

# Reviuemajulie.com

## La Voix de la Conscience

TOME 3. VOLUME 3. SEPTEMBRE 2020

ENTREVUE AVEC

## MARC M. VALLÉE

PRÉSIDENT FONDATEUR DES  
ÉDITIONS ARIANE ET AUTEUR

AUSSI À LIRE

LES RACES N'EXISTENT PAS

SPIRITUALISER LES TÉNÈBRES

SOIN ÉNERGÉTIQUE EN FORÊT

REPAS DE LUMIÈRE ET PRANA

# TABLE DES MATIÈRES

Le mot de la rédactrice en chef.....	4
Entrevue avec l'invité du mois : Marc M. Vallée.....	5
<b>CONSCIENCE.....</b>	<b>7</b>
Spiritualiser les ténèbres (2ème partie) <i>par Patrick Bernard</i> .....	8
Pour bénéficier pleinement d'un soin énergétique en forêt <i>par Robert Interconesia</i> .....	13
Les races n'existent pas nous évoluons <i>par Jean Casault</i> .....	15
Construire en osant rêver plus grand que nature <i>par André Harvey</i> .....	18
Du chaos à la liberté d'être <i>par Suzanne Deborah Jennings</i> .....	20
L'écoute libre <i>par Daniel Zekkout</i> .....	25
Méditation des 7 portes du chakra 2 <i>par Donald Doan</i> .....	26
Prise de conscience : vie et matière! <i>par Ronald Ménard</i> .....	27
Et si nous prenions des repas de lumière et de prana <i>par Pierre Lessard</i> .....	30
Une médium vous répond <i>par Julie Leblanc</i> .....	33
Rêves et liberté d'être! <i>par Julie Leblanc</i> .....	35
Les éternels recommencements <i>par Isabelle St-Germain</i> .....	36
Les masques de la vie <i>par Jean-Paul Simard</i> .....	38
<b>MATIÈRE.....</b>	<b>40</b>
Communication énergétique animale <i>par Jean-Marie Schneider</i> .....	41
Megan Follows <i>par Julie Leblanc</i> .....	44
Les moments de gratitude! <i>par Julie Leblanc</i> .....	46
Pourquoi il est indispensable de publier votre bail commercial <i>par M<sup>e</sup> Paul Germain</i> .....	48
Jennifer Aniston <i>par Julie Leblanc</i> .....	50
Agate dentelle bleue <i>par Joane Flansberry</i> .....	52
La direction du couple! <i>par Bing Xiang</i> .....	53
La suite des choses! <i>par Julie Leblanc</i> .....	54
Génitalité ou sexualité? <i>par Chantal Brault</i> .....	56
Les infusions comme solution santé! <i>par Marie-Lise Pelletier</i> .....	59
Renforcer son système immunitaire <i>par Colombe Gauvin</i> .....	61
Horoscope quotidien <i>par Alexandre Aubry</i> .....	63
<b>GRATITUDE.....</b>	<b>64</b>
Galerie d'art : Marc Hébert.....	65
Collaborateurs.....	72

# MISE EN GARDE ET AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ

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

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

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

## PRÉSENTATION

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

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

Bienvenue sur [revuemajulie.com](http://revuemajulie.com). Prenez le temps de vous asseoir parce qu'il y a beaucoup d'informations et de matières à réflexion.



## *Mot de la rédactrice en chef*

**Julie Leblanc**  
n.d, animatrice, auteure,  
média multidisciplinaire  
[www.majulie.ca](http://www.majulie.ca) | 438-794-1965



## **DE L'ENTRAIN DANS LA PARTICIPATION!**

C'est une belle qualité qui sert un cœur dévoué. C'est la reconnaissance de l'âme qui, à travers sa mission, est enjouée de participer. C'est de co-créer une existence favorable à l'évolution des choses et la connaissance soigne l'échec et les troubles d'apprentissage. Écouter son cœur, c'est facile, s'en éloigner aussi. Est-ce que le grand milieu est rejoignable? Oui!

C'est ce que l'on entreprend sous l'ère du Verseau. Est-ce qu'on maîtrise tous les éléments? Dans sa conceptualisation fragile, sommes-nous sincères, véritables? Oui, tout ça existe. Cultivons-nous l'esprit, alimentons-nous de nos sens. Faire vibrer le cœur et de le ressentir, écouter la direction donnée, le déposer sur le papier, le créer. C'est une manifestation réelle, qui va perdurer au-delà de l'énergie et du temps.

Bienvenue dans la quatrième dimension. Là où les peurs n'existent plus. Où le temps pour soi, pour se donner du réel sert à monter sa constitution. Être grand et s'habiter. Tous les jours, on s'en donne l'occasion. Et puis après, c'est freiné. Il faut repositionner et réouvrir. La stabilité dans la manœuvre, c'est de travailler conjointement avec des êtres parfaits dans leurs conceptions et au même niveau. Un laisser-aller tranquille et sécurisant. Dans la participation, il y en a qui collaborent et qui offrent la partie du cœur allouée pour ce présent. La manifestation d'une revue qui partage, gratuitement, l'effort alloué.

À diffuser la connaissance! Être généreux de soi-même.

À diriger un partage et un échange vers un objectif constructif et bienfaisant!

On vous remercie d'être là pour nous lire. Et de partager vous aussi, qui sait!

Bénis soient ceux qui contribuent à cette réalisation spectaculaire : une revue conscience qui met l'emphase sur la lumière des gens.

Namasté

## Entrevue avec l'invité(e) du mois

**Julie Leblanc**  
n.d., animatrice, auteure,  
média multidisciplinaire  
438 794-1965  
[www.majulie.ca](http://www.majulie.ca)



# Marc M. Vallée

## Président fondateur des Éditions Ariane et auteur

Nous nous entretenons avec le président et fondateur des Éditions Ariane, une entreprise québécoise qui a 37 ans aujourd'hui. Marc a su en son essence qu'il devait participer à la diffusion de la connaissance de l'Éveil. Pour ce faire, il mena une quête profonde, pour résoudre les mystères spirituels, en allant chercher les piliers de ce monde et les aidant à semer encore plus de conscience. C'est une âme jaune qui vibre facilement dans le mauve.

C'est une personne qui est centrée dans ses énergies et qui s'habite. Cela en résulte d'un grand calme qu'il possède. C'est une personne qui a un bon sens fonctionnel de la vie, qui a une belle vibration. C'est un homme sage, charmant et élégant. Pierre Lessard en dit : « Il est un bon voyageur. Il apprécie tout et ne se plaint jamais! Gentillesse, bonté, professionnalisme, enthousiaste, motivé et déterminé sont des qualités actives chez cet homme. »

ne part, il arrive avec la collection d'automne de ses livres qui sortent sur le marché, pour me la donner. J'étais bien touchée par cet élan de générosité, que j'ai accueilli avec émerveillement et gratitude, mais je l'ai modéré par souci du juste et j'ai choisi son coup de cœur et celui qui faisait résonance à mon cœur, le sien. J'ai quitté avec deux livres, dont le sien qui est dédicacé. Rendue chez moi, j'ai dû lui demander de préciser ce qu'il voulait dire. Il est heureux de la convergence, c'est ça qu'il dit. C'est profond pour une ligne de dédicace...



À mon avis, j'aurais pu faire une entrevue de 5 heures avec cet être, et ça aurait passé comme dans du beurre fondu. Il a le don de l'enseignement quand il parle et c'est formidable qu'il s'en serve dans ses écrits. Alors oui, en tant qu'auteur, il a édité deux de ses livres, plus celui de cet automne, qu'il a co-écrit *Mémoires d'Orion*. Avant que je

Les Éditions Ariane ont une belle notoriété et crédibilité dans le domaine de l'Éveil. Ce sont plus de 100 auteurs qui ont été publiés depuis le commencement. Elles sortent douze livres par année. Ça touche toute la francophonie, Europe/Amérique. Elles publient même certains ouvrages en anglais des auteurs francophones qui laissent des marques importantes dans le passage de l'émergence.

Marc est une personne qui s'occupe bien de ses dossiers. Il prend le temps de bien mener les choses. C'est d'aimer avoir plusieurs projets de front et d'investir beaucoup de temps dans le business.

En tout cas, son fils est chanceux d'avoir Daniel Meurois comme parrain... juste avec ses livres, il lui lègue déjà un grand bagage de connaissance et de soleil.

Je n'ai pas réussi à lui poser toutes les questions que j'avais en tête, incluant les occasions en or qu'il apporte sur des sujets qui méritent qu'on s'y arrête. Il a tellement lu... juste de faire le tour audio de Marc, on en a pour 32 heures de recueillement et de classement d'information. C'est une pure merveille.



On peut dire que c'est un Québécois qui est en première loge, ou au premier rang, de tous les courants d'évolution énergétiques de ce monde. Il me souligna, pendant que je rangeais mon matériel d'enregistrement, que nous étions dans un courant particulier et que c'était pour ça qu'il avait choisi cette date pour l'enregistrement.

« Chaque année, aux alentours du 8ème jour du 8ème mois de l'année (8 août), il y a un alignement appelé «la Porte des Lions». La Porte des Lions est une ouverture de portail cosmique et une période d'énergie accrue circulant entre le domaine spirituel et physique. C'est un moment incroyable pour l'activation et la progression sur votre chemin d'éveil unique » (De la part de Bridget Nielsen).

Quand Marc a dit oui pour l'entrevue, cela a placé une énergie droite et ouverte, bien positionnée sur le plan de l'âme. Ce que j'aime avec ma revue, c'est que mon âme poursuit son œuvre, m'amène à rencontrer des Maîtres de haut niveau et d'échanger avec eux. C'est une rencontre précieuse que j'ai sur mon chemin. J'en Suis Honorée en profondeur. Alors Merci d'être Accessible, de Partager cela et de célébrer toute la Luminescence Rassemblée en cette Douce et Révélatrice Création.

Version intégrale : <https://youtu.be/09hanF-juvA>

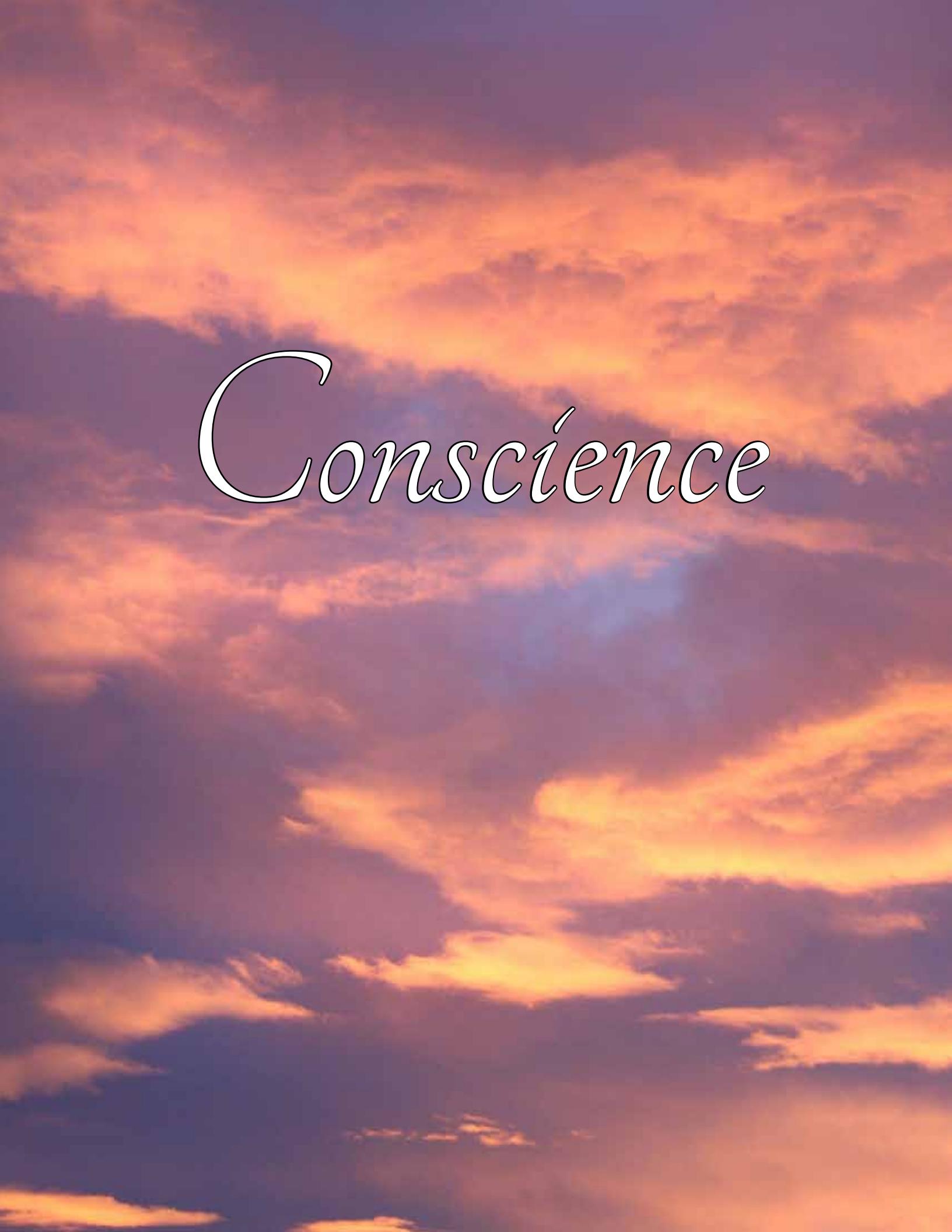
Version courte : <https://youtu.be/FHKo-7VMjos>

Allez faire un tour sur son site internet. Il y a matière à observer le buffet de conscience offert par cette maison d'édition.

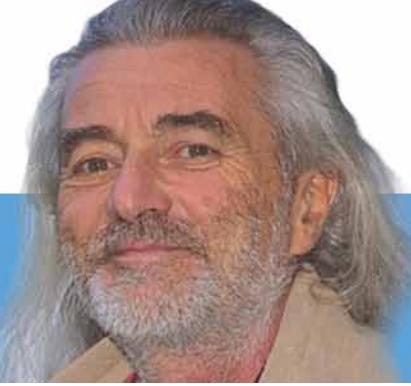
[www.editions-ariane.com](http://www.editions-ariane.com)

Bonne vidéo!

Julie L.



Conscience



## SPIRITUALISER LES TÉNÈBRES (2ÈME PARTIE)

Tout d'abord, précisons que même soumis à la vaccination, affaiblis, avec une chip électronique injectée de force dans le corps, gazés et matraqués par une police ayant perdu l'esprit, mis en quarantaine ou incarcérés et drogués dans des camps de concentration «sanitaires», nous pourrons toujours travailler au-dedans de nous. Cela semble paradoxal mais notre état intérieur s'améliore souvent le mieux dans des conditions de vie difficiles. L'important est que le travail de purification en lien avec notre incarnation se fasse. Telle est notre mission de vie. Tout le reste sera de toute façon balayé par les vagues du temps. Les grandes maladies, les grandes épreuves nous purifient rapidement et nous allègent d'un poids karmique immense. La souffrance devient alors une opportunité au lieu d'être une entrave. Lorsque tout nous est retiré au-dehors, c'est alors qu'on a le plus de force intérieure pour réaliser ce travail. Lorsque de toutes parts apparaissent d'immenses difficultés et de grands obstacles, on ne peut que prendre refuge dans la lumière de son âme. C'est au moment où l'existence nous assaille qu'il ne nous reste que l'invisible et indestructible bunker des dimensions suprêmes enfouies au fond de l'âme humaine. Au niveau de cette ultime ressource, rien ni personne ne peut obstruer notre progrès vers Dieu, l'Être Masculin-Féminin de la Totalité.

Il n'est pas non plus nécessaire de s'affairer nous-mêmes à tout coordonner sur le plan de la matière. Il suffit parfois de simplement

s'abandonner à ce qui est et d'accueillir ce que la vie nous envoie, sans résistance, en faisant confiance au Maître du Destin pour que les choses s'organisent d'elles-mêmes sans que nous ayons à fournir de grands efforts. Ce n'est jamais évident à première vue mais tout devient possible en remettant sa vie entière entre les mains du Pouvoir Divin omniscient et omnipénétrant. De plus, la plus petite goutte d'harmonie que l'on crée en soi génère un océan d'harmonie autour de soi. Réciproquement, la moindre vibration de gratitude que l'on crée autour de soi, quoi qu'il puisse se passer, se reflète au fond de nous et on se sent mieux, comme régénéré au milieu du chaos.

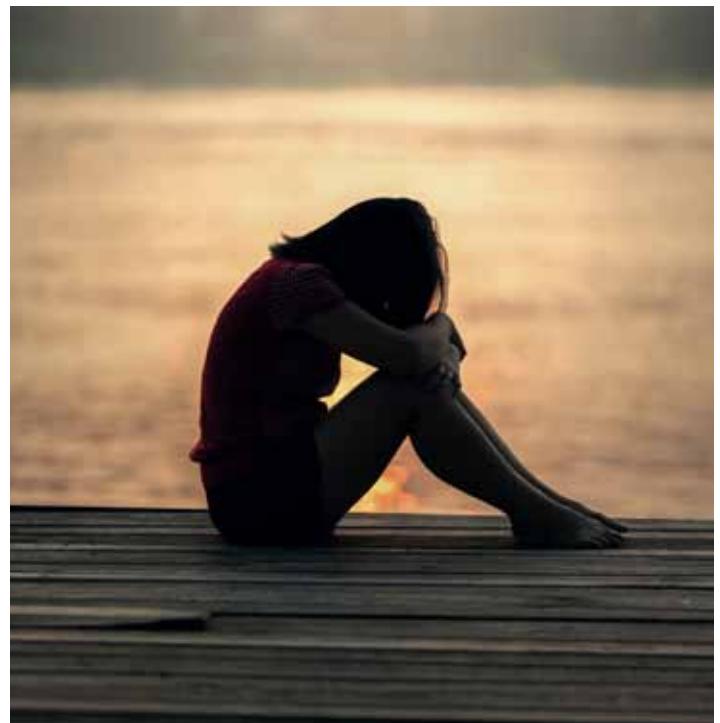
Il est vrai que le Québec traverse de nos jours une redoutable crise nationale et ne dispose d'aucune force militaire. Nous dépendons pour notre intégrité territoriale de forces armées étrangères. Si une conflagration internationale se déclare, qui défendra quoi? Si on étudie la montée et la chute du nazisme, par exemple, on s'aperçoit que les guerres sont toutes organisées longtemps à l'avance par un même état profond qui étend au monde entier le réseau de ses alliances et de ses coalitions. Les mêmes marchands d'armes conventionnelles, chimiques ou nucléaires, fournissent toutes les armées simultanément car ils n'ont pas d'idéaux. Bien à l'abri au fond de leurs bases souterraines, ils sont là pour faire des affaires sur le dos de la plus épouvantable des souffrances humaines. À tout moment, les complicités et les pactes peuvent se

retourner. Les amis deviennent des ennemis du jour au lendemain et les peuples ne peuvent jamais rien prendre pour acquis. Le Canada lui-même n'est même pas un vrai pays souverain en tant que tel, mais une sorte d'hypercolonie dirigée par un ramassis de multinationales aux motivations plus que suspectes, un agglomérat de divers intérêts appelé «Canada inc» et appartenant à ce qu'il convient de désigner comme la «Couronne d'Angleterre». Laquelle «couronne» est incrustée de maints joyaux de haute valeur sournoisement volés *manu militari* dans les temples des divinités hindoues au temps sinistre de l'Empire Colonial Britannique; un géant aux pieds d'argile que le Mahatma Gandhi a pu faire éclater par la seule force intérieure de son mouvement de non-violence.

On ne refait pas l'histoire. Nous méritons d'une manière ou d'une autre tout ce qui nous arrive. Qu'avons-nous bien pu faire ou ne pas faire dans nos existences antérieures pour en arriver à de telles situations? Qu'avons-nous pu dire ou ne pas dire pour mériter de tels dirigeants? La seule chose à faire est de pardonner et de tourner la page, ce qui n'efface pas les responsabilités des karmas collectifs mais le pardon radical et sans attente fait au moins ressortir la beauté d'un amour désintéressé sans amertume et sans rancune. Je me souviens d'avoir ressenti une véritable joie intérieure lorsqu'à 19 ans je suis entré par hasard dans un monastère pour y trouver refuge un soir d'orage et que j'ai lu dans le *Règle de Saint Benoît*, au chapitre sur «Les instruments des bonnes œuvres», cette superbe maxime : «honorare omnes homines» (tu honoreras tous les hommes).

Pour ma part, voilà ce que les douleurs de la maladie m'ont appris : j'étais broyé dans le noir le plus noir. J'étais humilié dans mon corps. Un noir complètement noir, une opacité mystérieuse qui m'ont enseigné par la souffrance physique et morale que c'est dans l'obscurité la plus complète que la purification intérieure se forme peu à peu, goutte à goutte (littéralement). La clarté

lumineuse n'est que la création des choses. La lumière n'est que la manifestation. Mais le noir est plus important parce que le noir est la formation, la semence qui d'ores et déjà contient la totalité. L'arbre est dans la graine et la graine doit germer dans les profondeurs obscures de la terre. Sans les ténèbres, la lumière ne pourra jamais se manifester. Les personnes qui expérimentent des périodes de grande dépression, de grand isolement, de grande détresse ou de grand désespoir doivent le savoir. Il ne faut pas qu'elles se suicident ou qu'elles se découragent car ces périodes de ténèbres sont précieuses. J'ai entendu dire que le taux de suicides a augmenté de 600% aux USA durant le temps du confinement et que ce taux continue de grimper. C'est une véritable hécatombe. Nous devons comprendre la traversée du noir absolu avant qu'il ne soit trop tard car il n'y a pas de «undo» dans l'acte de se suicider.



Pour le Christ, le noir du Golgotha est la porte de la résurrection. Pour Shree Krishna, la couleur noire de Son Corps Transcendant symbolise l'accès aux mystères de la vie infinie. Pour le maître alchimiste Nicolas Flamel, le noir annonce la lumière, «l'or du millième matin» et, pour Fulcanelli, «l'œuvre au noir» révèle le sens

caché des cathédrales de la conscience sacrée. Sans traverser ces épreuves de grandes obscurités, jamais nous n'obtiendrons la pierre philosophale de l'amour purifié, une pierre qui saura opérer la transmutation du plomb de nos douleurs en l'or de nos bonheurs, source d'une paix au-delà de toute paix, d'une illumination au-delà de toute illumination. Pour un Jean de la Croix, il s'agit de la «nuit des sens», une nuit obscure, ténébreuse, souvent inquiétante mais qui fait descendre sur nous une grâce au-delà de toute grâce, une science au-delà de toute science, une nuit de purification, un assombrissement nécessaire, préambule de toute haute guérison. On ne peut pas contourner le calvaire qui représente la dissolution de toutes nos constructions égotiques illusoires. Il ne peut y avoir de création manifeste sans formation préalable. La formation est l'antichambre de la manifestation.

Le noir n'est pas le mal. Au contraire, c'est le mystère non encore créé, la contrition avant la libération, l'évolution en élaboration, la nouvelle réalité qui se façonne mais qui n'est pas encore totalement éclaircie. En accueillant la maladie au lieu d'y résister, on commence à considérer le mal comme un élément qui peut nous faire grandir, aller de l'avant, évoluer. Et je me demande si ce que l'humanité traverse en ce moment comme épreuve n'est pas juste une occasion d'aller puiser en elle-même des ressources insoupçonnées. L'année de tous les dangers serait-elle alors porteuse d'un bien caché? La réponse est oui.

Tous ceux qui jardinent et travaillent la terre le savent : l'opération la plus importante se fait dans les noires profondeurs de la terre, là où il n'y a pas le moindre rayon de lumière ou la moindre couleur. Là où tout est noir. Les ténèbres absolues sont indispensables à la bonne germination des semences. C'est aussi une réalité alchimique et initiatique bien connue des anciens Égyptiens, des Tibétains, des Sumériens, des bhakti-yogis de Brindavana et des Pères du Désert des temps évangéliques. À certaines étapes cruciales de

notre évolution de conscience, nous sommes automatiquement noyés dans le noir le plus intense. Nous nous trouvons alors isolés, démunis, vulnérables. Nous pouvons nous en affliger si nous ne comprenons pas les degrés évolutifs de l'âme, ou bien nous pouvons en profiter pour amonceler de vastes trésors de connaissances intérieures.



Nous avons le pouvoir de maudire la vie mais nous avons aussi celui de la bénir. «Bénissez ceux qui vous maudissent», dit le Grand Thérapeute de l'Évangile (Matthieu 5:44). Cela n'a rien de moral : c'est quelque chose d'expérimental. Chacune de nos pensées d'amour inconditionnel (surtout envers Kissinger et tous les individus du même gabarit cités plus haut) efface une partie de la dette qui pèse sur l'humanité. Nous pouvons ainsi éviter un holocauste nucléaire. Bénir, c'est vouloir avec une totale sincérité le plus grand bien possible pour des personnes ou des circonstances,

si désagréables ou incompréhensibles soient-elles. Quand elles ne sont pas mercantiles ou mécaniques, nos bénédictions libèrent une partie de la voie évolutive par où doit passer l'humanité. La réalité vertigineuse de l'Être Divin se cache sous les strates de l'énergie vitale. Sous la forme du temps, Dieu détruit tout quand sonne l'heure de la dissolution. Et puis tout recommence dans une respiration d'infini. L'évolution des consciences n'a pas de commencement et jamais n'aura de fin.

Ce qui se passe aujourd'hui dans le monde est simplement circonstanciel et n'a pas de réelle densité. Tout est éphémère au niveau des énergies physiques. Seule la parcelle de vie éternelle en nous survit à la destruction des corps qu'elle anime et peut être considérée comme réelle. Tout le reste peut être considéré comme illusoire parce que rien ne dure très longtemps. Mais à partir du jour où nous réalisons que la trame de notre être le plus réel est amour absolu, alors nous devenons réellement divins, translucides, immaculés, purifiés. C'est un long chemin. Réalisés ou non encore réalisés, dans la lumière ou dans le noir, dans la maladie ou la santé, l'abondance ou la pénurie, peu importe vraiment car chacune de nos intentions positives, chacun de nos pardons, chacun de nos gestes de bonté, de reconnaissance et de gratitude envers la structure ultime de la réalité suprême comptent beaucoup plus qu'on ne pourra jamais l'imaginer. Chaque pensée positive, chaque sympathie, chaque acte de bonne volonté éliminent tout ce qui est ténébreux et qui obscurcit encore les plans subtils de la race humaine.

Ne nous décourageons pas devant les plans machiavéliques que quelques familles venues des plans inférieurs du cosmos tentent de mettre en marche. Les arrangements du bas-astral ne passeront pas, ou, s'ils finissent par passer, ils ne dureront pas. Quelle nuit peut résister au soleil qui se lève? Le meilleur moyen de s'affaiblir, de se faire vampiriser, de se faire aspirer ses forces vives est d'envisager le mal ou la maladie comme des ennemis. Nous pouvons choisir de considérer

la situation désastreuse actuelle dans le monde comme un élément qui peut nous faire avancer.

Il est certain que pour le freiner dans ses pulsions dévastatrices et guerrières, l'homme doit avoir une forme de religion ou une autre. Pour être civilisé, il doit avoir une forme de culture religieuse, une tradition qui convient à son niveau d'évolution et qui puisse le relier aux grands courants de la création. Même s'il réussit à s'entourer d'un environnement technologique hautement sophistiqué, l'homme reste un animal à forme humaine s'il est sans spiritualité, sans guide et sans une forme de rituel qui lui révèle l'existence de son âme. «L'homme a besoin de Dieu, comme il a besoin d'eau et d'oxygène», dit l'illustre physiologiste français, le Dr Alexis Carrel. Toutefois, cet idéal religieux ne doit pas s'arrêter là puisque la plupart du temps la forme externe des institutions prend le pas sur le principe interne de la voie spirituelle. Ce principe est le même pour toutes les révélations et peut être défini comme le développement progressif de l'amour désintéressé. La simple conversion à une religion ne suffit pas. Il nous faut aller plus en profondeur afin que le cœur ressente la joie d'une vocation sincère. La conversion doit devenir une vocation. Toute âme qui s'élève ainsi élève en même temps le monde entier. Sans cet irrésistible retour vers l'être profond, la religion n'est souvent qu'une falsification, un pâle substitut de l'authentique esprit de service rendu à l'Objet d'amour suprême.

La fibre amoureuse de toute introspection réelle ne doit pas manquer à l'appel. Elle doit nous embraser. Elle doit dévorer, consumer, anéantir tout ce que nous croyons être et que nous ne sommes pas. Seule cette fibre détient le pouvoir unique de pacifier l'univers et de construire l'alliance entre l'amour humain et l'amour divin. Ce n'est plus un mystère pour tous les coeurs ouverts aux dimensions de l'invisible car cette lumière véritable répand ses rayons sur nos origines, sur nos destinées, sur le sens de nos vies et sur notre destination ultime.



Ce n'est pas une religion ou une autre qui nous sauvera. Ce n'est pas un guru ou un autre qui nous libérera. Ce n'est pas un mantra ou un autre qui nous délivrera. Ce n'est pas un yoga ou un autre qui nous transformera. Qui le fera? C'est uniquement l'énergie d'amour inconditionnel que nous aurons bâtie au fond de nous sous l'effet de la grâce des guides et de Dieu Lui-même. C'est cette shakti interne qui viendra à notre aide au moment des grandes épreuves, des grandes douleurs, à l'instant où nous en aurons le plus besoin. Il est dit qu'un pur dévot ne demande pas à Dieu de le libérer des souffrances matérielles. Souffre-t-il vraiment alors? Oui et non. Son corps souffre sans doute mais sa conscience n'y est plus assimilée. Il ne s'y identifie plus. Les faux concepts entretenus dans le mental au sujet des conditions du corps semblent avoir été éliminés. Il fait simplement confiance, en pleine conscience de l'amour infini qu'il porte en lui. Quoi qu'il lui arrive, il reste dans la joie parfaite du prophète d'Assise et de Sainte Claire, sa contrepartie féminine, car il comprend que lui seul est responsable des tribulations qu'il est appelé à subir. Comme un nouveau-né fait entièrement confiance à sa mère dont il est totalement dépendant. Il ne cherche plus à être compris mais veut comprendre. Il suit dans les traces de Claire qui ne cherche pas à être aimée mais veut aimer.

Tout le travail d'une vie est là, dans la dissolution graduelle du contrôle de l'ego et l'élimination de la lutte pour l'existence. Que faire quand tout s'écroule autour de nous et que notre corps part à la dérive? La plus grande partie du travail consiste alors à garder pleine confiance en la grâce super-subjective de la Providence. Rien n'arrive par hasard. Même mal emballé en apparence, un cadeau reste un cadeau. Ce cadeau ne se reçoit

ni dans le passé ni dans l'avenir et c'est pour cela qu'on dit qu'il est «un présent». La vie est une offrande parfois terriblement amère. À un niveau inférieur, les gens souffrent parce qu'ils luttent avec la vie. Les résistances bloquent la descente de la grâce sous toutes ses formes et empêchent les énergies vitales d'abondance de circuler librement. La pénurie s'installe. Beaucoup n'ont pas assez à manger. Certains manquent de tout.

Faisons notre possible pour améliorer les choses de l'intérieur et nous verrons d'étonnantes miracles s'accomplir à l'extérieur. Faisons notre possible pour éviter l'avènement catastrophique du Nouvel Ordre Mondial de Kissinger et de ceux qui lui ressemblent. Ce nouvel ordre est en réalité un grand désordre et annonce la fin de toute civilisation humaine. Et puis, en fin de compte, lâchons-prise, détachons-nous complètement des résultats. Enterrons la hache de guerre. Signons un traité de paix avec nos conditions d'existence quelles qu'elles soient. Commençons là où nous en sommes. Remettons les clés du contrôle de l'univers entre les mains de la Sainte Providence. Nous ne sommes pas seuls. Nous sommes aimés. Nous sommes voulus et désirés. Nous sommes invités et attendus. Abandonnons-nous au pouvoir supérieur de l'aspect de Dieu qui nous fascine le plus. Laissons-Le nous prendre dans Ses bras tout-puissants. Le Mental Universel se révèlera à nous sous l'aspect que nous aimons le plus. Cela ne peut pas ne pas être.

Un de mes amis ambulancier me disait qu'il n'y a jamais d'athées quand on vient libérer les grands blessés avec des pinces de désincarcération lors des graves accidents de voiture. Quoi qu'il arrive, si nous réussissons à spiritualiser les ténèbres, nous transformerons le mal en bien. Même la mort du corps n'aura plus aucune emprise sur notre esprit. Au-delà des mille et une tragédies de civilisation qui défilent sans cesse sur l'écran des existences, nous découvrirons une dimension de charme, de beauté et d'amour. Et ce sera notre plus belle victoire.



## POUR BÉNÉFICIER PLEINEMENT D'UN SOIN ÉNERGÉTIQUE EN FORÊT

Cet été, les marches en forêt se feront plus rares, dû au covid-19. J'ai donc décidé d'expliquer comment faire pour aller chercher tous les bienfaits de la forêt. Un petit parc, une érablière, votre terrain, même un seul arbre dans votre cour peut suffire.

Il y a trois étapes pour se ressourcer avec nos amis les arbres. Premièrement, le plus important, nettoyer votre glande pinéale. Elle permet de développer votre troisième œil. Très simple : collez votre front sur un tronc d'arbre et demandez à la dryade de nettoyer votre glande pinéale; quelques minutes et le tour est joué. Tous les arbres conifères et feuillus de plus de sept ans ont une dryade et peuvent accomplir ce travail. Trois, quatre fois par année suffisent.

Deuxièmement, vider votre double plantaire. Ça, c'est le domaine des fougères. Il n'en faut qu'une seule; marchez à côté et faites votre demande de vider votre double plantaire. Vous devriez faire cela une fois par mois. S'il y a beaucoup de fougères des deux côtés du sentier, vous pouvez aussi leur demander de couper les liens karmiques néfastes avec vos ancêtres. Ça, c'est toute une libération.

Troisièmement, en entrant dans la forêt ou le parc ou en arrivant devant l'arbre sur votre terrain, demandez ce que vous aimeriez qu'il transforme pour vous. Les arbres transforment alors toutes les émotions négatives, sentiments de colère, peine, frustration, etc. en émotions plus positives. De plus, si vous portez sur vous un sigil de transformation du négatif au positif, la forêt va le nettoyer et l'énergiser. Voici donc quelques arbres et leurs vertus.

Résumé de certaines caractéristiques provenant des livres « *Le rire des arbres* » de Luc Fournier et « *À chacun son arbre* » de Robert Internoscia :

Les bouleaux aident à l'évacuation de la chaleur et l'humidité du corps ainsi que la désintoxication. Nouveaux départs, purification, communications avec la forêt, rêves et voyage astral. C'est le champion des communications.

Les cèdres font baisser la fièvre et nourrissent l'énergie yang. Purifiez avec la sauge ou seul, protection des voisins, liens avec le Moyen-Orient, combat l'asthme. Protecteur. Attention,

une haie de cèdres rend un commerce invisible.

Les chênes : protection, portent sur les mystères anciens, donnent force et courage.

Les épinettes : aident à terminer ce que l'on entreprend. Ils accroissent la persévérence. Cet arbre bouche les trous et blessures dans l'aura qui causent des pertes d'énergies à la longue et nous empêchent de récupérer.

Les érables allègent la douleur émotionnelle et évacuent les vents malades (émotions). Renforcent les liens avec la famille et aident à obtenir l'indépendance d'esprit.

Les fougères : sincérité, nettoyage du double plantaire sous les pieds. Préparent un nettoyage plus approfondi par les pruches.

Les frênes pour communiquer avec les dieux, les anges ou les démons. Rejoindre ses mondes intérieurs.

Les hêtres : connaissances anciennes, émotions, écrits anciens.

Les mélèzes, l'audace. Régénération au niveau cellulaire. Esprit pionnier.

Les pins : prospérité, vision d'affaires, énergie des frères, hardiesse. Côté masculin des enfants monoparentaux. Nettoient et alignent les chakras.

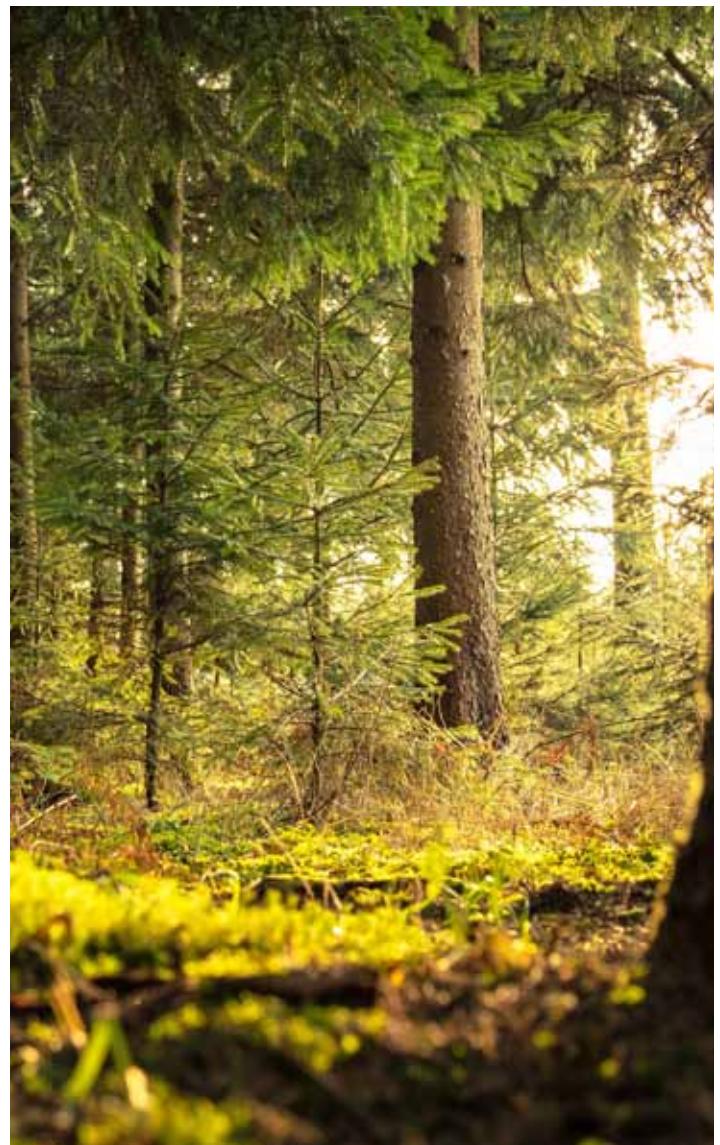
Les pruches, arbres merveilleux qui maintiennent l'équilibre yin/yang. Nettoient les griffes, plaques, fissures et autres anomalies dans l'aura et les corps subtils.

Les sapins aident à soigner les contusions, réduisent les enflures et guérissent plus vite les os cassés. Joie, l'enfant intérieur et la magie de Noël.

Les trembles, pour communiquer avec le vent et vaincre ses peurs.

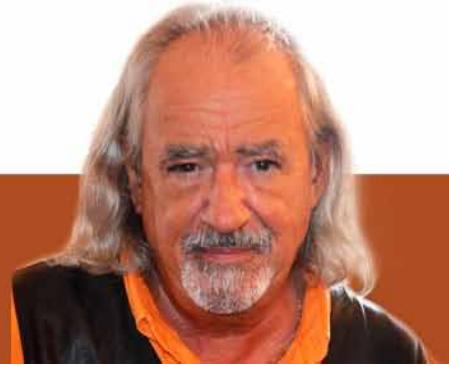
Donc, pour profiter de tout cela, vous pouvez simplement parler à l'esprit de l'arbre, une dryade ou prendre de l'huile essentielle, en mettre quatre gouttes sur les poignets et frotter un peu. Puis, faites votre demande.

Robert Internoscia



**Jean Casault**

Auteur, conférencier, animateur  
Ufologue/métaphysicien depuis 1966  
[www.facebook.com/jean.casault](http://www.facebook.com/jean.casault)



## LES RACES N'EXISTENT PAS NOUS ÉVOLUONS

Oui, absolument, nous sommes entrés dans une « Nouvelle ère », de plain-pied, mais comme à chaque fois, la transition fait ressortir ce qui nous différencie. Nous avons tous salué à grands cris la chute du Mur de Berlin en 1989, probablement l'événement non violent le plus conséquent de toute notre histoire. Mais dès le lendemain, l'intensité du choc fut terrible, à cause du décalage entre les Allemands prisonniers de l'Est, sous la barbarie de la Stasi et d'un gouvernement communiste impitoyable, versus l'aisance, la liberté et la joie de vivre des Allemands de l'Ouest.

Il y eut même des moments où les Allemands de l'Ouest se sont demandé si abattre le Mur avait été une bonne idée. L'évolution des êtres humains ne se voit guère dans l'actualité, il faut faire appel à l'histoire pour la mesurer.

### LES PREMIERS HUMAINS

Il y a environ 300,000 ans, apparaissait l'*Homo sapiens*, l'homme qui pense. Pour le moment, contentons-nous des multiples croisements ethniques qui ont fait en sorte que se sont dégagés des caractères très différents, qui sont encore très visibles de nos jours, lorsque l'on place, un à côté de l'autre, un Scandinave blond ou roux à la peau laiteuse et aux yeux pairs, un Africain noir aux cheveux crépus, aux yeux noirs et un asiatique, à la peau cuivrée, aux cheveux très noirs et lisses et

aux yeux noirs et en amande, des caractéristiques qu'on retrouve en très grand nombre chez leurs descendants ayant traversé l'isthme de Béring et qui sont devenus les Innus, et les « Indiens » des trois Amériques.

### LES RACES N'ONT JAMAIS EXISTÉ

Le mot « race » est un terme social qui n'a aucun fondement scientifique, pas plus pour les animaux que pour les hommes. La souris, l'abeille, l'orignal, la rose, le pissenlit et l'homme ont chacun une fiche taxonomique pour les détailler.

Notre ami le gorille, de notre famille, nous a lâchés assez tard pour devenir le gorille que nous connaissons. Le chimpanzé est plus proche de nous. Or, en taxonomie, le mot RACE n'apparaît nulle part. Il y a différentes « races » de chien, mais ils sont tous des *canis lupus familiaris*. Il n'y a qu'une seule « race » humaine, c'est l'espèce *Homo sapiens*, qui est toujours la même, nous sommes l'*Homo(homme)* qui (*sapiens*) pense!

### L'ETHNIE ET NON LA RACE

L'ETHNIE est le terme qui se rapproche le plus de la race. L'ethnie définit un regroupement d'humains ayant en commun les mêmes ancêtres, la même histoire. Ils étaient ensemble quand tel

grand évènement est survenu. Ils partagent aussi la même croyance mythologique ou religieuse, et l'autre aspect, qui est sans contredit le plus important de tous, ils partagent la même langue ou le même dialecte. Mais aussi, ils partagent les mêmes goûts artistiques et culinaires. Ce qui se résume par le mot CULTURE. Cela dit, il n'existe pas de base scientifique pour définir une ethnie par rapport à une autre. La culture n'est pas scientifique.

Au Québec, les Québécois originaires de France constituent une ethnie très différente par rapport aux Québécois d'origine amérindienne, écossaise, anglaise, irlandaise, et maintenant, de plus en plus, asiatique et africaine, sans parler des îles, (très variées), ainsi que des pays arabes. Plus nous avançons dans le temps, plus le mot ethnie se confond dans la masse.



Plus nous allons nous mêler entre nous, moins le mot ethnie va pouvoir persister : une petite fille, née au Vietnam, d'un père australien et d'une mère pakistanaise, tous deux décédés, est adoptée à deux ans par un homme suédois, né d'une mère hollandaise et d'un père d'Afrique du Sud ainsi que par une femme haïtienne (originaire du Bénin) et qui vit en français à Toronto. Cette petite fille est de quelle ethnie? Et voilà, je vous ai eus !

## SI LES RACES N'EXISTENT PAS, QU'EST DONC LE RACISME?

Les grands conflits se divisent en deux. Les premiers sont internes, entre tribus de la même ethnie, pour des questions de ressources, dont l'exemple le plus tragique est le massacre rwandais. Dans l'histoire, ce sont des centaines et des centaines de millions de morts sur tous les continents.

Le second groupe de conflits est celui entre ethnies d'une culture très différente. Gengis Khan, Tamerlan, en sont les grandes vedettes, précurseurs des plus grands massacres de l'histoire. Ce sont des Turco-mongols en termes d'ethnies. Puis ce seront les génocides entre peuples très différents, les Arméniens, les Juifs, etc.

Les grandes guerres « traditionnelles » sont venues clore le débat, avec près de 120 millions de morts. Le racisme est rarement au cœur de ces désastres. Nous avons détesté avec autant de rage les bons blancs nazis que les bons jaunes du Japon.

## CE QUI FAIT RAGER LE PRIMITIF EST LA DIFFÉRENCE, CAUSÉE PAR L'IGNORANCE

Dans une étude que je ferai paraître le moment venu, je pense pouvoir déterminer que la clé du mal se retrouve dans l'ignorance, dans l'absence totale d'intérêt pour le savoir, l'infantilisme résilient et l'incapacité de supporter les changements et les différences.

Le racisme est donc une maladie infantile dans le cerveau!

Un grand nombre d'êtres humains n'ont pas évolué au fil des millénaires. L'ignorance en est grandement responsable. Elle se transmet de génération en génération, sur des centaines, voire des milliers d'années. Il existe partout des grappes

humaines qui, depuis de siècles, n'ont pas évolué parce que confinées sur leur territoire, apprenant les mêmes rudiments de vie, la même langue, la même religion avec un système d'éducation le plus souvent inexistant ou très limité. Ils sont, au 21<sup>e</sup> siècle, très peu différents de leurs ancêtres du 14<sup>e</sup> ou du 15<sup>e</sup> siècle. Ils vivent non pas dans des îles abandonnées ou des régions montagneuses (quoique présentes aussi en grand nombre) mais dans nos villes et nos métropoles. Ils se sont adaptés pour survivre mais ils n'ont pas évolué. Nous avons donc des tribus primitives urbaines!



## LE « RACISTE » EST UN BARBARE OUBLIÉ PAR L'ÉVOLUTION DE L'HOMME

Lorsqu'un policier qui, pourtant, a démontré qu'il était moins simiesque qu'un animal enragé,

tue un homme dont il déteste la couleur de peau, les traits, l'accent, et l'habillement, quand ce ne sont pas ses goûts alimentaires ou musicaux, c'est qu'il utilise son pouvoir d'arrestation pour donner libre cours à ses instincts animaliers, n'ayant guère dépassé ces derniers, depuis des générations.

Je ne parle pas d'une crise psychotique ici, je parle d'un policier qui arrive sur un appel et décide comme ça que, that fu....nigger va payer pour tous les autres. C'est un niveau d'involution ou de stagnation évolutive assez remarquable.

L'idée de le mettre dans une cage pour l'observer comme on le fait avec les autres hominidés peut sembler excessive mais ce serait sans doute intéressant. Ce serait comme étudier comment 300,000 ans d'évolution n'ont parfois aucune emprise sur certains spécimens.

Il finirait probablement par pisser sur les murs pour marquer son territoire.

## LES OUBLIÉS DE DARWIN

En d'autres termes, les « racistes » capables de mépris systémique, de haine et de violence sont les grands perdants de cette fabuleuse évolution qui nous a sortis des cavernes alors qu'eux en sont encore aux tavernes, ils sont les oubliés de Darwin. Ce sont des Homos sapiens ratés. Ils s'habillent comme nous, mangent comme nous, vivent dans des logis comme les nôtres, rouent en Escalade ou en F-150, mais en-dehors de cela, ils sont primitifs, sans doute irrécupérables et qui plus est, ils se multiplient, élèvent leurs enfants dans la haine de l'autre et c'est ainsi que se perpétue la barbarie, jusqu'à s'incruster dans les cellules comportementales et devenir génétique. L'ADN du crétin n'est pas un mythe!



## **CONSTRUIRE EN OSANT RÊVER PLUS GRAND QUE NATURE**

*Ne déclare jamais de trêve  
Au plus merveilleux de tes rêves  
Y'a qu'une loi qui nous élève  
C'est marche en avant ou bien crève...*

Tel est le titre de ma chanson *Le plus merveilleux de tes rêves* de mon second livre/CD musical intitulé *Les yeux du cœur*.

Même si nous n'en sommes pas toujours conscients, les rêves sont de très précieux moteurs de vie. Sans eux, c'est l'immobilité qui nous guette, le sommeil et la tentation de se figer dans la sécurité et l'habitude. Le rêve, c'est une façon qu'utilise notre Esprit pour nous propulser en avant et nous motiver à agir. En effet, si nous rêvons d'abondance et, de surcroît, plus grand que nature, on verra tout notre être s'occuper des menus détails pour que cela se concrétise, au bon moment évidemment. Tout voyage commence par un pas, dit-on, et ce pas, c'est souvent le rêve. Mais, argumenteront certains, j'ai beau demander l'abondance chaque jour, ce n'est pourtant que la pauvreté que j'attire ! Qu'est-ce qui cloche ? Qu'est-ce qui ne marche pas ? C'est peut-être que vous demandez la lune avec votre tête, au lieu de rêver avec votre cœur.

Il y a un subtil piège dans le fait de demander : c'est que, ce faisant, on sous-entend qu'on ne

possède pas. Tandis que rêver, c'est matérialiser ce qui est déjà là, dans l'énergie, prêt à être cueilli. The sky is the limit (le ciel est notre seule limitation) dit l'adage, tandis que notre mental, lui, joue les ingénues en nous imposant ses barrières et en nous gardant au ras des pâquerettes.

Je me rappelle une conférence au cours de laquelle j'avais lancé, juste comme ça, qu'il m'arrivait d'accompagner des groupes de voyageurs en Inde. À la pause, trois jeunes filles vinrent me voir à ce sujet. Deux d'entre elles me dirent que, pour l'instant, elles n'avaient pas l'argent nécessaire, mais qu'elles continueraient à nourrir le rêve de venir avec moi. La troisième se contenta de râler, en se plaignant qu'elle n'aurait jamais les fonds nécessaires pour un tel voyage et qu'elle préférerait donc ne pas y penser pour éviter la déception. Quelle ne fut pas ma surprise, quelques mois plus tard, de retrouver dans l'avion qui nous menait à Delhi, les deux filles qui, suite à des circonstances hors du commun qu'elles n'auraient jamais pu imaginer lorsqu'elles avaient entendu parler du projet, avaient quand même gardé espoir et reçu l'argent nécessaire. Devinez laquelle ne faisait pas partie de l'aventure...

La peur d'accéder à un trop grand bonheur est souvent ce qui empêche nos rêves de se réaliser. Eh oui ! Vous avez bien lu : la peur d'être trop

heureux ! Craindre le bonheur parce qu'on aura à en payer le prix dans le futur ! Alors, pour éviter le trouble, on se maintient dans la souffrance, comme ça on est tranquille et on reste dans le connu. Combien d'entre nous se sont laissés convaincre avec les années qu'ils ne méritaient pas l'abondance ? C'est une pensée destructrice qui est malheureusement nourrie par beaucoup. C'est fou comme on peut avoir peur du bonheur parfois ! La preuve ? Ne vous est-il jamais arrivé de refuser un cadeau ou qu'on vous rende un service par simple peur d'accumuler une dette que vous auriez un jour à rembourser ?

Qui sommes-nous au juste ? Poussière ou lumière ? Faudrait se brancher ! Ces deux théories plutôt aux antipodes l'une de l'autre circulent sur notre valeur en tant qu'humain. La première dit que nous ne sommes que poussière et que nous retournerons en poussière ! Assez poussiéreux comme approche, à mon avis, mais puisqu'il en faut pour tous les goûts ! L'autre théorie, beaucoup plus encourageante, raconte que nous sommes plutôt des êtres divins, c'est-à-dire possédant en nous une partie de Dieu, une partie rattachée au Tout. Waouh ! La plupart des chercheurs de vérité que je connais adhèrent à cette dernière théorie beaucoup plus positive, tandis que la première ressemble beaucoup plus à un nid propice à la soumission. Et si on commençait par donner un grand coup de balai dans ces croyances avilissantes et qu'on se prenait plutôt pour le fruit d'une semence divine ? Croyez-vous que ça changerait quelque chose ? Pour ma part, je le crois sincèrement.

Je présentais un jour un récital de mes chansons dans un foyer de personnes âgées. Durant la pause, il me vint une idée. À mon retour sur scène, je demandai au public déjà un peu fatigué, si certains voulaient m'écrire sur un bout de papier quelques-uns de leurs rêves pour l'année à venir. À la suite de quoi, je m'engageai à les

apporter avec moi en Inde, lors de mon prochain voyage, pour les déposer dans le Gange, fleuve sacré de ce pays, au cours d'une cérémonie sacrée appelée la Aarti. J'insistai sur le fait que le Gange allait se charger de matérialiser la plupart de leurs rêves durant l'année qui allait passer. Je me disais que, vu leur état de fatigue et leur âge, ils avaient tous entre 85 et 100 ans, je n'aurais que peu de réponses à ma proposition un peu farfelue ! Mais à ma grande surprise, la plupart se précipitèrent vers les feuillets que j'avais mis à leur disposition à l'entrée de la salle pour y écrire leurs rêves. Ce que j'y ai lu, à mon retour chez moi, m'a abasourdi ! Même à cet âge avancé, plusieurs avaient encore de très grands rêves à réaliser : trouver l'âme sœur, déménager dans une maison, se réconcilier avec quelqu'un, obtenir des guérisons miraculeuses, etc. Quelle leçon ce fut pour moi de constater que le rêve n'a pas d'âge et que seule la conviction que tout reste possible peut faire naître en nous des buts nouveaux et cela jusqu'à notre dernier souffle !

Le futur est le fruit des pensées et des actions du présent. On lance tout bonnement une idée dans le cosmos et celle-ci va se projeter automatiquement dans le futur, dans un espace et un temps propices. Tout se met alors en place, dans le positif comme dans le négatif évidemment. Le reste ne nous appartient plus et, dès lors, il est inutile de chercher à savoir quand, comment et où tout ça va se réaliser. Aussitôt que la pensée est lancée, il faut remettre le dossier à la vie qui se chargera des détails. Car si on reste aux commandes, des scénarios limitatifs pourront prendre forme en nous et des peurs de toutes sortes apparaîtront, ce qui bloquera la roue, du moins pour un certain temps. Suivez ce conseil d'un vieux loup de mer : « Ne vous privez jamais de rêver et faites confiance à la vie pour tout ce qui concerne la réalisation de vos rêves ! »

André Harvey

Suzanne Deborah Jennings  
[sdjennings.ambassadeurhumaniterre.com](http://sdjennings.ambassadeurhumaniterre.com)  
[ambassadeur-humaniterre.com](http://ambassadeur-humaniterre.com)  
T. 514-248-2727



## DU CHAOS À LA LIBERTÉ D'ÊTRE

Toute Âme de Bonne Volonté croyant en la Beauté de l'Humain sera inspirée du « comment » apporter sa contribution à la Création d'un Monde Meilleur.



Vous êtes le Cœur de votre Univers.  
Vous êtes l'Auteur de votre Vie.  
Vous êtes l'Ambassadeur de votre Bonheur.  
Vous êtes l'Approvisionneur de votre corps.  
Vous êtes le Coordinateur de tout ce qui entre et qui sort de votre vie.  
Vous êtes le Cocréateur de tout ce qui se passe sur Terre.  
Vous êtes soit un Être bénéfique, soit nuisible pour la collectivité.  
  
Malgré l'horreur dans laquelle l'Humanité est plongée, il est urgent d'œuvrer à créer « l'énergie » de Paix, de Bonheur et d'Abondance en nous

afin que cette vibration se matérialise dans notre Monde. C'est notre rôle le plus important. Celui qui nous a été assigné par le Créateur. Tout comme LUI, nous portons l'Essence et le Pouvoir de Créer. Il a fait de nous des Créateurs Puissants et Libres. Tout ce que nous vivons a pour base une Action Intérieure qui s'installe en nous et qui n'a rien à voir avec ce qui se passe à l'extérieur. Vivre le Bonheur, la Paix, la Joie est un CHOIX et non un résultat provenant de quelque chose d'extérieur. Nous recevons ce que nous donnons en vibration.

La Vie vous invite chaque jour à participer à mettre en place des Créations Positives. Créez pour vous d'abord et avant tout! Délaissez la magie noire de la haine, de la colère, de la peur ou de l'insécurité, cette magie qui détruit tout sur son passage, en commençant par vous... votre santé, votre corps, vos relations, votre vie.

Tournez-vous vers la Lumière! Elle vous attend « là » où, elle a toujours été, en vous! Utilisez la Magie Blanche de votre Cœur et agissez Divinement avec Amour et Respect, de vous et des autres. Vous en êtes capable! L'effet se fera ensuite ressentir dans l'énergie commune de l'Humanité.

Retrouvez l'enfant que vous avez été et qui, à son arrivée en ce monde, n'avait pas de limite! La petite ou le petit qui voulait vivre et tout accomplir sans restriction, jusqu'à ce qu'on lui inculque que la Vie ne fonctionnait pas dans la facilité et qu'il fallait payer par des « comportements acceptés par les autres » pour être aimé, ainsi s'installe l'amour conditionnel... (Je me demande encore pourquoi nous appelons ça... de l'Amour... Bref ça, c'est un autre dossier!)



Installez-vous dans un endroit tranquille, fermez les yeux, contactez l'Enfant Pur en vous et révez! Imaginez-vous vivre dans des conditions idéales, merveilleuses, paisibles, heureuses. Faites-le chaque jour, le plus souvent possible. Chacun de nous a le pouvoir de se créer un Nouveau Monde intérieur et en vertu de la Puissante Loi d'Attraction, en persévérant à maintenir des images et des sentiments de Bonheur, celui-ci s'installera dans la matière.

**C'est si simple pourtant... Il n'y a pas une autre façon de changer l'ombre en Lumière, de lui montrer le chemin de la sortie. Autant en vous qu'autour de vous, invitez et installez le Beau, le Bon, le Bien dans votre vie, mettez le reste à la porte!**

Il suffit d'apprendre et d'agir de la bonne façon.

Celle du sens de la Vie, la Vraie, celle qui offre à chacun de nous des possibilités infinies d'expériences joyeuses, heureuses et agréables!

**BESOIN D'AIDE? COMMENCEZ PAR LA BASE.**

**- LOI D'ATTRACTION COMMENT ÇA MARCHE – [DÉCOUVREZ ICI](#)**

Changer l'ombre en Lumière ne se fait pas en un claquement de doigts. Au départ, c'est un processus de transformation, de conversion, de modification applicable **pour tout être humain** en tout temps, en tout lieu, en toute circonstance. Cela ne nécessite que peu de choses, mais elles sont essentielles : notre volonté de créer du beau, du bon et du bien et d'agir en conséquence, un jour à la fois, une parole à la fois, un geste à la fois. La seule personne qui peut nous en empêcher, c'est nous.

Réfléchissez-y et vous verrez que c'est juste du Gros Bon Sens... Être Heureux est un Choix, être malheureux aussi, car c'est une attitude choisie. Quoi qu'on nous dise ou qu'on nous fasse, **nos réactions et nos actions sont les moteurs de ce qui construira ou détruira notre santé et notre qualité de vie.**

Et si vous y pensez bien... détruire est aussi une action de création... Une construction nuisible.

À nous de choisir, d'agir et de changer ce qui nous tire vers le bas.

Bien sûr, ce n'est pas facile, et encore moins dans le contexte actuel, qui est, historiquement, le plus grand coup d'envoi de l'Éveil des Consciences

jamais expérimenté par nos Âmes, Internet ayant permis de toucher et d'informer en synchronie la population mondiale.

Le Grand Réveil est en cours et RIEN ne peut l'arrêter, car cela fait partie du Plan Divin. Il a toujours été prévu que nous sortions de l'ombre, car ce n'est pas notre État Naturel.

Nous devons être loyaux, forts et fermes vis-à-vis de nous-mêmes, dans notre engagement de vibrer plus haut et laisser les autres à ce qu'ils sont... Laissez Être, Vivre et Faire... Le Créateur leur a donné le droit et le choix, tout comme à vous, d'Être et de Faire selon son bon vouloir en y ajoutant comme règle de base « Chacun récoltera ce qu'il sème ». Ainsi, le jeu est juste... Alors, occupez-vous de faire fleurir votre vie et non de la détruire en portant toute votre attention sur la vie des autres et les horreurs de monde.

Je ne parle pas ici de faire l'autruche. Si vous voulez vous tenir informé de ce qui se passe dans le monde, faites-le avec détachement émotionnel, autrement, si vous engagez votre système émotionnel à détruire mentalement les autres, vous allez bousiller votre corps et votre propre vie.

Je vous invite toutefois à la vigilance et à rechercher des Sources d'information qui élèvent votre énergie. Comment les reconnaître? Elles vous proposent des avenues qui libéreront. Des informations et des propositions qui ont comme objectif de vous aider à récupérer le pouvoir que le Créateur vous a donné. Tout ce qui vous veut soumis va à l'encontre de qui vous êtes, de votre Nature profonde et du Créateur Lui-Même, quel qu'il soit pour vous. Tout ce qui vit sur Terre se développe, s'expande et s'épanouit dans un

Ordre Parfait, sauf tout ce qui a été touché par l'Humain...

À nous de réparer et de remettre en place les horreurs que nous avons créées, consciemment ou non. Rien de tout cela n'est facile, j'en conviens, car accuser, critiquer, juger, condamner, c'est ce que nous avons appris à faire et c'est ce qu'on nous a fait. Nous avons été domestiqués en ce sens, tout comme nos ancêtres avant nous.

Il est certes impératif de dénoncer les horreurs afin de bien voir ce qui nous tient en esclavage, pour ensuite poser les actions pour en sortir. Cependant, la destruction gratuite pour éliminer l'ennemi se retournera toujours vers celui qui agit pour rabaisser. Seul celui qui agit calmement, fermement, résolument, sans haine aura un réel impact sur la situation mondiale actuelle. Mais le plus important sera l'impact de sa propre attitude sur son corps et sa vie.

Réfléchissez! Actuellement, votre attitude quotidienne détruit-elle votre santé, votre corps, votre vie? Imaginez-vous le pire au quotidien? Souhaitez-vous le châtiment de celles et ceux qui ne pensent pas comme vous?

Chacun de nous doit participer à créer la Paix et l'Abondance pour tous et cela viendra si nous nous y engageons totalement. Utilisons la Force de Vie qui nous habite, nos dons, nos talents pour créer le meilleur et non le pire. Respectez et laissez aller ceux qui ne vont pas dans le sens de la Lumière... quoi qu'il vous en coûte, car votre vie en dépend.

Le monde dans lequel nous vivons est le reflet

de ce que nous sommes vibratoirement tous ensemble... Il n'est certes pas ce que nous souhaitons, mais il est le résultat de nos Actions Intérieures et Extérieures. Pour échapper à ce que nous avons créé... nous devons créer à nouveau. C'est la Loi, celle de l'Univers. Tout part de vous, de ce que vous portez en vous.

Quand vous parlez de quelqu'un, en bien ou en mal, c'est qui vous êtes, votre attitude, votre ombre ou votre lumière que vous êtes en train de décrire... c'est votre perception qui est en cause. Vous jugez à partir de votre vision de la vie, de vos croyances, ce qui n'a rien à voir avec la personne ou la situation qui est le sujet de vos propos.

## **POUR COMPRENDRE COMMENT CRÉER POSITIVEMENT VOTRE VIE, [CLIQUEZ ICI](#)**

Alors, faites votre part. Que pouvez-vous faire, ici, maintenant, pour participer, dans la matière et dans l'énergie? Il est possible que « concrètement » vous ne puissiez pas faire grand-chose pour l'instant. **Mais énergétiquement, vous avez un Grand Pouvoir...** Le plus grand, le plus Puissant et le plus Important qui soit en fait, celui de détruire ou de construire... Je sais, ce n'est pas facile de demeurer dans la Paix compte tenu des circonstances. Mais nous devons tous apprendre à ancrer notre Lumière et, surtout, à la maintenir un jour à la fois. C'est le prix à payer pour transformer ce monde. Et ça se fera avec celles et ceux qui sont prêts et engagés. Les autres devront quitter ce plan, balayés de la surface de la Terre par leur propre vibration. Ils seront magnétiquement conduits dans des dimensions égales où ils pourront poursuivre leur évolution dans des conditions égales à ce qu'ils sont. Ce n'est pas un châtiment ni une punition, simplement une justice naturelle et vibratoire. Les belles paroles dites spirituelles ne suffisent pas à nous garder en Hautes Fréquences... Nos émotions, nos attitudes et nos agissements démontrent notre degré d'évolution, rien d'autre. Ce que nous nous faisons à nous-mêmes et notre façon de traiter les autres dévoilent à la face du Monde qui nous sommes et déterminent sur quel plan nous pourrons vivre... Car la Terre est maintenant un terrain d'évolution qui ne fera place qu'à l'Amour.

Alors, cherchez le bien et le bien viendra vers vous. L'inverse est aussi vrai.

Il a été dit : « Demandez et vous recevrez ». Alors, demandons à notre Âme, à nos Guides et aux Équipes Célestes qui entourent actuellement la Terre de nous guider dans ce chaos, qui, dans la profondeur de l'expérience, est une belle aventure, celle qui offrira la Libération de nos Âmes qui sont enlisées dans une matrice corrompue depuis tant de siècles.

Il faut tenir bon, la Lumière gagne toujours, car qu'est-ce que l'ombre, sinon une absence de Lumière... La Lumière Est et sera toujours, c'est la Source Originelle.

Donc la Lumière a déjà gagné, même si, pour un temps, elle demeure voilée pour certaines Âmes qui vivent encore dans l'Illusion de la séparation de leur plus Grande Force et de leurs frères et sœurs Divins.

La peur est une création humaine qui pousse à commettre toutes sortes de bassesses en pensées, en paroles, en écrits, en attitudes, en comportements et en actions.

L'Amour vrai, celui dont nous sommes tous issus nous conduira à voir au-delà de l'illusion de nos

créations qui peuvent en fait disparaître dès que nous créons du nouveau.

Nous devons rapidement comprendre et ressentir que nous sommes tous UNIS et lorsque nous nous attaquons les uns les autres, c'est comme frapper soi-même sur son doigt avec un marteau...



La douleur la plus grande et la plus dommageable est pour celui qui frappe, car dans l'énergie, ses propres « coups de gueule » et ses morsures vénéneuses envers autrui mutilent d'abord et avant tout sa propre vibration et par le fait même, massacre SA santé et SA propre vie.

Alors, comment échapper au chaos individuel et collectif? Vibrez plus Haut ! Vibrons tous plus Haut à l'Unisson!

Comment faire pour vibrer plus haut? Cessez simplement d'être, de penser, de dire, d'écrire et de faire tout ce qui pourrait vous RABAISSEZ en fréquences et vous ÉLOIGNER de l'Amour et du Respect de tout ce qui Est.

Simple, n'est-ce pas? Maintenant, Go Actions inspirées! TOUS pour UN et UN pour TOUS. Il est temps de comprendre et de voir avec les yeux

du Cœur. C'est ainsi que vous pourrez découvrir dans toute Sa Splendeur le Plan de Dieu, du Créateur :



Un seul Pays, la Terre.

Une Belle Famille Unie, l'Humanité!

À nous d'accomplir ce Dessein Divin!

C'est le moment! L'ombre doit faire place à la Lumière en nous et autour de nous. C'est le seul moyen de créer enfin le Bonheur et l'Abondance que nous méritons tous!

La Loi d'Attraction nous donne depuis des siècles le retour de l'énergie que nous lui donnons... Voyez les résultats... Il me semble que ça suffit!

Qu'en pensez-vous? Êtes-vous d'accord pour créer autre chose? Avez-vous vraiment envie d'un Monde Meilleur? Alors, Go! Unissons-nous, la Solidarité Positive est plus forte que tout.

Qu'avons-nous à perdre en passant à l'action en ce sens? La douleur, la souffrance, l'asservissement, la pénurie!

Moi, je suis tout à fait d'accord de perdre tout ça et vous?

Namasté!

# Relaxation Holistique

**Daniel Zekkout**

Coaching-conseils, Facilitateur, Conférencier et Musique d'éveil

[danielzekkout@gmail.com](mailto:danielzekkout@gmail.com) | [www.danielzekkout.com](http://www.danielzekkout.com)

418 956-8004



## L'ÉCOUTE LIBRE

L'écoute libre, c'est une écoute qui vient essentiellement de la conscience et qui est libre. C'est rare que la conscience soit libre de la pensée et des sensations.

Le premier pas qui favorise l'écoute libre, c'est d'être présent dans ce qu'on fait. C'est une connaissance qui passe par l'acte. Pour être dans l'écoute libre, on doit se relaxer, marcher dans la nature, être dans le calme.

L'écoute libre, c'est le silence. Découvrez des moyens pour favoriser l'écoute libre avec la vidéo que j'ai faite avec Anyssa Aumont :

[https://youtu.be/\\_1vL9SlkE7E](https://youtu.be/_1vL9SlkE7E)

Daniel





## MÉDITATION DES 7 PORTES DU CHAKRA 2

Le chakra Hara ou sacré, le deuxième chakra, est un petit univers bien particulier, il est le siège de nos émotions, bonnes et mauvaises. Oui, c'est le lieu de nos joies et de nos peines. Un lieu qui peut parfois nous compliquer la vie... peurs et angoisses... Un chakra d'où émergent notre créativité et notre génie inventif. Un monde d'émotion qui ouvre ou ferme toutes les perspectives.

Ce chakra génère le stress comme l'enthousiasme... les rencontres heureuses ou pas. Ce n'est pas le siège de l'amour mais bien de l'émotion, du frisson...

Quand ce chakra va bien, tout va... un peu comme quand l'appétit va, tout va. Ici encore, nous retrouvons les 7 portes. Dans cette méditation, nous vous guidons vers une harmonisation de ses qualités pour améliorer positivement notre vie : davantage de joie que d'angoisse... de créativité que d'ennuie...

Lorsque vous pensez à l'enfant intérieur, vous pensez deuxième chakra. Comment réagissez-vous émotionnellement aux événements? La réponse est là. Quelle est votre maturité émotionnelle? La réponse est là.

Je vous propose une méditation guidée pour ouvrir les différentes portes et pour vous libérer et harmoniser cet espace émotionnel. Ainsi, une paix nouvelle s'installe dans l'ensemble de l'être et pas seulement dans le chakra; c'est tout l'émotionnel qui en bénéficie.

Bonne méditation

<https://youtu.be/ys0SiY38h4A>

Donald Doan

Ronald Ménard  
Tél.: 450-621-8932



## PRISE DE CONSCIENCE : VIE ET MATIÈRE!

Quand la vie commence-t-elle sur un monde en formation? Quand la matière est suffisamment différenciée dans un monde conçu pour développer la vie, celle-ci apparaît d'une manière spéciale que la science du vingtième siècle n'a pu encore découvrir. Pour que la vie commence sur un mode en formation, il faut qu'une énergie créatrice vienne y jeter le germe sous forme d'éléments de base à toute vie et que l'homme ne pourra jamais reproduire.

De quelle couleur est cette énergie? Cette énergie est rouge et jaune.

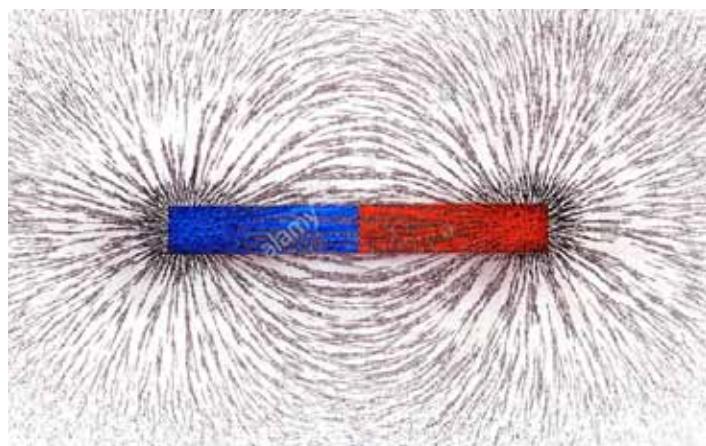
Quand son activité vitale se met-elle en action? Son activité vitale se met en action quand une énergie, composée de toutes les espèces d'énergie, suffisamment condensée, se dégage de la matière sous forme de courants cosmiques qui révèlent par leur structure que la matière est prête à recevoir et entretenir la vie. Quand ces courants rencontrent le courant vital, il se produit une réaction qui précipite ce porteur de vie sur le monde d'où émanent ces courants cosmiques. Le courant vital ou Porteur de Vie ne fait qu'effleurer la planète primitive en y laissant des éléments et tout ce qui leur est nécessaire pour développer la vie.

Qu'est le Souffle de vie? Un autre courant vital le suit. Celui-ci est bleu. Il y ajoute un mouvement

que les livres sacrés appellent "le souffle de Vie". L'élément de cette énergie bleue est spirituel; nulle intelligence ne peut la copier ou même la découvrir.

À quelle condition peut-on comprendre la vie? La vie est mystérieuse mais elle peut être comprise par des hommes si ceux-ci croient à l'énergie divine, à sa puissance et à son action sur la matière qui émane d'elle. Pour comprendre la vie, il faut se débarrasser de tout ce que la science moderne a enseigné sur le sujet car ses hypothèses ne rejoignent pas la réalité.

Le mouvement est-il orienté? La vie est mouvement mais mouvement orienté vers un pôle magnétique qui attire à lui la poussée vitale de la matière comme l'aimant attire les limailles de fer.



Quel est l'objet de cette leçon? Cette leçon n'étudie que la vie physique à tous ses stades; les autres vies feront l'objet d'une autre leçon. Dans la matière vivante, il y a plusieurs stades qu'il faut bien distinguer avant d'étudier profondément la vie humaine physique, intellectuelle, psychique et spirituelle. Vie et mouvement sont synonymes mais vie et matière peuvent prendre une infinité de formes dont quelques-unes sont si près de l'inanimé qu'il faut une connaissance profonde du tissu même de la matière pour y déceler de la vie.

Quelle est cette étincelle qui entretient la vie? L'étincelle qui allume la mèche et qui devra entretenir la flamme pendant des milliards d'années, la communiquer et la faire grandir jusqu'à l'embrasement de toute la planète, cette étincelle est divine; elle ne peut être comprise parfaitement par des intelligences finies. Cependant, je l'explique avec des mots usuels mais hautement scientifiques : la matière est de l'énergie concentrée.

Sa structure possède des alvéoles d'énergies diverses, c'est-à-dire de l'énergie primaire, formant de la complémentaire et de l'ombrée. Mais, peu importe l'arrangement de l'énergie. Ce n'est toujours que de l'énergie primaire, tissu même de l'univers, élément constructif de toute matière si concentrée ou ténue soit-elle. Les alvéoles fournissent l'énergie que commande le schéma imprimé dans la matrice de l'ultimaton.

Ce schéma est dessiné par l'énergie rouge du Père, construit par la jaune du Fils, et le pouvoir de se reproduire par la bleue de l'Esprit.

Chaque ultimaton est une entité complète; il se suffit à lui-même. Cependant, il possède de l'attrait pour d'autres ultimatons qui formeront plus tard un électron. Cet électron est attiré, lui aussi, par d'autres électrons. Ils deviennent

une agglomération, mais dont la masse ne peut dépasser le nombre inscrit dans la matrice de chaque ultimaton.

Or, quand le nombre est atteint, il y a ruptures, les ultimatons négatifs et positifs se divisent et un noyau se forme en groupant des ultimatons qui ne pourraient cependant rester unis si d'autres électrons, complets ceux-là, ne venaient se mêler à eux et maintenir ainsi l'équilibre. C'est pourquoi on les appelle "neutrons"; tandis qu'on donne le nom de "protons" aux ultimatons positif initiaux. Et les ultimatons négatifs appelés électrons se mettent à tourner autour du noyau. L'atome est alors constitué.



À quel moment se forme la matière visible et palpable? La matière visible et palpable se forme à partir de cet atome qui porte en ses ultimatons le plan de la structure qu'il doit avoir pour édifier de la matière vivante capable de se reproduire dans la longue chaîne des siècles.

La vie est cachée près du proton central où l'énergie des autres protons, des neutrons, des électrons et des ultimatons libres vient s'y relier en forme de

rayons. Près de ce proton central vit l'étincelle qui rend toute matière vivante, quoique pas toujours visiblement agissante.

La vie est donc animée selon un plan? Cette vie porte en sa forme le plan de la matière qu'elle doit animer. Cette étincelle est contenue dans un ultimaton, donc la matrice contient l'image et les déclencheurs d'énergie qui activeront la matière qui a elle-même, dans le cœur de chacun de ses atomes, cette étincelle de vie qui fait que toute la matière est vivante, à des degrés différents, mais réellement active dans la profondeur de ses éléments.

À cette étincelle de vie s'attache l'énergie divine primaire qui la nourrit comme la mère nourrit l'enfant qu'elle porte dans son sein. Chaque parcelle de matière en tire son existence et rien ne pourrait exister si ce cordon était rompu. La vie est dans chaque électron négatif ou positif. Elle donne le mouvement, l'aptitude à se compléter, à grandir et à se reproduire. Toute l'énergie est vivante et, pourtant, il y a eu un courant Porteur de Vie qui alluma la flamme éternelle de la vie.

Cette contradiction apparente demande une définition plus approfondie de cette puissance finie et infinie qu'est la vie sous ses différentes formes. L'énergie primaire contient déjà toute la vie des mondes futurs. Tout est là en puissance, de toute éternité. Sans commencement, ni fin. Mais cette vie, en étant potentiel, a besoin de concentrer son énergie pour se manifester d'une manière concrète et spécifique. C'est alors qu'elle élabore le mélange de ses courants primaires, puis de ses complémentaires, pour arriver enfin à douze courants qui porteront à l'infini sa puissance créatrice. Cette vie est l'essence même de l'énergie. L'énergie est la vie et la vie est l'énergie.

Vie, énergie et matière sont-elles synonymes? La vie est énergie, l'énergie est mouvement,

la matière est énergie; or, énergie, vie, matière sont synonymes dans le sens profond du mot et diversifiées dans la réalité concrète et connaissables par des intelligences, produits de la longue évolution de la matière.

Bonne prise de conscience !

\*\*\* Ronald a l'autorisation de diffuser l'enseignement d'Adéla Sergerie et de son livre *Sciences cosmiques*. \*\*\*





## ET SI NOUS PRENIONS DES REPAS DE LUMIÈRE ET DE PRANA

En cette période estivale, je vous invite à intensifier votre énergie en vous nourrissant de particules lumineuses et à stimuler la régénération des cellules de votre corps en vous nourrissant simultanément de particules praniques. Je vous présente aussi une vidéo explicative de ces merveilleuses particules et de la façon de vous en nourrir.

<https://youtu.be/hyN-MN9WaZY>

### Les particules de lumière et le soleil

Tout est généré par la lumière source. Le fœtus, par exemple, vit une croissance extraordinaire. Il évolue et il grandit. Il retrouve la forme juste, harmonieuse, équilibrée du véhicule humain. C'est la lumière qui permet à la forme de naître, de croître, de se déployer, de s'équilibrer, de s'harmoniser. Tout est de lumière et la lumière est infinie.

L'humain est constitué de lumière : il génère et émet de la lumière. Il n'en faut pas davantage pour que chacun réalise que la lumière est naturellement sa première nourriture. L'humain se nourrit tant de l'intérieur, parce qu'il génère de la lumière, que de l'extérieur, soit de la lumière qui est générée par les différentes sources de vie.

Seule la lumière peut générer l'énergie vitale de premier ordre. Bien sûr, dans notre monde comme dans tout l'univers, il y a différentes sources, différentes modulations d'énergie. L'énergie de lumière, l'expression de la pure énergie, génère la vie, permet sa croissance et son déploiement.

Parmi toutes les sources de lumière dont l'humain peut se nourrir, il y a celle du soleil. Bien sûr, il n'y a pas que le soleil qui est une source de lumière. La véritable source première pour nous est notre Âme et notre Esprit réunis qui vibrent dans chaque cellule de notre corps physique et dans chaque cellule photolumineuse de nos corps de lumière. En soi, tout individu a naturellement la faculté de se nourrir de lui-même, soit de la lumière qu'il produit intérieurement et extérieurement. Et plus il en est conscient, plus il en est amoureux, plus il fusionne dans la propre lumière produite par son Être. Ainsi, son énergie s'accroît, le rendant plus intensément vivant et vibrant.

### Les Êtres humains émettent de la lumière et se nourrissent de lumière comme les éléments de la nature.

Et puis, il y a toutes les autres sources, dont les êtres humains qui l'entourent, car eux aussi, bien sûr, émettent de la lumière comme les éléments de

la nature. La nature animale, végétale, minérale vivante, vibrante génère aussi de la lumière. Et l'Être s'en nourrit naturellement. Il y a les sources qui semblent plus éloignées : le soleil, les étoiles, tous les astres. Et il y a les sources qui sont invisibles : les élémentaux, les dévas de la nature, les Êtres de lumière. En soi, la vie autour de l'humain génère de la lumière. La vie se présente sous la forme d'énergie en mouvement qui produit des éclats de lumière. Ainsi, en vivant consciemment et amoureusement, l'Être se nourrit de lumière et peut ainsi maintenir ou faire croître son intensité énergétique.



### **Les rayons du soleil sont des messagers de l'astre solaire.**

Parmi toutes ces sources, le soleil en est une essentielle pour les différentes formes de vie se manifestant sur la Terre. Le soleil, par ses éclats, ses rayons de lumière, permet une multitude de formes de vie sur Terre qui ne pourraient exister sans lui. Le soleil constitue le noyau d'un système dans lequel gravite la Terre sur laquelle nous nous sommes posés. Ses rayons nous stimulent, stimulent la vie, le mouvement en nous, nous réchauffent, nous décontractent, contribuent à l'élévation de notre rythme vibratoire, nous réjouissent, font éclater nos cœurs de joie.

### **Les particules solaires peuvent provoquer chez l'Être la création de minéraux.**

Les informations des particules solaires permettent au corps humain la reconstitution de minéraux nécessaires à l'humain. Il en va de même pour d'autres nutriments. Les particules solaires sont des amalgames d'une multitude d'éclats de lumière de différentes sources transportés par le rayonnement solaire. Les particules solaires transmettent les attributs de cette matière et de l'antimatière.

### **Les particules praniques**

Le mouvement de la vie entraîne naturellement une dégénérescence de nos cellules, soit un vieillissement de notre corps. Les déséquilibres psychiques et physiques accentuent ce processus naturel. Pourtant, nous avons tous accès à une source de Jouvence, le prana!

Les particules praniques, ou le prana, que nous absorbons, favorisent la régénération cellulaire; elles maintiennent nos cellules saines, en santé et leur permettent d'accomplir leur œuvre, et cela tout autant au niveau de notre corps physique qu'à celui de nos corps de lumière. Les particules praniques qui pénètrent notre corps accentuent le processus naturel de division cellulaire, soit la séparation d'une cellule saine en deux cellules saines. De plus, elles stimulent le mouvement des cellules photolumineuses de nos corps de lumière facilitant ainsi leur équilibre et leurs fonctions. Il ne vous reste plus qu'à vous nourrir de prana.

Si le prana est un régénérateur de la vie, il est lui-même généré par toutes les sources de vie. Plus la vie se manifeste librement et avec effervescence dans un lieu, plus les particules praniques y sont abondantes. Ainsi, vous ressentirez une plus grande densité de particules praniques en marchant joyeusement dans une forêt luxuriante

que dans un centre-ville dans lequel le béton abonde de même que beaucoup d'individus stressés. À la ville, les jardins, les potagers, les parcs sont certainement les lieux les plus sains pour nous.

Notre corps est constitué d'un ensemble de «portes» permettant d'accueillir ces particules-santé. Nos yeux, notre nez, notre bouche et tous les pores de notre peau sont les principales. Il ne suffit que de regarder amoureusement la vie, de la respirer et de s'en nourrir consciemment pour bénéficier du prana salvateur.

La captation consciente des particules praniques présentes autour de vous active tous les capteurs-transmutateurs de votre bouche, votre nez, vos yeux et des pores de la peau.

De même, plus nous choisissons des aliments vivants, plus ils génèrent du prana. Nous accueillons déjà le prana en les regardant puisque

nos yeux transmettent l'information à notre système nerveux central. Puis, avant même de mâcher nos aliments, les capteurs de notre bouche en font tout autant.

Parce que nous sommes bien vivants et lumineux, nous émanons la vie. Nous contribuons ainsi à nourrir l'atmosphère du prana que nous créons naturellement. Tout ce qui est vivant contribue à créer le prana, soit la substantielle énergie libre en toute chose, en toute forme et dans l'atmosphère. Et tout le prana contribue à nous rendre plus vivant.

C'est ainsi que je vous invite à des repas ou des collations quotidiennes de particules de lumière et de particules praniques. Votre énergie augmentera et vous serez plus en santé. Et toutes ces particules sont abondantes et gratuites !

Santé !

Pierre Lessard





Ceci est une rubrique ouverte au public. Vous pouvez déposer vos questions par courriel à [majulie@live.ca](mailto:majulie@live.ca). Il est possible que votre question soit sélectionnée lors du prochain numéro.

**Bonjour Julie, je m'appelle Brigitte. J'habite à l'île de la Réunion.**

**Client et fidèle lectrice du blog de Mme Joane Flansberry, j'étais toujours attirée par votre blog et vos vidéos sur YouTube dont je suis abonnée. Et là, je vois cet article; je me suis dit "ben pourquoi pas moi".**

**Mon souci, c'est que je n'arrive pas à harmoniser mes chakras, la méditation ou la visualisation des couleurs, pierre minérale, des phrases positives : j'ai tout essayé, je pense, mais sans résultat. L'année 2019 a été très bouleversante pour moi, beaucoup de montagnes d'émotions, dont le décès de ma maman. Depuis, c'est très difficile pour moi de canaliser tout ça.**

**Voilà. Si vous pouvez m'aider, j'en serais très ravie. Merci.**

**Je vous souhaite une belle journée lumineuse et que le meilleur soit pour vous.**

---

**Julie L., médium multidisciplinaire, vous répond:**

Merci pour votre intérêt et démonstration. Concernant vos chakras, en lisant votre demande d'harmonie, il a été placé dans votre énergie

(qui est verte ternie quelque peu, au niveau du ventre, dans vos mains au chakra hara) deux clés de conscience pour rebalancer vos chakras et les purifier.

Également, cet effet fait le tour de votre aura et arrive à votre dos pour débloquer votre plexus et votre cœur arrière, par votre gauche. Abraham et l'Archange Mikael vont sortir des berges d'émotions enfouies, en lien avec l'énergie de votre mère, pour vous ramener dans un profond centrage, puisque l'émotion a été neutralisée par votre capacité à vous ouvrir et à accepter votre vulnérabilité dans le vrai.

C'est un courant jaune doré du Saint Savoir et de sa gouverne qui viennent vous ventiler et restaurer votre savoir classique, dont vous faites preuve lorsque vous êtes dans votre délicatesse.

Regarde aussi la mémoire suivante, 452 après Jésus-Christ, tu es un Romain d'importance et tu gères les débarquements d'esclaves. Travaille ta rigidité, qui vient de là, et ta force de diriger les unions. Attention au contrôle exercé sur les autres, surtout lorsqu'ils viennent d'aider, et regarde où tu n'as pas de colonne pour prendre ton pouvoir dans ton environnement professionnel où tu choisis souvent de t'effacer. Il y a un pardon qui s'est fait dans cette vie-là où tu as été un chef capturé et enchaîné près d'une jeune fille. Il te manquait à l'époque l'étincelle, toi compatissant face à ton père. Mets-la maintenant et aime-le. Tu

te soulageras de sa colère et cette partie-là de vous s'apaisera.

Là, ce qui arrive, c'est que juste sur ce sujet, on en aurait pour une demie-heure en consultation privée.

C'est déjà ça! Et ça continue de travailler même si j'arrête la réponse ici. Ha! Votre mère est passée dans la lumière. Elle a une bonne foi. Elle est avec des guides roses.

Namasté.

**Bruno B : Pourquoi beaucoup de choses n'ont pas de sens? Je suis fatigué de vivre ça. Merci.**

---

**Julie L. vous répond :**

C'est dans votre corps mental que ça fait ça. Il y a des formes en métal, comme des armures, qui remplissent l'espace et qui vous laissent peu de place pour être.

Ça peut amener à de la dépression. Remonter la pente chez vous implique que vous soyez assez loin de votre sphère mentale pour revenir au centre lumineux de qui vous êtes. Ça vous demande du recul et de descendre aussi plus près de la terre. Vous vous enfuyez, faut vous ramener. Trouvez-vous des hobbies qui vous rendent charmant.

Évidemment, vous n'avez pas creusé ceci tout seul. Vous avez été un millier d'incarnations à véhiculer le problème. On voit même des instances préhistoriques.

Vous devez aussi libérer, avec l'Archange Métatron, certaines vies où vous avez été malade au niveau du corps mental, dont une où vous avez été déconnecté totalement en psychiatrie, en 1753, rue Malot près de La Marquise. Condamnation par chaise électrique ayant causé des dommages aux fonctions neuronales, encodés également dans

vos cellules de votre cerveau d'aujourd'hui. Évitez les drogues.

Il y a aussi un espace intelligent en vous qui a été souvent entouré de cons, à différents niveaux. C'est la douceur de Mère Marie qui peut vous amener la compassion à ce niveau. Pardonnez l'être intelligent en vous qui rit des gens. Le cœur et la tête ont besoin de ce passage pour se libérer.

Pardonnez à votre mère qui s'est questionnée si votre venue dans sa vie avait du sens par rapport à ses conditions de vie. Ceci devra également être décodé chez votre garçon en bas âge, si vous en avez un, un jour, car il est dans votre plan de vie. Ainsi, vous allez pouvoir défaire le moule que votre père portait au cœur et dans son énergie féminine en relance avec une vie de fermier et de dur labeur. C'est votre père d'incarnation actuellement. Il va, par l'alchimie de votre démarche, pouvoir se rapprocher plus près d'une femme qu'il aime.

Vous avez à régler une blessure d'une jeune femme adolescente provenant du début du 20<sup>e</sup> siècle, une chicane avec sa sœur, qui vous congestionne le chakra thymus présentement, et votre inhibition à oser créer ce qui vous stimule vraiment dans votre vie.

Ainsi, le chagrin pourra se libérer.

Soyez bénis.

**Mélanie M : Est-ce que cet homme est bon pour moi?**

---

**Julie L. vous répond :**

Non. Ne touche pas à ça. Gros karma que tu peux éviter.



## RÊVES ET LIBERTÉ D'ÊTRE!

Il y a beaucoup de gens qui ont la frustration quand ils sont face à un blocage dans leur vie, ou dans leurs énergies aussi. Apprendre à dépasser ce blocage et à le débloquer, ça relève d'un cheminement personnel, travailler pour apporter des solutions, comme le retour au calme, à la paix et à l'harmonie. Pour la prise de décision, l'ultime va à cet Amour qui nous Unit. Pour être constant dans sa fréquence, cela demande d'habiter pleinement son moment présent, sa maturité et surtout l'écoute de son diapason intérieur. Quand on vibre Qui Nous Sommes, on désobstruera le passage qui a serré nos rêves ainsi que la mémoire que nous avons mise de côté, le temps d'expérimenter autre chose, pour le Retour à Soi.

Dans cette méditation, on se promène dans l'intra-terre, on change de codes, on libère les tensions dans nos méridiens de lumière, on met à jour notre Merkaba, on est accompagné pour de grandes transformations.

Gaïa nous fait l'honneur de Sa Présence. On bénéficie de présents pour rétablir la communication entre le cœur, la tête, la Terre et la vie. Nettoyage des racines et de son bout de terre. C'est de rétablir l'espace dans tous nos "osphales de conscience." Ajustement de l'Arbre de Vie. Corrections avec la Fleur de Vie.

Il y a beaucoup d'éléments à décrire. Je vous avoue que c'est un programme chargé et que je ne peux pas tout résumer. C'est de le vivre. Alors, ne perdons pas de temps à lire ce qui peut changer maintenant, avec une bonne introspection guidée par mon canal. Allons à Se Connaître davantage.

Voici le lien de la vidéo :

<https://youtu.be/L8b47GszJMs>

Soyez bénis et heureux en votre âme et conscience, unis au Tout.

Julie L.

# Tout s'explique !

**Isabelle St-Germain**  
L'éveil à la Source inc. Auteure / Guide  
Enseignante du Sacré Initial / Les Enfants du Cosmos  
[www.leveilalasource.com](http://www.leveilalasource.com)  
[leveilalasource@gmail.com](mailto:leveilalasource@gmail.com) T: 418-720-6168



## LES ÉTERNELS RECOMMENCEMENTS

Depuis que la dualité s'est installée dans le cœur de l'homme, il se produit sans cesse les mêmes expériences; il subit, il fait subir et cela continuera de se produire aussi longtemps que cette énergie fera partie de lui. Il y a plusieurs façons de parvenir à s'en libérer mais avant toute chose, il est important de comprendre que la peur est l'élément qui détruit tout sur son passage. Cette énergie est dévastatrice, elle est sournoise et se loge dans les pensées, par la suite dans certaines parties du corps physique.

Cette énergie maintient l'homme dans une boucle qui fait en sorte qu'il tourne en rond. Il recommence les mêmes expériences, il alimente le même genre de pensées de manque, de perte, d'incompréhension et d'insatisfaction. Les résultats seront continuellement les mêmes car cette loi de causalité ne disparaîtra pas, elle fait partie de nous. Comment l'homme arrivera-t-il à voir se produire les changements autour de la Terre s'il ne prend jamais en compte cette loi?

De nombreuses personnes sont dans une ouverture de conscience et pourtant, même si ces gens comprennent cette loi, cela ne veut pas dire pour autant qu'ils la mettent en pratique et c'est pourtant simple d'utiliser un verbe qui est juste et en harmonie avec ce que le cœur désire.

Présentement, des énergies de tourmente sont tellement implantées dans les pensées de l'homme,

que tout ce que nous pouvons apercevoir, ce sont ces rébellions qui se font de plus en plus dans différents pays. Savez-vous que lorsqu'une énergie de violence est alimentée par de nombreuses personnes, la violence grandira encore plus rapidement autour de la Terre. N'est-il pas temps de repenser la Vie?

Tout porte à croire que la liberté et l'équilibre ont été associés à l'argent. Vous sentez-vous pris dans votre corps ou dans votre vie? Allez-vous attendre que votre compte en banque soit bien garni pour Vivre pleinement votre vie et exprimer vos désirs? L'argent ne fait pas le bonheur; il permet de régler les comptes, de voyager, d'avoir plus de matériel mais ne rend pas heureux pour autant. C'est une énergie comme une autre et à regarder toute la transformation qui se produit sur la Terre, vous pouvez tous voir que ce n'est pas que quelques personnes qui sont contraintes et que l'argent n'arrange rien, n'apporte pas non plus de solution à ce virus.



Croyez-vous qu'il serait temps de voir les choses de façon différente? Croyez-vous que le temps où l'homme dira NON à tout ce qui lui est imposé est arrivé?

Par la violence on divise, on sépare et on détruit mais à partir de l'Amour on construit, on s'entraide et on réussit beaucoup plus rapidement et il n'y a pas d'impact négatif qui se prépare à l'horizon lorsque l'homme agit par Amour pour lui et pour l'autre.

Naturellement, c'est le choix de chacun; nul ne peut dire qu'il n'a pas les moyens de porter attention à ce qu'il dit et à ce qu'il pense. C'est de prendre le temps d'écouter ce qui sort de sa bouche et ce qui est alimenté au niveau de ses pensées et vous constaterez que vous êtes le créateur de votre vie.

Allez-vous demeurer dans cette boucle énergétique? Allez-vous enfin vous décider à faire les choses autrement pour obtenir des résultats qui seront plus adaptés à ce qui fait vibrer votre cœur ou allez-vous encore une fois croire en la fatalité?

Nous avons tout ce qu'il nous faut pour réussir à sortir de ces boucles énergétiques temporelles et intemporelles. Nous avons les outils pour le faire, la connaissance et le savoir-faire mais c'est à tous et chacun de s'y impliquer. Peu importe tout le travail que nous faisons pour la Terre... on ne peut pas aller dans vos têtes et penser à votre place. Soyez Responsable de votre bonheur, de votre réussite, de votre liberté et vous verrez les transformations se produire beaucoup plus rapidement. C'est l'affaire de tous et de chacun.

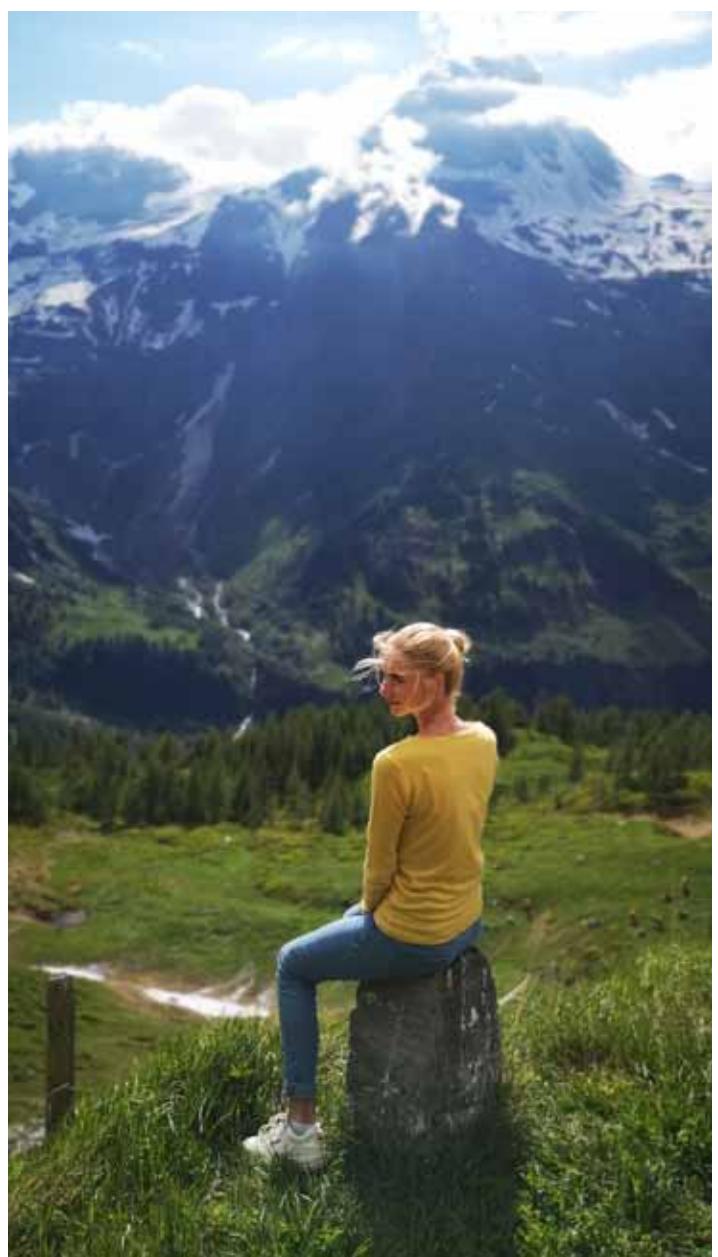
Lorsque tous les êtres humains sortiront de leur petit confort personnel et ouvriront leur cœur vers tout ce qui existe, ce sera le début d'un monde sans faim. Ce sera le commencement de la vraie vie, ce sera la fin de la dualité.

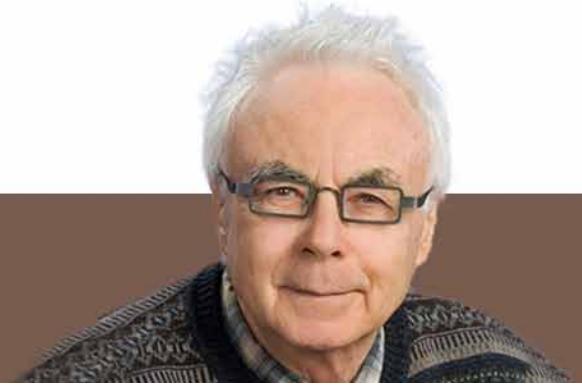
Vous êtes tous importants, vous avez tous une place de choix à prendre sur la Terre et dans votre vie. Allez-vous continuer de faire comme si rien ne se passait autour de vous, ou allez-vous enfin être à l'écoute de cette petite voix qui vous parle et qui ne demande qu'à vous guider?

Tout est toujours possible lorsque nous disons OUI à notre Vie.

Isabelle St Germain

7 août 2020





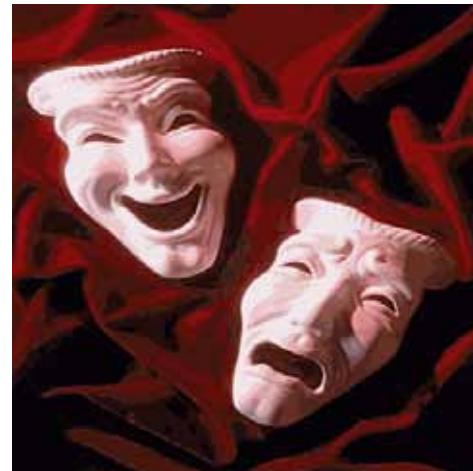
## LES MASQUES DE LA VIE

Dans les premiers temps de la dramaturgie - entre autres dans la *Commedia dell'arte* - on ne jouait pas à visage découvert, mais toujours avec des masques. Ainsi en est-il dans la vie. Nous prenons conscience qu'il n'est pas suffisant de composer un personnage, le plus beau et le plus conforme possible à nos rêves, nous lui ajoutons un ou des masques.

C'est ainsi qu'au cours de notre existence, nous nous affublons d'un nombre incroyable de masques, nous assumons à l'infini des rôles différents qui, même s'ils sont nécessaires pour répondre aux provocations de la vie, peuvent dissimuler (masquer) notre être dans sa vérité la plus profonde et nous empêcher d'accéder à notre véritable identité.

Eric Fromm a parlé en ce sens de la *persona*, c'est-à-dire les différents masques et personnages qu'un individu utilise dans sa relation sociale. Il se dresse en même temps contre le *paraître* qui dissimule la nature véritable de la personne. Le masque correspond à une image contrefaite et travestie de soi-même et non à la structure réelle de sa personnalité. Tout l'enjeu repose alors sur le défi que représente le désir d'être soi et celui d'être autre que soi. Le jeu de «l'illusion» au détriment de celui de l'authenticité. Dans ces conditions, quel titre pourrait le mieux coiffer la pièce de notre vie? Je pense ici à la phrase célèbre de Rimbaud: «Je est un autre.» Ou encore à cette affirmation,

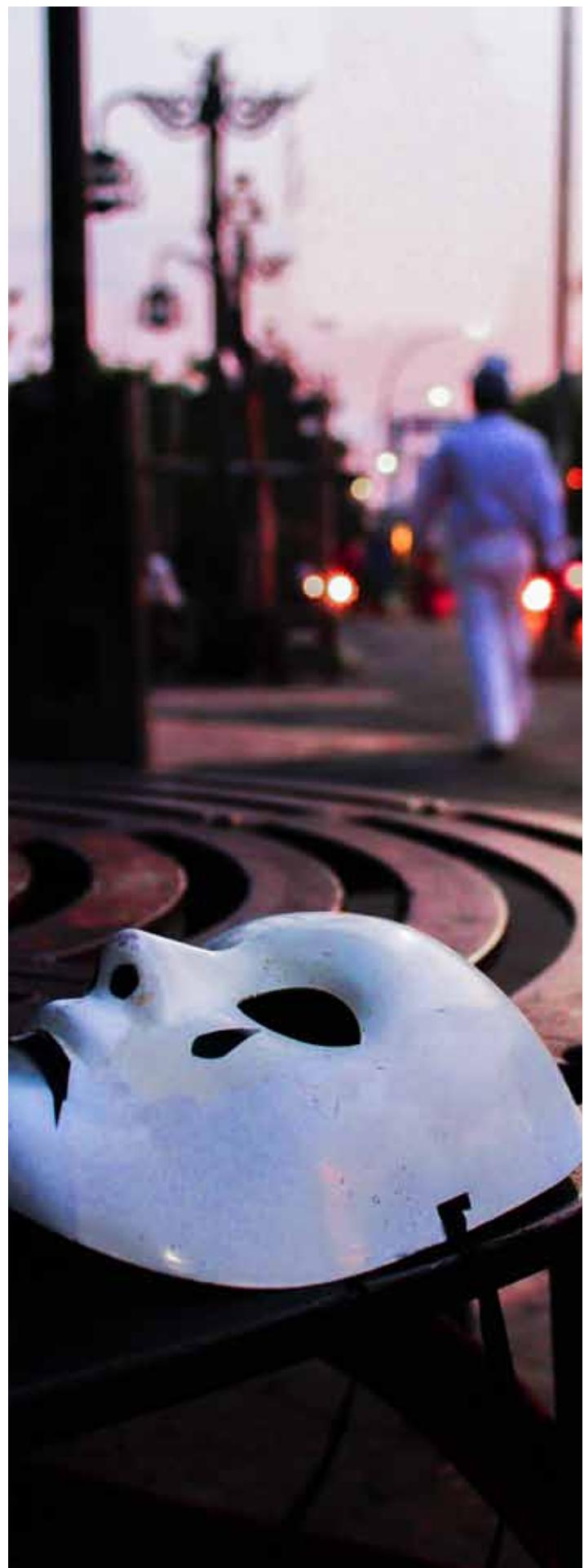
l'une des plus connues de la philosophie, que l'on pourrait parodier ainsi: «Je paraïs, donc je suis.»



Ces expressions évoquent l'idée que, consciemment ou inconsciemment, nous nous retrouvons au sein d'une dialectique oscillant constamment entre l'être et le paraître. Et comme au théâtre où c'est le paraître qui domine le plus souvent notre jeu, nous ne sommes jamais vraiment nous-mêmes. La vérité, c'est que chaque individu, avant d'être un acteur aux nombreux masques, est doté d'une identité originelle qui correspond davantage à l'essence du « Je suis » qu'à celui du «Je paraïs». Voilà pourquoi «devenir soi-même» devrait être le véritable sujet de la pièce de notre vie. Mettre au jour notre identité, ce que nous sommes vraiment et ainsi ne pas se perdre dans les images que l'on donne de soi, à travers les nombreux faux-semblants avec lesquels nous tapissions notre identité.

Montrer l'image réelle de soi-même ramène dans le champ de la psychologie, où la projection apparaît comme un mécanisme vital. Si nous n'avions pas la capacité de nous «projeter», nous serions probablement tous en dépression ou fous. Nous vivrions isolés, en vase clos, comme une molécule fermée sur nous-mêmes. L'être humain utilise la projection comme un réflexe naturel, un mécanisme de défense, dans le sens où Freud l'entendait, c'est-à-dire l'opération mentale, généralement inconsciente, par laquelle une personne place sur quelqu'un d'autre ses propres sentiments. Cela permet d'une certaine façon de mieux répartir le poids de la réalité existentielle entre les humains.

La projection peut cependant prendre une orientation pathologique. On peut chercher un bouc émissaire à une rancœur, une jalousie, les reportant sur autrui pour s'exonérer de tout blâme. Par exemple, au lieu de dire que nous sommes jaloux d'une personne, nous dirons volontiers que c'est la personne qui est jalouse de nous. C'est parce qu'elle nous en veut qu'elle agit de cette façon. Nous pourrions multiplier les cas de ce genre dans une journée, que dis-je, dans toute une vie.



# Matière





## COMMUNICATION ÉNERGÉTIQUE ANIMALE

**Comment créer une relation énergétique avec votre animal de compagnie ?**

**Pourquoi communiquer avec votre animal ?**

Les ressentis ainsi que les problèmes des animaux sont souvent étroitement liés à ceux rencontrés par leurs maîtres.

Le **Point solaire énergétique** du chien, du chat et du cheval se situe au niveau des **vertèbres dorsales**.

L'être humain comme l'animal est constitué de cellules, de nerfs, de muscles, d'organes... Ils sont réceptifs aux fréquences et aux vibrations électromagnétiques. Ces fréquences et ces vibrations électromagnétiques véhiculent de l'énergie dépensée et des messages captés par l'humain et par l'animal. Ces fréquences agissent sur l'harmonie énergétique du Chakra principal du Plexus solaire de l'humain et sur l'harmonie du Point énergétique solaire de l'animal.

**Expérience énergétique d'Harmonisation entre le Point solaire de votre animal de compagnie et votre Chakra principal du Plexus solaire.**

**01.** Posez votre pouce droit au centre de votre main gauche au **Point Lao Long**. Agissez en action (Dans le sens d'une aiguille d'une montre).



**02.** Posez votre pouce gauche au centre de votre main droite au Point Lao Long. Agissez en dispersion (Dans le sens inverse d'une aiguille d'une montre).



**03.** Amenez doucement votre main droite à quelques centimètres du Point solaire de votre animal.



**04.** Tenez la paume de votre main gauche vers le ciel.



**05.** Émettez une pensée d'amour pour votre animal.

**06.** Touchez avec la main droite le Point solaire de l'animal.

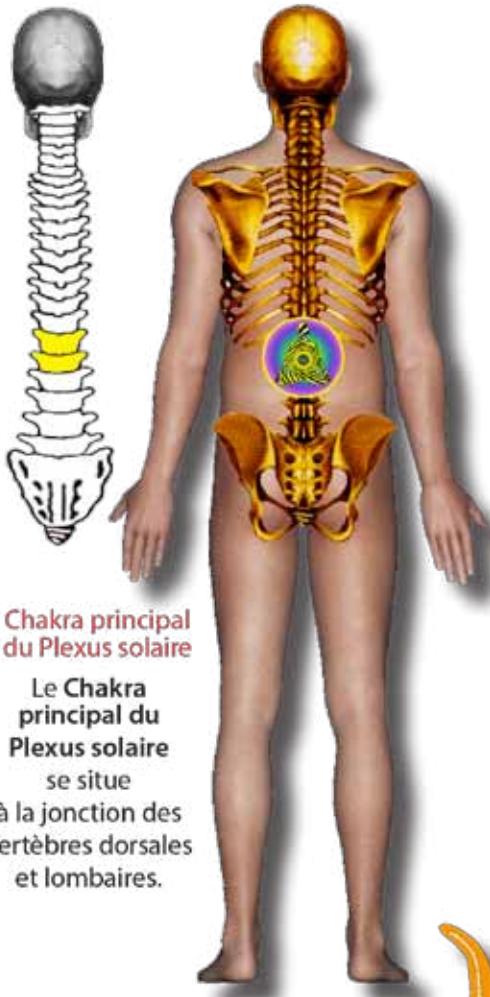
**07.** Agissez doucement en action dans le sens des aiguilles d'une montre.

**Cette expérience a pour but d'harmoniser le Point solaire de votre animal.**

Cela permettra de réduire son stress, de lui redonner de l'appétit et de calmer son côté agressif en lui apportant une énergie apaisante.

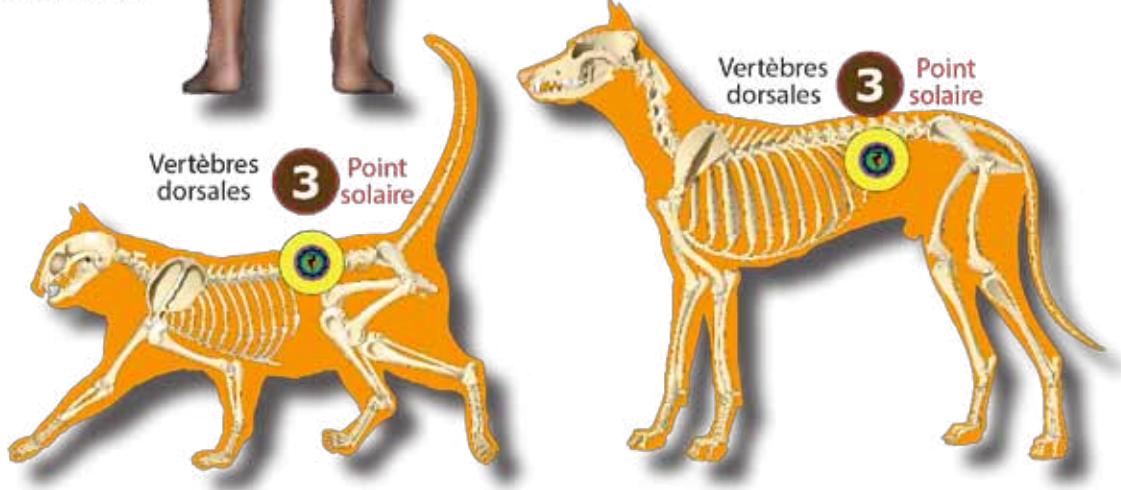
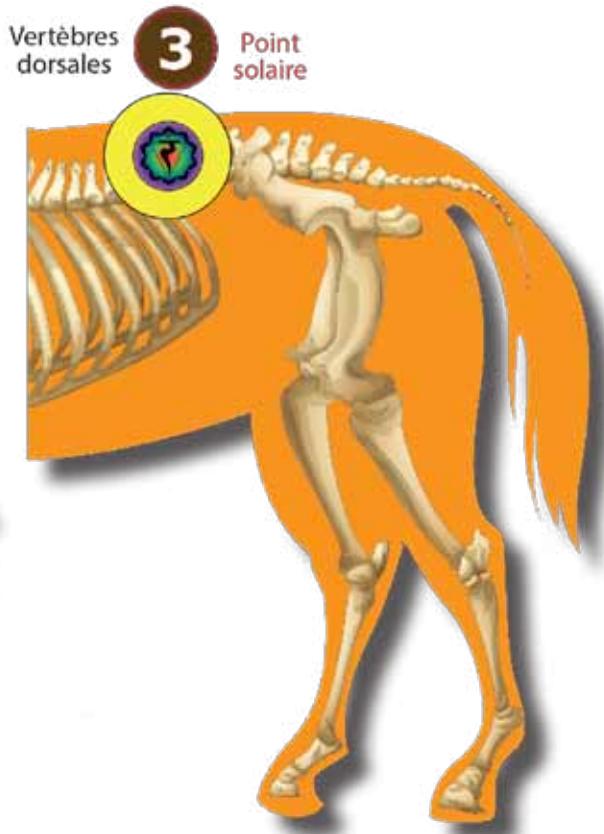


**Point énergétique en lien avec le Point solaire du cheval, du chien, du chat et le Chakra principal du Plexus solaire de l'humain.**



Chakra principal du Plexus solaire

Le Chakra principal du Plexus solaire se situe à la jonction des vertèbres dorsales et lombaires.





## MEGAN FOLLOWS

Je m'attache à l'histoire littéraire pour cette chronique, tirée de l'œuvre canadienne de Lucy Maud Montgomery et de la magnifique réalisation télévisuelle de Sullivan Entertainment (1985), Anne of Green Gables.

J'ai eu la chance de découvrir, quand j'étais jeune, ce chef-d'œuvre, grâce à ma gardienne, Jessie. Elle avait enregistré la série sur une cassette vidéo. Radio-Canada diffusa la série, l'équivalent de deux saisons de quatre épisodes. Je l'ai écoutée peut-être 100 fois, jusqu'à mes 22 ans. Je me suis rendue sur place, à l'Île-du-Prince-Édouard, où se situe ladite maison d'Anne. J'ai eu accès à la suite de la série, les deux dernières saisons. En fait, je les ai achetées avec empressement.

Sur place, on découvre que l'attraction n'a rien à voir avec ce que l'on voit dans la série, mais plutôt que l'auteur y a résidé quelque temps, lorsqu'elle était jeune, et que c'est là qu'elle a commencé à écrire le livre. J'étais un peu déçue. Je voulais m'acheter une robe comme celle d'Anne, il n'y en avait pas dans la boutique de souvenirs. J'ai gaspillé mon moment. On y a passé 24 h et on est repartis rapidement. Aujourd'hui, j'aimerais y retourner, mais prendre le temps d'y faire des activités, comme faire un pique-nique et jouer au golf dans les champs.

J'ai appelé ma chronique par le nom de la comédienne qui incarnait Anne, pour une raison bien spéciale. J'ai lu au secondaire, en fait, j'ai fait un oral sur les livres de Lucy, et je n'ai pas accroché sur l'histoire. C'est le jeu de Megan qui est extraordinaire, celui de tous les personnages de la série également. Le casting est époustouflant, les sentiments sont justes et bien véhiculés. C'est cette Anne, particulièrement, qui vient nous chercher, et ça vaut pour tous les personnages.



C'est du patrimoine canadien qui nous donne envie de retourner dans le temps et d'y être. Ça se passe dans une société de bonnes manières, de romantisme, de dur labeur. La première partie représentée est la fin des années 1800, et la deuxième touche le temps de la Première Guerre mondiale. Les conditions de la femme, des orphelins, l'éducation, la modernisation, la médecine, la relation de village, les codes sociaux et convenances religieuses, les affaires, la charité. Il y a beaucoup d'éléments qui sont soulevés dans cette histoire d'Anne.

C'est une série qui m'a touchée droit au cœur et elle est allée chercher bien des aspirations profondes. Ça m'a inspirée dans mes idéaux, dans ma façon de faire et d'être, même dans le choix du prénom de ma fille.

C'est tellement la perfection comme expérience, que les acteurs ont été collés aux personnages, leur rôle dans cette série les a suivis. Je remercie infiniment Megan Follows, car cette histoire qu'elle a fait vivre, c'est mon histoire canadienne préférée et Anne est une de mes héroïnes favorites.

Je suis de celles qui ont porté le deuil, en 2015, du talentueux Torontois Jonathan Crombie, alias Gilbert Blythe, dans Anne. Il est mort à 48 ans, d'une hémorragie au cerveau. Il a été une inspiration importante dans ma vie amoureuse. Il a mis de hauts standards quant à mes choix d'hommes. Il a la noblesse, un grand cœur, il est droit, intelligent, patient, compréhensif, sincère, gentil. Bref, j'espère un couple parfait, avant-gardiste, avec un profond respect mutuel.

Bien que mes séries ne soient plus avec moi, car je n'ai plus de lecteur vidéo, j'ai été fort soulagée que la série repasse sur la chaîne Elle Fiction. J'ai pu la partager avec mes enfants, mes filles plutôt. J'ai arrêté aux belles années d'Anne, avant la guerre. L'autre partie est intense, mais on dénote bien le grand courage de nos protagonistes. Cette partie, je l'ai vue moins de fois, une ou deux.

Ça nourrit notre lumière, notre intelligence, ça alimente nos origines. Je vous souhaite de l'écouter, si ce n'est pas déjà fait. Il y a eu beaucoup de versions d'Anne, mais aucune n'est à la hauteur de ce que Megan offre. Cette version est inégalée et inégalable.





## LES MOMENTS DE GRATITUDE!

Comme j'ai le sens de la Perfection et de la Droiture encré en moi, j'ai dû apprendre à m'autoriser la Flexibilité et l'Ouverture au niveau du cœur. Comme si en combinant les quatre, je devenais une personne meilleure.

Un jour, j'ai découvert que j'avais un esprit critique et tranchant, sur pas mal tous les sujets, même ceux que je ne connaissais pas, car en moi, une partie Sait. Ça m'amène une grande polyvalence et un immense champ d'expertise, mais il manquait d'amour là-dedans et l'intérêt se dissolvait. Le ça ne m'intéresse pas! devenait vaste aussi, et on peut se perdre.

Ce qui m'a sauvée, c'est la Gratitude. Ça m'a ramenée au plus simple de mes choix et à beaucoup d'Humilité. Ça magnétise aussi d'autres occasions intéressantes, ce qui nous permet d'en profiter même si on ne possède pas le magnétisme. La vie et ses commodités nous deviennent accessibles et ça circule comme une énergie libre et douce pour notre cœur.

La Reconnaissance est la porte d'entrée de l'âme à tout ce qui est connaissance, de ce qui est spiritualisé et qui se reproduit dans la matière.

### 1- Aimer le Silence.

C'est le choisir dès qu'on en a l'occasion! Plus on est à notre aise dans le silence, mieux on

vibre la paix, ce qui est inclus l'unité vibre bien ajustée à nous, formant une symbiose d'un moment et d'un être en résonnance.

### 2- Choisir le calme.

Un environnement calme, des pensées sereines, la nature plutôt que la foule. Des enfants qui vont créer plutôt que détruire. C'est un mode d'éducation avec le Respect requis en toute situation.

### 3- Honorer la vie.

Tout ce qui vit à la même attention dans la mesure du possible. C'est d'être conscient de son environnement et de considérer que chaque élément à la même valeur. Cela mérite qu'on le protège, même si on est sous l'influence du karma sur bien des sujets. Le but, c'est de régler dans l'équilibre.

### 4- Être bien.

Pour arriver à cet état, ça demande à être au fur et à mesure dans sa vie. On ne peut pas être bien s'il y a quelque chose qui n'est pas réglé. Si le cœur n'est pas prêt à pardonner, ça fait de la chicane. Ça demande de la Maturité pour être bien, et surtout, avoir rallié son plaisir pour la procrastination, au service de la cause. C'est comme ça que le juste arrive.

## 5- Être sélectif.

Ça inclut un ménage dans les fréquentations, dans les consommations et dans tout ce qui ne correspond pas aux quatre points précédents. C'est d'être assez solide, puis de se respecter. C'est d'être orienté vers ce que l'on construit et de ce que l'on achemine pour son grand plan.

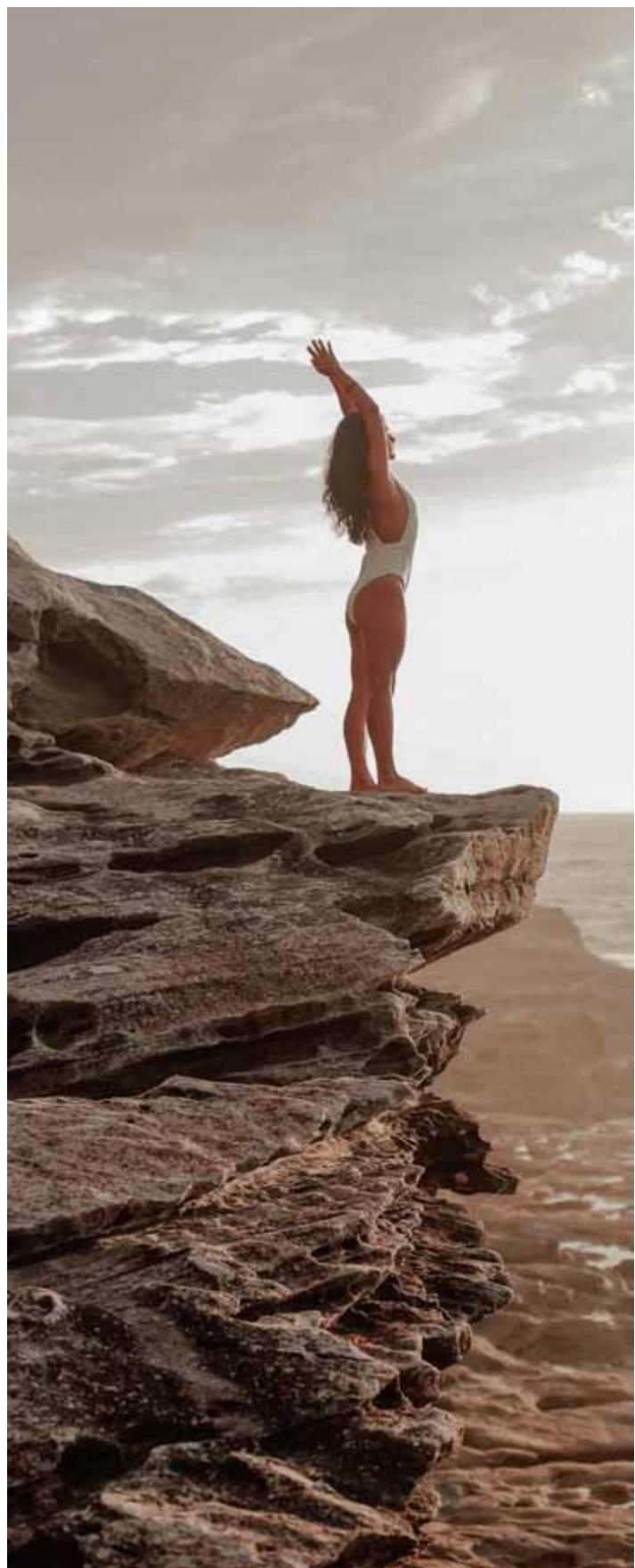
C'est facile de trouver 532 éléments dans une journée où l'on peut éprouver de la Gratitude, car tout est un élément à la réalisation de quelqu'un. Mais ce que j'aime le plus, ce sont les Grandes Gratiitudes Totales, qui font preuve d'Acceptation. Je vous donne l'exemple de me retrouver dans un kayak sur un lac désert, accosté sur une roche près d'une île, loin de tout, et de savourer l'été dans sa splendeur. Je m'ouvre au soleil, à l'eau et aux végétaux. J'attire les canards, les oiseaux... Je peux rester là, heureuse, à me nourrir et me recharger. À m'amuser à faire des extensions vibratoires et me calibrer jusqu'au plus loin de Qui Je Suis, que je peux. Pourtant, je n'ai pas de chalet, de lac, d'embarcation à moi et ça fait 15 fois que j'ai accès à ça cet été. Je n'en reviens pas! Mais je l'apprécie jusqu'au plus profond de mes cellules. Je me fais inviter et on me prête ça. Souvent l'hôte n'est pas là et les enfants sont à l'abri de la COVID-19 et des endroits publics pour se rafraîchir. J'ai accueilli le confort de la vie.

Oui, vous êtes capable d'Aimer. Ça ressort le beau duquel vous avez accès. Chaque étape dans ma journée, je l'apprécie, même si c'est intense parfois.

C'est un rythme que j'harmonise constamment.

Je vous souhaite la Sainte Paix dans votre vie.

C'est tellement bon! C'est même jouissif.





## POURQUOI IL EST INDISPENSABLE DE PUBLIER VOTRE BAIL COMMERCIAL

Vous venez de signer un bail pour un local dans lequel vous avez l'intention d'ouvrir un commerce, d'y exercer votre métier ou votre profession. À travers les années, vous allez créer un achalandage, investir des sommes importantes dans les améliorations locatives, dans votre papeterie, vos affiches, ancrer un automatisme chez vos clients et bâtir votre notoriété. Pourtant, plusieurs d'entre vous, par ignorance, se croyant protégés par leur bail ou pour économiser quelques centaines de dollars, allez négliger de publier votre bail commercial.

### Nouveau propriétaire

Si votre bail n'est pas publié, même s'il est d'une longue durée avec plusieurs options de renouvellement, vous n'êtes pas protégés si l'immeuble change de propriétaire. Le nouveau propriétaire peut mettre fin au bail commercial et vous évincer sans vous verser de compensation.

### Délai de résiliation d'un bail commercial

L'article 1887 du Code civil du Québec prévoit que le nouveau propriétaire peut résilier votre

bail commercial en suivant les règles de résiliation suivantes :

- S'il s'agit d'un bail à durée indéterminée, l'avis est le même que le terme fixé pour le paiement du loyer ou, si le terme excède trois mois, dans un délai de trois mois;

- S'il reste moins de 12 mois à courir au bail, le locataire est protégé pour la durée à courir.

- Dans le cas d'un bail à durée fixe auquel il reste à courir plus de douze mois, le nouveau propriétaire peut résilier le bail à l'expiration de ces douze mois en donnant un préavis écrit de six mois au locataire.

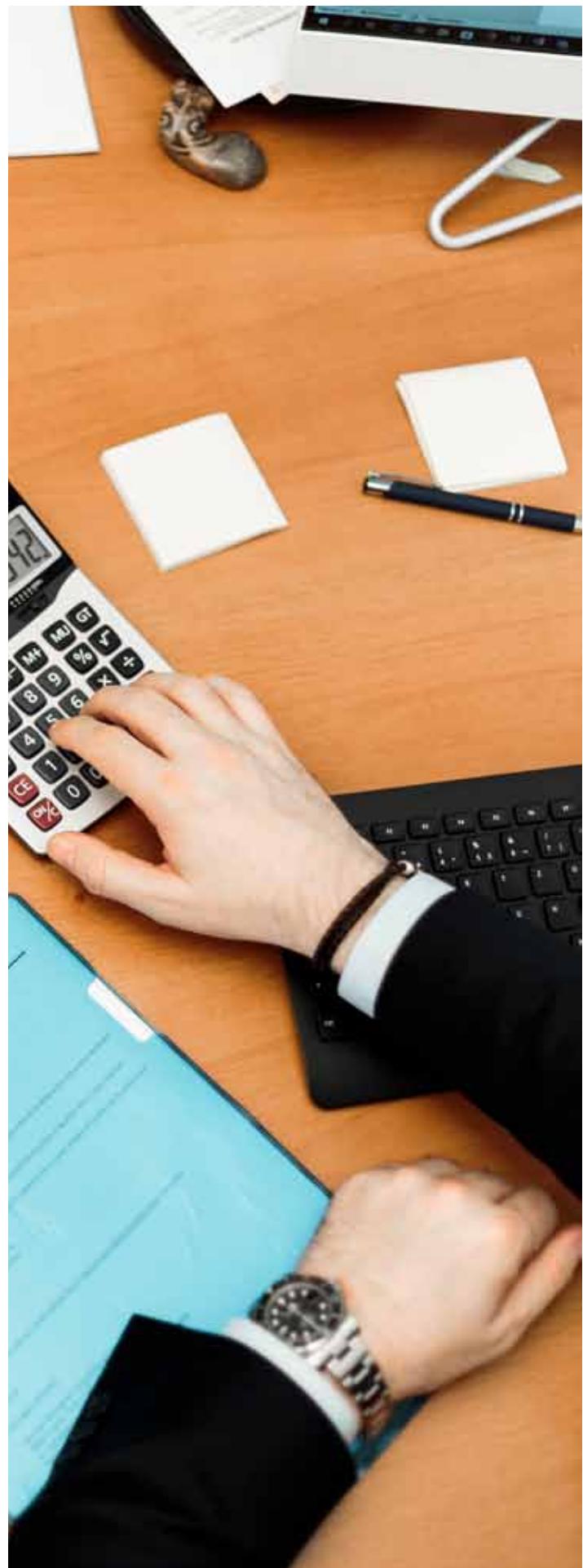
### L'interdiction de publier est illégale!

Le bailleur ne peut vous empêcher de publier votre bail commercial. Même si votre bail contient une disposition selon laquelle il est interdit de publier le bail, c'est votre droit de le faire. C'est la loi. Comment publier un bail commercial?

Un contrat de louage commercial peut être publié de plusieurs façons, soit par :

- La présentation de l'original de l'acte. Cela nécessite que le bail contienne la désignation cadastrale de l'immeuble et une attestation par un notaire ou un avocat, entre autres, qui certifie qu'il a vérifié l'identité, la qualité et la capacité des parties. Cette approche est de moins en moins utilisée, car elle rend publique les conditions contenues au bail et exige que l'acte soit signé en présence d'un juriste.
- La publication par extrait pour les baux notariés.
- Un sommaire attesté par un notaire, accompagné de l'original du bail. Cette option est avantageuse, car elle permet d'ajouter la désignation cadastrale de l'immeuble. Toutefois, comme précédemment mentionné, puisque le bail lui-même doit être publié en même temps que le sommaire, toutes les informations contenues au bail sont dévoilées. La publication par avis avec une attestation par un notaire ou un avocat : cette solution est la meilleure, car elle permet de publier un minimum d'informations.

Évitez les frais et les désagréments d'un déménagement, faites publier votre bail commercial maintenant.



Julie Leblanc  
n.d, animatrice, auteure,  
média multidisciplinaire  
[www.majulie.ca](http://www.majulie.ca) | 438-794-1965



## JENNIFER ANISTON

L'âme de Jennifer est jaune, avec une délicate touche de bleu ciel et beaucoup de blanc. Jennifer a appris à épurer dans cette vie-ci, elle a une belle discipline de vie et ça paraît dans ses énergies. Sa lumière est forte et bien entretenue. C'est une personne qui est présente, et ça paraît dans la qualité de son travail. C'est aussi pour cela qu'elle est prospère. Elle a appris à tempérer ses émotions mais ce n'est pas complété encore. J'ai demandé à mon âme de lui proposer des codes que j'ai pour l'aider à progresser à ce niveau. On me dit oui, son âme accepte et commence l'intégration au niveau de son plexus, et ça corrige son apport à l'argent et aux hommes (ce n'est pas réglé avec Justin en énergie), puis face à son père aussi.

caractère à un certain niveau mais pas assez pour gagner du terrain sur Angie. Brad, avec ses chakras du ventre qui sont fermés, il balance, il attend que les choses se placent, et il éteint des feux. Voilà pourquoi il a préféré chercher du réconfort avec sa nouvelle douce, qui est hors du conflit Jolie-Aniston. Avec elle, il va se tanner rapidement. Il va peut-être faire trois ans avec.

On a récemment appris, ceux qui sont à l'écoute des potins, que Jennifer et David Schwimmer (Ross Geller dans la série Friends) ont eu une idylle secrète pendant les premières années de la série.

Ça nous amène à Brad Pitt. Le chakra de Jennifer et son plexus sont coincés à ce sujet. Elle porte une blessure d'injustice qui l'effondre, en lien avec Angelina Jolie. Il y a un mot apparent dans l'énergie de Jenni face à sa rivale, c'est *caprices*.

Jennifer à conscience des choses qui se passent, mais elle ne sait pas où se placer face à ça. Je lui envoie un autre code d'ascension pour son ventre. Elle a juste à rester bien droite dans qui elle est. Sa force est là, et sa *clair-vision* aussi. Ce qui arrive, c'est qu'Angelina est féroce. Elle n'a pas de principes moraux, elle se sert de ce qu'elle veut bien, nourrit d'un soupçon d'adrénaline, pour conquérir. C'est une chasseuse. Jennifer a du



Ils se seraient fréquentés sans le dire à personne. Lui, il s'est marié en 2010 et son mariage a pris fin en 2017. On voit dans le ventre de David qu'il y a encore des sentiments pour Jenni, mais on voit aussi qu'il reste des crochets de liens qui ont été rompus. Je sens beaucoup de déception amoureuse dans son cœur, et un conflit avec son père. Bref, il n'a pas été assez solide et confiant pour pouvoir aller chercher le plein potentiel de sa relation avec Jennifer. Ça vient d'une blessure de son enfance, qui est encore intense, et pour Jennifer, il y a une partie d'elle qui le rejette.

Justin Théroux, ce n'est pas un homme pour elle. Sa masculinité n'est pas digne d'être accompagnée par la sensibilité de Jennifer. Elle a d'ailleurs une peur localisée à son troisième œil, par rapport à ce qu'elle a vécu dans sa relation. Je regarde plus précisément, et ce n'est pas en lien avec son voyage de noces avec, où il y avait une morte dans sa semaine. Il y avait un karma entre les deux âmes, où l'homme avait trois rédemptions à aller chercher, ou plutôt, à lui rendre. Au-delà de ça, ce n'est pas une énergie qui lui convient. C'est un profiteur, aux femmes faciles. Faut déjouer son système de protection du cœur et je suis certaine que Jennifer a autre chose à faire que de le pousser dans le cul.

En tout cas, j'admire beaucoup cette femme. Elle est belle, elle porte l'innocence, la bienveillance, la confidence. C'est une sœur pour moi. Mon top quatre de toute sa création artistique :

-Rachel Green dans Friends. Elle le dit elle-même, c'est un personnage qui n'est pas égalé encore dans sa grande carrière. On souhaite la revoir ainsi.

- Sarah Hunttinger dans The Rumor Has it, avec Kevin Costner et Shirley Mac Laine. Très bon film.

- Katherine Murphy dans Just Go with it, avec Adam Sandler. Très bonne comédie qui soulève des parties de son caractère.

- Nicole Hurley dans The Bounty Hunter avec Gerard Butler. D'ailleurs, à ce propos, je confirme les rumeurs, il y a bien eu une relation de passage cachée, entre les deux acteurs. Jen a été stimulée par le côté animal de Butler et ça a été une torride passion. Mais Gerard a trop de caractère obtus pour la sensibilité de Jen. Il y a un ménage à faire dans Gerard.

Voilà ma vision de Jennifer et de sa vie et je lui souhaite vraiment de se rencontrer. L'homme bon pour son cœur, elle ne le connaît pas encore, et c'est un inconnu du show-business. Un homme sain, tranquille et captivant. Il a une fréquence verte.

Julie L.





## AGATE DENTELLE BLEUE



L'agate dentelle est une pierre d'un bleu violacé, presque opalescente et presque translucide. Il s'agit de la variété la plus belle et la plus fine de l'agate. Elle est également plus chère que la cornaline, qui est l'appellation courante de l'agate rouge, voire orange. Généralement, l'agate symbolise la longévité et la prospérité. Elle apporte du courage et de la joie. L'agate fait l'objet de soins particuliers de la part des gnomes, ce qui lui donne une grande valeur occulte.

En lithothérapie, l'agate en dentelle bleue apporte la paix de l'esprit. Elle agit favorablement sur le chakra de la gorge. Elle protège la glande thyroïde. Elle lutte contre les infections de la gorge et les infections lymphatiques. Elle vous aide en cas d'arthrite, lors de nerfs coincés ou de douleurs dorsales. Elle lutte aussi contre le bégaiement. Elle est également une pierre bénéfique pour les personnes souffrant d'hypertension, en plus d'atténuer les allergies dermiques. Si vous souffrez de l'un de ces problèmes, portez une agate sur vous. Cela calmera vos douleurs et votre mental.

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

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



## LA DIRECTION DU COUPLE !

Bonjour à vous!

Je vous partage une réflexion sur le couple avec une théorie de sagesse ancestrale. Je la modernise un peu.

Je sais qu'une vie de couple, ça nous fait travailler sur soi. Je vous amène à considérer les trois états de la vie pour être conscient de tout ce qu'il y a à voir pour le succès de notre objectif.

Sachez que la chronique aide également les célibataires qui ont rencontré quelqu'un et qui se demandent s'ils doivent faire le grand saut.

Nous avons la responsabilité d'entretenir ce qui nous appartient. Surtout d'éviter d'être avec une personne au quotient émotionnel pollué et qui pollue les autres aussi.

Bonne écoute de ma chronique vidéo :

<https://youtu.be/-smcubBR8fc>

Merci

Bing Xiang





## LA SUITE DES CHOSES!

Je vous ai dit, dans la chronique précédente, qu'il y a des gens qui se ferment à leur réel potentiel, fermant ainsi la possibilité commune à deux. C'est ce qui fait mal dans l'ajustement d'une relation.

Je suis ici, aujourd'hui, pour vous encourager à le faire, à créer, dans la matière, une semence de lumière qui guérit tous les obstacles que la fermeture cause, et de laisser le temps passer.

Ne brusquez pas. Soyez juste disponible dans votre cœur pour saisir sa direction, lorsqu'un mouvement se fait et provient de l'inspiration. Ça prend, en arrière-fond, une intention pure. Ensuite, ça sollicite une générosité naturelle, un élan qui stimule l'échange à nouveau, mais de façon désintéressée. On palpe par le retour où est rendue cette semence. Comme je mets de bons grains, aux bonnes places, je suis contente quand ça avance. Je remercie ma foi de bien fonctionner. Puis, je suis patiente. Je laisse le temps au temps de faire ses bonnes ouvertures, pour qu'un moment donné, ça soit prêt.

Prêt dans les deux sens hein! Moi, je fais mes preuves par rapport à ce que je construis. Je suis impeccable dans ma création et je poursuis mes rêves, mes objectifs de réalisations intérieures, que je manifeste. J'ai du boulot. Je ne peux pas me permettre de rester coincée là où c'est fermé.

Tout ça pour vous dire, finalement, ayez confiance en votre sentiment, qui est aligné sur le jugement,

et qui monte en action simple, translucide. C'est ça, l'efficacité. C'est de l'Amour Propre. Et un plan énergétique dans la matière qu'on descend. Ne pas oublier. On se rend disponible pour le Servir. Se Réaliser, c'est ça que ça veut dire.

### Le sexe et la COVID-19

Je me permets un mot là-dessus. Vous le savez peut-être, ça fait 10 ans que je suis divorcée, et mon célibat, je l'ai travaillé. Je peux dire que je suis experte. Je suis en paix et heureuse.

Tous mes choix de vie, jusqu'ici, mon apporté la stabilité de mon état de célibataire, incluant une bonne maîtrise de mon énergie sexuelle et plusieurs libérations affectives.

C'est pour ça que je vous dis que je suis très soulagée de ne pas avoir de besoins sexuels avec un partenaire cette année.

Déjà, se protéger pour les maladies transmissibles sexuellement, c'est quelque chose qui n'est pas acquis chez la/le célibataire standard, et je me rappelle, lors d'expérimentations passées, c'est un champ de bataille pour se respecter et se faire respecter là-dessus.

En plus de toutes les négligences personnelles sanitaires reliées à la pandémie, les gouvernements sont obligés de faire une loi pour que les gens

portent le masque. Si les gens étaient responsables, on n'en serait pas là.



Les têtes pensantes de ce pays ont proposé une sorte de planche avec un trou, pour avoir une pénétration sécuritaire face à COVID-19. Avant, il y avait des gens qui payaient cher pour réaliser ce fantasme, mais ils ne savaient pas qui était derrière le mur. Personnellement, je suis trop dédaigneuse pour cette expérience, et je ne fais pas confiance aux gens qui s'essayeraient, donc je ne vais pas là, c'est de l'inconscience humaine ceux qui pratiquent ça.

Il y a une troisième pollution dont je parle souvent, mais que peu connaissent. Les cochonneries énergétiques que l'on attrape quand il y a du sexe sans un cœur impliqué.

Tout ça pour dire que je suis très heureuse de mon vibrateur, je suis autonome et je remplis mes critères de satisfaction à chaque fois.

Je ne suis pas sur des sites de rencontre non plus, j'ai donc la paix. J'ai mon temps de qualité avec moi-même.

Ne vous en faites pas. La vraie bonne personne pour votre cœur est réellement quelque part sur votre route et elle va arriver au moment où vous serez prêt à l'accueillir dans votre plus profond. Si vous n'êtes pas proche de votre très profond intérieur, vous vous ramasserez encore avec une relation karmique dysfonctionnelle. Mais, plus le travail sur la guérison de son intérieur va bon train, plus on se rapproche de l'état d'être nécessaire pour attirer une telle vocation amoureuse.



Je vous le souhaite! En attendant, je continue d'être bien. Exemple, pendant mes vacances, j'ai peinturé ma chambre. Je la mets encore plus à mon goût, pour être encore plus dans mon confort, pour être bien dans mon environnement. C'est génial.

Merci beaucoup.

Namasté



## GÉNITALITÉ OU SEXUALITÉ?

Aujourd’hui, je vous partage une partie de mon expérience sexuelle afin de faire la distinction entre la génitalité et la sexualité. Vous me direz, c'est la même chose... pas exactement. Voyons ce qu'il en est...

Dans notre société moderne, la sexualité est devenue pour plusieurs un acte purement physique et génital. Il s'agit principalement de stimulations au niveau des organes génitaux ou des parties considérées érogènes telles que la bouche, les fesses, la poitrine et le sexe. Ce concept est bien mécanique et même s'il procure au corps des sensations souvent agréables, parfois intenses, cela reste superficiellement logé au niveau du corps qui le satisfait un moment. Cela est bien dommage parce cette pensée nous coupe du plein potentiel et surtout, de la satisfaction que la sexualité peut nous offrir, autant physiquement que spirituellement.

### ***Lui exprimer mon amour***

J'ai longtemps vécu ma sexualité pour exprimer mon amour à mon partenaire. Lorsque nous nous sommes rencontrés, mon corps s'est réveillé et désirait intensément se faire toucher par son corps. Je ressentais non seulement ce contact physique mais également tout son amour et son

désir pour moi. J'aimais tout particulièrement ce lien, ce contact entre nous. Il était à la fois doux et intense. Je connaissais très peu mon corps à cette époque. Par contre, j'étais très attentive à ses besoins.



### ***Un moyen d'évacuer le stress***

Lorsque les responsabilités, les obligations, les enfants et le stress de cette vie à grande vitesse se sont instaurés dans ma vie, la sexualité est devenue pour moi davantage un moyen pour me faire du bien, pour baisser la pression du quotidien et détendre mon corps. Je n'étais plus aussi souvent dans un état de partage et de communication de mon amour pour lui, mais dans un moyen de faire sortir le stress et le surplus de charge de la vie moderne.

Mon corps ressentait de plus en plus le besoin de prendre le temps de se toucher lentement. Cependant, avec la fatigue et le stress accumulés dans la journée, nos relations sexuelles étaient davantage exécutées de façon plus directe, intense et expéditive. Il y avait maintenant un but à nos rencontres amoureuses. Un besoin de soulagement et bien sûr, l'orgasme. C'est ainsi que la performance s'instaura subtilement pour nous. Graduellement, toujours inconsciemment, pour me soulager du surplus de stress, je cherchais des moyens de faire différent, de ralentir le rythme et de vivre davantage de sensualité au lieu de la génitalité. Le manque de temps avait fait disparaître ce volet fantastique de la sensualité qui consiste à prendre le temps de jouir de nos sens, lentement.

### ***Pour lui faire plaisir***

Même si j'exprimais mon besoin de plus de sensualité, je ne me sentais pas entendue ou comprise. Nos relations demeuraient la plupart du temps stratégiques et routinières. Ce qui a fait que malheureusement, j'ai commencé à faire l'amour pour lui faire plaisir. Je n'avais pas encore compris à cette époque que la sexualité était non seulement de la nourriture pour mon corps mais également, pour mon mental et définitivement, pour mon âme. C'est ainsi que le désir me quitta graduellement. Ce n'était plus pour moi ou pour nous, mais c'était pour lui que je le faisais.



### ***La richesse de la sexualité***

Avec le temps et la Néosexopédie, j'ai finalement pris conscience de toute la richesse de la sexualité. Ce n'est pas une simple question de technique de manipulation ou de stimulation adéquate, c'est un état d'être. C'est qui je suis, ce que je ressens, ce que je désire, ce dont j'ai besoin, ce qui m'habite. Pour trouver satisfaction, la sexualité doit être en cohérence avec ce que je ressens émotionnellement, ce que je désire dans ma tête et mon corps. Je me dois d'être à l'écoute de mon ressenti. Ce n'est pas simplement se faire du fun, même si c'est très plaisant. C'est définitivement une façon de communiquer, de rentrer en contact avec l'autre, mais c'est d'abord et avant tout être en contact avec soi-même. Si je ne me respecte pas dans mon corps, dans mes besoins et dans mes ressentis, la sexualité perd de sa beauté et de son efficacité. C'est là qu'elle devient problématique et que l'on vit ce que certains appellent des «dysfonctions sexuelles».

Pour moi, la sexualité, aujourd'hui, est davantage un acte d'amour envers moi, qui me pousse vers l'autre afin de lui exprimer ce que je ressens. Si ce n'était que physique, je n'aurais pas besoin de personne pour me satisfaire. J'ai besoin de ce partage, de cette rencontre avec un autre être humain, parce que la sexualité est mon langage envers moi ainsi qu'envers l'autre. Si ce n'est que pour moi ou que pour l'autre, on reste insatisfait ou du moins la satisfaction n'est que superficielle et physique.

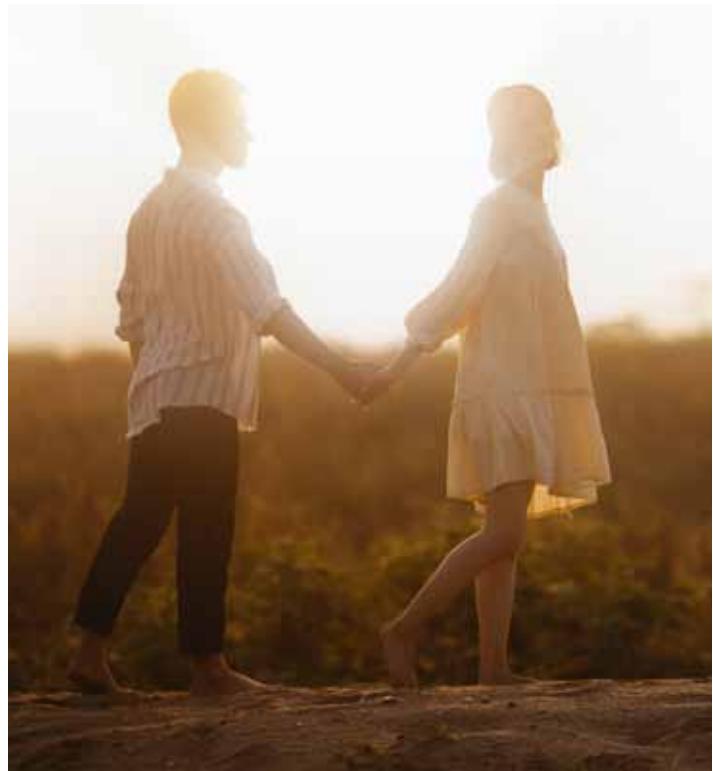
### ***En conclusion***

Sortez de la génitalité et redécouvrez votre sexualité! Restez à l'écoute de votre être, de vos besoins, de vos émotions, de votre ressenti. Prenez conscience de l'émotion et du besoin qui vous habitent et autorisez-vous à les exprimer dans le

respect de vous-même. Vous désirez prendre le temps de sentir, de ressentir, de caresser, d'être caressé, de regarder... bref, c'est à vous de vous y autoriser et de respecter votre besoin. Lorsque la sexualité comble autant votre corps, votre cœur que votre être tout entier, vous savez qu'elle est sacrée. Elle devient un acte d'amour pur.

### ***Je cède ma place...***

Cela sera mon dernier article pour un temps indéterminé. Je cède ma place à une de mes excellentes collaboratrices Néosexopédienne; Annick Senosier. Elle prendra la relève afin de vous parler du plaisir des sens, du couple et de la sexualité en général. Je reviendrai de temps à autre vous partager des chroniques. Bisous



Marie-Lise Pelletier, ND hom.

mlpelletier@videotron.ca

www.energiesante.ca

450-951-7985



## LES INFUSIONS COMME SOLUTION SANTÉ!

Le café, le thé, la liqueur, nous en consommons beaucoup trop, à la limite, même le jus.

Le jus contient beaucoup de sucre, même les jus naturels sans sucre. Il faut comprendre que, pour faire du jus de pomme par exemple, il vous faut beaucoup de pommes et dans la pomme, il y a beaucoup de sucre, même naturel, le sucre peut être néfaste, bien sûr, cela dépend de la quantité !

Et ici, j'interviens pour vous parler des tisanes. Si, par exemple, vous êtes en mesure de vous trouver une tisane que vous pourriez trouver bonne, il ne serait pas difficile de remplacer une ou deux fois par jour du café ou autre par cette tisane !

Et de plus, si vous avez un problème en particulier, les tisanes ont des propriétés thérapeutiques, donc, pourquoi ne pas faire d'une pierre deux coups.

Et joindre l'utile à l'agréable.

Voici des exemples de tisanes et leurs propriétés :

- Angélique : digestive, stimulante et antispasmodique
- Anis vert : antispasmodique, stimulante, digestive, gaz intestinaux
- Artichaut : fait baisser l'urée et le cholestérol, stimule reins, foie, pancréas
- Aubépine : tonique du cœur, calmante
- Basilic : stomachique, diurétique et stimulante
- Boldo : stimulant du foie
- Bouleau : dépuratif, obésité, rétention d'eau, calculs
- Camomille : facilite la digestion, migraines, rhumatisme, ulcères
- Cannelle : tonique, excitant, anti-spasmodique
- Cassis : diurétique, stimule le foie et la rate, amygdalite
- Chélidoine : engorgement foie et abdomen, asthme, verrues et cors
- Chicorée : calculs hépatiques, dépuratifs reins et rate
- Eglantier : antiseptique, bonne source de vitamine C
- Eucalyptus : désinfectant, fièvre, bronchite, grippe

- Fenouil : stimulant estomac et intestin, digestion, aérophagie
- Framboise : diabète, intoxication, rhumatisme
- Gingembre : stimulant, stomachique, sudorifique
- Gui : hypertension, artériosclérose
- Hamamélis : varices, hémorroïde
- Houblon : remède du système nerveux, insomnie, spasme douloureux
- Laurier : antiseptique, toux, insomnie, spasmes
- Lavande : calmante, diurétique, asthme, contusion
- Marjolaine : insomnie, torticolis, rhumatisme
- Mauve : laxative, bronchite, entérite
- Mélisse : analgésique, tonique, vertige, céphalée
- Menthe : analgésique, calmante, aphrodisiaque
- Oranger : antispasmodique, sudorifique
- Ortie : fortifiant, urticaire, diabète, régénère le sang
- Passiflore : insomnie, anxiété, nervosité, palpitation
- Persil : reconstituant puissant, anti-infectieux, source de vitamine C
- Pissenlit : draineur général, cellulite, acide urique, constipation
- Prêle : reminéralisant puissant, calculs, acné, eczéma
- Reine des prés : aspirine naturelle, cellulite, nervosisme, oedème
- Sauge : œstrogène naturel, excite les fonctions sexuelles, stérilité, dépression
- Souci : diurétique, grippe, règles douloureuses, ménopause, obésité
- Thym : antiseptique puissant, anémie, bronchites, angoisse
- Tilleul : calmant, migraine, angoisse, insomnie, cholestérol
- Valériane : calmant, spasme, agitation, insomnie, crampes
- Verveine : congestion de la rate, diurétique, gaz intestinaux

Choisissez votre tisane et sachez que pour faire un choix facile, il existe des formules déjà toutes préparées, vous avez seulement à faire votre choix. Il y en a plusieurs, que ce soit pour la nervosité, le poids, le foie et j'en passe. Je tiens à vous prévenir que ces tisanes thérapeutiques sont plus efficaces que nous le croyons. Donc, la première fois, allez-y doucement, en commençant par une tisane par jour, pour être en mesure de voir si vous réagissez facilement.

Même si la posologie est indiquée, on ne sait jamais.

Alors, faites votre choix et prenez une tisane à ma santé ou plutôt, à votre santé.

Colombe Gauvin

N.D. K.in.

<https://synergsupplements.com>

colombe@cliniquepreventive.com

T. 514-730-5283



## REFORCER SON SYSTÈME IMMUNITAIRE

Avez-vous cette capacité? La plupart d'entre nous l'avons, mais on peut l'améliorer...

Quel bel été 2020! Ça met un petit baume sur ce que nous avons vécu à date. J'espère que vous avez pu passer d'agréables moments en famille et entre amis. Ne négligeons pas notre système immunitaire afin de s'assurer que la balance de la saison ainsi que celles qui suivent soient sans soucis de santé.

Bien entendu, se laver les mains fréquemment, porter un masque lorsque nécessaire et utiliser un désinfectant plus naturel, soit un savon doux ou à base d'huiles essentielles. C'est d'ailleurs à cause de l'usage excessif de produits antibactériens ces dernières années, et d'une incompréhension du rôle des bactéries dans notre immunité, que nos organismes deviennent d'année en année plus sensibles aux agressions extérieures. Plus on utilise ces gels hydroalcooliques, plus on rend perméable et sensible notre épiderme aux virus.

Tout le monde possède la capacité de renforcer son système immunitaire de manière naturelle en quelques jours. Par exemple, le jeûne renforce le système immunitaire en trois jours seulement, ce qui permettrait de renforcer nos défenses face aux agresseurs et donc de diminuer la proportion de cas graves, de guérir beaucoup plus vite chez soi.

Considérez que manger des produits industrialisés, transformés, raffinés, est la première chose qui détruit nos défenses immunitaires. L'efficacité de notre système immunitaire dépend étroitement de la qualité de notre flore intestinale et donc de la qualité de ce que l'on mange!

Les légumes et fruits vivants, crus, locaux, de saison, sont ce qu'il y a de mieux pour renforcer rapidement nos réserves minérales, nécessaires à l'immunité.

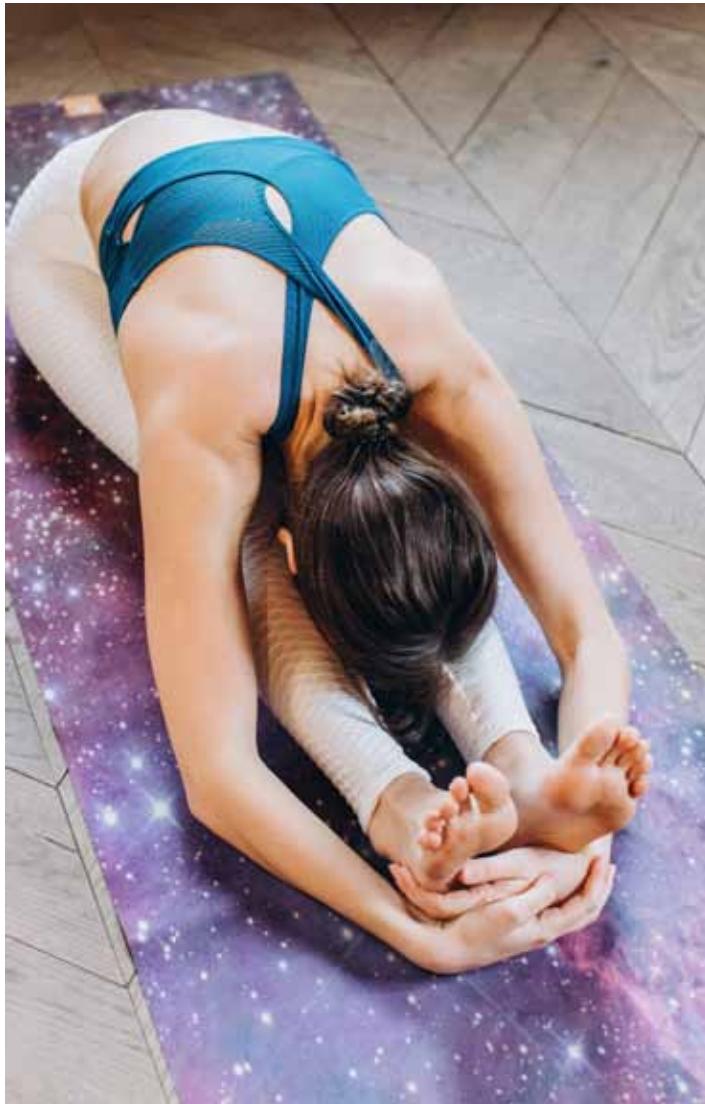


Un autre bienfait, la douche fraîche augmente le taux des lymphocytes T en quelques jours.

Les plantes comme l'échinacée, l'astragale, le sureau, le cynorrhodon, sous leurs formes concentrées, les champignons médicinaux, la quercétine et le zinc augmentent les défenses immunitaires en quelques semaines.

Saviez-vous qu'il y a plusieurs huiles essentielles antivirales et que de la vitamine C à haute dose est très efficace pour combattre les virus?

Des études récentes prouvent l'efficacité du yoga dans le renforcement du système immunitaire, sans compter l'importance de l'activité physique.



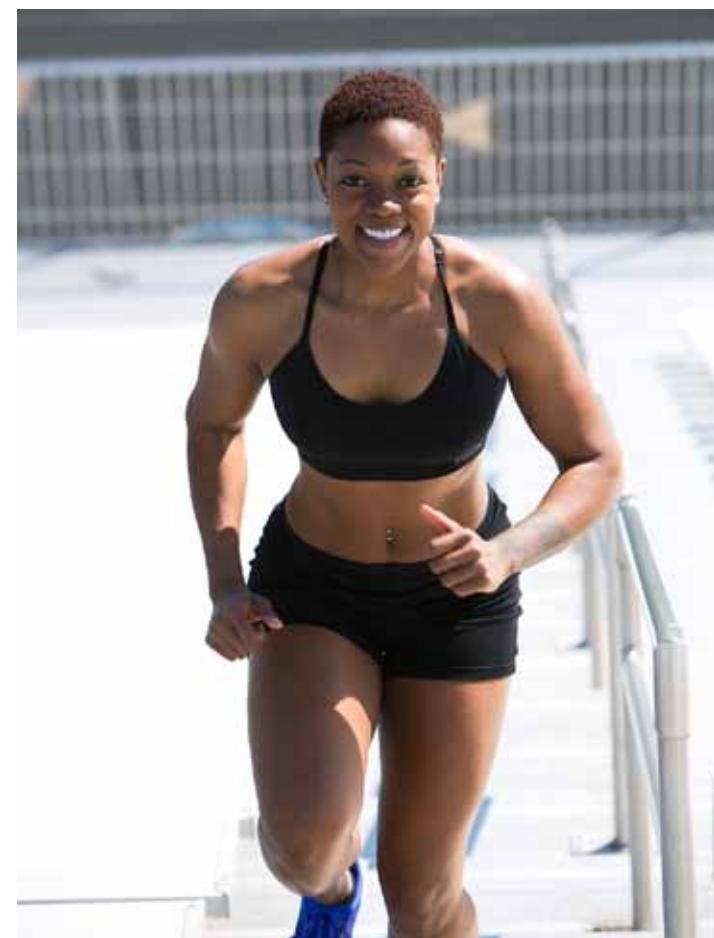
La peur est immunodépressive. Elle apporte un niveau anxiogène qui vous affaiblit au quotidien. Pourquoi ne pas faire un jeûne des médias!

Les gens ont en eux un potentiel de défense et de guérison infiniment plus puissant que tous les médicaments du monde et qui peut être actionné rapidement. Notre corps est une véritable machine de guérison!

En cette période estivale, où nous disposons un peu plus de temps, il serait bon de s'intéresser à notre propre fonctionnement, de se réapproprier notre pouvoir personnel, afin de prendre en main notre santé et notre avenir.

Santé vous bien!

Colombe



*Que les astres  
vous soient favorables*

**Alexandre Aubry**

Astrologue

alexandre.aubry@norja.net

514-667-4803



## HOROSCOPE QUOTIDIEN

Nous vous offrons, dans la [revuemajulie.com](http://revuemajulie.com), 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 donc, 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 les voitures, dans les bureaux et dans les foyers grâce aux ondes radio de Rythme FM pendant plusieurs années. Vous le voyez régulièrement dans votre téléviseur en début d'année, pour y présenter ses prédictions annuelles, 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>

# Gratitudo



# Artiste peintre du mois

**Marc Hébert**  
marc.hebert3@hotmail.com  
www.marchebert.wix.com/artiste-peintre  
www.facebook.com/marchebertartistepeintre  
@marchebert\_art



Crédit photo Clea Reynolds

Né à Granby un jour ensoleillé du mois d'avril, cette lumière m'a sûrement influencé tout au long de ma vie dans mes créations. Après avoir touché à plusieurs médiums (vitrail, peinture sur verre/grisaille, calligraphie, enluminure à la feuille d'or, etc.), la peinture à l'huile a triomphé!

expositions solos sous différents thèmes : Mains et Passions, Au-Delà!, Sensuelle et Romantique, Une deuxième vie et une partie de ma série CRESCEND'EAU que je vous présente ici.

## Démarche artistique

En grande partie autodidacte, je peins depuis environ trente ans et je transmets le fruit de mon expérience depuis 19 ans par le biais de cours/ateliers. Au fil des années, en plus d'expositions solos, j'ai participé à plusieurs symposiums et expositions de groupe. J'ai aussi créé et animé différentes activités artistiques, telles que L'Académie des Stars de la Couleur, Duel en couleurs, Démonstrations sur le balcon, etc...

Créer l'harmonie dans la dualité de mon cerveau gauche et de mon cerveau droit, dont le premier cherche toujours la précision et l'authenticité alors que le second, dans sa frivilité, s'égare de la réalité à coup de pinceau libre et spontané! Tel est mon défi... Ensemble, ils arrivent à créer des ambiances palpables par le spectateur, en transmettant l'émotion du sujet par l'étude des ombres et lumières, la recherche de la profondeur et la fluidité du tableau rendant des effets de trois dimensions à certains éléments de la composition. C'est l'inspiration du moment qui déterminera le sujet, quelque part entre l'abstrait et le figuratif.

Prix du public et du jury lors de concours ont été également une motivation par leur reconnaissance. Me renouvelant sans cesse, ma passion grandit de jour en jour, espérant la transmettre autour de moi. Mes tableaux se retrouvent à tour de rôle dans quelques galeries d'art où j'ai également fait des

Variété dans l'unité, telle est la devise qui résume l'ensemble de mes tableaux.





Survolté (2019)

Médiums mixtes sur canevas

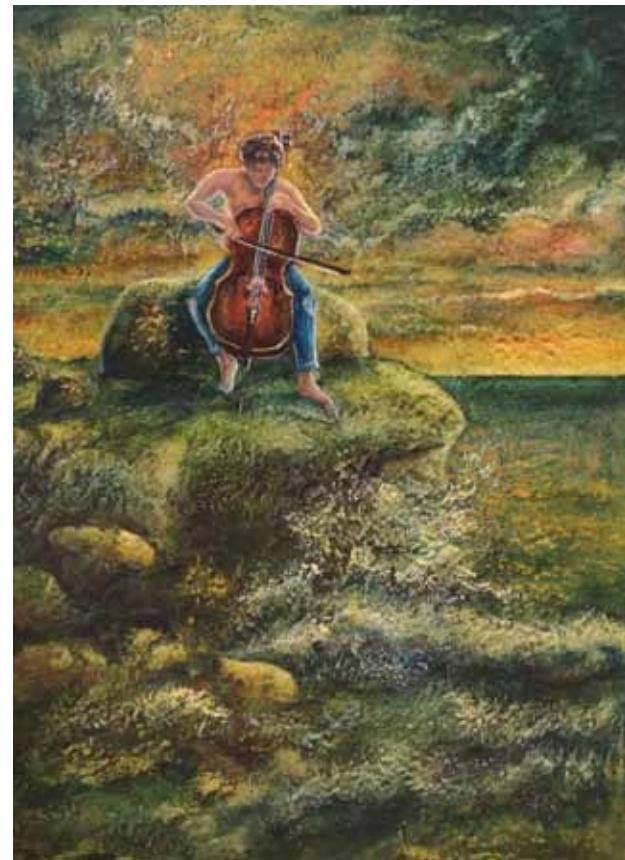
24 X 48 po.- Disponible



Charmeuse d'eau'céan (2020)

Médiums mixtes sur canevas

30 X 15 po. - Disponible



Moderat'eau (2019)

Médiums mixtes sur canevas

24 X 18 po. - Disponible



Adagi'eau (2020) - Médiums mixtes sur canevas

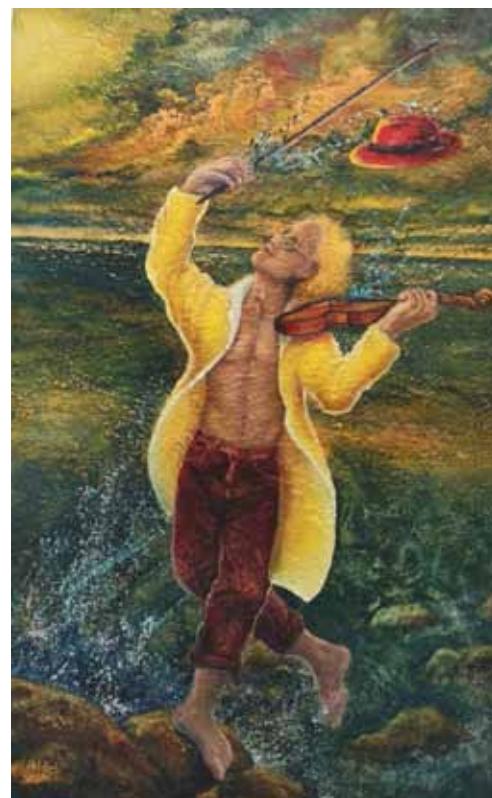
30 X 40 po.- Disponible



Allegr'eau (2019)

Médiums mixtes sur canevas

40 X 30 po.- Disponible



Rigol'eau (2020)

Médiums mixtes sur canevas

48 X 30 po. - Disponible



Concert'eau pour la mer (2019)

Médiums mixtes sur canevas

24 X 30 po. - Disponible



Curiosité interrompue (2019)

Médiums mixtes sur canevas

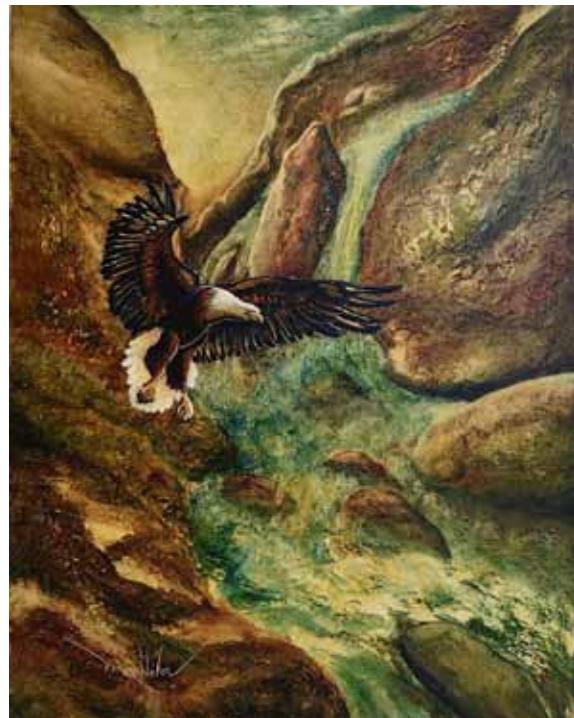
30 X 40 po. - Disponible



**Sexy sax'eau'man (2020)**

Médiums mixtes sur canevas

30 X 24 po. - Disponible



**Le maître des lieux (2019)**

Médiums mixtes sur canevas

30 X 24 po. - Disponible



**Sexy sax'eau'girl (2020)**

Médiums mixtes sur canevas

30 X 30 po. - Disponible



Allegrett'eau (2020)

Médiums mixtes sur canevas

60 X 30 po. - Disponible



Maestr'eau (2019)

Médiums mixtes sur canevas

72 X 36 po. -Disponible



Éclats d'aube (2019)

Médiums mixtes sur canevas - 30 X 30 po. - Disponible



Les Majestueuses (2019)

Médiums mixtes sur canevas - 36 X 36 po. - Disponible

# MERCI À NOS COLLABORATEURS

*Graphiste*

**Victoria Turner**  
[www.victoriaturner.ca](http://www.victoriaturner.ca)  
[victoria\\_turner@live.ca](mailto:victoria_turner@live.ca)  
514-992-4357



*Marketing web*

**Marcel Dupont Jr**  
[marceldupontjr@gmail.com](mailto:marceldupontjr@gmail.com)



*Correction de textes*

**Marie Perreault**  
Psychologie transpersonnelle,  
yoga, méditation, alimentation écoresponsable  
[marie.revuemajulie@gmail.com](mailto:marie.revuemajulie@gmail.com)



## *Responsable de la Galerie d'Art*

**Johanne Goyette**  
[johanne.goyette@videotron.ca](mailto:johanne.goyette@videotron.ca)  
819-246-2795



## *Par amour de vos projets*

**Carolyne Rochon-Alary**  
Web designer  
[rochonalary@gmail.com](mailto:rochonalary@gmail.com)  
450-601-8887



## *Services linguistiques*

**Stéphanie Brière**  
514 553-6021  
[stephanie.serviceslinguistiques@outlook.com](mailto:stephanie.serviceslinguistiques@outlook.com)  
[www.facebook.com/stephaniebriere.serviceslinguistiques](https://www.facebook.com/stephaniebriere.serviceslinguistiques)



*Reviuemajulie.com*  
*La Voix de la Conscience*