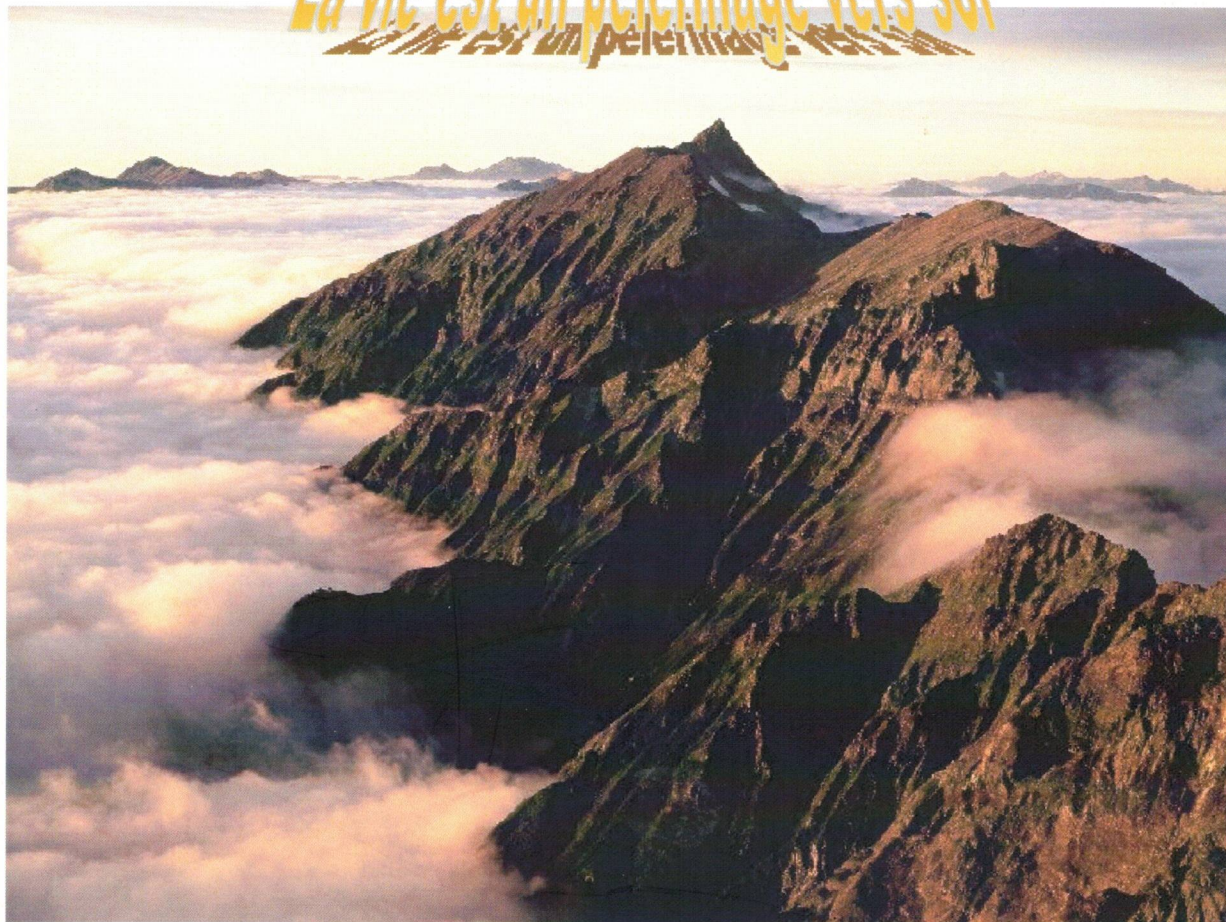


Le Messenger

La vie est un pèlerinage vers soi



Janvier 2006



SOMMAIRE

- 1 Le mot de Marie-Ange
- 2 Éditorial ; La vie est un pèlerinage vers soi
- 3 Voyager en pèlerin pour devenir plus sage
- 4 Voyager au bout de moi-même ou l'appel de mon âme
- 6 Jamais seule
- 7 Suggestions et autre
- 9 Voyage initiatique au Mont Shasta
- 10 Richesse du cœur - Saviez-vous que
- 11 Croire en ses rêves
- 12 Pour mieux vivre nos changements
- 13 Qui est réellement Marie-Madeleine
- 14 La Boîte vocale de Dieu
- 15 Légende amérindienne
- 16 Les suggestions de lecture de Marie-Joceline
- 17 Notre prochain thème
- 18 Un peu d'humour - Une mère écrit à sa fille
- 19 À propos du sens de la vie
- 20 La grande sagesse de Socrate
- 21 L'histoire de Juan
- 22 Chronique Beauté Santé
- 23 Réflexologie intégrale

L'équipe du journal

Julie Cayouette
Sophia Gonthier
Monique Mathieu
Marielle Martin
Réal Roussel

julie@eveil conscience.com
sophiagg76@hotmail.com
moniquemathieu@videotron.ca
centre.de.l.etre@sympatico.ca
realannr@rogers.com

Merci à nos précieux collaborateurs

Marie Ange Michaud
Nicole Rouillard
Nicole Gosselin
Marie-Joceline Morel
Carolyn Watt
Heidi Wyssbrod
Carol Proulx

Décembre 2005,

Allumons nos phares!!!!

L'énergie de NOËL est très présente à l'intérieur de la plupart d'entre-nous n'est-ce pas? Cet émerveillement d'enfant qui réveille une grande joie est une mémoire de la naissance d'un Divin!!

Permettons-nous un moment d'arrêt et de réflexion. Pourquoi cet état d'âme? Et oui, ce Divin en nous se souvient du choix qu'il a fait de revenir au niveau terrestre, dans cette densité humaine. Voilà pourquoi c'est URGENT de réveiller et d'amplifier cette énergie de « CRÉATEUR », notre vraie nature.

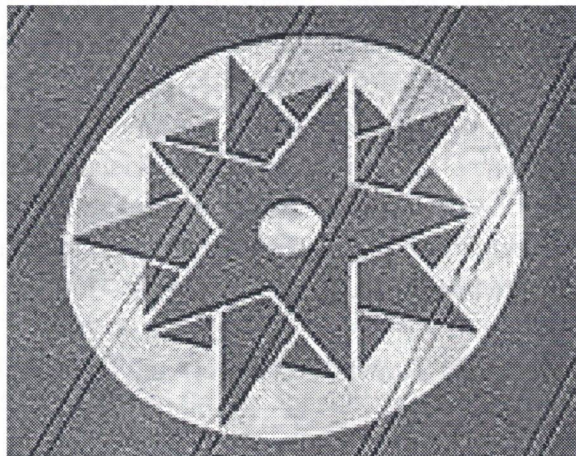
La raison de notre retour ici est de réussir l'ASCENSION avec notre corps physique. Ce qui veut dire la PERFECTION de l'Homme-Dieu ou l'Amour-Conscience Unifiée. Être au service de nos frères et sœurs dans la JOIE et la PAIX.

Où sommes-nous rendus dans cet éveil? Profitons de cette période pour rectifier nos choix de rencontres «Party» en cette occasion des fêtes de Noël. Pour chacun de nous, quel sens profond a la famille, nos petits enfants, les amis?

Mon souhait le plus grand est : SOYEZ HEUREUX DANS LA SIMPLICITÉ ET LA JOIE.
QUE LA PAIX SOIT EN VOUS À L'INFINI !!!!

Je vous aime !!!

Marie Ange



ÉDITORIAL

La vie est un pèlerinage vers soi

Le pèlerinage est un thème qui revêt une grande importance pour moi. Je suis honorée de vous partager la vision des gens qui en ont fait l'expérience. Partir avec l'intention d'être pèlerin dans des lieux considérés comme sacrés, nous amène à vivre un grand voyage intérieur.

Tous les jours, depuis mon retour du Tibet en 2002, je reconnais l'influence déterminante que ce pèlerinage sur le Toit du Monde a dans ma vie. Ce périple m'a transformé. Je ne vois plus les choses de la même manière, je ne fais plus rien de la même façon. Je constate, de plus, qu'il en est de même pour tous les pèlerins du monde.

Notre désir de partir en pèlerinage ne relève pas du hasard. Les lieux que nous choisissons de visiter, ceux avec qui nous nous sentons en communication sont le reflet de l'être que nous sommes. Nous les portons déjà en nous, c'est pourquoi nous sommes appelés par eux.

Décider de voyager en pèlerin nous met en lien avec le lieu choisi et les gens qui y vivent. L'ouverture de l'âme se crée et nous devenons des personnes plus réceptives à découvrir dans le regard de l'autre, les facettes cachées de notre être. Cette nouvelle façon de nous reconnaître amène avec elle la transformation.

Il n'est pas nécessaire de parcourir le monde pour effectuer un pèlerinage vers soi. Tous les lieux peuvent devenir propices au pèlerinage, si telle est notre intention. C'est dans l'intention de "pèleriner" la Terre, que germe le miracle de la transformation.

J'ai compris que je peux vivre ma vie comme un pèlerinage. Mon quotidien, le lieu que j'habite, les gens que je rencontre sur la route et les expériences que je choisis de vivre concourent à me révéler l'être que je suis. Tout est porteur de sens quand je regarde avec les yeux du cœur.

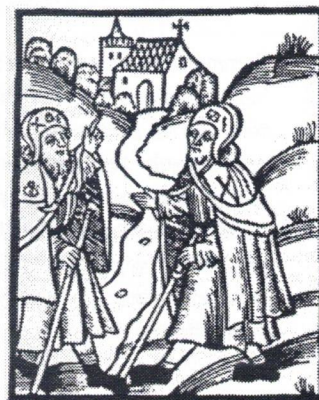
Mon pèlerinage en terre tibétaine m'a permis de réaliser que la vie est un merveilleux pèlerinage. Je cherche à manifester cette intention à chaque jour. Quand je réussis à le faire, je me sens en harmonie avec mon âme et le monde.

Je souhaite que chaque jour de l'année 2006 soit un jour de FÊTE et de PÈLERINAGE pour nous tous.

Monique Mathieu

VOYAGER EN PÈLERIN POUR DEVENIR PLUS SAGE

Le pèlerinage répond à la quête de l'essentiel de l'être et éveille la conscience. Il est un chemin qui permet au voyageur de se rencontrer lui-même, si telle est son intention. Les sites sacrés qui nous attirent et que nous choisissons de visiter parlent de l'être que nous sommes. Ils sont le miroir de nos peurs, de nos besoins, de nos carences. Ils portent notre potentiel, nos transformations et notre devenir.



Le pèlerin cherche à s'adapter au besoin de l'âme qui le pousse vers le lieu qui fait résonance en lui. L'âme cherche à se reconnaître dans le regard des gens qu'elle rencontre, des lieux qu'elle fréquente. Dans son désir de se reconnaître, le pèlerin crée une ouverture, qui le pousse à partir à la découverte de ses semblables.

Il demande à partager le quotidien de celui qu'il croise sur son chemin et prête attention à ses rêves et à ses aspirations. Il accueille l'autre dans sa totalité, sans aucune condition et l'aime sans jugement. Le pèlerin s'intéresse à la vision intérieure des gens qui traversent sa route et cherche à comprendre ce qui les rend heureux. C'est dans sa rencontre avec l'autre qu'il devient plus authentique et plus vrai.

Voyager en pèlerin, c'est rendre hommage à la beauté des lieux sacrés et prendre contact avec l'âme de la terre et de ses habitants. C'est intégrer la grande confrérie humaine et prendre conscience qu'une même force, qu'une même âme unit tous les pèlerins de la terre, dans une expérience commune du monde de la matière. Depuis des millénaires, tous nous avançons dans le même sentier, pour suivre le chemin qui nous conduit vers l'accomplissement et la réalisation de l'être intérieur que nous sommes.

Voyager en pèlerin, c'est marcher la terre et marcher c'est être en mouvement. Témoin de la vie des peuples du monde, le pèlerin développe sa conscience planétaire et affine sa compréhension pour les autres cultures. Il reconnaît les similitudes qui les unissent et ne s'attarde pas aux différences qui séparent.

Le pèlerin se laisse toucher de l'intérieur, conscient que ses propres empreintes vibratoires demeurent dans les lieux qu'il fréquente. Il reçoit en retour, la compassion et la paix du cœur qui ouvrent sa conscience et le conduisent vers sa guérison.

Le pèlerinage transforme notre façon de lire la vie, change nos attitudes, nos attentes, nos opinions. Voyager en pèlerin amène un regard différent sur le monde et sur soi dans le monde. Il apporte une nouvelle dimension à l'être. Il comprend que la vie elle-même est un long pèlerinage, que nous accomplissons dans le quotidien de nos apprentissages.

Monique Mathieu

Voyage au bout de moi-même ou l'appel de mon Âme !

Comment nommer ce message? Peu importe, je veux vous partager le début de mon voyage en Inde. Nous sommes au tout début de 2003 alors que je suis dans mon bain, je reçois un message : Heidi rases-toi la tête ! À la sortie de mon bain je place mes deux mains de chaque côté de ma tête pour cacher mes cheveux et voir de quoi j'aurais l'air !!! Pourquoi devrais-je me raser la tête? Il me fallait un signe... J'allumai alors la TV en me disant que j'aurais peut-être un signe plus précis...ho !!! Surprise. La première image fut la tête de Robert Bérubé, des Routes Du Monde. Le crâne complètement rasé, il parle de ses voyages en Inde. C'était comme trop, je voulais un autre signe. Moins de deux minutes après, il nous montre un extrait de film de ses voyages. On y voit un moine se faire raser la tête. Eh bien ma fille, c'est quoi le message? Ce fut le début des messages symboliques d'une longue aventure.

Les teintures aussi naturelles soient-elles, que je mettais encore dans ma chevelure, m'éloignaient de ma vérité. Je veux être la plus naturel possible et voilà que je ne montrais pas mes vraies couleurs !!!

Bref, c'était mon message. Durant les mois qui suivirent j'ai reçu encore quelques messages subtils sans vraiment bien les comprendre. En août, alors que je m'étais inscrite à un atelier de dix jours, on m'avisa au dernier moment, que je devais aller me présenter avant de commencer le cours. Je ne pouvais vraiment pas me déplacer à ce moment là. J'ai compris alors que quelque chose de mieux était entrain de se placer pour moi.

Deux semaines plus tard, j'entendis ce message : Heidi tu dois aller en Inde y passer quelques semaines. Pourquoi? Je n'en avais pas la moindre idée. Alors j'ai téléphoné à ce fameux Robert pour m'inscrire à son prochain voyage. Je suis allée donner un acompte et je lui ai demandé si je pouvais me débrouiller seule là-bas car dans le message on me disait de rester environ deux mois. Ne sachant pas un mot d'anglais et encore moins l'indien, j'étais un peu inquiète.

Je n'avais pas la moindre idée pourquoi je devais aller là-bas, je n'avais même jamais rêvé d'aller en Inde. Robert me dit qu'après le voyage de trois semaines avec le groupe je pourrais choisir où je voudrais séjourner. Je pensais peut-être rester dans un monastère pour le temps que je serais seule, histoire de m'intérioriser dans ces vibrations du nord de l'Inde. Mon billet était daté du 1-11 et je revenais le 24-12, j'aimais ces dates : 0.

La première nuit après avoir déposé mon acompte, je voyais comme une grosse bouche sur mon côté droit me dire : Es-tu folle? Tu ne sais pas un mot d'anglais. Comment vas-tu faire pour acheter de l'eau et prendre l'avion pour revenir? Ce manège a duré trois jours et trois nuits. Je me suis mise alors à parler à mon égo. Oui, j'allais faire quelque chose de complètement différent, il fallait avoir confiance, je devais y aller et je rencontrerais les bonnes personnes aux bons moments et qu'ils viendraient avec moi.

Le 1 du 11 à 03h00, je pris l'avion. Trois médecins de Montréal étaient du voyage pour faire un travail humanitaire sur des enfants dans un monastère ou nous allions passer quelques jours.

Le vol se passa très bien, quoique à Vienne on n'ait pas voulu me laisser embarquer avec le groupe. Une erreur s'était produite sur mon billet d'avion. Tout cela devait faire parti de mon aventure. J'ai fini par embarquer avec le groupe. Merci.

À l'arrivée à Delhi après bien des heures d'avion... Ho! Ho! sommes-nous encore sur la même planète? Avons-nous changé de dimension? C'était incroyable, ça grouillait de partout. Nous sommes arrivés de nuit, mais ça ne faisait pas de différence. Une ville de treize millions d'habitants, il faut bien qu'ils occupent une place. Incroyable et pourtant, c'était réel.

Chacun, avec notre beau collier d'œilletons d'Inde jaunes, remis à notre arrivée par notre guide Keddy, nous restions bien collés les uns aux autres en attendant le car qui allait nous conduire à notre premier hôtel. Nous étions envahis par tous ces hommes d'une maigreur incroyable. J'étais surprise par tout ce spectacle. Pour le moment j'étais avec des gens qui étaient comme moi....mais après !!! J'ai décidé de vivre le moment présent, l'après : on verra bien.

Une fois installés dans notre véhicule, Keddy nous souhaita la bienvenue dans son beau pays. Il nous adressa juste quelques mots et termina en nous disant : **Ici nous sommes des êtres spirituels qui vivent une expérience humaine, en occident vous êtes des êtres humains qui vivez une expérience spirituelle.** Keddy

allait devenir un très bon ami durant tout le voyage, un frère en quelque sorte. Il avait déjà guidé des dizaines de groupes et se souvenait du nom de chaque personne. À notre arrivée à l'hôtel, un repas nous attendait. La cuisine indienne est bien différente d'ici mais j'ai bien aimé.

Après avoir fait un somme, nous rejoignons notre guide dans le hall de l'hôtel pour notre première expédition, dans le vieux Delhi. Nous étions regroupés par deux dans un Rickshaw (petite carriole accrochée derrière un vélo, tiré par un homme.) Bref, un véhicule pas commun pour ici. Il n'a pas de démarreur à distance !!! Encore sous le choc, il me semblait être dans un genre de rêve, (je voyais le film la Cité de la joie). Pas un centimètre ou il n'y avait personne, je voyais de tout, des enfants un peu partout, des poules, des chiens, des vaches et des gens. Je sentais des odeurs de toutes sortes, des épices aux choses bien moins agréables !!! Des boutiques de tissus aux couleurs magiques, des gars qui poussaient des chariots avec des montagnes de bananes et de légumes, des tonneaux où l'on y faisait cuire toutes sortes de trucs bizarres. Bref, nous n'avions pas assez de nos deux yeux pour tout voir.

Le lendemain, nous avons fait le tour de quelques boutiques. Là, j'étais aux anges, moi qui adore ces genres de vêtements et toutes les odeurs d'encens... mais il me fallait y aller doucement, j'étais au début de mon voyage et plus tard, je serais seule avec mes bagages. Je devais donc voyager léger.

Le lendemain, nous allions faire plus de dix heures de route plus ou moins belles. Ici les chauffeurs ont une puce électronique dans le cerveau...c'est comme pas possible autrement, on se retrouvait face à face avec un autre gros véhicule et juste avant la collision, houps ! On se croisait comme par enchantement. Je ne parle pas des chemins de montagne où souvent il fallait faire des manœuvres dans les détours pour que la cabine ne se retrouve pas dans le vide du précipice. Impossible de dormir, il nous restait à chanter des mantras pour élever les vibrations, seule façon de nous rassurer et de garder notre véhicule sur la route !!! Les routes n'étaient pas vraiment larges.

Je ne raconterai pas tout mon voyage. Je vais terminer ce message à Rischiskech, lieu Sacré de Shiva où le Gange est encore propre et qui se situe près de l'Himalaya. Là, j'ai eu la chance de me baigner et de me laisser bercer dans cette eau froide, couchée sur le dos et de voir au loin les montagnes sacrées de l'Himalaya. Wow ! Le calme, le ciel bleu, moment magique. Merci.

C'est à cet endroit que j'ai décidé de raser mes cheveux. André Harvey qui était de mon voyage, m'accompagna pour demander à mon coiffeur de changer la lame du rasoir. Ce n'était pas le moment et surtout pas l'endroit pour se faire une écorchure !!! Je me suis retrouvée assise dans une espèce de pièce sous le regard des passants. Il me semblait vivre à une autre époque. Les premières mèches furent coupées avec une paire de ciseaux qui dataient des années lumières puis j'entendis le bruissement de la lame sur mon cuir chevelu. Drôle de sensation. Je compris alors que je commençais une série de nettoyages et de libérations. Je suis ressortie de là avec un sac rempli de cheveux et le crâne lisse.

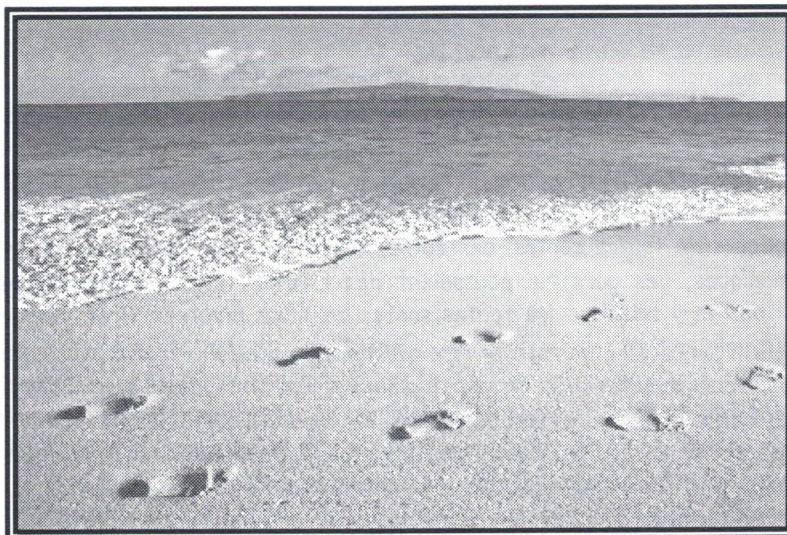
Le même soir nous avons eu la chance de vivre une cérémonie au bord du Gange pour Shiva, le Dieu du Gange. Nous avions chacun notre petite barquette faite de feuilles de bananier remplies de fleurs et de riz avec une petite mèche que nous allumerons après la cérémonie, pour ensuite la déposer dans la rivière sacrée avec nos demandes de guérison pour ceux et celles qui le voulaient. Ce fut le moment pour mes cheveux de prendre le même chemin. C'était un nouveau départ pour moi

Ça faisait à peine trois jours que nous étions arrivés et pourtant il me semblait que j'étais là depuis des semaines. Par la suite, j'ai eu la chance de vivre toutes sortes d'expériences et des histoires merveilleuses. Mais là, je veux laisser la place à d'autres.

Si un jour vous recevez un message bizarre, même si ça vous fait peur...foncez. C'est ce que votre âme a besoin. J'ai appris là-bas à vivre le moment présent. Dieu comme c'est bon. Merci à mon ÂME.

Avec Amour, Paix, Joie et Lumière.

NAMASTÉ *Heidi Wyssbrod*



Jamais seul

Écoutez-moi, vous dont je me suis chargé depuis votre naissance, vous que j'ai portés dès que vous avez vu le jour. Je resterai le même jusqu'à votre vieillesse, je vous soutiendrai jusqu'à vos cheveux blancs. C'est moi qui vous ai porté et qui vous porterez encore. Oui, je me chargerai de vous et je vous sauverai.

Le livre d'Isaïe

Une nuit, j'ai rêvé que je marchais sur une plage en compagnie du Seigneur. Des scènes de ma vie passaient sur l'écran du ciel. Dans chacune, je remarquai des traces de pas sur le sable. Il y avait parfois deux séries d'empreintes, parfois une seule. Durant mes mauvaises passes, je n'en voyais qu'une. Aussi dis-je à Dieu : « tu m'avais promis, Seigneur, d'être toujours à mes côtés. Pourquoi n'étais-tu pas là au moment où j'avais le plus besoin de toi ? »

Le Seigneur me répondit : « les moments où tu n'as vu qu'une série de traces, mon enfant, sont ceux où je te portais.

Anonyme.

SUGGESTIONS et autre...

Hommes des montagnes du monde (Livre)

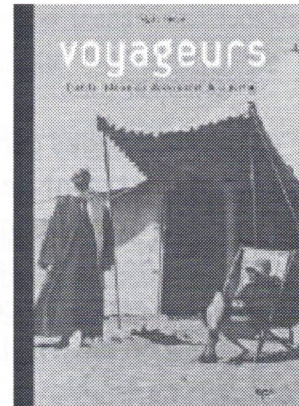
Livre écrit par Reihnold Messner. Après plus de trente années d'expériences sur les plus hauts sommets de cette terre. Ce sont ses convictions en matière d'écologie, de développement économique et de politique qu'il expose en même temps qu'il dresse le portrait des peuples montagnards des cinq continents.

Un dixième de la population mondiale, soient soixante millions de personnes vivent dans des zones montagneuses qui déterminent leur quotidien.



Voyageurs, petite histoire du nécessaire et du superflu (livre)

Livre écrit par Marie Simon sur le phénomène du voyage, des explorateurs jusqu'aux touristes modernes, en passant par les âmes aventurières et vagabondes. Ce livre évoque les grands mythes du voyage et les figures emblématiques (explorateurs, reporters, dandys, écrivains, nomades...), l'art de voyager, de l'invention du tourisme au voyage immobile. Marie Simon s'intéresse à cet univers riche d'images, d'objets, d'instruments, et de toute une panoplie d'équipements que les hommes, au fil du temps, ont inventés, réduits, simplifiés avec ingéniosité pour se déplacer, et transporter avec eux le nécessaire ou le superflu.

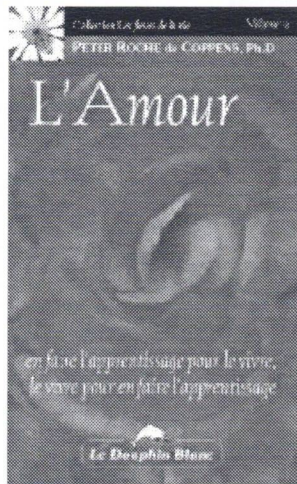


Compostelle, carnet de route d'un pèlerin (livre)



L'auteur, durant les étés 1999 et 2001, fut l'un deux. Luc Adrian a repris le bâton de pèlerin qu'il avait abandonné à la suite de son parcours de Sainte-Anne-d'Auray à Lourdes (Foi dite en passant) pour continuer son périple par le mythique Camino francés, de Saint-Jean-Pied-de-Port, au pied des Pyrénées, à Saint-Jacques. Son carnet de route mêle avec brio des croquis savoureux de pèlerins, des réflexions nourries de ses lectures et un humour où l'autodérision le dispute aux situations cocasses. Sa plume alerte est relayée par celle d'un témoin de premier ordre : son petit orteil, Rikiki Gnomon. Ce fidèle compagnon jette un regard très différent sur le monde, les gens et son maître, qu'il rappelle souvent à plus d'humilité... Grâce à lui, nous découvrons que la sagesse n'est pas toujours là où l'on croit.

Livre: L'amour



Faire l'apprentissage de l'amour pour le vivre, le vivre pour en faire l'apprentissage. Mais qu'est-ce que l'amour? Bien que sa nature profonde demeure toujours un mystère, l'auteur nous fait découvrir progressivement l'amour selon différents aspects et nous aide à le définir selon des critères correspondant à notre propre niveau d'évolution. Il analyse d'abord l'amour sous un angle global puis s'attarde à deux de ses qualités fondamentales : sa force en tant que médecine universelle et sa puissance en tant que véritable forme de communication. Il étudie ensuite la nature et les manifestations de l'amour dans le cadre des relations humaines, s'attardant principalement sur le couple et la famille au XXI siècle et sur la quête de l'âme-sœur ou la recherche du grand amour.

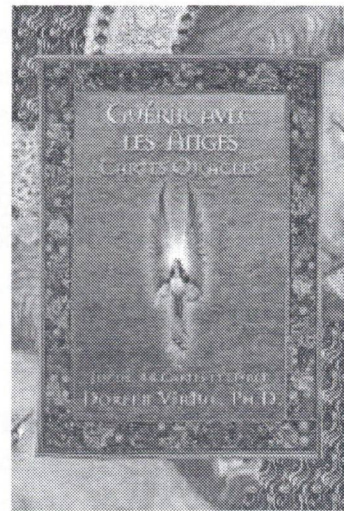
Un livre unique pour approfondir le sens de l'amour dans notre quotidien et dans notre réalité spirituelle.

Tarot et oracle : Guérir avec les anges

Jeux de cartes des anges gardiens qui détiennent des messages qui permettront de guérir chaque facette de notre vie. Jeux de quarante quatre cartes oracles qui nous apporteront des réponses ou de la guidance pour notre vie... chaque carte représente un ange merveilleux et porte un message positif. Les anges offrent toujours leurs conseils avec amour.

COUP DE CŒUR un des meilleurs jeux de cartes.
♥♥♥

Suggestions de Carol Proulx



Site Internet

<http://www.dauphinblanc.com/> Site Internet de la maison d'éditions Le Dauphin Blanc
<http://www.idp.qc.ca> Institut de développement personnelle, Annie Marquier
<http://www.nicole-gratton.com> Site Internet sur l'interprétation des rêves
<http://www.krishadar.com> Site Internet sur la numérologie à 22 nombres



VOYAGE INITIATIQUE AU MONT SHASTA

Du 28 août au 4 septembre 2005

En avril dernier, suite à la visite d'Aurélia Louise Jones à Québec, j'ai décidé d'aller vivre le voyage initiatique au Mont Shasta offert par la Fondation TELOS Mondiale Inc.

Lundi nous nous sommes rendus au Stewart Mineral Spring pour prendre un bain d'eau minérale de silice, sauna et baignade dans une source naturelle. Cet endroit très fréquenté et utilisé dans le temps de la Lémurie contient de grandes énergies guérissantes et revitalisantes. En après-midi, nous avons reçu des enseignements d'Aurélia et une canalisation d'Adama sur la guérison.

« Vous savez dans les années qui s'en viennent vous devrez vous ouvrir à recevoir mille fois plus que ce que vous recevez maintenant. C'est important qu'à tous les jours, vous passiez du temps à dire dans vos méditations, dans un état de réceptivité : Je m'ouvre à recevoir de mon Moi Supérieur, de tous les Maîtres, tous les cadeaux cosmiques qui vont m'assister pour ma transformation. Vous savez l'univers est là qui attend que vous vous ouvriez. Il attend que vous soyez prêt à recevoir. Mais si vous consacriez vingt minutes par jour à vous asseoir et recevoir, et bien vous recevriez des cadeaux extraordinaires. Des cadeaux spirituels qui, en temps et lieux, vont se manifester comme de grandes bénédictions dans vos vies ». -Adama.



Mardi nous avons visité le Parc McCloud. Journée parfaite pour se connecter à la terre et à l'eau ainsi que pour entendre un peu d'histoire sur les lieux et sur la Lémurie avant la destruction du continent.

Marche initiatique - descente joyeuse le long du sentier des trois chutes accompagné des enfants de Telos et des esprits de la nature.

Canalisation d'Adama sur l'Ascension. « Si vous désirez ascensionner, il est important que vous développiez votre désir pour que ça devienne la chose la plus importante dans votre vie. Plus votre désir de vouloir ascensionner devient un désir d'une intensité ardente et plus ça devient facile. Le désir ardent de votre intention crée une énergie qui vous facilite la réalisation ».

Mercredi étant une journée d'intégration, nous sommes allés assister au lever du soleil sur le Mont Shasta.

En après-midi nous avons fait un tour de bateau et une baignade au Serenity of Trinity Lake. C'est un endroit majestueux comme plusieurs endroits visités au cours de la semaine. Il a fait beau, il a fait chaud, nous avons été très choyés durant tout le temps de notre séjour.



Jeudi nous avons vécu une rencontre de cœur à cœur dans les énergies Lémuriennes de 4^e et 5^e dimension. Temps de méditation et canalisation d'AhNahamar dont le thème était les Flammes Jumelles. « Vous n'êtes pas obligé d'être physiquement avec votre flamme jumelle pour connaître son amour. La façon la plus efficace de la retrouver c'est de chercher cet amour à l'intérieur de vous ». L'Activation du Créateur nous a été transmise par Adama pour nous préparer à nous ouvrir davantage.

Vendredi nous avons reçu lors d'une cérémonie, une initiation sacrée transmise par Adama et St-Germain pour accélérer notre cheminement vers notre Ascension.

Je vous partage seulement quelques-uns des enseignements reçus tout au long de la semaine. Nous avons été accompagnés en tout temps par des Êtres de Lumière, ils nous ont apporté un soutien d'une grande richesse à tous les niveaux. J'ai vécu une semaine extraordinaire et si un jour vous avez la chance de vivre un voyage initiatique, n'hésitez pas car c'est un magnifique cadeau à se faire.

NicoleGosselinCroteau
www.reikiquebec.com

RICHESSSE DU CŒUR

En ces temps difficiles, nous sommes parfois nombreux à craindre pour notre avenir. Il est essentiel de comprendre que cette attitude est à l'origine de nos problèmes. Nous devons nous ressaisir rapidement !

Rappelons-nous tout d'abord que l'argent, qu'il soit de métal ou de papier, est un symbole et qu'il peut changer de forme !

La richesse et l'abondance sont inépuisables, elles font partie d'une attitude mentale qui manifeste notre foi dans le bien Universel auquel nous avons tous droit !

Si nous fermons le robinet, il ne faut pas s'attendre à voir l'eau couler ! Il en est de même avec les richesses de notre vie ! Il ne tient qu'à nous de visualiser une pluie de richesses qui ne tardera pas à apparaître dans notre vie.

Cultiver la richesse du cœur... Voilà le vrai bonheur !

Source : <http://melodiedelamer.com>

Saviez vous que...

Saviez-vous que nous pouvons ajouter et utiliser de l'huile végétale dans notre essence? Ça fonctionne avec tous les moteurs à essence, surtout avec les moteurs diesel. Contrairement à la croyance du monde de la mécanique, l'huile végétale ne fait pas sauter le moteur. Au contraire, le roulement du moteur est plus doux et moins bruyant. La proportion utilisée par ceux qui en ont fait l'expérience est de 30% d'huile végétal pour 70% d'essence. Idéalement il est préférable de prendre de l'huile déjà utilisée pour la friture car elle est devenue acide et donc plus facile à brûler par le moteur. Le seul hic! c'est que ça sent la patate frite pour ceux qui suivent les véhicules qui utilisent ce mélange.

Croire à ses rêves.

Il te faut avancer pas à pas, vers un monde que tu choisiras,
Grâce à tes rêves, tes désirs et tes réalités.

Tu peux trouver en toi cette énergie nécessaire
Pour accomplir tout ce que tu voudras réaliser.
Et ainsi devenir tout ce que tu aimerais être.
Imagine-toi tel que tu désirerais être,
Faisant ce que tu aimerais faire
Et chaque jour, avance d'un pas vers ton but, vers ce rêve...

Avance pas à pas en regardant derrière toi
Et fait rejaillir avec intensité toutes les qualités de ton moi.
Avant tout, accepte d'être imparfait.
Tu as le pouvoir de rire, de pleurer
Le pouvoir de dire le fond de ta pensée.
Tu as aussi le pouvoir de changer ta propre destinée.
Donc tu peux réaliser tes rêves.

Même si parfois ça te semble difficile de continuer,
Accroches-toi à tes rêves.
Un beau matin, tu te réveilleras
Et tu découvriras que tu es enfin devenu la personne que tu voulais être.
Tout simplement parce que tu as eu le courage de croire en toi et en tes rêves.

Source : <http://melodiedelamer.com>

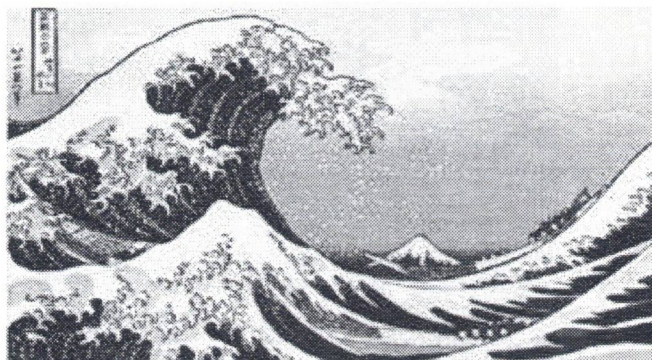


Pour mieux vivre nos changements

Voici vingt règles de transitions qui pourront nous faciliter la tâche.

1. Prendre son temps.
2. Se donner une structure de vie temporaire.
3. Ne pas agir juste pour agir.
4. Identifiez ses inconforts.
5. Prendre soin de soi, se gâter.
6. Expérimenter un « vide fertile ».
7. S'exprimer, trouver de l'écoute.
8. Faire le bilan de la phase antérieure de sa vie.
9. Vivre un processus de deuil si nécessaire.
10. Se réconcilier avec soi,
11. Identifier ses nouvelles motivations profondes.
12. Clarifier ses potentialités.
13. Découvrir les nouvelles possibilités de sa vie.
14. Anticiper des aspects positifs d'une future vie différente.
15. S'entourer de personnes stimulantes.
16. Commencer de nouveaux apprentissages.
17. Amorcer un style de vie équilibrée.
18. Respecter ses limites.
19. Cultiver ses rêves.
20. Faire confiance à son processus de transformation.

D^{re} Gaétane Payeur



Qui est réellement Marie Madeleine ?



Cet article a pour but de vous montrer une autre facette de ce personnage, autre que celle transmise par la religion chrétienne. Contrairement à ce que l'on sait, Marie Madeleine de son vrai nom Myriam de Magdalena (nom de son village) n'était pas une pécheresse, mais plutôt une femme qui n'avait pas peur d'exprimer ce qu'elle ressentait et pensait. Elle était une femme autonome qui n'hésita pas à quitter son mari pour suivre l'enseignement du Maître Jésus. Ce qui lui a valu par le clergé cette réputation de prostituée. Une femme à cette époque ne pouvait faire ce genre de chose et encore moins être elle-même.

Elle a été proche du Maître Jésus car elle avait le cœur pur et ouvert aux enseignements de paix. Elle ne faisait pas l'unanimité parmi les disciples, car elle était une femme, recevant l'amour et l'attention du Maître plus que tous les autres. D'ailleurs plusieurs ouvrages font référence à une union charnelle avec le Maître. Est ce vrai ? Bon cela n'est pas important, car Jésus avait quand même une expérience humaine à vivre, à travers sa réalisation christique.

Après le départ de Jésus, elle et d'autres disciples de l'entourage du Maître, s'installèrent en Gaule, pour répandre l'enseignement de paix de cette grande source. Elle connaissait les onguents et les huiles de guérison. Des écrits de cette époque relatent ces faits. (Les évangiles)

Marie-Madeleine incarnait l'enseignement du Maître Jésus, c'est-à-dire qu'elle était la joie, la simplicité et l'amour. Elle enseignait par son exemple, dans le quotidien.

Carol Proulx.

Pèlerinage

« Le disciple n'est pas né avec la Maîtrise : il a le visage de tout Être qui a rassemblé ses forces pour s'extraire de l'ornière et devenir consciemment pèlerin, non pas croyant mais capable d'incarner le principe même de la foi... La spiritualité n'a pas d'autre but que la quête d'une fusion totale et pacificatrice avec le Tout. »

*« L'évangile de Marie-Madeleine », Daniel Meurois-Givaudan
Marielle Martin*

LA BOÎTE VOCALE DE DIEU

Les boîtes vocales font parties de nos vies maintenant.

Vous êtes-vous demandé ce qui arriverait si Dieu utilisait la sienne?

Imaginez-vous en train de prier et d'entendre ce qui suit:

Merci d'appeler au Ciel.

Pour le service en Français, faites le 1.

Pour le service en Espagnol, faites le 2.

Pour toutes autres langues, faites le 3.

Choisissez une des options suivantes:

Pour faire une demande, faites le 1.

Pour présenter vos remerciements, faites le 2.

Pour formuler vos plaintes, faites le 3.

Pour toutes autres raisons, faites le 4.

Désolé, tous nos anges et tous nos saints sont en train d'aider d'autres pécheurs pour le moment.

Cependant, votre prière est importante pour nous et nous

l'exaucerons dans l'ordre que nous l'avons reçue.

S.V.P. demeurez en ligne!

Si vous voulez parler:

À Dieu le Père, faites le 1.

À Jésus-Christ, faites le 2.

À l'Esprit Saint, faites le 3.

Pour trouver une personne chère qui devrait se trouver au ciel, appuyez sur le 5, puis composer son numéro d'assurance sociale, suivi du #.

Si vous recevez une réponse négative, raccrochez et composez le code régional 666.

Réservation pour le Ciel, S.V.P. composez JEAN et 3, 16.

Pour des réponses aux ennuyeuses questions sur les dinosaures, la vie et les autres planètes, S.V.P. attendez d'arriver au Ciel pour les détails.

Nos ordinateurs montrent que nous avons déjà prié pour vous aujourd'hui.

S.V.P. raccrochez et rappelez demain.

Les bureaux sont maintenant fermés pour le week-end.

Nous observons une fête religieuse.

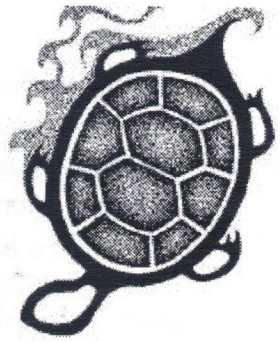
Si vous appelez en dehors des heures de bureau et que vous avez besoin d'aide d'urgence,

S.V.P. contactez votre pasteur local.

Merci et passez une journée divine!

Avec la complicité de Nicole Rouillard.

Légende amérindienne



En ces temps-là, il n'y avait que de l'eau à perte de vue, sur laquelle voguait un immense radeau où étaient entassés tous les animaux de la terre. Le grand lièvre, reconnu pour ses pouvoirs merveilleux et témoin du profond désarroi des siens, leur promis : « Si l'un d'entre vous trouve un grain de sable, si petit soit-il, je créerai une terre, sur laquelle nous pourrions tous vivre à notre guise. »

Une terre ? ...

Tous se lancent alors, corps et âmes, à la recherche du précieux grain. L'aigle fait de grands cercles dans le ciel, il ne voit rien. Le castor, la loutre, le phoque et la baleine plongent, l'un après l'autre, dans les eaux profondes. Ils refont vite surface, épuisés. C'est alors qu'un petit rat d'eau, bien discrètement, s'aventure à son tour. Il disparaît dans l'eau noire. Le misérable équipage attend impatiemment son retour mais en vain...

Passent les jours et les nuits. Tous sont au bord du désespoir lorsque, soudain, du haut de la vigie, le gros corbeau crie : « là-bas, là-bas, le rat, le rat. »

Au loin, on peut apercevoir, flottant sur le dos, le rat musqué, tout gonflé et gorgé d'eau. Il est hissé à bord puis réanimé. Les animaux forment un cercle autour de lui. Le grand lièvre scrute les pattes fermées de l'animal. Dans la première, il ne découvre rien. La suivante est également vide. La tension monte au sein du groupe. Puis à l'intérieur de la troisième, hélas...encore rien ! Au comble du désespoir, le lièvre ouvre la quatrième patte et entre les griffes, il trouve une toute petite perle ovée et luisante, qu'il dépose doucement dans le creux chaud de sa main. Et voilà que, doucement le vent se lève. Le lièvre balaie de son souffle sacré la perle, qui s'anime, s'arrondit, se gonfle, gonfle encore, crève et puis éclôt. S'élèvent alors des montagnes, se creusent des vallées, coulent des rivières, se forment des lacs et surgissent des forêts.

Le radeau pénètre dans une grande baie d'eau salée, parsemée d'une multitude d'îles. Tous sans exception, sont sous le charme par tant de beauté et de nouveauté. Le corbeau et le renard jouent les éclaireurs et se chargent d'explorer les lieux, le premier, du haut des airs, le second, au ras de la terre. À leur tour, ils annoncent « Oui ! il y a de l'espace pour tous ». L'ours blanc prend la direction du Grand Nord, le castor choisit de construire des barrages sur les ruisseaux, l'oiseau fait son nid dans les roseaux, le renard creuse son terrier dans le nouveau sol.

Du corps des animaux morts sur le radeau naissent les humains, ceux du clan du loup, de la tortue, de l'ours ou du chevreuil... Chacun choisit son milieu de vie, et c'est depuis ce jour qu'il y a une terre habitée par des animaux, des hommes et des femmes, vivant côte à côte, unis dans une parfaite harmonie.

(Récit algonquin)

Les suggestions de lecture de Marie-Joceline

Lorsque vous lirez ces lignes, l'hiver sera peut-être bien installé et ce, pour un bon bout de temps. Alors je vous propose quelques titres de livres, "que j'ai lu bien entendu", et qui sont à lire bien emmitoufflé dans votre doudou, dans votre fauteuil préféré ou au coin du feu.

Voyons pour les hommes qui nous gouvernent.

Le scandale des commandites : Un crime d'état. Auteur : Jean-Claude Berneur

Le mythe de Paul Martin par Louis Plamondon

JFK, Le dernier témoin par William Reymond. En passant ce livre est très surprenant à lire.

Bush l'imposteur : Le passé d'un voyou devenu président par James Hatfield.

À la lecture de ces quatre livres, je me dis : " plus ça change, plus c'est pareil".

Un autre bon bouquin qui nous éclaire sur ce qui se vit au sein de la secte de Raël.

Raël : Journal d'un infiltré, par Brigitte McCann

Un livre qui nous démontre comment agissent et manipulent ceux qui détiennent le pouvoir.

Le procès de la mafia médicale, par Joachim Schafer

Dans la même lignée : "Vaccins, mais alors on nous aurait menti", par Jean Purrie Joseph.

Un autre bon livre qui est toujours d'actualité et qui se lit très bien.

Le hasard n'existe pas, par K.O. Schmidt

Coté sentimental, gardez la boîte de papier mouchoir pas très loin, surtout à la fin.

Marlon, mon amour, ma déchirure. C'est l'histoire d'amour de Marlon Brando écrite par sa femme, Tarita Téreipaia. C'est un livre d'une grande authenticité.

Un autre livre écrit avec le cœur que vous ne regretterez pas.

Toucher au soleil et tant pis si ça brûle, par Lise Thouin.

À présent, des titres concernant les nouveaux enfants.

Les enfants de Cristal, par Doreen Virtue.

Du même auteur : Aimer et prendre soin des enfants indigo.

Je viens du soleil et Les enfants aux yeux de Soleil.

Célébration des enfants indigo, par Lee Carrol-Jan Tobber

Guérir de la détresse émotionnelle, par Miriam Greenspan et traduit par Marie-Blanche Daigneault. La sagesse du chagrin, de la peur et du désespoir. Et si la différence entre se sentir accablé par nos émotions "sombres" et être transformé par elles se situait dans notre capacité d'affronter notre souffrance ! Si finalement, la clé d'une vie plus heureuse puisait sa source dans les émotions que nous tentons justement d'éviter... Dans ce livre d'une remarquable profondeur, l'auteure, nous amène doucement et avec sagesse au-delà de cette détresse, pour découvrir, de l'autre côté de cette expérience, la gratitude, la joie et une foi renouvelée en la Vie.

Un autre petit bijou qu je viens de recevoir, c'est le livre : "Graines germées" de Valérie Cupillard des éditions, La plage. Pré-germination, jeunes-pousses, jus d'herbes, tout est très bien expliqué. Plus besoin de suivre de cours tellement il est bien fait. Il contient aussi plusieurs recettes avec des illustrations en couleur. Bon appétit.

Enfin les quatre livres de David Icke. Le plus grand secret, tome 1 et 2 et Les enfants de la matrice, tome 1 et 2. Nous découvrons à travers ces récits comment une race d'une autre dimension manipule notre planète depuis plusieurs millénaires. J'ai passé par toutes sortes d'émotions en lisant son dernier livre, pour enfin comprendre, que l'on peut finalement se libérer de la Grande Illusion de la matrice et ouvrir les barrières et le portail menant à la liberté multidimensionnelle. L'auteur écrit : « Si je devais choisir dans ces pages une pensée qui transformerait le monde plus qu'aucune autre, se serait celle-ci : C'est un tour de piste! ...C'est juste une balade! ...C'est un jeu dont nous pouvons changer les règles à notre gré! La vérité n'est pas dans un ailleurs, elle est en nous. Cette vérité s'appelle l'Amour!

Bonne lecture, Marie-Joceline Morel

Notre prochain thème

Le thème du prochain journal portera sur la santé. Un grand sujet, s'il en est un. Santé du corps physique, du corps mental, du corps émotionnel et du corps spirituel. Le sujet est vaste. Alimentation, exercices, ressourcement. Alors nous attendons vos articles pour le **21 mars 2006**. Vous avez des sujets particuliers qui vous intéressent, alors faites-en part au comité du journal. Toutes vos suggestions seront prises en compte pour de futures parutions.

Pour nous rejoindre : Julie Cayouette 418-948-8068

Julie@eveilconscience.com

Sophian Gonthier 450-773 2964

Sophiagg76@hotmail.com

Monique Mathieu 418-822-0743

moniquemathieu@videotron.ca

Un peu d'humour

Une mère écrit à sa fille

Je t'écris quelques mots pour que tu saches que je t'écris. Donc, si tu reçois cette lettre, cela voudra dire qu'elle est bien arrivée. Sinon, préviens-moi, que je te l'envoie une seconde fois. Je t'écris lentement, car je sais que tu ne lis pas rapidement. Dernièrement, ton père a lu une enquête disant que la plupart des accidents se produisent à quelques kilomètres de la maison, c'est pour cela que nous avons décidé de déménager un peu plus loin. La maison est splendide, il y a une machine à laver, mais j'ignore si elle est en service. Hier j'y ai mis le linge, tiré sur la chaînette, et tout a disparu! Je cherche le mode d'emploi. Le temps n'est pas trop désagréable ici, la semaine dernière il n'a plu que deux fois. La première pendant trois jours, la seconde quatre jours.

Au sujet du manteau que tu désirais, ton oncle Pierre a dit que si je l'expédiais avec les boutons, qui sont trop lourd, cela coûterait très cher, alors je les ai arrachés et te les ai mis dans une des poches. Ton père a trouvé du travail, il a sous lui environ 500 personnes. Il fauche les herbes du cimetière. Ta sœur Julie, qui vient de se marier, attend un heureux événement, nous ignorons le sexe, c'est pourquoi je ne peux te dire si tu seras oncle ou tante. Si c'est une fille, elle a l'intention de l'appeler comme moi. Cela fait tout drôle d'appeler sa fille «maman»! Ton frère Jean a eu un gros problème. Il a refermé sa voiture avec les clés à l'intérieur. Il a dû retourner à la maison à pied pour récupérer le second jeu de clé, et revenir nous sortir du véhicule. Si tu as l'occasion de rencontrer ta cousine Monique, donne-lui le bonjour de ma part. Si tu ne la vois pas, ne lui dis rien. Ta mère.

PS : je voulais te mettre un peu d'argent dans l'enveloppe, mais je l'ai déjà collée.

Marielle Martin

A l'occasion de leur dixième anniversaire de mariage, un homme offre à sa femme un pèlerinage entièrement payé.

La femme est émue :

- Comme c'est romantique! Après 10 ans tu m'offres un si beau cadeau, je me demande ce que j'aurai pour nos 20 ans de mariage !

Sur ce, l'homme répond :

- Bof, j'irai peut-être te chercher !

À propos du sens de la vie

Nous ne pouvons éclairer le chemin d'un autre homme sans éclairer le nôtre par la même occasion.
Ben Sweetland

Il y a trois choses importantes dans la vie humaine : la première est la bonté, la deuxième est la bonté, la troisième est la bonté.

Henry James

Je remercie Dieu pour mes handicaps; par eux, je me suis trouvé, j'ai découvert ma voie et mon Dieu.

Helen Keller

Si j'arrive à embellir l'existence d'une seule personne ou à apaiser une seule douleur ou à aider un merle en détresse à retrouver son nid, je n'aurai pas vécu en vain.

Emily Dickinson

Il faut beaucoup de courage pour rester fidèle à nos vérités.

Sarah E. Anderson

On gagne sa vie avec ce que l'on reçoit, mais on la bâtit avec ce que l'on donne.

Winston Churchill

Vos relations avec les gens seront meilleures si vous faites appel à leurs sentiments plutôt qu'à leur raison.

Paul P. Parker

Nous sommes ici bas pour nous entraider dans le périple de la vie.

William J. Bennett

La compassion est la loi maîtresse de l'existence humaine.

Votre but consiste à découvrir votre vocation et à vous y consacrer corps et âmes.

Bouddha

J'ignore quelle sera votre destinée, mais je sais une chose, seuls ceux qui auront découvert comment aider leur prochain seront véritablement heureux.

Albert Schweitzer

Sachant que Dieu choisit toujours le meilleur moment, je garde espoir et demeure patient.

John Grennleaf Whittier

Vis pour apprendre et tu apprendras à vivre.

Proverbe Portugais

Pour moi la pire des tragédies n'est pas de mourir jeune, mais de vivre jusqu'à 75 ans sans avoir pleinement vécu.

Martin Luther King

La grande sagesse de Socrate

« Socrate avait, dans la Grèce antique, une haute opinion de la sagesse.

Quelqu'un vient un jour trouver le grand philosophe et lui dit : Sais-tu ce que je viens d'apprendre sur ton ami?

- Un instant, répondit Socrate. Avant que tu me racontes, j'aimerais te faire passer un test, celui des trois passoires.

- Les trois passoires?

- Mais oui, reprit Socrate.

Avant de me raconter toutes sortes de choses sur les autres, il est bon de prendre le temps de filtrer ce que l'on aimerait dire.

C'est ce que j'appelle le test des trois passoires.

La première passoire est celle de la vérité.

As-tu vérifié si ce que tu veux me dire est vrai?

- Non. J'en ai simplement entendu parler...

- Très bien. Tu ne sais donc pas si c'est la vérité.

Essayons de filtrer autrement en utilisant une deuxième passoire, celle de la bonté. Ce que tu veux m'apprendre sur mon ami, est-ce quelque chose de bon?

- Ah non ! Au contraire.

Donc, continua Socrate, tu veux me raconter de mauvaises choses sur lui et tu n'es même pas certain si elles sont vraies.

Tu peux peut-être passer le test, car il reste une passoire, celle de l'utilité.

Est-il utile que tu m'apprennes ce que mon ami aurait fait?

- Non. Pas vraiment.

Alors, conclut Socrate, si ce que tu as à me raconter n'est ni vrai, ni bien, ni utile, pourquoi vouloir me le dire? »

L'histoire de Juan

Juan arrive du Mexique à la frontière séparant le Mexique des États-Unis en bicyclette.

Il a un gros sac sur ses épaules. Le douanier l'arrête et lui demande :

- Qu'est-ce que tu as dans ton sac ?

Juan répond : - Du sable.

Le douanier, incrédule, lui dit : - On va voir ça... Descends du vélo.

Le douanier ouvre le sac et répand le sable qu'il contient sur le sol. Il fouille dedans sans rien y trouver.

- C'est bon, lui dit-il.

Juan ramasse le sable du mieux qu'il peut et repart sur sa bicyclette.

Une semaine plus tard, la même chose se produit.

Le douanier demande à Juan : - Qu'est-ce que tu as dans ton sac cette fois ?

Juan répond : - Du sable.

Le douanier, qui n'est toujours pas convaincu, décide de détenir Juan pour la nuit et d'envoyer un échantillon du sable pour analyse. Le lendemain, les résultats révèlent qu'il s'agit bien de sable. Il laisse donc Juan repartir sur son vélo.

Le petit manège se poursuit tous les deux ou trois jours pendant les quelques années qui suivent. À chaque fois, le douanier fouille le sac de sable. Il envoie régulièrement des échantillons pour analyses de toutes sortes mais toujours sans rien trouver d'autre que du sable. Finalement, quelques années plus tard, Juan arrête de traverser la frontière en bicyclette avec son sac de sable.

Un beau jour, lorsqu'il est à sa retraite, le douanier est en vacances au Mexique et rencontre Juan dans un petit bar sur la plage.

- Hé ! Je te reconnais, toi ! Tu n'es pas le gars qui traversait la frontière en bicyclette avec un sac de sable ?

Juan reconnaît le douanier et lui répond : - Oui, c'est moi.

- Qu'est-ce que tu deviens ? Lui demande le douanier.

- Je me suis acheté ce petit bar et je vis tranquillement, répond Juan.

Le douanier se décide finalement à lui demander :

- Écoute, je suis à la retraite et je n'ai plus aucun pouvoir. Je voudrais bien savoir une chose. Je n'ai jamais arrêté de penser à ça depuis que je t'ai vu la première fois. Juste entre toi et moi, tu faisais de la contrebande ?...

Juan esquisse un petit sourire et répond :

- Oui, et c'est comme ça que je me suis acheté ce bar.

Le douanier s'approche un peu et demande à voix plus basse :

- Et qu'est-ce que tu passais frauduleusement aux douanes ?

Juan répond :

- Des bicyclettes.

Julie Cayouette



Chronique Beauté Santé



Alors pour nos grands pèlerins et voyageurs... j'ai pensé qu'il serait tout à fait indiqué de vous suggérer une petite trousse de base pour le voyage. Trousse pratique à multiples usages pour diverses petites surprises et inconforts quand on se promène à l'étranger ! Alors...

1-Granule d'arnica : Pour le décalage horaire principalement, une granule/heure, du départ à l'arrivée, avec beaucoup d'eau (au moins 1/2 litre à l'heure), ça aide vraiment...!

2-Hydraste du Canada: Teinture-mère pour presque tous les « ites » bronchite, sinusite, conjonctivite, infection urinaire, simple grippe...partout où il y a infection, pensez hydraste en interne. De plus, l'hydraste est hémostatique (arrête le saignement): saupoudrer directement sur la plaie fraîche en cas de coupure, plaie, écorchure, etc. De plus, c'est un antibactérien, antiviral et antiseptique très puissant. Il est excellent pour les démangeaisons et brûlures aussi!

3-Spiruline (en capsule) : Pour le manque de légume vert et le manque d'énergie ! Super importante pour maintenir une bonne santé dans les pays sous-développés!

4-Noyer noir (en teinture-mère) : Pour tous les problèmes de parasites (amibes, vers, diarrhées virales). C'est un antifongique puissant pour tous les problèmes à caractère « champignon » en interne autant que sur la peau. Aussi très utile en externe pour les poux, puces et autres « ti tannants »!

5-Charbon activé (poudre en capsule) : ***Essentiel pour intoxication alimentaire et problèmes digestifs (gaz, ballonnements...). En cas de doute d'aliments avariés, ne prenez pas de chance !

6-Orme rouge : Suit le charbon quand l'estomac ou l'intestin est irrité, c'est comme le « doudou calmant » qui va apaiser les muqueuses. Il fonctionne pour la gorge irritée aussi. (À mélanger avec du jus, lait de soya ou de la BONNE eau!)

7-Huile essentielle de lavande : Pour mal de tête, masser les tempes... Un bon antiseptique pour la peau !!!

8-Valériane (teinture-mère): Ha... la valériane... Vous allez l'aimer pour tous les cas où vous avez de la difficulté à dormir, relaxer... (avion, bus, train, décalage...)

9-H.E Melaleuca (tea tree): Merveilleux... un « must ». Désinfectant pour la peau, antibactérien, fabuleux pour les poux, puces, gale, herbe à puce (à mélanger au shampoing ou en direct pour peau). Pour les feux sauvage en topique, piqure d'insecte, brûlure et infection des voies respiratoires...

10- Crème aux herbes (clé des champs) : En finale... comme onguent de base pour petits et gros bobos, antiseptique, antifongique, cicatrisante et pour coups de soleil (gel d'aloès aussi pour ça) !

Tous ceux-ci ne sont que des suggestions, choisissez dans la liste selon vos besoins, soyez logique, renseignez-vous sur l'endroit visité, les maladies propices à cet endroit, la nourriture, la qualité de l'eau, l'altitude... allez-vous faire des excursions ou être exposé longtemps au soleil...? À vous d'être un peu prévoyant!

En somme, je vous souhaite un périple exempt de pépin... mais si tel était le cas, au moins vous aurez le nécessaire sous la main !!! Hihi! Bon voyage les amis!

Votre dévouée

Julie!

LA RÉFLEXOLOGIE INTÉGRALE^R

Médecine des trois corps - Harmonisation des fonctions vitales et équilibre global

Son origine remonte à plus de 2 330 av. J.-C. La découverte d'une fresque murale à l'intérieur d'une sépulture égyptienne représentant des praticiens à l'œuvre est éloquente à cet égard.

Les textes sacrés de l'Inde nous enseignent que nous avons trois corps, le corps physique, le corps astral et le corps causal, qui sont interdépendants pour vivre.

Le corps physique : Visible et dense, le corps physique est formé de deux enveloppes dont la première, celle du corps grossier, est constituée de matières solides, liquides et gazeuses. Elle implique la nécessité de se nourrir pour assumer le cycle de la création. Le second, le double éthéré, assure le lien entre le corps physique et le corps astral.

Ainsi, lorsque nous travaillons sur les pieds, nous agissons directement sur le corps physique pour permettre l'enracinement, l'harmonisation des systèmes et la régénération de l'énergie vitale. Le praticien y passe plus de la moitié de son temps pour favoriser une meilleure circulation sanguine, lymphatique, hormonale et nerveuse. Il utilise également les points réflexes sur les mains, les jambes et le visage en complément à ceux des pieds.

Le corps astral : Le deuxième corps, le corps astral, permet la prise de contact avec la douleur et le plaisir. Il est formé de trois enveloppes : vitale, émotionnelle et mentale.

L'enveloppe vitale permet l'action harmonieuse des fonctions biologiques du corps.

Puis, le travail se poursuit sur les jambes pour soulager les problèmes et les conditionnements chroniques de la région pelvienne. Le praticien enchaîne avec une technique alternée des points réflexes aux mains et aux bras. En Réflexologie intégrale^R la technique alternée mains et bras sur les points réflexes des organes vitaux (reins, pancréas, estomac, foie, rate, poumons, cœur) favorise leur revitalisation en agissant sur leur force vibratoire et leur magnétisme, harmonisant son, couleur et émotion logés dans chaque organe.

S'ensuit la stimulation des réflexes le long de la colonne et dans le dos, ce qui procure apaisement, réconfort et équilibre énergétique.

La seconde enveloppe, l'enveloppe émotionnelle, est le lieu des émotions et des pensées. Elle est celle aussi du subconscient où s'inscrit la mémoire de nos expériences.

En Réflexologie intégrale^R le travail sur les clavicules agit sur les trois enveloppes du corps astral, libérant la mémoire corporelle des blocages ou traumatismes émotionnels inconscients.

Le travail conscient sur les oreilles permet de libérer le mental des pensées négatives, tristes, suicidaires, etc. La stimulation des points réflexes favorise également l'équilibre des hémisphères du cerveau, une meilleure concentration et une meilleure mémoire.

Le corps causal : Le troisième corps énergétique, le corps causal, né de la SOURCE, du TAO, de l'ÉNERGIE PRIMORDIALE, de la PURE LUMIÈRE, n'a qu'une enveloppe, celle de la béatitude, de l'expérience du bonheur, de la joie, de la paix. Ainsi, le travail sur la tête rejoint cette enveloppe et permet le contact avec notre être de lumière.

La Réflexologie intégrale^R est de plus en plus considérée comme un apport complémentaire à la pratique médicale. Depuis l'automne 2003, des résidents de l'Institut Universitaire de Gériatrie de Montréal bénéficient de séances offertes par des praticiens en formation et à compter de cet automne, des stagiaires y enseigneront les rudiments de la technique aux aidants naturels, aux familles et aux bénévoles.

Carolyn Wattie

Technicienne en Réflexologie Intégrale^R

Tel : 450.536.3359

Source d'information : *Journal l'Agenda écrit par Danielle Dionne*

Danielle Dionne, directrice de l'Institut

Québécois de Réflexologie Intégrale^R,

Tel. : 514.845.1049

www.reflexologieintegrale.com



Il y a cent vingt petits anges, cent dix font la sieste sur leur nuage,
neuf jouent ensemble et un petit...tout doux... est à lire ce message.



RÉPONDRE À L'APPEL

Tibet, ta voix résonne en mon cœur
Dans ma nécessité de me rencontrer.
J'ai tant rêvé de marcher tes montagnes,
De goûter la chaleur de ton soleil,
De voir le sourire de ton peuple.

Caché depuis le fond des âges
Venu de d'autres vies
Un appel monte en moi
Qui me conduit vers toi.

Pays vivant en mon âme,
J'accomplis le pèlerinage
Des transformations à venir,
Dans mon corps et dans mon âme.

J'ai touché la beauté du monde
Et retrouvé mon unicité.
L'extérieur reflet manifesté
De mon paysage intérieur.

Terre sacrée, qui éveille la conscience
Transperce mon être de lumière.

J'ai parcouru tes lieux bénis
Pour te rendre hommage.
Ainsi s'est accompli la trame mystérieuse,

Des expériences à vivre,
Pour guérir de mes vies passées.

Tibet, tu as donné un sens à ma quête.
Me réaliser dans ma totalité.
Surtout ne pas passer à côté de la vie,
De ma vie.

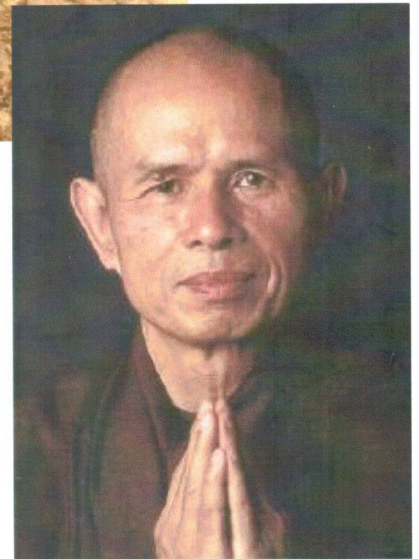
Monique Mathieu



QM Shanti Shanti



Chers amis, à certains moments, vous pouvez avoir l'impression de ne pas valoir grand-chose. Mais en réalité, sachez que chacun de vous est un miracle.



La pratique de la pleine conscience consiste à nous relier aux éléments merveilleux qui sont en nous, qui nous régénèrent et nous guérissent. Sans la pleine conscience, nous avons tendance à laisser pénétrer en nous des éléments nocifs à nos organismes et à notre esprit. Rien ne peut subsister sans nourriture.