

# LE MESSENGER

Une fenêtre ouverte sur la lumière

靈氣

Édition Juin 2010

**Notre corps...**

et l'univers

**Nos maîtres...**

d'ouverture...

**Ho'oponopono...**

Rendre droit, rectifier, corriger

**Santé...**

l'huile de ricin

**Remèdes...**

les secret de l'oignon

**Quand le respect fout le camp...**

À Gaïa, notre terre-mère...

**Informatique...**

quand tu nous tiens.



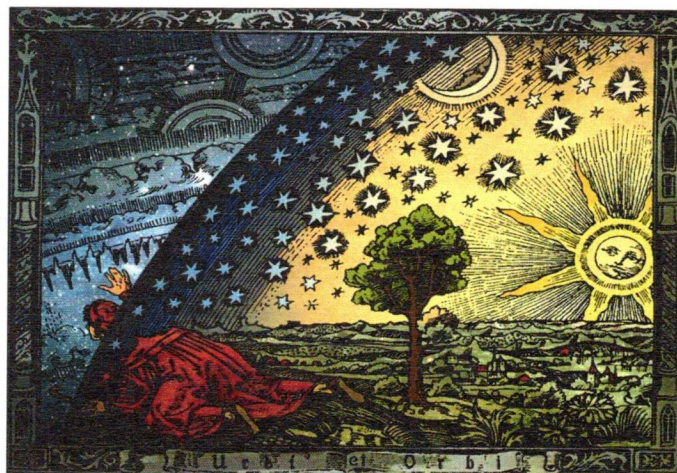
# LE MESSENGER

## L'UNI-VERT

### Sommaire

- Éditorial sur l'Uni-vert.
- Le mot de la présidente.
- Notre corps et l'univers
- Nos maîtres d'ouverture
- Ho'oponopono
- Santé: l'huile de Ricin
- Le secret des Oignons
- Liens vers la lumière
- Quand le respect fout le camp
- Livre- DVD
- Informatique...
- Conclusion

**L**a lumière et l'univers sont liés. Il est impossible de mettre une limite à ces 2 éléments. S'il n'y avait pas de lumière, il n'y aurait pas d'univers puisque l'on ne le verrait pas. Si l'univers n'existait pas, la lumière ne serait pas visible. L'univers utilise la lumière et la lumière utilise l'univers. Jusqu'où peut aller la lumière? Jusqu'où s'étend l'univers? Sans lumière, les êtres, les plantes, les animaux n'existeraient pas. Mais sans l'univers il ne pourrait croître, pousser, évoluer, enfin vivre. Ce qui nous amène à comprendre le lien étroit entre la terre et l'univers. Cette terre nous donne et entretient notre vie. Elle fait pousser les plantes qui nous nour-



risent. Et voilà la nature et l'univers se sont rejoints. Reste maintenant nous unir dans cet **Uni-vert**... [Suite page 2](#)

## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

**J**e viens d'apprendre qu'un virus, qui est pire que celui de la grippe H1N1, fait rage sur terre. C'est un virus venant d'un autre pays qui se nomme la « stacause » et qui est très puissant. Cela peut prendre des années avant de le guérir ou de lui enlever son pouvoir. Quand on a ce virus, on ne peut pas évoluer, on n'arrive jamais à la MAÎTRISE que l'on désire tant. Soyez rassurés, on peut y arriver et je vous explique comment : Cela prend de la connaissance et des outils spéciaux. Voici quelques exemples pour que vous puissiez faire un diagnostic afin de savoir si ce virus a atteint votre santé mentale :

Si je souffre « stacause » de ma mère...

Je suis alcoolique « stacause » de mon père...

Je suis malheureux « stacause » du manque d'argent...

Je suis dépendant « stacause » de mon mari, de ma femme...

**Ê**tes-vous atteint de la maladie de la « stacause »? Soyez honnêtes et acceptez d'en rire, cela fait du bien et c'est le début de la guérison. Il existe un vaccin, un antidote à ce virus : Pour qu'il soit efficace, il est nécessaire de conscientiser et d'accepter que **JE SUIS ENTièrement RESPONSABLE** de ma **vie**, de mes **pensées** et mes **actions**.

**1<sup>er</sup> vaccin: LA CONSCIENCE.** Dans ma formation du **niveau 3**, j'ai appris qu'à chaque jour je dois choisir ma vie et devenir CONSCIENT de ma beauté, ma force, mes pensées, mes actions. Donc, ma RESPONSABILITÉ : qu'est-ce que

je choisis de vivre ? La VICTIME « STACAUSE » ou la JOIE D'ÊTRE RESPONSABLE de mes choix.

**2<sup>e</sup> vaccin: L'ENGAGEMENT.** Au cas où le premier vaccin n'a pas totalement enrayé le virus. J'ai aussi appris avec le **niveau Maître** ce que veut dire l'ENGAGEMENT. C'est pourtant si simple : chaque matin, et seulement un matin à la foi, je m'engage à être maître de mes pensées, de mes paroles et de mes actions. Je m'engage à rechoisir la beauté, la joie, la santé, la douceur, l'abondance, l'intégrité, l'humilité l'honnêteté, l'humour, le non jugement et l'accueil de la différence de l'autre. Un petit truc : s'observer souvent afin de vérifier si MON ENGAGEMENT du matin a été respecté.

**A**musez-vous à transformer l'inconfort et à retrouver cette Lumière pure en vous. Retrouvez votre cœur d'enfant : Simplicité, authenticité, intégrité, joie et douceur de vivre.

Bonne guérison, je vous aime  
Votre grande sœur des étoiles  
**Marie Ange Michaud**



## NOTRE CORPS ET SA CONNECTION...

**B**ien des gens pensent que notre corps physique n'est qu'une carcasse isolée du reste de l'univers. Pourtant, quand ce dernier est encore en pleine forme, nous nous identifions pleinement à lui puis progressivement, obésité et maladies aidant, on ne le voit plus que comme un fardeau nous ayant trahi...

C'est vrai, notre corps a ses lois et sa propre vie, mais avant tout, il n'est que le reflet extérieur de notre santé physique qui elle-même subit toutes les avaries de nos corps émotionnel, psychologique et spirituel (voir Les énergies du corps humain). Dit autrement, ce n'est pas votre corps qui vous trahit, c'est vous qui l'achevez en vivant à côté de la plaque, à côté de la musique de l'univers, à côté de l'harmonie, à côté de la joie d'être véritablement ce que vous êtes.

**C**ertes, physiquement, vous êtes devenu ce que vous êtes vraiment. Alors si vous avez la mine triste, le teint blafard, la mimique rituelle d'une sciatique revancharde, la démarche lourde d'un éléphant, l'abdomen d'un hippopotame ou le plexus affaissé, n'accusez pas l'Eternel et acceptez humblement que vous avez été d'une réelle indécatesse à propos de votre véhicule d'incarnation. Certaines choses sont "réparables", mais comme l'a dit Jésus "on ne recoud pas du neuf sur du vieux". Vous pouvez certes aller vous faire rafistoler chez des chirurgiens spécialisés dans le ravalement mais cela ne restera que temporaire puisque vous n'aurez pas changé vos habitudes.

**B**ref, après cette petite mise au point, je vais dans cet article vous dire comment physiquement notre corps (et tout ce qui se passe dedans) est répercuté jusqu'à notre système solaire qui lui le répercute au reste de la Création. L'exercice est simple et ne demande pas d'être un pro de la physique ou des sciences dites exactes. Alors on va commencer dans le basique, pour ensuite continuer dans l'enfantin...

Comme vous le savez, nous avons 7 chakras principaux qui sont des roues énergétiques captant et retransmettant ce qui se passe en nous, en nos différents corps. Chacun de nos chakras est relié à l'une des trois grilles qui entourent la planète Terre. En effet, Urantia Gaïa est un organisme vivant (tout comme nous) qui fait le lien entre le Soleil et nous. Tout comme nos chakras font le lien entre notre corps physique et notre ADN. Dit autrement, ce qui se passe dans notre ADN va influencer nos organes qui vont influencer nos chakras qui vont influencer les grilles de la Terre qui vont influencer le système solaire qui va influencer l'univers local qui va influencer le super univers qui va influencer le grand sidéral pour enfin influencer La Source !

**G**lobalement, il existe trois types de Lumières dans l'Univers :

La lumière de Vie (lumière dite indifférenciée - source de toute création à l'état potentiel), et 2 lumières dites différenciées (c'est-à-dire où règne la dualité) qui sont la Lumière Solaire et la Lumière atomique. Ces 3 Lumières agissent sur les 3 grilles entourant Urantia Gaïa. Chacune de ses grilles a un point origine sur Terre qui se situe du côté du Mexique. La 1ère grille est la grille magnétique que l'entité Kreyon a eu le soin de réparer très récemment. La 2ème grille est la grille solaire qui elle s'est fait retaper par nos frères les Pléiadiens. Et enfin, la 3ème grille est la grille cristalline qui a été, elle aussi, reprise en main par le Maître Cristal lui-même.

**O**n peut concevoir que ces 3 grilles ont été très largement endommagées par nos pensées tordues, nos émotions volcaniques, notre sexualité barbare, notre mode d'alimentation totalement anthropophage ainsi qu'avec toutes nos expériences chimiques, bactériologiques et nucléaires sans oublier toutes les autres pollutions dues à notre mode de vie (CO2, marée noire, produits phytosanitaires, ondes électromagnétiques diverses et variées, satellites...).



se connecter



## ...À L'UNIVERS.

**E**n clair, notre honorable vaisseau spatial n'était devenu qu'un tas d'ordures aux odeurs pestilentielles senties à des millions d'années lumières par tous nos frères de l'espace, ainsi que de l'intra-terre. Vu de loin, on est vraiment une moisissure dangereuse qui essaie de s'exporter ailleurs par la conquête spatiale. Devant l'arrêt du jeu programmé mécaniquement par l'horlogerie céleste, Gaïa s'est mise en ordre de marche pour l'ascension. Ce n'est pas tout neuf puisque cela date du siècle dernier mais bon, cela fait plus de 50 000 ans qu'on lui gratte le dos avec nos oppositions masculino-féminines. Compte tenu de tout cela, les entités en charge du bon déroulement ont donc décidé (avec notre accord) de réparer le vaisseau spatial en remettant en forme les 3 grilles entourant la Terre.



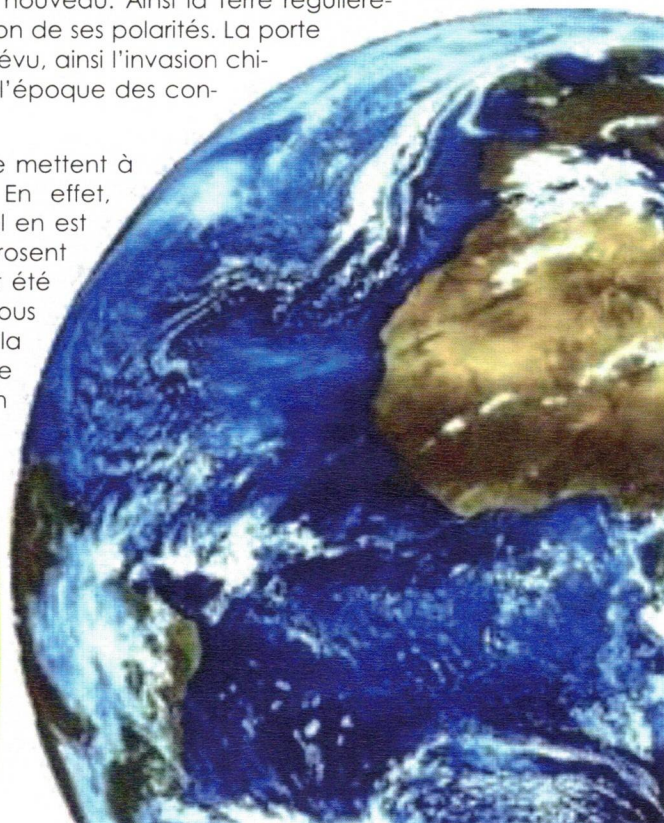
## RÉPARATION

**C**ette réparation s'est faite selon les nouvelles données énergétiques de notre prochain tour d'expérimentation. À cet effet, les chakras de la Terre ont bougé de place afin de remettre les énergies en place. La Terre étant ronde, vous pouvez imaginer qu'il faut bien dans un monde de dualité qu'il y ait un pôle nord et un pôle sud pour créer énergétiquement l'environnement adéquat. C'est à l'image du 1er et 7ème chakras qui servent d'axe de rotation tandis que les 5 autres se répartissent perpendiculairement entre les deux.

En bien pour la Terre, le côté féminin qui a prévalu pendant ces derniers 26 000 ans faisait qu'au Tibet (et les environs) était implantée l'énergie féminine tandis que l'énergie masculine était du côté du Moyen Orient (vous savez là où ils se tapent dessus depuis des millénaires !).

**L'**Inde et le Tibet ont connu leur gloire et, globalement, tous les pays asiatiques faisaient dans le collectif tandis que, de l'autre côté, l'Europe, et par extension les Amériques, faisaient dans l'individualisme. D'où cette colonisation intensive et le pillage systématique par les blancs. Il était donc l'heure que les énergies féminines investissent l'autre côté afin de relancer un processus d'expérimentation nouveau. Ainsi la Terre régulièrement inverse ses pôles pour effectuer un brassage par opposition de ses polarités. La porte du Tibet est maintenant totalement désactivée et cela était prévu, ainsi l'invasion chinoise n'est donc pas fortuite comme elle ne le fut pas lors de l'époque des conquistadors puis des cow-boys.

**M**aintenant, ce sont les asiatiques et les hindous qui se mettent à vivre à l'occidental depuis quelques décennies. En effet, l'homme suit l'énergie de la Terre sa mère, même s'il en est totalement inconscient. Bref, les nouvelles énergies qui nous arrosent aujourd'hui sont possibles parce que les 2 premières grilles ont été restaurées et réalignées. En clair, les énergies de l'Univers nous arrivent en direct d'où cet élan spirituel pour retourner à la Source. Le nouveau monde n'est pas la conquête matérielle d'un bout de terrain sur une planète quelconque mais juste un retour à ce que nous sommes véritablement : **des êtres de l'**



# UNI VERT



## RECONNECTION ET EFFETS...



Cette reconnexion inconsciemment ressentie se fait par notre ADN qui se re-construit. En effet, il est en connexion directe avec nos chakras qui eux sont reliés aux grilles de la planète. Dit autrement, on est en train de se faire rectifier, qu'on le veuille ou non. D'où cette impérieuse nécessité de lâcher-prise et de fluidité car notre mère Urantia Gaïa est en train d'ascensionner, c'est-à-dire d'aller dans une dimension supérieure. Donc, libre à chacun d'adhérer à cet état de fait ou non. Ici, c'est du libre arbitre : si tu n'es pas d'accord, tu seras "déconstruit" pour aller vivre ailleurs sur une autre planète de 3D dans un nouveau corps; si tu es d'accord, tu participes au mouvement ascensionnel.

En effet, dans les 3 premières dimensions, c'est Gaïa qui a donné de son énergie aux nouvelles âmes (minéraux puis végétaux, puis animaux et pré-humains). Nous avons chuté de la 4D en 3D pour les besoins d'expérimentation de la dualité. En clair, notre mère Urantia Gaïa a décidé de passer en 4D tout en sachant que nous saurons nous rappeler que nous sommes des Dieux, des Êtres de Lumière qui pourront enfin lui rendre la pareille. En effet, dans tous les univers, l'échange équitable est de base car tout est équilibre. Il ne peut y avoir des suceurs de première tout le temps et des arnaqués tout aussi longtemps. Ce jeu du profiteur au détriment du pauvre ne peut se faire que dans la 3D.

Dit autrement, par notre re-câblage au niveau de l'ADN, nous pouvons reprendre possession de nos pouvoirs de créateur divin et donc de centrale "atomique spirituelle" afin d'aider notre mère Gaïa à ascensionner. Il est clair que plus il y aura d'humains qui diront oui et plus vite cela se fera et, avec en prime, le moins de dégâts possibles. Ce n'est que dans les coins indécrottables que notre mère se gratte afin d'éliminer les gêneurs. En cela elle est aidée par les éléments feu et eau qui nettoient chacun à leur niveau. Le réchauffement climatique n'est que la conséquence de ce réalignement énergétique où les rayons solaires se font nettement plus costauds.

## RECONNAISSANCE DES EFFETS

On brûle d'un côté, on inonde de l'autre. Un beau temps bien chaud et hop un orage derrière et ainsi de suite. Bref, la machine à laver a commencé son programme de nettoyage et aucun cm<sup>2</sup> de la planète ne sera épargné.

Cette augmentation vibratoire (résultant de l'arrosage fait par La Source et le Soleil) augmente irrémédiablement la rotation de nos chakras puisque tout est relié. Donc, si vous ne vous sentez pas bien, il faut vraiment lâcher prise sinon ça va casser.

Que vous le vouliez ou non, vos chakras et aussi votre ADN (puisque là aussi ça travaille ensemble) vont vous en faire voir de toutes les couleurs. C'est ainsi que les couples voient leur relation un brin en mouvance. En clair, c'est comme pour un atome. Plus on le bombarde d'énergie et plus son état devient instable, prenant ainsi plus de place. Ses électrons encaissent des montées d'adrénaline et vont aller alors sur un plan énergétique supérieur.

Et comme ils ne peuvent pas aller n'importe où, il faut qu'ils acquièrent une énergie suffisante pour faire un saut jusqu'à la prochaine couche. On appelle cela un saut quantique et croyez-moi, on va le faire.

Une nouvelle couche culotte dans un nouveau bac à sable, voilà ce qui attend les valeureux guerriers, travailleurs ou artisans de Lumière. Quant aux autres qui ne feront pas le saut, ils resteront tout aussi froid et pourront donc continuer leur petit business en attendant qu'ils comprennent qu'ailleurs c'est plus sympa !



En résumé, sachez que ceux qui décideront d'accepter les nouvelles énergies et les nouvelles règles du jeu, se verront attribuer la tâche de nourrir leur mère nourricière Gaïa par une profonde gratitude et un dévouement véritablement humain.

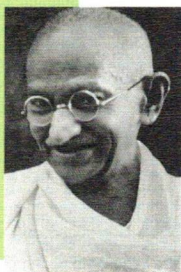
Proposé par Patrick Lorel



## NOS MAÎTRES D'OUVERTURE...

Il y a beaucoup de citations rendues célèbres par de nombreux femmes et hommes tous aussi célèbres, mais j'avais envie de rendre hommage à deux grands personnages qui ont toujours prôné la paix : Gandhi et le Dalaï Lama . Donc voilà quelques phrases ou citations qui peuvent encore faire réfléchir sur l'avenir de l'uni-vert.

Gandhi



## HISTOIRE

**Gandhi, Mohandas (1869-1948)**, penseur, homme politique et dirigeant nationaliste indien, au rôle déterminant dans la lutte pour l'indépendance de l'Inde sous l'Empire britannique, et qui, par son charisme exceptionnel et sa célèbre doctrine de la résistance passive, eut une influence intellec-

"OEIL POUR OEIL EST UNE LOI QUI FINIRA PAR RENDRE LE MONDE AVEUGLE"

"SI LA NON VIOLENCE EST LA LOI DE L'HUMANITÉ, L'AVENIR APPARTIENT AUX FEMMES"

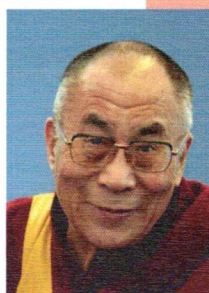
"IL Y A ASSEZ DANS LE MONDE POUR SATISFAIRE AUX BESOINS DE L'HOMME, MAIS PAS ASSEZ POUR ASSOUIR SON AVIDITÉ"

"ON PEUT JUGER DE LA GRANDEUR D'UNE NATION PAR LA FAÇON DONT LES ANIMAUX Y SONT TRAITÉS"

"LA FORCE RÉSIDE DANS L'ABSENCE DE CRAINTE ET NON DANS LA QUANTITÉ DE CHAIR ET DE MUSCLE QUE NOUS AVONS DANS NOTRE CORPS"

## HISTOIRE

Née en 1935, c'est en 1950, à l'âge de quinze ans, que le dalaï-lama devient chef d'État et du gouvernement tibétain. Il passe les neuf années qui suivent à la recherche d'une solution pacifique à la crise, avant d'être contraint de fuir en Inde, où il établit, à Dharamsala, un gouvernement tibétain en exil.



Dalaï Lama

« LES HOMMES PERDENT LA SANTÉ POUR ACCUMULER DE L'ARGENT, ENSUITE ILS PERDENT DE L'ARGENT POUR RETROUVER LA SANTÉ.. ET À PENSER EXTÉRIEUREMENT AU FUTUR, ILS OUBLIENT LE PRÉSENT DE TELLE SORTE QU'ILS FINISSENT PAR NON VIVRE NI LE PRÉSENT NI LE FUTUR.. ILS VIVENT COMME S'ILS N'ALLAIENT JAMAIS MOURIR... ET MEURENT COMME S'ILS N'AVAIENT JAMAIS VÉCU. »

« IL N'Y A PERSONNE QUI SOIT NÉ SOUS UNE MAUVAISE ÉTOILE, IL N'Y A QUE DES GENS QUI NE SAVENT PAS LIRE LE CIEL. »

« NUL BESOIN DE TEMPLES, NUL BESOIN DE PHILOSOPHIES COMPLIQUÉES. NOTRE CERVEAU ET NOTRE COEUR SONT NOS TEMPLES. »

Enseigner



## HO'OPONOPONO...

**B**eaucoup de personnes sont arrivées à Ho'oponopono à travers le texte du Dr Joe Vitale, largement diffusé sur internet. Ce dernier fut intrigué par le succès obtenu par un thérapeute hawaïen, le Dr Hew Len, qui a guéri une salle complète de patients aliénés criminels et ce, sans jamais voir aucun d'eux. La lecture de ce texte vous apportera une meilleure compréhension de ladite méthode et en facilitera l'application.

L'intellect ne dispose pas de ressources pour résoudre les problèmes, il peut seulement les manœuvrer, les diriger. Mais manœuvrer, diriger, ne résout pas les problèmes. En pratiquant Ho'oponopono, vous demandez à Dieu, à la Divinité, de nettoyer et purifier l'origine de ces problèmes, qui sont des souvenirs, des mémoires. Vous neutralisez ainsi l'énergie associée à une certaine personne, à un lieu ou une chose.

Dans le processus, cette énergie est libérée et est transmuée en lumière pure par la Divinité. Et, en vous, l'espace libéré est rempli par la lumière de la Divinité. C'est pourquoi, dans Ho'oponopono, il n'y a pas de faute et il n'est pas nécessaire de revivre aucune souffrance. Il importe peu de savoir le pourquoi du problème, ni d'où vient la faute, ni son origine. Au moment où vous remarquez en vous quelque chose d'inconfortable par rapport à une personne, un lieu, un événement ou une chose, entamez le processus de nettoyage. Utilisez alors les phrases suivantes :

- Je suis désolé.
- Pardonne-moi.
- Je t'aime.
- Je te remercie.

**V**ous pouvez aussi ne choisir que certaines d'entre elles, celles qui vous viennent à l'esprit à ce moment-là et les répéter. Laissez-vous guider par votre intuition. Il n'existe aucune règle par rapport à l'ordre des phrases. Utilisez la série qui vous convient le mieux, celle qui est le plus en accord avec le moment. Vous pouvez en utiliser une ou deux. Généralement, seulement « Je t'aime » apporte la solution.

Quand vous dites : « Je suis désolé », vous reconnaissez que quelque chose (il n'importe pas de savoir quoi) a pénétré dans votre système corps/esprit. Vous demandez le pardon intérieur pour lui avoir apporté cela.

En disant : « Pardonne-moi », vous ne demandez pas à Dieu de vous pardonner, vous demandez à Dieu de vous aider à vous pardonner (à vous-même).

« Je t'aime » transmue l'énergie bloquée (qui est le problème) en énergie circulante, en vous unissant à nouveau à ce qui est Divin.

« Merci » ou « Je te remercie » est l'expression de votre gratitude, votre foi dans le fait que tout sera résolu pour le bien de tous.

**A** partir de ce moment, ce qui arrive ensuite est déterminé par la Divinité. Vous pouvez être inspiré à faire une certaine action, quelle qu'elle soit. Si vous continuez à douter, persistez dans le processus de nettoyage et, quand tout sera complètement nettoyé, vous obtiendrez la réponse. Rappelez-vous que ce que vous voyez d'erroné dans l'autre existe aussi en vous. Nous sommes tous Un. Par conséquent, toute guérison est auto-guérison. Dans la mesure où vous vous améliorez, le monde aussi s'améliore. Assumez cette responsabilité. Personne d'autre n'a besoin de pratiquer ce processus. Seulement vous. Penser à ces phrases à tout moment, jour après jour, maintiendra une attitude vibrante de bien-être et de compréhension par rapport à toute chose que vous rencontrerez.

Au cours de la journée, si vous ressentez un quelconque malaise, ou un sentiment d'inconfort, apporté ou non par une certaine mémoire, ne vous unissez pas à ce sentiment malheureux et demandez à Dieu de nettoyer les mémoires qui le produisent. Si moi, ma famille, mes proches ou mes ancêtres vous ont offensés ou offensé votre famille, vos proches ou vos ancêtres, en pensées, en mots, en actes et en actions, depuis le début de la création jusqu'à aujourd'hui, nous implorons votre pardon...

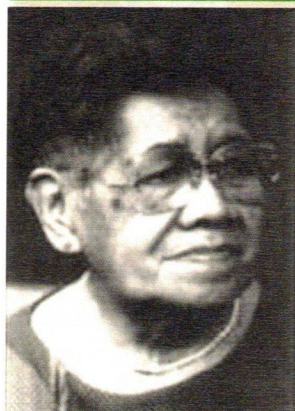


*Proposée par Réjeanne Delagarde Friolet*



## ...RENDRE DROIT, RECTIFIER, CORRIGER

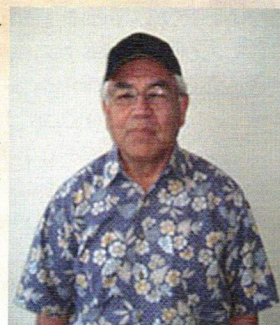
## MORRNAH SIMEONA



**N**ous sommes ici seulement pour apporter de la paix à notre propre vie, et si nous apportons de la paix à notre propre vie, tout, autour de nous, trouve son propre lieu, son propre rythme et sa propre paix. C'est tout cela qu'est Ho'oponopono.

**Mornah Simeona**

## DR HEW LEN



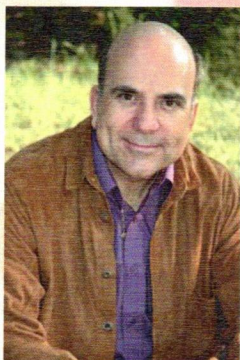
**P**uisse tout cela être nettoyé, purifié et libéré.

Que tous les blocages, les mémoires, les énergies et les vibrations négatifs soient coupés. Puissent toutes ces énergies indésirables être transmutées en pure Lumière.

Quand un problème nous apparaît, l'intellect cherche toujours quelqu'un ou quelque chose à accuser. Nous continuons à chercher en dehors de nous l'origine de nos problèmes. Nous ne percevons pas que l'origine est toujours en nous.

**Dr Len**

## JOE VITALE



**H**o'oponopono est une méthodologie personnelle qui enlève les obstacles mentaux afin de libérer votre esprit qui pourra ensuite trouver des façons nouvelles et inattendues d'obtenir ce que vous souhaitez manifester dans votre vie. Malgré sa grande simplicité, cette méthodologie fonctionne à merveille - tant professionnellement que personnellement.

## PAROLES

I'm sorry	Je suis désolé
Please forgive me	Pardonne-moi
I thank you	Je te remercie
And I love you	Et je t'aime
These are special words	Ce sont des mots spéciaux
God sent them to us	Que Dieu nous a envoyés
These are magic words	Ce sont des mots magiques
God gave to us all	Que Dieu nous a donnés à tous



## L'HUILE DE RICIN...

Quelle merveille que l'huile de ricin !!! Pas très cher et l'étendue de ses usages est sans fin. Bref un ingrédient de première ligne dans toute trousse de beauté et pharmacie d'urgence. Fait intéressant, elle ne rancit pas et ne nécessite donc aucune précaution de conservation et ce, pendant des années. On l'utilise principalement en application externe, en apposant un cataplasme ou en massant avec celle-ci des zones ciblées. On l'utilisera aussi pour quelques cas précis en usage interne. Les contre-indications ne sont pas nombreuses soit : pas de cataplasme au niveau de l'abdomen pour les femmes enceintes, ni pendant la période menstruelle (sauf si endométriose ou flux abondant) et pas de cataplasme en cas de cardiopathie sans avis médical. Personnellement, je travaille avec la marque Palma Christi, elle vient directement d'Inde, elle est offerte biologique ou non et cette compagnie offre toute une gamme de produits dérivés de celle-ci, crèmes, baumes à lèvres, traitement capillaire, etc.



### LA PLANTE



Cette huile est extraite des graines d'une plante appelée *Ricinus Communis* qui pousse principalement en Inde, en Afrique, au Brésil et en Europe. Elle est originaire d'Inde et son nom sanskrit le plus ancien était *Eranda*. C'est au moyen-âge que la plante prend le nom de **Palma Christi** (Paume du Christ) probablement en raison de ses feuilles en forme de main d'un magnifique vert métallique et de ses propriétés thérapeutiques étonnantes. Pour des fins thérapeutiques, l'huile doit être extraite par pression à froid et 100% pure. L'utilisation de l'huile de ricin à des fins thérapeutiques et cosmétiques est connue depuis des milliers d'années. Les traces les plus anciennes de son utilisation remontent à l'Égypte ancienne où Cléopâtre en faisait glisser une goutte dans ses yeux pour qu'ils paraissent plus brillants.

### LES USAGES COSMÉTIQUES

Ses usages cosmétiques sont très intéressants. Cette huile a un pouvoir hydratant et lubrifiant très puissant. Voici quelques applications cosmétiques :

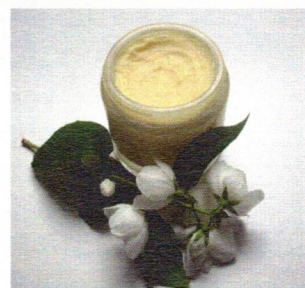
**Cellulite** : Dans un flacon en verre, préparer un mélange avec 120 ml d'huile de ricin, 40 gouttes d'huile essentielle (h.e.) de pamplemousse, 20 gouttes h.e. de citron, 30 gouttes h.e. de cèdre et 25 gouttes h.e. de lavande. Masser la cellulite avec ce mélange tous les soirs avant le coucher.

**Cheveux** (chute, pellicules, déséquilibres gras ou secs) : Préparer une lotion avec un volume d'huile de ricin et 10 volumes d'alcool à friction 70°. Appliquer et laisser agir 1 à 2 heures avant de laver les cheveux avec un shampooing doux. Répéter l'opération pendant 5 jours consécutifs. Arrêter quelques jours puis renouveler si nécessaire.

**Coup de soleil ou lèvres sèches** : Appliquer généreusement l'huile de ricin le plus rapidement possible après l'exposition au soleil. Grâce à ses propriétés anti-inflammatoires, la douleur est soulagée rapidement et votre peau est nourrie en profondeur.

**Croissance et santé des ongles et des cils** : Appliquez simplement l'huile sur vos ongles à l'aide d'un coton-tige. Débordez d'un demi-centimètre vers la racine de l'ongle. Appliquez simplement l'huile sur vos paupières à la base des cils à l'aide d'un coton-tige et prolongez sur la longueur de vos cils.

**Rides** : Faire un mélange d'argile verte surfine et d'huile de ricin afin d'obtenir une consistance pâteuse (pour que le mélange se fasse bien laisser reposer une heure). Appliquer sur le visage comme un masque. Laisser agir une heure. Renouveler 2 à 3 fois par semaine.





## ...HUILE À MILLES REMÈDES

## LES USAGES THÉRAPEUTIQUES

**L**es usages thérapeutiques de l'huile de ricin sont impressionnants. Elle a une action anti-inflammatoire, antidouleur, analgésique, antivirale, antibactérienne et antifongique. D'une manière générale nous traiterons en massage les douleurs musculaires ou blessures, l'arthrite, les problèmes de peau, les brûlures, les coupures, l'infection à l'œil (conjonctivite, orgelet, sécheresse) et les verrues. En cataplasme l'huile de ricin a aussi une action anti-inflammatoire mais a en plus la capacité de dissoudre les densifications (kystes, fibromes, pierres, calcifications...), de désintoxiquer le foie et les organes et de stimuler le système immunitaire et le système lymphatique. Son usage interne permettra de traiter les allergies saisonnières, faire une cure santé, déclencher le travail en fin de grossesse et enfin l'huile de ricin est un puissant laxatif.

Santé

**Acné** : Appliquer l'huile de ricin sur le visage le soir au coucher et laisser agir toute la nuit. Renouveler tous les soirs jusqu'à amélioration de l'état de la peau.

**Acouphène** : Mettre 2 à 3 gouttes d'huile de ricin tiède dans chaque oreille, au coucher, pendant une semaine. En cas de besoin, renouveler l'opération après quelques jours d'arrêt.

**Allaitement** : Faire un cataplasme sur la poitrine favorise la production de lait et aide à désengorger les seins.

**Allergie au pollen** (rhume des foins) : Boire une demi à une cuillère à thé d'huile de ricin chaque jour pendant cette période. Appliquer aussi l'huile directement sur les sinus et le nez pour soulager la congestion.

**Amygdalite** : Faire un cataplasme sur la gorge pendant une heure sur une durée de 5 jours.

**Angoisse** : Faire un cataplasme sur le plexus solaire trois soirs par semaine.

**Arthrite** : Masser les parties douloureuses avec de l'huile chaude ou faire un cataplasme si les zones sensibles ne sont pas trop étendues. Repro-

duire au besoin selon les douleurs.

**Calculs** (vésicule biliaire) : Faire un cataplasme sur la région du foie pendant une heure et demie, trois jours consécutifs par semaine. Buvez deux cuillères à thé d'huile d'olives après le troisième cataplasme. Recommencer la séquence pendant quatre semaines.

**Constipation passagère** : Enfants : donner six gouttes dans du jus d'orange; Adultes : boire une cuillère à soupe ou plus, selon l'âge et l'effet recherché. Comme tout laxatif, l'huile de ricin (en interne) ne doit pas être utilisée en continue. On peut par contre masser l'abdomen avec l'huile régulièrement.

**Couperose** : Appliquer généreusement l'huile de ricin sur le visage, le soir au coucher en remplacement de votre crème de nuit. Utilisez l'huile 3 à 4 jours consécutifs puis faire une pause de 2 à 3 jours avant de reprendre la séquence. Renouveler jusqu'à disparition complète de la coloration.

**Écharde** : écharde, il vous suffit de tremper votre doigt quelques minutes dans cette huile. Vous verrez l'effet est étonnant, l'écharde sort de la

peau sans aucune difficulté ni douleur.

**Foie "paresseux"** : Faire un cataplasme sur le foie pendant une heure, 3 jours consécutifs par semaine. Répéter la séquence pendant 3 semaines. Compléter en buvant une cuillère à thé d'huile d'olive chaque soir.

**Foulures et entorses** : Faire un cataplasme que vous conservez toute la nuit. Répéter jusqu'à disparition des douleurs et de l'inflammation.

**Hémorroïdes** : Appliquer l'huile de ricin sur les hémorroïdes le soir. Recouvrir d'un morceau de flanelle pour protéger vos vêtements et les draps. Garder toute la nuit. Le soulagement est très rapide. Renouveler jusqu'à disparition complète des hémorroïdes.

**Hyperactivité** : Le soir, faire un cataplasme sur l'abdomen pendant une heure (ou masser avec de l'huile si le cataplasme est impossible à maintenir), 3 fois par semaine. Poursuivre sur deux semaines et renouveler la séquence au besoin.

**Insomnie** : Au coucher, faire couler deux ou trois gouttes d'huile de ricin dans le conduit auditif de chaque oreille et placer une boule de coton par

dessus jusqu'au matin. Masser aussi le plexus solaire avec l'huile. Vous pouvez aussi, au coucher, masser les pieds avec une bonne quantité d'huile, en prenant soin d'enfiler des chaussettes blanches pour ne pas salir les draps (Une merveille pour les enfants).

**Jambes lourdes et chevilles enflées** : Masser les jambes ou les chevilles avec l'huile tiède 4 soirs consécutifs. Répéter la séquence au besoin.

**Otite** : Déposer 1 à 2 gouttes de d'huile de ricin tiède dans l'oreille puis placer une boule de coton imbibée d'huile. Masser avec de l'huile chaude à l'arrière et en bas de l'oreille puis le long du cou.

**Piqûre d'insecte** : Appliquer l'huile le plus rapidement dessus, calme rapidement la démangeaison et la douleur.

**Ronflement** : Faire un cataplasme sur l'abdomen le soir au coucher. Conserver toute la nuit. Renouveler pendant deux semaines.

**Verrues** : Faire un cataplasme avec un mélange d'huile et de bicarbonate de soude à quantité égale. Renouveler 2 à 3 fois par jour jusqu'à disparition de la verrue.





# LE CATAPLASME DE RICIN

## LES CATAPLASMES

**M**ais me direz-vous... Comment effectuer un cataplasme huile ricin ? Voilà, c'est très simple :

- Réchauffer l'huile de ricin dans un bain marie en contrôlant rigoureusement la température afin de ne pas se brûler (pas de micro-onde).
- Plier un morceau de flanelle blanche en 3 épaisseurs, la placer dans le bain-marie et l'imbiber généreusement de l'huile de ricin.
- Retirer l'excès d'huile et appliquer les 3 épaisseurs de flanelle sur la partie à traiter.
- Recouvrir avec un film plastique (Saran Wrap).
- Déposer la source de chaleur par-dessus (bouillotte ou Instaheat, pas de pad chauffant électrique).
- Recouvrir le tout d'une serviette et maintenir si nécessaire avec les bandages.
- Conserver le cataplasme pendant une heure à une heure et demie ou toute la nuit selon les cas.
- Au terme de l'application, retirer le cataplasme et laver la peau à l'aide d'une solution constituée d'une cuillère à soupe de bicarbonate et de deux tasses d'eau (500 ml).

**A noter :** le cataplasme peut être réutilisé environs 6-7 fois. Conservez-le dans une boîte en plastique à la température de la pièce. Lors de l'application suivante, rajoutez de l'huile de façon à compenser la partie qui a été absorbée la fois précédente.



**J'**affectionne particulièrement ce que j'ai nommé un « enveloppement de ricin ». Je mets l'équivalent de 3-4 cuillères à soupe d'huile dans l'eau du bain. À la sortie du bain je me laisse sécher, j'enfile ensuite un pyjama blanc ou je m'enroule dans une couverture blanche et je dors, médite ou écoute un film. C'est à la fois un baume pour l'esprit vu la détente que ça procure et pour le corps car l'huile fournit une douceur inégalée en nourrissant et hydratant la peau. J'aime aussi faire ma Cléopâtre et déposer une goutte dans chaque œil, lorsque j'enlève mes verres de contacts. J'ai l'impression de redonner la vie à mes yeux fatigués. Et pour reprendre les mots de quelqu'une que j'aime beaucoup : « Ne me croyez pas... Expérimentez vous-mêmes !!!! ».

## EN CONCLUSION

**L**a question n'est pas « Puis-je utiliser l'huile de ricin pour tel ou tel malaise ? », mais plutôt « comment l'utiliser ? » Comme vous pouvez le constater, vu l'étendue de ses vertus thérapeutiques et cosmétiques, seule l'imagination est la limite de ses usages !

**Valérie Fillion ND.A.**



## LE SECRET DE L'OIGNON

**E**n 1919, lorsque la grippe a tué 40 millions de personnes, un médecin visitait des nombreux agriculteurs pour voir s'il pouvait les aider à lutter contre la grippe.

Beaucoup d'agriculteurs et leurs familles l'avait attrapée et beaucoup étaient morts. Le médecin arriva dans une exploitation agricole où, à sa grande surprise, tout le monde était en parfaite santé. Lorsqu'il demanda ce qu'ils faisaient de différent des autres, la femme dit qu'elle avait mis un oignon non pelé dans une assiette dans chaque chambre de la maison. Le médecin ne la crut pas. Il lui demanda s'il pouvait avoir un des oignons qu'elle avait utilisé pour l'observer au microscope. Elle lui en donna un.

**L**e médecin trouva le virus de la grippe dans l'oignon. De toute évidence l'oignon avait absorbé la bactérie et permis à la famille de rester en bonne santé.

J'ai entendu cette même histoire chez ma coiffeuse. Quelques années auparavant un certain nombre de ses clients avaient attrapé la grippe. Ils avaient tous été malades. L'année suivante elle avait mis plusieurs assiettes avec des oignons dans son salon et à sa grande surprise aucune personne de son équipe ne fut malade.



**J**'ai envoyé cette information à une amie dans l'Oregon, qui travaille régulièrement avec moi sur des questions de santé. Elle me raconta une expérience intéressante avec les oignons. Je ne connais pas l'histoire des agriculteurs, mais j'ai contracté une pneumonie qui m'a rendue très malade. J'ai lu un article qui disait de couper les deux extrémités d'un oignon, de le piquer avec une fourchette à une extrémité et de le poser sur une assiette près du malade toute la nuit. Il précisait que l'oignon noircirait le lendemain par les germes. J'ai fait comme c'était dit. L'oignon était dans un triste état le lendemain et moi je me sentais beaucoup mieux.

Cet article disait aussi que les oignons et les ails placés dans les chambres dans le passé avaient protégé les gens contre la peste noire. Tous les deux ont de puissantes propriétés antibactérienne et antiseptique.

La morale de cette histoire est : achetez quelques oignons, placez -es dans des assiettes sans les peler un peu partout dans la maison. Si vous travaillez dans un bureau mettez en un ou deux dans votre espace de travail.

**N**ous ne l'avons pas fait et nous avons attrapé la grippe ! L'oignon vous aidera, vous et vos proches à ne pas tomber malade. Et si vous attrapez la grippe, elle sera moins forte...

Il n'y a pas grand chose à perdre à essayer !  
Pour seulement 1 dollar d'oignons !!!

Proposée par Claudette Poulin





## DES LIENS VERS L@ LUMIÈRE...

Bon nombre de membres m'ont fait parvenir des liens de sites Internet, j'ai donc décidé de faire une sélection et de vous proposer ces sites. Voilà une nouvelle rubrique qui s'installe dans le journal. Le monde évolue, profitons-en pour en tirer le meilleur et laisser le superflu.

## PASSEPORT SANTÉ



Le site PasseportSanté.net offre au grand public de l'information pratique, fiable, objective et indépendante sur la prévention de la maladie et l'acquisition de saines habitudes de vie. PasseportSanté.net est publié par Totalmédia inc., une filiale de la Fondation Lucie et André Chagnon, une société philanthropique québécoise qui a pour mission de contribuer au développement et à l'amélioration de la santé par la prévention de la pauvreté et de la maladie. PasseportSanté.net n'a aucun objectif lucratif, ne diffuse aucune publicité sur son site et s'engage à une indépendance absolue en ce qui a trait à son contenu.

<http://www.passeportsante.net>

## MATIN MAGIQUE

Votre esprit, tout comme votre corps, a besoin de ses vitamines matinales! C'est exactement ce que je vous propose, **Matin Magique**. Les messages électroniques que je vous ferai parvenir vous amèneront au fil des jours à utiliser chaque fibre de votre potentiel. Tous les matins (du lundi au vendredi), vous recevrez une citation que j'aurai soigneusement choisie pour vous, ainsi qu'un message inspirant en accompagnement.



<http://www.matinmagique.com/>

## LISA WILLIAMS



Dès son enfance qu'elle a vécue en Angleterre, elle affirmait à ses parents que des esprits habitaient sa chambre et qu'elle pouvait parler aux morts. Ces "contacts" ont continué toute sa vie, au point d'en faire l'une des médiums les plus connues. Lisa Williams est l'arrière petite fille de Frances Glazebrook, connue également pour être une célèbre médium britannique.

<http://www.lisawilliams.com/>



## QUAND LE RESPECT FOUT LE CAMP...

Venue de nulle part, une petite planète est née.  
 Patiemment, pendant des millions d'années,  
 Gaïa, à son rythme, s'est façonnée.  
 D'abord désertique, hostile et nue,  
 Son caractère bouillonnant s'étant adouci, lentement elle a effectué sa mue.  
 L'atmosphère autour d'elle s'étant allégée,  
 Une belle aura bleue finit par l'entourer.  
 Au début solitaire, elle souhaita bientôt, d'autres, la venue.  
 Gaïa a alors réuni les conditions pour la réalisation de son grand dessein...  
 L'apparition de la vie en son sein.  
 Comme toutes les mères, elle vit son corps se transformer.  
 Ses flancs se sont creusés pour accueillir la source de vie : l'eau  
 Des boursoufflures apparurent sur sa peau,  
 Terres fertiles propices à l'épanouissement  
 De ses futurs nombreux enfants.  
 Partant d'unicellulaires simples et transitant par des géants,  
 Gaïa a fini par donner le jour au plus complexe des vivants,  
 De tous les autres, en quelque sorte, la somme,  
 Celui qui s'est lui-même nommé «homme».  
 Comme elle était fière, la nouvelle maman  
 Celui-là dépasserait tous les autres.  
 Elle lui avait, de l'intelligence, fait le don.  
 Et pour contrebalancer sa raison,  
 Elle lui fit cadeau d'un cœur et d'émotions  
 Gaïa qui avait créé pour sa descendance un décor de rêve,  
 Une nature luxuriante, une faune et une flore vivant en harmonie,  
 La nourrissait saison après saison, année après année,  
 Lui procurait de quoi se vêtir et se loger,  
 Et ce, tout au long de sa vie.  
 Malgré cela, ses enfants voulurent la dominer et l'exploiter.  
 Ils voulaient fouiller ses entrailles, creuser,  
 La transformer, jeter des ponts sur ses rivières,  
 Raser des montagnes et en élever d'autres en pierre.  
 De temps en temps, elle s'ébrouait,  
 Histoire de leur rappeler son existence.  
 Ignorant les avertissements, et remplis d'insolence,  
 Ils continuaient comme si de rien n'était.  
 Et si du magma jaillissait de ses tréfonds  
 Elle se faisait accuser d'inconvenance,  
 Les pauvres petits étant dérangés dans leurs activités.  
 Elle faisait perdre de l'argent à ses rejetons.  
 Mais si eux provoquaient une hémorragie pétrolière,  
 Ils considéraient ses remontrances bien cavalières.  
 Peu importe ce qui est détruit par leur folie pécuniaire,  
 Pourvu qu'augmente leur avoir monétaire.  
 Heureusement, tous ne sont pas à mettre dans le même panier.  
 Un grand nombre de ses enfants refusent de la renier.  
 Et veillent sur sa santé.  
 Ils comprennent combien leur sort est lié au sien,  
 Combien il est important de rétablir le lien  
 Avec celle qu'ils ont enfin osé appeler par son nom.  
 Souvenons-nous de tout ce que nous lui devons,  
 Et au moment du solstice d'été,  
 Quand la nature est à son apogée de beauté,  
 Et que nous dégustons ses premiers fruits,  
 N'oublions surtout pas de dire à **Gaïa, notre terre-mère: merci!**

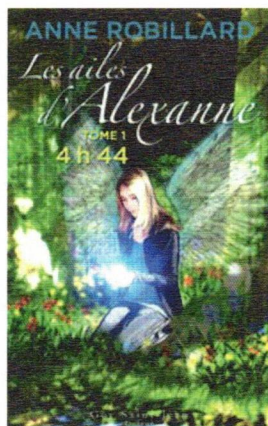
Poésie



Proposée par Valérie Filion



## LES AILES D'ALEXANNE-TOME1 4H44



Après la mort de ses parents, Alexanne Kalinovsky est confiée à sa tante Tatiana, une soeur de son père dont elle ignorait l'existence jusqu'à ce jour. Là-bas, l'adolescente constate que cette tante n'est pas une personne ordinaire... La vieille dame vit seule dans un immense manoir aux multiples chambres parfumées à l'encens, garnies d'anges et de chandelles. Découvrant l'histoire de ses origines russes et ses propres dons particuliers. Alexanne apprendra toute la vérité sur l'héritage étrange dont son père l'avait tenue éloignée.

**Auteur : Anne Robillard**

*Proposée par Nancy Landry*

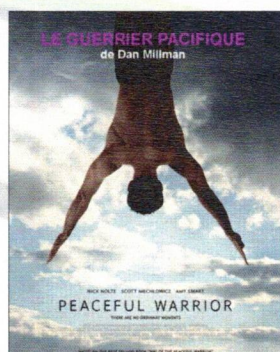
## CONTES À GUÉRIR CONTES À GRANDIR

On ne peut pas "résumer" ce livre. C'est un recueil de très courts contes, à lire au gré du hasard... Il y en a forcément un pour vous ! En effet, chaque conte, sous forme de métaphore, a pour mission de "guérir un symptôme, de modifier ou de transformer une relation vécue comme insatisfaisante ou douloureuse, de restaurer des liens conflictuels, de provoquer un changement dans un mode de vie, et le plus souvent dans une façon d'être". Ils suscitent un éveil, une prise de conscience...

**Auteur : Jacques Salomé**



## LE GUERRIER PACIFIQUE



Le Guerrier pacifique (Way of the Peaceful Warrior), publié en 1980, premier livre de Millman, est une fiction autobiographique fondée de façon libre sur ses souvenirs d'étudiant. Initialement peu vendu, le livre est par la suite devenu un best-seller.

L'histoire raconte la rencontre fortuite entre le jeune gymnaste et un pompiste d'une station service, Socrate, qui devient son mentor. Quand la jambe droite de Millman est brisée dans un accident de moto, Socrate devient un maître spirituel pour Millman qui apprend comment devenir un "guerrier pacifique".

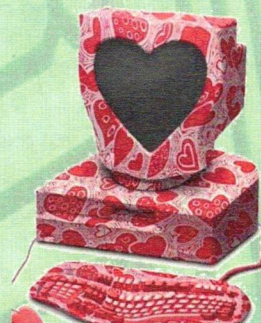
Le livre a été adapté au cinéma en 2005 avec Nick Nolte dans le rôle de Socrate ....



## INFORMATIQUE QUAND TU NOUS TIENS...

### Le virus constructeur...

- CLIENT : Allo ! Le service Clientèle ?
- EMPLOYÉ : Oui, bonjour ! Que puis-je faire pour vous ?
- C : En révisant mon système, j'ai trouvé un logiciel appelé AMOUR, mais je ne sais pas comment il fonctionne. Pouvez-vous m'aider ?
- E : Bien sûr ! Mais je ne peux pas vous l'installer. Vous devrez le faire vous-même. Je vous donnerai les instructions par téléphone, d'accord ?
- C : Oui, je peux essayer. Je ne me connais pas beaucoup en informatique, mais je suis prêt à l'installer maintenant. Par où dois-je commencer ?
- E : Le premier pas est d'ouvrir votre COEUR. L'avez-vous trouvé ?
- C : Oui, voilà. Mais il y a plusieurs programmes qui tournent maintenant. Est-ce qu'il a un problème pour l'installer pendant qu'ils continuent ?
- E : Quels programmes ?
- C : Un petit instant, je regarde. PEINE PASSEE.EXE, BASSE ESTIME.EXE, COLERE.EXE et RESENTIMENT.COM tournent à ce moment.
- E : Pas de problème. AMOUR effacera automatiquement PEINE PASSEE.EXE de votre système d'exploitation actuel. Il se peut qu'il reste dans le disque dur, mais il n'affectera plus d'autres programmes. AMOUR finira par remplacer BASSE ESTIME.EXE avec un programme incorporé appelé HAUTE ESTIME.EXE. Cependant, vous devez désactiver complètement les programmes COLERE.EXE et RESENTIMENT.COM. Ces programmes empêchent l'installation correcte de "AMOUR". Pouvez-vous les arrêter maintenant ?
- C : Je ne sais pas comment. Pouvez-vous me dire comment les arrêter ?
- E : Avec plaisir. Allez au menu DEMARRER et activez PARDON.EXE. Exécutez-le autant de fois que nécessaire jusqu'à ce que COLERE.EXE et RESENTIMENT.COM soient complètement effacés.
- C : C'est fait ! AMOUR a commencé à s'installer automatiquement. Est-ce normal ?
- E : Oui. Vous aurez bientôt un message disant que AMOUR sera actif aussi longtemps que COEUR subsiste. Avez-vous ce message ?
- C : Oui, je l'ai ! Est-ce que l'installation est finie ?
- E : Oui, mais souvenez-vous que vous n'avez que le programme de base. Vous devez maintenant commencer à vous connecter à d'autres COEURS pour recevoir des actualisations.
- C : Oh là là ! Je reçois un message d'erreur. Qu'est-ce que je fais ?
- E : Que dit le message d'erreur ?
- C : Il dit : "ERREUR 412 - PROGRAMME NON ACTIF EN COMPOSANTES INTERNES". Qu'est-ce que cela veut dire ?
- E : Pas de panique ! C'est un problème courant. Cela signifie que "AMOUR" est configuré pour l'exécution avec des COEURS extérieurs, mais n'a pas été exécuté dans votre propre COEUR. C'est une étape un peu complexe de la programmation, mais dit en mots simples, cela veut dire que vous devez "AIMER" votre propre système avant de pouvoir "AIMER" les autres.
- C : Alors, que dois-je faire ?
- E : Pouvez-vous localiser le logiciel "AUTO ACCUSATION" ?
- C : Oui, je l'ai.
- E : Formidable. Vous apprenez vite !
- C : Merci.
- E : De rien. Cliquez dans les fichiers suivants pour les copier dans votre répertoire COEUR : AUTO-PARDON.DOC, AUTO-ESTIME.TXT, VALEUR.INF et RÉALISATION.HTM. Le système remplacera tout fichier incompatible et activera une restauration de tout fichier défectueux. Également, vous devez effacer AUTO-CRIQUE.EXE de tous vos répertoires, et vous pouvez effacer tous les fichiers temporaires de la corbeille, pour vous assurer qu'ils soient totalement effacés et ne puissent jamais se réactiver.
- C : Compris ! Hé ! MON COEUR est en train d'activer des fichiers très jolis ! SOURIRE.MPG s'active sur le moniteur et indique que CHALEUR.COM, PAIX.EXE et BONHEUR.COM se copient dans mon répertoire COEUR.
- E : Cela indique que "AMOUR" est en train de s'installer et de s'exécuter. Maintenant vous pouvez vous débrouiller par vous-même. Encore une chose, avant de vous quitter...
- C : OUI ?
- E : AMOUR est un logiciel gratuit. Assurez-vous de le donner, avec tous ses modules, à toute personne que vous connaissez. A leur tour, ils vont le partager à d'autres, et vous recevrez des modules très agréables en retour.
- C : Je vais le faire. Merci de votre aide !



informatique

Proposée par Natalia Babenko





ALLIANCE REIKI UNIVERSEL

*Lumière,  
Lumière,  
rien que de  
la lumière...*

## REMERCIEMENTS ET CONCLUSIONS

**T**out au long de cette année, je m'aperçois que c'est souvent pour des raisons de santé que vous faite des demandes. Alors j'ai pensé que l'on pourrait garder une grande place dans ce journal, pour les remèdes et les conseils en santé.

Je sais qu'il y a beaucoup de thérapeutes dans notre association. Alors n'hésitez pas à nous faire part de vos expériences en ce domaine.

**J**e voudrais remercier toutes les personnes qui m'ont fait parvenir des idées, des textes et des documents pour la deuxième parution du « Messenger » année 2010. Je n'oublie pas que c'est votre journal. Si vous désirez voir d'autres rubriques, n'hésitez pas...

Patrick Loret

### COLLABORATION

Marie-Ange Michaud

Réal Roussel

Natalia Babenko

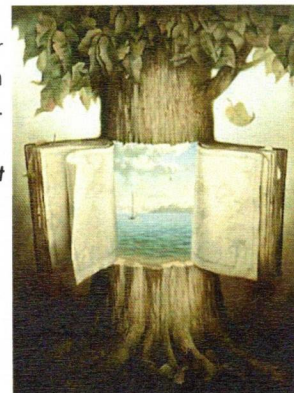
Claudette Poulin

Amélie Duguay

Réjeanne Delagarde Friolet

Valérie Filion

Roger Roy



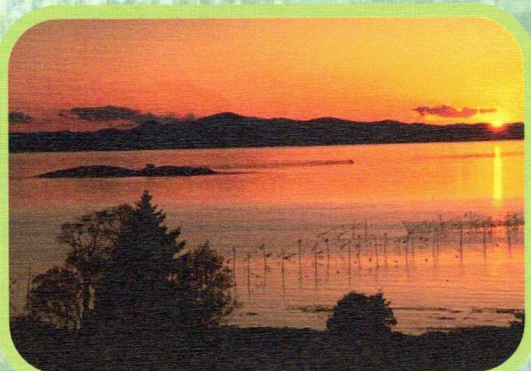
## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

**25 et 26 septembre 2010**

**I**nscrivez cette fin de semaine dans vos agendas...  
Toujours un grand plaisir de se retrouver ensemble  
dans ce joli village qu'est Kamouraska ...  
Le thème de cette année est :

**Le royaume de l'Uni-vert**

**V**ous recevrez en temps et lieu les informations  
nécessaires par le comité des événements spé-  
ciaux.

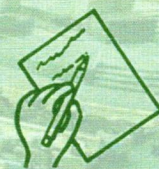


## ADHÉSION 2010-2011

**V**ous avez jusqu'au 30 Juin 2010 pour retourner le formulaire  
d'inscription à l'A.R.U. pour la période du :

**1 juillet 2010 au 30 juin 2011**

**Vous trouverez le formulaire dans cet envoi.**



## SONDAGE ARU

**P**renez quelques instants pour  
remplir le sondage à l'endos  
du formulaire d'inscription.

**Renvoyez le tout avant  
le 30 juin 2010**

