

# LE MESSAGER

Édition spéciale Noël 2020



La liberté



# Le Messager

## Les comités 2020-2021

### Comité Exécutif

**Présidente : Claudette Perreault**

**Vice-présidente : Renée Comeau-Doucet**

**Secrétaire : Solange Lamontagne**

**Trésorière : Line Landry**

**Responsable des fournitures :  
Josée St-Onge**

### Comité de la Joie

**Directrice : Michelle Deblois  
Adjointe : Linda Gobeil**

### Comité de l'Amour

**Directrice : Sylvie Long  
Adjoint : Roland Couture**

### Comité des Événements

**Directrice : Odette Pellerin  
Adjointe : Anna Maillet**

### Comité de la chaîne Reiki

**Directrice : Sandra Lessard  
Adjointe : Isabelle Lessard**

### Comité du journal

**Directrice : Johanne St-Denis  
Adjointe : Chantal Quintal**

### Table des matières

Page couverture : Johanne St-Denis

Page 2 : Comités et table des matières

Page 3 : Mot de la présidente

Claudette Perreault

Pages 4 - 5 : Pour mieux les connaître

Page 6 : Hommage à Nicole Rouillard  
Johanne St-Denis

Page 7 : Osho : Être libre, c'est être  
rebelle

Josée St-Onge

Pages 8-9 : La liberté, c'est quoi ?

Johanne St-Denis

Page 10 : 37 ans en prison pour rien

Johanne St-Denis

Page 11 : Citations

Pages 12-13 : Le destin et le libre arbitre

Page 14 : L'Ange de la Liberté,  
La plus belle image de la paix

Page 15 : Juste pour rire,  
Le Courrier du Coeur

Chantal Quintal

Page 16 : Mot du comité des Événements





## Mot de la présidente

Chers membres,

Il me fait plaisir de pouvoir continuer mon travail auprès de l'A.R.U. pour ce mandat de 2 ans. Je suis fière d'être accompagnée par une équipe exceptionnelle, toutes des personnes animées de générosité, d'amour et de joie dans leurs cœurs. Nous serons là pour vous donner le meilleur de nous-mêmes dans l'harmonie et la gaieté.



Nous voilà! Ah! Ah!

En tant que Maître Reiki, la vie met en place les expériences nécessaires pour nous faire grandir. Nous sommes en train de vivre un très grand tournant dans notre vie spirituelle. Croire en soi est le chemin de la vie libre et de la paix avec soi-même. Nous sommes appelés à grandir de jour en jour dans la compréhension, l'acceptation et l'amour de soi et des autres avec nos différences. Il est très important de rester dans notre bonheur intérieur, notre paix, notre harmonie et avec la joie dans nos cœurs. Nous serons tous des gagnants de la paix.

Merci à vous tous de rester fidèles à votre engagement comme Maître et membres de l'A.R.U.

Soyons fier(ère)s d'être ce changement!



**Joyeuses Fêtes! Bonne et heureuse Année 2021!  
À vous tous et familles!**



## Pour mieux les connaître

Nous n'avons pu vivre notre réunion annuelle cette année. C'est toujours une occasion prisée pour se rencontrer, échanger et aussi, prendre connaissance des membres qui acceptent généreusement d'œuvrer au sein du comité exécutif. Voici une courte présentation de la cohorte 2020-2021.

MERCI pour votre implication inconditionnelle! MERCI de porter à contribution vos dons et vos talents! Soyez assurés de notre plus sincère reconnaissance!

**Vous êtes de beaux cadeaux d'amour!**



*Claudette Perreault, présidente*

Claudette est mère de 2 beaux garçons, mamie de 1 petit-fils et 4 petites-filles.

Elle offre un service de tenue livre pour les petites et moyennes entreprises et est massothérapeute.

Femme comblée par la vie, elle la remercie à tous les jours. Elle se sent heureuse, pleine de joie et d'amour.



*Renée Comeau-Doucet, vice-présidente*

Renée habite à Sormany au Nouveau Brunswick.

Elle est mère de 3 enfants et bientôt grand-maman pour la 1ère fois (juin 2021).

Elle travaille en naturothérapie, en réflexologie et enseigne le Reiki.

Ses passe-temps préférés sont la raquette, la randonnée pédestre, le yoga, le jardinage et la lecture.



*Solange Lamontagne, secrétaire*

Solange est une fière résidente du Restigouche (Campbellton, NB) depuis bientôt 30 ans.

Infirmière de profession, elle décide de tourner la page en octobre 2020, pour vivre de nouvelles expériences.

Elle est curieuse et aime apprendre. Elle aime passer du temps en famille, la lecture, les randonnées dans la nature et les rencontres entre amies.

Elle est heureuse de participer à l'aventure de l'A.R.U. et d'y apporter sa contribution.



### *Line Landry, trésorière*

Line demeure à St-Jacques au Nouveau-Brunswick.

Elle est mère de 3 enfants et elle a 3 petits enfants.

Line a travaillé dans une industrie textile pendant 32 ans, jusqu'à la fermeture de l'entreprise.

Elle est retournée à l'école pour aller chercher un diplôme de 12ième année.

À l'âge de 52 ans, Line a entrepris un cours d'adjointe administrative pendant 2 ans, au Collège communautaire du Nouveau-Brunswick.

Elle a travaillé pendant 8 ans dans une imprimerie, au service à la clientèle et au compte fournisseur.

Line est maintenant à la retraite.

Elle aime marcher, danser, lire et écouter des conférences vibratoires.



### *Josée St-Onge, responsable des fournitures*

Josée demeure à Granby, QC, mais elle est native d'Edmundston, NB.

Mère de 2 beaux garçons, elle est très fière qu'ils l'aient choisie comme maman.

Elle a fait plusieurs emplois, comme serveuse, cuisinière, caissière, journalière en usine, et maintenant réceptionniste et technicienne en chaussures depuis maintenant 10 ans chez Équilibre de Granby.

Curieuse et ouverte, elle a fait plusieurs formations et aventures spirituelles pour grandir, découvrir et être en équilibre avec elle-même.

Elle aime particulièrement la marche, et surtout en nature, le camping, rire, danser, écouter de la musique, méditation, conférence. Tout pour garder un équilibre sain et un taux vibratoire élevé!

Elle est une amoureuse de la vie! ;)



\*\*\*\*\* **@TTENTION** \*\*\*\*\*

Nouvelle adresse courriel pour vos commandes de fournitures :

**commandearu@gmail.com**



Rappel pour vos demandes sur la chaîne Reiki :

**alliancereiki@icloud.com**



## Hommage à Nicole Rouillard



Nicole a œuvré pour notre regroupement Reiki au sein du comité exécutif depuis maintenant plus de 20 ans. Elle est là depuis les tout débuts avec son plus grand dévouement! Tu es notre membre honorable!

Chère Nicole, ta capacité d'être engagée est admirable. Tu es tellement sincère et loyale dans ton engagement. Que dire de ta force et ton courage d'être omniprésente dans ton implication. Le nombre d'heures que tu as investies est inestimable. Tu as offert généreusement beaucoup d'espace de ta maison pour abriter tout le matériel de l'A.R.U. Le travail bien fait est ta devise. Tu as toujours su garder ta ferveur, malgré les contraintes que tu as eu à surmonter. Ce n'est pas surprenant qu'on te surnomme petite abeille.

Que dire aussi de ton engouement envers les jeunes. Quand on parle d'enfants, tout s'anime en toi. Merci pour ta contribution d'avoir rendu l'enseignement Reiki accessible à ces êtres prisés.

Ce que l'on connaît moins de toi, étant donné que tu es toujours en mode travail dans les rencontres, c'est ton sens de l'humour et ta capacité à la répartie. Puisse ce retrait du comité exécutif te permettre d'avoir plein de temps libre pour profiter davantage de toutes les joies de la vie.

*Ma chère Nicole, c'est à ton tour, de te laisser parler d'amour...*



Johanne St-Denis

## OSHO : ÊTRE LIBRE, C'EST ÊTRE REBELLE

Un rebelle est celui qui ne réagit pas contre la société.

Il observe et comprend tout le manège et décide simplement de ne pas en faire partie.

Il n'est pas contre la société, il est plutôt indifférent à ce qui s'y passe.

C'est la beauté de la rébellion: la liberté!

Le révolutionnaire n'est pas libre.

Il est constamment en train de se battre, de lutter avec quelque chose.

Comment pourrait-il donc être libre?

Il est systématiquement en train de réagir contre quelque chose.

Où est-ce que se trouve la liberté dans la réaction mécanique à des choses extérieures?

La liberté naît de la compréhension.

Il faut d'abord comprendre les mécanismes en jeu : la société empêche l'évolution de l'âme.

Le système ne vous permet pas d'être vous-même.

Une fois que cela est compris, vous sortez simplement du système sans même une cicatrice dans l'âme.

Le rebelle pardonne et oublie, il se contente de prendre une distance par rapport à la société, sans lien d'amour ni de haine avec elle.

*La liberté* de Osho  
Proposé par Josée St-Onge



# La LIBERTÉ, c'est quoi?



## Une histoire de roches

*Ah non, c'est encore le temps de ramasser les roches! Ça ne me tente pas. Mais je n'ai pas le choix. Débarque du 4-roues, marche, penche, ramasse, penche encore, marche, remplis les bras tant que tu peux, dompe, embarque sur le 4-roues, et recommence encore et encore pour des hectares durant.*

Suis-je comme une esclave obligée à ramasser les roches ou suis-je bénie de pouvoir faire cette activité? Toute réponse est possible, elle dépend de mon état d'être.

Cette année, je suis entrée dans nos champs avec beaucoup de gratitude. Alors que plusieurs d'entre nous étions confinés dans nos maisons dû au contexte de pandémie, j'avais la chance d'être dans la nature.

Me voilà au bout d'un champ. Je m'arrête pour contempler tout le paysage autour de moi. Et je me dis : « Bien là Johanne, comment pourrais-tu te sentir confinée dans tout cet espace? »

La réponse intérieure fut instantanée. « Oui, devant toute cette abondance, je pourrais tout de même me sentir confinée. Le confinement n'a rien à voir avec ce qui est autour de moi, mais bien ce qui est en-dedans de moi. »

Je peux effectivement maugréer le travail, le détester, le maudire, injurier l'aide que je n'ai pas... Je peux aussi, pour ce même travail, savourer l'espace, l'air, l'exercice, apprécier la chance d'être nourrie par la terre...

Du coup, j'ai réalisé mon évolution à travers les années dans ma capacité à me sentir libre en-dedans. J'ai mieux compris pourquoi toutes les restrictions imposées par le gouvernement afin de contrer la propagation du coronavirus ne me font pas tant réagir dans ma vie personnelle. Une paix m'habite. Certes, je reste sensible à tous ceux et celles qui sont sévèrement touchés par les effets de ce virus, directement ou indirectement. Avec toute la compassion du monde, je reste engagée et active dans mon pouvoir de transformation à faire de la Terre un monde meilleur.

## **Se sentir libre malgré les règlements, est-ce possible?**

Les règlements équivalent à dire : Fais ceci, fais cela. Ne fais pas ceci, ne fais pas cela. À quoi cela nous ramène-t-il?

À notre enfance, à l'amour conditionnel dans la relation avec l'autre, là où on a eu **peur** de perdre l'amour, là où notre être est resté bloqué. **C'est là où on a perdu notre liberté d'Être.** C'est à cet endroit que l'ego, le mental et les peurs ont pris la gouverne.

Cette même dynamique se retrouve dans la pandémie, mais cette fois-ci, on parle plutôt de l'ego collectif. Le gouvernement est en figure d'autorité et les citoyens sont comme les enfants qui doivent obéir aux ordres. Prenez garde **si** vous n'écoutez pas!

Les égrégories de peur se promènent au niveau mondial. Et c'est à la fois la beauté de l'expérience, car c'est PARTOUT. N'est-ce pas une façon divine d'inviter L'UNITÉ!

Les peurs nous maintiennent dans les attachements et la peur de perdre ce à quoi on est attaché. Arrive le contrôle ou la résistance. Le résultat est indéniablement le combat.

Les remèdes : la conscience + l'amour inconditionnel = REIKI

### **L'amour inconditionnel = L'amour libre.**

En d'autres mots, cela ressemble à : « Je t'aime tellement que je te laisse libre d'être qui tu es ». C'est une notion de respect qui vient avec le niveau d'amour.

Tu crois au port du masque, parfait! Tu crois que le masque est dangereux, parfait!

Le **coronavirus** est une invitation à se connecter à son réel Soi par la voie/voix du cœur. C'est le virus de la **couronne** en lien avec l'appel du **coronaire** (ce qui irrigue le cœur). ☺  
Soyons notre propre souverain en reprenant notre pouvoir de co-créateur. Portons cette couronne qui symbolise le Maître de notre vie.

Nous savons déjà que notre nature véritable est joie, paix et amour. Soyons libre d'exprimer cette joie, cette paix et cet amour. C'est notre engagement en temps qu'artisan de lumière, n'est-ce pas?

Ne nous concentrons pas sur la liberté extérieure. Elle est remplie de milliers d'humains avec différents niveaux d'éveil, qui sont en interrelations. Les règles sont nécessaires pour vivre en société. On a juste à penser ce que serait la circulation sur les routes si toutes les voitures étaient libres d'aller n'importe où, n'importe comment.

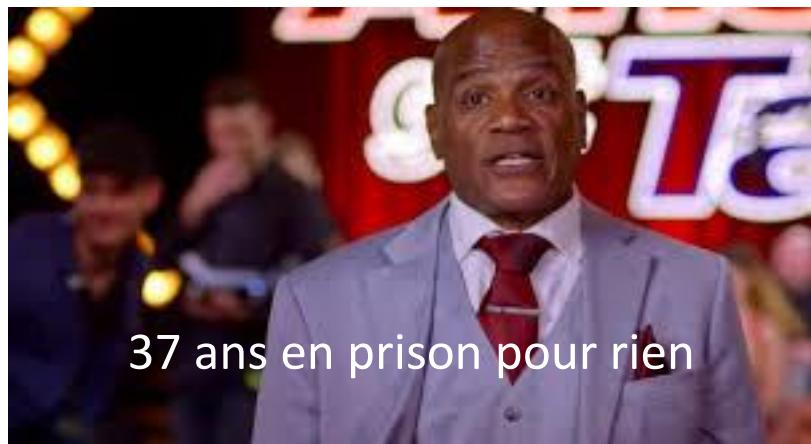
La seule réelle liberté est intérieure. C'est le pouvoir que j'ai qui vient avec mon libre-arbitre. À chaque instant, j'ai le CHOIX de CHOISIR.

*Je choisis la paix intérieure et la liberté d'exprimer la joie d'être qui je suis, même si les peurs et les contraintes semblent envahir le monde.*

Ceci étant dit, vive l'errochage!



## Le témoignage de Archie Williams



37 ans en prison pour rien

Archie Williams a participé à l'émission America's Got Talent, un concours pour découvrir de nouveaux talents.

Il raconte son histoire. « J'ai été emprisonné pour 37 ans pour le crime d'un autre. J'ai été condamné à 80 ans de prison sans possibilité de libération conditionnelle ou de réduction de peine. J'ai été envoyé dans la prison qui a été classée la prison la plus sanglante des États-Unis. Tu décidais d'être fort ou faible parce que tu serais testé et provoqué. Les tests ADN m'ont innocenté ».

L'animateur de l'émission lui demande : « Comment as-tu survécu? »



Sa réponse : « La liberté, c'est dans la tête. **J'étais en prison mais je n'ai jamais laissé mon esprit être emprisonné.** Dans les moments durs, je chantais et je priais. Et alors, j'avais la paix dans mon cœur. »

Son témoignage est des plus touchant. Que dire de sa prestation musicale qui vient de son cœur, son âme et ses tripes! Il a interprété une chanson de Elton John : *Don't Let the Sun Go Down On Me*. Les paroles prennent tout leur sens.

Vous pouvez visionner ce moment émouvant sur YouTube avec le moteur de recherche « 37 ans en prison pour rien ».

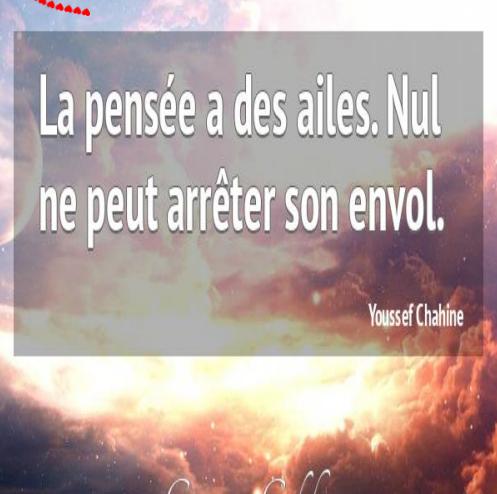
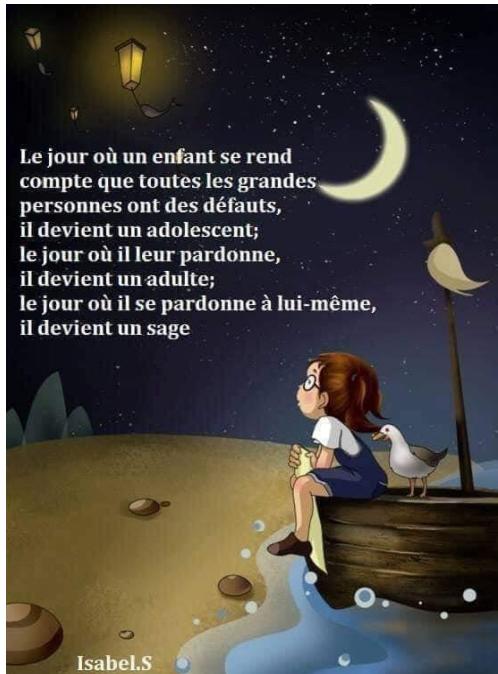


Pour nous qui recevons son enseignement, ce n'était pas « pour rien »!

Honorons son message en gardant notre esprit libre. Merci Archie! Puisse ton âme recevoir le retour magnifié de l'être d'amour que tu es...

Johanne St-Denis





## LE DESTIN ET LE LIBRE ARBITRE

Selon le dictionnaire, le destin et le libre arbitre sont tout à fait à l'opposé l'un de l'autre.

Le destin est une puissance qui, selon certaines croyances, fixerait de façon irrévocable le cours des événements.

Le libre arbitre est une volonté libre, sans contraintes, ayant le pouvoir de décider, d'agir à sa guise.

Lequel des deux dirige l'humain ? Certains croient que c'est le destin et d'autres, le libre arbitre. Les deux sont vrais. Selon mes recherches et observations, j'en ai conclu que nous avons tous un destin tracé d'avance et le libre arbitre.

Au niveau matériel, c'est-à-dire aux plans physique, émotionnel et mental, le libre arbitre existe. Au niveau spirituel, il n'existe pas. Au niveau matériel, l'humain a la possibilité de vivre toutes les expériences qu'il veut, aussi longtemps qu'il le veut. Tandis qu'au niveau spirituel, il n'y a qu'une seule possibilité : retrouver sa voie vers la Source de toute lumière.

Nous sommes tous des manifestations de Dieu, des êtres de lumière, venus vivre des expériences dans la matière. Mais ayant trop descendu dans la matière, nous avons oublié qui nous étions véritablement.

Certaines grandes expériences dans notre vie ont été décidées avant de naître et peuvent être considérées comme étant le destin. En réalité, ces expériences sont choisies par l'âme dans le seul but de retourner à la lumière, à l'amour. L'âme sait avant de naître qu'elle a besoin de certaines expériences pour reprendre contact avec l'amour et pour voir Dieu davantage en elle-même et en ceux qui l'entourent.

Certaines expériences devront donc nous arriver, quoi que nous disions, faisions ou voulions. Ce qu'aucune personne ne sait d'avance, par contre, c'est comment elle réagira à ces expériences. Selon les lois divines, c'est l'amour qui doit régir le comportement humain.

Voici quelques exemples de décisions irrévocables, définitives :

- Le lieu de naissance
- Nos parents et leur environnement
- Les forces et les faiblesses du corps
- Un handicap physique, émotionnel ou mental
- Le ou les enfants dont nous aurons besoin
- Le ou les conjoints dont nous aurons besoin



- Le ou les métiers dont nous aurons besoin
- Certains incidents majeurs comme un feu, une faillite, un certain voyage, etc.

Quand l'être humain réagit en choisissant l'amour et le pardon plutôt que le ressentiment et la haine, les expériences désagréables, bien qu'inévitables, sont plus faciles à vivre. Quand il résiste, ces mêmes expériences seront encore plus difficiles parce qu'en résistant, il tente d'échapper à son destin. Cette tentative est futile parce qu'il a besoin de cette expérience pour apprendre une leçon de vie dont il a besoin pour retourner à sa lumière.

On dit que le libre arbitre est le plus grand cadeau que l'humain ait reçu car aucune autre forme de vie sur la Terre a ce pouvoir. Mais c'est aussi le pire cadeau puisque la grande majorité ne l'utilise pas pour choisir l'harmonie, la compassion, le pardon, la tolérance des différences, etc.

Ceux qui se croient très libres et prennent toutes sortes de décisions contraires à l'amour se jouent de bien mauvais tours. Il leur arrive toutes sortes d'incidents pour les ramener dans la voie de l'amour, de la lumière. Leur Dieu intérieur les y incite constamment, qu'ils en soient conscients ou non. Personne ne peut être heureux avec un choix qui l'éloigne de Dieu. Comme tous et chacun aspirent au bonheur, nous vivons sans cesse des expériences pour nous ramener lorsqu'on se sert très souvent de son libre arbitre pour devenir l'esclave de ses sens, ses émotions, ses désirs, l'argent ou de son ego avec toutes ses croyances erronées. Il est grand temps de réaliser que la liberté du plan matériel n'est pas la vraie liberté.

Je vous suggère fortement d'utiliser votre libre arbitre pour vous pratiquer à devenir libre, c'est-à-dire ne plus dépendre de :

- Vos habitudes malsaines
- Vos émotions étouffantes
- L'amour de vos parents
- La gratitude de vos enfants
- Certains aliments et breuvages
- Vos croyances inutiles
- Vos compulsions



La vraie liberté vient avec l'amour, le calme, le lâcher prise, arrêter de vouloir tout contrôler, le détachement du matériel, la joie du travail et l'entraide, vouloir donner plus que recevoir, ne plus vouloir léser quelqu'un, le désir de s'élever vers le beau, le bien, le vrai, la justice et le respect de chacun.

Avec amour, Lise Bourbeau  
[www.ecoutetoncorps.com](http://www.ecoutetoncorps.com)

## L'Ange de la Liberté



Libère ton âme de tout souci, détache-toi des liens du passé et permets-toi de tourner ton regard vers le vent de la liberté. Reconnais ta divinité, ainsi tu seras un être libre. Peu importe les conditions extérieures, tu peux éléver ta conscience au-dessus des problèmes et des oppressions. Enveloppe ton âme de légèreté. Telle est sa nature originelle. Retrouve en toi un sentiment sublime de liberté, celui qui te conduit directement sur le sentier brillant de la joie, celui qui te permet d'embrasser la vie, de rire, de t'amuser de tout.

La peur n'est qu'une illusion créée par ton mental. Deviens le magicien de ta vie, sors de l'ombre de la peur, pour te permettre de goûter au sublime soulagement de l'âme. Que la tranquillité soit ton refuge. Abandonne les souffrances du passé, ne les transpose pas constamment dans ton présent. Coupe tout lien négatif et libère ton âme. Ne sombre pas dans la prison froide et amère des sentiments de haine, de culpabilité et de fermeture. Utilise ta sagesse divine et retourne à l'amour dans le puissant don du pardon.

Tiré du jeu de cartes *L'Oracle Angélique*, Marie-Chantal Martineau

## La plus belle image de la paix



Il était une fois un roi qui voulait offrir un prix à l'artiste qui ferait la plus belle peinture de la paix... Plusieurs artistes s'y essayèrent.

Le roi regarda les peintures, et en sélectionna deux parmi lesquelles il avait à choisir.

La première représentait un lac calme. Le lac était un miroir parfait pour les montagnes majestueuses autour. Au-dessus, il y avait un ciel bleu avec quelques nuages blancs. Tous ceux qui voyaient cette peinture pensaient que c'était l'image parfaite de la paix.

L'autre peinture avait aussi des montagnes. Mais, elles étaient abruptes, rocheuses et le sommet, sans arbre. Au-dessus, il y avait un ciel orageux avec de la pluie et des éclairs. A côté de la montagne, il y avait une grosse chute d'eau. Cela ne ressemblait en rien à la paix. Mais en la regardant attentivement, le roi vit, derrière la chute d'eau, un petit buisson qui avait poussé sur le rocher. Dans le buisson, une maman oiseau avait bâti son nid. Là, au milieu de tout ce remous d'eau, était assise la maman oiseau sur son nid... en parfaite paix.

Le roi choisit la seconde peinture, et expliqua :

**« La paix ne veut pas dire être à un endroit où il n'y a ni bruit, ni trouble. Non... La paix veut dire être au milieu de toutes ces choses perturbantes, mais être toujours au calme dans son cœur ».**

Auteur anonyme





Juste pour rire

Style Noël



Il y a quatre âges dans la vie de l'homme :

- celui où il croit au Père Noël
- celui où il ne croit plus au Père Noël
- celui où il est le Père Noël
- celui où il ressemble au Père Noël!



Une raison pour laquelle le Père Noël peut être qu'un homme est : aucune femme ne peut porter les mêmes vêtements chaque année.



## *Le courrier du Coeur*

Suite à l'invitation qui vous ait été lancée, voici une histoire de cœur vécue.

*Lors d'une rencontre avec une personne qui croit aux théories du complot de la pandémie, j'ai pu affirmer et m'affirmer avec tout l'amour que j'ai pour cette personne et l'amour que je me porte en lui demandant calmement de changer de sujet, n'ayant pas envie de discuter de ce sujet que je savais les opinions opposées. J'ai dû lui répéter plusieurs fois, toujours avec la même fermeté amicale et de paix. Elle a fini par changer de sujet et on a pu passer une belle soirée. J'étais fière d'avoir gardé mon calme et de m'être respectée tout en la respectant elle dans ses choix.*

*Pour moi, c'est ça la liberté d'être. Le respect des autres et de soi dans l'harmonie et la paix intérieure.*

Chantal Quintal

## **Vous avez aimé ?**

Continuez d'envoyer vos partages pour la prochaine édition du journal. Que ce journal soit riche de nous!

*Unissons-nous et inspirons-nous!*

## *Message*

# *de votre Comité des Événements*

Nous souhaitons que vous retrouviez la foi dans vos connaissances de Maitres Reiki durant ces temps incertains.

Que ces apprentissages deviennent des outils pour surmonter les obstacles que notre univers nous lance depuis les débuts de cette nouvelle décennie.

Que la joie remonte dans vos cœurs pour que notre race humaine surgisse dans la lumière et l'espoir des meilleurs jours à venir.

Et que la paix de cette saison des fêtes vous comble à Noël et vous envahisse durant tous les tournants de l'année à venir.

*Joyeuses fêtes et bonne année 2021*

