

Juin 2013

# Le Messager

Journal de l'Alliance Reiki Universel



S'UNIR...POUR  
RENAÎTRE !

Juin 2013

## *Mot de la présidente*



À tous mes amis et amies,

Pour débuter 2013, je veux vous inviter à délaisser les jugements de vous-même et à reconnaître que vous êtes un être de **lumière incarné**. Quelles que soient les erreurs que vous avez commises, AIMEZ-VOUS. Ainsi vous découvrirez un **Être vrai, lumière, et transparent**. Lorsque vous vous identifiez à ceci, vous ne pouvez faire autrement que de vous AIMER. Enfin, exister, c'est se reconnaître dans la lumière, l'amour, la bienveillance et la tendresse envers vous-même...AIMEZ-VOUS.

Donc, tout cela vous demande plus de responsabilités, plus d'exigences, car c'est l'amour de vous-même qui vous permet d'atteindre une plus haute fréquence pour votre équilibre, votre harmonie, votre bien-être, votre santé, votre joie de l'incarnation et ce, particulièrement en cette période actuelle. Tous ceux qui ont compris ceci vivront cette année de transmutation dans la joie, la gratitude et la légèreté.

Je vous aime,

Marie Ange xx

### *10 pensées à méditer pour que l'année 2013 vous soit plus douce !*

Que vous pourrez apprécier au gré des pages du journal! Contribution: Réjane Delagarde Friolet



# Qu'est-ce que l'Alliance Reiki Universel?

Par Ginette Gilbert

## Qu'est-ce que l'Alliance Reiki Universel?

L'ALLIANCE REIKI UNIVERSEL est un regroupement sans but lucratif composé de Maîtres Reiki voulant sauvegarder et promouvoir l'enseignement du Reiki selon la méthode du Dr Usui retransmise depuis les années 1800, dans l'intégrité et le respect.

Mais, il est bon de se rafraîchir la mémoire concernant les débuts de l'organisation. En 1999, dans un souci d'Amour, de Respect et d'Unification (A.R.U.), le regroupement a été créé. Une base solide a été cimentée par plusieurs membres, dont plusieurs sont toujours présents au sein du regroupement depuis sa fondation.

La construction se poursuit chaque année grâce à la rencontre annuelle des Maîtres; la surprise du vendredi, l'exécutif formidable, et les comités de l'A.R.U., notamment Reiki 411, le comité du Journal, de la Joie, le comité des Événements (anniversaires, prompt rétablissement, condoléances, etc.), le comité de l'Amour : tout cela crée des liens entre nous.

La documentation (dossier des élèves et ressources pour enseignants) demeure un soutien bien pensé et renouvelé fréquemment. L'A.R.U. est une organisation reconnue, et, en tant que Maître Reiki, mon groupe d'appartenance.

## Quels sont les avantages d'être membre de l'A.R.U.?

- Retrouver l'harmonie, la joie et le plaisir d'une grande famille spirituelle
- Partager toutes ses connaissances, ses habiletés et ses talents en étant en contact avec ses frères et soeurs
- Grandir, vivre et réaliser une grande partie de ses rêves

## Que m'offre l'A.R.U.?

- La documentation est une vraie mine d'or!
- L'attestation (certificats) qui authentifie notre appartenance à une organisation reconnue
- Les dossiers de formation pour tous les niveaux d'enseignement du Reiki, pour enfants et adultes, en français et en anglais, de même que les diplômes pour initiés

Enfin, l'A.R.U. grandit et évolue grâce à la participation de ses membres : le journal peut être un outil avantageux pour rapprocher les membres.

**Ta participation peut rapprocher, cimenter, solidifier notre regroupement. Allons de l'avant! Impliquons-nous et participons!**

*Pour plus de détails, voir le dépliant de l'A.R.U.*

**NE MANQUEZ PAS LA PROCHAINE RENCONTRE DES MAITRES 2013 !**

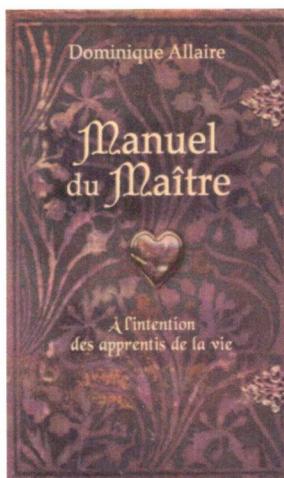
## *Manuel du Maître*

*À l'intention des apprentis de la vie*  
Auteur : Dominique Allaire

À l'endos du livre il est écrit :

« Et s'il y avait un livre qui dévoilait les grands principes de la vie? Un manuel pour comprendre l'Univers dans lequel tu évolues, pour découvrir de quelles façons tu peux utiliser consciemment les lois universelles afin de réaliser ton potentiel et de vivre une existence pleinement épanouissante? Un manuel du maître pour les apprentis de la vie, comme héritage qui se lègue de générations en générations. »

*Ce petit volume de 170 pages est divisé en 41 sujets (intuition, action-réaction, méditation, gratitude, etc.). Chaque jour, on peut s'en servir comme sujet de réflexion. Chaque chapitre est complet par lui-même. C'est un livre à laisser sur la table de chevet ou à la vue de tous sur la table du salon.* - Contribution Réjane Delagarde-Friolet



**PENSÉE N° 2**  
*Apprenez à vivre mieux avec peu, car plus vous posséderez de biens, plus vous vous sentirez encombrés et stressés.*

**PENSÉE N° 3**  
*Cultivez la dignité. Si vous ne pouvez pas parler de vous-même et des autres avec respect, préférez le silence.*

**NUMÉROLOGIE**  
2013

C'est **2** et **13** séparés par un **0**.

Le **2**, c'est le changement de regard.

Le **13**, c'est **1 + 3**, c'est-à-dire **4** : la réalité de la matière par le souffle, la conscience (**3**) du Principe\* (**1**).

Le **0** nomme ce passage par le Vide, c'est-à-dire ne rien recevoir, ne rien imaginer, aucune intention, uniquement l'expérimentation de la Vie.

La somme de ces quatre nombres : **6** (**2+1+3**) est l'Humain, le Partage, l'Amour.

Cette année, il nous est donc proposé un changement complet de paradigme, non seulement au niveau de la matière, mais de notre vie tout entière, afin de pouvoir constater qu'au-delà des apparences, Tout est Amour et Conscience.

C'est cette nouvelle vision qu'il nous appartient de développer.

\**façon de regarder la vie*

Ce texte a été écrit par Jean-Philippe Brébion (notre conférencier 2011)

## "S'unir pour...Renaître"

Tel est le slogan choisi par notre Comité de la Joie pour la prochaine rencontre de l'A.R.U. **du 20 au 22 septembre prochain.**

Huit membres du Comité se sont réunis à Edmundston, N.-B. le 18 mai dernier, afin de mettre en branle l'organisation de cette fin de semaine spéciale. Étaient présents des représentants du Québec, de la Péninsule acadienne et du coin brayon. Cinq autres personnes de diverses régions se sont portées volontaires pour aider durant notre rencontre de septembre.

En parallèle avec la Journée-Conférence et la rencontre annuelle, le Comité de la Joie vous promet toute une animation des plus divertissante! Au programme, ***des rires, des rires et encore des rires...!***

Fais-toi un devoir de t'inscrire dès que tu recevras ton formulaire! Il ne faut pas manquer ça!

## **On se doit de "S'unir pour ... Renaître"!**

*Le comité de la Joie*

**Photo d'une activité de la rencontre 2011**



## Cadeaux de L'ARU 2012 - Contribution Ginette Gilbert

Dre Imane Lahlou, conférencière et auteure du livre "*Le plaisir et la santé dans la même assiette*", nous a tenus en haleine vendredi. Sa définition de la santé s'avère surprenante : tout commencerait dans la tête. Nos pensées influencerait notre bien-être et notre santé globale.

Mon énergie dirige mes actions; mes émotions, mes sentiments, mes expériences dépendent de ma santé générale. Ma santé est reliée à mon alimentation : les bons repas sains redonnent à mon corps l'essor pour continuer. Si je m'alimente bien, je digère bien, je suis plus en forme, je suis de bonne humeur, etc.

WOW! C'est un bon départ! Souhaitons-nous BONNE CHANCE!



Avec son **livre audio**, Mme Louise L. Hay nous entretient sur le pouvoir de notre parole. Quand je me lève le matin, suis-je de bonne humeur? Cela influencera toute ma journée. Même avant d'ouvrir les yeux, je prends conscience de la chance de vivre sur la terre aujourd'hui. Je respire quelques fois profondément, tout en écoutant mon cœur qui bat; je visualise et j'essaie de ressentir le sang qui circule en moi.

Comme le subconscient n'a pas le sens de l'humour, il gobe tout ce que je lui présente : mieux vaut le nourrir de positif que de négatif! Si j'exprime une pensée positive, je suis plus heureux, c'est un cadeau que je m'offre, et j'améliore ainsi ma qualité de vie. Le travail au cours de la journée me semblera plus intéressant, entre autres.

Ma famille, mes amies, mes connaissances bien choisies me donnent la chance de pratiquer mon état d'esprit positif.

Ne rien dire vaut toujours mieux que de dire n'importe quoi.

### PENSÉE N° 4

*Faites le ménage dans votre tête, laissez aller les remords et les vieilles rancunes du passé.*

### PENSÉE N° 5

*Pour vous sentir pleinement vivant, cultivez l'émerveillement envers les petites choses comme les grandes.*

### PENSÉE N° 6

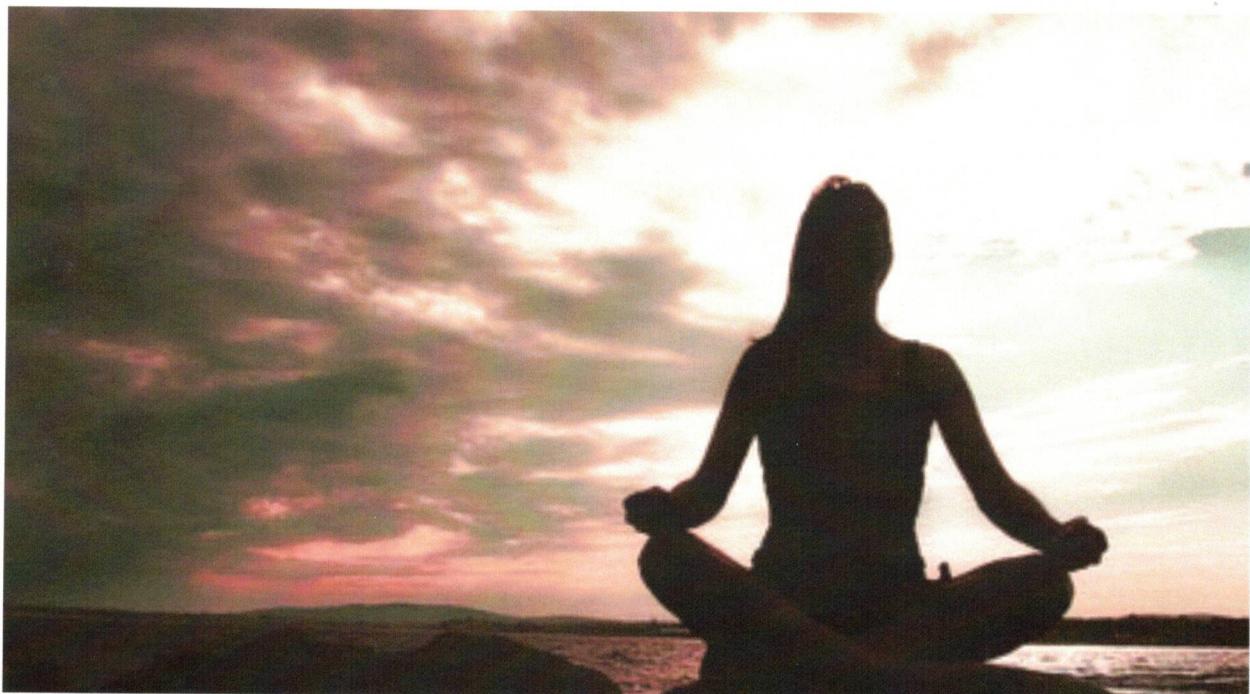
*Acceptez le changement sans y opposer de résistance. La sagesse s'acquiert en cessant de s'accrocher aux êtres et aux choses.*

PENSÉE N° 7

*Cessez de croire que le bonheur est un état permanent; le bonheur est une décision qui se prend et se renouvelle chaque jour.*

PENSÉE N° 8

*Ne vous comparez à personne d'autre. La comparaison crée le manque. Appréciez votre unicité, célébrez votre différence!*



*La paix est un état intérieur. On ne l'obtiendra jamais en ajoutant ou en supprimant quoi que ce soit de l'extérieur.*

Omraam Michaël Aïvanhov

PENSÉE N° 9

*Lorsque vous avez mal, rappelez-vous que tout passe, et aidez ceux qui souffrent plus que vous pour vous aider à moins vous plaindre de votre sort*

PENSÉE N° 10

*Pratiquez la gratitude. La gratitude nous aide à donner un sens aux épreuves de la vie et à apprécier doublement ses récompenses.*

*Merci à tous les gens qui ont contribué au Journal!*

NAMASTÉ

## AVIS IMPORTANT À TOUS LES MEMBRES de l'ARU

### Nouveauté pour notre assemblée générale annuelle de septembre 2013

“**S'unir...pour renaître**” sera le thème de notre rencontre. Ce thème choisi par le comité de la Joie, est l'occasion pour les membres du comité exécutif de l'ARU de **s'unir** à ses membres afin de renaître dans la **simplicité**!

Depuis plusieurs années, le CE prends en charge la responsabilité des réservations de l'hébergement des membres. Afin d'alléger la préparation et l'organisation de cette belle fin de semaine, il a été décidé de procéder aux changements suivants pour septembre :

- Chaque participant sera responsable de réserver son hébergement et de communiquer avec la personne avec qui il désire partager la chambre.
- Les déjeuners du vendredi et du samedi pourront être pris dans un resto environnant à votre choix
- Les suggestions et coordonnées pour d'hébergement et les endroits où vous pourrez déjeuner seront mentionnés sur la lettre d'invitation que vous recevrez au mois d'août.

Comme vous le vivez tous probablement, la vie propose à chacun des expériences qui demandent parfois de bien évaluer les rôles qui lui sont attribués. “*Être maître, c'est prendre son pouvoir et redonner celui qui appartient à l'autre*” et cette expérience est une belle opportunité pour chacun.

Les forfaits qui vous seront présentés incluent les repas seulement. Le brunch du dimanche nous permet de partager les derniers moments de ce merveilleux week-end entre ami(e)s. Comme à l'habitude, le vendredi est la journée/cadeau avec un conférencier exceptionnel, et le dîner vous sera offert par l'ARU.

Il sera important de nous confirmer rapidement votre présence afin de bien planifier l'atelier avec notre conférencier ainsi que les repas avec le traiteur. Si vous cherchez quelqu'un avec qui partager l'hébergement, veuillez le mentionner sur votre formulaire d'inscription et nous vous communiquerons les coordonnées des autres membres qui font la même demande.

Suite à plusieurs demandes, cette année ce sera **les 20, 21 et 22 septembre** à Kamouraska. Le dimanche 22 est réservé à la rencontre de tous les formateurs: cette année, elle portera sur les formations de niveau 1. Le dîner est offert pour cette occasion et si vous n'êtes pas formateur, mais que vous prévoyez le devenir, vous êtes aussi bienvenu(e).

**Votre comité exécutif à l'œuvre !!!!**

