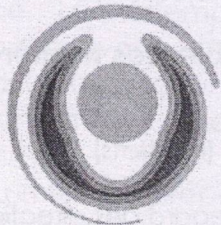


# Le Message



**A·R·U**

ALLIANCE REIKI UNIVERSEL

Mai 2003



Il est parfois difficile d'accepter la décision des gens que nous aimons. Pour l'une d'entre nous, il y eu un grand départ. Notre beau soleil, Johanne Bérubé, a laissée cette terre mère pour d'autres horizons. Même si notre peine est grande, nous savons tous qu'elle continuera à briller ailleurs et, surtout, dans nos cœurs. Elle nous rencontrera à d'autres niveaux pour nous prodiguer son enseignement et son rayonnement. Johanne, tu nous as tous marqué par ta façon de briller. Mon beau soleil, continue de briller là-haut. Nous t'accompagnons tous dans ton voyage. Bon voyage!

Je t'aime, Ta soeur Hélène

### Réflexions pour vous tous

Un des buts de Johanne cette année était l'union de tous les membres de l'A.R.U. Et bien, mission accomplie ma belle Jo! La réflexion est celle-ci : Devons-nous attendre un évènement spécial pour nous réunir? Johanne connaissait la force de regroupement des membres de l'A.R.U. Ne devrions-nous pas prendre conscience de la force, du partage, de la joie et de la lumière d'être tous réunis? Maintenant, c'est à nous de poursuivre le but de Johanne et d'être en grand nombre à notre assemblée annuelle pour s'aimer et rayonner sur la terre. J'espère tous vous serrer dans mes bras.

À bientôt, Hélène et Jo

### Comité du journal (les contacts avec lesquels vous pouvez envoyer vos textes)

Hélène Michaud	(506) 739-8648	
*Carol Proulx	(418) 660-2017	pleadiens@yahoo.ca
Julie Cayouette	(418) 841-2152	j.cayou@sympatico.ca
Monique Mathieu	(418) 822-2534	moniquemathieu@videotron.ca
Réjane Martin	(418) 862-6264	
Violaine Lefrançois	(418) 688-4112	
Micheline Chicoine	(450) 796-5141	micheline.chicoine@cocable.ca
Manon Laliberté	(418) 739-5030	manonlal@globetrotter.net
*Carol Roy	(418) 839-4963	croy@mdric.qc.ca

### Table des matières

Mot de la présidente	page 1
Concours : Décoration de notre sapin (résultats)	page 2
Hommage à ma meilleure amie	page 3-4
Traverser les saisons de la vie sous le regard des directions.	page 5-6
Dans mon coin de pays...	page 7-8
Un monde parallèle	page 9
Allume!	page 10
Le langage des oiseaux	page 11
Un monde de cristaux	page 12-13
Nouvelles tendances	page 14
Résumé du Livre « Relations et jeux de pouvoirs	page 15
SUGGESTIONS	page 16
Activités et conférences à venir...	page 17
Saviez vous que...	page 18
Appel à tous	page 19
Annonces	page 20



Bonjour à tous et à toutes,

Je commence par dire **merci** à Joanne Bérubé qui nous a quitté le 29 mars dernier. Merci Joanne de m'avoir choisi pour t'accompagner dans la première heure à l'hôpital de Grand-Sault, N.B.

C'est à travers le coma que nous avons pris contact et pendant que je tenais ses pieds dans mes mains, elle m'a dit que son « voyage terrestre » était terminé et qu'elle avait appris beaucoup de cette expérience ici dont : l'Amour inconditionnel, le Pardon, la Gratitude, la Paix, l'Harmonie, la Joie, l'Amour et plus encore...

Alors Joanne, au nom de toute l'équipe de l'A.R.U., **merci** d'avoir donné des centaines d'heures pour bâtir cette ALLIANCE. Depuis le début de ce grand projet d'un regroupement de Maîtres Reiki, Joanne s'est impliquée régulièrement, sans compter les nombreux voyages de la Pocatière à Charny, les rencontres de l'exécutif à toutes les semaines, les discussions pour prendre de bonne décision etc.. et tout cela parce qu'elle croyait vraiment à **l'Unité et à l'Amour**. D'ailleurs son énergie nous accompagnera chaque jour à travers les cahiers niveaux 1, 2 et 3 auxquels elle a participé de tout son cœur.

Le mandat que Joanne avait pris en janvier 2003 était « Je veux promouvoir les **rassemblements** de tous les membres de l'A.R.U. dans **l'Unité** » En quittant cette dimension terrestre, Joanne a commencé son projet **UNITÉ** par un grand rassemblement de frères et sœurs Reiki qui a eu lieu lors de ses funérailles. Ce fut un cadeau pour elle!!!

Merci encore Joanne, on t'aime à l'infini !!! ♥♥♥♥♥

Maintenant pour nous qui continuons notre expérience terrestre, voici une merveilleuse saison qui commence. Le printemps permet à tout **ÊTRE VIVANT** de manifester ses désirs pour créer un renouveau, une guérison, une transformation et une ouverture de conscience. Car la raison pour laquelle nous sommes revenus ici sur cette belle et extraordinaire planète Terre : c'est « **Être heureux.** »

Tous les humains qui s'ouvre à la Lumière se prépare à vivre cette étape terrestre : Vivre le ciel ici sur terre car nous avons le libre arbitre. Pour savoir comment réussir, pose-toi cette question- Qu'est-ce que je nourris, l'ombre ou la lumière ? La vie recommence à chaque printemps, préparons notre été et savourons chaque instant !!!

Au plaisir de se revoir bientôt

Marie Ange XX

## Concours : Décoration de notre sapin

Au mois de décembre, lors de l'envoi de notre journal, nous vous avons demandé de nous aider à décorer notre arbre de Noël en nous émettant vos commentaires, vos suggestions pour notre rencontre annuelle, les projets que vous aimeriez dans l'année 2003 et aussi ce que signifiait pour vous les lettres A.R.U.

Quelques-uns d'entre vous nous ont fait découvrir leurs talents d'artiste et de créateur en nous partageant leur vision de notre regroupement. Nous vous remercions d'avoir accordé quelques instants d'une vie très occupée (surtout en cette période de réjouissances) à vos frères et sœurs de lumière et d'avoir démontré toute l'importance que cette grande famille qu'est l'A.R.U. a dans votre vie.

Nous partageons avec plaisir toutes les idées reçues : A.R.U

**A**venture d'un **R**oyaume **U**niversel

Les **A**mis d'un **R**oyaume **U**nique

Les **A**mis se **R**econnaissant dans l'**U**nité

L'**A**rc en ciel de **R**êves **U**niversels

**A**mour **R**ayonnant **U**niversellement

**A** : amour **R** : rire **U** : unir - Unir l'Amour et le Rire sont les 2 meilleurs remèdes de l'Univers pour le cœur et l'âme.

**A** : accueillir **R** : rire **U** : Uranie - C'est d'accueillir les autres et nous-même dans le rire et la joie afin de se transformer en Uranie (grand papillon aux couleurs vives)

**A**nge **R**etrouve **U**nité

**A**nge **R**edevient **U**nique

**A**ncien **R**egroupement **U**niversel

**A**mitié **R**etrouvé **U**nifié

**A**mour **R**elié **U**nion

**A**mis **R**encontre **U**nion pour le groupe

**Â**me **R**etrouvé **U**ltime personnel

Nous vous annonçons que la grande **gagnante du concours est Lise Bossé** et nous renouvellerons son adhésion 2003-2004 sans aucun frais.

Nous vous remercions de nous avoir permis de dépasser les structures établies en donnant à notre acronyme des significations issues de votre cœur.

Nous avons aussi pris connaissance de toutes les suggestions concernant les projets, les moyens de financement et les conférenciers invités et nous vous les partagerons lors de notre prochaine rencontre annuelle. Merci à toutes et à tous de votre générosité !!

Allons vers un **Renouveau** dans l'**Union** du regroupement

L'équipe du comité exécutif de l'A.R.U.



## Hommage à ma meilleure amie...

Comme à l'habitude je devais vous écrire ma petite chronique sur les plantes médicinales, mais comme tous le monde le sait, on a récemment été touché par le départ de notre petite sœur des étoiles Joanne. Alors inutile d'expliquer que je n'arrivais pas à « pondre » ce fameux article. Tout ce à quoi je pensais était Joanne... les messages qu'elle aurait voulu transmettre, les anecdotes de sa vie, ce qu'elle aimait beaucoup, ce qu'elle aimait moins, ses passions, ses projets... C'est alors que j'ai décidé de vous partager ce modeste hommage. Ça va sûrement vous faire sourire...

### Joanne...

#### ☺ ADORAIT :

Les crevettes de Caraquet  
La coriande  
Les certs au thé des bois  
La nature  
Les enfants  
Le fromage cambozola  
Les minigos  
Les sushis

#### ☹ DETESTAIT :

Le mensonge  
Les « faux » maître  
Le système  
(spécialement médical)  
L'hypocrisie

Ce que j'admirais chez elle... et pour chacun de ces mots, il y a plusieurs histoires qui s'y rattachent, pensez-y!!!

Sa naïveté, son intégrité, son honnêteté, sa simplicité, son courage, son dévouement, son humilité, sa bonté et son don de soi (elle trouvait toujours quelqu'un de plus fatigué ou pauvre qu'elle à aider!!!) Sa façon très spéciale de connecter aux enfants, sa compassion, sa grande sensibilité et finalement son non-jugement et son impartialité!

### Faits et anecdotes...

- Quand quelqu'un riait de ses cheveux gris, elle lui répondait « Voyons... t'as jamais vu ça des mèches BIO »
  - Joanne ne partait jamais sans son galopin (C'était un grand bâton avec le haut qui ressemblait étrangement à une tête cheval)
  - Quand quelqu'un lui demandait ses coordonnées ou son adresse de résidence, elle répondait toujours « 356 DTR » (...et pour ceux qui ne comprennent pas... c'est parce qu'elle était constamment sur la route!)
  - Aussi étrange que cela puisse paraître, le don de médiumnité de Joanne se passait à travers ses poils de bras... Quand quelqu'un lui disait une affirmation « qui allait se réaliser » le poil lui dressait sur les bras... Et s'était vrai d'ailleurs!
- Faits et anecdotes à Jo (suite)...



-Joanne enveloppait chaque soir les gens qu'elle aimait beaucoup avec de la lumière. Et laissez moi vous dire qu'elle aimait beaucoup de gens!

-Jo n'avait pas d'ennemis!

-Pour appuyer sa naïveté...Jo à un jour fait un beau grand sourire à l'homme qui essayait, devant ses yeux, de voler son auto!!! Dans sa tête de petite fille un homme qui sortait de son « char » comme ça c'était loin d'être quelqu'un qui lui voulait du mal... mais quand elle a vu ce p'tit monsieur partir à la course, l'adulte est vite revenu dans sa tête en criant « Aïe, aïe, nounoune! »...Je l'aime cette histoire!!!

-Jo était dans une autre dimension sur terre et le disait constamment... Je suis sûre qu'elle « trippe » sérieux de l'autre côté aujourd'hui!

-Et pour ma citation de la fin, Joanne n'a jamais été reconnue à sa juste valeur de son vivant. Privilégiés sont ceux qui l'ont reconnue vraiment.

### Ses projets et son message...

Notamment parmi ses 1001 projets, il y en avait 2 majeurs qui la tenaient à cœur. Une herboristerie pour travailler dehors dans la nature avec nos merveilleuses alliés les plantes et leurs « ti-amis »! Ensuite... les enfants, de tous âges les jeunes indigos comme les ados en difficulté, Jo avait le cœur énorme pour les enfants. Elle rêvait d'un projet pour les accueillir, leur enseigner l'essentiel et la nature et les réconforter dans sa lumière.

**Son message...** Soyez vrai avec vous-même, vivez les émotions du physique là au moment où elles arrivent. Pleurez, riez, criez, dites les vrai affaires au gens que vous aimez. Arrêtez de jouer au « maître »! Le fameux principe « pensées-paroles-actions » finalement! C'est simple soyez intègre, vrai et honnête... spécialement avec vous-même et vous allez rapidement entrer dans cette maîtrise, cette paix et cet amour que vous recherchez tant!

Sois heureuse éternellement ma « beauté fatale! » Au plaisir de te re « voir » et te re « sentir » souvent. Je t'aimerai pour l'éternité ma tite Jo d'amour!

Lutin coquin Julie XXX





## Traverser les saisons de la vie sous le regard des directions.

Il y a bien des façons de voir la vie et le monde. Les amérindiens regardent dans les directions pour avancer sur le cercle de la vie. Percevoir les changements qui se produisent tout au long de la vie sous l'angle des directions et des saisons qui les sous-tendent apporte une compréhension différente face aux événements marquants de la vie.

Comprendre le sens des directions en explorant le cycle des saisons. Regarder nos expériences de vie sous le regard conscient de ces cycles, qui s'accomplissent tel un rituel. Dans les moments forts de la vie, dans ces espaces de questionnement et de déchirement comprendre les saisons de la vie permet de déchiffrer le calendrier qui conduit vers soi.

Toute notre vie est une suite de changements, de transitions volontaires ou non, d'événements agréables ou douloureux. Tout au cœur des changements subis ou désirés se dessine une nouvelle trajectoire conduisant vers de nouveaux horizons. Les changements qui surviennent comportent un commencement et une fin. Si l'ancien ne s'en va pas, le nouveau ne peut advenir dit une maxime chinoise.

L'ouest, c'est l'automne, l'achèvement de ce qui ne correspond plus à nos aspirations profondes. C'est le bilan de la vie, de ce qui a été réalisé et de ce qui doit être composté pour servir de nourriture à la suite de ce que l'on choisira d'accomplir. Nous intégrons l'expérience, nous comprenons qu'elle est terminée, et que nous sommes transformés par elle.

Ce processus de nettoyage permet de laisser aller ce qui ne convient plus et de conserver ce qui doit servir de base pour continuer. C'est une période de deuil de ce qui n'a pas été, de ce qui a été, de ce qui ne sera jamais. Il est difficile de reconnaître la fin, d'un cycle et de l'accepter. L'achèvement nous ramène parfois des expériences passées qu'il nous faut affronter pour boucler et terminer afin d'enclencher la cicatrisation des blessures de l'âme.

L'achèvement de l'automne nous conduit à la porte du nord qui tel la rivière gelée, fige l'âme, incapable d'agir ou de réagir plongé au cœur même du vide. Que faire? Qu'y a-t-il à faire?

Habiter le vide, le regarder, ne pas chercher à le combler immédiatement. Ce donner la permission de le visiter, de le regarder, de l'appivoiser. Car le vide est plein, ressourçant revitalisant. Dans notre monde d'aujourd'hui il n'y a pas de place pour cet espace d'errance nécessaire à l'âme lui permettant de se ressourcer afin de permettre à l'être de reprendre pied pour mieux avancer. Profiter du grand vide c'est voyager au cœur de notre être, prendre le temps de se regarder dans le miroir de glace, voir clair, sagesse et connaissance intégrée qui permet à nouveau de rêver. La course effrénée pour tout accomplir sans jamais s'arrêter ne mène nul part si ce n'est vers le burn-out.



L'hiver le germe en dormance. Espace régénérant qui conduit à la confiance que le printemps viendra et avec lui le renouveau, la germination. L'hiver temps d'arrêt nécessaire qui permet de découvrir de nouveaux sens à sa vie. Le Nord nous enjoint de faire le vide avant de chercher à faire le plein. Honorer le vide porteur de clarté et de la stimulante création.

En son temps l'est pointera. Le soleil du printemps apportera de nouveaux projets à entreprendre nous conduisant dans la période de floraison, d'accomplissement, et d'épanouissement de la douce chaleur du sud de l'été. Reviendra l'achèvement de l'automne, la traversé du grand vide de l'hiver, et le renouveau du printemps

Ainsi s'accomplit le rituel majestueux de la vie.

Monique Mathieu

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

## **Recettes de Pesto à la coriandre**

Purification du corps pour dissoudre et désagréger les métaux lourds de nos corps dans un court laps de temps. (mercure –plomb-aluminium). Recette amérindienne tirée du livre « *Chemtrails* » de Nenki. Faire une cure 1 fois l'an pendant 3 semaines à raison de 2 c. à thé par jour. Sur pommes de terre, pains grillés et pâtes.

### Ingrédients

4 gousses d'ail  
1/3 Tasse noix du Brésil (sélénium)  
1/3 Tasse graines de Tournesol (cystéine)  
2 Tasses de coriandre fraîche bien tassée  
On peut ajouter des feuilles de persil pour la vitamine C  
2/3 tasse huile de lin  
4 c. à thé de jus de citron frais  
2 c. à thé de miso japonais

Broyez au mélangeur le persil, la coriandre et l'huile de lin. Ajoutez l'ail, les noix de Brésil, les graines de Tournesol, le miso et le jus de citron. Mélangez jusqu'à texture fine. Rajoutez du miso et du jus de citron au goût.

Se conserve au réfrigérateur dans des bocaux bien fermés. Profiter de l'abondance de la coriandre fraîche en saison pour la congeler.

Violaine



## Dans mon coin de pays...

Cette chronique, est pour vous parler des conférences et activités qui se sont passées dans des régions du Québec ou du Nouveau-Brunswick.

### Kryeon :

Quelques membres ont assisté à la conférence de Kryeon à Montréal le 15 décembre 2002. Ce fût une journée bien remplie et magique, il n'y a pas véritablement de mots pour décrire cette journée. Cela a commencé par un partage de Lee Carrol, (celui qui canalise le groupe d'entités Kryeon) qui a résumé les concepts et notions qui revenaient souvent dans les messages de Kryeon. (temps circulaire, être multidimensionnel...) Il expliquait aussi le pouvoir de notre ADN.

Il avait demandé à Kryeon, s'il pouvait avoir des preuves, plus scientifiques de ces notions et concepts, qui aiderait à faire comprendre et accepter plus facilement ceux-ci. Kryeon avait répondu que non, il ne fera pas cela, car pour les humains ce serait croire à une chose extérieure à soi, et ceux-ci doivent RESSENTIR la vérité par le cœur, bref à utiliser leur discernement.

Ensuite, nous avons eu la surprise d'avoir comme invité Ronna Herman, celle qui canalise l'archange Michaël du côté américain. Nous avons eu l'invitation de celui-ci à croire en soi, (notre grandeur) et de se lever debout, comme travailleur de lumière. De plus, nous avons eu droit à quelques exercices qui nous ont été donnés et expliqués, bref d'autres outils nous permettant de guérir ou de nous reconnecter avec nous-mêmes.

Après, nous avons eu droit à un mini concert de Robert Haig Coxon, qui est un compositeur de musique genre nouvel âge. Cet individu qui possède un bon sens de l'humour et nous a fait rire. De plus, il a composé en improvisant, une musique spécialement pour notre groupe, selon notre son personnel.

Finalement, nous avons reçu un message de Kryeon, nous expliquant que nous sommes des êtres spéciaux, car c'est nous qui avons choisi de permettre l'avènement de cette grille magnétique, qui aidera à solutionner les problèmes que l'humanité vit présentement. D'ailleurs, celle-ci sera plus forte que l'ancienne. Il y aura deux autres grilles qui seront implantées dans les prochaines années. La deuxième est la grille cristalline, (et oui les cristaux!) qui sera complétée d'ici 2012, et ensuite la grille vivante. (c'est nous! L'humanité) Le groupe de Kryeon est d'énergie féminine, et elle sera de plus en plus canalisée par des hommes, car cela permettra d'ancrer cette énergie dans l'énergie masculine et d'équilibrer celle-ci. De plus, il nous a invité à continuer notre évolution spirituelle, même si nous avons le goût parfois de tout lâcher, de ne pas désespérer car d'ici 3 mois les choses bougeront.

J'ai adoré cette conférence, personnellement j'ai ressenti le cortège de Kryeon s'installer tout autour de moi, durant cette conférence, et j'ai vécu une guérison au niveau de mon être concernant des mémoires provenant de vie Lémurienne. Il y a une porte qui s'est ouverte. C'est une conférence à écouter au moins une fois dans notre vie



Au mois de décembre, Nous avons assisté à la conférence de Marie-Lise Labonté qui lançait son dernier livre qui s'intitule : « **Les familles d'âmes** ». Pour ceux qui ne connaissent pas cette psychothérapeute, formatrice et auteure, c'est elle qui canalisait les anges « Xédah ». Maintenant, elle reçoit en transe l'Archange Michaël et l'Âme Mère, en plus d'avoir conçu la technique de l'antigymnastique.

Plusieurs ouvrages nous communiquent, plusieurs maîtres spirituels nous disent que ce qui est en bas est comme ce qui est haut, et ce qui est en haut est comme ce qui est en bas. Par ce fait même, s'il existe des familles terrestres (Lajoie, Labonté, Latendresse, etc.), il est facile d'imaginer qu'il existe aussi des familles célestes. Marie-Lise décrit les 13 grandes familles actuellement incarnées sur la belle Bleue: Maîtres, Guérisseurs, Guérisseurs-Guerriers, Guérisseurs-Chamans, Guérisseurs-Enseignants, Guerriers, Alchimistes Féés, Communicateurs, Enseignants, Passeurs, Initiateurs de conscience, Piliers et Mécaniciens.

De plus, au sein de chaque famille, il est possible d'occuper quatre différentes positions soit : Noyau, Filtre, Stabilisateur et Périphérie.

Finalement, en plus de trouver beaucoup d'informations concernant l'univers des âmes, vous trouverez aussi des mantras pour vous aider à approfondir les notions contenues dans ce livre... Bonne Lecture ;-)

Carol R. et Carol P.

BBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBBB

Qui était Mikhaël Aïvanhov ? Pour la plupart d'entre nous, nous avons tous lu un jour un des ces nombreux livres. Mais, nous connaissons très peu sa vie personnelle; comme par exemple que sa grand-mère possédait un don de guérisseur. C'est dans le but de découvrir qui était ce grand homme que j'ai décidé d'acheter : « **La vie d'un maître en Occident** ». Cet ouvrage est une excellente biographie qui contient beaucoup de détails concernant sa vie de sa naissance jusqu'à sa mort. En plus, on retrouve énormément d'éléments spirituels. Je le recommande à tous ceux qui veulent savoir qui était l'homme Omraam Mikhaël Aïvanhov. Très intéressant et facile à lire...

Carol R.

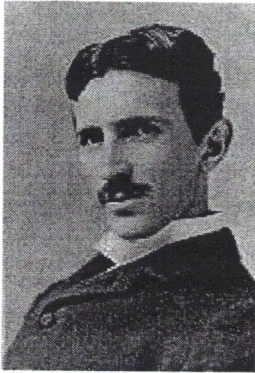
P.S vous pouvez vous le procurer soit avec Robert Lachance ou dans une bonne librairie nouvel âge.



« C'est uniquement avec le cœur qu'on peut voir les choses avec clarté. Ce qui est essentiel est invisible à l'œil nu. »



## Un monde parallèle



Voici une autre chronique d'un monde parallèle, cette fois-ci je parlerai de Nicolas Tesla, Qui est-il ? C'est un brillant inventeur qui vivait à la fin du 19<sup>e</sup> siècle et au début du 20<sup>e</sup> siècle. Il est le père de plusieurs inventions et brevets, donc entre autre le courant alternatif électrique, la radio (et oui Marconi a utilisé plusieurs de ces brevets venant de Nicolas Tesla) le radar, le principe de téléguidage, les plasmas et bien d'autres choses...

Il est né en 1856, étant jeune il s'est amusé à construire différents petits modules mécaniques. Après avoir étudié à l'école polytechnique de Graz, il travailla à un bureau de télégraphe ouvert par Thomas Edison à Budapest. Depuis ses études à l'université, il se consacre à une invention d'un moteur à courant alternatif. Idée qui ne le quittera pas avant de l'avoir réalisé. George Westinghouse sera un grand supporter financier de Nicolas durant une partie de sa vie, finançant sur plusieurs de ses projets qui pouvaient toucher jusqu'à 100 000,00\$ us, dans cette période.

Nicolas aimait passer beaucoup de temps à ses inventions, d'ailleurs, il en oubliait de manger, de dormir, et parfois de faire connaître ses inventions. D'ailleurs, il n'a pas eu réellement d'archives et peu de plans ou croquis de ses inventions, car Nicolas avait une bonne mémoire. Il avait le don de visualiser avec une telle acuité, qu'il n'avait pas besoin de maquette, ni de schéma, ni même d'expérience.

« Tout ce que j'invente fonctionne comme je l'ai imaginé, l'expérience se déroule comme prévue »

En 1884, il travailla avec Thomas Edison. D'ailleurs, ils ne s'entendaient guère, car Edison était quelqu'un qui ne se préoccupait que de l'argent que ses inventions pouvaient rapporter et n'était pas très ouvert aux nouveautés et améliorations que Tesla pouvait apporter aux inventions déjà existantes. D'ailleurs, à plusieurs reprises durant sa vie ses découvertes amenèrent une certaine polémique, car certains considéraient ses inventions irréalisables et impossibles.

Durant une conférence devant « American Institute of Electrical Engineers » en 1891, il présenta l'ampoule qui n'avait pas de perte d'énergie, (contrairement à celles d'aujourd'hui qui sont d'un brevet de Thomas Edison et qui n'ont qu'une efficacité énergétique de vingt fois inférieures à ceux de Tesla) pas de fil et aucun contact, avec la source d'énergie (transmission d'énergie par induction). D'ailleurs, Tesla commença à réfléchir sur l'immense potentiel de conductivité de l'atmosphère terrestre. Il se dit qu'il pouvait envoyer des ondes radio et lumineuses en émettant certaines ondes à travers l'atmosphère, pouvant même illuminer des villes la nuit, et utiliser cette réflexion de l'atmosphère pour les communications radio.

*(suite dans le prochain journal) Carol P.*



# Z Allume ! ☼

C'est le sujet développé par Ghislaine Lanctôt sur la controverse de vaccine-vaccine pas? Ghislaine Lanctôt est ce médecin qui a perdu ses droits de pratique parce qu'elle s'est élevée contre le système médical en place. Elle donne conférences et ateliers pour informer la population sur le pour et le contre de la vaccination. Non seulement elle nous parle de médecine mais elle ramène tout à s'aimer d'abord. Que nous sommes les créateurs de tout ce qui nous arrive dans notre vie, même la maladie.

Pourquoi ? Par amour pour soi, pour nous rappeler qui nous sommes. Le créateur que je suis m'envoie cette maladie pour comprendre que tout est vibration. Quand je suis dans cette conscience, j'amène les vibrations de mon corps au niveau de mon âme et je crée la santé illimitée et l'immortalité de mon corps.

Les mots sont percutants. Pourquoi la vaccination ? Par peur. Par peur d'être malade, on se fait donner des vaccins qui rendent malade parce qu'on a peur. Si vous désirez en savoir plus sur les ateliers et conférences de Ghislaine Lanctôt visitez le site web <http://www.personocratia.com/> Vous aurez de l'information sur les livres, vidéo et cassettes misent à notre disposition pour prendre conscience de ne plus avoir peur et agir... sortir de la peur, revenir à soi. Aimons-nous, je ne peux que m'aimer. Je suis amour infini et je suis sur cette terre pour apprendre cela. **M'aimer d'un amour infini...**

## **Livres suggérés par Ghislaine Lanctôt**

- Hitler l' élu du dragon de Jean Robin, éditions G.trédaniel
- Les vaccins Racket et poison, auteur ?
- Les affranchis de l'an 2000 de Louise m. Duboin, éditions Voici la clef
- La mafia médicale, et Que diable suis-je venu faire sur cette terre ? de Ghislaine lanctôt, éditions Voici la clef
- Au nom de Dieu de David Yallop, éditions Bourgeois

## **De ma trouvaille**

- Vaccins, mais alors on nous aurait menti ! de Jean-Pierre Joseph, éditions Poche Vivez Soleil.

Violaine

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

"Le monde évolue parce que certains marchent à côté des chemins. C'est dans la marge que se font les plus claires corrections." (Robert Mallet)

« Considéré l'improbable, vous aurez une meilleure compréhension de la réalité »  
(Eric Marchand)



## Le langage des oiseaux

Dans l'alchimie il y a un langage qui est utilisé par les alchimistes pour coder les instructions et messages pour eux-mêmes sans que le profane ne sache la signification de ceux-ci. L'alchimiste se retrouve dans tout ce qui est et tout ce qui est se retrouve en lui. L'alchimie est faire ce qui nous semble juste, chercher l'unité en toute chose. Ce langage permet de décoder la signification des mots que l'on utilise. L'exemple que je pourrais utiliser est le mot archange, dans l'alchimie nous le décodons comme suit, arc (lien unissant, vers soi) an (à l'intérieur) ge (Je).

Les noms et prénom que nous utilisons, ont aussi des significations, car comme les lettres hébraïques, chaque mot de notre identité humaine a une énergie propre.

Voici la liste :

- A- règle, principe
- B- passage
- C- corps
- C- cordon ombilical
- D- qui vient de...
- E- le monde
- F- le feu
- G- va chercher à l'intérieur des choses
- H- balance entre le haut et le bas
- I- unité, le principe Dieu
- J- l'unité qui a mal tournée
- K- l'unité cassée
- L- mouvement dirigé
- M- création, la mère, aimer
- N- retournement
- O- eau, corps et esprit
- P- transmission par le père
- Q- sépare le corps de l'esprit
- R- air, le souffle, le rire souffle de l'unité, souffle dans le monde
- S- mouvement dans tous les sens
- T- terre
- U- réceptacle, urne
- V- ramène en un point, vie-unité-monde
- W-(n'existe pas dans le langage des oiseaux)
- X- axe ou toutes choses
- Y- synthèse, 2 en 1
- Z- retournement de la matière

Si je prends mon prénom (selon mon interprétation) cela pourrait ressembler à ceci : C : par le corps; A : ses principes; R : le souffle de l'unité; O : du corps et de l'esprit; L : par le mouvement dirigé. Vous êtes F.O.R.T si vous avez les quatre éléments en vous. Bref, amusez-vous à déchiffrer votre prénom et aussi votre nom de famille, car cela vous donnera les énergies de celles-ci et votre rôle au sein de cette famille terrestre. De plus, laisser ces lettres vous parler, vous saurez la signification. Cette information provient de Patrick Burensteinas, alchimiste physicien et psychothérapeute, créateur de la technique thérapeutique « la Trame ».



## ✂ Un monde de cristaux ✂

Voici une chronique de plusieurs articles sur l'utilisation des cristaux, ses propriétés métaphysiques et autres informations utiles. Les cristaux sont des êtres vivants, comme le monde animal et végétal, d'ailleurs selon Edgar Cayce, ils seraient la première expérimentation d'humanité sur terre.

Ceux-ci ont un corps éthérique comme tout être vivant, ce corps peut être endommagé dû à des utilisations ou influences non harmonieuses. Quand vous travaillez avec les cristaux, considérez les comme des amis et non comme de simples outils matériels. Les cristaux ont une seule conscience pour toutes les manifestations physiques existantes. Il y a plusieurs façons de nettoyer et d'harmoniser les cristaux, je vous parle de quelque uns, tel que décrit par Lazaris et L'aigle bleu. Quand vous achetez des cristaux, il est important de les nettoyer de toutes influences qui ne vous appartiennent pas avant de les utiliser.

Selon la technique amérindienne, placer le cristal dans de l'eau le plus pur possible (eau de source) avec une pincée de sel marin, dans un bol fait de matière naturelle, vous laissez agir pendant 9 jours. Personnellement j'avais un message comme de quoi j'avais à les retirer de l'eau après 3 à 4 jours de purification. Ne pas les mettre directement dans du gros sel, cela pourrait endommager leur corps éthérique. Vous pouvez les enterrer dans le sol, laissant la terre s'en occuper, mais le processus de purification peut être long, tout dépendamment de la santé du sol en question.

Après ce nettoyage vous aurez seulement à les purifier sommairement après chaque utilisation, soit en utilisant la fumigation, soit en les passant dans l'eau courante (autre que le robinet), soit en le tenant dans vos mains en exprimant dans ces trois cas, l'intention de le nettoyer et de l'harmoniser. Vous pouvez vous créer un rituel de nettoyage qui vous convient, selon votre imagination.

Je tiens à faire une mise en garde concernant l'utilisation des cristaux. La plupart des cristaux de Quartz sont des amplificateurs, (émetteurs/récepteurs) donc il est important lorsque vous avez en main un cristal, de bien vous préparer mentalement, car toutes pensées que ce soit de lumière ou d'ombre est amplifié.

Voici donc quelques propriétés de cristaux :

Aventurine (Quartz vert) : Aide à relâcher toutes craintes et anxiétés, amène l'apaisement, et la tranquillité émotionnelle, attitude positive envers la vie. Nous aligne de la tête aux pieds.

Quartz de couleur fumée : Excellent pour l'enracinement, la méditation, permet de travailler sur des aspects de soi-même couche par couche, car elle a des énergies plus lentes, favorise le mouvement de la Kundalini. Relaxant, accrois la perception des rêves.



Quartz clair avec inclusion de rutile : Perce à travers différentes couches de densité physique, émotionnelle et mentale, Accroît la communication avec le moi supérieur et les guides spirituelles. Amplifie l'énergie, augment l'intention, particularité de repousser les énergies négatives et d'attirer les énergies positives.

Quartz Rose : Aide à débloquer tous problèmes qui concernent le cœur, autant sur le plan physique qu'émotif. Utiliser pour calmer et apaiser les déséquilibres d'ordres sexuels/émotionnelles, ainsi accroît la confiance en soi. Aide au développement du pardon, de la compassion et de l'amour de soi et des autres. Chakra du cœur.

La suite au prochain journal.

Carol P.



### ✿ Suggestion énergétique ✿

Voici une visualisation qui m'a aidé à libérer des blessures d'âmes venant de d'autres incarnations. Car même dans le moment présent vous pouvez changer le passé, vous êtes des êtres multidimensionnels, vivant autant dans le passé, le présent et l'avenir. Cette visualisation provient d'information venant de l'archange Michaël.

Vous visualisez une pyramide cristalline de couleur adamantin,(blanc perle) dans lequel il y a un siège ou un lit fait de cristal, il y a aussi des sièges autours et vous vous assoyez dans l'un de ceux-ci. Vous mettez sur le lit ou le siège la situation ou l'expérience vécue. Vous visualisez une lumière remplie d'amour provenant de cette grande source de tout ce qui est, pénétrer la pointe de la pyramide. À l'intérieur de celle-ci et en haut de vous-même, il y a un grand cristal à deux pointes dirigées vers le siège ou le lit. Cette lumière passe par celles-ci et de ce cristal jaillit des éclairs blancs bleutés et même doré imprégnant cette situation ou vécu.

Pendant ce travail, vous changez le scénario qui ne vous convient plus. (bien entendu il faut l'avoir accepté et accueilli avec amour avant) ex. une séparation avec l'être aimé avant une mort pensant que vous avez été rejeté, refaire le scénario que l'être vous aime malgré la séparation.

Laissez travailler pendant quelques minutes. Ensuite sortez de cette pyramide, vaquez à vos occupations quotidiennes. Lorsque le temps viendra (et assez vite) vous vous libérez de ce vécu ou Karma. Je l'ai essayé et ça marche !

Bonne expérimentation

Carol P.



## Nouvelles tendances Y

Cette chronique a pour but de faire connaître des nouveaux produits ou services dans le domaine de la santé et du bien être, qui peuvent nous apporter un soutien ou des outils pratiques.

Suite à des problèmes physiques dus à mon travail, ceci en répétant les mêmes mouvements continuellement, j'ai développé une tendinite. C'est alors que j'ai découvert les produits Thermoflow, qui sont des vêtements thérapeutiques qui ont été développés scientifiquement afin d'utiliser les rayons infrarouges pour promouvoir naturellement la guérison et le bien-être du corps physique.

C'est après seulement quelques semaines que la tendinite s'est atténuée jusqu'à 95%, moins de douleur. Les produits Thermoflow sont conçus avec des fibres de céramique qui sont tissées dans une étoffe agréable. L'efficacité de ces produits, résulte de la capacité à refléter les rayons infrarouges qui agissent en stimulant et en accélérant la circulation sanguine de notre corps, ce qui revitalise les tissus et contribue à leur guérison, ainsi que leur régénération. Je suis très satisfaite de mon expérience, et c'est pourquoi je vous le recommande.

Micheline Chicoine

P.S. C'est la même technologie que les fibres des produits Nikken.



Les produits de la Cie Magnépure ont été conçus pour endiguer le flot d'ondes électromagnétiques produites par différents appareils électriques ménagers, comme l'écran de télé, l'ordinateur ainsi que le fameux téléphone cellulaire. La gamme des produits Neutral est conçue pour cela.

Vous pouvez visiter le site Internet suivant pour plus d'information. <http://www.magnepur.com/>



Le chlorure de magnésium, produit naturel aide au bon fonctionnement du corps en général. Il permet d'aider à la guérison de problèmes tels que la grippe, l'asthme, la bronchite et autres problèmes respiratoires, ainsi que des problèmes chroniques tels que la fatigue, la dépression, les migraines et douleurs articulaires. Il travaille aussi au niveau des problèmes de peau, d'excès de cholestérol et triglycérides, de vieillissement, de maladies infectieuses.

Selon Ghyslaine Lanctôt, Il permet aussi d'aider à la guérison de la méningite, en buvant à chaque heure un verre de ce mélange jusqu'à ce que les symptômes disparaissent.



## Résumé du Livre « Relations et jeux de pouvoirs »

J'ai envie de vous partager la prise de conscience que m'a apporté la lecture du livre « relations et jeux de pouvoirs ». Comment passer de l'amour du pouvoir à la puissance de l'amour ? Nous sommes là, au cœur de la difficulté de passage qui se pose pour chacun d'entre-nous et pour la conscience.

Les couples éclatent, les conflits familiaux, les conflits de travail sont présents et restent dans l'affrontement permanent. Pourtant nous pouvons diagnostiquer le poison, il s'agit des rapports dominant-dominé dans les relations.

Comment sortir de ces comportements archaïques ? Là encore ! La bonne volonté ne suffit pas, nous répétons encore et encore les ancrages des générations qui nous ont précédés. La peur est un très lourd héritage. Là oui nous avons peur, nous manipulons. L'auteur attire l'attention sur une couche de la communication. Souvent nous avons peur de l'autre, peur de soi, peur de la réalité, des changements, de la mort, des limites de notre corps, de notre vulnérabilité ainsi que la peur de vivre.

Notre communication avec l'autre est souvent implicite, alors que nous devrions avoir une communication explicite. Alors ce que nous propose l'auteur est de comprendre comment les jeux de pouvoir se mettent en place :

- Être capable d'en repérer la présence
- Identifier l'origine inconsciente
- Trouver en vous les moyens de ne plus être déstabilisés par la pression.
- Explorer les stratégies aptes à déjouer les pièges de la relation
- Découvrir quelles stratégies peut déjouer chacun des pièges mentionnés.

Comment être soi sans cesser d'être avec l'autre, comment être avec l'autre sans cesser d'être soi ? La transformation du cœur naît de la compréhension émotionnelle, c'est-à-dire de l'expérience et de la pratique dans la durée.

Merci et bonne lecture

Micheline Chicoine

P.S. Ce livre a été écrit par Jean-Jacques Crèvecoeur, de Jouvence éditions, vous pouvez vous le procurer ce livre par Robert Lachance ou par une bonne librairie.



« Le hasard est le chemin que Dieu emprunte quand il veut voyager incognito »  
Albert Einstein

« Ce n'est pas ce qui arrive qui détermine notre vie, mais plutôt ce que l'on choisit de faire avec ce qui arrive. »  
Anonyme.



## ≈≈≈ SUGGESTIONS ≈≈≈

### Musique

#### **The Silent Path**

par Robert Haig Coxon

Pour ceux qui ne connaissent pas Robert, c'est un disque à découvrir qui nous permet de faire un voyage musical à l'intérieur même de la lumière. C'est l'essence de son céleste qui relie l'âme à ses origines lointaines. Contient des sons de bol sacré.

(Carol P.)

### Livres

#### **Le futur est maintenant** (tome II)

par Ronna Herman

Enseignement de l'archange Michaël canalisé par l'auteure. Très dynamique, il nous offre plusieurs exercices de visualisation afin de cocréer et de réaliser tout ce potentiel en nous dans le cadre de la nouvelle énergie qu'accueille actuellement la terre. (Carol P.)

#### **Les familles d'âmes**

par Marie Lise Labonté

Explication et enseignement provenant des anges Xedah et de l'archange Michaël sur les âmes et leurs familles. Elle décrit ces 12 familles et leurs actions, sur le plan terrestre. Personnellement m'a permis de rencontrer mes blessures d'âmes. (Carol P.)

#### **Le pouvoir de choisir**

par Anne Marquier

Nous sommes tous des créateurs, nous sommes à la source de tout ce qui nous arrive et de tout ce qui se présente dans notre vie, dans notre désir inconscient de comprendre et de « grandir ». Ce livre nous enseigne comment transformer les événements qui nous semblent malheureux en riche expérience pour notre évolution. Lâcher le contrôle pour acquérir la maîtrise.

(Violaine)

### **Site Internet à visiter**

<http://www.emisaryoflight.com> (site anglais, de James Twyman )  
<http://www.rayonviolet.com> (site de l'énergie du maître St-Germain)  
<http://www3.sympatico.ca/jaclapointeartistepeintre> (art visionnaire)  
<http://net.addr.com/eaudiamant> (site Internet pour se procurer l'eau de diamant)  
<http://www.duguay.com> (site Internet de Mario Duguay, art visionnaire)  
<http://membres.lycos.fr/quanthomme> (site sur les énergies libres et leur invention)  
<http://www.onnouscachetout.com> (site sur des sujets souvent secrets)  
<http://www.crystalsanctuary.com/minfr.htm> (mine de cristal de Bonsecour)

## ACTIVITÉS ET CONFÉRENCES À VENIR ....

**Le cours des anges** : Rêves – signes – méditation avec  
Christiane Muller L'ange choisit pour la période du mois de  
juin est : l'ange 7, Achaiah : la réussite du casse-tête.



Les dates des rencontres dans votre région sont les suivantes :

Québec : 9 juin 2003

Hôtel Universel 2300 Chemin Ste-Foy  
(face à l'Université Laval)  
Salle Forges Saint-Maurice

Montréal : 16 juin 2003

1212 rue Panet,  
Métro Beaudry salle 100

Mont-St-Hilaire : 20 juin 2003

Motel Le Transit, 30 rue Brunet

Trois-Rivières : 17 juin 2003

Entrée Nouvel âge l'Étoile Doré  
940, Notre-Dame

Thetford Mines : 4 juin 2003

Entrée d'Affaires l'Amiante  
733, boul. Smith Sud (sous-sol, salle  
2003)

Montmagny : 10 juin 2003

Auberge La Belle Époque  
100 Est, St Jean-Baptiste

Rimouski : 11 juin 2003

Hôtel Gouverneur,  
155 boul. René-Lepage Est  
Salle Montmagny

La Malbaie : 12 juin 2003

Auberge Au Petit Berger  
20 rue Desbiens

Les conférences débutent à 19h00      Contribution de 15\$ par cours

Pour de plus amples renseignements: [http://www.72anges.ca/htm-for/horaire 2002.cfm](http://www.72anges.ca/htm-for/horaire%2002.cfm)

**Rencontre avec le Maître Hilarion** (canalisé par André De La Durantaye)

À Québec, le 23 mai 2003, 19h30

Hôtel Universel, 2300 Chemin Ste-Foy (face à l'Université Laval) Admission : 20\$

Les thèmes seront : Conférence : Perspective 2012, l'influence de l'Ère du Verseau  
Canalisation avec Hilarion : Processus d'ascension individuelle

Pour de plus amples renseignements : Contactez André De La Durantaye  
(450) 652-5649 Site Internet : [http:// www.marie-lakshmi.com](http://www.marie-lakshmi.com)

**Entretiens avec les énergies du Maître Saint-Germain**

canalisé par Pierre Lessard

À Québec, le 14 mai 2003, 19h30

Hôtel Universel, 2300 Chemin Ste-Foy (face à l'Université Laval) Admission : 20\$

Le thème de la rencontre portera sur les vies antérieures et la réincarnation

Pour de plus amples renseignements : Contactez Denise Robitaille (418) 841-2350  
Site internet : [http:// www.rayonviolet.com](http://www.rayonviolet.com)



## Saviez vous que...

Ceci est une suite de court extrait d'article, avec l'intention de vous allumer, et de vous informer.

Savez-vous que votre cerveau cuit littéralement si vous utilisez un téléphone cellulaire régulièrement et souvent ! Car cette technologie utilise les ondes micro-ondes, (pour la transmission des communications) comme la technologie du four micro-onde. D'ailleurs, il y a plusieurs études de réaliser sur les effets de ces ondes sur notre santé.

Le fluor est un dérivé ou déchet de fabrication de l'aluminium et à la longue il peut causer de l'ostéoporose ainsi qu'amincir l'émail des dents. De plus, ce produit a un effet sédatif sur notre faculté de penser. (Il engourdi la volonté) Il se retrouve dans la pâte dentifrice, l'eau du robinet et aussi dans l'eau embouteillée (en faible quantité).

Savez-vous que les fours à micro-ondes sont interdits dans l'ex URSS depuis le milieu des années 70 ?! Et leurs utilisations sont limitées sérieusement dans certains pays européens! Les ondes émettent par cette technologie peuvent causer divers problèmes de santé, ainsi qu'une réduction de 60 à 90% des éléments nutritifs et de l'énergie vitale des aliments, par cette cuisson micro-onde.

Que près de 75% des produits préparés que l'on achète à l'épicerie peuvent contenir des OGM ! Et que contrairement à la croyance populaire qu'un OGM prend moins de pesticide, par rapport à un produit normal, il en prend 25% de plus. Aussi un bon nombre d'additifs alimentaires sont des produits synthétiques ou chimiques et peuvent causer toutes sortes de problèmes de santé.

Saviez vous que les plantes sont un bon filtreur d'air, car celles-ci absorbent tout gaz carbonique et rejettent de l'oxygène, si vous êtes comme moi, amateur de plante et que vous en avez beaucoup, cela permet d'améliorer le taux d'oxygène dans votre résidence.

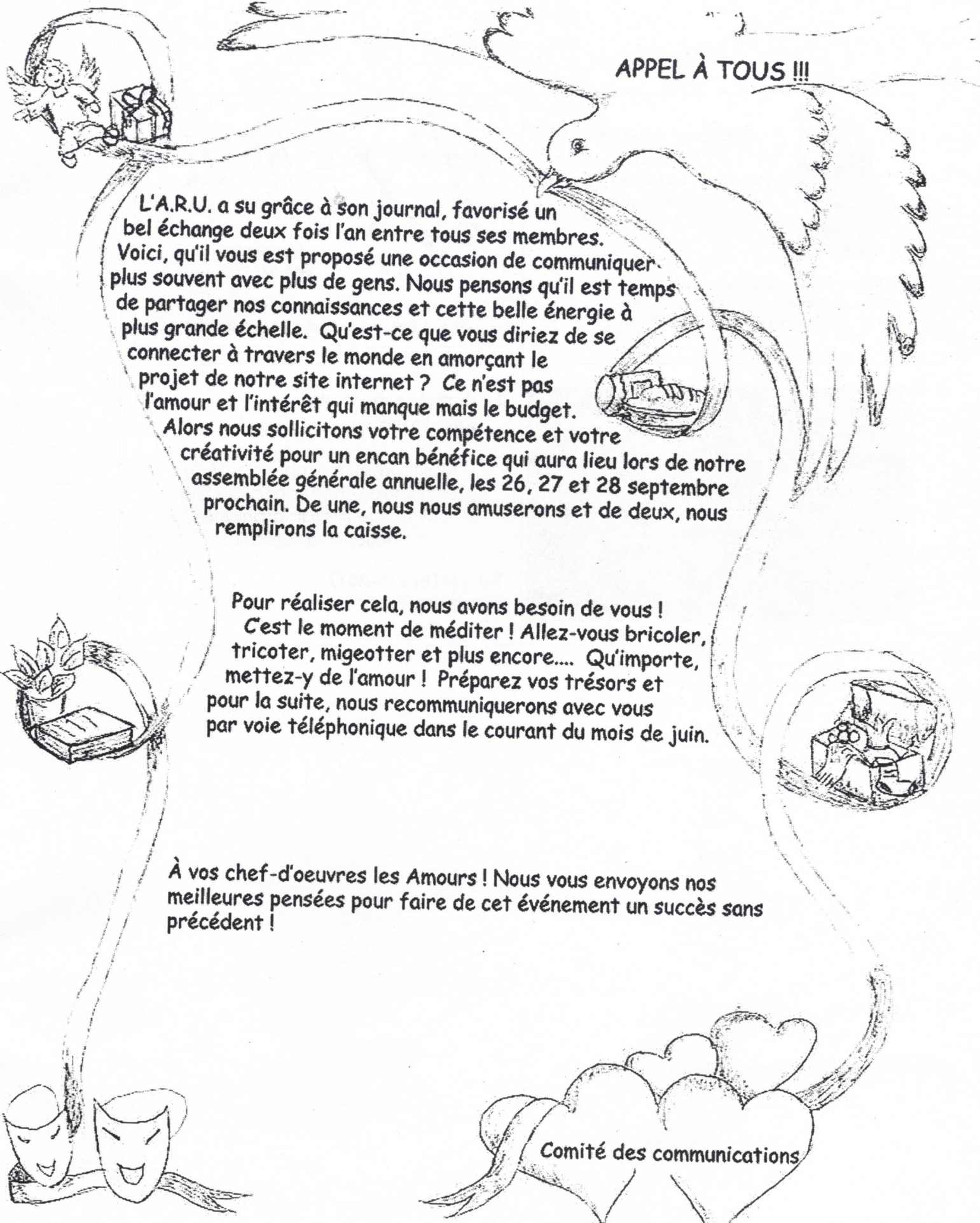
Carol P.

### Choses étranges que personne ne sait !

- C'est possible de faire monter des escaliers à une vache, mais c'est impossible de la faire redescendre.
- Un escargot peut dormir durant 3 ans.
- Tes yeux sont de la même grosseur qu'à ta naissance, mais ton nez et tes oreilles ne cessent jamais d'augmenter. Épouvantant.
- La chaise électrique a été inventée par un dentiste.
- Dans l'Égypte ancienne les prêtres s'arrachaient tous les poils du corps, y compris les sourcils et les cils.
- Le briquet a été inventé avant les allumettes.
- Tous les ours polaires sont gauchers.



## APPEL À TOUS !!!



L'A.R.U. a su grâce à son journal, favoriser un bel échange deux fois l'an entre tous ses membres. Voici, qu'il vous est proposé une occasion de communiquer plus souvent avec plus de gens. Nous pensons qu'il est temps de partager nos connaissances et cette belle énergie à plus grande échelle. Qu'est-ce que vous diriez de se connecter à travers le monde en amorçant le projet de notre site internet ? Ce n'est pas l'amour et l'intérêt qui manque mais le budget. Alors nous sollicitons votre compétence et votre créativité pour un encan bénéfice qui aura lieu lors de notre assemblée générale annuelle, les 26, 27 et 28 septembre prochain. De une, nous nous amuserons et de deux, nous remplirons la caisse.

Pour réaliser cela, nous avons besoin de vous !  
C'est le moment de méditer ! Allez-vous bricoler, tricoter, migeotter et plus encore.... Qu'importe, mettez-y de l'amour ! Préparez vos trésors et pour la suite, nous recommuniquerons avec vous par voie téléphonique dans le courant du mois de juin.

À vos chef-d'oeuvres les Amours ! Nous vous envoyons nos meilleures pensées pour faire de cet événement un succès sans précédent !

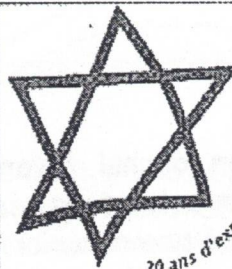
Comité des communications





**Hélène Michaud**  
Pédicure  
Massage métamorphique  
Maître Reiki  
Membre : A.P.Q. et A.R.U.

Centre retour aux sources  
520 rue Canada, Edmunston, N.-B.  
Pour rendez-vous 506-735-5265 ou 739-8648



**LE TAROT**  
PROFESSIONNEL

**Lise Ross**  
(418) 527-7910

*amour • santé • argent • voyages*  
432, boul. René-Levesque Ouest, Québec (Québec) G1S 1S3



**Julie Cayouette**

Pédicure • Reflexologie • Herboristerie • Maître Reiki  
Membre de l'A.P.Q., A.N.R.Q. et A.R.U.

5350, Henri-Bourassa, local 20, Charlesbourg (Québec) G1H 6Y8  
Tél. : (418) 627-2592

**Le domaine de crystal**  
**Carol Proulx**

Maître Reiki, membre de l'ARU  
Technique d'harmonisation EMF  
Massage métamorphique  
Atelier d'art créatif

Tél. : (418) 660-2017  
pleadiens@yahoo.ca



## S'ouvrir à l'intuition

1. Se percevoir comme un esprit incarné.
2. Faire corps avec soi et avec l'univers.
3. S'écouter corps et âmes.
4. Veiller à son bien-être global.
5. Faire taire son mental.
6. Se responsabiliser de ses émotions.
7. Avoir un œil averti sur ses automatismes.
8. Prendre soin de ses vulnérabilités particulières
9. S'occuper de ses besoins et de ses désirs.
10. Se poser à la lumière de ce qu'on veut être.
11. Élargir son attention
12. Raffiner ses capacités sensorielles et émotionnelles.
13. Veiller à se guérir quand c'est nécessaires.
14. Développer sa capacité de trouver du sens pour soi.
15. Savoir laisser aller et se détacher.
16. Faire silence sereinement.
17. Cultiver et poursuivre ses rêves.
18. Savoir attendre et recevoir l'inspiration
19. Être à l'affût des coïncidences dans sa vie.
20. Développer sa capacité de trouver du sens pour soi.
21. Rechercher l'authenticité
22. Faire ses invocations.
23. Savoir apprécier l'agréables au quotidien.
24. Se ressourcer dans la nature sauvage.
25. Contribuer à l'expansion de la sagesse féminine
26. Rire, rire de soi, avoir beaucoup d'humour.