avec vous.

On a réconcilié une vie que vous pleurez pour une reine. On lève aussi un voile de l'illusion par rapport à votre énergie féminine qui vous maintenait isolé et loin de tout; une vie dans le désert où vous étiez une femme. Il y a un cheminement au niveau de votre racine du pied droit, qui monte au genou, et qui est branchée aussi à l'œil droit : des vieilles mémoires à déraciner. Il y a de la sorcellerie qui sort de là aussi. Celle que vous avez pratiquée et celle que vous avez reçue des autres.

On va chercher une extension d'âme où vous avez été un homme, avec plus de raffinement, en raison de son féminin plus équilibré. Il va vous aider à « décomplicer » votre vie quelque peu, et de mettre de l'ordre et un peu de discipline spirituelle, pour être heureux. Il s'en passe des choses en 3 secondes hein!

Tout ça pour dire, que votre copine sur la photo vous boude parce que vous n'êtes pas droit dans vos choses. Que si vous aviez été un petit peu plus avenant envers elle, cela ne serait pas arrivé. Elle vous boude parce que vous l'avez provoquée en ne la considérant pas. Question de respect et d'organisation d'horaires.

Elle a un aspect avec la mère qui n'est pas réglé et qui justifie son attitude. Mais vous n'êtes pas très communicateurs, de ce fait, vous êtes incapables de vous rejoindre. C'est votre blessure d'abandon qui vous relie ensemble, (toi face à ton père). Donc ceci s'active par l'énergie sexuelle, c'est ce qui fait le mortier de votre couple. C'est une relation karmique que vous vivez avec elle, donc de pas-

sage, le temps que vous appreniez vos leçons, en espérant que cette fois-ci ça se règle avec beaucoup d'amour et de compassion.

Vous vivez le même genre d'expérience, due à l'abandon, et ça vous rapproche avec l'illusion que vous avez plein de choses en communs. C'est vrai dans ce que vous avez à réparer, pour revenir à vous-même, incluant l'abondance.

Richard, vous serez heureux quand vous en aurez fait le choix, qu'aujourd'hui « je construis ma vie de l'intérieur, et je remets de l'ordre là-dedans avec amour ». Soyez accompagné par des gens lucides, qui vous offriront vos clés de conscience au fur et à mesure que vous avancerez, et surtout, allez régler vos choses avec votre mère, avec beaucoup de profondeur, compassion et amour, pour remettre de l'ordre dans votre structure énergétique, gagner en maturité, et rencontrer quelqu'un pour plus tard, avec qui être heureux en couple. Il y a du chemin à faire. Soyez juste à l'écoute, et sélectionnez ce qui est près de vos choix de cœur.

Namasté

Soyez béni

Julie L.





Ouvrir la porte des désirs de son cœur!

En ce début d'année, il en tient à chacun de vous à savoir ce qui vit réellement en vos cœurs. Les années se suivent mais ne se ressemblent pas tout le temps. Pour que votre vie soit totalement différente, il vous faudra faire de nouveaux choix et apprendre à vous faire confiance totalement. Naturellement, vous avez fait ce que les autres attendaient de vous et vous y avez mis tout votre cœur.

Êtes-vous vraiment heureux de vos décisions? Êtes-vous vraiment heureux et épanoui? Nul ne peut faire les choix à votre place mais vous avez la possibilité de vous asseoir ou de sortir prendre une marche et de vous poser la question : à quoi est-ce que je rêvais quand j'étais enfant? Qu'est-ce que j'aurais aimé faire dans la vie? Est-ce que j'ai réalisé mes rêves ou pas encore?

Regardez votre vie et demandez-vous si elle correspond à ce que vous savez Être au plus profond de vous-mêmes.

À présent et ce, depuis plusieurs années, le temps file à une vitesse tellement grande qu'un jour nous sommes au début de l'année et quelques jours plus tard, nous sommes déjà arrivés à la préparation des Fêtes de fin d'Année.

Croyez-vous sincèrement que vous êtes sur la Terre pour accomplir le bonheur des autres, pour faire en sorte que tous les êtres autour de vous soient heureux ou si par pur hasard, vous seriez sur la Terre pour réaliser les désirs et les rêves que vous alimentez dans vos pensées secrètes?

Lorsque vous prenez le temps de vous regarder dans le miroir, connaissez-vous la personne en face de vous? Est-ce que vous êtes fier de son parcours? Est-ce que vous êtes reconnaissant pour tout ce qu'elle a traversé au fil des années? Quand vous êtes-vous offert le plus beau des sourires?

C'est vrai que cela ne fait pas réellement parti des valeurs transmises par l'éducation, par la religion et la famille pour la plupart d'entre vous. Par contre qu'attendez-vous pour ouvrir la porte des désirs de vos cœurs, d'aller dans la direction de ce que vous souhaitez voir se réaliser sans vous demandez si cela fera plaisir à monsieur et madame tout le monde et juste oser le faire? Cela vous apportera bien au-delà de tout ce que vous auriez imaginé.

C'est une année de grands changements mais vous êtes le chef d'orchestre et c'est à vous de lancer ces changements, sans plus attendre à savoir si vos parents vous reconnaîtront, vous apprécieront ou vous aimeront. Pour la plupart d'entre vous, cela ne se produira pas, car ce n'est pas ce que vous leurs avez demandé de faire pour vous dans cette présente vie avant de vous incarner. Vous pouvez, de votre côté, leurs dire que vous les aimez, que vous avez besoin d'eux, d'être accompagné, d'être soutenu et vous avez de grandes chances qu'ils s'y mettent. Prenez les guides de votre vie et cesser de la subir.

Une chance inouïe nous est donnée et c'est celle de nous choisir et de récolter de beaux et grands résultats qui changeront notre vie pour toujours. Car ce sera pour vous que vous le ferez et non plus pour être aimé, accepté, reconnu et toute la gamme de raisons qui vous a poussé à ne jamais être à l'écoute de ce qui vous anime vraiment.

Profitez-en bien, c'est l'année la plus importante pour entamer de vrais changements.

Lorsque le train passe, vous avez le choix de le regarder passer ou de monter à son bord.

En vous donnant le droit d'être à l'écoute de ce cœur, vous serez très reconnaissant d'avoir enfin ouvert cette porte et plus jamais vous souhaiterez la refermer, car en faisant les choix pour vous, vous réaliserez que finalement, les gens autour de vous seront encore plus heureux, car

ils verront que tout ce que vous mettez de nouveau en place vous rend heureux. Cela fera grandir le bonheur, la joie et l'Amour autour de vous.

Bonne année 2020 à tous!

Isabelle St Germain





Le bonheur est passé, je l'ai raté!

Pascal a dit : «Tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne savoir pas demeurer en repos, dans une chambre.» Certes, il y a la chambre physique, lieu du «cocooning» et du repos, mais il y a aussi la chambre de l'intériorité, lieu de l'âme et de la plénitude de l'être.

Vous vous souvenez de cette boutade d'Yvon Deschamps, dans l'un de ses premiers monologues sur le bonheur : «Un jour, le bonheur est passé chez nous. Mais on ne l'a pas vu parce qu'on était sortis...»? Comment rentrer chez soi? Il existe bien des voies de retour. Celle que je propose est la concentration.

Commençons par le premier degré, l'attention. Le mot peut être pris au sens d'être présent à ce que l'on fait, c'est «l'attitude attentive». Celle-ci, pour être efficace, doit cependant évoluer vers la concentration, laquelle, à son tour, doit s'appuyer sur une valeur durable, rattachée à la dimension temporelle de la vie. Cette dimension s'appelle le «moment présent». On l'appelle aussi «l'instant présent», mais à ne pas confondre avec «l'instantané», figure éphémère de l'instant. La pratique du «moment présent» représente la forme la plus haute et la plus noble de la concentration. C'est la capacité d'«être totalement présent au moment présent».

Jean-Paul Simard





Apologie de la nuit de Noël

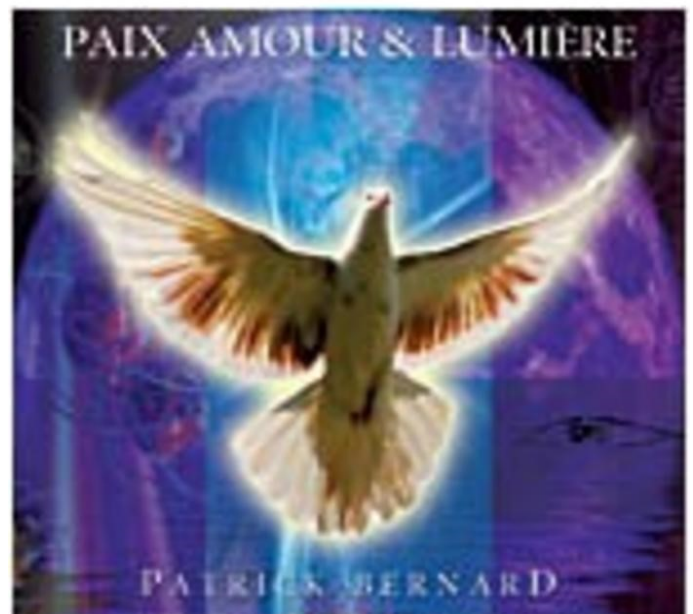
De nos jours, pour ne pas déplaire à ceux certains, la célébration du 25 décembre pour qui le mot "Noël" ne signifie plus est simplement une occasion de décorer grand chose, il est politiquement correct un sapin et d'emballer des cadeaux. Et de ne plus dire "Joyeux Noël". À la place, pourquoi pas ? C'est sans aucun doute on entend beaucoup de gens dirent une excellente chose à faire. Mais est-ce "Joyeuses Fêtes". Aucun problème, les vraiment suffisant pour nous procurer la deux formules sont à la fois exactes et joie d'une réelle illumination intérieure ? bienséantes. Toutefois, un observateur at- On est en droit d'en douter. La fonction tentif remarquera que le consumérisme sacrée de Noël serait-elle devenue au fil capitaliste tout-puissant semble avoir défi- des siècles le prétexte d'un simple amuse- nitivement pris le pas sur l'aspect sacré de ment mondain ? On parle de réveillons de nos anciennes traditions. Au lieu d'une Noël, de bûches de Noël, de sapins de économie enchâssée dans les relations Noël, de Père Noël, de décorations de sociales, ce sont maintenant les relations Noël etc. Tout cela est parfaitement ré- sociales qui sont enchâssées dans le sys- jouissant et procure de belles occasions tème économique. Aurait-on sacrifié de se retrouver en famille. Mais la nuit de quelque chose de sacré au profit de Noël pourrait encore nous réserver bien quelque chose de profane ? On remarque des surprises: pour un grand nombre de aussi qu'une assez grande partie de la po- personnes cette date correspond à l'appa- pulation est en train de sombrer graduelle- rition en ce monde d'une personnalité ment dans une atmosphère nihiliste han- énigmatique, un être mis en pouvoir par tée par un lourd sentiment d'angoisse des forces cosmiques qui dépassent l'en- chronique. Il suffit de prêter l'oreille à nos tendement.

médias corporatifs durant dix minutes Que Jésus-Christ soit né un 25 décembre ou pas, peu importe. C'est la totalité de pour s'en apercevoir. En perdant le sens son passage sur terre qui nous intéresse du sacré, notre boussole sociale aurait-t- elle simultanément perdu le Nord ? car on ne peut séparer son apparition des évènements qui ont marqué le mystère de ses guérisons. Le nouveau-né se nomme Joshua Ben Joseph et sa naissance trans- cende toute chronologie historique. Selon

Ce constat n'est pas nouveau ; depuis 2000 ans la nuit de Noël apporte avec elle son lot constant de confusions, de préju- gés et d'interprétations erronées. Pour

les documents de l'époque, des phénomènes surnaturels se multiplient autour du village de Bethléem où son père Joseph est venu se faire recenser sous l'ordre d'Hérode. Joshua semble descendu tout droit d'une dimension où l'espace-temps n'existe pas. Trois mille ans avant sa venue au monde, plusieurs écritures védiques prophétisent déjà son avènement. Dans les versets du Bhavishya Purana, un texte Vaïsnava non sectaire, Joshua prophétise qu'à une autre époque il s'appellera Issa (forme indo-aryenne de Jésus) et affirme qu'il sera considéré comme un fils de Dieu. Le texte dévoile qu'Issa sera reconnu comme le Messie de son peuple, qu'il sera né d'une vierge, qu'il sera condamné, crucifié et ressuscité. Tout se passe-t-il donc comme si tout était prévu d'avance ici-bas ? Ce texte, révélé en sanscrit il y a plus de 5000 ans, mentionne aussi les Amalécites, une ancienne tribu directement reliée à la tradition biblique. Historiquement, Jésus n'a jamais dit qu'il était fils unique. Croire qu'un père peut n'avoir qu'un seul fils est éclat une des grandes lois de l'univers : à chaque action correspond une réaction égale et opposée. Il s'agit d'un véritable panneau indicateur. Trahir ou voler quelqu'un, par exemple, c'est mettre en mouvement une réaction en chaîne égale et opposée ; tôt ou tard nous serons trahis ou volés à notre tour. Il s'agit d'une des grandes lois de la physique Newtonienne. Ces lois universelles s'appliquent directement à notre vie quotidienne. Comment traitons-nous les membres de notre famille, nos collègues de travail ou les personnes que nous croisons dans la rue ? Le salut, le bonheur, la sérénité sont des états qui ne viendraient donc pas de l'extérieur mais d'une attitude toute intérieure. Le royaume de la joie est à l'intérieur. Il ne suffit pas de créer un empire "chrétien" à force de Croisades ou d'Inquisitions. Le seul royaume à bâtir doit se situer dans notre conscience. Joshua le répètera dans les synagogues de Galilée dès sa plus tendre enfance : le salut vient de nous et nous en sommes seuls responsables.

Par un simple exercice de translittération nous permettant de faire correspondre deux systèmes d'écriture, le sens symbolique de ce nom devient apparent : Joshua, qui en hébreux signifie "lumière du salut", devient Issa en sanscrit. Cette lumière salutaire nous préviendra que faire aux autres ce que nous ne voudrions pas que les autres nous fassent est un très mauvais calcul. Au 17ème siècle, le mathématicien et théologien de génie Issac Newton (1643-1727) constate le même rapport de force lorsqu'il annonce avec



Nous devons nous sauver nous-mêmes. Nous sommes appelés à devenir notre propre rédempteur. Par nos comportements, nous préparons les conditions favorables pour que la lumière du principe christique naisse en nous. Pour ceux que le mot "christique" embarrasse, précisons que ce mot vient du grec "christos" qui est la traduction de l'hébreu "messiah". Le Messie est un terme qui décrit celui qui reçoit la bénédiction des forces d'En-Haut (manifestée à l'époque par une onction d'huile symbolique reçue sur le front). Le mot Christos vient du sanscrit Krista et Krista vient de l'ancien devanagari Krishna. Ce patronyme désigne l'attraction sans limite personnifiée ("krish"), unifiée à l'extase de cette attraction ("na"). Le grec Christos devient Christmas dans la langue de Shakespeare.

À l'état naturel, l'être humain ressent inconsciemment cette attraction qui le pousse vers ce qui peut lui apporter la lumière d'un bonheur durable. Le latin "dies natalis" devient "noël" quand on le traduit dans la langue de Molière. Le mot "dies" signifie claire lumière et devient le mot Dieu dans le Petit Robert de la langue française. L'expression latine "natalis" signifie naissance. Comme à l'état naturel, la limaille de fer est attirée vers l'aimant, la force vitale qui nous anime est attirée vers cette indicible lumière et cherche à lui donner naissance. Le mot Noël implique que quelque chose ou que quelqu'un a pris naissance. Noël c'est ce qui est né, ou "natus" pour les latins. Par la puissance de cette attraction universelle, une substance supra-humaine cherche à

s'éveiller en nous et à se développer. En grec c'est la "noêma", l'intelligence intuitive, la "noeîm", c'est-à-dire la pensée infinie. La fête de Noël est donc en lien avec la noèse, le fait d'avoir une pensée qui se pense, le fait d'être conscient de notre conscience humaine. La noèse est en lien avec tout ce qui est noématique ou faisant partie du domaine de la noétique, la science de la connaissance subtile (du grec "noétikos", qui signifie doué d'intelligence intuitive). Même les rois magiques venus de l'ancienne Perse (les Rois Mages seraient en fait d'illustres chamans originaires de Perse et d'Afghanistan qui connaissent la science des astres et qui pratiquent l'art de produire des phénomènes inexplicables pour nos perceptions sensorielles ordinaires), même eux ne peuvent résister à cette attraction toute-puissante. Le semblable attire le semblable.



Le 25 décembre, la constellation du Capricorne monte dans le ciel. La position des astres est alors en lien avec l'intériorisation, l'introspection, les grottes des montagnes. L'énigme de la naissance de Joshua dans une étable obscure commence à s'éclaircir : l'heure est à la méditation, au repos des souterrains, au silence des hypogées. Dans le ciel étoilé s'élève alors la magnifique constellation de la Vierge. Les étoiles témoignent d'une virginité de pure conscience et non de corps physique. Ne restons pas sur l'épiderme des circonstances ; pour ne pas demeurer à l'extérieur de la réalité symbolique, notre vision doit s'intérioriser. Les anciens initiés savaient qu'à cette époque de l'année le soleil déclenche de grandes forces dans l'univers et ils se mettaient en phase avec ces fluides solaires. Ils profitaient ainsi des bonnes conditions cosmiques pour faciliter la manifestation de leurs projets. De nos jours, nous pouvons en faire tout autant car la période de Noël permet à une idée évolutive de se cristalliser. Dans la symbolique archangélique, l'entité Gabriel annonce à Marie la venue au monde de Joshua. Parce qu'il préside au solstice d'hiver du 21 décembre, l'archange averti l'humanité que quelque chose doit se renouveler. Gabriel a la charge de condenser la matière pour que se matérialisent nos visualisations.

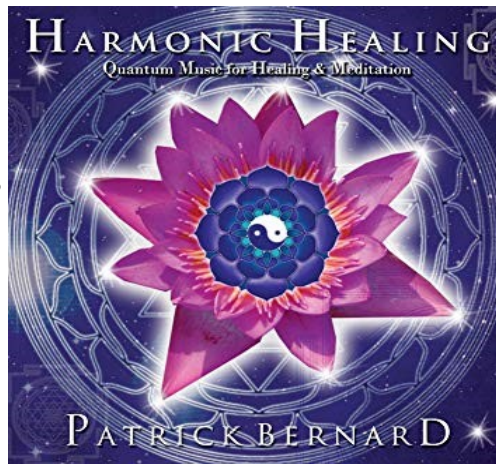
Tout se passe dans le secret du cœur. On ne pourra pas se transformer en bâtissant uniquement des chapelles ou en achetant des indulgences à l'église : le royaume étant à l'intérieur de nous, le seul moyen



d'améliorer les choses sera de passer par un changement radical de conscience. Rien ne se fait mécaniquement. Tout prend vie par le pouvoir transformationnel de notre conscience. Aujourd'hui, les astrophysiciens remarquent avec stupeur que l'univers ne fonctionne pas comme un mécanisme inerte mais comme une pensée vivante. Les neurochirurgiens découvrent avec étonnement que la pensée elle-même est indépendante du cerveau. En médecine, on commence à reconnaître les effets thérapeutiques d'une conscience extraneuronale intuitive. Les biologistes restent bouche-bée devant le fait que la conscience humaine détermine le comportement des particules élémentaires de la matière. Pour Max Planck, Prix Nobel de physique, la stabilité matérielle est pure illusion puisque la matière n'existe que sous forme d'énergie. Une onde peut devenir une particule et inversement. Le même électron peut être situé à deux endroits différents au même instant. La matière pourrait-elle être redéfinie comme la condensation d'une énergie immatérielle émanant de la vie elle-même ? La vie vient de la Vie. Derrière le voile de l'hypnose générale se trouve une réalité immanente dont la nature essentielle est le mouvement de la pensée pure. Tout est conscience.

Pourquoi trouve-t-on un âne et un bœuf été corrompu par des dogmes obscurs ? dans la crèche et pas une chèvre ou un Et dans quel but inavoué ? À l'origine, chameau ? Parce que l'âne représente l'annonciation faite à Marie était méditée l'obstination de notre faux-égo "têtu comme une mule". Traditionnellement, dans toutes les hautes civilisations pré-hébraïques (les Sumériens, les Iraniens, les Égyptiens etc.) l'image du bœuf a toujours représenté le procréateur, le géniteur. C'est dire que ni le mental ni l'acte sexuel ne sont laissés pour compte dans le phénomène de la métamorphose mystique. Rien n'est rejeté, tout est incorporé. Rien ne meurt, tout se transforme. Loin d'être mortifiées, ces deux fonctions de l'être humain sont au contraire engagées au service de la réalisation du soi : par la chaleur qu'ils dégagent, l'âne et le bœuf réconfortent l'enfant qui vient de naître. Tout est mis au service, en harmonie avec l'ordre du cosmos. Toutes les fonctions de l'être sont ainsi syntonisées sur les effluves bienfaisantes de la nuit de Noël. De grandes transformations peuvent alors se produire. Le seul prérequis serait d'être attentif, vigilant. Accueillir la possibilité de capter ces harmonies cosmiques nous ouvrirait alors les portes de l'invisible.

La christologie ne commença pas par être ce qu'elle devint ensuite avec les siècles. Aurions-nous fait de Jésus une idole sans même nous en rendre compte ? Son en-seignement, pourtant si évident, aurait-il



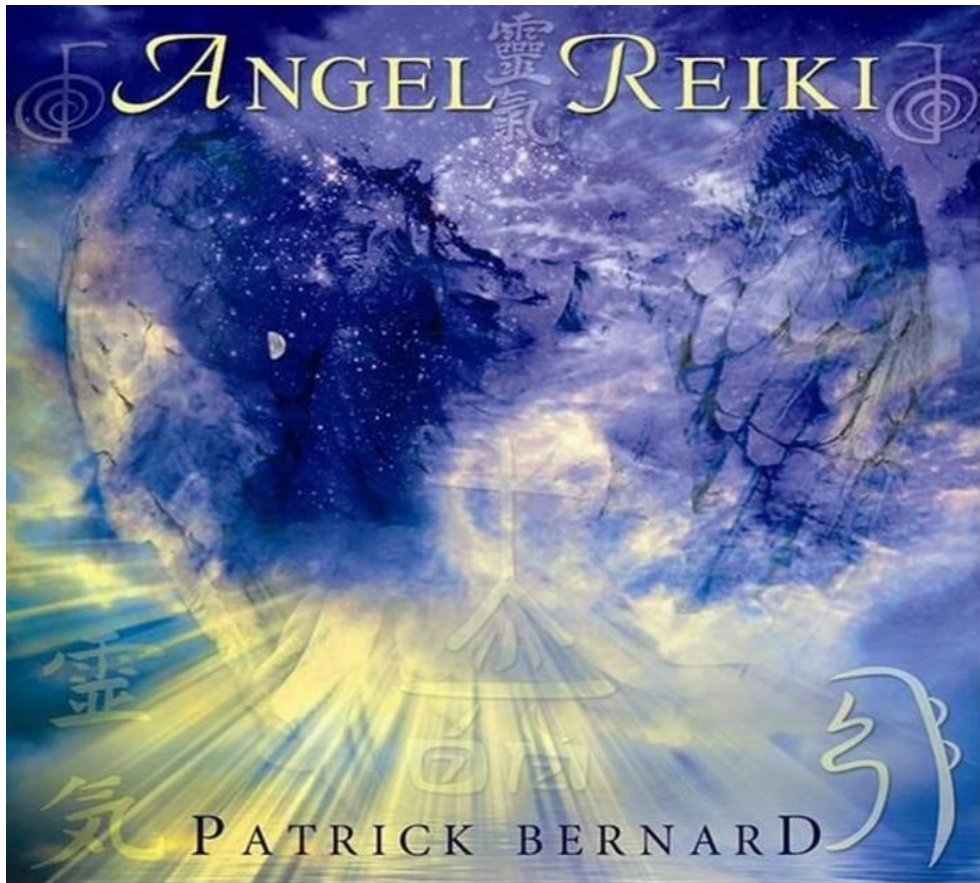
comme s'adressant à chaque être humain. Noël n'est pas le dogme qui fait naître matériellement un Dieu unique sur la terre. Il s'agit au contraire de percevoir la "lumière de notre être", le secret de notre liberté spirituelle, notre ascension, notre assumption vers une plus grande réalité d'être, vers un plus grand nous-même, un principe actif immortel qui survivra à la dissolution de notre corps périssable.

Nombreux sont les curés qui ont fait de l'évènement du 25 décembre une profession de foi, un acte de contrôle politico-religieux ou simplement moral. Chacun fait ce qu'il peut selon ses capacités et ses conditionnements extra-culturels. Pourtant Joshua Ben Joseph répète sur tous les tons que son "royaume" se situe au-delà des fausses justices et des fausses morales de ce monde. Sa réalité doit être perçue sur un plan suprasensible, là où s'accomplit la venue au monde d'une réalité intérieure. L'être divin est l'œil par lequel nous voyons, l'ouïe par laquelle nous entendons, la main avec laquelle nous agissons. Selon l'étude des textes apocryphes tombés sous l'antithème de l'Église de Rome, une seule personne, à part Marie la mère de Joshua, aura perçu le réalisme spirituel de la nuit de Noël : c'est Marie-Magdalena.

D'après toutes les études indépendantes du Vatican, seule Marie de Magdala a été en mesure de révéler le sens caché du mystère. Elle ne se fait pas d'illusion ; elle ne croit pas que le simple fait de dire "j'atteste que Jésus est le seul Fils de Dieu" puisse suffire à faire d'un individu un "chrétien". Les apôtres la rejettent. Elle reste la seule à réaliser que l'essence du message est une invitation à rencontrer le Divin dans la réalité humaine de tous les jours. Judas qui pensait en vain pouvoir retrouver sa famille décédée se suicide. Pierre, Paul, Mathieu et même Jean ne peuvent réaliser la nature transcendante des paraboles de Jésus et croient que son "royaume" sera un ordre étatique qui s'instaurera physiquement sur la Terre. Les papes successifs réussiront trois siècles plus tard à exploiter cette idée et bâtiront leur empire sur ce concept. Par opposition, Marie de Magdala sait que la vraie structure religieuse est radicalement différente de ce que nous désignons communément par le mot "Église". En élève authentique de la science de l'esprit, elle annonce courageusement que l'église véritable se situe en réalité dans le cœur des hommes. Il s'agit avant tout d'un sanctuaire privé, un temple intérieur qui initie ses "fidèles" au sens ésotérique des révélations prophétiques. C'est une vision totalement révolutionnaire. La réalité du royaume divin est indépendante des crucifixions de ce monde ; elle ne peut que grandir à l'intérieur de nous. On ne bâtit pas ce royaume par la force en détruisant ou en s'opposant aux autres comme on a cru pouvoir le faire. On ne le manifeste pas en tuant des "infidèles", en sacca-

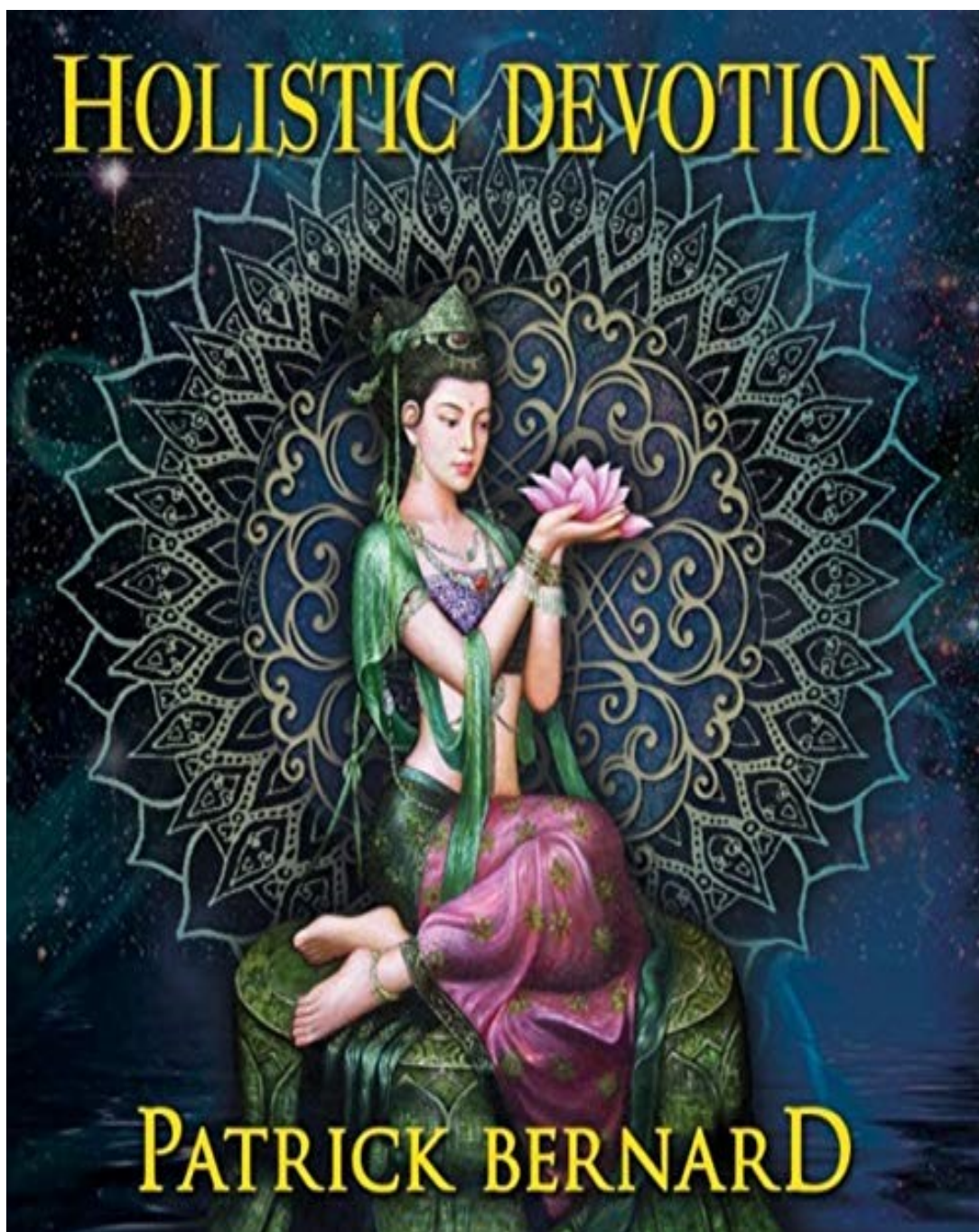
geant des villages ou en construisant des cathédrales, des temples, des mosquées ou des synagogues. Le royaume est universel, il n'est pas de ce monde. Ce n'est pas un pays que nous pouvons voir avec nos yeux de chair. Ce n'est pas un lieu qui peut être acheté ou vendu. Ce n'est pas un pardon qui peut être soudoyé ou négocié par le sacrifice d'un animal. Si les apôtres ne comprennent pas cela c'est que la manifestation du royaume est au-delà de toute conception humaine. La victoire du roi des juifs n'est pas là où les juifs l'attendent. Il y a un malentendu qui dure depuis 2000 ans. Le Terre Promise n'est pas créée dans les flammes et le sang de la guerre, mais dans chaque petit pas que nous faisons en marchant sur les sentiers de l'amour désintéressé. Par la puissance intuitive de sa nature féminine, Marie Magdalena réalise que l'éternité tangible est ici et maintenant. Le "royaume" est déjà là, en nous, et il n'a rien à voir avec le commerce du matérialisme spirituel. Ce n'est pas un repère de brigands où on échange nos confessions et nos prières contre de l'argent. Même cloué sur une croix, humilié, torturé, persécuté, emprisonné, insulté, le cœur percé du mépris des Inquisiteurs, le royaume ne connaît jamais la destruction. Aucune arme ne peut le fendre. Le feu ne peut pas le brûler. Il peut se manifester n'importe où dès lors que nous laissons aller toutes nos sacrosaintes attaches existentielles et que nous commençons à nous abandonner en faisant totalement confiance à la bienveillance du Mental Universel.

De nos jours, on ne compte plus les savants, (dont le neurochirurgien Eben Alexander, M.D.), qui découvrent que vers chacun de nos gestes, chacune de l'univers est une entité pensante et que nos paroles, chacun de nos actes de nous existons dans un "mindful universe", un univers qui est une pensée qui se pense. Le physicien activiste Amit Goswami, docteur en physique quantique, enseigne que la conscience ne peut plus être ignorée



compassion et d'empathie, à travers chacun de nos pardons. La nuit de Noël se répercute jusque dans la Passion du Christ. Pierre pense que Jésus est mort sur la croix. Il refuse de comprendre

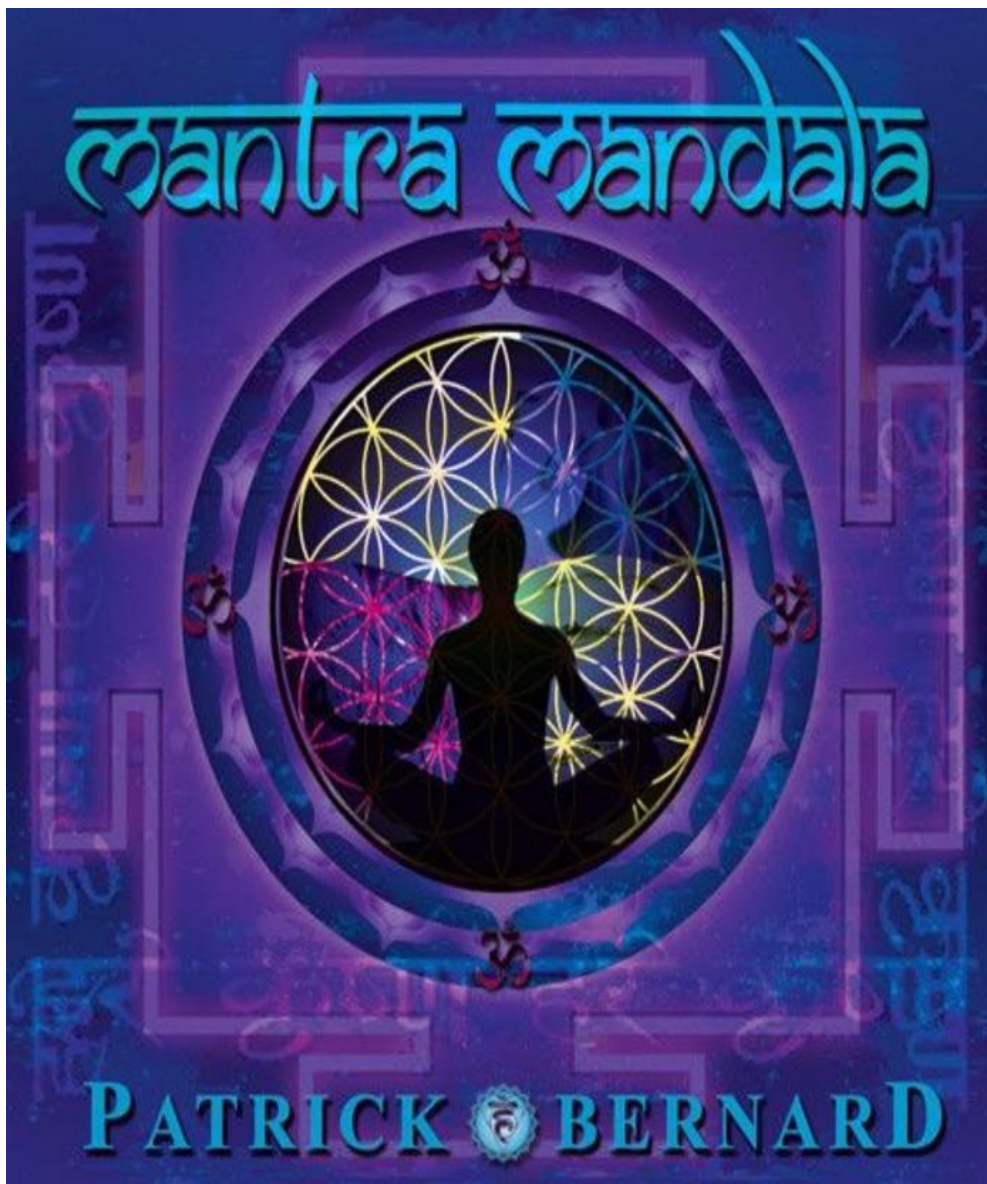
et que nous devons maintenant considérer notre monde de matière comme une projection de nos qualités de conscience. Autrement dit, nous ne sommes plus très loin de la règle d'or du Christ. De nos jours, les degrés de l'évolution de la conscience humaine ne sont plus assujettis à une religion institutionnalisée ou à une secte quelconque. Une telle prise de conscience représente un retournement sans précédent dans la compréhension scientifique moderne. Une mutation similaire a eu lieu lorsque Marie-Magdalena réalisa que le "royaume" ne pourra jamais être maintenu par des partis-pris de paroi. Le royaume est une dimension intérieure qui se reflète éventuellement à et s'indigne en justifiant son point de vue par l'extrême misère qu'il voit autour de lui. Le nouveau monde qu'il espérait depuis la naissance de Joshua dans l'étable de Bethléem n'est pas là. L'oppression sévit encore et il n'y a toujours pas de justice pour ceux qui souffrent. Pierre n'y comprend rien. Marie-Magdalena lui dit : "Comment te sens-tu avec toute cette colère, toute cette rancœur, toute cette négativité, toute cette ambition que tu portes dans ton cœur ? Si tu ne laisses pas la lumière de ton âme sanctifier tes mémoires et guérir tes blessures, penses-tu vraiment que ta colère va diminuer avec le temps qui passe ?"



idéalisée (le Saint-Esprit), cette omniprésence de l'amour sublimé nous protège à sa manière en tout temps, quoi qu'il puisse nous arriver, surtout à l'heure des circonstances extrêmes de l'existence humaine, pourvu que nous nous abandonnions à cette présence sans réserve et que nous lui donnions toute notre confiance, comme ultime offrande du "miroir de notre âme soumise et anéantie" (selon l'expression de la grande mystique du 14^{ème} siècle, la très sainte Marguerite Porete, injustement séquestrée et brûlée vive à

Le monde est ce qu'il est. Il changera de Paris en l'an 1310 par les sbires de l'inqui-
la manière dont nous changerons. Quand sition catholique). La foi est une certitude
Thomas lui demande où il sera après sa intérieure qui soulève les montagnes de
disparition, Jésus lui répond : "Soulève nos chagrins et de nos douleurs les plus
une pierre et tu me trouveras ; fends un profondes. Nous ne sommes jamais seuls.
morceau de bois et je serai là". Telle est la Changeons notre angle de vision et le
médecine de l'âme, telle est la bonne nou- monde changera. Nous ne pouvons plus
velle que nous apporte encore aujourd'hui remettre notre vie entre les mains de quel-
la nuit de Noël : la présence de l'amour qu'un d'autre. Personne ne peut faire le
absolu est partout. En tant que champ travail à notre place. Pas même Jésus.
d'une conscience totalement épurée et

Il est réellement malcommode d'éclairer des individus qui font semblant d'ignorer la réalité. Il faut être patient et détaché des résultats. En l'an 951, s'apercevant que le contrôle des masses était sur le point d'échapper à la politique totalitaire de l'Église Romaine, le pape Grégory a officiellement qualifié Marie Magdalena de prostituée, une insulte et une incompréhension schizophrène qui a perduré jusqu'à aujourd'hui. En 2016, sous la pression des exégètes des premiers écrits évangéliques et devant l'évidente authenticité des manuscrits retrouvés en Palestine, Marie Magdalena a finalement été reconnue par les prélats du Vatican comme "l'apôtre des apôtres". Elle a enfin été définitivement reconnue comme le premier témoin, la messagère authentique de l'apparition, de l'abnégation et de la régénération de l'enfant divin né la nuit de Noël. On ne peut pas cacher la vérité indéfiniment. On peut égarer un certain nombre de personnes durant un certain temps, mais on ne peut pas fourvoyer tout le monde tout le temps. Des archevêques autoproclamés auront mis plus de mille ans avant de reconnaître leur erreur. Avec ou sans cette reconnaissance tardive, la vision de Magdalena aura



toujours réussi à protéger contre vents et marées le véritable sens de la lumière infinie qui illumine la nuit de Noël. Elle n'a jamais abandonné. Le royaume est comme une toute petite graine de sésame qu'une femme a semée dans son jardin. Et la graine a germé, elle s'est multipliée, et le verger s'est agrandi, et les oiseaux dans les airs l'ont vue et sont venus faire leurs nids dans ses branches. Ne craignons rien : l'éternel est de jouvence limpide et la lumière divine ne s'éteindra jamais.

Prah-Ladji

Patriick Bernard.



S'affirmer sans attaquer!

Il y a une énorme différence entre affirmer « sa » Vérité et croire détenir « la » Vérité!

Dès l'instant où un être croit détenir « la » Vérité, il est à risque de passer au mode attaque ou imposant, croyant que seule « sa » Vérité est la voie à suivre.

Qu'est-ce que la Vérité ? C'est simplement le reflet de ce que vous croyez ici et maintenant, c'est « votre » Vérité, et elle est valable uniquement pour vous.

Bien sûr, d'autres personnes peuvent partager « votre » Vérité, mais cela ne confirme pas pour autant que c'est « la » Vérité, mais qu'elles sont tout simplement de votre avis... jusqu'à ce qu'elles en changent, oh ! la la!!!!

Eh oui, « votre » Vérité, c'est ce que « vous croyez et ce que vous pensez maintenant » et vous pourriez tout aussi bien penser différemment et vous contredire vous-même demain, vous êtes libre... et les autres aussi !

Alors, comment affirmer « votre » Vérité sans blesser ni attaquer ?

En tout premier lieu, en exprimant qui vous êtes et ce que vous pensez calmement avec Amour et Respect sans intention d'imposer votre vision de ce que vous

pensez ou croyez à qui que ce soit.

Bien entendu, nul n'est tenu à l'impossible. Vous n'avez pas le pouvoir de déterminer qu'elle sera la réaction de la personne qui recevra « votre » Vérité. Cependant, si vous savez en votre Âme et Conscience avoir exprimé ce que vous dictez votre cœur, ce que vous ressentez, ce que vous souhaitez être, vivre ou faire sans animosité, sous-entendus, manipulations verbales ou non verbales, vous saurez n'avoir rien à vous reprocher et vous serez en Paix avec vous-même.

Dans le cas où la personne à qui vous vous adressez réagit négativement, agressivement ou de façon désobligeante à vos propos, il vous faudra vous rappeler que « sa » réaction, lui appartient en propre et que celle-ci aura été déclenchée par « sa » Vérité concernant « votre » Vérité!

Bien sûr, vous êtes de votre côté totalement responsable de votre attitude, de votre façon de dire et d'exprimer votre Vérité. Ce n'est pas en attaquant ou en vous imposant que vous amènerez l'autre à comprendre, à adhérer ou accepter votre Vérité.

Permettez-vous de vivre pleinement votre vie, vous en avez le droit, faites ce que vous croyez bon pour vous et offrez la même opportunité aux autres : laissez-les être ce qu'ils sont, penser ce qu'ils veulent et vivre à leur façon.

Si vous constatez que vous n'avez pas d'affinités avec les gens qui croisent votre chemin de vie, que leurs choix ne vous conviennent pas, sachez vous retirer et poursuivre votre route, votre propre Vérité. Ne vous imposez pas ! Rien ne vous y autorise... Dieu nous a tous dotés du libre-arbitre. Alors, faites comme LUI. Respectez les choix des autres.

Il est impossible, dans ce monde matière, d'arriver à plaire et à satisfaire les demandes et exigences de tous ceux qui croiseront votre chemin de vie - et vous n'êtes pas tenu de le faire contre votre gré - mais vous devez, par Amour et Respect pour vous-même, sans remords et culpabilité, faire et être ce que vous savez être juste pour vous.

En bref, dans toutes vos relations, veillez à ce que vos propos soient clairs et Respectueux, sans insinuations, dénigrements ou suppositions désobligeantes envers votre interlocuteur, ainsi vous saurez avoir partagé « votre » Vérité du moment en harmonie avec le Divin en vous.

Si la personne devant vous se sent attaquée ou blessée par vos propos, votre décision, vos choix, vous n'y pouvez rien, elle devra régler ça... avec elle-même !

Si vous vous imposez, la Vie vous servira tôt au tard, votre propre attitude...

Nous avons le Choix en tout et nous récoltons tout ce que nous sommes !

Soyons Amour et Respect, ayons des Attitudes Impeccables, ainsi la Loi d'Attraction nous gardera sur des chemins qui conduisent dans d'égales Fréquences !

Namasté !

Suzanne Deborah Jennings

**S'affirmer
sans
attaquer !**



Suzanne Deborah Jennings
Coach Spécialiste de la Loi d'Attraction
SDJENNINGS.AMBASSADEURHUMANITERRE.COM

Julie Leblanc

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



Charlie Chaplin

Je vous offre un extrait de mon livre Guérir avec les stars, que vous pouvez vous procurer <https://www.amazon.ca/Gu%C3%A9rir-avec-stars-Julie-Leblanc/dp/1539937356>

C'est spécial. On vient de m'amener dans un immense champ de marguerites. Il y a des fleurs partout, partout. J'en ai même une couronne tressée dans les cheveux. Une robe bleue avec par-dessus un tablier blanc, dans la Joie parfaite de mon enfant intérieur, avec une gaieté absolue. Le ciel est bleu, l'air est parfait, il y a des arbres autour du champ. On entend la nature mêlée du silence harmonieux, le Soleil est bien dosé. Je suis en Gratitude. Je me promène dans le champ totalement ouverte, en Béatitude et tellement moi, à sa plus simple expression. C'est une expérience qui me procure énormément de Joie et d'Amour pour la vie.

« Espace de l'unité pour Charlie et toi. Que les marguerites soient ensembles maintenant, unies à la voix du cœur. Que toutes les fois où tu as été joyeuse en cette Terre, restent en paix. Nous les ramenons à ta Merkaba. Absorbe cette Joie et tous ces instants où tu as vécu la Paix, la Joie et l'Amour, pour l'humanité entière.» Charlie fait de même. « Observe le monde entier avec les marguerites, les

espaces de ta médiumnité, où tu as reçu l'aide des Melchisédecks pour apprendre à vibrer la Paix, la Joie de ton enfant intérieur. N'achète rien mais prie pour toi. Aie simplement la force de rire de la richesse du monde entier, car l'argent est en toi. Les pièces d'or sont en toi, surtout la foi est en toi. Aie foi en ton cœur, aie foi en toi, et absorbe les marguerites de tous les lieux, de tous les espaces où tu as été un médium qui prenait un champ énergétique pour son dû. L'argent est ton champ énergétique. La richesse est ton aura, et par la suite, les manifestations viennent assez rapidement dans la matière ».

Donc si je comprends bien, plus mon aura est dans ce champs de marguerites, plus je matérialise de grandes opportunités de Joie, des occasions en or, tout comme mon aura, pour me faire grandir dans l'immense richesse de l'âme qu'est le confort réel de sa vie matérielle spiritualisée dans l'incarnation?

Charlie se touche le menton en regardant les étoiles dans le ciel, comme pour montrer qu'il est en train de réfléchir. Je vois qu'il tape du pied. Je réalise qu'il est dans un décor et qu'il absorbe ses données. C'est stupéfiant comment il rend ça grandiose. Il fait la différence entre un Noël triste et sans cadeaux, versus l'autre qui

est au centre de son étoile ... Il est le cadeau de la vie. Il me montre un tout petit dinosaure orangé qui sort de mon aura. Je comprends que c'est l'époque qui nous a dénaturés de notre vérité sur notre étoile de vie.

Charlie m'informe qu'il va venir m'aider à enseigner aux jeunes et aux gens le sens de la vie. J'ai un projet d'une émission télévisuelle pour les enfants. Il va la bâtir avec moi et ajuster le studio au décor de la maison où il est présentement. J'ai déjà la première émission en tête. Je le remercie et le gratifie; il est tout argenté en ce moment.

St-Germain ajoute: « Tu vas manifester par ton cœur, ton corps et ta Merkaba ce que ton âme a à faire vivre avec et à ton égo. L'expérimentation du ciel dans la matière, à sa plus grande expression. Expansion de ton canal ensemble, pour te permettre de te marier à ton énergie nouvellement franchie, pour respirer et renaître dans une dimension plus lumineuse ». Je vois mon prochain bureau de travail. Bref, j'y fais ma rentrée, ma première apparition sur les lieux. « Julie arrive comme on dit! »

M. Chaplin arrive et s'assoit dans mes énergies. Il est prêt à rédiger son message.

« La différence est dans l'évaluation correcte de ses énergies. La visualisation de son problème, vu dans son ensemble énergétique, qui est en nous et qui agit dès que nous avons une information, nous permet de nous positionner dans

"son" centre lorsque celui-ci est maîtrisé. La vie est comme l'art dramatique. Tu reçois une information, comment veux-tu te positionner face à celle-ci? Toi Julie, tu es maître-nageur. Quand tu glisses sur l'eau, tu es en harmonie et la concentration de ton énergie intérieure fusionne avec tes mouvements. Tu ne peux pas arriver à ce résultat quand tu es fâchée. Tu ne peux pas traverser le lac dans cet état, sauf si ton énergie est essentielle à ta survie et te permet de gravir les échelons de la conscience. Distinguons toujours les deux : ceux qui viennent du cœur versus ceux qui alimentent l'égo destructeur ».



.Lorsqu'une personne est dans sa tête, elle ressasse de vieilles histoires réchauffées par un niveau d'intolérance sociale; les lourdeurs se déguisent en ennemies à combattre, et la colère non-traitée influence le système du traitement des informations, d'une succession de complications futures interminables. Notre cœur est le projecteur central de notre vie, pas la tête. Il faut être attentif à ce que notre subconscient projette et à ce que nous diffusons autour de nous, car il y a des gens dans la salle que nous aimons. Quand le traitement de données est au point dans "ses" chakras, nous pouvons recadrer la perception des gens sur "son" système de valeur, "sa" nature dans son élément.

Lorsqu'il y a un déséquilibre, habituez-vous à le traiter en communion avec vous-même. Les événements extérieurs vous permettront d'exprimer votre Paix, comme nous avons fait avec toi, lors de ton émission en direct. Dans ce moment-là, nous intervenons auprès des anges terrestres pour redresser les vibrations le plus rapidement, afin de rétablir un équilibre qui a été brisé par le libre arbitre, influencé par la colère et l'intolérance. Je suis venu à toi car tu es sage et que tu es devenue Compassion immédiatement lorsque tu as appris la nouvelle. Tu as monté ta vibration, tu as offert une assistance aux maîtres, tu t'es rendue disponible pour servir ton prochain, tu nous as prêté ta voix pour qu'on prenne la parole à travers ton canal. Tu étais donc prête à rejoindre 125 000 personnes et plus, au royaume des âmes. Tu as fait passer des âmes

dans la Lumière, parce que tu avais fermé la porte à la colère collective. Pourquoi? Parce que tu es autonome dans ton système de penser.

J'ai pu apporter rapidement une aide précieuse, en corrigeant certaines vibrations en guise de réconfort pour les gens, mais surtout pour les responsabiliser face au pouvoir qu'ils ont de demeurer centrés dans leurs propres énergies. L'important, ou du moins le but de tout ça, est d'encourager les gens à vivre leurs moments présents. Nous sollicitons une compréhension supérieure pour nous unir et rejoindre un monde de Joie, dans la résolution pacifique de ses problèmes.

J'aide les âmes à régler leurs blocages liés à leurs valeurs familiales, incluant les fondements religieux, qui ont influencé qui ils sont véritablement. Croire en "soi", être l'étoile magique de son sapin de Noël, procure de la Lumière et de la joie à ses enfants et son(sa) conjoint(conjointe) qui se rassemblent devant toi pour accueillir les surprises de la vie que tu peux leur transmettre, à partir de "son" amour et de "ses" talents. C'est le plus beau cadeau à offrir à quelqu'un ».



J'amène les gens à vibrer qui ils sont. Ils découvrent le discernement et deviennent capables de rire d'eux-mêmes dans la Joie. Chaque être est égal dans la création et nous nous rejoignons par le cœur. Exposez-vous différemment parmi les jaloux et vous retrouverez la capacité de rejoindre leurs sources par plus de distance, comme de se retrouver dans une position au centre de sa vie. Égayer les cœurs par la Joie. Savourer la vie à partir de ses propres choix. Rire de soi. Rire avec la vie, c'est un art qui nous permet de voir le meilleur en nous-même, c'est à dire le privilège de se voir grandir. Le positif est l'ingrédient secret qui vous permettra de mettre fin aux oppositions, même en cas de catastrophe ».

« Nous avons une responsabilité face à notre mission de vie. Nous nous devons d'être et de vivre dans notre moment présent le plus simplement possible, car la vérité est là, tout bonnement en soi. Ce

sont les moyens que nous nous donnons qui font une différence dans les programmes de notre personnalité et c'est ce tri qui va faire une expansion de l'âme. Lorsque nous sommes hors tension, on s'improvise une nouvelle situation. Apprenez à bâtir votre vie avec la sincérité de votre joie. Vous ne fuirez plus vos ma-laises parce que vous êtes prêt à les écouter complètement. Reprendre essentiellement son pouvoir avec humour, demande une rééducation officielle dans nos traitements de données. La sincérité est notre fantaisie de la vie...la créativité de transformer n'importe quelles situations en notre mission de vie. Voilà le défi de l'humain ».

Charlie xx

Merci beaucoup pour cet entretien!

Julie L.





S'occuper de son corps physique

Les personnes qui ont suivi ces enseignements ont pu développer en elles-mêmes le grand potentiel de vie, de créativité et de sage réussite, facilitant ainsi leur art d'être, de vivre et de réaliser progressivement et naturellement leur plénitude dans la Vie !

S'occuper de son corps physique tous les jours soit par le Yoga, la marche ou autre, pour avoir une certaine souplesse, une fermeté musculaire et une solidité osseuse. Comprendre l'utilité de prendre soin de son corps physique par la douceur, la souplesse, la tendresse et s'accepter complètement comme on est.

Daniel a préparé une vidéo en compagnie d'Anissa Aumont.

Pour regarder la vidéo : <https://youtu.be/p9YNSuhWqBs>

Daniel





Une bonne prise de conscience!

L'énergie cosmique; prend naissance dans l'île centrale du cosmos.

Comment l'énergie cosmique peut-elle devenir des grains d'énergie condensée?

L'énergie, par son essence, est active.

L'activité provoque le mouvement.

Le mouvement engendre toujours une transformation.

Une transformation, c'est un changement dans l'organisation des grains d'énergie.

Un changement veut dire de la matière, tout en gardant l'essence qui la compose, prend une autre forme.

Quelles formes peuvent prendre les grains d'énergie?

Les formes se délimitent par l'énergie divisée en courants spécifiques.

Les courants spécifiques sont l'essence de Dieu comme:

Père: teinte rouge: domine la matière dans sa compacité, c'est le plus haut et le plus fort des courants.

Fils: teinte jaune: domine la matière dans son élasticité, il est juste au-dessous du rouge et plus puissant que le bleu.

Esprit: teinte bleu: domine la matière dans sa légèreté, beaucoup au-dessous

du jaune: il est l'énergie qui spiritualise la matière.

Les courants se mêlent-ils?

Les courants ne se mêlent pas, ils circulent comme des banderoles au gré du vent.

Quels sont les trois courants indispensables dans l'organisation de la matière?

Les trois courants d'énergie: rouge, jaune, bleu sont absolument indispensables à l'organisation de la matière.

Lorsque le courant rouge passe, il se forme des grains de matière d'énergie pure.

Lorsque le courant jaune passe, il se forme des grains d'énergie jaune pure.

Lorsque le courant bleu passe, il se forme des grains d'énergie bleu pure.

Comment sont formés les trois courants d'énergie secondaire?

Lorsque les grains d'énergie commencent à voyager dans l'espace, ils dégagent un magnétisme qui les précipite les uns sur les autres.

L'impact mélange les énergies les unes aux autres.

Une nouvelle énergie formée de la jaune et de la bleue prend naissance. Elle est

de couleur verte.

La rouge et la bleue forment l'énergie violette.

La rouge et la jaune forment l'énergie orangée.

Ces trois courants sont porteurs des vertus des énergies primaires: Rouge, jaune, bleu, mais avec beaucoup plus de nuances.

Quels sont les courants qui dominent toute la matière?

Les 6 courants qui dominent toute la matière sont: Le rouge, le jaune, le bleu, le vert, le violet, l'orangé.

Comment les 6 courants d'énergie ombrée se forment-ils?

Dans leur mouvement, les 6 courants dégagent à leur tour, un magnétisme puissant: sous l'impact, d'autres courants se forment:

Le rouge et le vert donnent naissance au rouge ombré.

Le jaune et le violet donnent naissance au jaune ombré.

Le bleu et l'orangé donnent naissance au bleu ombré.

Les courants complémentaires frappent à leur tour les courants ombrés et donnent naissance au: vert ombré, violet ombré, orangé ombré.

La division normale des courants s'arrête là.

Comment les courants se déplacent-ils?

Les courants ne se déplacent pas au ha-

sard.

Ils se déplacent selon des lignes de force.

Qu'est-ce qu'une ligne de force?

Il y a, dans la formation de la matière, une quantité de telle ou telle énergie qui communique à cette matière une force d'attraction qui attire à elle l'énergie qui circule autour de sa forme.

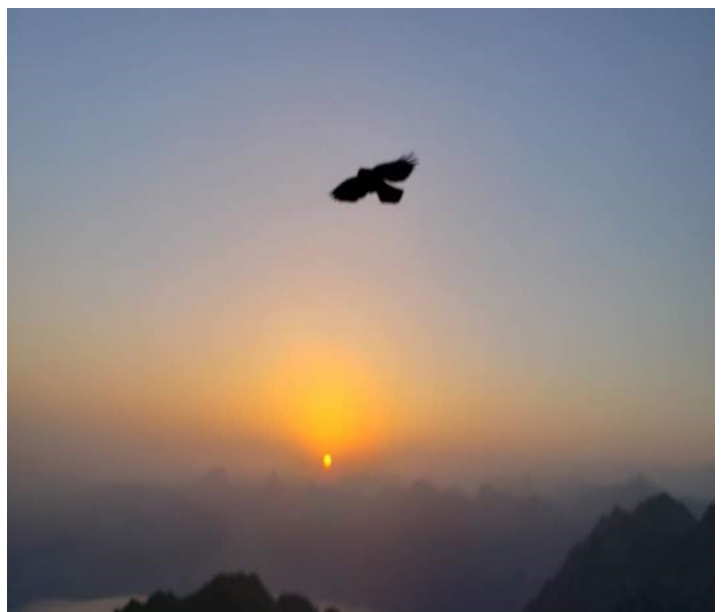
Alors l'énergie circulante se greffe sur la matière qui l'a attirée, l'imprègne d'une nouvelle force pour enfin, en faire partie.

Cette matière, qui est devenue encore plus attractive, répand son magnétisme autour d'elle.

La matière nouvellement imprégnée attire l'énergie circulante à son tour et répand, elle aussi, son magnétisme autour d'elle... et cela de manière indéfinie, jusqu'à la fin de la matière organisée.

Bonne Prise de conscience !!!

Ronald a l'autorisation d'utiliser les enseignements d'Adéla Sergerie, de son livre Sciences cosmiques.



Matière

La matière est une chose très importante, car elle est l'élément dans lequel on vit. C'est notre cause à effet immédiat. C'est l'environnement qui fixe tous nos besoins de base. La vie sur Terre est matière. Elle est représentée par le corps physique de la vie en général. C'est de l'énergie au même titre que l'âme ou la lumière de la création, mais beaucoup plus dense, à des fréquences plus basses.

Cette énergie se colle avec magnétisme au noyau central de la Terre. Plus le ventre et le cœur sont près de cette force centrifuge, plus nous sommes nourris par l'énergie de la Terre. Et c'est ce qui manque à notre connaissance de vivre. On dit souvent que la Terre nous protège. C'est normal puisque nous y sommes conçus pour y vivre. C'est un 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 rempli 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 a un soutien du plan divin. Tout est à la base 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 de fait spirituel, car elle est entourée du tout. L'univers est dans la matière, dans toutes les dimensions en même temps. Mon corps 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 vois 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 en ont. Des énergies de matières naturelles, comme le bois par exemple, ou des matériaux modifiés aussi. À cela s'ajoute, la ou les mémoires émotionnelles que ces objets conservent.



Le générateur d'énergie angélique !

Bonjour,

Je vous parle aujourd'hui de ce magnifique outil qui aide le processus de vos demandes. Il s'agit d'un émetteur et d'un récepteur d'énergie.

Par vos intentions, vos demandes et vos prières ; vous endossez le rôle de l'émetteur qui envoie à l'univers angélique les demandes particulières qui vous tiennent à cœur ! Alors, la sphère spirituelle devient le récepteur puisqu'elle reçoit vos demandes. Par la suite, les rôles s'inversent. Lorsque l'univers de Dieu a capté vos demandes, les Êtres de Lumière y déposeront leur énergie pour que vos prières puissent s'exaucer. Donc, les Anges deviennent à leur tour des émetteurs d'énergies ; et l'être humain devient le récepteur qui reçoit cette merveilleuse énergie. Cette énergie divine agira favorablement dans votre vie et elle attirera plusieurs bienfaits dans votre direction. Bref, ce simple outil permet d'ouvrir une grande porte à ciel ouvert pour recevoir les bienfaits divins des Êtres de Lumière. Il est en quelque sorte un amplificateur qui permet de communiquer vos demandes et d'activer son processus. Cela vous donne un bon coup de pouce vers le chemin de la réalisation.

Cela dit, ce générateur possède plusieurs attributs. Il rehausse les pièces de votre demeure. Il chasse la négativité. Il rehausse et équilibre vos chakras. L'énergie positive qu'il émet rehausse également l'énergie de vos pierres. Lorsque vous êtes fatigué, tenez-le quelques secondes dans vos mains. Prenez 3 bonnes respirations, votre fatigue s'envolera. Vous désirez arrêter de fumer, de rehausser vos finances, de rencontrer votre idéal, etc. Écrivez votre demande sur un bout de papier et déposez votre générateur sur votre demande. Sa mission est d'activer le processus de votre demande. Lors d'une réunion, si les gens se plaignent, posez votre générateur sur une table. Cela calmera la tempête. Toutefois, si les gens sont fatigués, cela rehaussera leur énergie. Bref, ce générateur vous apportera de la vitalité et du réconfort. Il attirera régulièrement du positif dans votre direction.

Si vous le désirez, laissez-le dans une pièce et le lendemain, enlevez-le, cela vous permettra de sentir la différence d'énergie lorsqu'il est dans une pièce et lorsqu'il ne l'est pas ! De plus, chaque pierre possède ses vertus énergétiques et chacune agira favorablement sur vous.

Il y a plusieurs manières de faire vos demandes. Je vous l'explique dans la vidéo ci-jointe. Choisissez celle qui fait résonnance à votre cœur.

N'oubliez pas ceci : qu'importe les outils que vous utilisez, l'important est toujours l'intention que vous lui donnez !

Il y a un bonus sur une petite pyramide particulière dans la vidéo.

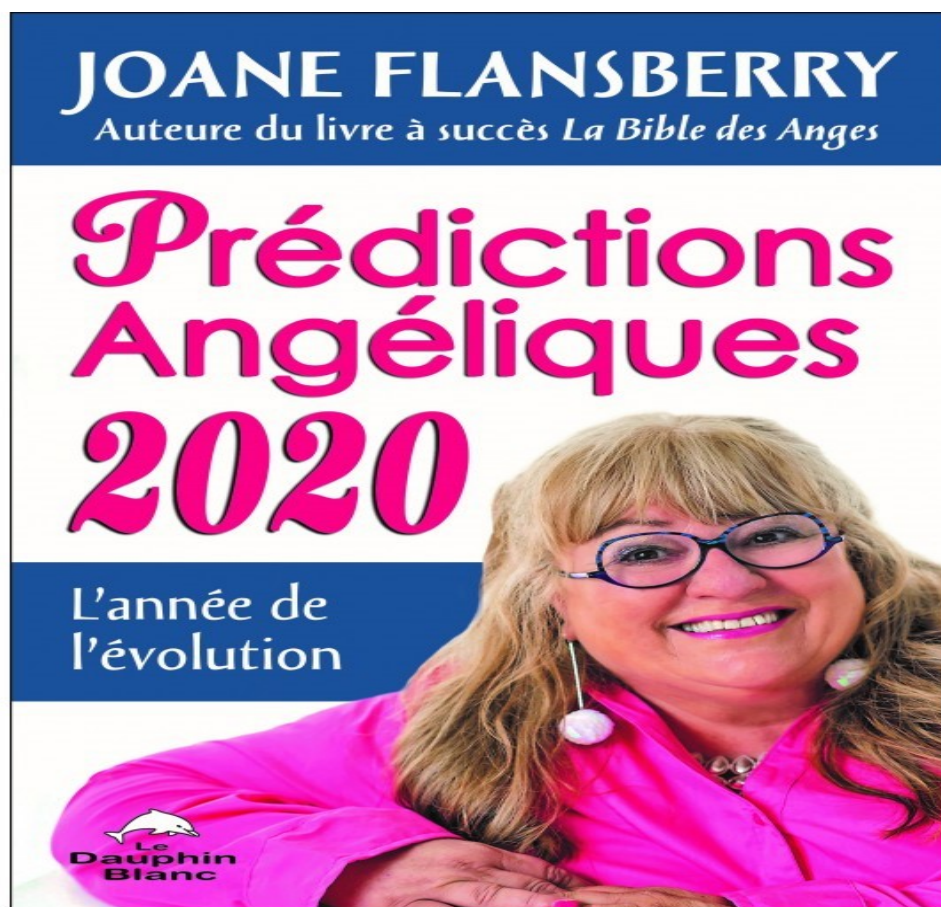
De plus, c'est un objet accessible à tous par rapport au prix. Vous pouvez le trouver en ligne sur le site de la boutique du jardin des anges et des archanges, mentionné sur la bannière.

Lien pour la vidéo: <https://youtu.be/d8D8RjDNDzs>

Lien pour horoscope angélique mensuelle: <http://site.joaneflansberry.com/coin-spirituel/horoscope/>

Je vous souhaite de découvrir le meilleur en vous-même au cours de l'année. Que cet objet puisse réaliser plusieurs de vos demandes !

Joane.



Luc Côté

Auteur, blogueur et messenger de l'âme
luccote.org
info.luccote@gmail.com



Être différent – c'est mon super-pouvoir!

Nous admirons nos artistes et nos humoristes, car ils sont différents.

Nous les admirons aussi parce nous pouvons nous identifier à eux : quelque part ils nous ressemblent. Les artistes nous aident à explorer une gamme d'émotions variées et notre humanité.

Nous sommes tous différents, nous l'entendons souvent cette phrase!

Mais quand vient le temps d'exprimer notre différence, le plus souvent, nous nous jugeons nous-même et nous avons du mal à l'assumer. Pourtant, nous admirons ceux qui osent. Si l'on ose, c'est au risque de nous faire dire que l'on dérange. Souvent, nous nous sentons obligés de justifier nos différences. C'est du moins une impression que nous entretenons.

C'est en grandissant que nous découvrons nos différences. Entre enfants, les différences deviennent souvent objets de moqueries... Je vous rappelle que le mot intimidation existait uniquement dans le dictionnaire à une époque encore récente! C'est peut-être pour cette raison que j'ai appris à ne pas tenir compte de ma sensibilité pour me protéger? Jusqu'à en devenir malade, car je ne comprenais pas comment différencier ce qui m'appar-

tenait et ce qui appartenait aux autres. J'étais dans l'entre-deux... trop sensible pour être tout à fait ordinaire et pas assez pour être catalogué comme un médium.

Heureusement, notre époque actuelle nous permet d'oser un peu plus. C'est donc très tard dans ma vie adulte, que j'ai fini par redécouvrir mes différences et que j'ai commencé à les explorer. Le mot clé est vraiment là, il faut oser explorer ses différences!

C'est en explorant ces différences que l'on devient un individu unique qui apporte quelque chose d'unique. Être différent, c'est mon « super-pouvoir ». C'est ce qui me permet d'être fier de moi. Je suis capable de réfléchir différemment et d'écrire des textes qui apportent quelque chose de différent aux autres. Être différent est une très bonne chose!

Les artistes que nous admirons tant l'ont compris. Ils explorent leurs différences.

Un jour, il faudra réfléchir à la manière d'enseigner la différence aux enfants... sans leur imposer notre vision du monde. Juste les aider à découvrir leur « super-pouvoir » par eux-mêmes. Oui, j'ai un « super-pouvoir », et ce n'est pas grave si cela me rend différent aux yeux de quelques-uns. Luc Côté

Julie Leblanc

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



Une femme très sélective!

Elle se retrouve seule, très longtemps. J'ai plein de femmes autour de moi, qui préfèrent attendre l'homme parfait pour elles, et ce, même si ça leur coûte une décennie. C'est facile d'y mettre le prix. Il n'y a plus de compromis possible, parce qu'il n'y a pas de place dans nos vies pour traîner des poids.

Mon compte « TINDER » a été ouvert pendant l'année 2019. J'ai eu deux rencontres. Une avec mon premier chum, et ça été canné assez rapidement, et j'ai rencontré un homme dans un restaurant. Je me suis retenue et forcée pour honorer mon engagement, car en arrivant sur place dans l'auto, j'ai vu qu'il ne ressemblait pas à ses photos. Je voulais partir de ce pas et de ne pas le rencontrer. Par respect, j'ai pris 15 minutes, le temps d'une petite bière bue bien vite, pour lui expliquer que non, ça ne marchera pas.

Deux conversations qui ont eu un peu d'allure, mais pas assez pour une rencontre. 98% des candidats sur ses sites ont mon X rouge. Il y a 1% de marge, exemple que la personne n'a pas mis sa grandeur et qu'au final, il est plus petit que moi, ça devient non. C'était pour préciser. Le marché est déprimant, tellement que les gens se cherchent des bouées, au lieu de cheminer. Le 1% compatible n'est pas

sur le marché virtuel, et n'est pas venu à moi cette année, ni par ma vie sociale, qui est peu existante.

On souhaite aimer un tout, une personne complète, intérieure et extérieure. On peut s'ajuster rendu là, l'idée n'étant pas de trouver la perfection. C'est un processus de découvertes extraordinaires, qui est sans fin, et à chaque étape, elles créent des ouvertures, surtout nécessaires, à alimenter l'amour qu'on éprouve en nous, qui se développe pour la personne. Surtout que moi, je regarde tout. Tout, tout, tout. Plus j'apprends à connaître quelqu'un, plus c'est de l'aimer pour Qui Il Est. C'est un processus croissant, qui au fur et à mesure, amène la reconnaissance du grand plan qui se cache derrière l'évolution, qui ouvre à plus de beauté encore. On dit déclencher l'admiration sans borne pour son partenaire, sans évidemment lui mettre de la pression. Il a le droit de faire ses expériences. Ce qui est excitant, c'est lorsque c'est fait avec de la Sagesse; c'est beau.

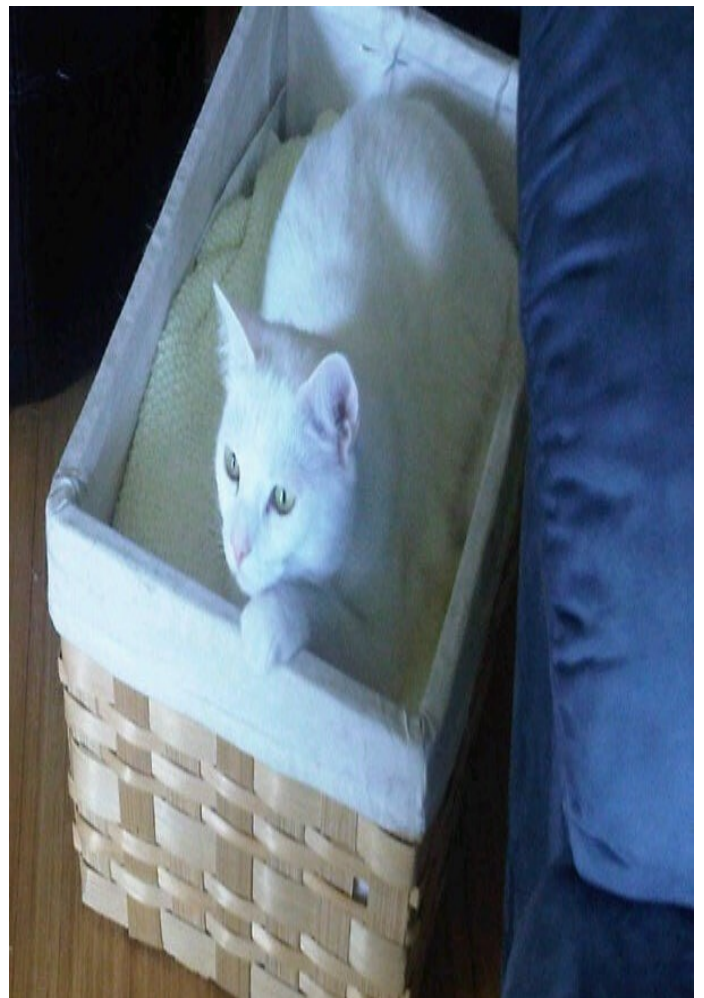


Tout ceci est croisé par un système de clair-connaissance (de la vie et de Qui On Est) relié à la matière. Exemple, je sais que le positionnement des dents est en lien avec des mémoires karmiques. C'est très précis. Si je ne trouve pas ses dents belles, je vais être incapable de véhiculer des sentiments pour une personne qui a tant à redresser dans son plan de vie. Ça n'a rien à voir avec une bouche digne d'une publicité de dentiste. Il y a des personnes qui ont des belles dents qui sont «fake». Ça me prend une personne avec des épaules de courage, des mains minutieuses et aimantes. Tout a sa raison d'être et a le droit d'avoir notre attention et notre amour. Il y a une perfection dans le détail, une beauté travaillée.

J'ai un copineau que j'ai fréquenté quelque peu, il y a 4 ans. Il était répulsé par le fait que je me promène en bikini, et que mon ventre mou vergeturé soit exposé au soleil, à ses yeux et aux regards des autres. Il a raison. Ce n'est pas un beau ventre sculpté. Sauf que moi, j'ai eu le privilège de donner la vie. Je le trouve beau, car il représente la partie sacrée de mon temple, qui a fait place à 4 magnifiques enfants à venir dans ce monde. Et non! Je ne vais pas m'obstiner pour contrer la nature en essayant de le mettre ferme par de l'exercice ou la chirurgie, parce qu'il ne me dérange pas mon ventre. C'est moins d'efforts de l'aimer tel qu'il est. De plus, il est accompagné par mes seins mous, qui ont nourri la vie quand j'ai allaité autrefois. Ça prend un homme qui a le même regard sur la beauté de son ensemble, comprenant l'attrait

pour l'histoire du corps, et du cœur.

Quand tu aimes une personne, tu l'aimes pour qui elle est, non? Quelqu'un qui se néglige, je ne suis pas capable. Tu vois les manques d'amour, les traces que ça laisse dans une vie et sur un corps. Quand je vais être rendue à regarder les orteils par exemple, elles se doivent d'être belles. S'il y a des champignons dessus, c'est qu'il marche pied nu dans les endroits publics. Je ne peux pas considérer ça comme un plus dans le bilan de mon positionnement intérieur pour le trouver beau. Il y a bien des points qui se perdent de cette façon. La beauté vient de la droiture et de la noblesse. C'est l'âme qui anime le goût du beau et du raffinement, et l'amour est généré à partir de là.



J'enlève tout ce qui n'est pas harmonisé dans mon champ énergétique et dans ma vie, comprenant ce que je vois et ressens. C'est ça le secret. Tout ce qui est ouvert et harmonisé (intègre) me magnétise. Ça me rend heureuse aussi, parce que c'est ça la plus simple expression d'être en couple avec quelqu'un. Aussi bien qu'elle soit géniale et à notre goût.

Le temps est précieux dans notre vie. On n'a pas le temps pour des niaiseries, de gens pas organisés dans leur sagesse et dans leur vie. On est ici pour Bâtir le beau. On est fait pour ça. C'est aussi simple que ça. Donc sa prend un(e) partenaire qui a un niveau de savoir-être assez prononcé.

C'est ce que je nous souhaite cette année. Nous, personne qui savons ce que nous désirons vivre comme expérience partagée avec quelqu'un, dans le but d'en faire un couple un jour, si les compatibilités sont belles et bien confirmées. Nous, qui savons ce que nous avons à offrir et qui ne font pas commerce avec le premier venu, qui semble un peu beau, mais qu'au final il n'y a rien là. Nous qui ne trahissons plus notre cœur pour quelque compromis que ce soit. Nous ne sommes ni achatables, ni négociables. S'il n'y a pas d'amour véritable, il n'y a rien! En fait si, que du karma qui interagit, par un corps de souffrance, en résonnance avec une autre personne, qui a le même genre de blessures que nous, à travailler.

C'est comme ça que nous devenons nous-même une perle rare, et une candidature de qualité. Beaucoup de gens n'apprécie pas la qualité. La tendance sur le marché

est plutôt sur la quantité. J'ai parlé à un homme un jour, qui m'avoua avoir eu 3242 relations sexuelles avec des partenaires différentes. C'est correct aussi. C'est un choix.

Moi, c'est l'incroyable que je suis prête à accueillir partout dans ma vie, sur toutes les sphères. Je suis patiente. Je continue ma création, et surtout de faire le ménage encore et encore, jusqu'à temps qu'il n'y a plus de karma amoureux dans mon plan de vie. Quelqu'un de prêt quoi!

Namasté

Julie L.





La Gérance du stress

À l'origine, le stress est une réaction primaire essentielle à la survie.

Dans notre société moderne, il est plutôt lié à des DANGERS issus de notre perception des choses. Ainsi, le STRESS, ça se passe le plus souvent entre les deux oreilles...et ça se CONTRÔLE aussi. Voici comment.

Depuis le tout début, l'être humain est victime du stress. Peu importe à quelle période de l'histoire nous nous attardons, il a toujours évolué dans des contextes stressants.

Pour survivre, l'humain a donc vite appris à faire face au stress et s'est donné des outils pour le gérer.

Qu'est-ce que le stress ?

Soumis à un agent stressant, un danger physique comme une grosse commande de dernière minute, un accident de travail ou une situation fébrile telle que tomber amoureux, le corps réagit.

Entre ces extrêmes se trouvent tous les stressseurs quotidiens auxquels nous sommes confrontés comme par exemple : Stress familial, les matins compliqués avant d'aller travailler, la guerre, les commandes...

Il existe trois types de facteurs de stress et des méthodes différentes de gestion du stress

Le stress environnemental

Le stress physiologique

Les stressseurs psychologiques

Évènement extérieur, impossible à modifier

Interprétation que l'on fait

La réaction du corps face à un stressseur varie en intensité et en durée. Il existe une réaction optimale appelée le BON STRESS. Celui-ci nous motive, nous mobilise pour faire face au danger et est essentiel à notre survie.

Cependant lorsqu'une situation de stress est trop intense ou se prolonge, une alarme interne se déclenche, qui stimule, entre autres, la sécrétion d'hormones, dont l'adrénaline.

d'un danger potentiel et nous permet de nous y préparer. Cependant, elle devient problématique lorsqu'elle survient en l'absence d'un danger immédiat.

Apprendre à gérer son stress:

Pas de recette miracle;

Seulement des principes de base importants;

Faire face en préparant notre corps;

La prévention.

Truc stress:

Gérer la réaction physique de notre corps et réduire l'intensité des symptômes de stress;

Une bonne gestion du stress en reconsidérant sa façon de penser dans certaines situations;

Prendre conscience des mots que nous utilisons;

Reconnaître nos craintes, nos inquiétudes et même nos peurs face à une situation;

Technique de respiration;

Lâcher prise.

Des phrases et des mots:

-Il faut que

-Je dois

-Je n'ai pas le choix

-Jamais

-Toujours

Laissent sous-entendre des obligations

-Il faut que je sois à la hauteur

-Je dois être bonne

-J'aurais dû dire ceci au lieu de cela

Suggèrent qu'elle n'a pas bien fait et qu'il est impératif de ne plus faire d'erreurs.

Nouvelles Phrases:

-J'aimerais

-Je voudrais

-Je choisis

-J'ai planifié

-Je préférerais

Des verbes qui laissent entrevoir la notion de choix.

En effet, lorsque nous choisissons, nous avons le sentiment de contrôler nos pensées, d'agir sur elles et donc sur notre stress. Nous pouvons alors évaluer les conséquences de nos choix et décider de ce que nous voulons. Cela augmente le sentiment d'accomplissement, la satisfaction de soi, le dépassement et la motivation. Le stress devient alors du bon stress.

Rappelons-nous en effets que le stress n'est pas que mauvais, car il est essentiel à notre vie et, surtout, à notre survie.

Peu importe qu'il résulte d'un stresser majeur ou qu'il soit l'effet cumulatif de petits événements stressants, le stress varie en importance selon notre façon de penser. La gestion du stress comporte également un meilleur contrôle de nos sensations physiques.

Pour ce faire, la relaxation est une avenue intéressante, tout comme l'activité physique et l'alimentation, car un corps en forme et bien nourri est moins fatigué, s'oxygène plus facilement et augmente sa résistance aux stressseurs de toute sortes.

Il revient à chacun de se faire sa propre recette de gestion de stress.

Le principe du BOOMERANG:

L'être humain est un émetteur de pensées. Les pensées semblables s'attirent. Je suis maître de mes pensées, c'est-à-dire que je peux penser ce que je veux, je peux décider de changer mes pensées pour modeler mon avenir.

ACTION  RÉACTION

Émission de pensées:

Si je suis positif

Si je suis négatif

Si je juge les autres

Si je fais du bien

Si je rends les coups

Si je choisis la paix

Retour des pensées:

Je remarquerais le positif

Je remarquerais le négatif

Je serais jugé à mon tour

Je récolterais du bien

Ils me reviendront

Elle me reviendra

Le meilleur service que je peux me rendre à moi-même c'est de souhaiter le meilleur pour les autres. Ne pensez que le meilleur de moi-même et des autres. Quelle que soit ma situation actuelle, quelles que soient mes faiblesses actuelles, considérer mes points forts (mes forces intérieures) et les événements positifs de la vie auront tendance à changer les choses, à me grandir. Si je pense que l'autre est responsable, je lui donne un pouvoir sur moi; si je pense que je suis responsable, je me donne un pouvoir (une force, une puissance) à moi.

Car le monde est finalement ce que je pense !

Si je pense négatif, noir, plein de problèmes, plein de conflits, dépravé et vil, c'est de cette façon que je le verrai. Et, conséquemment, je vais broyer du noir, tourner en rond, ne jamais rien régler, entretenir les conflits et l'amertume, risquer de perdre espoir... Si je le vois beau, positif, plein de richesses, plein de surprises, capable de changements, alors je le verrai de cette façon. Et, conséquemment, je vais voir toutes les solutions se présenter à moi, toutes les portes s'ouvrir, toutes les possibilités s'offrir,

Les méfaits du stress

Les spécialistes en santé mentale s'entendent généralement pour dire que le stress est une réponse de l'organisme à une tension ou à une agression, pouvant être lié à des facteurs physiques, émotifs, sociaux, économiques ou autres. Notre milieu de travail peut être très propice au stress. En général, le stress survient lorsqu'il y a un conflit entre les demandes liées au travail et notre capacité de répondre à ces demandes.

D'autres facteurs peuvent également nous perturber et causer du stress, notamment :

- ☐ La crainte d'une mise à pied
- ☐ Le besoin de performer
- ☐ L'obsession de la perfection
- ☐ La surcharge ou la charge insuffisante de travail
- ☐ Les conflits entre collègues ou avec son patron
- ☐ Le manque de soutien dans les tâches

Chez certaines personnes, le stress peut être positif, en ce sens qu'il procure la motivation et l'énergie nécessaires pour relever des défis. Pour d'autres, le stress se transforme en énergie négative et entraîne des répercussions parfois dramatiques sur la santé physique et mentale. Mais, quel que soit notre niveau de tolérance au stress, lorsque ce dernier est trop élevé, il est considéré comme négatif.

Alors, comment faire la part des choses et agir avant qu'il ne soit trop tard? Il existe

des signes précurseurs qui peuvent indiquer que nous avons de la difficulté à composer avec des situations stressantes, et ce, avant que des effets plus graves ne fassent leur apparition. En voici quelques exemples :

- ☐ Fatigue
- ☐ Battements cardiaques accélérés
- ☐ Souffle court
- ☐ Mâchoires contractées
- ☐ Douleur thoracique
- ☐ Anxiété
- ☐ Sautes d'humeur fréquentes
- ☐ Consommation accrue d'alcool ou de drogues
- ☐ Mauvais rendement
- ☐ Mauvaise hygiène de vie

On devrait se montrer très attentifs à ces signaux d'alarme. Il faut également savoir que ceux-ci n'apparaissent pas nécessairement tous en même temps. En effet, le stress connaît une progression et passe habituellement par plusieurs phases. Dans un premier temps, les signes sont davantage de nature affective que physique. On peut alors ressentir un état vague d'anxiété, avoir des difficultés à se concentrer, éprouver de l'ennui, de la fatigue. Si le stress persiste, les signes sont alors aggravés et ont un impact important sur le bien-être personnel de la personne, pouvant même mener à des problèmes cardiaques ou à une dépression majeure.

C'est pourquoi il est si important de savoir comment gérer le stress. Pour ce faire, il existe différentes méthodes mais, avant tout, il faut reconnaître les situations pouvant en être la cause. Aussi étonnant que cela puisse paraître, on n'est pas toujours conscient de vivre en état de stress. Sous la pression et les exigences de plus en plus grandes reliées au travail, on finit par réagir aux stimuli externes comme des automates, jusqu'à être complètement déconnecté de nous-même. À ce stade, il devient difficile de reconnaître les habitudes, les attitudes et les signes annonciateurs de problèmes.

Méthodes et solutions

Il n'y a pas de solution-miracle pour combattre le stress. Toutefois, on peut commencer par recenser nos sources de stress pour ensuite isoler le problème et prendre du recul. C'est alors qu'il devient possible de reprendre le contrôle sur ses actes. De plus, il ne faut pas perdre de vue que, bien souvent, ce n'est pas la situation stressante qui est en cause, mais plutôt la valeur qu'on lui accorde.

Pour mettre toutes les chances de son côté, on peut aussi faire les choses suivantes :

- ☐ S'offrir un mode de vie sain en réduisant sa consommation de café et en adoptant une alimentation saine et équilibrée.
- ☐ Prendre pour habitude de respirer profondément plusieurs fois dans la journée. Cela permet de diminuer l'anxiété et de rétablir l'équilibre du métabolisme.

- ☐ Profiter de l'heure du dîner pour manger à l'extérieur du bureau, faire une promenade, lire ou encore écouter un peu de musique.

- ☐ Se ménager des moments pendant lesquels on peut faire quelques exercices de relaxation et de respiration.

- ☐ Se faire plaisir en créant une ambiance agréable et apaisante au travail. Un décor chaleureux peut nous procurer un sentiment de paix lorsqu'une situation nous semble difficile à affronter.

- ☐ Couper la sonnerie du téléphone pendant une heure avant de craquer.

- ☐ Relever ses courriels deux ou quatre fois par jour, selon la réalité professionnelle de chacun, plutôt qu'au fur et à mesure.

- ☐ Apprendre à dire non et à déléguer des tâches.

- ☐ Trouver un ou une collègue avec qui on pourra parler dans les moments difficiles.

- ☐ Évacuer ponctuellement ses préoccupations en les écrivant dans un carnet ou encore en utilisant un dictaphone.

- ☐ Flâner le soir avant de rentrer du bureau pour se vider l'esprit des tracas de la journée.

- ☐ Tenter de dédramatiser en riant de ses

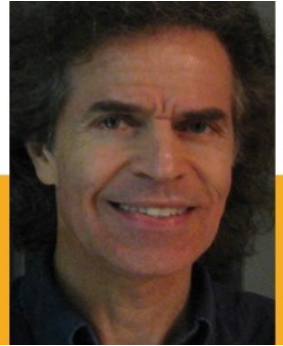


Modifier un mode de fonctionnement ou une habitude nécessite beaucoup de patience et de la tolérance envers soi-même. Les stratégies de changement sont plus efficaces lorsqu'elles s'installent de façon graduelle. Il est également préférable de s'attaquer à une habitude à la fois.

N'oubliez pas que si vous ne prenez pas soin de vous, personne ne le fera à votre place! Après tout, l'attention que l'on se porte et que l'on accorde à son équilibre intérieur est un investissement que l'on ne pourra jamais regretter.

Marie-Lise Pelletier, ND, hom





Le silicium : essentiel à la vie

J'aime beaucoup les images fortes pour illustrer mes propos. Quand je parle de l'importance du silicium pour la santé du corps humain, j'explique que sans silice, aucun arbre ne tiendrait debout, troncs et branches joncheraient le sol, comme s'ils étaient constitués de caoutchouc mou... En fouillant le sujet, on apprend aussi que la silice représente près des deux tiers de la croûte terrestre continentale, et que le silicium est, après l'oxygène, l'élément le plus abondant de sa couche externe (lithosphère). Bref, il est omniprésent partout autour de nous. Le hic, c'est qu'il en va tout autrement dans le corps humain même si son rôle est tout aussi important que dans les règnes végétal et animal. En effet, au même titre que le carbone, l'oxygène et l'hydrogène, il est un élément essentiel de la matière vivante. Comme le silicium est indispensable à la vie, sa rareté est la source de bien des perturbations physiologiques, qui sont souvent attribuées au vieillissement. J'ai même lu dans un résumé de ses vertus que les deux premiers signes de carence sont les rides et les problèmes articulaires. Ça vous dit quelque chose?

La clé du collagène

Comme je l'ai déjà expliqué dans une précédente chronique, le principe de dé-

part de mon expérience remonte au jour où j'ai appris que la structure fondamentale du corps humain est le collagène sans lequel il n'aurait pas la forme qu'on lui connaît. Or, pour que le corps en fabrique, il lui faut impérieusement de l'acide ascorbique (vitamine C) ainsi que trois acides aminés, la lysine, la glycine et la proline. Quand on observe le règne animal, on constate que la nature a prévu le coup, car l'immense majorité des animaux fabriquent leur propre vitamine C à partir du glucose sanguin grâce à quatre enzymes, dont un manque à l'humain. Par exemple, une chèvre produit plus de 10 grammes de Vitamine C par 24 heures pour assurer ses fonctions vitales, et cette quantité s'accroît avec l'exercice, le stress et la maladie. Quand j'ai su, il y a 20 ans, que le soufre organique intervenait aussi dans la recette, je l'ai ajouté à ma supplémentation, car il est quasi absent de l'alimentation.

Pour évaluer les effets de ces molécules, j'ai depuis plus de 40 ans un formidable banc d'essai : mes deux matchs hebdomadaires comme gardien de but amateur au hockey. En effet, cette position fait bouger constamment — et en quelques fractions de seconde — l'ensemble du corps. Là où c'est devenu intéressant,

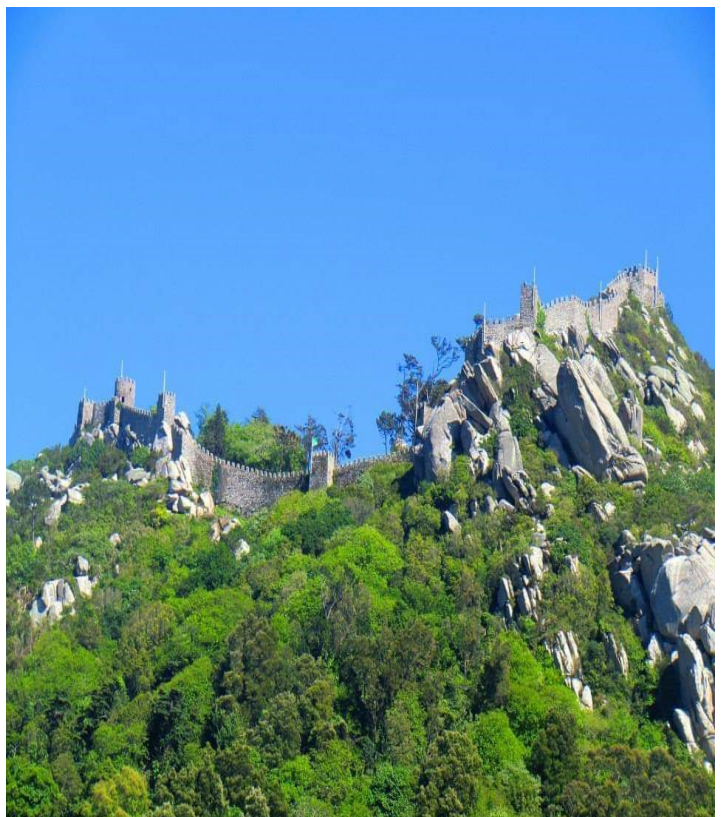
c'est que j'ai continué à côtoyer de jeunes joueurs même si j'avais en âge jusqu'à supporter sans difficulté un écart de plusieurs décennies. Mais je restais encore sur mon appétit en raison de maux mineurs, notamment aux genoux, car ces charnières sont hyper sollicitées dans le feu de l'action. C'est là que j'ai ressorti il y a quelques mois mes documents sur le silicium, dont j'avais pourtant pris connaissance il y a belle lurette. J'en consommais de temps à autre en brèves cures, mais pas quotidiennement comme j'ai décidé de le faire désormais. Et je n'ai pas tardé à en ressentir les effets positifs. Quand tout s'améliore à presque 70 ans, on doit tenir un bon filon! J'avais aussi obtenu des résultats avec l'argile verte, qui, incidemment, est très riche en silice...

Un rôle aux multiples facettes

Le silicium se retrouve partout dans le corps humain, notamment dans les organes, la peau, les ongles, les cheveux et l'émail des dents. Ce minéral contribue particulièrement au maintien de l'élasticité et de la souplesse du tissu conjonctif ainsi qu'à l'intégrité du tissu réticulo-endothélial. Quand je constate l'importance de son rôle, comme on le voit dans la nature, je me demande ce qui arriverait à l'humain si sa carence prolongée — selon plusieurs sources, l'une des principales causes du vieillissement — était évitée.

Chez l'humain comme chez l'animal, le capital de silicium s'épuise graduellement avec les années, certains affirment que la décroissance débiterait dès l'adoles-

cence! À partir de la quarantaine, ce déficit provoque un dessèchement important de la peau et l'apparition des rides. Reste à voir quelle est la biodisponibilité du silicium présent dans l'alimentation, car l'important n'est pas ce qu'on ingère, mais ce qu'on assimile. Voilà pourquoi la supplémentation devient pertinente pour se soustraire aux altérations du collagène, aux scléroses par calcification des tissus ainsi qu'à l'affaiblissement de la trame osseuse étant donné que le silicium entretient une relation étroite avec le calcium, dont il favorise la fixation, en collaboration avec le magnésium et la vitamine D. Le silicium protégerait aussi le système vasculaire puisqu'il est le constituant principal des parois des artères et veines riches en élastine. J'ignorais par ailleurs que ce minéral est indispensable à l'efficacité du système immunitaire et qu'il possède une action anti-inflammatoire.



La logique avant tout

Comme toujours dans mon approche, je fouille un peu partout à la recherche d'informations en écoutant également mon intuition et ma logique intérieure avant d'expérimenter, puis observer les résultats. J'ai coutume de ne me supplémenter que pour les nutriments que l'alimentation ne m'apporte pas en quantités suffisantes. Et encore faut-il déterminer quelles sont ces quantités, car les recommandations varient énormément. Pour ce qui est du silicium, mon côté logique me dit que si le quart de l'écorce terrestre est composé de silice et que je suis un microcosme de la planète sur laquelle je suis incarné, je n'adhère pas à une recommandation de quelques milligrammes par jour pour le poids d'un humain. Reste à voir quelle est la biodisponibilité du silicium

présent dans l'alimentation. Car l'important n'est pas ce qu'on ingère, mais ce qu'on assimile.

Aussi, après moult recherches, j'avais opté à l'époque pour le silicium organique G5 obtenu par l'exposition du quartz à l'action de bactéries pour le rendre assimilable, notamment après avoir entendu de vive voix des témoignages étonnants, et malgré le scepticisme de la science à son égard. Je vais donc continuer à en consommer quelques cuillerées à soupe par jour pendant encore une année, puis observer ce qui se passe. Mon objectif est d'en arriver à me sentir encore mieux dans mon corps et accroître encore davantage mes performances en tant que gardien. En définitive, gardien de la santé!





Chaga, le champignon aux mille vertus

Le Chaga est un champignon qui pousse dans différentes régions de l'hémisphère nord, sur des bouleaux morts, mourants ou blessés. Les bienfaits du Chaga sur la santé sont bien établis depuis des siècles. Traditionnellement, le champignon était réduit en poudre et trempé dans du thé ou du café.

Voici ses nombreux bienfaits :

1. Stimule le système immunitaire

Selon une étude publiée dans le « Journal of ethnopharmacologie », l'extrait de champignon chaga stimule les fonctions du système immunitaire en encourageant la production de cytokines, une protéine essentielle à la communication intercellulaire. Votre système immunitaire peut ainsi mieux combattre les menaces que représentent les virus et autres agents infectieux. C'est pourquoi il est fortement recommandé de consommer du Chaga pendant la saison froide afin de vous permettre de résister plus facilement aux grippe et rhumes saisonniers.

2. Combat le cancer

Des études récentes démontrent que le chaga est un champignon qui pourrait avoir des propriétés anticancéreuses capables de ralentir la croissance des tumeurs associées aux cancers du sein, du col utérin et du poumon. Jusqu'ici, les re-

cherches se sont limitées aux souris mais, comme le chaga ne nuit pas aux cellules saines, l'intérêt médical au développement de ce champignon en tant que traitement du cancer suscite un intérêt considérable.

3. Améliore la digestion

Si vous avez souvent des problèmes digestifs de style indigestion ou ballonnements, pensez à boire du thé à base de champignons chaga. Une mauvaise digestion est souvent due au fait que le corps ne produit pas suffisamment d'enzymes pour digérer efficacement les aliments. Le Chaga favorise la production d'enzymes digestives saines qui contribueront au bon fonctionnement de votre système digestif.

4. Abaisse la glycémie

Les recherches démontrent que l'extrait de champignon chaga peut aider les personnes atteintes de diabète de type 2 à mieux gérer leur glycémie. La régulation de la glycémie est essentielle pour prévenir les complications qu'elle déclenche. Les études sur la glycémie et les champignons chaga en sont encore au stade des tests sur les animaux, mais elles sont prometteuses. Si vous recherchez des solutions naturelles pour réduire votre glycémie, essayez le thé chaga.

5. Ralentit le processus de vieillissement

Vous cherchez un moyen apaisant de ralentir le processus de vieillissement et diminuer le développement des cheveux gris et des rides ? Les rides et le relâchement cutané sont généralement dus au stress induit par l'oxydation. Le thé aux champignons Chaga n'est peut-être pas la fontaine de Jouvence mais, grâce aux puissants antioxydants qu'il contient, il est prouvé que le chaga aide à neutraliser les effets secondaires de l'âge, de l'exposition au soleil et de la pollution.

6. Améliore l'endurance

De nombreux athlètes consomment du thé de chaga car ce champignon possède une capacité naturelle à promouvoir l'endurance physique. Les athlètes qui ne jurent que par les champignons chaga indiquent qu'ils peuvent performer plus longtemps sans se fatiguer. Si vous êtes un nageur, un coureur ou un passionné de tennis, essayez ce thé pour améliorer votre performance.

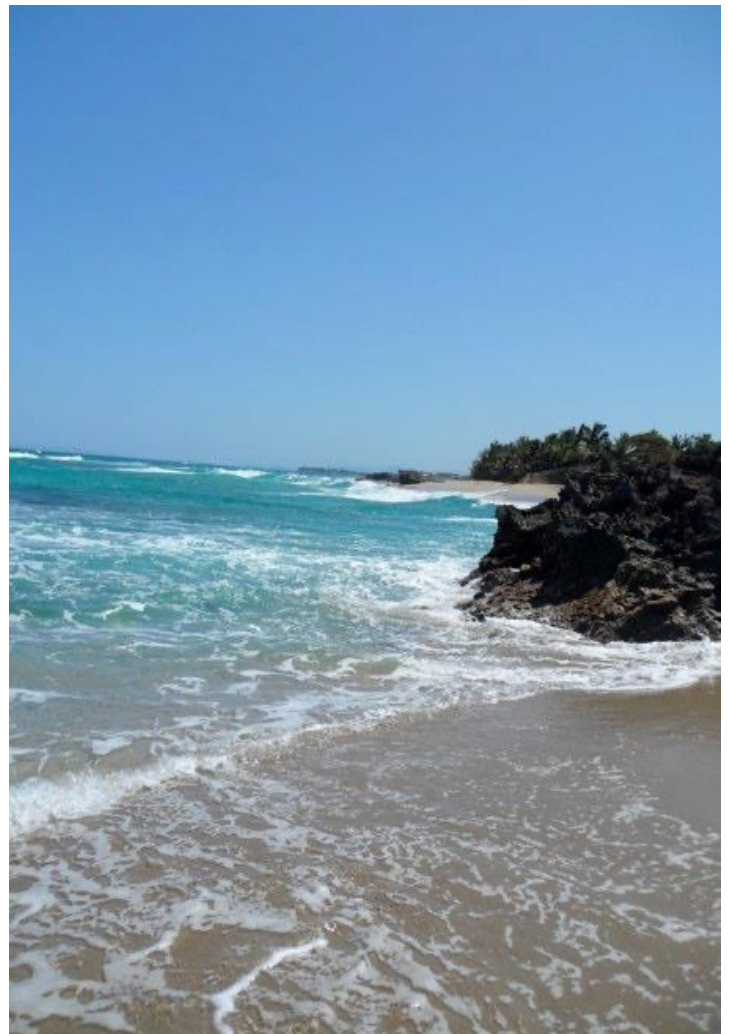
7. Combat l'inflammation

L'inflammation est un facteur dans le développement de maladies comme la polyarthrite rhumatoïde, le cancer et même la dépression. La réduction de l'inflammation chronique par l'alimentation est une chose que nous devrions tous considérer pour une santé optimale. De nombreux aliments ont ce pouvoir, y compris les champignons chaga. En régulant la production de cytokines dans le corps, les champignons aident à réduire l'inflammation et le risque de développer des pro-

blèmes de santé liés à celle-ci.

8. Soutient la fonction cognitive et la mémoire

Le chaga a le potentiel de soutenir la fonction cognitive et la mémoire en restaurant les niveaux d'acétylcholine réduit par le stress oxydant. L'acétylcholine est un neurotransmetteur associé aux fonctions d'apprentissage et de mémorisation dans le cerveau. Des chercheurs japonais ont démontré que l'extrait de ce champignon améliore la mémoire des personnes souffrant d'amnésie induite par la scopolamine. Il est également prouvé que le chaga peut favoriser la vigilance sans les effets indésirables de nervosité induit par la caféine.



9. Soutient vos glandes surrénales

Vos glandes surrénales sont importantes pour le maintien du niveau d'énergie mentale et physique. Le stress oxydant peut nuire à vos glandes surrénales et les amener à libérer une abondance de cortisol, entraînant ainsi une fatigue surrénale. Les champignons chaga contiennent l'acide pantothénique indispensable à la fonction surrénale. Si vous présentez des signes de fatigue surrénale, tels que sensation de fatigue sans raison, prise de poids et difficulté à dormir, vous pourriez souffrir de fatigue surrénale. Ajoutez du thé ou de l'extrait de champignons chaga à votre alimentation pour améliorer la fonction surrénale et minimiser l'épuisement des glandes surrénales.

10. Réduit le mauvais cholestérol LDL

Vous savez déjà que les champignons chaga sont riches en antioxydants. Certains antioxydants réduisent le stress oxydant responsable des rides ; d'autres ciblent spécifiquement le mauvais cholestérol LDL comme étant l'élément qui bloque les artères et augmente le risque de maladies cardiaques. De plus, il a été prouvé que le chaga aide à prévenir la formation de caillots sanguins pouvant entraîner une crise cardiaque et un accident vasculaire cérébral mettant la vie en danger. Dans les études animales, l'extrait de champignon s'avère très efficace pour prévenir la formation de caillots chez les animaux.

J'aime bien prendre une tasse en relaxant en soirée.

Voyez la recette qui suit, j'en fait un thé chai chaga avec lait de coco. MIAM !

Une tasse de chaga en granules ou morceaux

4 litres eau

5 bâtons de cannelle

1 c à soupe cardamome

6 clous de girofle

4 anis étoilés

1 c à thé de muscade

Mijoter pendant 8 heures, ou dans la mijoteuse pendant une nuit.

Ajoutez du lait de coco si vous voulez.

Bon appétit !



Top 10

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



Top 10 - Résolutions d'année à prendre.

Nous avons tous le réflexe de se laisser prendre au jeu, de se perfectionner, en vue de commencer une nouvelle année sur des bases plus favorables, à nous aimer davantage. Voici des moyens faciles pour intégrer nos résolutions et pour s'aider à instaurer une nouvelle discipline de redressement, ainsi atteindre nos objectifs de vie.

10- La respiration.

C'est la clé la plus importante dans tous changements. De plus, c'est la base. Elle nous donne du recul et nous permet de replacer et recentrer nos énergies, pour accéder à notre point neutre. C'est à cet endroit que nous pouvons recevoir notre guidance personnelle, ainsi que se fixer sur la parfaite direction à suivre pour s'élever. Tout notre mouvement universel s'accompagne de force, de volonté, de courage et de détermination pour nous permettre de franchir la prochaine étape en conscience pour se réaliser.

9- La marche.

Bien qu'elle soit une résolution en soit, elle constitue un moyen incroyable pour discipliner le corps mental souvent surutilisé dans notre quotidien. Elle active les énergies dans le corps afin que notre machine puisse faire circuler tous les éléments

de sa constitution, mais aussi les idées. C'est parfait pour aller chercher l'inspiration qui nous manque à notre création, et réussir à raccorder sa fréquence et de l'unifier avec la nature. Elle permet de faire passer la mauvaise habitude plus facilement.

8- La danse.

Je vous promets que toutes les envies négatives ou émotions destructrices passent par un moment de création et de pleine liberté d'être qu'on peut éprouver en se laissant aller, par le biais de la danse. Celle qu'on aime et qui nous vient dans le cœur. Une bonne chanson et c'est parti.

7- L'écriture.

Ça fait partie d'un de nos talents intrinsèques qui est dans notre livre de vie. Chaque personne qui lui touche et qui se permet de découvrir toutes les parties de qui elle est, accédera à une oasis de lumière, où la parfaite osmose lui apportera de grandes réalisations sur sa vie et sur l'univers. La clair-connaissance et la clair-conscience passent par là. Faut débloquer ce qui empêche ce talent d'exister. Ça remplace n'importe quoi, en amenant une force d'être.

6- Le rire.

C'est l'outil par excellence pour désamorcer toutes énergies négatives. Il est le soleil rempli de joie qui réside au fond de notre cœur. Le pur. Pas celui qui est tourné sur le mauvais sort de ton prochain. C'est un truc aussi pour ouvrir à de la compassion face à une situation ou à un événement. Ceux qui ont le rire facile, sont sains. Il épure tout à mesure, par le meilleur sentiment profond. Ils résolvent n'importe quoi sans pépin.

5- Pleurer.

Celui qui se libère de la pression par l'authenticité. Celui qui lave l'orgueil et qui revient à la sincérité de ce qui en est. Celui qui amène le courage à la résolution, et non qui ferme parce qu'il y a trop de blessures accumulées mal gérées. Pas celui qui déverse non plus la négativité, qui manipule, qui est mécontent. Pas pleurer de colère non plus, car il amène à de la combativité destructrice et de la vengeance. On parle d'accepter ce qui en est et de l'alchimiser au prochain niveau de conscience, dans la compassion et l'humilité de se reconnaître et de grandir. La sagesse quoi.

4-Avertir.

Être capable de se parler fermement avec beaucoup de douceur. S'encourager à prendre le tournant de l'amélioration, puis de s'accepter. C'est de s'accompagner, à l'écoute de sa sagesse du cœur, de se prendre la main et d'atteindre son objectif, car on sait qu'il y a une délivrance là. La route de l'autonomie et du discernement.

3- Méditer.

Juste faire le calme et d'y arriver! C'est un bonheur à chaque fois qu'on traverse vers cette oasis de paix qui réside en nous. Le truc est aussi de prendre des bains et des douches de lumière en même temps que l'eau chaude sur notre corps. Se réparer. C'est la route qui mène à l'auto guérison, aux ouvertures de conscience et vibrations de votre fréquence. À régénérer souvent.

2- L'écoute.

Savoir identifier quelles parties de nous-même nous parlent à travers cette conscience que l'on vit dans l'instant présent. Porter attention nous donne la vraie nature d'une situation. C'est cette étape-ci qui amène une solution, au-delà de l'illusion, parce qu'on a un pouls réel. Le positionnement se fixe à partir de ce moment précis, où l'on comprend exactement ce qui se passe, impartialement. Le libre-arbitre et le pouvoir décisionnel joue ici. Qu'est-ce que tu écoutes? Ton égo et tes souffrances qui ne font que te faire réagir sans intelligence? Ou ce que ton âme souhaite entreprendre pour Se Réaliser? L'Authenticité!



1-Aimer.

Tout ce que l'on vit de négatif manque d'amour. Quand on comprend ça et qu'on se met en mode Aimer, il y a bien des choses qui changent autour de nous, et pour le mieux en plus. C'est garantie. Il n'y a pas grand-chose de garanti dans la vie, mais ça oui. Plus tu sèmes de la gentillesse et de la bienveillance, plus c'est ce que tu récoltes, là maintenant, et après, beaucoup plus tard. Même plus tard, plus tard. C'est aussi la solution pour un monde en paix et heureux. Ça commence par soi-même et de notre aptitude d'en générer encore et encore plus, face à ce que l'on rencontre dans nos vies quotidiennes. Pardon, flexibilité, entraide, pleinement dans son existence. Quoi de mieux que sa place dans la lumière...Dieu?

Je vous remercie, en vous souhaitant de vous amuser dans vos défis, de vous laisser aller rapidement à votre concentration d'aimer et de vous élever à l'être tendre que vous êtes, manifester pour vous les cadeaux de la vie, pour vous aider à entreprendre votre cheminement spirituel dans la matière bien guidée. Respectez-vous, et respectez la vie sur Terre, tous s'en porteront mieux. Soyez bénis et heureux(ses), en étant vous-mêmes.

Namasté

Julie L.



Louis-Michel Martel

massothérapeute, N.D., CMT, mentor HeartMath™
<http://lamaintherapeutique.com/>
lamaintherapeutique@gmail.com
438-862-0593



Le cœur a besoin d'espace!

Nous sommes tellement occupés : notre travail, notre carrière, nos ambitions, nos enfants, notre santé, notre religion, même nos loisirs. Tout ça remplit notre esprit. Ce dernier est si occupé qu'il n'y a plus d'espace pour autre chose. Et j'entends souvent des publicités « pour garder le rythme » « une pilule et c'est reparti » etc. Pourquoi faut-il être toujours occupé? Est-ce que cela nous comble?

Et tout ce bavardage mental qui en découle, trouvez-vous ça reposant? Avez-vous remarqué que les enseignes lumineuses sont de plus en plus fortes? Quand j'étais petit, le clignotant de la voiture de police était bien visible, un simple phare rotatif. Aujourd'hui c'est même aveuglant quand on approche un véhicule d'urgence. Il y a une escalade dans la stimulation visuelle et il en va de même dans la publicité, la musique etc. Nous sommes bombardés de stimuli.

Retourner dans son cœur en respirant calmement, en se connectant à des sentiments d'amour et de gratitude, en fait, retrouver le calme intérieur est un geste important pour garder son équilibre.

Être comblé dans le bien-être, nous apporte la gratitude, le contentement et nous pouvons apprécier ces moments de

bonheur seulement quand nous prenons du temps. Il s'agit là des qualités, des valeurs du cœur. Nous ne pouvons atteindre cela que lorsque nous prenons le temps de respirer, d'apprécier notre respiration, d'apprécier nos amis.

En ce temps de réjouissances, prenons le temps de prendre du temps pour soi et de rayonner autour de nous cet état d'être, d'amour. C'est le plus beau cadeau que nous pouvons nous offrir et offrir à tous.

Tout ce que nous rayonnons, dégageons, se reflète sur tout notre entourage, notre quartier, notre ville.

Le moine bouddhiste Thich Nhat Han dit : Paix en soi, paix dans le monde.

La paix dans le monde passe par notre propre paix et notre propre calme intérieur.

Donnons de l'espace pour que notre cœur s'épanouisse.





Capsule Tigre et Empereur

Je vous fais un petit coucou en cette nouvelle année, avec une petite légende racontée, qui provient de la sagesse chinoise.

Quand on demande en général, ça va bien? Les gens ont de la difficulté à dire oui à 100%. Il y a souvent un cadran où ça ne marche pas : une maladie, un problème de couple, un problème au travail, un souci familial...

C'est une courte vidéo de 3 minutes, qui raconte de façon sympathique une morale dans cette histoire, qui peut nous motiver à avancer un grand pas, en ce temps de nouvelles résolutions.

<https://youtu.be/JEJlxyafAKU>

On va vous souhaiter de la santé, du succès, de l'amour, et tout le courage nécessaire pour entreprendre votre cheminement.

Bing



Patricia Arial

Amérindienne, énergéticienne, formatrice
www.facebook.com/liberationnaile/
819-351-2634



Les enseignements de Grand-Mère Lune (janvier)

Commençons par les enseignements de Grand-Mère Lune pour le mois de janvier. Ensuite, je prendrai le temps d'expliquer l'énergie de la direction du sud de la roue de médecine autochtone, la suite de la chronique du mois de novembre.

La Lune du Loup

La Lune du Loup est la première pleine lune de l'année. Les Algonquins lui ont donné ce nom puisqu'à ce moment-là, les loups rôdaient autour de leur village, dehors dans les neiges profondes, sous la lumière vive de la pleine lune, cherchant à prier pour assouvir leur faim. D'ailleurs, de nos jours, les hurlements de ces animaux sont souvent associés à la lune. L'hiver est difficile pour tous. Autrefois, durant ce mois, dans le froid et la neige, il était difficile de trouver de la nourriture. Donc, tout comme le loup est conçu pour gérer très bien la brutalité du froid, nous pouvons utiliser son ingéniosité pour aller chercher ce que nous voulons, avec force et sans crainte, malgré les obstacles de la nature. De plus, c'est la période de l'année pour recommencer et syntoniser les cycles naturels. Honorez le silence et réalisez votre place parmi les créatures de la Terre. Profitez de ce moment pour prévoir votre année d'un point de vue spirituel. Que vou-

lez-vous accomplir durant les 12 prochains mois ? De quoi avez-vous « faim » ? Fixez-vous des objectifs et planifiez comment les atteindre. Également, demandez à Grand-Mère Lune de garder votre famille saine et sauve pendant la nouvelle année. Finalement, en ce début d'année, profitez-en pour remercier le Créateur de tous les cadeaux qu'il vous a envoyés durant les 12 derniers mois. Bref, portez attention au 10 janvier 2020, le jour où aura lieu la pleine lune du loup. J'en profite aussi pour vous souhaiter une belle et heureuse année !



La direction du sud

Cette direction est colorée de rouge et elle représente l'autochtone qui a la responsabilité de prendre soin de la Terre Mère et de la spiritualité. Le rouge représente la saison de l'été durant laquelle il est temps de recueillir la nourriture et tout ce qui y est relié. C'est la direction de l'adolescent. C'est également celle de nos Grands-Mères, ces femmes qui gardent et qui enseignent les traditions. Deux esprits d'animaux sont présents à cette direction dont celui du loup qui nous enseigne à respecter et à honorer notre responsabilité au sein de notre collectivité, de notre famille et qui nous enseigne à travailler en équipe. De plus, il y a l'esprit de l'oiseau du tonnerre qui nous protège du mal. Finalement, comme vous avez pu le lire dans la chronique du mois de septembre, la sauge est l'herbe sacrée associée à la direction du sud.

Patricia Arial

Petit lynx





La richesse du Belvédère Champlain. Gatineau.

Je vous parle aujourd'hui, d'un secret la Nature, d'Équilibre et de Paix, main-
bien gardé près de mon cœur. J'ai vécu tienne nos sens dans un sentiment exal-
de grandes expériences vibratoires à cet tation immense, et comme nos sens sont
endroit.

Premièrement physiquement, c'est l'en-
droit où il y a la ligne de démarcation révélation de conscience, à travers l'es-
entre le Bouclier canadien et les basses pace-temps/dimension.
terres du Saint-Laurent. C'est de toute C'est pour cela que je vous en parle ici.
beauté. Il y a une énergie rose de fusion Pour quelqu'un de base, on se sent bien
entre les deux. C'est étincelé. à cet endroit. Pour quelqu'un qui a les
sens plus allumée, on reconnaît certain

Deuxièmement, c'est la fin de la rue, le
top du montage. Il y a une position archi
vibratoire avec le positionnement du so-
leil, qui se couche à l'ouest, et où on a
plein la vue lors du coucher de soleil. On
voit même que la terre est ronde, telle-
ment que c'est haut. La vue, ce sont de
belles terres, aussi très vibratoire, protég-
ées, harmonisée, magnifiques. On sent
l'équilibre, la magie du destin circuler. On
entend les sons de l'univers. On est
grandiose quand on est là.

Troisièmes! On peut prendre une marche
dans les sentiers emprunter par la droite,
pour se promener dans la montagne. 5e dimension très facilement. Le royaume
Comme c'est un parc est géré et protégé des animaux sacrés, et autres royaumes
par la Commission de la capitale natio- (minéral, végétal, guides de la Terre...)
nale, c'est toute bien aménagé, et sécuri- sont évidemment en symbiose du mo-
taire. Tu peux te promener la dedans, et nent. Chaque regard devient une histoire
éprouver que de la Gratitude et de l'Émer- partout. Il y a des éléments qui provien-
veillement. Ce Silence! Cet Osmose avec nent d'ailleurs, au delà de la planète. Il y a

de beaux portails très vibratoires pour notre ascension planétaire et individuelle/collective. Il y a même du storage d'informations sacrés universelles. Bref, la clair-conscience et clair-connaissance de cet endroit rassasierons leur bénéfice de croissance, par cet endroit magique et divin, où on a aussi la possibilité de faire des rencontres avec des grands mages.

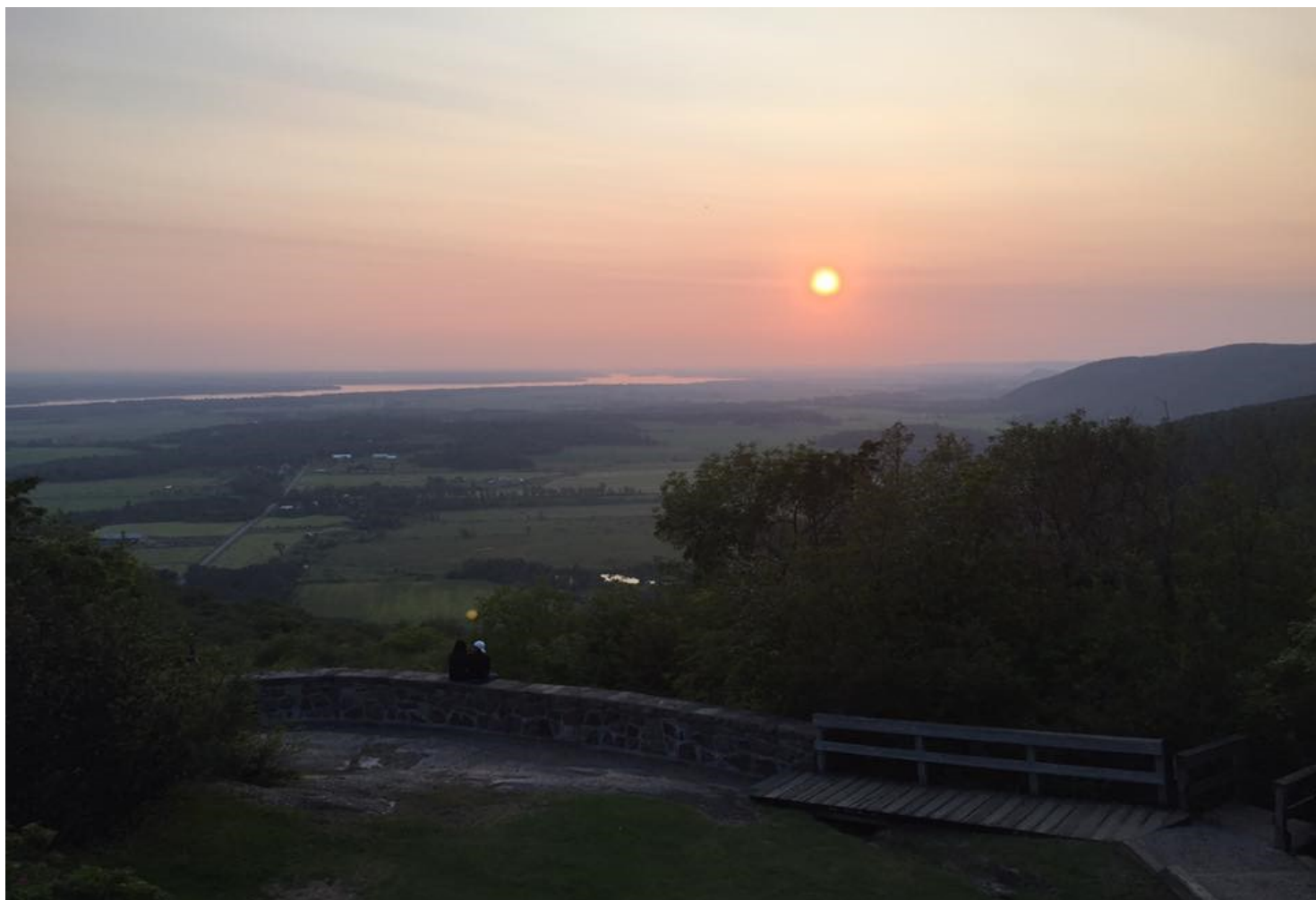
C'est gratuit. J'aime ça y aller quand c'est tranquille, on peut se permettre de réfléchir l'information que l'on reçoit et de l'intégrer. En revanche, c'est par défaut aussi parce que je n'ai jamais eu la chance d'avoir un chum quand j'y ai été. Mes enfants ont trouvé sa beau le paysage. On est rendu à faire la marche dans le bois, la prochaine fois qu'on y retourne.

Quand c'est plein sur le belvédère, on peut moins ouvrir. Je vous souhaite juste de ne pas tomber sur un individu qui se croit heureux de mettre sa musique de char dans le tapis et de l'imposer à 200 personnes rassemblés, comme ça m'est déjà arrivé. Mais ça, des perturbateurs et des gens qui jettent leurs trucs partout, sortent eux-aussi de chez eux.

Je vous souhaite d'avoir la change un moment donné, d'aller prendre une bière en regardant le coucher de soleil, relaxer. C'est une des meilleure bière que j'ai prit.

Merci à cet endroit d'exister. Si vous y aller et êtes à l'écoute. C'est riche en histoire. C'est une belle histoire en plus.

Julie L.



*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.

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





Gratitude

J'ai préféré appeler cette section « gratitude », parce que 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.

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.

La Gratitude est importante pour moi, car elle constitue un aspect concret de la prière et de la reconnaissance de qui je suis. Il n'y a rien de plus puissant que de dire, que d'éprouver le «Merci mon Dieu» et ce, pour tout ce qui nous est donné. Merci pour la possibilité de construire ce produit, ainsi que de nous permettre de nous réaliser à travers lui.

Merci à vous d'être là. La gratitude est la porte d'entrée pour être heureux sur Terre, et d'apprécier les gens, choses construites par eux, et de les respecter, pour tout ce qui vit. La gratitude, c'est ce qui fait que l'on aime la vie, que l'on fait nos choix avec évidence. Tout ceci est équilibrer par la justesse du cœur, et du balan divin. Ça sollicite la cocréation de l'univers et améliorer votre vie grandement.

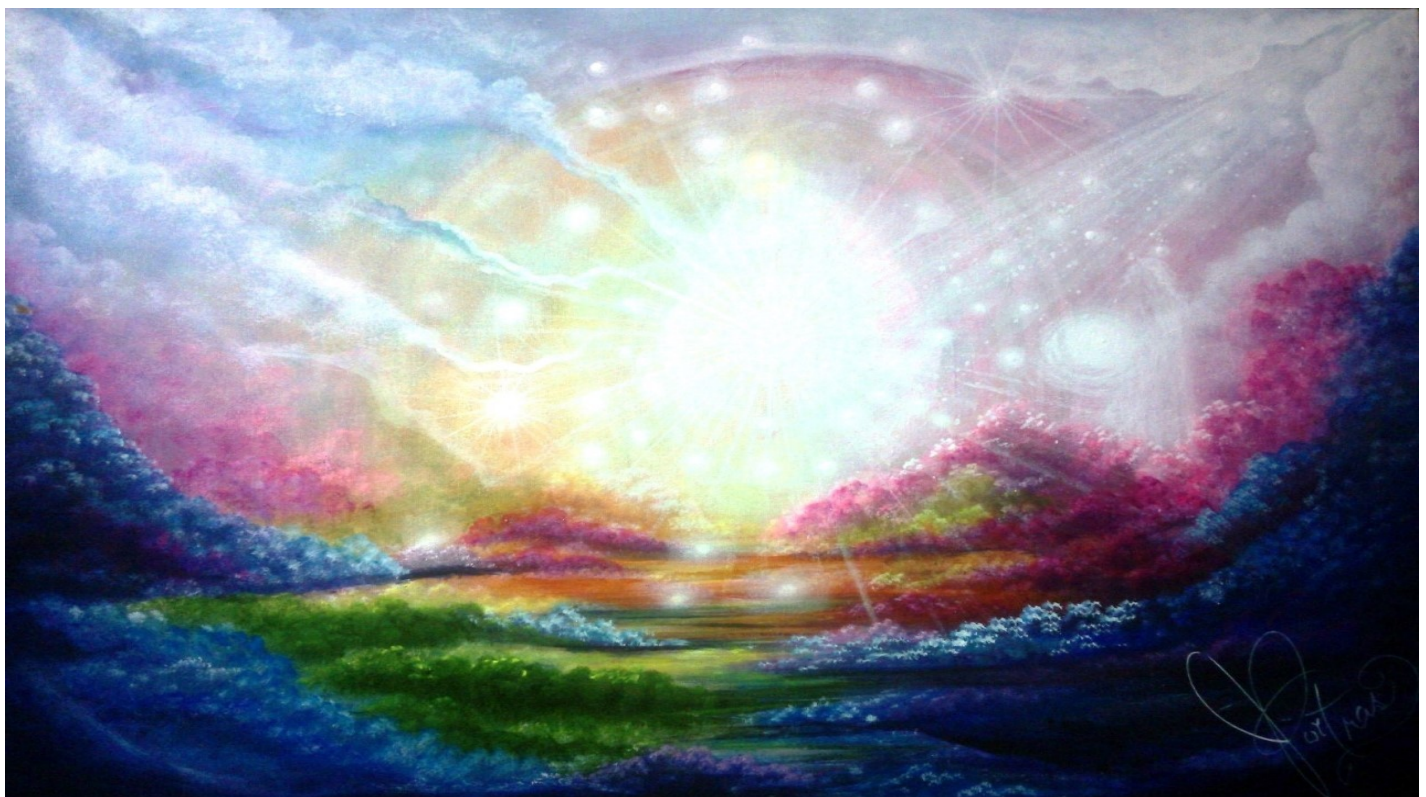
Galerie d'art

Chaque mois, vous y retrouverez un ou une artiste talentueux(euse). Sur le site internet de la revue, allez dans la section Galerie d'art, et vous aurez accès à tous les artistes qui sont parues. Vous verrez 15 de ses toiles, un texte de présentation de qui ils sont, ainsi que leur propre bannière, pour que vous puissiez avoir accès à leurs coordonnées.

Un gros merci spécialement à notre chargée de section: la responsable du recrutement mensuel d'artistes. C'est elle que vous devez contacter si vous désirez exposer.

Collaboratrice

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





Doris Genest - Démarche artistique

« La joie d'être capable de parler avec mes pinceaux, c'est de la poésie muette. Je veux que mes toiles dégagent cette joie », nous confie l'artiste peintre.

Pour Doris, chaque personne dévoile sa personnalité dans son visage et les yeux sont le regard de l'âme... La bonté humaine l'attire, l'interpelle, l'inspire.

Native de Timmins en Ontario, Doris a étudié sous les auspices de l'artiste-peintre Maître Clément Bérini. Présentement, de son studio situé à Gatineau au Québec, Doris consacre quotidiennement six à huit heures à la création de ses œuvres. Les visages qu'elle peint sont souvent à mi-chemin entre la réalité et la fiction. Cette modernité dans le classique des portraits vient distinguer ses œuvres. Le médium utilisé est l'huile et le style résulte d'une frontière figurative de l'Art Post-Contemporain. L'artiste aime jouer avec les angles, la lumière, les ombres, les textures et les couleurs qui donnent un résultat tout à fait particulier. Chaque toile peinte reflète le naturel et la spontanéité. Sous ses coups de pinceau, Doris unit une myriade de couleurs mystiques au sein d'une même toile pour créer des sentiments particuliers pour chacun de ses sujets.

Ce qui l'attire dans ce trajet artistique, c'est son désir de peindre la bonté et la beauté qu'elle voit dans chaque visage.

Les lunettes stéréoscopiques 3D créent des images en 3 dimensions en faisant ressortir au premier plan la couleur rouge et en positionnant les autres couleurs dans le même ordre que l'arc-en-ciel. Cette technique permet une illusion d'optique en 3D sans compromettre la qualité de l'image vue sans lunettes. Après maintes recherches sur cette technique, l'artiste Doris a développé sa propre technique en créant des effets encore plus prononcés en 3D dans le mouvement des cheveux. « Il y a une multitude de couleurs qui produisent ces effets. Je continue à m'amuser à les découvrir de plus en plus », précise Madame Genest.

« Créer des œuvres d'art particulières est également un moyen de laisser mon imagination voler, tout comme un oiseau qui déploie ses ailes dans l'azur de la mer et du ciel. Je me suis toujours sentie privilégiée de pouvoir peindre et de faire ce métier avec passion » nous raconte l'artiste peintre.



DIVA GLAM (2018) - Huile sur toile 18 X 60 po.-
disponible



CANDY KISSES (2017) - Huile sur toile
30 X 36 po. - disponible



LALITA (2012) - Huile sur toile 30 X 40 po.- disponible



LALITA (2012) - Huile sur toile 30 X 40 po.- disponible



CHARISMA (2018) - Huile sur toile 18 X 60 po. -
disponible



MITZI (2017) -Huile sur toile
60 X 18 po. - disponible



JADE (2013)- Huile sur toile 40 X 30 po. -
disponible



BERRY WINE GEISHA (2016) - Huile sur toile 26 X 60 po. -
disponible



CHERRY BLOSSOM (2015) - Huile sur toile
24 X 36 po. - disponible



FILICIA (2014) - Huile sur toile 24 X 48 po. - disponible

Remerciements

Marketing web

Marcel Dupont Jr
marceldupontjr@gmail.com



Correctrice

Josée Côté
Bachelière en intervention sociale
josee.cote53@gmail.com



Communication et Traduction

Chantal Roy
roychantal6@outlook.com
819 345-2638



Collaboratrice

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



Et Krunal Patel pour la fabrication de deux bannières ce mois-ci