Volume 1 ~ Novembre 2013 GRATUIT

ici & maintenant

Le magazine qui accompagne votre cheminement

Trouvez votre voie dans un monde changeant

ENTREVUE AVEC
MARTHA BECK
PAR CHRISTINE MICHAUD

JOANE FLANSBERRY
et les Anges

DIANE LEBLANC
Tout va mal ? Tant mieux !

MARIE-JOSÉE KINGSLEY
Mieux vivre pour mieux mourir

MARIE-CLAUDE NADEAU
Tout sur votre signe astrologique

ROBERT BRISEBOIS
Un ***parcours*** différent

ALAIN WILLIAMSON
Après ***Le Tableau de vie***, voici ***Le Luthier***

Qu'arrive-t-il lorsqu'un banquier laisse tomber les chiffres ?

Entrevue avec
PIERRE-LUC POULIN

Coup de ❤ de l'éditeur :
La chemise de l'écrivain

SOMMAIRE

Entrevues

- Marie-Josée Kingsley.....8
- Alain Williamson.....16
- Martha Beck.....24
- Pierre-Luc Poulin 20
- Robert Brisebois.....34
- Marie-Claude Nadeau 44

***

- Qui était Neville Goddard ?.....11
- Coup de coeur de l'éditeur.....36

Extraits

- La solution Tapping.....3
- De l'argent et du bonheur plein les poches 4
- Tout va mal, tant mieux.....6
- Les cinq défis de Gabriel 12
- Les enfants à naître.....14
- Les chakras traditionnels et multidimensionnels.....15
- Oser être qui je veux être!.....18
- E^2 (Énergie au carré) 23
- Vous savez déjà! 28
- Voix du corps... voie de guérison 30
- Comment parler aux anges?.....31
- Les Billets Douceur.....32
- Plus près que vous ne le pensez 38
- Joane Flansberry et les anges.....40
- Invoquez les Archanges.....42
- La conviviale attitude au travail.....46
- Cheminement vers l'illumination.....46

Ici & Maintenant *est une publication interne produite et distribuée gratuitement par Les Éditions Le Dauphin Blanc.*

Collaborateurs :

Sonia Marois
Christine Michaud
Julie Niquette
Alain Williamson

Graphiste :

Marjorie patry

Pour nous suivre sur Facebook :

https://www.facebook.com/EditionsleDauph1inBlanc?fref=ts

Les Éditions Le Dauphin Blanc
825, boul. Lebourgneuf, Bureau 125
Québec, Qc
G2J 0B9
www.dauphinblanc.com

Ici & Maintenant *est disponible dans les bonnes librairies et certains détaillants. Il est aussi disponible directement aux Éditions Le Dauphin Blanc.*

Pour vous abonner sans frais et recevoir gratuitement le magazine Ici & Maintenant, *remplissez le bon ci-dessous:*

Nom _____

Adresse _____

Code postal _____

Téléphone _____

Courriel _____

Notre adresse : 825, boul. Lebourgneuf, Bureau 125
Québec, Qc G2J 0B9

❒ Oui je désire m'abonner sans frais au magazine Ici & Maintenant

papier ❒ Web ❒

La solution *TAPPING*

« Selon moi, les enseignements de Nick Ortner sont pratiques et faciles à appliquer et fonctionnent pourtant comme par magie. Il m'a certainement enseigné à me libérer de problèmes de toutes sortes ou à les faire disparaître grâce à la séquence de tapotements. Vous adorerez *La solution Tapping*. C'est certainement mon cas. »

Louise L. Hay,
auteur de *Transformez votre vie*

Y a-t-il dans votre vie des problèmes ou des conditions que vous aimeriez changer? Traumatisme d'enfance, anxiété, condition physique, problème de poids, difficulté financière, conflit relationnel? Quelle que soit votre situation, la technique de libération émotionnelle a démontré une efficacité remarquable. Au fil des pages, nous étudierons le sujet en profondeur en décortiquant chacun de ces problèmes (ainsi que d'autres) et la manière dont vous pouvez utiliser l'EFT pour travailler sur eux et changer les *schémas fondamentaux* à l'origine de ces défis présents dans votre vie.

« Mettez votre scepticisme en veilleuse. C'est vraiment efficace. J'ai personnellement travaillé avec Nick et obtenu des résultats formidables grâce à l'EFT[1] . »

Dr Wayne W. Dyer,
auteur de *Vos vœux sont exaucés*

Je n'ai pas besoin d'être médium pour savoir que vous avez reproduit les mêmes schémas, parfois très peu modifiés, toute votre vie. Je n'ai même pas besoin de faire votre connaissance pour deviner que vous êtes frustré de faire et de refaire les mêmes choses sans arrêt… et d'obtenir les mêmes résultats, comme il faut s'y attendre.

Il y a finalement une méthode pour les briser ces schémas, nous en défaire, les dissoudre et les vaincre. L'EFT remonte à la source de ce qui se passe, équilibre l'esprit et le corps et modifie ce que nous faisons, ce que nous ressentons et comment nous percevons le monde. L'EFT peut s'appliquer à *tout* et j'expliquerai pourquoi dans le prochain chapitre. Nous commencerons par l'utiliser dans les principaux domaines de votre vie, c'est-à-dire ceux qui sont susceptibles de vous influencer le plus. Par la suite, vous apprendrez à appliquer l'EFT en fonction des événements, à l'enseigner à d'autres et à la faire connaître au monde.

L'EFT fonctionne différemment de tout ce que j'ai expérimenté à ce jour. Cette méthode est destinée à révolutionner notre monde. En fait, elle est déjà en voie de révolutionner certaines parties du monde, comme vous le verrez dans le treizième chapitre où nous étudierons une partie du travail étonnant qui est en cours pour soulager les traumatismes vécus sur la planète. Cela dit, avant de passer à ce que l'EFT peut faire pour le monde, commençons par voir comment elle peut changer juste une vie : la vôtre. ■

1. *Emotional Freedom Techniques*, « techniques de libération émotionnelle ».

Extrait de

De l'Argent et du Bonheur plein les poches

David Cameron Gikandi

Dans le chapitre sur la physique quantique, vous avez vu la création de la réalité matérielle du point de vue scientifique. Dans les chapitres qui suivent, vous verrez les liens entre l'imagination et la vie. Étudions d'abord l'imagination, à la fois sous la forme des représentations mentales et en tant que telle.

La vie est l'expression des images mentales. Cela signifie que la vie, la Source, se sert de vos pensées, de vos représentations mentales, comme instructions pour créer votre réalité dans le monde matériel. La vie exprime vos images mentales dans la matière. Exprimer veut dire faire connaître, énoncer, formuler, communiquer, relayer. La force de vie vous fait connaître vos pensées, à vous et au reste du monde, en les concrétisant en expériences et en objets qui peuvent être reconnus ici dans le monde matériel. Vous faites l'expérience directe de vos pensées, des images de votre mental, de façon à savoir lesquelles conviennent et lesquelles ne conviennent pas. C'est ainsi que vous apprenez à vous connaître, que vous faites l'expérience de votre Soi, que vous grandissez. C'est le dessein suprême de ce monde matériel dans lequel nous sommes en ce moment. Il est conçu pour vous permettre de faire l'expérience de votre Soi, d'une idée, de ses effets et conséquences.

La vie ne choisit pas parmi vos représentations mentales les images qu'il faut exprimer et celles qu'il faut taire. Comment pourrait-elle choisir pour vous ? Par conséquent, elle les exprime toutes dans la mesure où vous les avez et que vous y croyez. Vous possédez réellement le libre arbitre, qui est vraiment libre parce qu'il agit sans filtre ni favoritisme, parce qu'il produit vraiment des résultats en tout temps, et non dans une partie du temps, et ces résultats sont toujours exacts. Nous verrons plus loin comment fonctionne exactement le libre arbitre, même quand il semble impossible qu'il puisse agir.

L'imagination est la force qui vous amène à des endroits où vous n'avez jamais été. Napoléon Hill disait que l'imagination est la force la plus merveilleuse, la plus

miraculeuse et la plus incroyablement puissante, que le monde n'ait jamais connue. La vie est l'imagination, les images de l'intellect, exprimée sous forme tangible. Nourrissez votre imagination quotidiennement et précisément avec des images, des films et une réflexion ciblée. Consacrez du temps à travailler cela en détail chaque jour. L'imagination est la force la plus puissante qui soit, car la vie s'en sert pour savoir ce qu'elle doit créer ensuite. La plupart des gens passent peu de temps à imaginer. Ils emploient leur imagination pour des pensées oisives et aléatoires et se demandent ensuite pourquoi leur vie n'est pas plus riche. L'imagination a le pouvoir de créer ou de briser votre vie. C'est votre intellect et votre choix.

Images. Images. Images !

La vie est l'expression des images mentales. Imaginez votre vie comme vous la voulez : parfaite, en couleur et en détail, mentalement, tous les jours. Consacrez une heure chaque jour à créer vos représentations mentales. Le reste du temps, maintenez vos pensées en harmonie avec les images de la vie que vous avez choisie. C'est un point particulièrement crucial qui ne saurait être trop souligné. La Source, Dieu, travaille parfaitement, en vous donnant exactement ce que vous voyez et ce à quoi vous pensez. Exactement. Ni plus, ni moins. Il est par conséquent extrêmement important que vous entreteniez avec constance des images et des pensées précises.

Ainsi, beaucoup de gens souhaitent avoir une belle voiture. Cependant, ils commettent l'erreur d'avoir pour objectif « de posséder une belle voiture ». Que s'attendent-ils à recevoir de l'univers dans ce cas ? Matériellement parlant, il n'existe aucun modèle de voiture dit « belle voiture ». Soyez précis ! Visualisez exactement la voiture que vous désirez : sa marque, son modèle, sa couleur et ses options. Rendez visite au concessionnaire ou faites une recherche en ligne et sachez exactement ou le plus exactement possible ce que vous souhaitez avoir comme « belle voiture ». Visualisez-la ensuite tous les jours : plus vous penserez à elle, plus vous la rapprocherez de vous. C'est la façon efficace d'user de votre imagination.

La vie est l'expression des images mentales. Souhaitez-vous vous rendre dans un autre pays pour des vacances de rêve ? Visitez une agence de voyages et recueillez tous les détails : brochures, itinéraire de vols, prix, hôtels et réservations de voiture. Concevez tout le voyage avec précision en imagination, en incluant les couleurs et le spectacle au complet.

Je suis richesse. Je suis abondance. Je suis joie.

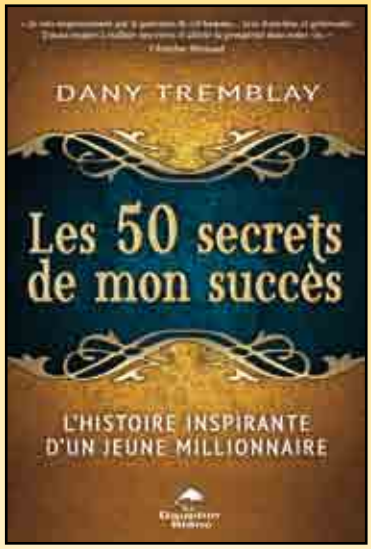
La vie est l'expression de nos images intérieures. Tout ce que nous faisons et vivons représente l'expression de nos images, de notre imagination et de nos pensées. Travaillez vos images. Pour changer votre vie, modifiez votre imagination et vos pensées.

La vie que vous vivez en ce moment est la vie que vous avez imaginée. Visualisez et imaginez chaque aspect de votre vie tel que vous aimeriez qu'il soit. Faites cet exercice chaque jour, au moins une heure. Votre vie, c'est vos images mentales exprimées à la mesure de votre croyance en elles. ■

La Richesse est à votre porte

Qu'attendez-vous pour ouvrir?

DIANE BROUSSEAU



Les 50 secrets de mon succès

L'histoire inspirante d'un jeune millionnaire

DANY TREMBLAY

Extrait de

Tout va mal? Tant mieux

Dre Diane LeBlanc D.N.

Avez-vous parfois l'impression que tout va mal dans votre vie?

Une trop forte pression sur le plan financier, le climat au boulot qui se détériore, nos sentiments amoureux qui deviennent confus ou qui s'estompent, des malaises physiques qui nous préoccupent, les relations avec nos enfants, nos parents ou nos amis qui deviennent sources de conflits sont autant de fardeaux qui pèsent sur notre existence et rendent les raisons de nous lever le matin de moins en moins réjouissantes. De gros nuages gris commencent à s'accumuler, à l'intérieur et autour de nous, entraînant de fortes sensations d'inconfort et de lassitude.

Que faire dans ce cas? Courir chez un psy? Avaler des pilules? Fuir sur une île déserte? Tout abandonner et repartir à zéro? À qui n'est-il jamais arrivé de se sentir affligé par le poids des épreuves au point où la seule envie qui subsiste est de tout laisser derrière et de recommencer une nouvelle vie?

Et si vous possédiez en vous-même toutes les solutions pour retrouver la paix et l'harmonie auxquelles vous aspirez de tout votre cœur? S'il vous était possible de reprendre en main votre destinée simplement en apprenant à mieux gérer les différents facteurs de stress qui vous accablent? Si, enfin, vous pouviez devenir votre meilleur ami, voire votre propre thérapeute, votre motivateur, votre coach de vie au quotidien?

L'hypothèse de départ de ce livre est fort simple : se pourrait-il que derrière chaque problème, chaque souffrance ou chaque maladie se cache un cadeau extraordinaire, un présent d'une valeur inestimable qui ne demande qu'à être dévoilé pour votre plus grand bonheur, mais que le fait de focaliser toute votre attention sur l'emballage (l'événement déclencheur) ou l'expéditeur (la ou les personnes impliquées) vous empêche de recevoir pleinement ce cadeau, d'accueillir la leçon de vie exceptionnelle qu'il contient afin de pouvoir l'intégrer une fois pour toutes?

La méthode *Quintessence* présentée dans ce livre est déjà utilisée en consultation individuelle par de nombreux thérapeutes et coachs personnels, tant en Europe qu'au Canada, mais aussi par des milliers d'individus partout dans le monde qui, comme vous, aspirent à se libérer de croyances limitatives qui les empêchent d'être heureux.

Cette approche se veut holistique, c'est-à-dire qu'elle englobe toutes les dimensions de l'être dans le but avoué

de vous inciter à retrouver l'équilibre et l'harmonie dans tous les domaines de votre vie.

En seulement sept étapes – sept clés simples, faciles et aisées à mettre en application dans votre vie de tous les jours –, vous identifierez différentes techniques de libération émotionnelle efficaces qui vous permettront de vous affranchir de cette souffrance chaotique qui vous tenaille.

Puisse ce modeste « guide de survie du genre humain » devenir votre livre de chevet dans le but avoué de vous aider à transformer votre vie à la mesure de vos aspirations profondes et de votre potentiel illimité! ■

1re CLÉ – S'EXPRIMER : Ce que l'on réprime, s'imprime

2e CLÉ – DÉDRAMATISER : Ce à quoi l'on résiste, persiste

3e CLÉ – S'ENRACINER : Ce que l'on fuit, nous poursuit

4e CLÉ – LÂCHER PRISE : Ce qui nous affecte, nous infecte

5e CLÉ – SE RESPONSABILISER : Ce à quoi l'on fait face, s'efface

6e CLÉ – S'UNIFIER : Ce que l'on visualise, se matérialise

7e CLÉ – RAYONNER : Ce que l'on bénit, nous ravit

30 jours de petits bonheurs à tartiner

De bonnes idées positives pour bien commencer la journée

ALAIN LEBOEUF

Petits Gestes et Grandes Joies

L'aide-mémoire des gens heureux

MICHÈLE MORGAN

Entrevue avec

Marie-Josée Kingsley

par Julie Niquette

La mort est un passage obligé que plusieurs craignent. On ne souhaite pas, à juste titre, être séparé des gens que l'on aime. Inévitablement, le jour viendra où nous serons confrontés à cette triste réalité. Le deuil nous invite à retourner en soi, à faire un bilan de sa vie et à se demander ce que nous sommes sans la présence de la personne décédée. Cette transition, que seul le temps peut nous aider à apprivoiser, sera sans doute facilitée si la vie est vécue autrement. C'est l'invitation lancée par l'auteure Marie-Josée Kingsley dans son livre *Vivre au-delà d'ici*. Elle écrit d'ailleurs: « La fin n'existe pas, sauf dans la pensée humaine. »

Cette entrevue propose de voir la perte d'un être cher autrement, d'emprunter cette route difficile à parcourir, mais impossible à éviter, en y posant un regard nouveau. C'est aussi l'occasion, pour plusieurs, de découvrir cette auteure.

Marie-Josée Kingsley saura nous guider sur le chemin.

Il y a quelques années, vous avez publié le livre *Croître par l'observation de soi*. On y parle notamment de l'importance de la respiration dans notre vie. Aujourd'hui, avec *Vivre au-delà d'ici*, vous nous aidez à apprivoiser la mort. À première vue, ces deux sujets semblent s'opposer. Quel lien faites-vous entre eux ?

Dans le livre *Croître par l'observation de soi*, je parle de la *présence à soi* par l'entremise de la respiration. Dans ce livre, la respiration devient un outil d'éveil à soi et de maintien du moment présent dans nos vies. Ce dont je parle dans *Vivre au-delà d'ici* est l'enrichissement de la présence à soi dans un continuum de vie qui n'est malheureusement pas familier à la très grande majorité d'entre nous. Il ne s'agit donc pas d'une opposition, mais d'une continuité, je dirais même d'une élévation vers son grand soi.

Selon vous, pourquoi craignons-nous la mort ?

Nous craignons la mort uniquement parce que nous ne savons pas qui nous sommes, sur le plan de l'être. Nous nous sommes uniquement attachés à la matière. Dès lors, lorsque celle-ci disparaît de notre regard, son absence engendre une finitude. La matière est une infime partie de ce que nous représentons globalement comme humain. En fait, pour ne plus craindre la mort, il faut changer son regard sur la vie. Fort heureusement, de plus en plus de gens semblent vouloir s'ouvrir à une autre dimension de la vie, que la majorité d'entre nous nomment la mort.

Dans *Vivre au-delà d'ici*, vous traitez de différents thèmes : l'âme, la conscience, l'individualité, le deuil et le respect des défunts. Pourquoi avoir choisi d'écrire sur ces sujets? Quelles étaient vos motivations ?

Tout comme dans mon premier livre, je ne décide aucunement des sujets à traiter. Cela n'est vraiment pas de mon ressort. Je ne sais absolument pas ce dont les gens ont besoin d'entendre ou de lire pour les éveiller. C'est simplement mon âme qui me guide, ou ma petite voix intérieure, comme certains la nomment. Entre autres, il m'est déjà arrivé d'être en panne d'écriture simplement parce que je n'aimais pas le titre d'un chapitre que ma *petite voix* m'incitait à écrire dans mon premier livre. Après avoir modifié le titre du chapitre en question, plus rien ne venait! J'étais en panne totale! Lorsque j'ai remis en place le titre initial, le jet d'écriture est revenu. Ensuite, j'ai compris. Je transmets un message que l'on m'enseigne au moment de l'écriture et je dois totalement m'en détacher dans sa globalité. Je vous dirais qu'à travers cet exercice de total détachement, ce qui me motive à écrire malgré tout, c'est la relation avec mon être qui grandit.

Ce livre, à mon sens, est une invitation à voir la vie autrement. Vous nous partagez votre façon de la vivre. Quelle est-elle ?

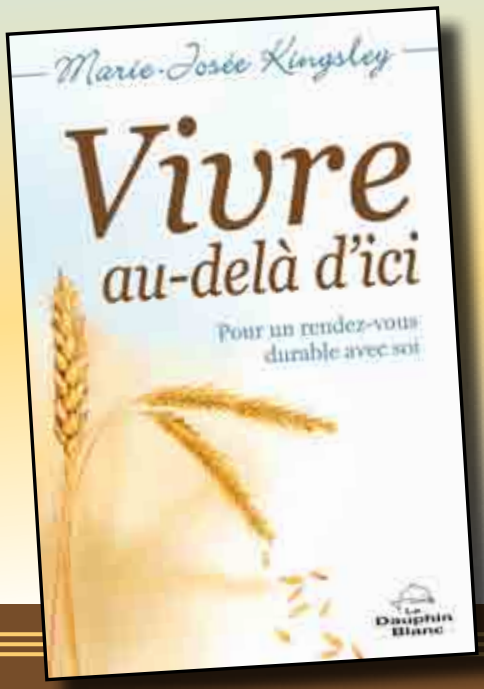
Selon moi, au moment de notre incarnation terrestre, notre âme revêt un habit qui lui est destiné pour la durée de ce parcours sur terre. Cet habit prend la forme d'un jeu de rôle que nous empruntons au cours de notre existence. Nous ne sommes pas cet habit ou ce rôle. Cela n'est qu'un jeu pour découvrir autrement l'existence sur terre. Initialement, nous sommes des êtres de lumière s'étant incarnés dans la matière. Par ailleurs, nos êtres s'adaptent aux différents rôles qui leur sont attribués à chaque incarnation. C'est à travers ces jeux de rôle que l'être s'enrichit sur terre. Toutefois, nous n'échappons pas à

l'attachement à nos différents rôles, cela fait également partie de l'expérience humaine. Un acteur jouera plusieurs rôles au cinéma ou au théâtre au cours de son existence. Certains rôles auront été plus agréables, mais cet acteur devra néanmoins se défaire des caractéristiques de son personnage, s'il veut poursuivre sa carrière. Il s'agit de la même chose pour l'humain. Si nous désirons poursuivre en toute conscience notre chemin de vie et continuer de nous élever, nous devrons apprendre à délaisser les caractéristiques de nos incarnations au moment du grand *pas-sage*.

À mon avis, il n'y a pas de truc ou de recette miracle pour vivre un deuil. Il faut juste prendre le temps de le vivre vraiment. C'est la grande difficulté dans notre monde moderne. Nous souhaitons escamoter un passage aussi important pour éviter d'être remués de l'intérieur. Comment pouvons-nous souhaiter évoluer ou nous éveiller si nous évitons toutes les opportunités d'éveil qui s'offrent à nous? Le deuil est une occasion de réviser son parcours de vie, son existence actuelle. C'est un moment pour s'observer (et non se juger) et faire le point dans sa vie. Qu'est-ce qui fait qu'un acteur devient consacré aux yeux de tous? C'est qu'il prend le temps de travailler et de retravailler ses rôles afin d'offrir à son public le meilleur de lui-même. Durant cette période de déconstruction qu'est le deuil, nous pouvons nous permettre d'entrer en contact avec notre sensibilité et notre vulnérabilité afin d'offrir le meilleur de nous-mêmes. C'est aussi un moment de pure authenticité avec soi. Les gens craignent, pour la plupart, d'entrer en contact avec leurs émotions. Pourtant, c'est ce qui enrichit l'être. Qu'est-ce qui fait que l'on apprécie un acteur quand il joue? C'est la capacité qu'a celui-ci de nous livrer ses émotions. Bien entendu, parfois, certains deuils peuvent paraître insurmontables. À ce moment, il est sage de nous ouvrir à un professionnel afin que celui-ci puisse nous aider à traverser cette période avec plus de fluidité émotionnelle. Encore une fois, même si un professionnel nous accompagne dans le processus d'un deuil, il faut accepter d'y mettre le temps…

« Lorsque l'on comprend que nous sommes essentiellement des êtres spirituels incarnés dans un corps de matière, il devient alors plus simple de préparer notre transition vers l'au-delà. »

On apprend aussi, dans *Vivre au-delà d'ici*, que « Le deuil est un moment de déconstruction des paramètres anciens. » En plus de nous expliquer votre vision de ce passage, quels conseils pourriez-vous donner aux gens qui doivent actuellement passer au travers de cette période souvent difficile ?



LISA WILLIAMS

L'Âme est éternelle
Voulez-vous vraiment tout savoir?

Ma vie parmi les morts

Souvent, lorsque nous vivons un deuil, nous nous sentons impuissants. Nous souhaitons aider la personne décédée et communiquer avec elle, mais nous ignorons bien souvent comment procéder. Dans votre livre, vous parlez de l'importance de la prière. À votre avis, quel peut être son impact ? Comment peut-elle réellement soutenir la personne disparue ?

Pour ma part, la prière demeure un outil fondamental dans la transformation de chaque être. Toutefois, je ne parle pas de prières récitées par cœur dans plusieurs religions. Je n'ai rien contre, bien entendu. Il s'agit de l'expression du cœur, de l'émotion qui interagit avec soi et l'être décédé. On ne prie pas avec sa tête, on prie avec son cœur. Il faut ressentir ce que nous désirons offrir à l'autre. L'émotion est la clé qui nous conduit à la voie du cœur. Alors, prier, c'est se raconter dans l'âme. C'est offrir à l'autre ce qui vibre de l'intérieur. Prier, c'est un au-delà des mots, c'est une fréquence que nous communiquons de cœur à cœur. Lorsque nous pleurons ou sommes attristés, nous permettons à l'âme de s'exprimer, nous atteignons l'authenticité de l'être par un état de vulnérabilité intérieure. La prière est le contraire de la répression. Elle demeure, pour ma part, une expérience de grande communication spirituelle. La prière élève l'être uniquement parce que c'est le cœur qui s'exprime.

Ces réponses nous ont permis de mieux saisir votre vision de la vie et de la mort. Maintenant, voici quelques questions en rafale qui nous permettront de vous connaître davantage.

Quelle est votre routine d'écriture ?

Ma routine demeure très variable d'un livre à l'autre. En général, j'aime bien me retirer seule dans un petit chalet ou en ermitage et puis écrire.

Quel est votre truc « bonheur » qui fonctionne à tout coup ?

Simplement prendre le temps de vivre, soit en buvant une tisane tout en regardant les oiseaux chez moi, en allant m'asseoir seule à une terrasse pour déjeuner quand la température le permet ou en bouquinant dans une librairie.

Quel était votre rêve de petite fille ?

Je dois vous avouer quelque chose. Je ne sais pas s'il s'agit d'une grâce, mais je réalise la plupart de mes rêves de jeunesse. Il faut dire que je n'ai jamais été extravagante dans mes rêveries. J'ai souhaité enseigner et je l'ai réalisé. J'ai désiré écrire et je le fais. J'ai espéré communiquer devant un public mes passions à propos de la vie et je le fais à souhait. Je rêve simplement avec mon cœur.

Si vous aviez la chance d'offrir un cours à tous les enfants du primaire, lequel serait-il et pourquoi ?

Ça me ferait un grand plaisir de leur apprendre à se laisser guider par la vie, à travers tout ce qui les entoure. La vie nous interpelle constamment, mais nous ne savons malheureusement pas entendre le ou les messages de celle-ci.

Complétez. Je ne peux vivre sans...
LUMIÈRE.

Qui est votre plus grande inspiration ?

La vie à travers tout ce qui EST!

Qu'aimeriez-vous dire aux lecteurs et lectrices qui s'apprêtent à découvrir votre plus récent livre ?

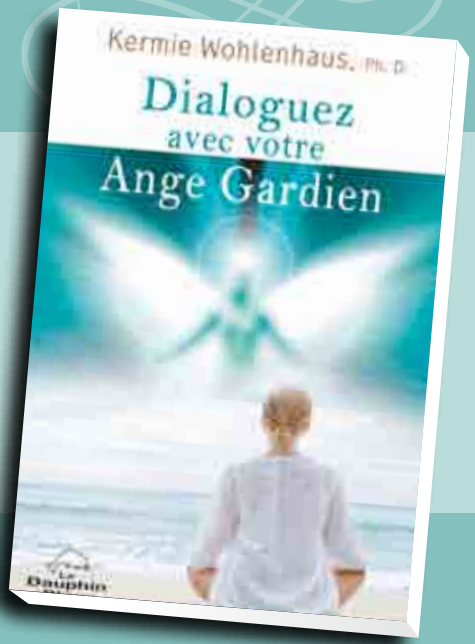
La mort est un passage inévitable à travers l'exercice de la Vie. C'est en s'y préparant que l'appréhension disparaît et que le *pas-sage* se réalise dans l'amour et la compréhension d'un monde qui nous côtoie subtilement et sans fin.

Si vous désirez en apprendre un peu plus sur Marie-Josée Kingsley et découvrir les nombreux services offerts par cette dernière, je vous invite à visiter son site internet au www.mariejoseekingsley.com ■

L'homme qui murmure aux Anges

D'incroyables histoires d'amour et d'espoir au sujet des Anges et de l'au-delà

Kyle Gray



Dialoguez avec votre Ange Gardien

Kermie Wohlenhaus, Ph. D.

Qui était Neville Goddard?

par Alain Williamson

Neville Goddard fut l'un des plus grands métaphysiciens du siècle dernier. Aujourd'hui encore, sa pensée influence nombre de chercheurs spirituels et d'auteurs, notamment le Dr Wayne W. Dyer. Pourtant, peu de gens connaissent Neville Goddard et son œuvre.

Neville Goddard naît à la Barbade le 19 février 1905. Il est le quatrième d'une famille de neuf enfants. Intéressé par le domaine artistique, il arrive aux États-Unis en 1922, à l'âge de 17 ans, pour étudier le théâtre. Il devient finalement danseur. Alors que sa troupe est en tournée en Angleterre, Goddard rencontre un Écossais qui l'initie à la métaphysique en lui prêtant plusieurs livres sur la puissance de l'esprit. Le jeune Goddard développe alors un intérêt marqué pour le sujet. Dès son retour à New York, il délaisse l'industrie du divertissement pour se consacrer à l'étude et à l'enseignement de la spiritualité et du mysticisme.

Durant la Seconde Guerre mondiale, l'armée américaine tente d'enrôler Neville Goddard. Considérant son âge (38 ans) et le fait qu'il est marié et père de famille, Goddard utilise le pouvoir de son imagination pour obtenir honorablement son congé définitif de l'armée après seulement quelques semaines d'entraînement.

Déjà intrigué par l'interprétation ésotérique des textes bibliques, un événement marquant intensifie son intérêt et lui dévoile sa mission. Après avoir refusé à plusieurs reprises d'assister à des soirées avec un instructeur spirituel qu'un ami lui recommande, Goddard s'y rend finalement et y rencontre Abdullah, un Juif éthiopien qui enseigne l'ésotérisme Chrétien. Parmi ses élèves, on compte déjà Joseph Murphy qui deviendra par la suite connu par ses nombreux ouvrages à succès. En voyant Goddard, Abdullah s'approche de lui, l'interpelle par son prénom et lui dit qu'il devait être là depuis au moins 6 mois. Étonné, Goddard lui demande comment il connaît son nom. Abdullah lui répond que les Frères l'avait prévenu de son arrivée depuis 6 mois déjà. Il ajoute qu'il va rester jusqu'à ce qu'il ait pu transmettre à Goddard tout ce qu'il doit lui apprendre et qu'il quittera ensuite. À partir de cette rencontre, Goddard étudie l'hébreu, la Kabbale et le sens caché des Écritures saintes auprès d'Abdullah.

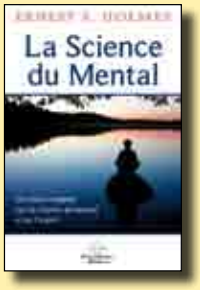
Par la suite et jusqu'à sa mort, Neville Goddard se dédie à la diffusion de sa pensée. Il parcourt les États-Unis et finit par s'établir à Los Angeles, où il participe à plusieurs émissions de radio et de télévision en plus de poursuivre ses conférences, qui sont publiées également sous forme de livrets, l'un des plus populaires étant *Feeling Is the Secret* (*Ressentir… voilà le secret!* aux Éditions Le Dauphin Blanc).

Au cours des dernières années de sa vie, Goddard informe ses proches qu'il partira sous peu, sa mission étant complétée. Il meurt peu de temps après, à 67 ans.

L'œuvre de Neville Goddard est colossale. Il s'est évertué à enseigner ce qu'il appelait «La Loi», soit une technique pour créer sa propre réalité physique par l'imagination. Dans les dernières années de sa vie, il mit l'emphase sur un autre thème, «La Promesse», qui, selon lui, prévalait sur La Loi. La Promesse est en quelque sorte l'union avec Dieu, une renaissance mystique, l'accomplissement du destin de l'âme tel que le proposent les Écritures. Cet enseignement plus hermétique lui fit perdre une grande part de ses supporteurs, mais Goddard ne dérogea pas de son enseignement.

Aujourd'hui, les chercheurs et instructeurs spirituels réfèrent souvent à l'œuvre de Neville Goddard, entre autres pour comprendre et expliquer la puissance et le fondement de la formule « Je Suis ». ■

Pour poursuivre dans la pensée de Neveille Goddard, voici 3 classiques:



La Science du Mental
Un cours complet sur la science du mental et de l'esprit
ERNEST S. HOLMES

La *clé* de votre *être*
Ouvrir les portes intérieures d'une vie heureuse et prospère
VENICE J. BLOODWORTH

La Science de la Santé
WALLACE D. WATTLES

Trois vies contre trois paquets de cigarettes

L'épreuve d'une femme rwandaise

Marie-Fidèle Mukandekezi

Et si je t'avais dit « je t'aime »...

L'histoire d'un amour éternel

Johanne Jolin

Extrait de

Les Cinq Défis de Gabriel

Après le repas, alors que la noirceur gagnait rapidement le ciel, nous nous sommes installés sur la galerie.

– Ça va? me demanda Paul.

– Oui, ça va.

– Je n'ai pas voulu te faire de mal lorsque je t'ai fait tomber à l'eau.

– Je le sais. Je comprends pourquoi vous l'avez fait. Vous vouliez savoir. Vous vouliez que je sache. Je dois admettre l'évidence : je suis surpris de ma vigueur à vouloir sortir de là. Pas un instant je n'ai pensé à abandonner.

– C'est merveilleux, tu ne trouves pas?

Je ne dis pas un mot. Je hochai faiblement la tête. Je savais que je n'avais pas besoin de parler, que mon mystérieux compagnon me comprenait. Cependant, *merveilleux* n'était pas tout à fait le qualificatif que j'aurais choisi. *Effrayant* aurait été un bien meilleur mot, car ça fait peur de constater que l'on est sur la mauvaise route et de s'apercevoir que l'on s'obstinait dans une fausse idée, car ça effraie de penser qu'on devra changer d'attitude et de constater qu'il y a encore beaucoup à faire.

– Maintenant, ajoutai-je après un long moment, je comprends qu'il me faut réagir.

– Maintenant, continua Paul, souriant, nous allons pouvoir commencer le vrai travail.

– Je suis prêt, dis-je en m'efforçant de sourire moi aussi.

Et c'est très sincèrement que je le dis. J'étais prêt. Enfin… Peut-être pas tant que cela, mais je savais que j'en étais arrivé à un moment décisif de ma vie, que l'intersection se dressait devant moi, que courageusement il me fallait envisager de prendre une nouvelle voie.

– Notre parcours sur terre n'est pas toujours fait que de joies, reprit mon ami en plongeant son regard dans la tranquillité du lac. Dans la vie, nous affrontons

de nombreuses épreuves : certaines sont plus faciles à traverser et d'autres nous paraissent infranchissables. Des deuils, nous en avons des centaines à surmonter. Il y a tant de choses qui déstabilisent l'homme et qui l'obligent à changer, à se transformer. Déménager, perdre un emploi, faire face aux autres, à la réalité qui nous décontenance parfois, abandonner un rêve ou la non-réussite d'un objectif.

– Ou la perte de personnes qui nous sont chères, ajoutai-je dans un murmure.

– Exactement. Et ça, c'est ce qui est le plus difficile à traverser. Tu es, Gabriel, accablé du plus terrible des malheurs.

Et en mon esprit se forma l'image de ceux qui me manquaient tant.

– Mais vous croyez quand même que j'arriverai à m'en sortir…

– Exactement. Tu y arriveras, car je m'engage à t'y aider. Pour les plus petits problèmes de la vie, on se fait confiance, on reprend courage assez rapidement. D'instinct, on sait quoi faire. Notre intuition nous guide. On se retrousse les manches et puis *go*… La vie continue. Si tu y repenses, tu constateras que dans ta vie, il y eut de nombreux deuils, de nombreux échecs, de nombreux obstacles. Les choses ne se sont pas toujours passées comme tu le voulais et pourtant tu t'y es adapté. Et tu observeras aussi que dans la très grande majorité des cas, tu en es sorti victorieux. Cependant, pour les plus lourdes circonstances, c'est parfois plus long et plus complexe. On tarde à se redresser. On se laisse abattre et on retarde le moment pour se remettre debout. Et lorsque l'on attend trop, on s'enfonce grandement… et dangereusement.

Là, pas de doute, Paul faisait une allusion directe à moi.

– Mais ce que je sais, continua-t-il, c'est qu'importe la tempête, qu'importe les ravages, la manière de s'en sortir est presque invariablement la même. Et c'est de cela que je veux t'entretenir. C'est cela que je vais m'efforcer de t'enseigner. L'instinct fait parfois son travail tout seul et on se retrouve sur la bonne voie, mais, parfois, il nous faut un coup de pouce. Et je suis ton coup de pouce. Juste pour toi, Gabriel.

Et il déposa sa large main sur mon épaule.

– Tout ce que je vais t'apprendre te sera utile pour le reste de ta vie.

– Vous semblez bien sérieux tout à coup!

– Cela est très sérieux effectivement. Se laisser aller à la mort n'est jamais une juste décision. Choisir l'autodestruction n'est pas la plus valable des solutions. Quand on connaît la méthode à suivre pour se sortir des problèmes, quand on connaît le mécanisme qui suit l'épreuve, on arrive à refaire surface avec succès. Parce que l'on sait que la vie est plus forte que tout. Parce que l'on sait vers quoi se diriger. Parce que l'on sait qu'il y a autre chose qui viendra après le grand tremblement.

– Vous croyez que j'y arriverai? répétai-je, voulant encore entendre l'apaisante réponse de Paul.

– Doutes-tu de mes capacités d'enseignant? ajouta-t-il, moqueur.

– Pas du tout… repris-je, désolé d'avoir peut-être vexé mon ami. C'est plus en moi que je n'ai pas confiance.

– Tu ne devrais pas te laisser gagner par les doutes. Tu es un grand homme, Gabriel, et je suis certain que tu possèdes tout ce qu'il faut pour y arriver.

– Vous n'exagérez pas un peu?

– Pas du tout. En fait, chaque humain est le plus admirable des hommes, car lui seul peut vivre sa vie et affronter toutes les particularités de celle-ci. Les peines comme les bonheurs. Les réussites comme les échecs. Oui, Gabriel, tu dois te convaincre de ceci : tu es le plus admirable des hommes. Ce qui arrive dans ta vie est ce qui t'est destiné. C'est ce qui résulte de tes choix faits au fil des jours. C'est ce qui se dresse sur la route que tu as choisi d'emprunter. Et c'est tout cela qui te permettra de progresser. Je te l'affirme, mon ami, je vois en toi le plus admirable des hommes, car je sais, hors de tout doute, que tu te remettras en marche, que tu peux accomplir d'extraordinaires choses.

Mon cœur était sur le point d'exploser. Jamais on ne m'avait parlé ainsi. Jamais je ne m'étais senti ainsi bouleversé par des mots. Jamais on n'avait émis une telle confiance à mon égard.

Paul avait foi en moi, et ça, c'était le meilleur des remontants, le plus digne des stimulants. ■

Les enfants à naître

Toujours souriante, elle est d'une simplicité désarmante. Pas question de s'ennuyer avec elle car elle a toujours des anecdotes à conter. Et ses anecdotes sont hors du commun : Doris Shields est médium. « Dans le fond de ma conscience, j'ai toujours su que j'étais médium », nous confie-t-elle. « Par contre, j'ignorais vraiment l'importance de mes facultés et jusqu'où elles m'amèneraient dans la vie. » Tout au long de son enfance et de son adolescence, Doris Shields s'en est remis aux voix de ses guides invisibles qui l'instruisaient et la préparaient à sa mission de vie, sans pourtant être pleinement consciente du don qui l'habitait. « Bien que j'aie toujours su intérieurement que j'avais des capacités particulières, j'ai pris conscience de mon don de clairaudience avec la manifestation de mes guides une fois adulte. »

Prudente et discrète, elle garde longtemps pour elle ses dons de médiumnité. Elle voit bien les décédés, elle entend leurs voix et celles de ses guides, mais elle préfère ne pas en parler à son entourage. C'est lors d'un événement tragique touchant la famille de son mari qu'elle dévoile ses dons. « Mon conjoint a perdu neuf membres de sa famille dans l'accident impliquant un autobus d'environ une quarantaine de passagers, aux Éboulements, dans la région de Charlevoix, au Québec, en octobre 1997. C'était le jour de l'Action de grâce et mon conjoint et moi écoutions à la télévision le bulletin de nouvelles au sujet de l'accident. On ne disait pas encore à ce moment-là d'où provenait l'autobus, de sorte que nous ignorions que la famille de mon

conjoint y avait péri. Soudainement, je lui ai dit : « Ta mère, ta tante, ton oncle et sa conjointe ainsi que cinq personnes que je ne connais pas sont ici, avec nous. Ils étaient dans cet autobus. Ils sont morts. » Mon conjoint s'est retourné vers moi avec un regard incrédule. Pendant un instant, il a sans doute cru que j'étais folle. Ma belle-mère s'est alors penchée vers moi et m'a chuchoté : « *Dis à tous que nous allons bien, mais il y a tellement de choses à voir…* » Ils me sont apparus contents, heureux, excités et même fébriles. Puis, ils sont tous partis de la maison. Mon conjoint a fait quelques appels téléphoniques pour vérifier si ce que je disais était vrai, dont un à sa cousine qui lui confirma effectivement la mort des membres de sa famille dans l'accident d'autobus. »

Un jour, une amie lui dit que voir les morts, c'était bien, mais qu'il y avait autre chose à voir dans le monde invisible. « Ce fut le déclencheur pour perfectionner mon don de clairvoyance et l'orienter vers l'observation de ce qu'il y a de plus magnifique, les enfants à naître », nous déclare Doris Shields.

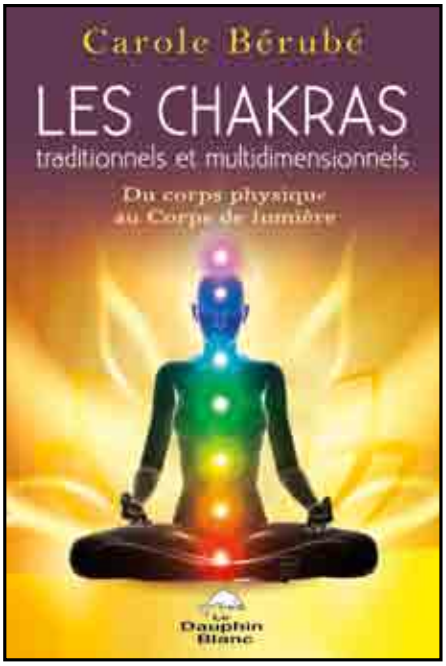
En tant que médium, Doris a alors découvert sa voie. Bien qu'elle perçoive encore les gens décédés, elle se concentre principalement sur les enfants à naître et souhaite instruire les parents et le public en général sur le déroulement du processus d'incarnation et de l'importance de comprendre la vie de l'âme.

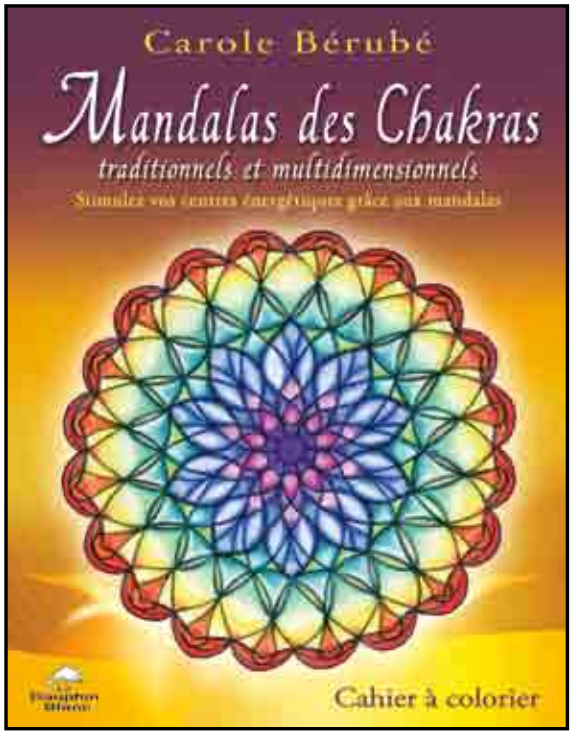
Avec la simplicité et la bonne humeur qui la caractérisent, Doris Shields nous offre un ouvrage révélateur et inédit sur un monde encore à découvrir. ■

Vous aimerez aussi

Carole Bérubé

Les Chakras





Dans cet ouvrage, Carole Bérubé vous invite maintenant à explorer toutes les dimensions de vos corps énergétiques jusqu'au Corps de lumière pour vous aider à élever votre fréquence vibratoire et à accéder à votre Corps de lumière « en conscience ». Dans ce processus, il est nécessaire d'ajuster et d'harmoniser vos chakras traditionnels pour ensuite avoir accès à votre Corps de lumière en activant vos chakras multidimensionnels.

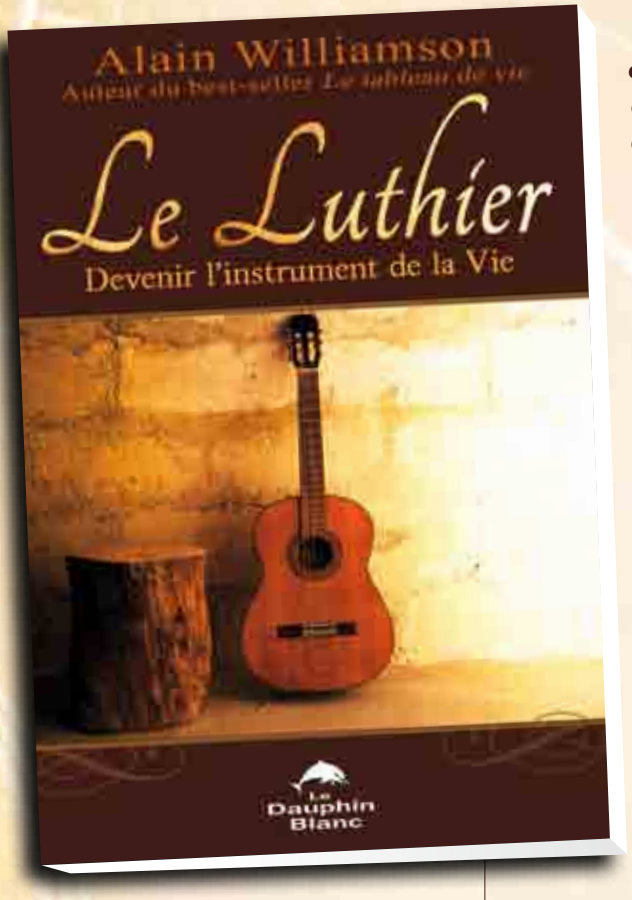
Au fil des chapitres, l'auteure vous donne les informations concernant les chakras en débutant par ceux qui sont bien connus, les chakras traditionnels essentiels pour stabiliser votre enveloppe physique avant d'éveiller les nouveaux chakras, pour ensuite vous suggérer de travailler avec les chakras multidimensionnels. Ces derniers vous indiqueront à la fois une nouvelle voie, une nouvelle dimension et des retrouvailles!

La deuxième partie du livre est consacrée à ces nouveaux chakras, que l'on appelle aussi « chakras multidimensionnels ». Ils offrent le moyen d'éveiller en vous votre Corps de lumière et, de ce fait, de réactiver l'essence en votre être, essence vitale intimement liée à ce Corps de lumière.

Pour chacun des chakras – il y en a quatorze –, un chapitre décrit les éléments qui lui sont associés tels que son rayon vibratoire ou sa couleur, son guide ou son archange et son mantra. Notez qu'une bonne façon de faire vibrer le mantra est de prononcer lentement chaque lettre qui le compose et de la laisser vibrer en vous.

Pour une approche complète, l'auteure a aussi créé un cahier de mandalas, *Mandalas des Chakras – traditionnels et multidimensionnels*. Vous y découvrirez un mandala spécifiquement conçu pour chacun des chakras. Les exercices créatifs que sont les mandalas vous permettront d'accéder à vos chakras traditionnels et multidimensionnels. ■

Entrevue avec Alain Williamson



Alain Williamson est éditeur et propriétaire des Éditions Le Dauphin Blanc; il est également traducteur, mais de plus en plus, on le reconnaît comme un auteur. Et pour cause, il a publié 5 ouvrages en moins de deux ans, dont le best-seller **Le tableau de vie.**

Ici & Maintenant *l'a rencontré pour vous.*

I&M : Considérant toutes vos occupations professionnelles et le nombre de livres que vous avez vous-même écrits jusqu'ici, la première question qu'on serait tenté de vous poser est celle-ci: Dormez-vous parfois?

AW : *(rires)* Oui, toutes les nuits, et je mange aussi! Sérieusement, je trouve le moyen d'accorder du temps à toutes les facettes importantes de ma vie: ma vie de couple, mes enfants, mes passions, mon entreprise, mon bien-être… C'est important de conserver un équilibre. Mais j'avoue que parfois, j'aimerais bien qu'il y ait plus d'heures dans une journée!

I&M : Vos livres, et notamment *Le tableau de vie*, semblent avoir une grande influence sur la vie des gens. Comment vivez-vous cela?

AW : Avec humilité, à vrai dire, et aussi une certaine responsabilité. Vous citez *Le tableau de vie* et vous avez raison. C'est mon livre qui a eu le plus d'impact sur les lecteurs jusqu'ici. Au départ, je l'ai écrit avant tout pour une personne qui m'est chère, mais rapidement, les gens se sont approprié l'histoire. Encore aujourd'hui, plus d'un an après la publication, je reçois chaque semaine des témoignages de gens qui se reconnaissent dans ce livre et qui pleurent. C'est d'ailleurs pour cette raison que j'ai rédigé par la suite *Le manuel pratique du Tableau de vie.* Je n'aime pas écrire des recettes toute faites ou dire aux gens comment ils doivent s'y prendre pour changer leur vie. Mais j'avais l'impression d'avoir tellement chamboulé la vie des gens que je me suis dit que je leur devais bien ça.

I&M : Est-ce que ça influence votre écriture?

AW : Je souhaite que non. Je fais très attention pour ne pas écrire de façon à répondre à des attentes. J'écris pour inspirer les gens, pour leur montrer des aspects de la vie qu'ils ont oubliés ou dont ils n'ont jamais pris conscience. Je leur offre une autre vision, simplement. J'observe, je note, je médite et je partage.

I&M : Les 4 premiers livres mettaient tous en vedette deux personnages principaux: Fannie, qui aspire à vivre de sa passion, et David Marteens, le peintre âgé et sage qui la guide. Dans votre plus récent ouvrage qui vient de paraître, *Le Luthier*, vous nous racontez une toute autre histoire.

AW : Absolument! Je crois avoir fait le tour de l'histoire de Fannie et de David Marteens, et à mon sens, le livre *Le Calepin de David Marteens* vient clore cette saga. Avec *Le Luthier*, je propose une histoire de transformation,

comme nous sommes tous appelés à en vivre. Elle inspire – du moins, je l'espère – les gens à se choisir, à se laisser transformer par la vie et à devenir la plus grande version d'eux-mêmes.

I&M : La plus grande version d'eux-mêmes ? Que voulez-vous dire ?

AW : J'ai la ferme conviction que chacun de nous est appelé à quelque chose de grand. Mais la grandeur ne réside pas tant dans la nature de notre activité que dans la façon dont nous la réalisons. En ce sens, Martin Luther King Jr prônait déjà cette philosophie dans les années 1960. Il incitait les gens à devenir grands, peu importe leur rôle dans la vie. J'ai voulu faire un clin d'œil à cet être exceptionnel.

I&M : Après Fannie et le peintre Marteens, nous retrouvons, dans *Le Luthier*, la même dynamique du personnage qui cherche et de celui qui guide, cette fois sous les traits du moine Alexis et du luthier Manuelo. Êtes-vous Fannie et le moine, ou David Marteens et le luthier ?

AW : *(réflexion…)* C'est une bonne question. Je suis tous ces personnages à la fois. Je crois que, comme pour chacun de nous, les deux archétypes m'habitent. Les personnages du peintre et du luthier sont le reflet de la partie de moi la plus élevée, si je peux m'exprimer ainsi, alors que les personnages de Fannie et du moine représentent la partie de moi qui doute, qui cherche, qui s'interroge, qui se sent limitée, qui a peur… Si le peintre et le luthier ne m'habitaient pas déjà, je n'aurais pu écrire leur partie, et c'est la même chose pour Fannie et le moine. Je connais moi aussi la peur, je cherche comme eux à dépasser mes limites, et en même temps, j'ai la vision de ce que pourrait être la vie pour peu qu'on écoute plus son cœur que sa tête.

I&M : Le livre est à peine sorti que vous recevez déjà des commentaires élogieux de la part des lecteurs. Vous recevez d'ailleurs beaucoup de courriels des gens qui lisent vos livres. Est-ce qu'on s'habitue à ce genre de témoignages ?

AW : Dans mon cas, absolument pas ! Chaque fois, je suis touché, parfois ému aux larmes, et toujours rempli de gratitude d'avoir pu inspirer les gens. C'est un sentiment merveilleux de faire ce qui vous passionne et de savoir qu'ainsi vous faites une différence dans la vie de quelqu'un. Pour moi, c'est une source de bonheur et de joie.

I&M : Qu'est-ce que l'inspiration pour vous ?

AW : Plus j'avance sur ce chemin et plus je constate que l'inspiration tient à peu de choses. Peu importe la discipline, que ce soit l'écriture, la peinture, la musique ou toute autre forme d'expression créative, on ne fait que capter et transmettre en mots, en sons ou en images, une impulsion, une énergie, une vision peut-être, qui passe en cherchant un canal pour se matérialiser. Le véritable mérite de l'artiste, quel qu'il soit, est, selon moi, de rester ouvert et de savoir capter ce qui cherche à s'exprimer.

I&M : Vous demander si vous avez d'autres projets d'écriture est sans doute superflu, non ?

AW : *(rires)* J'ai constamment des idées de livres qui me viennent en tête. J'en ai au moins trois actuellement qui roulent constamment dans mon esprit. J'ai plus d'idées que j'ai de temps pour les écrire… mais c'est bien ainsi, ça leur donne le temps de mûrir, et moi, de les noter ! ■

Du même auteur

Oser Être qui je veux Être !

Extrait du livre de

Marcelle della Faille

Votre évolution spirituelle est le plus grand cadeau que vous puissiez vous faire. Votre croissance s'accélère parce que vous avez glané des outils pour commencer à prendre en charge votre propre évolution. Or, au début, vous étiez moins conscient de ce que vous faisiez pour orienter cette évolution. À ce stade, votre ouverture intérieure se produit à travers l'aide ou le service que vous apportez aux autres et par l'apprentissage que vous tirez de vos expériences, de vos échanges et de vos interactions avec les autres.

Une grande partie de cet apprentissage s'accomplit d'abord au travers de votre personnalité qui se place de plus en plus sous la guidance de votre grand « Moi » ou de la Partie divine en vous. Il est important de vous rendre compte que c'est en passant par le service, par l'aide, par le soutien aux autres, par la diffusion des enseignements que vous avez reçus et votre digestion et votre application de ces enseignements dans votre vie que vous pourrez mieux rayonner.

L'un des plus grands défis de votre évolution vient du fait que votre petite personnalité peut se sentir trahie par le rôle de plus en plus important que joue la Partie divine en vous. Vous lui laissez beaucoup plus de place, et le mental, ou le concierge, qui doit retourner dans sa loge limitée et étriquée, peut se sentir jaloux et tenter de freiner cette croissance, particulièrement lorsqu'il s'agit de faire de grands bonds en avant. Votre concierge peut vous inciter à vous protéger ou il peut chercher à vous convaincre de ne plus con-

tinuer d'avancer. Ses manières de bloquer votre évolution peuvent inclure la colère, la dépression, des variations émotionnelles ou la sensation de ne plus être vous-même.

Constatez cela et sachez que si vous installez un mode de fonctionnement qui ne veille qu'à vous permettre de vous sentir bien chaque fois que vous y pensez, et dès lors à redéfinir votre intention de bien-être quoi qu'il arrive, cela ne sera pas difficile à vivre pour vous. Vous serez observateur de ces hauts et de ces bas, mais ils ne seront pas aussi forts que si vous ne veilliez pas à maintenir votre vibration élevée.

Si vous avez écouté la voix paisible de la Partie divine en vous et que vous avez senti qu'il était bien de continuer sur le chemin d'évolution qui se présente à vous, envoyez de l'amour à ce que vous ressentez, à ces émotions basses qui sont là et dites à votre concierge que vous continuez d'avancer. Demandez-lui de coopérer et dites-lui qu'il fera l'expérience d'un monde encore plus merveilleux lorsque vous deviendrez cette Partie divine en vous.

Toute croissance accélérée signifie que vous installez une plus grande et plus profonde connexion avec cette Partie divine. Cela peut créer un relâchement de vos anciennes habitudes, car, souvent, lorsque nous faisons un bond en avant, les habitudes qui nous retenaient le plus refont surface. C'est notre concierge qui vient nous dire : « Eh, tu as oublié que tu fonctionnais comme cela! »

Ne *blâmez* pas les circonstances extérieures pour ce que vous ressentez. Regardez en vous. De l'extérieur, revenez à l'intérieur et demandez-vous quelles habitudes ou croyances font surface en ce moment. Qu'est-ce qui est là?

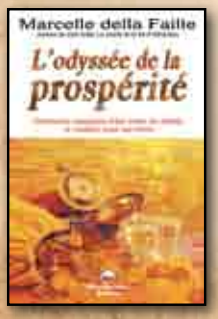
Vous êtes en train de lâcher une nouvelle couche de l'« oignon » que vous êtes. Des croyances que vous pensiez avoir transformées ou que vous pensiez avoir gérées ou dissoutes refont surface à un niveau plus profond. Voyez quelles sont ces croyances et continuez de pivoter pour les dissoudre. Puis, demandez à la Partie divine en vous une guidance sur la manière dont vous pourriez abandonner vos anciens schémas.

Le moyen le plus facile de les abandonner, c'est de ne pas leur accorder d'attention et de simplement continuer de vouloir vous sentir bien chaque jour, de tout faire pour vous sentir bien ou vous sentir mieux, chaque jour, à chaque instant. De ce fait, ces anciennes attitudes et croyances disparaissent. Ce qui émerge vous indique les schémas sur lesquels vous voulez travailler et ce que vous voulez transformer pour accélérer votre évolution. Dès lors, aimez-les. Aimez ces schémas qui ressurgissent. Aimez ces vieilles croyances et habitudes qui ressurgissent, et sachez les apprécier comme des cadeaux : elles ne sont pas vos ennemies. Elles sont des panneaux indicateurs.

Souvenez-vous que chaque schéma ou événement qui se révèle vous donne l'occasion d'agir de manière plus élevée qu'auparavant. Et chaque schéma ou événement vous permet de sortir le meilleur de vous-même chaque fois. Ainsi, grâce aux contrastes, vous avancez chaque fois un peu plus vers le meilleur. ■

Pour joindre Marcelle della Faille :
http://www.loi-d-attraction.com
http://twitter.com/loidattraction
www.facebook.com/marcelle.dellafaille
http://be.linkedin.com/in/marcelledellafaille

À découvrir...
de la même auteure

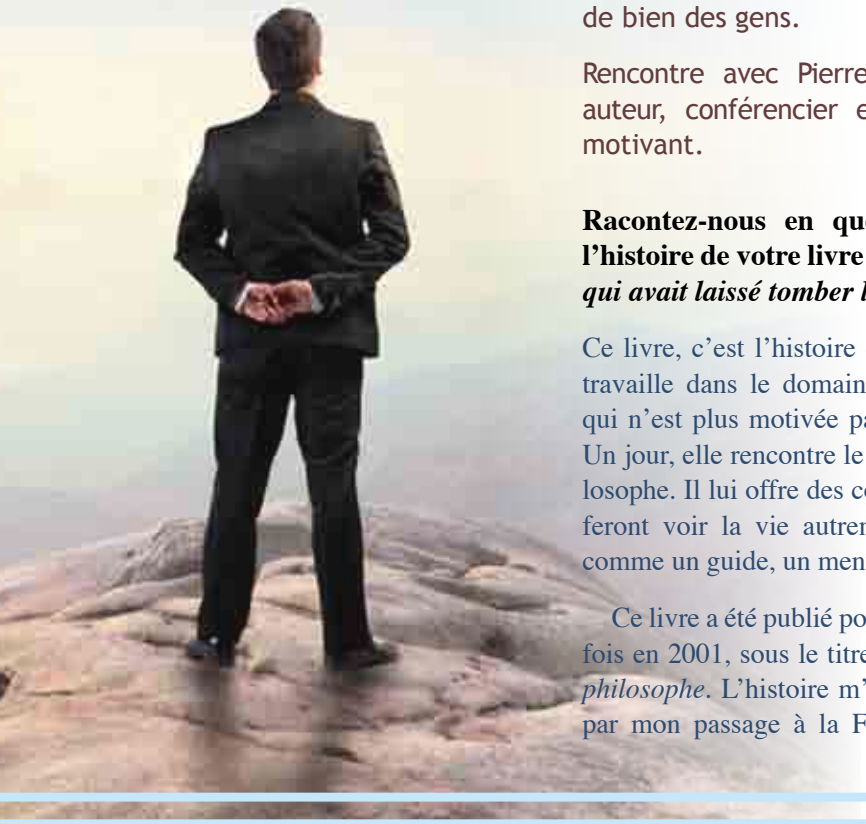


Le Banquier qui avait laissé tomber les chiffres...

Entrevue avec PIERRE-LUC POULIN

PAR JULIE NIQUETTE

Plusieurs personnes exercent un métier qui ne les stimule plus. La passion du début a lentement fait place à l'ennui et au désintérêt. Dans ce contexte, les journées au bureau n'en finissent plus. Ce sentiment de lourdeur qu'elles portent au creux de leur poitrine peut même teinter leur vie personnelle… De l'autre côté, il y a des gens passionnés par leur travail, motivés par les défis qu'il offre. Qu'est-ce qui les distingue des autres? Quels gestes ont-ils posés pour être en mesure d'avoir une vie professionnelle nourrissante et plaisante à vivre? Il s'agit d'une grande question, mais, une chose est certaine, certains livres peuvent nous inspirer et nous guider à retourner en nous-mêmes pour mieux nous connaître et faire des choix qui nous correspondent davantage. *Le Banquier qui avait laissé tomber les chiffres...* est un de ceux-là. L'histoire de Marie, le personnage principal, c'est l'histoire de bien des gens.



Rencontre avec Pierre-Luc Poulin, auteur, conférencier et formateur motivant.

Racontez-nous en quelques mots l'histoire de votre livre *Le Banquier qui avait laissé tomber les chiffres…*

Ce livre, c'est l'histoire de Marie, qui travaille dans le domaine financier et qui n'est plus motivée par son travail. Un jour, elle rencontre le banquier philosophe. Il lui offre des conseils qui lui feront voir la vie autrement. Il agira comme un guide, un mentor pour elle.

Ce livre a été publié pour la première fois en 2001, sous le titre *Le Banquier philosophe*. L'histoire m'a été inspirée par mon passage à la Fédération des caisses Desjardins et à la CIBC. J'ai été une *Marie* et j'ai rencontré beaucoup de *Marie* sur mon passage. Les anecdotes contenues dans le livre sont toutes tirées de faits réels, même celle où le banquier reçoit un client qui déboutonne sa chemise pour lui montrer sa cicatrice et lui parler de son opération au cœur.

Dans votre livre, vous référez à sept clés qui, lorsqu'elles sont appliquées, peuvent nous aider à améliorer notre situation professionnelle. Quelles sont-elles?

1. **Se connaître et surtout se reconnaître.** Savoir qui nous sommes, où sont nos forces et quels sont nos actifs. Ensuite, en faire l'inventaire. Même une liste sur papier est une bonne idée. Si je suis Céline Dion et que je décide de faire de la comptabilité au lieu de chanter, je n'aurai pas le même succès, car je ne miserai pas sur ma qualité unique.
2. **Se trouver un but, une mission, une idée qui nous anime.** Pour beaucoup, il s'agit de survivre. Pour d'autres, il sera plutôt question de leurs enfants et de leur éducation. Puis, il arrive un temps où on a le goût de donner ou de redonner. La mission est cette pensée, ce concept qui, lorsqu'il arrive dans notre esprit, nous donne plus d'énergie, nous fait vibrer et nous fait oublier

notre fatigue. C'est différent pour chaque individu et ça peut changer selon les étapes de notre vie.

3. **Passer à l'action.** On parle ici de bouger, de faire, d'avancer. Planifier et penser, c'est bien, mais il faut agir. Prendre en note les actions qui nous feront avancer vers notre but. Qu'est-ce que je peux faire aujourd'hui qui me permettra d'avancer un peu plus près de mon objectif ?

4. **Vous n'êtes pas seul : vous avez un réseau d'amis et de connaissances.** Souvent la réponse à vos questions se trouve en l'un d'eux. Il faut être équilibré par contre envers son réseau: donner et recevoir. Donner en premier et demander en second.

5. **Attention aux émotions!** Ce n'est pas parce que je ressens une émotion que c'est la vérité. Oui, mon corps éprouve telle émotion en ce moment, mais il faut être en mesure d'avoir du détachement face à cette émotion, prendre du recul.

6. **Confiance et foi.** Il arrive un moment où on a tout fait ce que l'on peut, où on a l'impression que tout n'est pas entre nos mains. Ce sont les douleurs avant l'enfantement, la fin de la nuit la plus noire, un moment de doute, d'attente. C'est inconfortable, mais inévitable. Il faut persévérer. Croire sans voir.

« Si la chenille devient papillon, si le gland devient chêne, imaginez ce qu'un être humain exploitant son plein potentiel peut devenir. »

7. **Le pouvoir de la gratitude.** Dire merci pour ce qui est, ici et maintenant. Se permettre de ressentir vraiment les émotions que cela génère. Il serait intéressant de développer l'habitude de la gratitude. Puis, lorsque tout ne tourne pas selon nos désirs, trouver un moyen de remercier pour ce qui va quand même.

On dit souvent qu'il n'est pas donné à tout le monde de vivre de sa passion, qu'il faut d'abord gagner sa vie. Que pensez-vous de cette affirmation?

C'est vrai. C'est la raison pour laquelle le fait d'être en mesure de vivre de sa passion doit être vécu comme étant un privilège. Tout le monde a une passion, mais ce n'est pas évident de gagner sa vie de cette façon et d'être payé en dollars sonnants et trébuchants. Même ceux qui ont une voix extraordinaire, un talent fabuleux, qui désirent chanter et en vivre ne sont pas assurés de pouvoir le faire. Cela prend de la volonté, de la persévérance et des coïncidences favorables.

La peur est souvent ce qui gouverne nos choix. Avez-vous un truc pour parvenir à l'apprivoiser plutôt que de la laisser dicter notre vie?

La peur fait partie de qui nous sommes. Ne pas avoir peur, c'est ne rien faire, ne prendre aucun risque, ne rien tenter de nouveau. Avoir peur, c'est sortir de sa zone de confort, c'est risquer de se tromper, d'avoir l'air fou, de tout perdre. Le succès sans risque d'échec n'est pas un succès. Chacun a vécu des traumatismes et des moments dans son enfance qui sont uniques. Il m'est impossible de juger qui que ce soit qui a peur et est incapable d'aller au-delà. Je respecte cela. Je comprends cela.

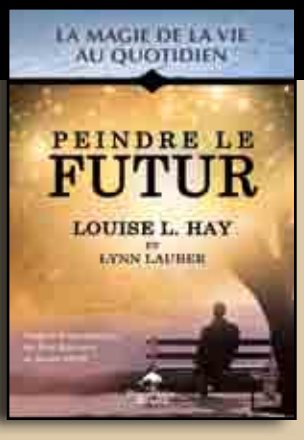
Il vient un temps où la douleur de l'immobilisme, la tristesse de savoir qu'on ne vit pas ce que l'on aimerait vivre fait plus mal que la peur qu'elle engendre. À un moment donné, les évènements s'enchaînent, quelque chose se passe et nous tire en avant. Quelque chose en nous est prêt. On peut vouloir beaucoup, pousser énormément, mais il faut également laisser le temps au temps de faire son temps, c'est-à-dire respecter les cycles naturels.

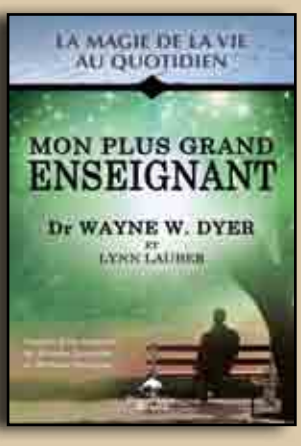
Le banquier, dans mon livre, est apparu à Marie lorsque celle-ci était prête, pas une minute avant.

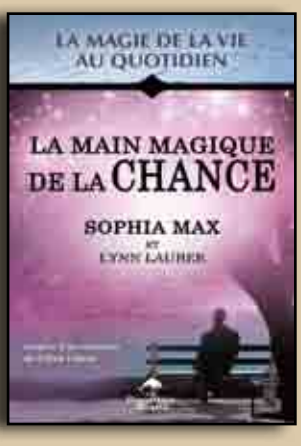
On dit qu'écouter son cœur est une bonne façon de savoir quels gestes poser pour avoir une vie qui nous correspond davantage. Pour plusieurs, cela n'est pas si simple. On commence par quoi?

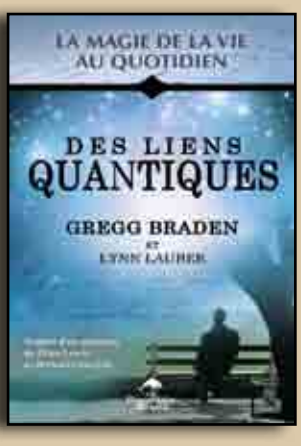
On se fait confiance en accumulant les petits succès, en se souvenant des

Collection
LA MAGIE DE LA VIE AU QUOTIDIEN









moments où on a eu une intuition, où on l'a suivie et où on a eu raison de le faire. Il s'agit d'écouter sa boussole intérieure.

Marie a rencontré des briseurs de rêves lorsqu'elle a parlé de son projet. Il y en aura toujours. Que pensez-vous d'eux? Comment nous suggérez-vous de réagir à leurs commentaires?

Les briseurs de rêves nous montrent où nous sommes faibles, où nous avons encore besoin de l'approbation des autres pour foncer, pour penser, pour oser. En ce sens, ils sont géniaux et absolument essentiels.

Quel conseil donneriez-vous aux adolescents qui doivent décider de leur choix de carrière? Avez-vous également des informations à transmettre à leurs parents?

Osez vous tromper, osez foncer. N'ayez pas peur. Pas à votre âge! Vous n'avez rien à perdre. Voyagez, lisez, rencontrez des gens intéressants qui vous inspirent. Allez à leur rencontre et payez-leur le lunch pour une jasette!

Aux parents? Donnez tout ce que vous pouvez, tout ce que vous avez et laissez aller après un certain temps. Guidez avec respect, en sachant que le fait de se tromper fait partie de la vie et que la résilience qui en ressort permet à votre enfant de devenir une personne exceptionnelle.

« Tout comme la rivière, il fallait absolument conserver son calme intérieur devant les tribulations de la vie. Tout comme la rivière ne s'identifie pas au débit d'eau la parcourant, vous ne devez pas être vos émotions; regardez-les venir et passer, tout comme l'eau de la rivière. »

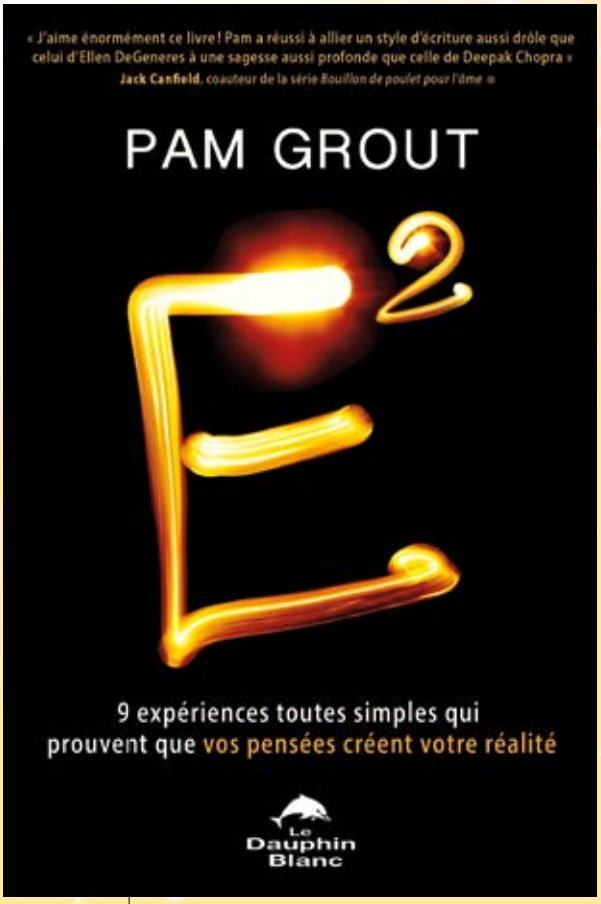
Pierre-Luc Poulin, en bref:

- **À l'instar du banquier philosophe pour Marie, qui a fait une différence dans votre vie?** Mon amie Francine, qui est malheureusement décédée aujourd'hui, a eu un impact infini dans ma vie. Elle m'a encouragé à écrire et a largement contribué à faire de moi la personne que je suis.
- **Quelle a été votre plus grande réalisation?** Ce n'est pas vraiment ma réalisation, mais il faut avouer que si je n'avais pas été là, elle ne serait pas là : ma fille Audrey.
- **Quelle personnalité publique vous inspire et pourquoi?** Warren Buffett. Je vais écrire un livre à son sujet!
- **Quel est votre mantra?** J'en ai deux qui se ressemblent : « Avance plus près et la barrière s'ouvrira » et « Allez, on continue ». Je me dis ça quand ça va bien et quand ça va mal!
- **Quel livre auriez-vous aimé écrire?** *Le Millionnaire*, de Marc Fisher. Ce livre a changé le cours de ma vie.
- **À ce moment-ci de votre vie, quel serait le titre de votre biographie?** *Allez, on continue!*
- **Quel impact la gratitude a-t-elle dans votre vie?** Je souris, j'ai de l'énergie, je me sens bien et je ne changerais de place avec personne!
- **Avec toute l'expérience de vie que vous possédez, que diriez-vous maintenant à l'enfant que vous étiez?** Allez, continue! Tout ce que tu vis et vivras te servira un jour et tu auras beaucoup de gratitude!

Si vous avez envie de suivre Pierre-Luc Poulin et de découvrir ses prochaines activités professionnelles, visitez le www.pierrelucpoulin.com. Pour toute question ou commentaire, n'hésitez pas à lui écrire au info@pierrelucpoulin.com. ■

Énergie au Carré

En tête de liste des best-sellers du *New York Times*



Si vous avez lu *Le secret* ou si vous avez rejoint des cercles métaphysiques ou spirituels à un moment ou à un autre, vous savez déjà que vos pensées créent votre réalité, qu'il existe une puissance dans l'univers qui peut guérir, et que vous et vous seul créez votre propre vie. Malheureusement, il y a toujours ce tout petit problème, ce tout petit obstacle.

Vous n'y croyez pas vraiment. Pas totalement.

En fait, pour la plupart, nous reproduisons toujours la façon de penser de nos ancêtres. Nous croyons que nous dirigeons nos vies avec nos idées et nos pensées brillantes. Nous croyons que nous affirmons nos intentions et que nous créons de nouvelles possibilités, mais en fait, nous ne faisons que recycler des vieilles cassettes, des conditionnements instinctifs et des comportements automatiques, que nous intégrons, pour la plupart, avant l'âge de cinq ans. Nous sommes comme les chiens de Pavlov. Nous ne faisons que réagir à des modèles que nous avons adoptés avant que nous ayons l'intelligence de choisir de manière avisée.

Dans la majorité des cas, les pensées que nous croyons nous appartenir en propre sont en fait les croyances invisibles et largement incontestées dont nous héritons des autres. Ainsi, nous opposons nos pensées positives à nos anciennes pensées. Autrement dit, notre conscience, cette force qui affecte toujours la réalité physique, a été détournée.

Même s'il a été prouvé que la façon réductionniste et mécanique de voir le monde est défectueuse, elle est toujours profondément ancrée et gravée dans notre culture. Des neuroscientifiques nous ont dit que 95 pour cent de nos pensées sont contrôlées par notre esprit subconscient préprogrammé. Au lieu de vraiment penser, vous regardez un « film » du passé.

Si vous n'étiez pas sans cesse bombardé par ce tourbillon de pensées surannées et fragmentées, vous pourriez modifier votre vie à volonté. Vous n'auriez aucune crainte à propos de l'argent, vous n'auriez que des relations harmonieuses et vous seriez tellement satisfait qu'il ne vous viendrait jamais à l'idée de choisir un livre comme celui-ci.

Ce petit livre vous prouvera une fois pour toutes que vos pensées ont du pouvoir et qu'un champ de potentialités infinies s'offre à vous. Il vous aidera à modifier la façon de penser désuète qui dirige votre vie. Au lieu d'ouvrir un grand débat, le même grand débat que vous pouvez trouver dans tous les autres livres qui parlent de changer la réalité, ce livre propose neuf expériences faciles à faire qui offrent une preuve en temps réel. Il vous permet de passer du stade de « savoir » que vos pensées créent la réalité au stade de « vérifier » que cela arrive sur une base quotidienne, décision après décision.

Pendant les vingt-et-un jours à venir, pratiquement le temps qu'il faut pour mener à bien les expériences proposées dans ce livre, vous aurez l'occasion exceptionnelle de développer une relation consciente avec l'énergie et d'apprendre à la transformer et l'amener à devenir ce que votre cœur désire — que ce soit la paix de l'esprit, de l'argent ou une carrière plus gratifiante. Vous pouvez même influencer le champ de potentialités pour profiter de vacances à Tahiti. ■

Ouvrons-nous à un nouveau monde

ENTREVUE AVEC MARTHA BECK

réalisée par
Christine Michaud

Comme bien des gens, je lisais les chroniques de Martha Beck dans le magazine *O* d'Oprah Winfrey, mais sans vraiment savoir qui elle était. Le 20 octobre 2012, alors que je participais à la journée « O You » organisée par l'équipe d'Oprah, j'eus le bonheur d'assister à une conférence de la dynamique coach.

Dès son arrivée sur la scène, je sentis quelque chose de spécial… Je savais que nous étions connectées, davantage que ce que j'aurais pu imaginer. J'assistai à cette conférence dans un véritable état de grâce. J'avais du mal à comprendre ce qui m'arrivait. À la toute fin, je me levai d'un bond de ma chaise pour applaudir à tout rompre, en retenant les larmes de gratitude qui menaçaient d'inonder mon visage.

En quittant la salle, je me rappelle très bien avoir dit à Sonia, l'amie qui m'accompagnait (et qui, drôle de hasard, travaille pour les Éditions Le Dauphin Blanc) : « Sonia, j'ai l'impression d'avoir été frappée par la foudre ! J'ai vécu un éclair de lucidité. À l'image de Martha Beck, dorénavant, je souhaite être complètement moi-même, assumant entièrement mon côté spirituel. C'est ce que j'ai toujours voulu faire au fond. Plus rien ne pourra me retenir. J'ai enfin compris le message ! »

Et c'est ainsi que quelque temps plus tard, je suivis une formation avec Martha et amorçai la lecture de ses livres. Par la suite, je me retrouvai à une formation du Chopra Center, offrant les enseignements de Deepak Chopra évidemment, mais également ceux de Jean Houston et… Martha Beck. J'avais l'impression d'être en période d'entraînement. Tranquillement, je me préparais à devenir la vraie Christine, celle qui avait le goût de (et qui oserait) parler de spiritualité, du divin et de tout ce qui concernait le monde invisible.

Comme une suite logique, j'eus l'immense bonheur et le privilège d'interviewer Martha Beck pour ce premier numéro du magazine *Ici & Maintenant*.

D'entrée de jeu, je m'excusai pour mon anglais imparfait et c'est ainsi que j'appris que Martha comprenait le français, « un petit peu », me dit-elle. Bien qu'elle se qualifie d'«angoissée» dans la vie, elle me donna l'impression d'être particulièrement calme, comme si, volontairement, elle se mettait en état de recevoir les questions pour y accorder toute son attention. D'ailleurs, à plusieurs moments lors de cette entrevue, j'ai eu l'impression qu'elle me devinait… comme si elle lisait en moi. Une divine connexion semblait s'établir entre nous.

Voici donc le compte rendu de l'entrevue :

CM : Pour les gens qui ne vous connaissent pas encore ici au Québec, qu'aimeriez-vous qu'ils sachent de vous en premier ? Quel est le message ultime que vous désirez transmettre ?

MB : C'est certain que cela a un lien avec les étoiles. L'essentiel de ce que je veux transmettre se retrouve entre autres dans mon livre intitulé *Trouver sa bonne étoile* (Finding your Own North Star). Je crois que chaque personne connaît sa destinée. Elle est inscrite en son âme en quelque sorte. Notre bonne étoile saura toujours nous guider pour suivre le chemin de cette destinée qui est la nôtre. Ainsi, nous deviendrons la star de notre propre vie et notre rayonnement inspirera les gens qui nous entourent. Imaginez si chaque être humain croyait en sa bonne étoile et décidait de suivre le chemin qu'elle lui trace ?

CM : Vous parlez souvent de l'état qui se trouve au-delà des mots, ce que vous appelez en anglais *wordlessness*. Autant dans vos livres que lors de vos conférences,

vous y faites référence en affirmant que cet état est à la base de notre ouverture de conscience, qu'il permet de se connecter à notre âme et de recevoir une guidance. Quel est selon vous le moyen le plus rapide et efficace pour atteindre cette condition? Qu'est-ce qui fonctionne le mieux pour vous ?

MB : D'abord, je dois avouer que ce fut tout un défi pour moi de trouver les bons mots pour définir et expliquer cet état. En fait, pour être honnête, tous les concepts présentés dans mon nouveau livre *Trouver votre voie dans un monde changeant* sont plutôt difficiles à expliquer ! La plupart du temps, on dira justement que ce type d'expériences est au-delà des mots. Qu'il n'y a pas de mot pour les décrire.

L'état de *wordlessness* peut se comparer à l'émotion ou au sentiment que l'on ressent lorsque nous tombons en amour. Que ce soit avec un humain, notre enfant qui vient de naître ou un animal qui nous touche l'âme, on a l'impression que notre cœur est en train de fondre, d'une certaine façon. Vous avez sûrement déjà ressenti cette douce chaleur intérieure, ce sentiment que la vie est immensément belle. C'est au-delà des mots, mais au-delà du temps aussi. Certains diront que ça les dépasse. Ne serions-nous pas alors en train de vivre un sentiment plus divin qu'humain ?

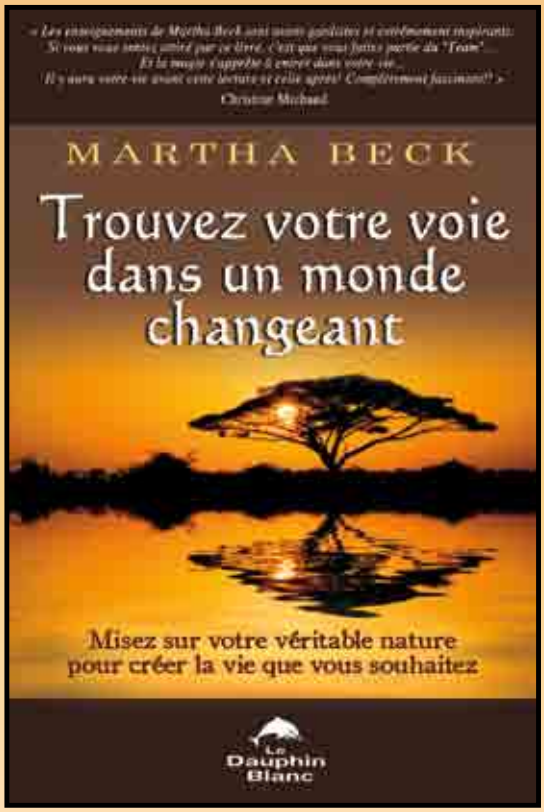
La méditation aide beaucoup à atteindre cet état de *wordlessness*. Ce n'est certainement pas dans la course folle du quotidien que l'on pourra le ressentir, mais plutôt dans le calme, le recueillement et le silence. Comme pour bien d'autres choses dans la vie, il faut y avoir goûté pour comprendre ce dont il s'agit. Et une fois qu'on a touché à cet état divin, on ne souhaite qu'une chose, le ressentir le plus souvent possible. Cet état est extrêmement puissant car il amplifie notre force et notre pouvoir de manifestation.

NOTE DE CHRISTINE

Lors de la formation à Whistler avec Deepak Chopra et Jean Houston, Martha nous a fait expérimenter un exercice pour mieux comprendre les effets positifs de cet état de wordlessness. *Deux par deux, nous devions à tour de rôle penser à un moment de bonheur intense déjà arrivé dans notre vie. Un moment où, comme le dit Martha, notre cœur nous donnait l'impression de vouloir fondre… Il fallait parvenir à ressentir à nouveau ce moment et l'état qui en découlait dans notre corps. Puis, les bras allongés devant nous, l'autre personne devait essayer de toutes ses forces de les faire baisser. C'était alors impossible, comme si nous étions soudainement investis d'une force herculéenne.*

CM : Comment pouvons-nous inspirer les gens à vivre davantage conscients ? Qu'est-ce que les individus tout comme les entreprises pourraient faire pour y arriver et ainsi créer ce nouveau monde dont vous parlez ?

MB : Savez-vous ce qu'est un diapason en musique ? C'est lui qui lance la note d'une certaine façon. Par la suite, tous les autres instruments peuvent s'y accorder. C'est ce qui produit l'harmonie. Vous constaterez que l'effet est le même sur plusieurs pendules placées dans une même pièce. Elles finissent toutes par aller au même rythme. C'est le principe de la résonance. Si des humains commencent à s'éveiller et à ouvrir leur conscience en étant davantage dans le moment présent, ils vont en entraîner d'autres automatiquement. Les autres vont finir par entrer en résonance avec eux. C'est ainsi que l'on pourrait changer l'énergie du monde, un humain à la fois. Et ça commence par soi !



À paraître en janvier 2014

CM : Vous référez fréquemment aux animaux. Plusieurs de vos histoires inspirantes les concernent. Pensez-vous que les humains auraient avantage à être plus en contact avec le monde animal ? Quelle est l'une des plus belles leçons qu'ils vous ont enseignées jusqu'à maintenant ?

MB : Une tonne de recherches ont été effectuées par rapport aux bienfaits des animaux sur l'humain. Par exemple, le fait d'être en contact avec eux améliore notre système immunitaire et diminue la pression sanguine. Les animaux sont toujours dans le moment présent et ils ne ressentent pas toute la gamme des émotions qui nuisent à notre santé autant physique qu'émotionnelle (culpabilité, ressentiment, etc.). C'est ce qu'ils sont venus nous apprendre. Et les animaux ne parlent pas avec des mots, ils vivent donc continuellement dans cet état de présence au-delà des mots… Ils ont assurément beaucoup à nous apprendre.

NOTE DE CHRISTINE

Vous constaterez à la lecture du livre de Martha Beck intitulé Trouver votre voie dans un monde changeant *qu'elle a vécu plusieurs expériences significatives et souvent spirituelles avec des animaux lors de ses voyages en Afrique. En entrevue, elle se rappelait entre autres l'histoire d'Elvis, un éléphant qui lui a appris que ce qui paraît brisé ou défectueux dans la vie ne l'est pas nécessairement. Les apparences sont parfois trompeuses… C'est une question de perspective !*

CM : Que pensez-vous des désirs matériels ?

MB : Malheureusement, pour la plupart, nous avons été programmés à penser que c'était mal de désirer du matériel… Nous n'avons qu'à penser au vœu de pauvreté en religion, par exemple. Pourtant, ce ne sont que des croyances… Comme pour tout le reste, nous sommes les maîtres à bord et il n'en tient qu'à nous de savoir si cela nous paraît bon ou mal.

Les gens les plus obsédés par l'argent sont souvent ceux qui n'en ont pas.

D'ailleurs, vous souvenez-vous de la parabole des talents (ou des trois serviteurs) dans la Bible ? Il s'agit d'un formidable enseignement de Jésus concernant la valeur des choses et l'importance de partager ou de faire fructifier ce que nous possédons plutôt que de vivre dans la peur de perdre. Plus nous sommes généreux, plus nous recevons en abondance. L'énergie doit toujours circuler. L'argent comme tous les biens matériels. Tout ce qu'on essaie de retenir a tendance à fuir… Quand on vit en suivant les élans de l'âme, en étant dans la grâce et la gratitude, on attire toujours davantage. Et il est étrange comme à ce moment, dans cet état, on semble avoir moins de besoins à combler…

CM : Que faites-vous pour vous connecter davantage à Dieu ou à la Source ? Quel est votre truc le plus efficace pour y arriver ?

MB : Je médite une heure le matin et deux autres fois une demi-heure dans la journée. La méditation est devenue pour moi aussi primordiale que de manger ou dormir. C'est une nécessité, de la nourriture pour mon âme !

La lecture de livres inspirants s'avère une autre façon très efficace pour moi de demeurer connectée au divin. D'ailleurs, le livre que j'ai le plus aimé et qui a changé ma vie est *Tao Te King* de Lao Tseu. Un tout petit livre contenant de grands enseignements !

CM : Plusieurs personnes semblent intéressées par tout ce qui concerne les anges. On souhaite établir le contact non seulement avec eux, mais avec notre esprit ou ce que vous appelez le « MétaSoi », cette partie de nous qui est toujours dans la lumière. Que nous suggérez-vous de faire pour sentir leur présence et nous connecter à la partie divine en nous ?

MB : C'est simple, il suffit de leur demander ! Ils n'attendent que cela !

Vous pouvez les appeler comme vous voulez, les mots ne seront jamais parfaits pour les décrire. Ces êtres de lumière sont au-delà des mots et du langage. Que vous les appeliez anges, guides, etc., ils sont là et ils veulent désespérément vous aider, vous accompagner.

Après avoir demandé, il faut demeurer complètement calme et en paix. Ces êtres existent dans un endroit paisible et vous devrez vous connecter à cette énergie pour aller à leur rencontre. Faites confiance aussi !

D'ailleurs, un bon truc consiste à garder en mémoire un moment où vous vous êtes senti profondément connecté au divin. En vous remémorant ce ressenti, vous aurez davantage de facilité à établir le contact de nouveau.

CM : Qu'est-ce que le bonheur pour vous ?

MB : Le bonheur pour moi consiste à être complètement consciente de la présence de Dieu (ou appelez-le comme vous voulez… la source, le divin, etc.) dans ma vie, et ce, au quotidien, à chaque instant.

NOTE DE CHRISTINE

Lors de la formation avec Deepak Chopra, nous avons appris à nous poser quatre questions avant chaque méditation. Pour la dernière partie de l'entrevue, je me suis amusée à poser ces questions à Martha Beck.

CM : Qui êtes-vous ?

MB : Je suis ce qui est sans nom et sans forme et vous l'êtes aussi. « Je suis » tout simplement.

CM : Que voulez-vous ?

MB : Je ne veux rien. Plus maintenant.

NOTE DE CHRISTINE

Par contre, en insistant un peu sur la question, elle me confie un projet, son prochain livre qui sera destiné aux hommes. Le titre sera : Joy to the Boy.

Elle croit que plusieurs hommes souffrent dans notre société actuellement. Avec tous les systèmes qui deviennent désuets, les structures de plus en plus fragiles et changeantes, certains ne savent plus trop comment se positionner. Le monde change et c'est déstabilisant pour les hommes. Nous, les femmes, devons les aider à se libérer des vieux systèmes et à s'adapter au nouveau monde en création. On peut les aider à entrer doucement dans ce monde davantage intuitif et créatif.

CM : Quelle est votre mission de vie ou ce que l'on appelle votre Dharma ? Pourquoi êtes-vous ici ?

MB : Je suis ici pour apprendre à être présente à ce qui est et à me connecter au divin. Comme je l'ai déjà dit, je souhaite trouver la présence de Dieu au quotidien.

CM : Pour quoi avez-vous de la gratitude ?

MB : Pour tout ! J'ai même de la gratitude pour la mort. Suite à ma propre expérience de mort imminente (EMI), j'ai vu la lumière blanche, j'ai surtout ressenti cet état de paix et d'amour incommensurable. Suite à cela, j'ai appris à aimer toutes les formes de mort, les petites comme les plus grandes. C'est le principe de la vie ! Tout meurt continuellement pour renaître à autre chose. C'est le processus de transformation, et si nous apprenons à l'apprécier, nous parvenons à vivre pleinement. D'ailleurs, plusieurs

maladies pourraient sans doute être évitées si nous apprenions à ne pas nous accrocher, à lâcher prise et à suivre davantage le courant de la vie.

CM : Avez-vous quelque chose à rajouter ?

MB : Je vais vous raconter une expérience spéciale vécue avec mon fils récemment. Alors que j'écoutais des enregistrements reproduisant les sons provenant de notre planète, mon fils Adam [son garçon trisomique] est arrivé près de moi pour entendre aussi. Puis, il m'a dit : « J'ai ces sons dans mon corps. » Par la suite, il m'a expliqué qu'il s'agissait là d'un message que nous pourrions traduire ainsi : « Nous sommes en sécurité. » Notre planète veut nous faire savoir que nous sommes en sécurité. Si nous pouvions le comprendre et le croire, tout le mal disparaîtrait. De là l'importance de nous libérer de nos peurs pour vivre davantage dans l'amour.

UNE CONFIDENCE DE CHRISTINE EN GUISE DE CONCLUSION…

Je me suis longtemps demandé si j'allais vous raconter l'histoire qui suit… Puis, j'ai décidé de le faire parce que j'ai choisi de vivre dorénavant de manière authentique.

Vous savez maintenant à quel point j'admire Martha Beck. Lorsque j'ai suivi la formation à Whistler avec elle, Deepak Chopra et Jean Houston, je me suis dit que j'aurais sûrement le privilège de la rencontrer en privé et d'en profiter pour prendre une photo avec elle, photo qui servirait pour cet article. Lors d'une séance de signature, j'en ai fait la demande à son assistante.

Il était environ deux heures du matin la nuit suivante lorsque j'ai entendu quelqu'un glisser un papier sous la porte de ma chambre à l'hôtel. C'était un message de l'assistante de Martha me disant qu'il serait impossible de prendre une photo avec elle. Pour tout vous dire, j'ai très mal pris cette note. J'étais déçue et choquée que Martha Beck refuse de m'accorder cette faveur.

Très tôt le lendemain matin, je suis allée faire ma méditation matinale avec le groupe. J'éprouvais beaucoup de difficultés à me concentrer sur ma méditation, car je ne faisais que ressasser mon histoire de photo qui n'aurait pas lieu. En sortant de la salle de méditation, j'avais du mal à contenir mes larmes. C'est à ce moment que je suis arrivée face à face avec mon amie Dominique Allaire (auteure au Dauphin Blanc et coach de vie). À la grande surprise de Dominique, j'ai éclaté en sanglots en lui racontant ce qui était la source de mon désarroi. Après m'avoir patiemment écoutée, elle me posa cette question : « Pourquoi t'es-tu fait arriver ça, Christine, selon toi ? » Parce qu'effectivement, Dominique et moi avons tendance à croire que nous nous faisons arriver des événements dans la vie pour nous aider à guérir nos blessures et à évoluer.

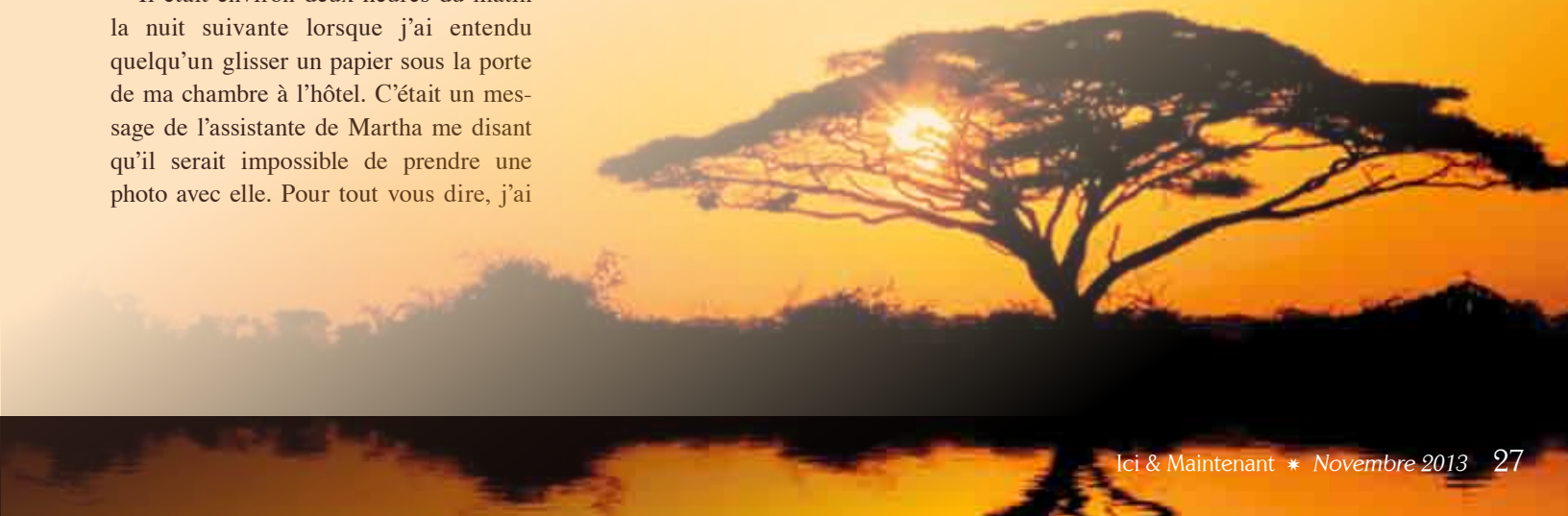
Il m'a fallu un peu de temps avant de trouver la réponse (je devais d'abord me sortir de mon état de victime…), mais lorsque j'en ai pris conscience, je me suis sentie libérée d'une grande lourdeur. Martha Beck avait osé s'affirmer et se respecter. Peu importe les raisons qui expliquaient son refus de prendre une photo avec moi, je me devais d'accepter la situation. Cela n'avait rien contre moi et, en fin de compte, cela ne me regardait pas. Contrairement à moi, Martha Beck ne jouait pas à la « fine » dans le but de se faire aimer. Moi, j'avais plutôt tendance à acquiescer à toutes les demandes, de peur de décevoir… Ainsi, j'étais souvent épuisée et je ne parvenais plus à maintenir mon équilibre et encore moins à me faire respecter.

Quelle magnifique leçon m'a servie Martha Beck ce jour-là ! Quand j'ai ressenti à quel point nous étions connectées toutes les deux, c'était sans mesurer l'ampleur des apprentissages que je m'apprêtais à faire... Nos « MétaSoi » avaient peut-être comploté ensemble ?...

Dans son livre *Trouver votre voie dans un monde changeant*, Martha explique sa conception de la *TEAM*. Elle croit que nous sommes plusieurs sur la terre présentement qui sentent le changement de conscience poindre à l'horizon et qui ont l'élan de participer à la création de ce nouveau monde davantage basé sur la paix et sur l'amour. Je parie que si vous avez eu l'intérêt de lire cette entrevue, c'est que vous faites partie de la *TEAM*. Sachez que pour bien vivre cette transformation qui s'amorce, vous devrez probablement vous libérer de ce qui vous entrave et reprendre la pleine responsabilité de votre vie. Peut-être vous apercevrez-vous dans les prochains mois qu'il vous est demandé d'épurer votre vie et de guérir vos blessures ? Le hasard n'existe pas, semble-t-il, et c'est lorsque l'élève est prêt que le maître apparaît ! Nous sommes probablement plusieurs à être prêts à devenir qui nous sommes vraiment pour assumer cette divine part de nous qui participe déjà activement à l'amélioration de notre monde.

C'est la grâce que je nous souhaite.

Christine Michaud
www.christinemichaud.com



EXTRAIT DE

VOUS SAVEZ DÉJÀ!

Apprenez à vous servir de votre intuition

Il y a de cela quelques années, j'étais assise dans la salle des voyageurs de l'aéroport Heathrow de Londres en attendant mon embarquement sur le prochain vol pour San Francisco. Quelques mois plus tôt, j'avais vendu ma maison (y compris ma toute nouvelle cuisine, fraîchement rénovée, et pour laquelle j'avais épargné pendant plus de huit ans !), donné mes biens, mis fin à une relation et démissionné de mon emploi, même si j'étais au sommet de ma carrière…tout cela pour retourner aux études. Je ne pouvais expliquer pourquoi je faisais ce virage ; je *savais* pourquoi mais j'étais incapable de formuler une réponse rationnelle, logique qui se tenait. Je peux simplement vous dire que je suivais mon intuition. Or, c'est précisément ce virage qui m'a amenée à écrire ce livre.

Si j'avais une baguette magique, je réaliserais un vœu. Je vous ferais un cadeau ayant le pouvoir de vous transformer, de vous donner confiance en vous, de créer des relations profondes avec un cœur ouvert, de prendre des décisions inspirées et courageuses, de savoir reconnaître les personnes dignes de confiance. En fait, si j'avais une baguette magique, je me contenterais sans doute de l'utiliser pour vous chatouiller les côtes, car vous possédez déjà ce cadeau : votre intuition.

J'œuvre comme catalyseur intuitif depuis des années. En général, mes clients me consultent lorsqu'ils frappent un mur, lorsqu'ils affrontent un blocage qui les empêche d'avancer : devenir la personne qu'ils désirent, vivre comme ils le souhaitent, comprendre leurs êtres chers. J'ai recours à l'intuition, à la psychologie, aux disciplines spirituelles et aux approches de coach de vie pour leur fournir tous les outils et les informations qui leur permettront de changer. Bien souvent, ils affirment que tout ce que je leur dis, ils le savent *déjà*. Je verbalise simplement ce qu'ils savent intérieurement sans pouvoir l'exprimer. En rédigeant cet ouvrage, je risque donc de me mettre au chômage parce que je m'apprête à vous démontrer ce que *Vous savez déjà !*

Ça me fait mal de penser qu'il y a tant de gens, en ce monde, qui avancent dans la vie dans la plus grande solitude et qui se sentent déconnectés et non entendus, qui n'ont pas confiance en eux ou qui ne croient pas en eux. Connaissant à fond le monde de l'intuition, je sais que les choses pourraient être autrement.

La révolution que je m'apprête à vous présenter commence à l'instant même où votre intuition devient plus forte que votre peur, issue de l'ego. Lorsque vos décisions ne sont plus fondées sur l'ego, votre entourage n'a plus d'emprise sur vous. On ne peut plus vous contrôler et vous n'êtes plus paralysé par la peur.

Pardonnez-moi si je généralise en présumant que vous ne menez pas une vie fondée sur l'intuition. Soyons clair. Je ne parle pas d'une forme d'intuition que l'on aurait expérimentée ou enseignée à ce jour. Il s'agit d'une nouvelle compréhension du savoir intuitif, un savoir qui ne repose pas sur l'ego – l'ego étant cette petite voix que vous entendez dans votre tête et qui pense tout « savoir » mieux que personne. Non, je parle d'un savoir au-delà des mots, qui vient du plus profond de votre être et qui se fait entendre lorsque vous parvenez à faire taire l'ego, ne serait-ce qu'une petite minute, le temps de laisser émerger la voix douce et authentique de votre intuition.

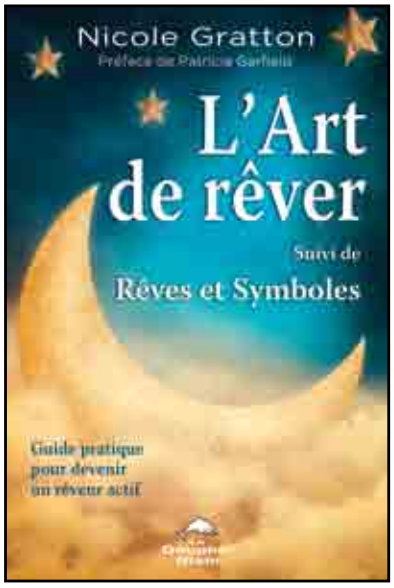
Vous trouverez dans cet ouvrage une foule d'idées inspirantes. Certaines ne vous seront pas étrangères puisqu'elles nous sont transmises de génération en génération. Cette forme d'intuition évolutionniste est révolutionnaire : elle prend son inspiration dans la psychologie, la spiritualité et le développement personnel. En parcourant ces pages, vous aurez peut-être une impression de « je-le-savais-déjà », d'un savoir profondément enfoui mais que vous n'avez jamais su, peut-être, verbaliser.

Je n'insisterai jamais assez sur ce point : **vivre intuitivement, c'est vivre en toute liberté**. Lorsque vous savez utiliser votre intuition et lui faire confiance, vous avez l'outil nécessaire pour maîtriser l'ego, dépasser vos peurs et apprendre à filer le parfait bonheur.

Vous trouverez dans cet ouvrage une pleine boîte à outils qui vous permettront d'acquérir les compétences voulues pour survivre pendant cette période de transformation planétaire. Notre évolution n'a rien de passif ; nous vivons une révolution active ayant pour but d'instaurer la paix sur terre. ■

« Un livre étonnant qui nous montre de quelle manière la pensée intuitive peut améliorer notre vie et changer le monde. Si vous croyez tout savoir au sujet de l'intuition, détrompez-vous et lisez ce livre ! »

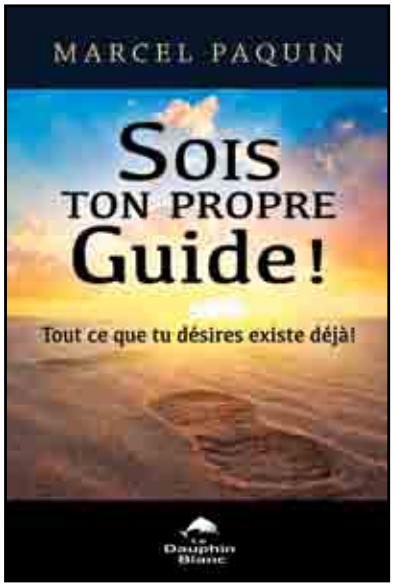
David R. Hamilton, Ph. D.



L'Art de rêver
Suivi de Rêves et Symboles

Guide pratique pour devenir un rêveur actif

NICOLE GRATTON



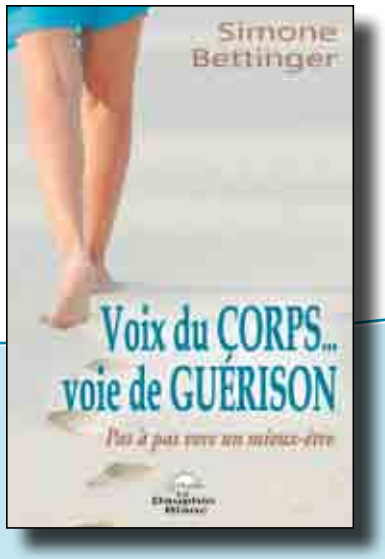
Sois ton propre Guide!

Tout ce que tu désires existe déjà !

MARCEL PAQUIN

Extrait de

Voix du CORPS... Voie de GUÉRISON



Pour « se mettre » en projet de guérison, il faut **vouloir guérir** et **entreprendre la démarche** menant vers sa guérison. Vouloir guérir, c'est être persuadé que l'on a tous les outils pour y parvenir, toutes les chances d'y arriver. C'est placer sa pensée en mode guérison, se voir déjà guéri. Entreprendre la démarche, c'est prendre les moyens pour y arriver. L'un de ces moyens consiste à identifier les causes de notre maladie, à remonter à la genèse, au pourquoi initial. Pour ce faire, il faut d'abord apprendre à mieux nous connaître, savoir d'où nous venons et quels bagages nous ont étés transmis, autrement dit, il faut déceler ce qui est inné chez nous. Parallèlement, il faut identifier notre façon de réagir aux événements que la vie nous apporte, observer notre comportement quant aux diverses situations que nous affrontons, aux personnes que nous côtoyons, aux apprentissages que nous en tirons, ce qui constitue nos **acquis**.

La clé de toute guérison est la **foi en notre guérison**, une foi inébranlable, une foi béton que ni les diagnostics foudroyants, ni les croyances populaires, ni les idées préconçues qui empoisonnent notre entourage n'arrivent à ébranler. C'est cette foi qui transporte les montagnes et pour laquelle aucune maladie n'est incurable. Il est vrai que certaines maladies sont porteuses de mort puisque, par définition, en tant qu'êtres vivants, nous sommes condamnés à mourir un jour ou l'autre. Mais pourquoi ne pas essayer de reporter le plus loin possible cette échéance inéluctable? Tenter notre chance en ce sens, c'est entreprendre la route en étant profondément convaincus que nous atteindrons le but.

Pour atteindre ce but, encore faut-il être prêts à **nous investir corps et âme** dans notre quête : corps, par les **actions concrètes** que nous allons entreprendre, âme, par les **pensées positives** qui nous alimenteront.

Il s'agit d'être déterminé **à aller jusqu'au bout**. Il faut persévérer malgré les craintes, les douleurs parfois plus vives, les déprimes passagères qu'engendrent ces fouilles émotives dans le passé. Il faut continuer malgré les ressentis inconfortables produits par de vieux souvenirs ressuscités, de vieilles blessures mises à nue. Il faut persister au-delà du doute, de la tristesse, des réactions physiques et psychiques qui peuvent découler de ce long travail d'excavation. À chacun des Pas que vous franchirez, ce livre vous fournira des précisions sur ces **réactions anticipées** afin d'en minimiser le plus possible les impacts négatifs. Pour grandir, ne vaut-il pas la peine de souffrir un peu? Souffrir de l'inconfort de l'inconnu, de l'appréhension d'une découverte déconcertante soit en ce qui nous concerne ou en ce qui concerne notre famille. Souffrir de devoir abandonner tout contrôle au profit du **lâcher-prise**.

Ce livre vous propose une route, vous indique des points de repère, vous suggère des pauses et vous soutient dans les passages plus difficiles. Cela dit, c'est vous qui restez le seul maître de votre itinéraire, qui décidez à quel rythme vous souhaitez avancer, jusqu'où vous voulez pousser vos limites. Vous pouvez avoir besoin d'arrêts plus fréquents, de pauses plus longues, d'informations plus détaillées, de quelques détours. Soyez à l'aise de vous permettre ces digressions. Après tout, n'est-ce pas vous, le voyageur? ■

Pour poursuivre la réflexion, les livres de Thibault Fortuner sont recommendés :

- *Au fil des os*
- *Votre poids vous raconte*

Extrait de

Comment parler aux Anges?

Les gens me posent souvent les mêmes questions par rapport aux Anges. Voici quelques réponses générales :

❖ **Avons-nous tous des Anges, des Guides ?**

Oui, chaque personne est entourée d'au moins un Ange, d'un Guide, d'un ou plusieurs Archanges ainsi que de Maîtres ascensionnés. Le prochain chapitre vous donnera plus d'explications sur eux.

❖ **Pourquoi sont-ils présents ?**

Ils sont tous là pour la même raison, soit vous aider à cheminer dans cette vie et à réaliser votre Raison d'Être.

Les Anges vous apportent tout ce qui est nécessaire pour cheminer et accomplir votre Raison d'Être. Les Guides vous orientent dans la bonne direction.

❖ **Comment peuvent-ils nous aider ?**

Ils peuvent vous aider en vous donnant des signes pour vous conduire dans la bonne direction, en vous encourageant à ne pas vous limiter, à croire en vos rêves et à veiller à leur réalisation.

❖ **Les dérangeons-nous ?**

Vous ne dérangez jamais les Anges, les Guides, les Archanges ou les Maîtres, mais si vous interpellez trop souvent vos êtres chers décédés, vous pouvez ralentir leur processus dans le royaume spirituel.

❖ **Si nous ne croyons pas en eux, sont-ils présents quand même ?**

Oui, ils sont tous là quand même. Ils attendent seulement que vous reconnaissiez leur présence pour vous aider. Les Anges ne peuvent pas intervenir dans votre vie sans votre permission. Dieu vous a donné le libre arbitre et les Anges ne peuvent aller à l'encontre de cela, à moins que vous ne le demandiez.

❖ **Pouvons-nous leur parler ? Si oui, de quelle façon pouvons-nous le faire ?**

Oui, vous pouvez leur parler comme vous parlez à un ami. Votre Ange peut être votre plus grand confident. N'hésitez pas à partager avec lui vos rêves les plus profonds. D'ailleurs, c'est en lui parlant que vous sentirez profondément ce que vous voulez, et c'est cette émotion qui attirera votre rêve le plus cher. Alors, allez-y, rêvez ! Décrivez en détail la vie à laquelle vous rêvez et sentez la joie, la plénitude et la reconnaissance de la réalisation imminente de vos souhaits les plus chers.

❖ **Peuvent-ils nous aider quant à l'amour, à l'abondance, à notre carrière, etc. ?**

Absolument ! Les Anges sont là principalement pour vous aider à accomplir votre Raison d'Être et à atteindre votre bonheur. Ils veulent avant tout que vous soyez heureux, que votre expérience terrestre soit tout ce que vous voulez qu'elle soit, et même davantage.

❖ **Comment pouvons-nous vraiment savoir qu'ils sont là ?**

Demandez-leur un signe et portez attention à ce qui vous arrive. Votre ego aura tendance à rationaliser les signes, mais, parfois, ils seront tellement inexplicables que vous n'aurez pas le choix d'y croire. ■

Les Billets Douceur

Les Bontés Divines en action!

Christine Michaud

Sonia Marois

En 2004, Christine Michaud formait un premier groupe de Bontés Divines constitué d'une dizaine de ses copines. Ces femmes se rencontraient une fois par mois pour échanger sur des sujets inspirants dans le but de nourrir leur vie intérieure. Du coup, elles développaient un élan naturel à faire le bien autour d'elles.

Au cours des dernières années, plusieurs personnes ont manifesté l'intérêt de participer à ce type de rencontre inspirante et le désir de mettre en pratique les théories qui permettent d'évoluer en conscience tout en créant un nouveau monde d'amour. De là est née l'idée de rencontres mensuelles des Bontés Divines ouvertes à tous, autant aux hommes qu'aux femmes. Christine invita la population de Québec à y participer. Rapidement, les Bontés Divines se sont multipliées dans plusieurs régions du Québec et même ailleurs dans le monde.

Inspiré de la philosophie de vie de « Mamie Yvette », la grand-maman maternelle de Christine, décédée à la fin de l'année 2012, le but de ces rencontres est à la fois simple et grandiose: *voir le beau, apprécier le bon et faire le bien.*

Chaque rencontre est d'une durée de deux heures et offre la possibilité de méditer en groupe, d'apaiser l'esprit et de faire taire le mental pour ainsi toucher à l'essentiel au cœur de soi. Les participants explorent une panoplie d'exercices et de pratiques spirituelles pour les aider à déployer leur potentiel et découvrir les merveilles qui les habitent et celles qui les entourent. Des enseignements, des témoignages, des idées créatives et efficaces sont partagés par des participants ou des invités pour créer une magnifique chaîne de bonté!

Lors de la première rencontre officielle des Bontés Divines, le « Projet Juliette » fut lancé. Inspiré de Hannah Brencher – la fondatrice du site www.moreloveletters.com qui a écrit et distribué des centaines de messages réconfortants à travers la ville de New York – et du film *Lettres à Juliette*, le projet suggère aux personnes de rédiger des mots gentils, encourageants ou porteurs d'espoir pour des inconnus. Par la suite, les personnes doivent les

Les bontés divines

disséminer un peu partout dans la ville. Depuis, des messages remplis d'amour ont été cachés dans des livres à la bibliothèque, dans les toilettes publiques, entre les planches d'un banc de parc et dans bien d'autres endroits selon l'imagination et la créativité de leurs auteurs.

Ce livret de *Billets Douceur* découle en quelque sorte du « Projet Juliette » puisqu'il permet de semer l'amour, la bonté, l'encouragement, l'espoir, un billet à la fois. Vous pouvez offrir ces billets douceur aux gens que vous aimez et qui font une différence positive dans votre vie ou encore à des inconnus si vous croyez que cela leur fera du bien. Vous êtes aussi invité à placer des billets dans des endroits publics afin d'offrir une pensée positive de façon tout à fait anonyme.

Soyez créatifs dans la façon de livrer vos billets. Cachez-les dans des poches de vêtements, dans une boîte à lunch ou dans les tiroirs. Déposez-les sur l'oreiller de votre amoureux(se), sur le bureau d'un collègue ou sur la table quand vous recevrez la famille pour un bon repas. Imaginez le plaisir qu'aura le destinataire de votre billet douceur lorsqu'il le découvrira ! Comme l'a dit Jacques Delille : « Le bonheur le plus doux est celui que l'on partage. »

Devenez, vous aussi, des ambassadeurs du bonheur. ■

www.bontesdivines.ca

> « La bonté fait du bien à celui qui donne et à celui qui reçoit. »
>
> William Shakespeare

Entrevue avec
Robert Brisebois

Le Parcours

I&M : À la lecture du texte, on a parfois l'impression que *Le Parcours* est sans âge. Comment vous est venue l'inspiration de ce livre?

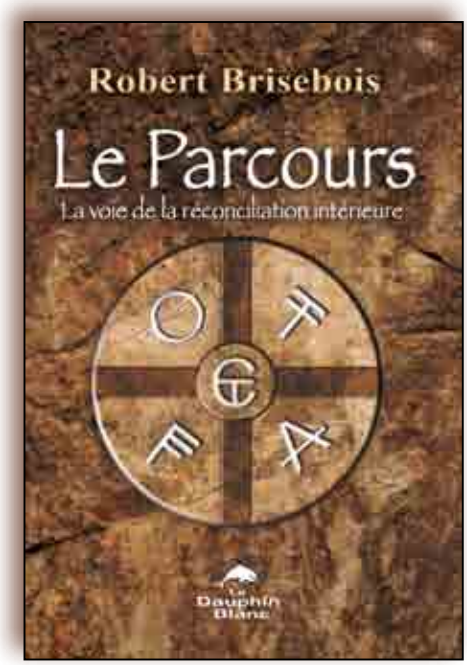
RB : J'ai senti le besoin d'écrire *Le Parcours* après l'annonce d'un diagnostic de cancer me condamnant à une mort prochaine. D'ailleurs, je ne verrai peut-être jamais le résultat concret de la publication de ce travail, qui m'a demandé des efforts physiques considérables, car le cancer siphonne continuellement mes forces vitales. Terrassé par cette notion de finitude de mon existence, je suis allé puiser au plus profond de moi pour chercher une connaissance qui nous serait commune, mais qui nous aurait échappé peu à peu au fil du temps. J'ai volontairement fait taire tous les éléments de censure intellectuelle qui germaient en moi durant l'écriture de ce livre pour laisser passer, à travers moi, une voix qui s'adresserait intimement à chacun des lecteurs. Ce n'était pas un exercice facile; mon côté rationnel tentait continuellement de prendre le dessus. Mais j'avais un testament à livrer et plus j'avançais dans l'écriture du *Parcours*, plus je réalisais que la connaissance que je transmettais aurait pu m'être dictée par une intelligence extérieure. Mais ce n'est qu'une illusion. Cette voix qui s'exprimait à travers mes mots n'était nulle autre que ma voix intérieure; celle que j'avais engendrée au fil de ma vie et de mes expériences. C'est la voix de ma relation avec les cinq quintiles, la voix des éléments et des sens qui ne demande qu'à être écoutée pour nous livrer son message de réconciliation avec la vie. En ce sens, *Le Parcours* est véritablement une œuvre sans âge et qui devrait traverser le temps, les langues et les continents.

I&M : Dès l'introduction, vous avertissez le lecteur que *Le Parcours* est un livre beaucoup plus à vivre qu'à lire. Avez-vous eu l'impression qu'il était aussi un texte plus à vivre qu'à écrire?

RB : Forcément. Chaque livre est un événement, la résultante d'un changement majeur chez son auteur. Durant l'écriture du *Parcours*, je devais aussi apprendre à vivre avec l'éventualité prochaine de ma mort, ce qui m'a obligé à instituer un dialogue très intime avec le lecteur. *Le Parcours* est un livre de partage, d'échange. L'événement capital qui a tout déclenché, c'est ma réaction face au diagnostic de cancer et de mort à court terme. Comme tout un chacun, je m'étais déjà demandé ce que je ferais en pareilles circonstances; on pense alors à toutes ces choses remises à plus tard, à nos rêves de jeunesse inaccomplis. Or, en faisant cette mise au point, je n'ai rien trouvé à changer dans ma vie ou à réaliser de façon très pressante. Ce que je vivais dans le moment présent me satisfaisait complètement. Ma carrière me convenait, mon couple allait bien, mes enfants, ma famille et mes amis me rendaient heureux et je ne vivais ni amertume ni déception qui nécessitaient une intervention drastique de ma part. C'était déconcertant, inattendu. Plutôt que de percevoir cette constatation comme du déni, je me suis demandé où je puisais cette sérénité dont j'étais le premier à être surpris. Qu'est-ce que j'avais bien pu expérimenter, faire ou vivre pour me sentir dans un état semblable? Je ne voyais pas ce que j'avais à changer ou à faire différemment suite à cette annonce, mais j'avais la certitude d'une chose : je voulais simplement continuer. Continuer à être celui que j'étais, continuer à aimer, à partager, à vivre. J'écris depuis toujours, et je ne voyais pas de médium plus fort pour partager mon vécu qu'à travers un livre qui serait à la fois un exercice d'intériorisation et d'extériorisation; un parcours initiatique à travers les 5 sens et les 5 éléments, regroupant non seulement une philosophie de vie acquise au cours de mes 50 dernières années, mais aussi des exercices concrets pour allier le corps et l'esprit dans la recherche d'une réconciliation intérieure. Un ouvrage comme *Le Parcours*, sans expérimentations physiques, demeure un exercice intellectuel superficiel qui ne comblera jamais les attentes de celui ou de celle qui me fait confiance pour vivre avec moi cette expérience à la fois physique et spirituelle.

I&M : Vous faites cheminer le lecteur à travers les quatre éléments que sont l'eau, la terre, le feu et l'air. Vous y ajoutez un 5e élément : le temps. Selon vous, en quoi le temps se compare-t-il à un élément connu, comme l'eau par exemple?

RB : Le temps a toujours fait partie des éléments. Sans lui, les 4 autres n'existeraient tout simplement pas. Le quintile du temps c'est celui qui unit les 4 autres, qui leur donne leur complexité et leur complémentarité.



Outre la notion de durée qui est relative à l'observateur, le temps c'est fondamentalement le rythme que nous nous imposons à chaque moment de la vie. À bien y regarder, c'est le quintile dont nous nous sommes le plus désalignés. Le quintile du temps c'est celui de l'ouïe, et la majorité d'entre nous ne sont plus du tout à l'écoute de leurs besoins fondamentaux. La fuite en avant est devenue monnaie courante et nous avons perdu complètement la notion du « ne rien faire ». Lorsqu'un moment d'arrêt survient, nous le meublons avec le bruit de la radio, la présence de la télévision ou de tout autre divertissement futile. Nous meublons nos silences, car nous avons peur de mourir si nous arrêtons notre course effrénée vers la performance à tout prix. Pourtant, nul ne peut performer sans arrêt. Nous ne sommes pas les machines qu'on voudrait que nous soyons. Le quintile du temps nous propose des solutions pour retrouver notre rythme naturel et pour nous réconcilier avec la paix intérieure qui ne demande qu'à rejaillir en nous. C'est pourquoi le quintile du temps arrive en dernier. Il faut avoir su s'aligner aux 4 autres quintiles avant de faire la paix avec notre rythme de vie. Prendre son temps prend du temps.

I&M : Quelles seront les transformations qui apparaîtront chez le lecteur après avoir réalisé le parcours que vous proposez?

RB : Tout dépend de la façon dont le lecteur s'impliquera dans la démarche du *Parcours*. Chaque quintile est une découverte et un apprentissage. Parfois même une révolution ou une révélation. Beaucoup commenceront par découvrir la force du verbe et leur capacité d'influence sur leur entourage à travers le quintile de l'eau et de la parole. Puis, la terre leur enseignera leur créativité refoulée. À travers le feu, ils remodèleront leur relation à la beauté et à l'amour. C'est généralement un quintile difficile à passer, car nous avons banalisé la laideur et l'indifférence. Comme le quintile de l'air est celui de la connaissance, celui ou celle qui vivra *Le Parcours* en y donnant le meilleur de lui-même découvrira une nouvelle façon d'apprendre grâce à sa connaissance des trois quintiles précédents. Puis, finalement, le quintile du temps regroupera tous les quintiles et la somme des acquis du lecteur pour le propulser vers une façon plus harmonieuse de voir sa vie en interaction avec son milieu et avec ceux et celles qu'il aime et qui l'entourent. Il faut une bonne dose de courage et de confiance en soi pour traverser *Le Parcours* avec intégrité et honnêteté. On a si souvent appris à se mentir pour éviter de souffrir.

I&M : On a parfois l'impression que *Le Parcours* est une sorte de testament spirituel, un legs aux générations suivantes. Le percevez-vous ainsi?

RB : C'est exactement cela. C'est ma façon de ne pas partir inutilement, de laisser quelque chose derrière moi à ceux que j'ai aimés, mais aussi à ceux qui ont envie d'aimer et de vivre pleinement leur vie en accord avec les choix qu'ils auront faits à la lumière des cinq quintiles du *Parcours*. Écrire ce livre a été à la fois un exercice d'humilité et de grande confiance dans les multiples apprentissages que ma vie m'a légués. Comme j'ai toujours eu une santé fragile, la souffrance et la maladie m'ont appris beaucoup de choses sur moi et sur autrui. Comme vous, j'ai aimé, j'ai cru puis j'ai été trahi. J'ai aussi été déçu par mes choix d'amitié ou blessé par ceux en qui j'avais mis ma confiance. Mais malgré cela et sans doute à cause de ces épreuves, *Le Parcours* a germé en moi vers la fin de ma vie pour m'indiquer la voie de la réconciliation intérieure et me donner les outils nécessaires pour demeurer un être qui a choisi l'amour en concordance avec son rythme intérieur.

Le grand défi qu'il me reste à affronter, c'est de ne pas devenir le guide spirituel ou le mentor que je ne suis pas. Trop d'entre nous cherchent un maître à penser. Je ne serai pas celui-là. Je m'efforcerai de demeurer le témoin que j'ai été lors de l'écriture du *Parcours*, celui qui ne donne pas de leçon de morale, mais qui propose humblement une méthode pour mieux vivre à ceux et à celles qui s'engageront à habiter pleinement et de façon autonome cette merveilleuse expérience d'intériorité, de questionnement et d'extériorité qu'est *Le Parcours*.

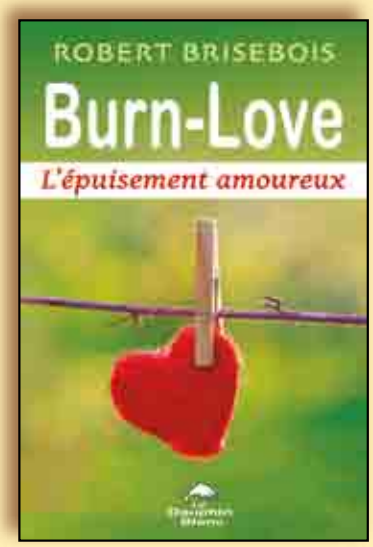
J'espère vous rencontrer en conférence sur le sujet dans vos milieux respectifs, car ces partages me donnent une énergie dont j'ai besoin de façon vitale.

Bon *parcours* et bon partage de votre *parcours*.

Robert Brisebois

www.robertbrisebois.com ■

Du même auteur



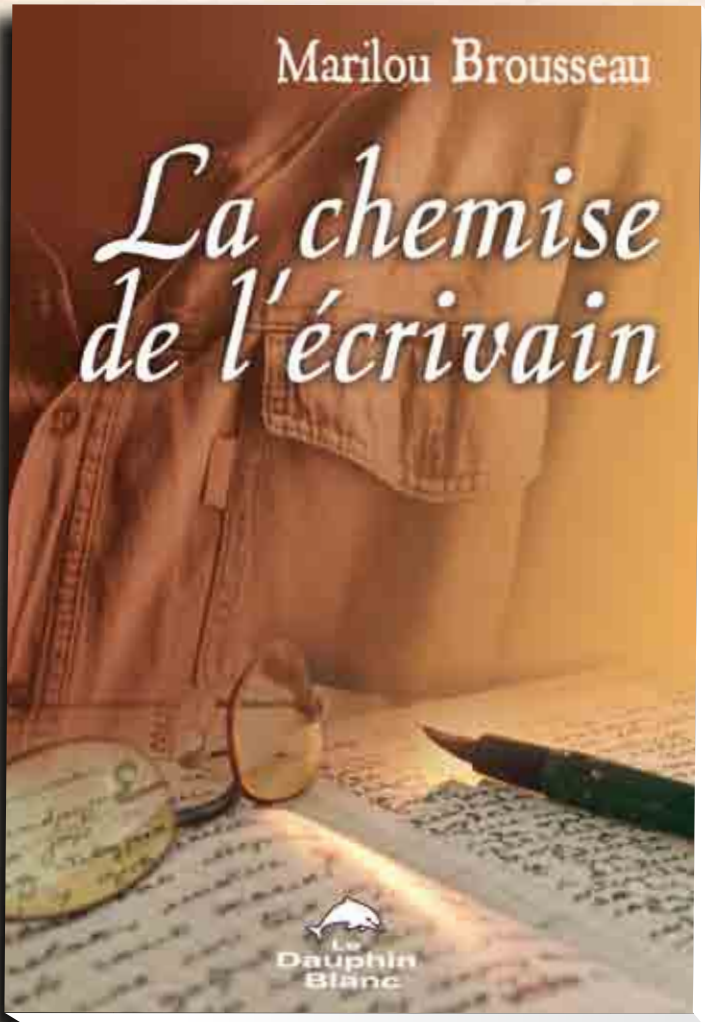
Coup de ♥ de l'éditeur

par Alain Williamson

La chemise de l'écrivain

de Marilou Brousseau

Dans la vie d'un éditeur, il y a de purs moments de magie et de bonheur que fait naître en nous la lecture de certains manuscrits. *La chemise de l'écrivain* de Marilou Brousseau est l'un de ces textes qui vous émeut et vous élève à la fois.



D'abord, l'histoire véritable à la source de ce livre est tout à fait renversante et adorable. Tout comme moi, Marilou nourrit une admiration sans borne pour Richard Bach, l'un des auteurs les plus lus à travers le monde. Et tout comme moi, Marilou fut chavirée et inspirée par la lecture des ouvrages de Bach, notamment *Jonathan Livingston le Goéland* et *Illusions*. Comme moi encore, Marilou fut influencée dans son écriture par le talent et la pensée de Bach et rêvait de rencontrer un jour cet auteur mystérieux et énigmatique. Mais contrairement à moi, Marilou a vu le destin – ou la force de son désir – jouer en sa faveur. Par un concours de circonstances, elle obtint le courriel personnel de Richard Bach et lui écrivit, avec l'espoir de le rencontrer. Fidèle à sa réputation d'ermite, Bach rejeta d'abord la demande, mais Marilou trouva les mots pour rejoindre l'âme de l'auteur. Ce dernier, contre toute attente, l'invita sur son île privée. Ils passèrent plusieurs jours à discuter, à échanger, à se connaître d'âme à âme. Marilou put confier à son

« Lorsque que j'ai vu Richard Bach pour la première fois, debout devant moi, le sourire aux lèvres, deux yeux bleus électriques me regardant avec douceur, j'ai compris que l'expérience sortirait de l'ordinaire. »

hôte que la lecture d'un de ses premiers livres lui sauva littéralement la vie lorsqu'elle était adolescente. À la fin du séjour, Bach lui offrit un cadeau inestimable, un souvenir unique.

Soucieuse de respecter Richard Bach, Marilou ne raconta cette merveilleuse histoire qu'à des personnes proches d'elle. J'eus le privilège d'être l'une de ces personnes. Son récit me donna des frissons tellement j'en fus ému et émerveillé. Même en lui répétant que ce serait une belle histoire à écrire, elle refusa toujours de le faire jusqu'au jour où elle accepta, les larmes aux yeux. Mais la condition était qu'elle dissimulerait la véritable histoire sous les traits d'une fiction. Ainsi est née cette fiction autobiographique, si je puis dire.

Avec une plume fluide et alerte et un sujet hors du commun, Marilou signe, à mon sens, son meilleur ouvrage. Si les noms ont été changés, les dialogues adaptés et l'aventure quelque peu modifiée, il n'en reste pas moins que le lecteur retrouve l'essence de cette rencontre magique et des échanges entre deux grands auteurs. Non seulement veut-on aller plus loin dans l'histoire

« Sa façon de s'adresser à moi, avec une voix musicale, de ponctuer ses paroles de gestes doux, et de sourire avec tendresse, le rendait un compagnon des plus agréables avec qui parcourir les routes, avec qui échanger, avec qui appréhender la vie autrement... »

Photos : courtoisie de Marilou Brousseau

habilement contée par Marilou, mais on imagine facilement les scènes telles qu'elles ont été réellement vécues.

Véritable mine d'or d'enseignements et de réflexions sur la vie, *La chemise de l'écrivain* nous entraîne dans un univers transcendant où les mots, habilement choisis et agencés, ouvrent la fenêtre de notre conscience encore balbutiante. Décidément, on ne peut lire ce livre et continuer à être la même personne par la suite. Il allume des étincelles ici et là, au gré des pages, dans l'esprit des gens.

« Tout commence là où nous arrêtons notre choix, où s'établit notre croyance. Pour guérir, je pense personnellement qu'il importe de voir autrement. Dans le monde physique, nous avons tendance à nous arrêter qu'à l'évidence, qu'à ce qui capte nos yeux. Nous restons rivés à nos fausses certitudes, nous écoutons les voix de l'ombre, nous craignons l'amour, nous ne voyons pas les événements tels qu'ils sont. Nous conservons une vision étroite des choses... Nous pouvons vivre une vie entière ainsi. Peut-être, par contre, passons-nous à côté d'un tout autre versant de compréhension... "Voir autrement" joue un rôle déterminant dans notre vie et dans les choix que nous effectuons chaque instant. Nous nous éloignons alors de nos idées préconçues et nous nous ouvrons à une vision plus grande de nous-mêmes et de la vie. De plus, nous pavons la route à des "visions" qui, elles, ne sont pas limitées par l'espace, le temps, la distance, la simple vue... »

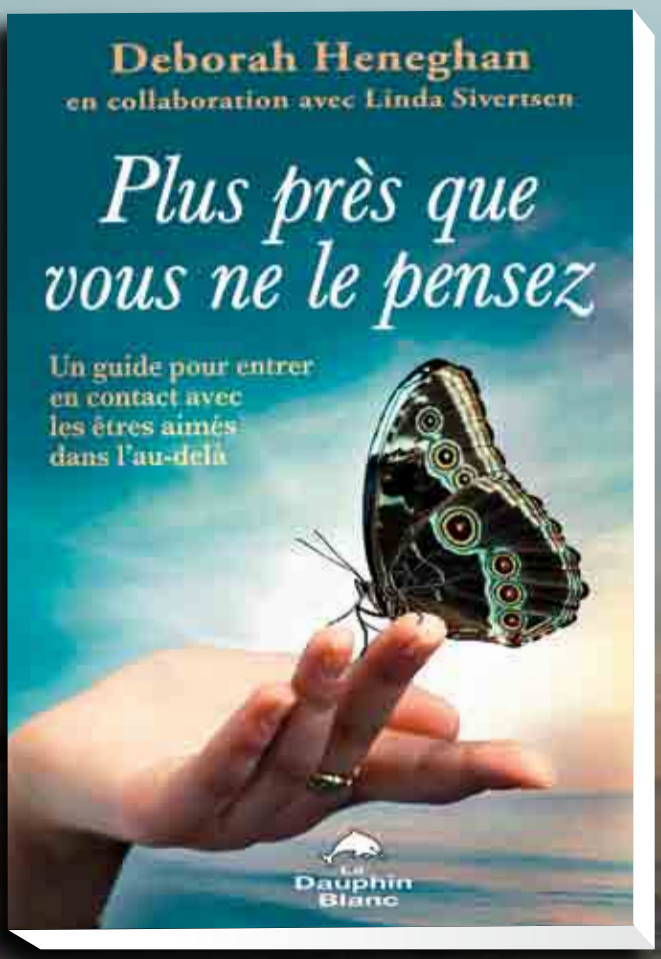
J'ai lu le manuscrit alors qu'il se concrétisait sous la plume de Marilou, j'ai lu l'épreuve de mise en pages et je vais relire le livre de nouveau… sans doute plusieurs fois, je le sais, je le sens, comme cela m'est arrivé pour le livre de Richard Bach, *Illusions*. Parce qu'il fait partie de ces bouquins qui changent une vie. ■

Extrait de

Plus près que vous ne le pensez

Êtes-vous attentif ? Avez-vous vu ceci ? Pouvez-vous sentir cela ? Votre cher disparu veut peut-être entrer en contact avec vous, vous ouvrir les yeux ou vous inciter à aller vers quelque chose que vous désirez ou dont vous avez besoin. Et les résultats sont susceptibles de modifier votre trajectoire pour le mieux.

Bien que les grands signes soient difficiles à rater – surtout quand l'être aimé fait une entrée spectaculaire et apparaît, semblant sortir de nulle part, comme Kathy l'a fait avec moi –, les signes subtils du quotidien sont souvent interprétés comme de simples hasards. Vous ne ferez plus cette erreur après avoir lu ce chapitre. Non. Vous saurez vous montrer attentif et rester alerte, de façon à ne rater aucun message désormais. Vous serez réconforté de constater à quel point ces signes plus simples, plus quotidiens et plus discrets sont nombreux et fiables, et à quel point ils représentent de somptueux cadeaux.



Vous pourrez sentir un contact familier en écrivant, en vous promenant à pied le matin ou en jouant de la musique. Vous pourrez entendre une voix chuchotante sortie de nulle part. Vous pourrez simplement éprouver un sentiment de certitude.

Attendez. Observez. Écoutez. Émerveillez-vous devant la beauté qui se déploie.

Julie préparait le dîner et, comme l'eau de cuisson des pommes de terre arrivait à ébullition, elle a brusquement senti qu'il était temps de s'en occuper. Elle a éteint le feu exactement au bon moment, juste avant que le couvercle ne saute, s'évitant ainsi un dégât à nettoyer. Mary était persuadée qu'on l'encourageait à déménager en Arizona, car elle entendait des murmures qui l'orientaient en ce sens. Quelques mois après son arrivée dans cet État, elle a décroché un nouvel emploi fantastique, elle avait noué des amitiés signifiantes et ressentait qu'elle était enfin à sa place. Ces deux femmes avaient récemment perdu un membre de leur famille respective et avaient, depuis, plus d'intuitions viscérales et faisaient

Les 5 plus grands regrets au moment de la mort

Des leçons de vie inspirées des mourants

BRONNIE WARE

À la mémoire de...

Une histoire sacrée à partager
Cahier de relecture de vie

DIANE BOUCHER

l'expérience d'un plus grand nombre de coïncidences remarquables que d'habitude. Hasard ? Hum !

Un parfum familier pourra soudain flotter dans l'air. Une vision fugitive ou un éclair d'intuition pourra vous traverser et vous laisser une sensation persistante ou vous révéler une manière de procéder. Alors que vous vous sentez seul et vulnérable, un ballon en forme de coeur pourra passer en flottant et l'être que vous aimez semblera vous offrir son soutien. (Une de mes clientes a réellement vécu cela : un ballon portant les mots « Joyeux anniversaire » a survolé sa maison située à 60 kilomètres de l'agglomération la plus proche, le jour de son anniversaire, tout de suite après la mort de sa mère !) Vous pourrez ressentir un effet d'électricité statique, les poils se dressant sur vos avant-bras, apparemment pour indiquer que quelqu'un est près de vous ou vous envoie un message. Les papillons, les oiseaux, les plumes ou les fleurs flottant dans les airs, les coups de fil, les carillons de porte, etc. et un millier d'autres signes qui tombent à point nommé pourront voleter, voler, flotter, sonner ou résonner exactement au moment où vous avez besoin d'un conseil. Soyez ouvert au phénomène.

Ralentissez. Marchez plus doucement. Tendez plus l'oreille.

Vous avez peut-être déjà remarqué que le nombre de ces messages célestes a augmenté dans votre vie depuis que la personne que vous aimez a disparu. Il vous arrive peut-être d'être au volant de votre voiture, à réfléchir à une décision que vous devez prendre ou à une question que vous avez, et la réponse vous est donnée à travers un message à la radio, un signe ou un sentiment de certitude. Ces réponses qui viennent au moment opportun m'aident à aller de l'avant exactement quand j'en ai besoin.

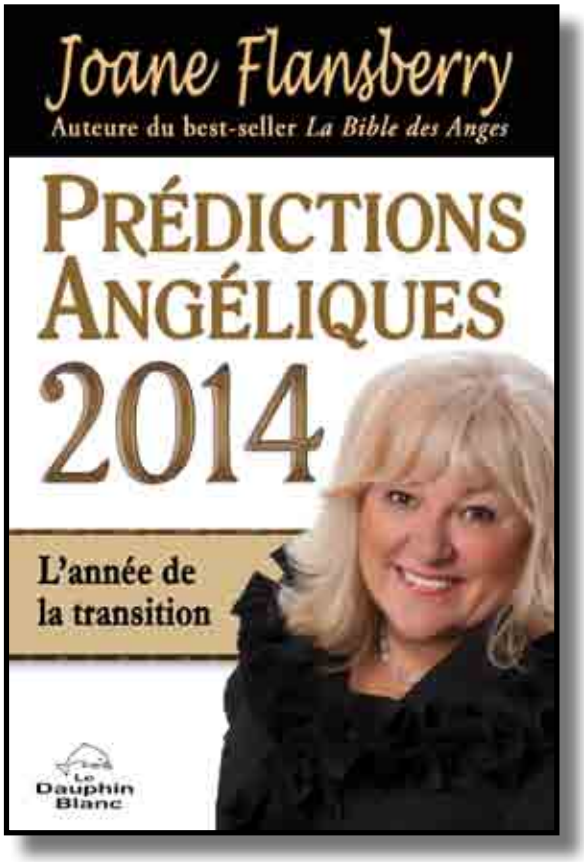
Les signes discrets et courants sont pour moi les plus évidents. Ce sont ceux que je sais reconnaître. J'aime leur donner le nom de « signes angéliques très importants » ou « SATI ». Ils renforcent ma confiance et me rassurent. Il est toutefois facile de vaquer à ses occupations quotidiennes sans reconnaître ces signes charmants, parfois aussi petits qu'une fleur ou innocents qu'un colibri. (D'autres sont aussi évidents qu'un éclair, comme pour attirer mon attention.) Bien entendu, vous n'avez pas besoin de signes pour prendre vos décisions, mais n'est-il pas rafraîchissant de savoir que vous disposez de ce soutien spirituel ?

Comme vous l'avez probablement deviné, le chiffre favori de ma soeur Kathy, le 310, est l'un de mes SATI. Il constitue un code entre nous. Sa chanson préférée, *Don't Stop Believin'*, du groupe Journey, est un autre signe que je reçois souvent. Quand le groupe me sérénade par la voie des ondes, comme par magie, je sais que Kathy me fait savoir qu'elle est là.

Vous avez probablement vos propres SATI qui se produisent tout autour de vous. Soyez attentif quand il se produit quelque chose qui sort de l'ordinaire et que vous avez tendance à attribuer au hasard. ■

PRÉDICTIONS ANGÉLIQUES

2014 L'année de la transition



Avec la venue de l'année 2014, l'ère de la transition s'ouvre à l'humanité. Elle aura un impact primordial sur la conscience des gens. Notre raisonnement sera différent ainsi que notre façon d'agir et de voir la vie. Nos idées évoluent. La société se métamorphose, et ce, pour le bien de l'humanité. Cette nouvelle période engendra de belles découvertes à travers le monde. Des artefacts seront trouvés et nous permettront de connaître nos origines. Des remèdes seront instaurés pour soigner de grandes maladies. Des chercheurs seront honorés pour leurs découvertes importantes, d'autres pour leur dévouement dans le but d'améliorer l'atmosphère de la planète. Il y aura également des ententes gouvernementales qui permettront de cesser des guerres. Bref, l'année 2014 aura un impact favorable sur l'ensemble de la population.

Toutefois, il y aura des moments pénibles qui viendront perturber la vie quotidienne des gens. Cette année, les quatre éléments (le feu, l'air, l'eau et la terre) se déchaîneront à plusieurs endroits. De grands édifices s'écrouleront. Des volcans s'éveilleront. Les mers se déchaineront. Les gens seront obligés d'affronter ces situations et de les surmonter.

Il est évident que ces situations pénibles conscientiseront les gens à améliorer notre demeure commune, la planète Terre, cet univers fragile qu'ils négligent depuis belle lurette. Leur compréhension face à son univers changera. Ils nous serons sensibilisés à le restaurer et à l'améliorer en le

nourrissant d'amour, de compréhension et de bienfaits. Cette nouvelle perception engendra des groupes pacifistes qui chercheront à nettoyer l'environnement. Leur attitude surmontera et vaincra les fléaux, et tous s'uniront pour leur apporter un appui.

En 2014, l'être humain prendra davantage conscience que la meilleure façon de changer le monde, c'est avant tout de commencer par soi et d'améliorer tous les aspects de la vie qui dérangent la quiétude, l'équilibre et la joie de vivre.

Au lieu de faire la guerre, plusieurs chercheront à rétablir la paix. D'autres, aboliront des lois tyranniques. Il y aura des rapprochements entre les peuples. Des ententes se signeront et seront respectées. Plusieurs chercheront l'harmonie au lieu du désaccord.

Avec tout ce qui s'est produit lors des dernières années, il est inévitable de voir l'être humain passer à l'étape suivante : celle d'une meilleure vie. Cela fait trop longtemps qu'il se nourrit d'espoir. L'espoir de voir briller à l'horizon de meilleures conditions de vie, de voir les gens heureux et de voir les guerres cesser pour que tous puissent vivre dans la paix et l'harmonie sur une terre saine et productive.

C'est pourquoi les Archanges, les Anges et les guides spirituels seront très présents au cours de 2014. Leur mission est d'aider l'humanité à changer leur perception de la vie. Ils rempliront le cœur de chacun d'amour, de sérénité et du désir d'aider son prochain. Ce mélange d'émotions aura un effet bénéfique sur leur corps et leur âme, car il l'aidera à chasser l'Ombre. Toutefois, l'Ombre s'en ira seulement si l'être humain fournit les efforts nécessaires à son éradication.

Donc, en 2014, plusieurs se recueilleront dans la prière pour se ressourcer et demander de l'aide aux Êtres de Lumière. Cela aura un effet bénéfique sur leur âme. Au lieu de critiquer et de laisser les sentiments d'Ombre venir vous envahir, vous ferez place à la Lumière et vous améliorerez votre vie. Vous vous prendrez en main et vous serez déterminé à avancer vers un avenir plus équilibré et serein. Vous aurez moins tendance à recourir à la violence pour régler vos problèmes. Vous cesserez également de blâmer les autres pour ce qui vous arrive. Au lieu de vivre dans le désespoir, vous chercherez les meilleures issues pour vous libérer de vos problèmes afin que l'harmonie puisse réintégrer votre foyer. C'est la raison pour laquelle vous serez impatient de régler toutes les situations du passé qui vous empêchent d'être heureux.

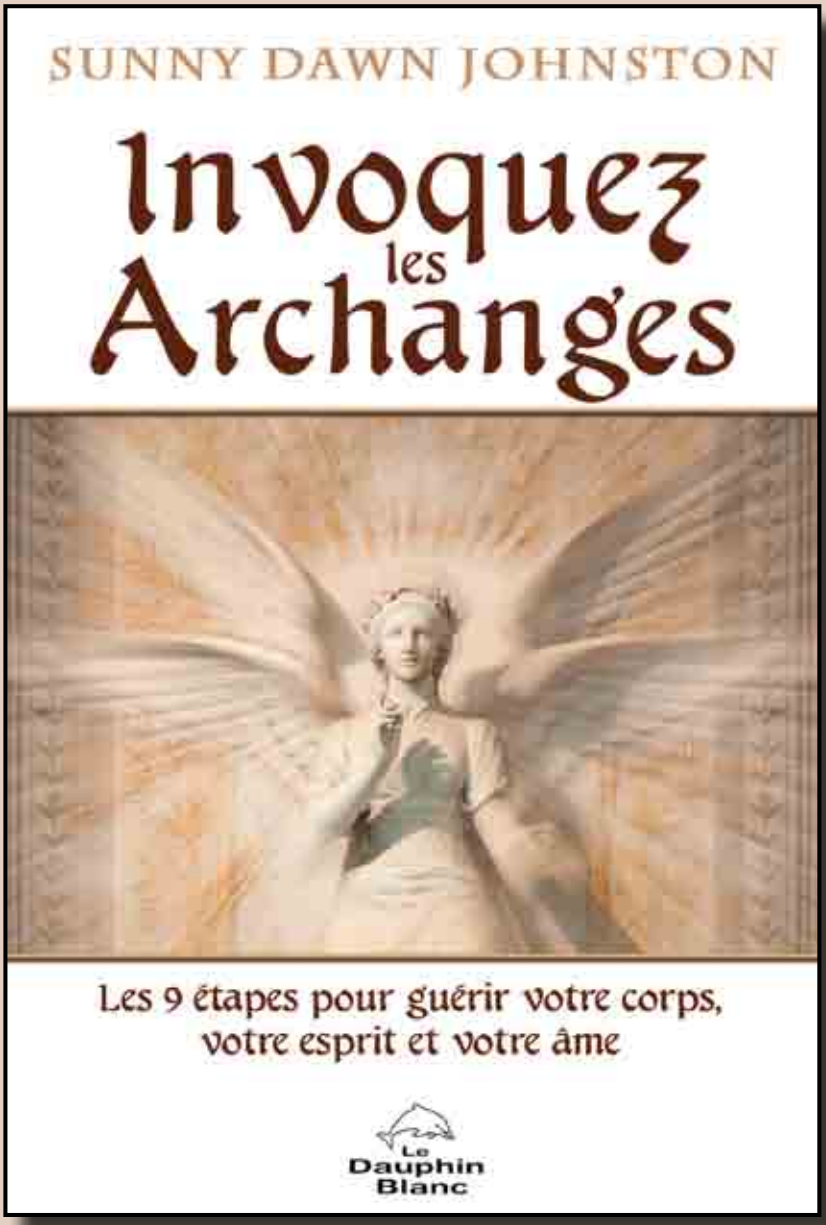
De plus, vous réaliserez l'importance de vivre le moment présent. Vous prendrez davantage conscience que la réussite de votre avenir ne dépend que de vous et de vos actions pour le bâtir selon vos désirs. Donc, au lieu de rester prisonnier d'un problème, vous chercherez la solution. Au lieu de vivre dans la haine, vous pardonnerez. Au lieu de combattre l'Ombre, vous y tournerez le dos. Au lieu de vivre dans l'inertie, vous vivrez dans l'action. Au lieu de tout détruire, vous créerez et bâtirez. Tel sera l'impact et l'effet de la prière en vous !

Découvrez ce que les Anges vous réservent pour l'année 2014 avec le tout nouveau livre de Joane Flansberry : *Prédictions Angéliques 2014* ■

Illustrations
Marie-Chantal Martineau

Extrait de

Invoquez les Archanges



« Les anges transcendent toutes les religions, les philosophies et les credos. Les anges n'ont pas de religion dans le sens où on l'entend, leur existence précède tous les systèmes religieux depuis la création du monde. »

– Saint Thomas d'Aquin

La mission de la dimension angélique consiste à prendre soin de l'humanité, à la guider et à la protéger. Les ethnies, les cultures et les religions ont peut-être diverses doctrines conflictuelles, mais elles ont toutes un point en commun : elles croient aux anges. En fait, 85% des religions mentionnent les anges sous une forme ou une autre.

Les êtres angéliques forment des équipes pour nous aider à établir un lien entre le monde matériel et le monde spirituel. Les anges nous offrent un amour inconditionnel, qui représente l'essence de tout ce qui est. Ouvrez-vous à la possibilité que les anges existent et invitez-les à vous aider dans les domaines de l'amour-propre, du bien-être, de l'abondance, de l'amour, de la prospérité, de la paix et de la joie. En demandant, vous les autorisez à travailler

pour vous. Les anges honorent le libre arbitre en tout temps et n'agissent que s'ils sont invités à le faire : souvenez-vous donc de demander.

Un processus en quatre étapes

Voici un processus élémentaire en quatre étapes qui vous aidera à entrer en contact avec les archanges :

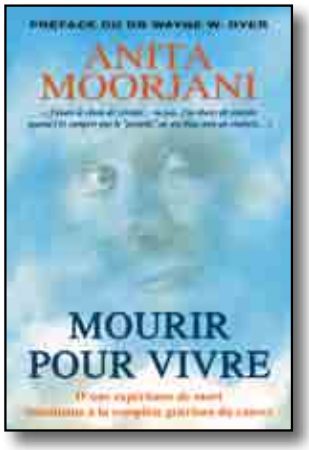
1. Demandez. Commencez par demander de l'aide : pour que les anges vous aident dans n'importe quel domaine de votre vie, vous devez d'abord leur « demander » de l'aide. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon de s'y prendre. Une simple intention donne d'aussi bons résultats qu'une expression verbale ou une conversation télépathique. Le simple fait de dire « aidez-moi, les anges » suffit. Demander comme vous le jugez convenable garantira que les anges répondront à votre appel et se tiendront à vos côtés. L'étape importante consiste à reconnaître que vous avez besoin de soutien, de conseils, de directives, d'encouragement, et cetera, et à être disposé à en demander.

2. Lâchez prise. Renoncez au besoin de dominer la situation et préparez-vous à recevoir : lâcher prise est aussi simple que vous *ôter de votre chemin*. Quand vous renoncez au besoin de contrôler les situations, les gens et les émotions et que vous laissez simplement le courant et les lois de l'Univers travailler en votre faveur, vous ouvrez la porte pour que tout le bien afflue dans votre vie. Lâcher prise libère une énergie dont vous disposez alors pour faire ce qui vous rend heureux et recevoir l'abondance qui vous appartient. Vos anges voient toujours votre vie du point de vue de cet abandon. Ils nourrissent *pour vous* et *en vous* cette perspective, jusqu'à ce que vous soyez capable de la ressentir spontanément. Plus vite vous apprendrez à renoncer à résister et commencerez à affirmer ce que vous désirez, plus vite vous vous alignerez sur ce que vous demandez. Une fois que la demande et l'autorisation sont alignées, vous êtes en état de croire.

3. Croyez. Ayez confiance que les anges vous guideront en fonction de l'échéancier parfait de Dieu : la confiance est parfois l'une des attitudes les plus exigeantes à adopter, surtout quand vous n'avez aucune preuve que vous recevrez ce que vous désirez. Règle générale, la foi exige que vous soyez vulnérable quant à autrui et, dans ce cas, quant aux anges. Il y a longtemps, j'ai pris une décision en commençant à travailler avec la dimension angélique et c'était de renoncer aux *soupçons*. J'ai fait le choix conscient d'être optimiste plutôt que pessimiste et il s'est révélé déterminant dans mes relations de travail avec mes archanges. Par conséquent, vous avez le choix d'avoir confiance que vous êtes guidé selon l'échéancier parfait de Dieu. Si vous portez un désir dans votre cœur, croyez que les anges vous guideront parfaitement pour votre plus grand bien.

4. Recevez. Écoutez vos conseils intuitifs et remerciez : vous avez demandé, autorisé et cru. La dernière étape consiste à recevoir. Vos archanges et vos guides vous enverront de nombreux messages. Il pourra s'agir d'une chanson à la radio, d'une lumière qui vacille, d'une affiche sur un autobus, de lettres sur une plaque d'immatriculation. Les messages se présentent de bien des manières et sous bien des formes et je vous demande d'avoir l'ouverture de les recevoir par des voies qui pourront vous sembler nouvelles ou différentes. À mesure que viendront les messages et les signes, vous constaterez qu'ils confirment que vous êtes sur la bonne voie. Et souvenez-vous de remercier pour l'abondance, la joie, le bonheur et l'amour présents en ce moment dans votre vie. Ne renoncez pas cinq minutes avant le miracle. Restez ouvert à recevoir tout ce qui vous appartient. ■

À découvrir



Entrevue avec

Marie-Claude Nadeau

Votre Signe Astrologique

Marie-Claude Nadeau est astrologue professionnelle depuis plus de trente ans. Diplômée de maître Werner Hirsig, astrologue réputé dans les années 1970-1980, elle coanime, depuis 2002, une émission de télévision hebdomadaire, *Astromag*, à Télé Mag Québec, câble 10, diffusée à travers la province de Québec (Canada) et sur Internet à www.tele-mag.tv. Pendant l'été 1991, elle a participé à une émission d'astrologie avec Monsieur Yvon Delisle au poste de radio CFOM 102,9 de Québec. Elle partage ses connaissances par des conférences et des cours d'astrologie pour débutants, intermédiaires et professionnels. Son interprétation éclairée et avisée des thèmes astrologiques a permis d'aider des milliers de personnes au fil des ans.

I&M : D'entrée de jeu, après toutes ces années consacrées à l'étude et à l'enseignement de l'astrologie, on aurait le goût de vous demander si l'astrologie recèle encore des secrets pour vous ?

MCN : Absolument, il y a plusieurs volets astrologiques : il y a l'astrologie mondiale, l'astro-psychologie, l'astrologie médicale, la synastrie, l'astrologie karmique et l'astrologie prévisionnelle. Pour maîtriser ces disciplines, il faut plus d'une vie. Après 30 ans de pratique, je suis agréablement surprise d'en apprendre encore. Le fait de l'enseigner m'oblige à maîtriser ma matière et à me renouveler constamment. À mon humble avis, cette science demeure la plus complète et la plus fascinante de tous les temps.

I&M : Votre livre décrit le profil des 12 signes astrologiques. Quelle est l'importance de bien saisir les nuances de notre propre signe ?

MCN : Nous sommes nés à une date et en une saison précises. Il n'y a pas de hasard mais seulement des rendez-vous planétaires. Il est important de bien saisir les nuances de notre signe solaire, car c'est là la clé de notre réussite professionnelle, sociale et amoureuse. L'adage "connais-toi, toi-même" le justifie très bien. Nous ne sommes pas qu'un simple signe solaire, nous sommes aussi un ascendant régi par certaines planètes.

I&M : On vous voit à la télévision, au canal Télé Mag Québec, depuis plus de 10 ans, pour la coanimation d'une émission hebdomadaire. Comment expliquez-vous l'engouement et la fidélité du public pour l'astrologie ?

MCN : Cette émission se veut un message d'espoir hebdomadaire. Les auditeurs et auditrices aiment savoir le déroulement de leur semaine à l'avance. Le fait de les visiter à tous les samedis soir en première diffusion, crée un lien d'appartenance. Je compare souvent mon émission aux fluctuations de la météo. Tout comme la température, les astres varient en fonction des différents courants planétaires. Que l'on y croie ou pas, on s'y intéresse toujours de près ou de loin, comme la météo. Qui ne consulte pas, d'un œil amusé, mais attentif, l'horoscope du jour ? Qui dans une conversation courante, ne demande pas à son interlocuteur son signe astrologique ?

I&M : Vous abordez dans votre livre un thème peu discuté jusqu'ici : l'astrologie et l'alimentation. Pouvez-vous nous en parler ?

MCN : Hypocrate a déclaré un jour: « Que l'aliment soit ton meilleur remède. » N'avait-il pas raison ? Après plusieurs recherches astrologiques dans le domaine naturopathique, j'ai composé ce chapitre afin que le lecteur découvre ses forces et ses faiblesses pour conserver son capital santé. Loin de moi l'idée

d'être une experte dans ce domaine, mon intérêt personnel pour la santé m'a inspiré pour ce thème.

I&M : Comment les astres nous influencent-ils ?

MCN : Si l'on considère que la Lune influence les marées et les foules, pourquoi les autres planètes ne le feraient-elles pas ? Monsieur Werner Hirsig disait : « Les astres influent mais n'obligent pas. » Le libre arbitre est un don céleste. À nous de nous en servir en temps et lieu. Le thème natal est une photographie de notre incarnation terrestre. On y retrouve les grands défis de vie ainsi que les opportunités pour les réaliser. De grands cycles planétaires nous dirigent mondialement et individuellement depuis des siècles.

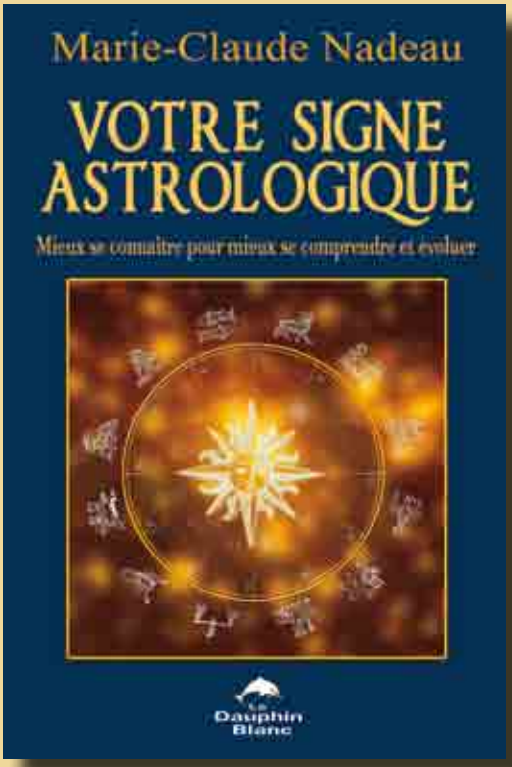
I&M : Dans l'ensemble, au niveau astrologique, que nous réserve 2014 ?

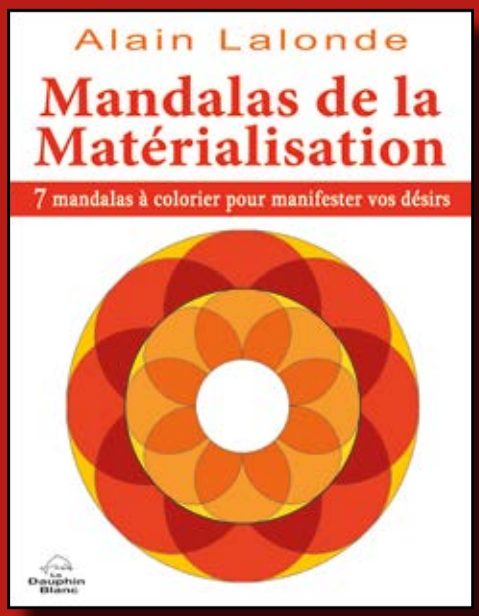
MCN : Pluton en Capricorne est synonyme de dépouillement, de déchirement et de régénération. Il est difficile à vivre mais combien salutaire. Durant son passage (Pluton), nous assistons à la fin du cycle capitaliste tel que nous l'avons toujours connu. Pluton, impose une prise de conscience pour l'humanité entre 2014 et 2018. Étant un signe cardinal, il est très puissant et intransigeant. Les six premiers mois de l'année pourraient bien être annonciateurs d'une crise économique majeure, différente de celle de 1929 mais aussi radicale et dévastatrice.

Jupiter en Cancer, Uranus en Bélier en carré à Pluton en Capricorne sont annonciateurs de l'épreuve par l'eau et le feu. Les tremblements de terre, les inondations, les tempêtes magnétiques du soleil seront au rendez-vous. L'activité boursière peut connaître sa pire saison en avril. Uranus en Bélier continue de favoriser l'armement. Saturne en Scorpion exigera de nous tous une certaine simplicité volontaire. Le monde de la politique vit des périodes chaotiques durant lesquelles les politiciens ont du mal à garder leur notoriété. La politique de droite reprend le dessus. Dans plusieurs pays, le régime communiste reprend sa place au détriment du régime capitaliste. Le printemps peut être marqué par un conflit majeur international où les accords risquent d'être rompus définitivement.

Avec Neptune en Poissons, planète des appuis providentiels et des courants spirituels, l'humanité est appelée à s'entraider, à partager ses ressources terrestres et à restreindre ses dépenses énergétiques. Sinon, elle en payera le prix lourdement dans les prochaines années (2015 à 2018).

Il y a une grande urgence spirituelle : l'ouverture des consciences se fera bon gré mal gré. Décennie durant laquelle un grand besoin d'entraide et d'échange sera au premier plan. Changements planétaires : urgence spirituelle. À nous de prendre notre destin en main, pour un monde meilleur. ■





Pour se matérialiser, la pensée doit passer par sept niveaux d'énergie, du plus subtil au plus dense. On a souvent mentionné à tort qu'il suffisait de répéter une demande plusieurs fois dans sa tête pour que celle-ci se réalise. Les sept niveaux de conscience sont bien connus en ésotérisme. Nous serions constitués de sept corps ayant chacun un lien avec les sept degrés de la conscience. Ces corps d'énergie vibrent selon une certaine fréquence qui correspond à l'une des sept couleurs de l'arc-en-ciel.

Pour matérialiser une prière, il faut absolument connaître le chemin que parcourt la pensée allant d'un niveau d'énergie à un autre, à concurrence de sept, du plus subtil au plus dense. De même, il faut prendre conscience du parcours de la pensée à travers les sept chakras.

Dans votre trousse, la couleur du mandala est associée à celle du chakra correspondant. Nous appellerons ce nouvel outil un « mandala-chakra ». Vous trouverez donc sept mandalas-chakras qui symbolisent les sept niveaux de conscience par lesquels la pensée doit passer pour se matérialiser. À chacun des mandalas-chakras, vous trouverez un « mode d'emploi » afin d'utiliser la trousse étape par étape jusqu'à la matérialisation de votre demande.

Attention

Ouvrage positif et optimiste !

Formellement interdit aux personnes allergiques au bien-être au travail!

Contient des solutions simples pouvant provoquer un arrêt immédiat de toutes plaintes de son travail, de ses collègues, de son patron, des clients, des usagers, des élèves, etc.

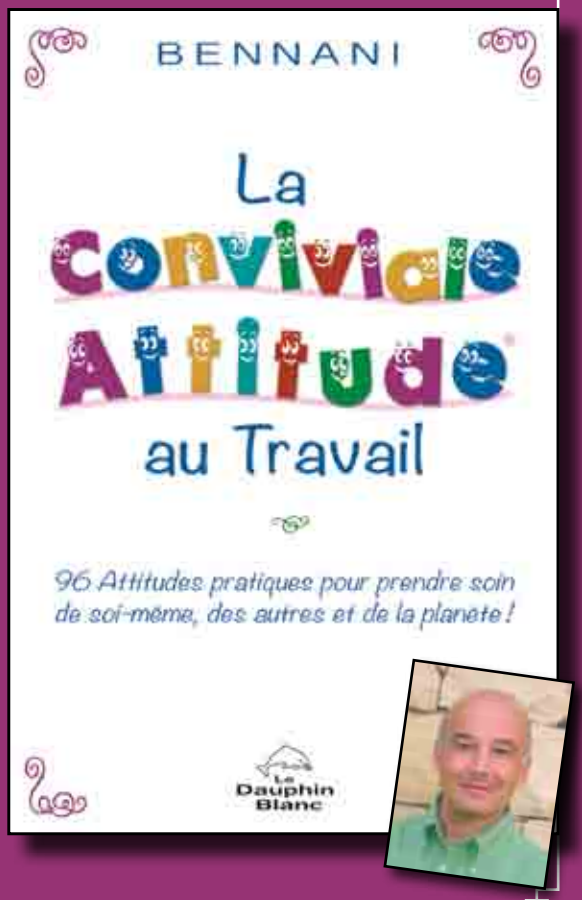
Risque important de se sentir heureux dans son travail juste en changeant son comportement !

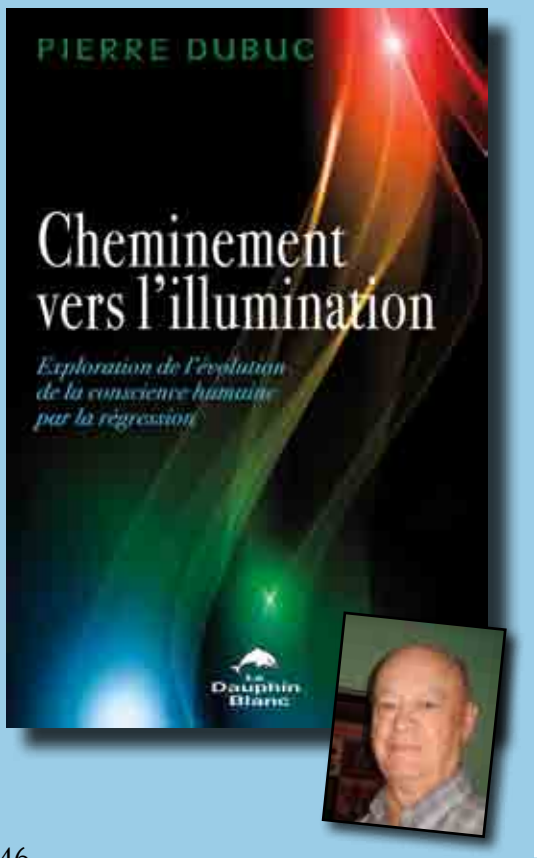
Hautement contagieux !

Danger imminent de réveil d'un groupe inquiétant d'humains responsables et solidaires travaillant à prendre soin d'eux-mêmes, des autres et de leur planète.

Contient des traces d'humour pouvant provoquer des sourires chroniques.

Aux dirigeants comme aux employés, au secteur privé comme au public, aux enseignants comme aux commerçants, aux artistes et aux artisans, c'est une conviviale invitation à transformer notre milieu de travail et notre vie… en modifiant notre propre attitude!





« Ce livre représente l'aboutissement de 35 ans d'expériences, de réflexions et de recherches dans le domaine de la thérapie en régression. Dans ce cheminement, j'ai dirigé plus de 15 000 régressions. Deux motivations principales m'y ont poussé. La première, liée à mon rôle de thérapeute, est d'aider mes concitoyens avec cette méthode afin de les libérer des émotions pénibles et douloureuses auxquelles ils sont attachés, souvent depuis des centaines d'incarnations, et qu'ils continuent de traîner avec eux sans s'en rendre compte.

La deuxième motivation est apparue graduellement au cours des douze dernières années durant lesquelles, avec un groupe de collaborateurs, je me suis mis à explorer de diverses façons ce monde un peu mystérieux des vies antérieures. Lors de l'exploration de différents thèmes avec eux, je me suis senti fortement attiré par un besoin de comprendre l'évolution de la conscience humaine. C'est ce besoin qui m'a conduit jusqu'ici.

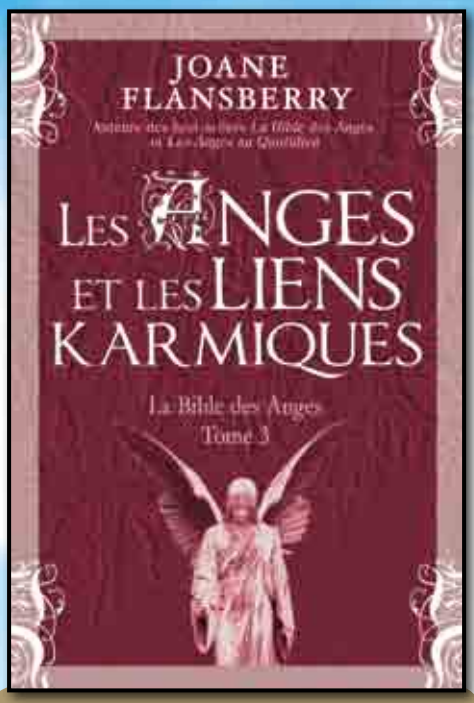
Les questions auxquelles nous cherchons des réponses sont les suivantes : Que sommes-nous, d'où venons-nous, comment cheminons-nous et où allons-nous ? En somme, des questions universelles bien normales que se pose probablement la majorité de l'humanité, et sur lesquelles se sont penchés aussi de nombreux grands philosophes. Cependant, dans ce livre, nous décidons d'aborder ces questions principalement par le médium de la régression.

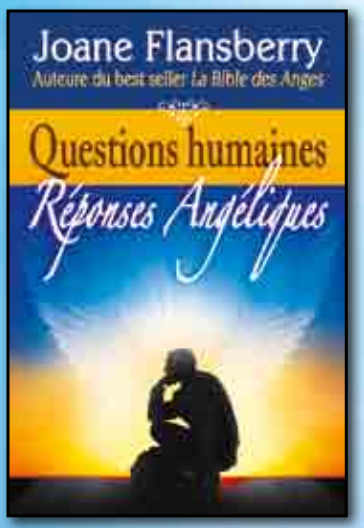
C'est dans un esprit d'explorateur que je m'embarque dans cette recherche.

Je ne prétends pas présenter la vérité au lecteur, mais simplement lui présenter ma compréhension de la vérité. »

Pierre Dubuc

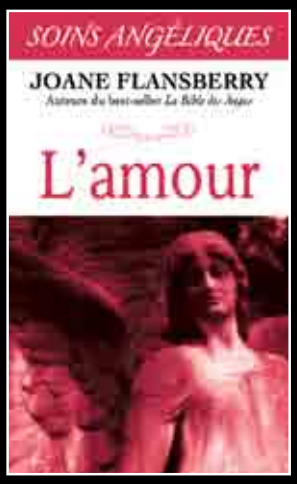
Joane Flansberry
La messagère des Anges

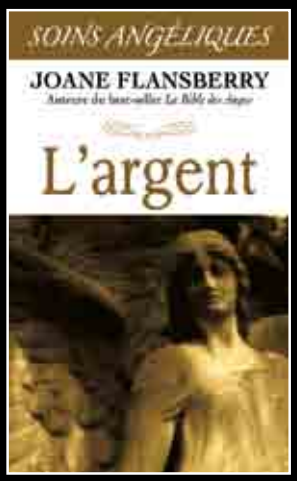




Nouveauté

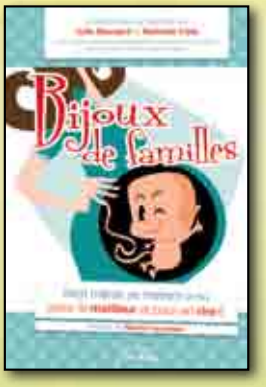
Collection *Soins Angéliques*

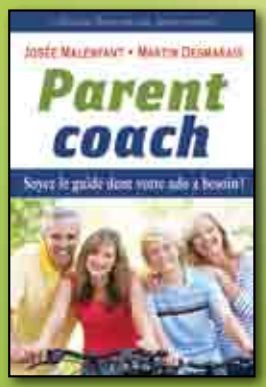


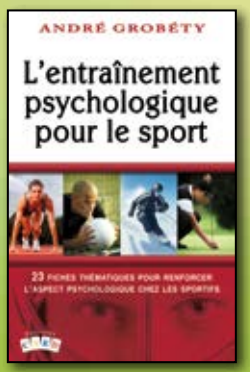


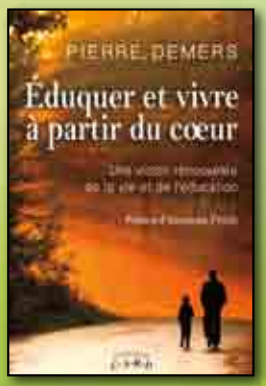
ÉDITIONS C•A•R•D

Créer • Apprendre • Réussir • Développer









Un monde de découvertes et d'outils
pour les jeunes • pour les parents
pour les enseignants • pour les intervenants...

Pour un avenir meilleur !

9 782894 364369

ISBN : 978-2-89436-436-9