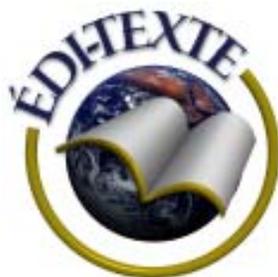


Gilles Morand

**2012, Le secret
«Tout va s'arranger !»**



Gilles Morand

2012, Le Secret « Tout va s'arranger ! »



2012, Le Secret « Tout va s'arranger ! »

Ce livre est l'essentiel du secret qui m'a changé à tout jamais !
C'est le secret vers l'homo luminus. Le mode d'emploi vers la santé, la Lumière.

La Terre a toléré les affronts de l'homme. Maintenant, elle nous mènera avec elle vers un monde nouveau qui durera deux mille ans, rempli d'amour et de compassion envers toute vie qui la compose.

J'offre ce livre à tous ceux et celles qui cherchent à maîtriser leur vie, dans la moment présent, en préparation pour le 21 décembre 2012... et au-delà.

ISBN : 1-894909-79-8



Gilles Morand - 2012, Le Secret



Gilles Morand



2012, Le Secret

« Tout va s'arranger ! »



Les couvertures :

Les 4 premières pages que vous avez imprimées serviront à monter pour les couvertures. Il est suggéré de les imprimer sur des cartons.

La première page est la couverture du livre.

La deuxième page servira à faire la pochette du CD

La troisième page servira à faire l'épine du livre (côté)

La quatrième page est l'endos du livre.

Procédure pour la pochette CD :

Utilisez la page 2

Découpez et insérez dans le boîtier.

Procédure pour la page couverture du livre imprimé :

- . Perforez l'endos (face non imprimée vers vous), la couverture du livre et vos feuilles imprimées.
- . Mesurez l'épaisseur de vos feuilles imprimées
- . Marquez l'épine à l'épaisseur mesurée et pliez en centrant le titre.
- . Perforez l'épine à droite et à gauche à la même largeur que vos feuilles imprimées.

Vous êtes maintenant prêt à relier votre livre :

1. Prenez l'endos du livre (face non imprimée vers vous)
2. Placez la partie droite de l'épine qui est perforée (face non imprimée vers vous)
3. Insérez vos feuilles (face imprimée vers vous)
4. Repliez l'épine
5. Placez votre page couverture
6. Reliez le tout avec des attaches en laiton (ou autres attaches disponibles dans les papeteries).



2012, Le Secret

« Tout va s'arranger ! »

Ce livre est l'essentiel du secret qui m'a changé à tout jamais ! C'est le secret vers l'homo luminus. Le mode d'emploi vers la santé, la Lumière.

La Terre a toléré les affronts de l'homme. Maintenant, elle nous mènera avec elle vers un monde nouveau qui durera deux mille ans, rempli d'amour et de compassion envers toute vie qui la compose.

J'offre ce livre à tous ceux et celles qui cherchent à maîtriser leur vie, dans la moment présent, en préparation pour le 21 décembre 2012... et au-delà.

ISBN : 1-894909-79-8



2012, Le Secret

« Tout va s'arranger ! »

Gilles Morand



LES ÉDITEURS

Édition en ligne

ÉDI-TEXTE (s.e.n.c)

236 Chemin Lefebvre

Stukely-Sud (Québec), Canada J0E 2J0

Téléphone : 450-297-4884

Télécopieur : 450-297-4884

Courrier électronique : info@editexte.com

Site Internet : www.editexte.com

Images : Gilles Morand

© Gilles Morand

Ottawa, Ontario, Canada 2008. Tous droits réservés.

Conception de la page couverture :

Édi-Texte

Mise en page : Édi-Texte

Ajustement pour l'édition en ligne : Édi-Texte

Dépôt légal : 2ième semestre 2008

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN : 1-894909-79-8

Édition imprimée

N'est pas disponible en version imprimée

Livre parlé

Ce livre est offert en version parlée, format .mp3

Il est enregistré sous le numéro ISBN : 1-894-909-80-1



Ce livre est dédié à Marcello Chiocchio, pour son aide intelligente au fil des ans, pour sa patience et pour les bons moments que j'ai dû sacrifier, à son égard, pour vous tous, afin de compléter cet ouvrage.

Je l'offre à tous ceux et celles, qui cherchent à maîtriser leur vie, dans le moment présent, en préparation pour le 21 décembre 2012...et au-delà...

...et pour Gaïa, notre Mère la Terre, qui se prépare à un changement de cap radical, de 180 degrés, elle évolue elle également !

« Entourez-vous de Lumière spirituelle ! »

PENSÉES

Une seule âme contient les espoirs et les sentiments de l'Humanité toute entière.
(Khalil Gibran)

Nous vivons dans un continuum spatio-temporel. (Joël de Rosnay)

COTIGO ERGO SUM. Je pense donc, je suis. (Descartes)

Le but ultime de la vie n'est pas la connaissance, c'est l'action. (Thomas Henry Huxley)

Je demande seulement qu'on me donne un peu d'information. (Charles Dickens)

Le plus grand mystère dans l'univers se cache dans l'homme lui-même. (Dr. Randolph Stone)

La douleur est un ange sacré. Plus d'hommes se sont élevés par elle, que toutes les joies du monde. (Adalbert Stefter)

DÉBUT

Ensemble ! Sauvons la Terre ! n'était qu'un avant-goût de comment se préparer tout en étant vert et comment soigner la planète, en tant que consommateur et consommatrice et s'enrichir en respectant la Terre. Maintenant voici la suite logique, pour l'homme d'aujourd'hui et de demain, soit **le secret vers la santé et la lumière**.

2012, Le secret : «Tout va s'arranger !» est, seriez-vous porté à le croire, un de ces titres de volume qui semble prétentieux. Pas le moins du monde ! C'est une promesse faite à mes 16 ans, afin d'aider les gens malades ou aux prises avec la drogue, et ceux et celles qui cherchent à s'entourer de lumière, ou à évoluer, à fusionner avec elle, seuls ou en tant que couple.

Vous allez connaître l'aventure de ma vie, du moins celle que j'ai eu la chance d'expérimenter jusqu'à ce jour et que je vous divulgue dans ce livre, à la demande de nombreux amis et collègues de travail, qui me connaissent bien et qui attendaient un tel livre sur ma vie.

À défaut d'écrire un livre portant essentiellement sur ma vie, je vous transmets le mode d'emploi vers la santé et la lumière spirituelle. J'y ai consacré trente années de recherche assidue pour finalement pondre les directives vers **l'homo luminus 2012**. Si vous avez la chance, comme il m'a été donnée d'avoir, de rencontrer un alchimiste digne de ce nom, qui connaît le secret du soufre sur le mercure, vous pourrez être vous aussi catapulté « Aux Portes Du Paradis » afin de dialoguer avec votre guide spirituel. Il m'a légué un secret de seulement trois mots, mais oh ! combien révélateur ! J'ai décortiqué ce secret dans un langage littéraire qui pourra vous guider vers une vie meilleure, comme couple ou personne seule, en ces temps décisifs de notre histoire.

Ce livre est l'essentiel du secret qui m'a changé à tout jamais ! C'est le secret vers **l'homo luminus**. LE MODE D'EMPLOI VERS LA SANTÉ, LA LUMIÈRE. Ceci dit, vous découvrirez le fil de mes pensées les plus profondes, ce que la vie programmée par son Créateur, l'Un, est devenue de l'homo sapiens, en passant par *l'homo erectus*, l'homme de Cro-Magnon, le Néandertal, jusqu'à *l'homo luminus*, conséquence de son évolution actuelle et à venir. L'âge de fer est révolue ! Nous sommes désormais dans l'ère de la lumière et de *l'homo luminus*. Je vous offre Le Secret vers la santé et la lumière, pour vous mettre au diapason avec cette nouvelle ère, qui débute. Et ce, afin de vous harmoniser avec la nouvelle vibration (qui était de 7,8 hertz sur l'échelle de Schumann et qui est passée à 9 ou 10 hertz selon les régions géographiques); la nouvelle fréquence vibratoire de la Terre est à 8,6 hertz. Accédez à la conscience universelle et individuelle par l'espace secret dans le cœur.

Faites-vous plaisir avec un massage magnétique, rempli de l'énergie du cœur qui solidifie le couple dans son lien amoureux. Je parle beaucoup de ce qu'est l'équilibrage de l'énergie vitale, en polarité, pour entretenir et harmoniser votre moi intérieur : la santé physique, émotive et mentale et surtout, de ce fait, la santé de votre relation amoureuse, pour ceux et celles qui vivent en couple. Toute cette information, pertinente d'idées, que j'ai pu emprunter de divers auteurs éminents, pour apporter à votre vie et à votre santé, sont importants pour mieux comprendre de quoi il en retourne pour vous tous. La suite contient le canevas d'une évolution personnelle et souhaitable pour tous.

La nouvelle vibration de la Terre est maintenant accessible. L'échelle, vers la lumière du Paradis, est seulement accessible avec l'amour de votre cœur. Elle vous attend.

Je ne suis, par ce qui va suivre, ni l'avocat du diable, ni un prophète de malheur. Je préconise seulement le bien-être et l'équilibre holistique de tous avec amour.

Je désire apporter une lumière d'espoir à l'humanité malmenée, en transition vers un nouvel âge qui s'amorce. Vivez, grâce au **secret vers la santé et la lumière de l'Homo Luminus**

2012, une douce transition vers le nouvel âge ! La vie passe si rapidement qu'il nous faut mettre la main à la pâte dès que possible. Il en va de notre santé mutuelle, de celle de la Terre et de notre spiritualité respective. Car, le respect de la vie, sous toutes ses formes, est primordial afin que les générations futures aient une chance comme nous, de vivre en toute liberté sur la terre des humains. Nous sommes responsables de la maintenir viable pour tous.

La Terre, nommée Gaïa par les anciens grecs, n'a plus besoin de l'homme pour se nettoyer, pour enfin évoluer. Car avec les éléments (terre-eau-feu-air), elle va manifester des réactions de purge et de remaniements vers l'ascension, son nouvel état d'âme vers le soleil, son devenir lumineux. Les médias commencent à parler d'une date comme étant la fin d'un monde pour le début d'un nouveau monde. On nous parle dorénavant du **21 décembre 2012**. Il y aura un après 2012, n'annulez pas vos rendez-vous ! Mais les ajustements que Gaïa manifesterà seront plus ou moins radicaux et permanents. Une redéfinition géographique, inondations, tornades, tremblements de terre, sécheresses, glaciation mèneront vers de difficiles remises en question et ajustements sur notre façon d'être en relation avec notre planète-mère.

C'est pourquoi **l'homo luminum**, annoncé par les sages incas, descendus des montagnes sacrées du Pérou et les mayas du Mexique, est attendu dans l'espace secret du cœur de chacun d'entre vous, parmi les hommes et les femmes de bonne volonté.

Il nous revient de nous entourer de lumière afin de vivre la transition sans trop de heurts pour nous, notre couple, notre famille et l'humanité toute entière. Beaucoup seront appelés, mais peu seront élus (7%). Il y aura de nombreuses migrations. Des millions de gens vont perdre la vie, car l'eau et la nourriture se feront rares ce qui enclenchera beaucoup de guerres dans le monde.

Accéder à **l'homo luminum** requiert un changement de mentalité et d'habitude de vie en harmonie avec la nature. La Terre a toléré les affronts de l'homme. Maintenant elle nous mènera avec elle vers un monde nouveau qui durera deux mille ans, rempli d'amour et de compassion envers toute vie qui la compose. Nous devons faire notre part en évoluant avec elle grâce au **secret vers la santé et la lumière de 2012 « Tout va s'arranger ! »**

Car, voyez-vous, notre première richesse est la santé. La sagesse de l'humanité : Sauvegarder et protéger autant notre santé physique, émotive et mentale, que spirituelle et écologique. Sachez que nous sommes les intendants et les gardiens de la Terre et les maîtres incontestés de notre évolution personnelle et collective, par l'effet de nos formes-pensées sur notre vie personnelle, notre vie de couple et cette grande famille globale qu'est l'humanité. Changer ses pensées pour de plus positives et commencer à créer le paradis sur Terre !

En ce qui me concerne, voici donc mon bagage de connaissances et mon héritage personnel à la Terre et aux hommes d'aujourd'hui et de demain.

Que Dieu nous protège tous, par ce qui est sur le point de survenir !

Gilles Morand, mth., Léry, Qc. 2007

Jésus disait en ces mots : « Vous êtes la Lumière du monde. » Ce qui veut dire : Votre conscience est ce qui éclaire le monde. Cette immortelle-éternelle conscience n'est jamais née en nous et ne mourra jamais. Elle brille à travers toutes les peaux, oreilles, yeux, langues aussi par le toucher et par l'odorat.

L'expérimentateur qui voit à travers ses sens est votre éternel « Soi ».

**Prélude au changement des mentalités :
La transition prévue pour le 21 décembre 2012.**

En ce début de siècle, une nouvelle conscience humaine se manifeste. Des individus bien informés, en ce qui a trait à notre évolution planétaire et à la conscience collective humaine, prédisent un changement à la grandeur de la planète de 2003 à 2012.

Ce changement est intimement lié à l'impact de tout individu sur son environnement immédiat et la Terre toute entière.

Que votre équilibre mental et que votre harmonie intérieure soient parfaits, car le contenu du présent volume risque de vous ébranler !

La vie spirituelle sera en pleine effervescence à partir du 28 octobre 2011 et surtout après le 21 décembre 2012.

Cependant, il revient à chacun de nous de préparer le terrain, en vue de diminuer l'impact négatif à la transition entre les croyances de notre ère et celles de la nouvelle ère qui commence.

Les anciens concepts feront place à de nouveaux, mais nous devons laisser loin derrière ce qui est accepté comme évident dans la société actuelle.

Une grande force est déployée en ce moment sur la Terre.

Une énergie toute neuve, qui vise à éveiller la nouvelle conscience des gens, est en train de faire son chemin dans le cœur des humains. En effet, si nous voulons relever le défi de la santé et de la survie humaine, nous parviendrons à une étape primordiale dans notre évolution spirituelle.

Notre perception de la nature et de l'univers atteindra un nouveau niveau de conscience en 2012.

INTRODUCTION

La vie et tout ce qui est matière vivante (les mondes : minéral, végétal et animal) sont remplis d'énergie.

L'Homme est matière vivante fragile et ce que nous faisons parfois subir à notre corps peut conduire au déséquilibre énergétique. Le corps finit par s'en remettre, mais pas toujours selon l'ordre énergétique de départ établi. C'est pourquoi le fait d'être centré, d'avoir les deux pieds sur terre, amorce un équilibre nerveux plus adéquat.

De ce fait, la vie moderne matérielle de consommation excessive, moule l'être humain dans des habitudes fixes qui le tiennent à distance de l'essence même de la vie. Se prendre en main requiert avant tout le désir profond de changer quelque chose dans son existence. La découverte de notre **moi intérieur, l'espace secret dans notre cœur**, est la chose la plus naturelle qui soit et, nous y sommes tous confrontés un jour ou l'autre. **Vivre le moment présent.** La solution parfaite dans la lumière.

La conscience du corps, de nos émotions et de tout ce qui est notre identité propre, est en chacun de nous. La compréhension de notre **moi intérieur** procure des bienfaits récupérateurs pour l'unité globale Corps-Émotion-Mental afin de nous faire évoluer, grandir naturellement. La conscience sociale nous a enlevés et éloignés de notre véritable Moi et il est important de trouver un équilibre énergétiquement apprivoisé, afin de démystifier le rôle que la vie nous donne. Choisissons donc de vivre l'équilibre de l'énergie universelle, qui est en chacun de nous et dans tout ce qui vit, tout en émettant l'amour, l'énergie du cœur.

Pour l'Homme (et la femme), il n'y a pas de bonne ou de mauvaise énergie. Il n'y a que de l'énergie bien ou mal dirigée. L'énergie est intelligente et son but est de maintenir et de régénérer la vie. Quand l'énergie circule bien et que rien ne vient entraver son flot, tout va bien. Mais si elle est ralentie ou bloquée, il y a un problème, d'où la naissance de malaises, de sensations désagréables qui peuvent même, à la longue, provoquer la maladie.

L'éveil, vers une aventure d'exploration du Soi, est le résultat positif du déclenchement de la volonté de «se connaître soi-même», pour un équilibre énergétique permanent. Nous sommes au bas de l'échelle de notre destinée : l'*homo luminus*, de notre intériorité. Expérimentons ce que la vie a de meilleur et gardons contact avec ce que nous sommes... Évoluer, c'est utiliser toute notre énergie à être en harmonie avec la vie, avec la nature sous toutes ses formes. Sans cette philosophie, l'espèce humaine s'engouffre et va à sa perte.

Nous n'avons qu'à jeter un coup d'oeil à notre situation écologique planétaire ; l'effet de serre, fonte des glaciers, réchauffements climatiques. Visitez www.11thhouraction.com, vous comprendrez davantage la situation dans laquelle l'humanité s'est mise. Exemple notoire déboussolant : Pour fabriquer une batterie de voiture hybride, en zinc, qui provient d'ailleurs de Thunder Bay, en Ontario, Canada, il faut qu'elle aille en Australie. Ensuite, en Allemagne, ainsi qu'au Mexique et en Chine, enfin au Canada, si mes informations sont exactes. Il faut absolument que nous sachions tous, que fabriquer une batterie pour une voiture hybride en zinc pollue autant dans une année que 100,000 voitures à carburant fossile. Oh ! et ce n'est que la pointe de l'iceberg ! L'écologie débute à la maison ! (Message de trois minutes sur Get Clean au 1-925-924-3000).

Il ne faut jamais oublier que, depuis l'apparition de la vie sur Terre, l'homme est celui, qui de tout temps, a su le mieux se sortir du fléau de la destruction et de la décadence. Il sait qu'il doit survivre et améliorer ses gestes avant que le tollé général ne s'installe. L'Homme se doit, sans contredit, d'être «humain» avant tout, et d'évoluer par surcroît, grâce à l'espace secret dans son cœur. Il se doit par ce livre, d'acquérir l'accès à une nouvelle réalité déjà en place, qui vient

contrecarrer le processus d'autodestruction par la pollution... Il faut réagir en grand nombre pour ralentir le processus pollueur, par un changement de mode de consommation en respect avec la vie : l'environnement et la Terre. Le jour de la Terre c'est tous les jours! www.jourdelaterre.org

Il est difficile d'évoluer de façon naturelle ! Il faut changer ses moindres habitudes. Certes, la volonté de réussir à grimper les barreaux de l'échelle évolutive, un à un, nous pousse à travailler pour acquérir de meilleures habitudes de vie, nécessaires à notre bonheur.

C'est une aventure personnelle, et pourtant inévitable pour notre bien-être et celui de la Terre. Voyez-vous, peu importe qui nous sommes, chacun d'entre nous a la charge de sa vie et les moyens d'avancer. L'énergie apprivoisée, que ce soit à travers n'importe quelle technique d'exploration de soi, fait fi de la race, de la couleur et des religions. En ces temps nouveaux qui s'annoncent, l'homme fait sa religion personnelle. Les religions patriarcales vont bientôt s'effondrer, pour faire place à l'*homo luminus* en chacun de tous les êtres qui peuplent la surface de la planète. L'homme peut choisir sa voie personnelle, spirituelle. La seule religion qui vaille est la Voie du Coeur ! Elle n'a aucune croyance religieuse particulière, ni d'idée préconçue sur tout ce qui englobe la race humaine. Il a été dit : «*Connais-toi toi-même*». Voilà la clé de la réussite de notre passage à l'examen de la vie : renforcer son Moi, sa confiance et conscience humaniste conduisant à l'*homo luminus*, dans la lumière spirituelle. C'est l'**équilibre énergétique** (corps-émotion-esprit) dans l'**harmonie** où se connectent la tête et le coeur. Toutes les techniques énergétiques afin de découvrir votre être intérieur et votre volonté d'avancer, sont là pour faire de vous une personne saine et équilibrée sur tous les plans. Je vous souhaite de reconnaître cette énergie apprivoisée, car la vie est une aventure merveilleuse...

Avec ce livre, vous entrez dans un territoire étrange et humain et je vous demande l'ouverture d'esprit dont votre machine humaine et son magnifique laboratoire ont besoin.

Dans ce qui suit, j'ai délibérément employé certains termes scientifiques ou techniques afin d'être compris de tous.

En fait, le contenu de ce livre se veut plus spirituel que théorique. C'est mon message principal. Le but à atteindre grâce à l'ancienne sagesse et à la magie des mains remplies de lumière du coeur et qui soulage, pour ne pas dire, guérit tout. En ayant en mémoire la voie vers l'*homo luminus*, vous parviendrez au but sans crainte et avec amour.

Sachez cependant que toute découverte scientifique (télescope spatial, satellite agricole, études de la Terre à partir de la station orbitale, G.P.S., laser, le protocole de Kyoto ou le rapport GIEC, etc.) qui permet une nouvelle manière de voir la nature, ou n'importe quelle autre chose, se doit de s'harmoniser avec les anciens concepts qui semblent dépassés pour un meilleur équilibre. La science ultime, c'est la Nature et l'ultime scientifique, c'est l'Intelligence Cosmique. L'amour Chrétien.

Allez visiter les sites sacrés du monde entier et baignez-vous de leurs fréquences vibratoires. Vous en ressortirez émerveillés. Il n'y a rien au monde comme ces endroits fréquentés par des centaines de personnes et groupes organisés comme www.floweroflife.com www.fleurdevie.ca et d'autres initiés mystiques, tel www.greggbraden.com.

De toute évidence, il faut garder la tête au-dessus des nuages, histoire d'avoir une meilleure vue d'ensemble (comme l'aigle, symbole de l'évolution) et les pieds enracinés dans la terre (comme l'arbre, symbole de la vie) qui nous est donnée.

Le XXI^{ème} siècle, malgré tous ses prodiges est loin d'avoir tout inventé et expliqué. Mais le temps s'accélère et nous assistons à un Éveil Planétaire Globalisé Vert...

Suggestions de lecture : ***Les fréquences de guérison. Le travail chamanique des baleines et des dauphins***, Marie-Claude Jean, Éditions Dauphin Blanc, 2005. ***Les mémoires de la Terre***,

Comprendre et retrouver ses connexions minérales, Marie-Claude Jean, Éditions du Dauphin Blanc, 2007.

Chacun doit trouver à l'intérieur de lui, le courage d'ouvrir les yeux du coeur et de regarder au-delà de ses peurs, réagissant par ses faits et gestes à la pure foi ou croyance établie. Si Einstein pouvait entrevoir un monde que personne ne soupçonnait avant lui, peut-être que d'autres mondes secrets attendent quelqu'un comme vous, d'assez humble pour le transmettre à l'humanité. Vous ferez donc une oeuvre sociale utile. Créez un monde meilleur ! *«Tout va s'arranger»*, tel est le message d'en haut ! Du monde spirituel qui veille sur les *homos luminus*.

Vous est-il déjà arrivé de vouloir scier les barreaux et détruire les murs de l'hypnotisante prison culturelle imposée par la société ? L'être humain est beaucoup trop complaisant. Il ne bouge pas assez, parce qu'il ne veut pas délaisser son bourgeois confort. C'est le cas de la majorité silencieuse .

Avez-vous eu le désir de laisser le magnifique moi intérieur secret, Serpent de la Sagesse, votre Mer-Ka-Ba, véhicule de lumière, emporter votre conscience jusqu'aux multi-dimensions spatio-temporelles de l'espace sacré dans le coeur et rencontrer votre Soi Supérieur, vous en devenir ? La multi-dimensionnalité vers les plus hauts sommets c'est l'*homo luminus*, ici et maintenant, vivant le moment présent, jusqu'à la Lumière Divine.

Vous êtes à la croisée des chemins. Choisissez de servir dans la lumière. Puisse ce livre vous y conduire, éclairer votre lanterne, votre esprit, dans l'amour et la compassion, la paix, la joie et l'harmonie... Entourez-vous de lumière spirituelle.

L'usage de l'intellect remplit sa vraie et très haute fonction : s'offrir. Comme les chevaliers du Moyen-âge offraient leurs épées pour la mort de la fausseté et la glorification de l'autoréalisation de soi et de l'ultime vérité...

1. L'AMOUR/LUMIÈRE ET MASSAGE MAGNÉTIQUE

« Tout ne dépend pas de la raison mais de ce qui la guide : Le coeur et le caractère. »
Fédor Dostoïevski

« Au coucher du soleil, tous ceux qui avaient des malades de toutes sortes les lui amenaient, et lui, imposant les mains à chacun d'eux, les guérissait. » Luc, 4 :40

« Un coeur joyeux équivaut à un bon médicament, tandis que l'amertume pourrit les os. » Proverbes, 17 :22

Nous baignons dans une mer subtile de vitalité (biosphère), dont les courants animent les plantes, les animaux et les êtres humains. Tous les êtres humains, grâce à l'énergie vitale, sont donc reliés et communiquent entre eux. Mais aujourd'hui, cette énergie, dont dépend notre vitalité, est menacée par la pollution qu'a engendrée la technique industrielle. Les écologistes ont compris le danger que court notre survie et lancent un cri d'alarme. Tels les Al Gore et le rapport GIEC, certaines régions manquent d'eau potable, alors que les quatre cinquième du globe sont recouverts de cet élément essentiel à la vie. Même l'air que nous respirons est empoisonné. Nos forêts dépérissent, nos lacs et nos rivières, alimentés par les pluies acides, deviennent des cimetières marins.

Une science à courte vue a séparé l'Homme de la nature, sa Nourrice, ouvrant ainsi la porte à une véritable pollution mentale. À la lumière de ces deux constatations, nous comprenons

facilement que l'humanité doit se protéger contre une intoxication générale qui infeste les deux plans physique et mental. Des maladies nouvelles (le SIDA, par exemple) s'ajoutent aux épidémies de crimes et de suicides. Des guerres de tous calibres témoignent de ce déséquilibre vital qui affecte l'homme contemporain, victime de ses propres apprentis-sorciers.

Ceux qui veulent échapper à cette mort lente et certaine, ou qui tiennent simplement à résister à cette extinction de la vie planétaire, doivent retrouver la Source de Vie, rétablir le contact vital avec la Nature vivante, en revenant aux principes élémentaires d'une saine alimentation. Ils doivent aussi libérer leurs activités quotidiennes de ce stress corrosif généralisé, échapper à la robotisation de leur existence, pour jouir du moment présent dans la spontanéité et la joie de vivre.

Ce programme n'est certes pas facile à réaliser car nous sommes incessamment influencés par les idées en vogue, les suggestions mitraillées à toute heure du jour et de la nuit par la radio, le petit écran et les autres médias publicitaires. Mais chacun prend conscience qu'il est en lui-même un monde en miniature, un microcosme dont l'esprit est le maître désigné, sinon incontesté. Il pourra assurément réaliser sa propre libération physique (santé) et spirituelle (épanouissement de sa personnalité). C'est dans cette optique que les conseils, les exercices et la méthode qui suivent, pourront aider chacun à mieux vivre pour être plus heureux. Car ces moyens n'ont d'autres buts que le contrôle et l'amélioration de la vitalité.

Mais pour bien comprendre la portée des conseils et l'utilisation de la méthode dont il sera question ici, je crois utile de dire un mot d'abord, sur l'énergie vitale et l'alimentation de base vivante, l'inconscient de l'homme et son rayonnement énergétique par le biais du massage magnétique.

LE RÔLE DE L'INCONSCIENT

L'inconscient peut être comparé à un ordinateur que nous pouvons programmer positivement ou négativement.

Aussi, si nous voulons augmenter volontairement notre énergie vitale, nous devons apprendre à contrôler (programmer) notre inconscient. Outre le Yoga, il existe beaucoup de techniques pour atteindre ce but. Leur élément commun consiste en la pratique régulière de la relaxation et de l'autosuggestion.

L'efficacité d'une prière, d'un mantra (mot qui signifie formule ou son sacré, comme les dix-sept respirations de la méditation de votre Merkaba) ou d'une image mentale longuement entretenue, est due à la plasticité de l'énergie à laquelle la pensée peut donner une forme, une direction, une orientation. Le corps énergétique est donc soumis au corps mental, pour employer une expression ésotérique.

Notre Inconscient (voir dessin ci-après) est cette partie de nous-mêmes que nous ne connaissons pas et qui déborde de notre petit Moi conscient. Ce dernier opère par l'intelligence et la volonté, mais il est clair que notre Inconscient n'est aucunement lié aux ordres de notre volonté. «Contrôler» son Inconscient signifie donc autre chose que contrôler sa respiration. Il faut d'abord connaître les lois qui régissent son fonctionnement et les respecter. La logique de l'inconscient n'est pas «rationnelle» mais vitale : elle est régie par le principe ou l'instinct de survie et le principe de plaisir qui en découle.

Représentation schématique de la Psyché

La flèche indique que l'énergie psychique prend sa source dans l'Inconscient collectif.

MC Le Moi Conscient émergeant du cône de l'Inconscient.

IP L'Inconscient Personnel, constitué des expériences refoulées ou oubliées.

IC L'Inconscient Collectif. L'ensemble constitue le Soi, essence de l'identité humaine.

Note : La vie doit toujours couler comme une fontaine, de l'intérieur vers l'extérieur. Les courants de retour s'appellent l'«expérience de la vie». C'est par le plaisir et la douleur que notre conscience et notre autoréalisation grandissent. Et c'est par la foi, l'amour et une vision éclairée, que le chemin de la vie s'ouvre vers des régions supérieures où l'âme vient habiter le corps. Alors se dessine la route vers la réalisation de Dieu.

L'inconscient ne peut être influencé qu'au repos. C'est-à-dire quand il n'est pas mobilisé par les activités physiologiques, psychologiques ou mentales, car c'est lui qui doit assurer l'apport d'énergie nécessaire à la réalisation de ces diverses activités. Ce n'est qu'en période de détente que l'Inconscient, étant moins actif, devient plus réceptif et donc plus suggestible. «Contrôler» notre Inconscient serait donc alors de lui suggérer telle pensée, tel sentiment ou telle action à réaliser qui seraient essentiels ou simplement utiles à notre économie vitale sur les trois plans physique, psychique et spirituel.

La force d'auto guérison (vis medicatrix naturae) est un attribut de l'Inconscient et se rattache à l'instinct de survie. Toute suggestion faite à l'Inconscient, en période de détente ou de relaxation, tendant à éveiller cette force d'auto guérison chez un individu, agira efficacement sur son énergie vitale. La mobilisation de cette force dépendra du degré de détente ou de relaxation du sujet.

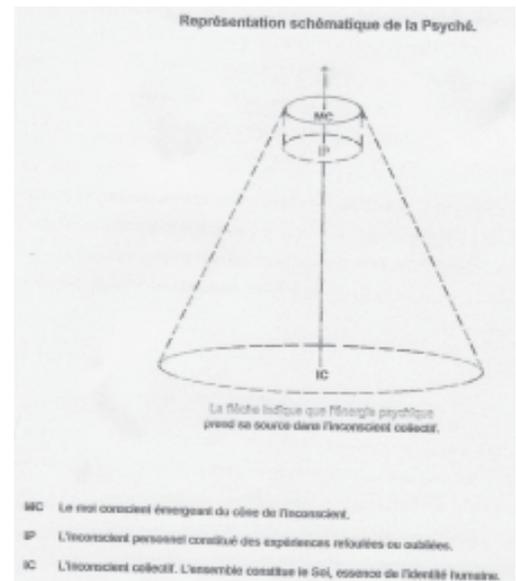
L'ÊTRE VIVANT RAYONNE LA LUMIÈRE

Un être vivant rayonne la vitalité, comme un corps lumineux diffuse la lumière. Or la vie se manifeste à différents niveaux à partir du règne végétal jusqu'au plan spirituel. Selon le degré d'évolution, un être humain peut donc rayonner de l'énergie vitale à tous les niveaux : biologique, psychique et mental (spirituel). C'est le cas des guérisseurs authentiques qui traitent certaines maladies aux moyens de ce qu'on appelait autrefois le magnétisme animal et que nous nommons aujourd'hui l'énergie vitale.

Les guérisseurs authentiques, dont les chamans et leurs drogues sacrées, employées lors de rituels, sont donc des personnes à forte vitalité. Ils peuvent exercer une influence physique ou psychique sur les malades, qui à cause de leur faible vitalité, sont plus réceptifs et plus influençables. Certains guérisseurs vont même accentuer cette réceptivité en suscitant foi et confiance chez leurs patients.

Comme il n'y a pas deux personnes présentant le même degré de vitalité, il s'ensuit que chacune peut exercer une influence sur autrui ou la recevoir. Considérées ainsi, les relations humaines apparaissent sous-tendues par un réseau d'influences énergétiques s'exerçant au-delà des limites du corps physique. Parallèlement aux communications verbales et conscientes, chacun de nous reçoit constamment des messages télépathiques qu'enregistre notre inconscient et influencent plus ou moins notre comportement.

Les êtres vivants ne constituent donc pas des monades (être simple, fermé sur lui-même et se suffisant à lui-même) impénétrables. Dans le réseau universel et complexe du rayonnement énergétique de l'*homo luminus*, chaque être humain forme un noeud d'énergie plus ou moins



intense, plus ou moins cohérent selon la force et l'unification de sa personnalité qui en constitue le noyau. Les influences réciproques entre ces noeuds peuvent être positives ou négatives selon qu'elles renforcent ou désintègrent le noyau, c'est-à-dire la personnalité. L'ensemble de ce rayonnement énergétique constitue le monde des corps énergétiques, monde de lumière, relié au cosmos et sensible aux vibrations planétaires.

Je vous suggère le livre **Massage et Polarité**, Éditions de Mortagne, pour connaître les correspondances de votre signe zodiacal sur votre corps.

SAGESSE ANCIENNE POUR LES TEMPS MODERNES

Les herbes font partie du régime alimentaire et du bien-être des grandes cultures du monde depuis le début des temps. Les connaissances herboristiques sont basées sur quatre grandes traditions : européenne (y compris l'Égypte), chinoise, ayurvédique (de l'Inde) et amérindienne.

Herbes des empereurs

Les chinois furent les premiers, de l'histoire écrite, à rédiger les usages généraux des plantes. En l'an 2 700 avant Jésus-Christ, l'empereur Shen Nung a élaboré le PEN TSAO CHING (ouvrage classique sur les herbes) comprenant 237 formules herboristiques.

La tradition herboristique de l'Inde est basée sur les VEDAS, quatre livres classiques sur la sagesse. Les anciens Indiens ont élaboré l'AYURVEDA, à partir de deux mots sanskrits AYUR (vie) et VEDA (connaissance). Leurs formules étaient composées d'herbes, tels le gingembre et le séné.

Les égyptiens fondèrent des écoles herboristiques officielles à compter de l'an 2 000 avant Jésus-Christ. Le Codez d'Ebert de 65 pieds, datant de 1 550 ans avant Jésus-Christ, comprenait 826 formules herboristiques élaborées à partir de 500 plantes.

Propagation du savoir herboristique

Les connaissances herboristiques ont été transmises dans l'ancien monde et l'Europe, par le biais des échanges commerciaux et des conquêtes. Grâce à l'invention de l'imprimerie dans les années 1 400, les livres herboristiques ont permis la diffusion du savoir accumulé après des siècles d'expérience.

Les amérindiens ont fait connaître aux colonisateurs blancs de nombreuses herbes précieuses, telle l'échinacée. Depuis la période coloniale jusqu'à l'expansion vers l'Ouest, les Nord-Américains continuent de profiter des bienfaits des herbes qui poussent sur leurs terres. Le «Petit Robert» dit qu'une huile essentielle est : le parfum d'une essence. Essence de lavande, de citron, de violette. L'extrait concentré de certaines substances donne les huiles essentielles utilisées en thérapie.

Une odeur est l'émanation volatile, caractéristique de certains corps, et susceptible de provoquer chez l'homme ou l'animal des sensations dues à l'excitation d'organes spécialisés. L'huile essentielle est le liquide extrait de certaines plantes, fleurs, résines, racines, fruits et même de l'écorce. L'homme préhistorique, le néandertalien, a probablement mastiqué ces derniers pour en extraire les propriétés médicinales. Plus tard, les plantes et les fleurs ont été séchées pour en faire du thé. Avec de plus en plus de pollution, encore de nouveaux virus feront surface. Protection accrue oblige. www.naturalinterferon.com Nutriféron au www.shaklee.ca/gm

«Ce qui est authentique, c'est ce qui est éternellement beau et vrai.» -Goethe

DEPUIS TOUJOURS

Depuis que l'Homme est sur la Terre, il a pris l'habitude de soigner ses maux corporels, en se servant des plantes employées par voie externe, interne, avec leurs essences, en les respirant et avec leurs huiles essentielles. Il les appliquait sur la peau par des mouvements de friction et de pétrissage ou dans le bain quotidien. Ce que l'Homme a appris sur lui, il l'a offert à autrui.

LES AMÉRINDIENS DE L'AMÉRIQUE DU NORD et aborigènes du monde entier.

Les amérindiens imposaient les mains au-dessus de l'endroit blessé ou malade et, à l'aide d'un produit certainement naturel, d'une formule magique, d'une prière aux esprits de leurs Pères, de la Nature et aux esprits des animaux, le tout accompagné de la danse circonstancielle, ou de la méditation pour activer leur Merkaba, ils réussissaient même à guérir leurs malades. Nous les reconnaissons sous le nom de chamans.

LES PRÊTRES ÉGYPTIENS (dont THOT, qui incarnait la sagesse)

Les prêtres égyptiens, eux aussi connaissaient la médecine. Ils utilisaient le pouvoir des plantes et de leurs essences et l'énergie qui sort de la main. Nous n'avons qu'à regarder sur leurs hiéroglyphes pour y apercevoir la Fleur de Vie et y voir que la main jouait un rôle d'une certaine importance. Nous la retrouvons sur presque tous les hiéroglyphes des sites sacrés du monde. Déjà à cette époque, ils remplaçaient les vertèbres.

Ils ont tout enseigné sur la connaissance dans les différentes pyramides...

Prophétie de Cayce nouvellement découverte (1).

Annoncé par le Dr. Gregory Little à Mitch Battros de « *Earth change TV* »

Selon des nouveaux documents découverts par l'Association pour la recherche et l'illumination, Edgar Cayce aurait prédit pour l'année 2004, l'émergence sur la Terre d'une cinquième race souche.

Cette information a été fournie à Mitch Battros lors d'une récente entrevue avec le Dr. Gregory Little à « *EarthChanges TV* ». Le Dr. Little, qui a publié trois livres sur le paranormal et qui détient un doctorat en psychologie, est un éditeur associé de la revue « *Alternate Perceptions* » et un expert des travaux d'Edgar Cayce.

Cette prophétie de Cayce, fait remarquer Mitch, est en accord avec la prophétie Hopi qui dit : « ***En ce temps-là nous entrerons dans le Cinquième Monde*** ».

Lors de cette entrevue, le Dr. Little a aussi parlé des trois Salles d'Archives. Une, a-t-il dit, est située à la patte droite du Sphinx à Giza. Une autre est située à Pasadena aux Bahamas. Et la troisième serait située à Piedras Negras au Guatemala, site de plusieurs pyramides et temples mayas, qui est la maison de l'Ancien des Mayas, Carlos Barrios.

Selon le Dr. Little, les enfants, de la cinquième race souche, auront un ADN évolué avec des qualités uniques de régénéscence, auront un niveau plus élevé d'énergie vitale, auront un niveau plus élevé de phosphore dans leurs corps.

En rapport avec le dernier point, le Dr. Little signale que le mot « phosphore » selon le « *Webster's Dictionary* », vient d'un mot Grec qui signifie « qui apporte la lumière » ou « étoile du matin ».

Si vous voulez entendre l'entrevue au complet de Mitch Battros avec le Dr. Gregory Little, voici les liens.

<http://www.earthchangestv.com/> <http://www.earthchangestv.net/Audio/greglittle112603.mp3>

LE POUVOIR DE LA MAIN AUJOURD'HUI

Le pouvoir de la main a toujours existé, de l'homme des cavernes, à nous, aujourd'hui. Il est dit que la main est le prolongement naturel de notre cerveau. Reconnaissons son pouvoir !

Expérimentons-le avec notre partenaire, en dévoilant notre tendre et sensuel message d'Amour.

LE TOUCHER

Il y a des gens qui ont peur du toucher : les gens stressés, nerveux, hypertendus, surexcités, dépressifs et abusés... Si c'est le cas de votre conjoint, ne vous en faites pas. Tout ce dont il a besoin, c'est de votre sensuel et pur Amour. Il finira par céder au doux message magnétique. Soyons donc assez intelligents, lorsque nous expérimentons le partage de notre énergie, pour ne pas gêner l'autre.

Soyons sensuels, tendres, non-violents, non-précipités, et l'autre comprendra notre désir de communiquer énergétiquement et acquiescera à notre demande de transfert interpersonnel de cette pure énergie qu'est l'Amour. Une telle atmosphère reconforte, calme et mène à une certaine sérénité. Alors s'installe un laisser-aller, une certaine réceptivité.

C'est ça le Secret de notre transmission énergétique. L'AMOUR DU CŒUR. De douces et tendres paroles peuvent être échangées. Vous savez, comme moi, que l'Amour est plus FORT que TOUT. L'Amour peut faire bouger des montagnes et est plus solide que le roc. Vivre, c'est aimer et aimer, c'est vivre.

D'OÙ NOUS VIENT L'ÉNERGIE

Disons que les concepts d'énergie les plus répandus, sur notre planète actuellement, sont au nombre de trois. Il y en a des tas, la liste serait longue. DIEU, d'après les chrétiens, LE SOLEIL, selon les brahmanes et le YIN et le YANG, concept chinois résultant du Tao, source des dix-mille choses.

DE DIEU (YAVEH) Source de tout. Unité d'où partent les 10 000 choses.

« Cherchez d'abord le Royaume de DIEU qui est en vous, le reste vous sera donné par surcroît ». -Le Christ

Le Maître des maîtres a dit : **« Si ton oeil est pur, ton corps sera rempli de lumière ». – Jésus-Christ.**

« Il sera fait selon votre Foi ». - Le Saint des Saints.

On nous enseignait à la petite école que DIEU est le Père des mondes visibles et invisibles. Lorsque son Fils Jésus est arrivé à un niveau d'évolution supérieure par rapport à la masse*, les gens ont eu peur de Ses Pouvoirs Célestes et Énergétiques de très haut niveau de conscience. Réaction purement animale, donc inférieure.

Dans le merveilleux livre de Zig Zigar intitulé : **« Rendez-vous au sommet »** (Édition un Monde Différent)* il est écrit : **« Nous croyons que Jésus-Christ nous parlait à vous et à moi quand Il a dit : « Ce que j'ai fait, vous pouvez aussi le faire et davantage. »* Nous croyons aussi que l'homme a été créé à l'image de Dieu et qu'il est conçu pour la réussite, construit pour le succès et muni des semences de la grandeur. Et croyant cela, vous ne méprisez, ni n'adorez aucun homme. »**

Suggestion de lecture : **Les Premiers Enseignements du Christ**, Daniel Meurois, Éditions Persea, 2007.

Donc, l'homme est fait pour évoluer au rythme de sa Foi et de ses expériences avec la Lumière spirituelle, la redécouverte constante de son corps et celui des autres. Le tout dans le respect de toute vie et de son attitude, l'amour du cœur dans tout ce qu'il entreprend.

Suggestion de lecture : ***Le secret**, Éditions un Monde Différent, 2007, a dépassé tous les records de vente au Québec et même de **Harry Potter**, voir le **Journal de Montréal**, page 7, du 26 octobre 2007, pour plus de détails.

LES TROIS FORCES VENANT DU SOLEIL* (LES INCAS LE VÉNÉRAIENT)

Selon les brahmanes, l'homme tire sa vitalité du cosmos. Principalement du Soleil, comme l'ont pratiqué les anciens incas. Les trois forces venant du soleil sont : 1. Fo-Hat, l'Énergie - 2. Prana, la Vie - 3. Kundalini, le Feu.

Ces trois forces ou énergies sont différentes et, en même temps, en relation directe entre elles. Leurs définitions simples (simples, parce que si nous nous y attardions, nous pourrions emplir un dictionnaire avec ces définitions), donnent une bonne idée du rôle qu'elles jouent chez l'homme.

Suggestion de lecture : **Messages du Grand Soleil Central**, Éditions Ariane.

1. FO-HAT, L'ÉNERGIE

«Fo-hat est l'énergie minérale, physique et chimique, avec ses courants électriques, mécaniques, magnétiques et gravitationnels, à l'exclusion du phénomène vital.»

Donc, Fo-Hat, c'est l'électricité humaine, le magnétisme humain. L'énergie que nous transmettons, soit par notre regard, notre corps ou par nos mains, grâce au toucher réparateur qui allège bien des maux entre individus. Prenons par exemple une personne qui perd une de ses mains ou un de ses membres accidentellement, cela fait dix, vingt ou trente ans que le membre est perdu, elle le ressent comme s'il était toujours là. C'est vraiment incroyable ! C'est le corps électromagnétique, dit éthérique, relié à Fo-Hat, l'énergie.

2. PRANA, LA VIE (air vivifiant, air nutritif, la manne tombée du ciel)

«Lui, Dieu lui insuffla la Vie et le Verbe fut Chair». Évangile de Jean

«Élohim lui envoya le souffle dans les narines et Adam devint une âme vivante». - Moïse

Si vous me permettez de l'exprimer ainsi, Prana est tout ce qui est vivant et tout ce qui a une énergie vitale biologique. Par exemple, lorsqu'un enfant naît en criant, c'est que la vie (Prana) est en lui. Vous avez sans doute remarqué que le médecin accoucheur doit taper le bébé afin d'activer ses voies respiratoires. L'enfant pleure, c'est le signe de la Vie. Le Prana circule. L'énergie vitale est en mouvement. Elle est maintenant en circulation.

Pour nous, Prana sert à la recharge de l'énergie. L'air entre par le nez et réchauffe la colonne vertébrale de sa vitalité. L'air nourrit le corps et le mental / esprit. C'est préférable énergétiquement, parce que les anciens enseignaient déjà «telle narine, tel poumon» et «tel

nez, telle colonne».

«Cum spiro spero.»

«Pourvu que je respire, j'espère.»

«Pendant que je respire, j'espère.»

«Dans la mesure où je respire, j'espère.» -Adage de la Renaissance

Le prana est le souffle vital. Il est l'énergie vitale de l'être humain. Il est aussi la rivière s'écoulant de l'Éden. Quand il se retire, la mort s'ensuit. Le prana est littéralement la manne tombant du Ciel. Cette énergie rayonnante garde le corps plein d'entrain, de santé, et de vigueur.

«Souffle exhalé et inhalé, vue, ouïe,

«Infinitude et Finitude,

«Souffle transverse et superne, Parole, conscience

«Se mettent en marche avec le corps.»

-Les Védas, Livre sacré des Aryens, traduction de Louis Renou

Vous avez sans doute compris l'importance de la respiration dans ces citations. C'est avec la respiration contrôlée que vous transmettez le plus harmonieusement votre énergie lumière, fluide universel et votre énergie vitale.

Bon succès énergétique à tous ceux qui comprendront cette définition du Prana.

3. KUNDALINI, LE FEU (qui construit ou détruit son maître)

Le feu, de la manière que l'on s'en sert, détruit ou construit son maître ! Kundalini est la chaleur sexuelle qui enflamme l'être vivant. Elle a sa source dans la région sacrée, le sacrum, plus précisément dans les gonades et circule le long des chakras jusqu'à celui de la couronne.

La mauvaise utilisation (sans amour) de la puissante Kundalini, comme de votre Mer-Ka-Ba, peut rendre dingue....

Avertissement aux consommateurs de drogues psychotropes illicites qui travaillent avec la Kundalini.

Voici les faits sur...

...L'impact des drogues sur les chakras (2).

En réalité, lorsque vos chakras sont de plus en plus abîmés par ces substances nocives, ils se ferment à la Lumière. Les drogues provoquent plutôt un affaiblissement progressif et une déchirure ou un désalignement du système des chakras, qui ne parviennent plus alors à contenir autant de Lumière et s'imprègnent graduellement de négativité. Voilà pourquoi j'ai expliqué que dix vies pourraient être nécessaires à la guérison des déséquilibres.

Bien sûr, ce ne sera pas forcément le cas pour tous, mais plusieurs auront à subir ce sort. Lorsque le système des chakras est rempli d'une grande négativité, en provenance du plan astral, et que la Lumière s'assombrit à un tel point, la force de guérison permettant de réparer les déséquilibres ne réside plus dans les chakras et l'âme touchée naît le plus souvent affligée d'incapacités physiques ou psychologiques graves, au cours des incarnations subséquentes. Avec le comportement approprié, l'amour de soi et la volonté de s'améliorer d'incarnation en incarnation, chacun verra la Lumière et reviendra au point d'évolution où il était dans l'incarnation

où il a eu recours aux drogues.

Quand une âme naît nantie d'une telle brillance, comme la génération d'aujourd'hui et qu'elle choisit délibérément d'assombrir sa Lumière et de renoncer à son objectif et à son destin au profit de n'importe quelle dépendance, la même mesure de grâce ne lui sera pas accordée de nouveau. En tant qu'âmes, ces enfants devront mener une existence dépourvue du réconfort de la merveilleuse Lumière qu'ils portaient depuis tant de vies, jusqu'à ce qu'ils assimilent leur leçon et se réalignent enfin. C'est la raison pour laquelle il est dit que les âmes, qui se hasardent à faire usage des drogues, entreprennent un voyage douloureux qui se poursuivra pendant plusieurs existences.

Vous savez maintenant que les dépendances et l'abus de drogues ont été implantés ici-bas selon un plan des forces obscures. Celles-ci sont plus résolues que jamais à contrecarrer l'expansion de la Lumière en notre monde et à empêcher un maximum d'âmes de franchir le seuil de l'ascension en cette vie. Vos enfants exceptionnels seraient pourtant en mesure d'y parvenir facilement et sans souffrir ! Ils ont pris naissance, munis de tous les outils nécessaires, pour atteindre l'illumination et la libération spirituelle, aisément et avec grâce.

Tant d'enfants, dépendants des drogues, ont besoin désormais du secours d'adultes éclairés qui possèdent une sagesse plus vaste du coeur ! Ils doivent comprendre que le moment est venu pour eux de décider de ce que sera leur incarnation. L'énergie nouvelle qui inonde actuellement la planète n'alimentera plus ce type de conscience. On accordera à ces enfants une occasion et une période de grâce, afin qu'ils s'alignent et se guérissent entièrement. Ainsi, ils pourront entrer dans le nouveau monde en compagnie du reste de l'humanité. Mais ils doivent savoir, il faut leur enseigner, que la décision finale leur reviendra. Personne ne pourra la prendre à leur place. Ceux, qui choisiront de quitter leur corps, prendront conscience, une fois passé l'autre côté du voile, de la prodigieuse chance qui leur a échappé. Ils n'assisteront pas aux somptueuses réjouissances offertes en 2012 à l'humanité qui ascensionnera. Ils auront perdu bien davantage encore.

La connaissance, mes amis. La connaissance et la compréhension sont les outils les plus importants en cette époque.

Accorder ces dons à ceux qui n'ont pas eu la chance de les recevoir, de la part de ceux qui les ont éduqués, constitue un véritable geste d'amour et de compassion.

Ces substances endommagent le cerveau de façon permanente, en brûlant des cellules nerveuses au niveau des synapses, on en compte 100 milliards et de ce fait, détériorent le comportement normal. Résultat : médicaments psychiatriques appropriés à votre cas particulier. Certains patients psychotiques se doivent de prendre leur médication durant toute leur vie, au même titre qu'un diabétique. Il n'est pas rare, dans les grands centres urbains, d'au moins trois millions d'habitants, comme Montréal, qu'il y ait environ 250 000 cas psychotiques, non diagnostiqués ou en puissance d'éclater. Je n'invente rien ! Entres autres, l'alarmiste, l'horrificante schizophrénie, que l'on peut diagnostiquer seulement entre 16 ans et 28 ans et qui est une maladie héréditaire, touche 1% de la population mondiale.

Accepter l'état maladif est primordial à tout traitement s'imposant sans l'ombre d'un doute. L'individu, sujet à des crises, est sous contrôle médical sa vie durant. À CES GENS JE DIS : *Gardez courage ! L'amour et la persévérance sont la clé vers la guérison et des prises de médicaments ajustés avec le temps afin de stabiliser la maladie mentale dont vous êtes atteints...*

Kundalini est la conscience de base et tous la possèdent. La seule différence entre un «voyant» et une personne ordinaire, c'est que Kundalini est latente dans l'un, et manifeste dans l'autre.

Elle est présente de la première conscience du chakra du bas au plus hautes sphères des

centres énergétiques supérieurs (dit psychiques) dans l'être humain. Combien de jeunes gens ont ressenti une sensation brûlante à la base de la colonne lorsqu'ils sont devenus sexuellement éveillés et frustrés par le manque d'une union ? Dans les temps anciens, on enseignait en Inde une science permettant de développer la conscience et de maîtriser ces forces. On commençait avec le centre le plus bas appelé «chakra muladhara». Puis, peu à peu, l'énergie était élevée au centre de la conscience entre les deux yeux. C'est à dire «ajna chakra», le lien entre les mondes matériel et spirituel.

L'arbre de Noël est le système nerveux. Réactiver son Mer-Ka-Ba avec l'énergie du coeur en se servant de la Kundalini, c'est illuminer son sapin personnel de lumière. C'est l'authentique symbole de l'arbre de Noël, arbre éternel avec son fruit, le cerveau. Il est le symbole de l'illumination, la fonction de la glande pinéale, le donateur de vie est le Père Noël qui descend par la cheminée, la colonne vertébrale, et apporte les cadeaux vitaux au feu du foyer, le principe génératif. Sans ces cadeaux, l'homme et la femme ne pourraient survivre.

Nous n'avons pas vraiment besoin de connaître tout ce qui existe comme théorie évolutionnaire, seulement de savoir la base de tout. Disons seulement que Kundalini est le propulseur énergétique de la conscience pure et que le niveau de conscience à atteindre lors d'une expérience énergétique conjugale se situe au plexus nerveux ou surtout au chakra du coeur. Plus on avance dans la compréhension de nos chakras et de ceux de notre partenaire de vie, plus notre conscience s'élargit.

*Conscience des chakras = intelligence accrue = perception développée grâce aux propriétés inhérentes à chaque chakra**. ***La purification des chakras**, Doreen Virtue, Éditions Ada

Comme cette communication énergétique se fait en ayant plus ou moins conscience, c'est donc l'inconscient qui, par le système neuro-végétatif, est responsable de la vie corporelle. Cette relation entre l'inconscient et le système nerveux autonome est connue depuis longtemps des indiens qui ont développé une technique de contrôle psycho-physiologique du corps : le YOGA. De leur côté, les chinois nous lèguent le Taï-chi et le Kung-fu. La Thaïlande, depuis 6 000 ans, le massage-yoga thaïlandais (voir école Montréalaise internationale pour en savoir davantage sur ce massage-yoga thaïlandais, (www.lotuspalm.com)).

Le Tantra* se sert de l'énergie sexuelle kundalinienne afin que le principe (mâle et femelle) évolue au même diapason. Cela requiert de la persévérance et de la foi en la réussite de cette expérience fantastique. Le contrôle de la respiration et la visualisation mentale dirigent effectivement la circulation de l'énergie.

Il est souvent conseillé d'avoir un maître en tantrisme au début pour que son savoir-faire nous guide vers le but ultime, la magie sexuelle.

***Le tantra, horizon sacré de la relation**, de Marisa Ortolan & Jacques Lucas, Éditions du Souffle d'or

Passez vos mains au-dessus de chaque centre d'énergie. Ils vibrent tous, vous verrez, à des fréquences différentes. Corps à corps avec votre partenaire, faites circuler à tour de rôle l'énergie kundalinienne du bas du corps jusqu'à la tête et vivez l'échange !

LES TROIS NE FONT PLUS QU'UN : LA TRINITÉ DES FORCES COSMIQUES — LE FUSIONNEMENT (Nous disons : enfanter le fils, selon la philosophie nouvel-âge)

Le corps énergétique (éthérique) épousant les formes du corps physique et l'Ovale

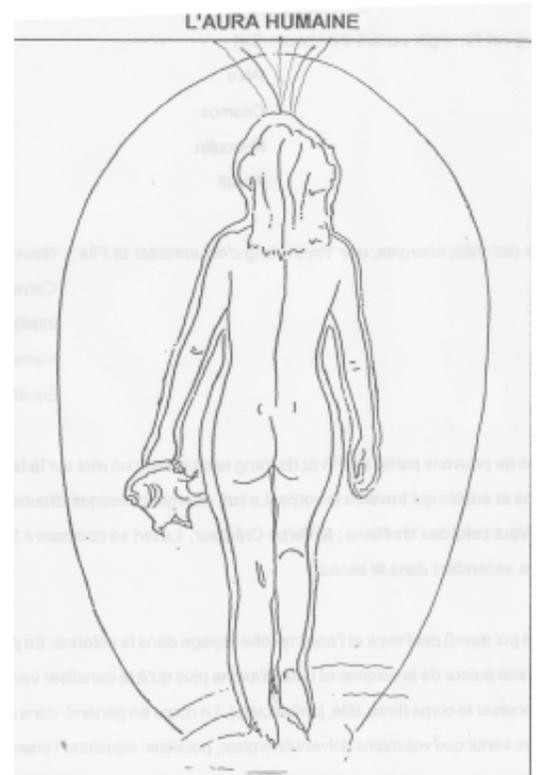
aurique (aura)

Kundalini est aspiré jusqu'au troisième œil. La lumière de l'âme est perçue par l'œil pur. Faites entrer Prana en respirant sensuellement par le nez, d'une manière régulière et naturelle. Fo-Hat est chargé à bloc d'énergie, fluide universel.

Les mains, grâce à la volonté du magnétiseur, laissent circuler librement Fo-Hat vers l'extérieur et vers l'intérieur, suivant que l'on inspire ou que l'on expire toujours par le nez, Prana. Il est possible de maintenir le Fo-Hat (magnétisme) dans les mains un long moment avec concentration dans une circonstance voulue. Kundalini.

Prana et Fo-Hat travaillent maintenant en consciente harmonie, il est possible à l'expérimentateur de sentir le fluide (l'énergie) circuler dans et entre les corps. Il y a mariage énergétique, chimie des corps. C'est la communion énergétique, les auras communiquent.

Vous ne faites plus qu'un. Il est possible que nous arrivions à faire cela d'une façon naturelle. Pratiquons-le ! Essayons-le ! Foi et persévérance sont la clé du succès énergétique.



YIN ET YANG (LES CHINOIS) Polarités vers l'unité.

« Toute chose se multiplie et s'augmente à l'aide d'un principe masculin et d'un principe féminin ». - L'Hollandais, MADATHANUS

Les chinois disent « Yin et Yang jamais ne se séparent. »

Yin est l'énergie venant d'en-bas, Mère-Terre, Gaïa, Féminin, Négatif * Voir chapitre 2

Yang est l'énergie venant d'en haut : Ciel, Père, Cosmos, Masculin, Positif.

Unir ces deux énergies, unir Yin et Yang, c'est enfanter le Fils : Nous, Conscience, Intelligence, Harmonie des polarités : positif/négatif, masculin/féminin, unité avec le divin, Équilibre énergétique.

Nous ne pouvons parler de Yin et de Yang sans glisser un mot sur la *tsri*. La *tsri* est l'énergie divine et subtile qui traverse le corps. La *tsri*, énergie cosmique circulante, est un concept qui équivaut à celui des chrétiens, le Verbe Créateur. La *tsri* se compare à la Kundalini* qui a son siège ascendant dans le sacrum. C'est aussi par l'expiration et l'aspiration qu'elle voyage dans la colonne. En passant par le nez, elle tournoie autour de la colonne et nous n'avons plus qu'à la canaliser vers l'endroit désiré pour harmoniser le corps. En général, dans une région en particulier, elle va sentir que vos mains doivent énergiser, polariser et équilibrer l'énergie.

* Pour mieux transmettre l'énergie de façon naturelle et équilibrée, il est primordial de se centrer sur l'énergie *Ki* (Chi). Plus le flot d'énergie de la Chi circule lentement, plus il y a harmonie apaisante, donc aucun stress n'est possible. Le Chi est situé à environ 2 pouces au-dessus du

nombril, soit au niveau du plexus solaire (hara).

* **Feng Shui pour tout réussir**, Catherine Battesti, Éditions Ultima.

À la maison, vous pouvez savoir comment est l'énergie Chi grâce au tintement d'un carillon ou d'un mobile métallique sonore installé à l'extérieur près de la porte d'entrée principale. Si le tintement est saccadé et rapide, l'énergie est stressée. Si au contraire le tintement est doux et harmonieux, le Chi est en santé. (théorie des maîtres du Feng Shui)*.

Terminons ce chapitre en synthétisant les trois concepts différents ci-haut mentionnés. Ces trois concepts, Dieu, les trois forces du Soleil, Yin & Yang sont vrais. Ils veulent dire la même chose. À vous de choisir celui qui vous plaît et qui rejoint naturellement et harmonieusement, au mieux, votre personnalité.

Quand nous parlons d'énergie, nous faisons toujours allusion au fluide universel, fluide magnétique. L'énergie voyage dans le corps humain. Nous le savons. Nous sommes des corps de lumière. À nous de la canaliser et de nous en servir à bon escient et pour notre bien collectif. Sinon, nous pourrions avoir quelques surprises et quelques déceptions ; stagnation.

Soyons prudents lorsque nous transmettons notre Amour en nous servant du fluide universel d'une manière évolutionnaire, avec amour et tendresse.

HISTOIRE SAGE

Je me souviens d'une histoire que ma grande soeur me racontait. Il s'agissait de deux jeunes garçons qui voulaient jouer un tour au vieux sage de la montagne. Ils prirent une colombe, la cachèrent dans leurs mains et arrivés devant le sage, lui demandèrent : « *Qu'est-ce que l'on tient dans nos mains grand sage ?* » « *Une colombe* » répondit-il ayant vu une plume blanche tomber. « *Est-elle vivante ou bien morte ?* » demandèrent-ils de nouveau. Après quelques secondes de réflexion, le sage homme répondit : « *Sa vie est entre vos mains et dans votre coeur...* »

Pour franchir 2012, c'est le futur de l'humanité qui est entre les mains et le coeur de chacun des êtres humains. L'amour est la clé de notre futur ! Deux mille ans d'amour et de paix attendent l'humanité. L'*homo luminus* pourra dire à ses enfants : « *Lors de la Transition des Âges de 2012, j'y étais pour vous tous et pour notre Terre* ».

La vie est une forme d'énergie intelligente et fragile. Notre pensée permet de la faire circuler d'une façon consciente dans notre corps, de notre chakra sexuel en passant par tous les autres chakras, principalement du coeur, jusqu'à nos mains.

PUISONS L'ÉNERGIE

Puisons l'Énergie Cosmique et transmettons-la à notre partenaire par le médium de nos mains. Pour charger nos mains de cette Énergie, je propose deux modes d'emploi.

Le premier : Frottez vos mains vigoureusement ensemble jusqu'à ce qu'elles se réchauffent suffisamment : elles seront alors chargées énergétiquement. Concentrez votre pensée sur l'énergie de votre coeur.

Durée de chaque manoeuvre à un chakra : de une à cinq minutes.

Lorsque vous respirez, imaginez que l'Énergie Cosmique (Prana) entre par votre nez. Vous sentirez fort probablement votre corps se réchauffer. C'est naturel !

«Un homme prend conscience de lui par le respire nasal.» -Dr. HANISH.

Prenez le même rythme respiratoire que votre conjoint, si possible, pour vous faciliter la

tâche. Vous serez au même diapason. Vous serez tous les deux sur la même longueur d'onde énergétique.

Sentez l'énergie se déplacer (Fo-Hat) et placez vos mains chargées électriquement au-dessus du centre sexuel (kundalinien) de votre partenaire. Tout le monde a un chakra sexuel en éveil. Pour nous, adultes, c'est notre premier niveau de conscience animal. C'est, vous le savez, l'endroit où est situé l'organe de la reproduction, de la continuité de la race, notre sexualité bien sûr !

Vos mains, au-dessus du centre vital sexuel (kundalinien), lorsque chargées, communiqueront l'énergie. Vous expérimenterez l'activité énergétique de ce chakra, presque toujours en mouvement chez l'homme et la femme. En longeant le côté antérieur du corps de bas en haut jusqu'au-dessus de la tête, votre partenaire allongé confortablement sur le dos sera très détendu et à l'écoute de son corps.

Vivez le Grand Message d'Amour de cet instant merveilleux. Dans le moment présent. Il y aura un flux et un reflux d'énergie. C'est tout à fait normal, comme les vagues de la mer viennent et repartent. Vous comprenez le cycle, l'équilibre et la continuité qui s'installent alors harmonieusement .

Ensuite, remontez les chakras, l'un après l'autre, et recommencez autant de fois que vous le voudrez. Lorsque des picotements seront ressentis dans vos mains, vous passez au centre énergétique suivant. Terminez en vous lavant les mains à l'eau froide pour vous débarrasser de toute énergie statique.

Si, par manque de concentration, la première méthode ne vous réussit pas, essayez celle-ci. Chauffez vos mains près d'une flamme, chandelle, feu dans la cheminée ou bien sous l'eau chaude du robinet, puis passez-les au-dessus des chakras de votre partenaire comme dans la première méthode suggérée. Si ici, vous ne sentez pas encore l'énergie circuler, votre conjoint la sentira assurément. C'est inévitable ! Et si, au contraire vous ressentez le transfert, vous découvrirez le pouvoir magique équilibrateur de la main magnétique.

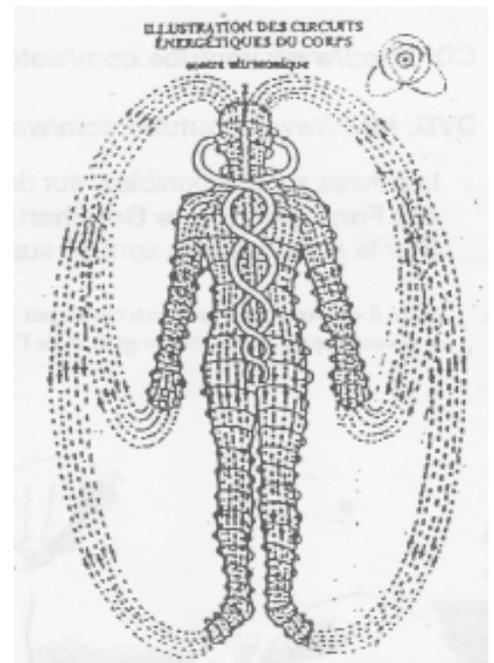
Un nouveau niveau de conscience vous sera donné si vous ne l'avez pas déjà expérimenté.

Nous sommes sur la Terre afin d'évoluer intelligemment. Cela vaut la peine d'essayer d'y arriver. Persévérons. Le succès attend celui qui s'y prépare, celui qui vise l'évolution et qui s'attèle à la tâche ! À chacun son rythme...

Tout dépendra de l'intensité de la chaleur-énergie déployée, de la douceur-sensualité de vos mouvements et de votre respiration. Ajustez-vous au même rythme respiratoire que l'autre. Tous n'ont pas le pouvoir conscient de transmettre avec la même intensité. Il y a des gens qui sont plus habiles parce qu'ils auront pratiqué plus souvent que d'autres ou parce qu'ils auront découvert leur pouvoir énergétique plus tôt que d'autres.

Une chose est certaine. Nous possédons tous ce pouvoir mais à des degrés différents, dépendamment de l'évolution personnelle. Tous les jours, les hommes de toutes les nationalités se communiquent de l'énergie en se touchant occasionnellement lors de rapports interpersonnels.

L'énergie n'a pas besoin obligatoirement du toucher pour opérer son transfert. Par exemple, une personne qui nous est antipathique est une personne dont les énergies sont déplaisantes ; nous disons qu'elle n'a pas de bonnes



vibrations. Et le coup de foudre se produit lorsque deux personnes se regardent et que leurs énergies circulent au même diapason. Rien ne s'oppose au doux, sensuel, tendre transfert de l'émission-réception énergétique de leur Amour universel mutuel*.

***Éducation dans le nouvel âge**, Alice A. Bailey, Éditions Lucis, Genève.

Soyons d'intelligents transmetteurs d'Amour lors de nos expériences énergétiques entre conjoints. C'est de la plus haute importance. Pendant des relations amoureuses harmonieuses, vous ouvrirez les portes du bonheur qu'apporte le toucher sensuel du corps. Il solidifie naturellement votre relation.

QU'EST-CE QUE LA POLARITÉ ?

La polarité est, concrètement, la synthèse de différentes disciplines anciennes d'inspiration occidentale (chiropratique, ostéopathie, neurologie, naturopathie) et orientale (acupuncture, shiatsu, astrologie médicale, ouverture des chakras). Elle est orientée vers la rééquilibrage des énergies vitales et la transformation de l'Être. C'est l'heureux mélange de la tradition médicale chinoise, ayurvédique de l'Inde et égyptienne.

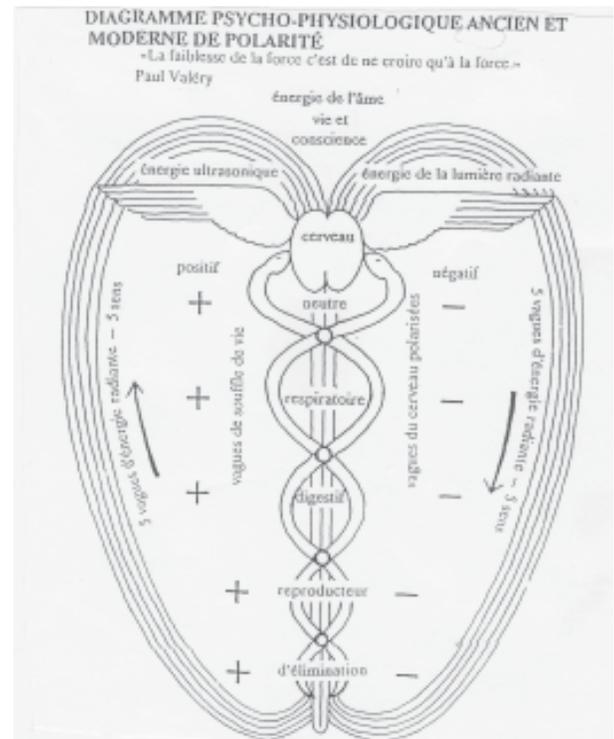
L'action de la Polarité s'avère tant préventive que curative, puisque le rétablissement de l'**énergie vitale** aide au bon fonctionnement de l'organisme humain. Un des effets immédiats que presque tous expérimentent, est une grande détente. Le corps et l'esprit deviennent calmes et sereins. Il est intéressant de noter que le travail fait durant une séance de Polarité se poursuit après le traitement. Les effets spécifiques ne sont pas toujours immédiats et varient selon le déséquilibre de la personne.

En effet, en travaillant sur les courants d'énergie et les pôles magnétiques physiques, le déséquilibre intérieur n'étant qu'un blocage de ces courants de vie, la polarité rééquilibre, grâce à des techniques douces, l'énergie vitale du corps. Thérapie corporelle et approche holistique. Cette technique s'adresse aux corps physique et électromagnétique, ainsi qu'aux dimensions mentale et émotionnelle de l'Être.

« L'Art de la Polarité est d'équilibrer l'Être Humain avec la nature, de le remettre dans le champ d'énergie universelle, pour que tous les éléments puissent couler librement ». -
Dr Randolph. Stone, créateur de la polarité (1975)

Corps énergétique, électromagnétique ou éthérique (énergie vitale)

Le but de toute thérapie holistique est de vous donner accès au bien-être physique, émotif et mental. Lorsqu'une thérapie convient à votre cas particulier, restez-y fidèle. Ne naviguez pas d'une thérapie à l'autre. Gardez celle qui vous apporte le plus grand bien, car on peut s'y perdre avec toute cette multitude de traitements et de philosophies de la vie que la mode « Nouvel Âge » véhicule.



Nous sommes submergés par la grande vague de courant de l'ère du Verseau, très souvent au profit des comptes en banque de manipulateurs et d'opportunistes avides de pouvoir et au détriment de celui ou celle qui se cherche dans toute cette aventure qu'est la découverte de soi.

L'énergie est intelligente. Le but de l'énergie est de maintenir et de régénérer la vie.

«La faiblesse de la force c'est de ne croire qu'à la force ». Paul Valéry

«Il en sera fait selon votre foi». La Bible

MASSAGE CORPOREL POUR VOTRE DÉTENTE GÉNÉRALE

Massage par millions

Si vous ne considérez pas qu'une session de massage soit un des points culminants de votre semaine, de votre vie, c'est probablement parce que vous n'avez pas encore essayé. D'ailleurs, de plus en plus de gens sont de cet avis.

Le massage rend la grossesse plus facile

Si vous êtes enceinte, vous devez anticiper avec excitation les joies de la maternité. Mais vous ne vous attendiez pas à certaines malaises et douleurs qui accompagnent ce stresser physique majeur. Le massage peut vous libérer de quelques-uns des inconforts reliés à votre état et possiblement rendre l'accouchement plus facile.

Le massage est efficace, entre autres, pour les activités physiques, le sport et le plein-air

Os brisé (après déplâtre), Bronchite asthmatique, Maladie du coeur (circulation sanguine), Amélioration des habitudes de vie, Indigestion et constipation, Désordre neuromusculaire, Problème relié au troisième âge, Problème émotionnel, Réaction post chirurgicale, Désordre du sommeil, Crampes, entorse, foulure, Syndrome articulaire temporomandibulaire (SAT), Support pour patient sidatique, Cas d'abus physique.

POLARITÉ POUR ÉQUILIBRER L'ÉNERGIE VITALE DE VOTRE CORPS

Le pouvoir guérisseur de la polarité

La thérapie de la polarité ne traite pas les maladies. Elle traite l'énergie du corps. Lorsque l'énergie du corps est balancée, la douleur et la souffrance peuvent être surmontées. Toute douleur est un blocage d'énergie. Débloquez l'énergie et la douleur se dissipe. La polarité est prouvée efficace pour différentes douleurs allant de la moindre à l'intolérable.

La polarité est efficace entre autres pour se réorienter sur la voie de la santé

Douleur au dos, au cou, Kyste, Douleur menstruelle, migraine (SPM), Problème émotionnel, Stress rattaché au vieillissement, Récupération rapide.

PARAFANGOTHÉRAPIE* :

**Meilleure thérapie où de la chaleur est requise
(Boue volcanique mélangé à de la paraffine en
cataplasme)**

Bref aperçu de la vertébrothérapie

La méthode des neuf temps ou neuf manières de traiter la colonne vertébrale et le corps humain a fait le tour du monde.

Elle n'est pas surpassable pour la bonne raison qu'elle consiste dans la juxtaposition, la combinaison et la synthèse des neuf manières d'agir des neuf métiers existant depuis la préhistoire. Ces manières d'agir et les métiers correspondants d'ailleurs aux neuf composantes de la colonne vertébrale et du corps, des neuf tissus au sens où BICHAT utilisait ce mot des entités anatomo-physio-mécaniques.

Cette méthode a renouvelé la rhumatologie drogo-chimique, dont les populations ne veulent plus. Les vertèbres qui sont au nombre de 24, commandent le sympathique ou les nerfs ordinaires, tous les muscles, os, articulations, organes et tissus. Elles sont sous nos mains, d'où une médecine simplifiée datant probablement des civilisations disparues.

Les temps sont :

1. Masser, calmer, mobiliser (massage corporel et chinois).
2. Débloquent, manipuler (ostéopathie, chiropractie).
3. Allonger, détordre (élongation douce sous massage).
4. Soutenir, ceinturer (lits, sièges, corsets).
5. Désinfecter, recalcifier (chimie, thermalisme, vitaminothérapie, etc.)
6. Réchauffer, remuscler (**Parafango** di Battaglia (voir en fin de volume), gymnastique corrective vertébrale).
7. Redresser, respirer (gymnastique corrective vertébrale).
8. Détendre, se suspendre (espalier, suspension de la tête).
9. Posture, Yoga (Yoga iranien et égyptien). Massage-yoga thaïlandais.

Le Dr. André de Sambucy est le créateur de la méthode des neufs temps. Il est médecin, gymnaste, ingénieur-inventeur et ostéopathe. Il est aussi le fondateur, en France, de l'école de masso-kinésithérapie Sambucy. Celui qui aussi, depuis 1948, a rassemblé cette méthode qu'est la vertébrothérapie qui a d'ailleurs fait le tour du monde et que j'ai étudié pendant 10 ans, à partir de mes dix-huit ans.

Le tout se dit « Vertébrothérapie holistique », La conscience universelle commence par la conscience du corps-cœur-cerveau et de la fragilité de la colonne vertébrale « L'arbre de vie » que nous devons protéger chez l'homme grâce aux thérapies manipulatoires comme l'ostéopathie, la vertébrothérapie, l'étiopathie, l'orthothérapie, la chiropractie et la physiothérapie vertébrale ou physiatry. Attention à votre posture corporelle. Écoutez les conseils ergonomiques à votre lieu de travail. Protégez vos vertèbres ! Votre corps et l'aisance dans vos mouvements en dépendent.

Suggestion de lecture : **Traité de massage vertébral familial** du Dr. A. de Sambucy, éditions Dangles, Paris

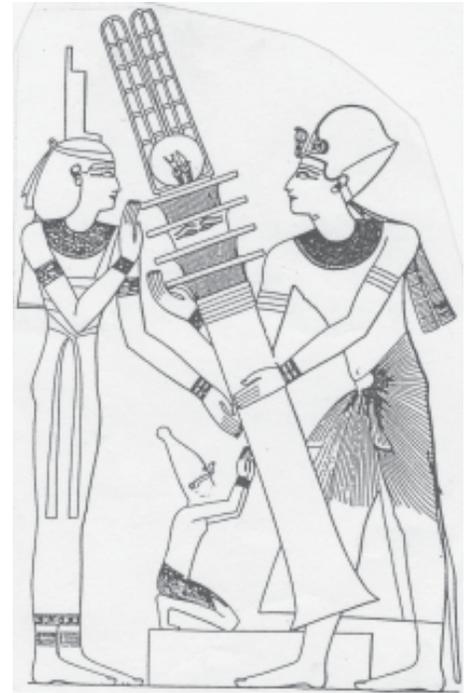


Comme nous devenons ce à quoi nous pensons, les pensées négatives et les peurs tracent dans le mental des sillons d'ondes d'énergies négatives de découragement et d'impuissance.

Nous ne pouvons pas semer des pensées négatives et récolter des résultats positifs. Pour cette raison, nous devons affirmer le positif et le maintenir en tant qu'idéal de schéma positif de pensée et d'action.

Au coeur même de la recherche de la santé véritable se trouve la question essentielle du but de la vie. Quel est notre but personnel, en terme de l'utilisation que nous faisons de ce corps et de cet esprit ? Et quel est notre but du DON DIVIN de cette vie humaine ?

Le simple fait de n'avoir aucune souffrance physique ne signifie pas toujours un état d'esprit heureux. Nous avons droit à davantage et il y a là une raison supérieure à notre existence en ce monde. Chacun de nous recherche le Bonheur intérieur qui ne provient pas des résultats extérieurs, mais de l'harmonie de notre être intérieur. Quel est le but de la vie si ce n'est de faire l'effort d'atteindre un niveau de conscience plus élevé ? C'est ce à quoi le prochain chapitre tentera de vous faire accéder...



Dessin égyptien de l'importance vertébrale

LA SCIENCE ET LA FORCE-DE-VIE

Einstein dégagea sa célèbre formule $E = mc^2$ qui implique que la matière peut être changée en énergie. Pour les thèses matérialistes en vogue, ce fut le signal d'un changement nécessaire. La médecine resta en retrait de cette évolution des idées, car elle était trop attachée à son concept mécanique du corps humain et surtout trop aveugle quant à la réalité de l'énergie interagissante du corps humain. Isolés, quelques médecins et praticiens d'une approche plus globale de la santé humaine-groupe, cependant toléré aux États-Unis, mais rarement pris au sérieux par la majorité de leurs collègues, accordèrent toute leur attention à ce concept de force-de-vie.

L'AMOUR ; UN MERVEILLEUX GUÉRISSEUR

Siècles après siècles, nos ancêtres ont loué l'amour
Ce merveilleux guérisseur.

S'il n'y a plus d'amour, la force-de-vie arrête
Et le corps marquera cet arrêt.

Point n'est besoin d'essayer d'aimer

Ou de susciter l'amour

Car l'amour, c'est notre nature essentielle et vraie.

L'action de la Polarité s'avère tant préventive que curative puisque le rétablissement de l'énergie vitale aide au bon fonctionnement de l'organisme humain.



On les appelle les cinq éléments : terre, eau, feu, air, éther.

Le principe des cinq éléments représente une base importante en polarité. Générés par les chakras ou centres énergétiques, ces éléments correspondent à différents niveaux énergétiques génito-urinaire, digestif, respiratoire, circulatoire et nerveux. Ainsi, tout blocage énergétique à un

un niveau physique peut avoir des répercussions sur les autres niveaux (mental, émotionnel).

La maladie et les Cinq Éléments (3)

J'aimerais utiliser les cinq éléments pour explorer la maladie et les processus de guérison. Le cycle des Éléments peut être utilisé pour décrire tout ce processus. Appliquons-les donc ici. Nous prendrons l'exemple d'une maladie physique et nous la suivrons dans le cadre de référence des éléments.

La phase Éther peut être considérée comme un état de flux énergétique équilibré et ouvert. L'énergie, qui pulse et se condense dans la forme, est exprimée, puis retourne à la source.

Lors de la phase Air, le processus d'attachement et le mouvement de l'égo a cristallisé les énergies dans des schémas de pensée, de sentiments et des schémas physiques fixes. Le déséquilibre physique peut alors survenir. Du fait de ce «champ de déséquilibre», le désordre se produit et les processus de la maladie peuvent se manifester.

Dans la phase Feu, une maladie aiguë peut se déclarer. Le corps essaie de se purger. La fièvre, les frissons et la douleur surviennent tandis que le corps tente de revenir à l'équilibre. Si la vitalité du corps est trop basse ou si les symptômes aigus sont supprimés par des médicaments, les symptômes deviennent «souterrains».

Le déséquilibre entre alors dans une phase Eau chronique où les symptômes deviennent une tendance sous-jacente. Il n'y a pas assez de vitalité dans le corps pour qu'il se purge, mais l'abattement n'est pas total. Le système esprit-corps va vers un désordre de plus en plus grand tandis que l'énergie devient de plus en plus congestionnée.

Dans la phase Terre, ce processus aboutit à la stagnation et à la mort des tissus. Ainsi se déroule le mouvement de l'équilibre vers le désordre.

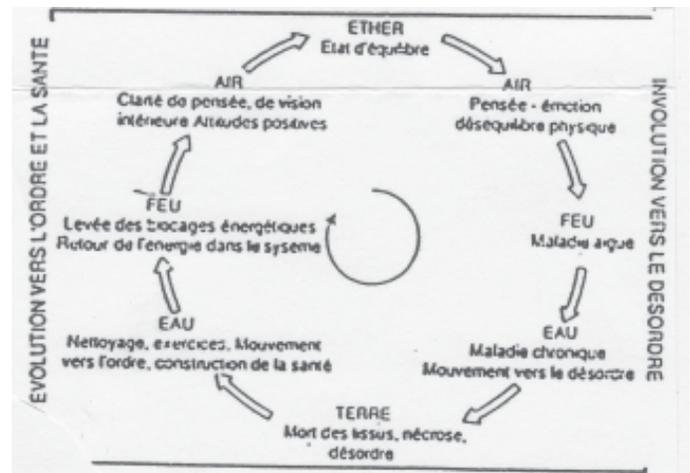
Dans le processus de construction de la santé, nous commençons un mouvement de retour à la santé. Nous portons notre attention sur la phase Eau chronique du processus et faisons circuler les énergies par le biais du nettoyage des tissus, des régimes constructeurs de santé et des exercices. Le travail corporel commence pour permettre aux énergies de circuler et de s'équilibrer.

À la phase Feu, le travail corporel et les exercices augmentent la vitalité au point de rendre possible un processus de guérison. C'est un mouvement qui se crée depuis les processus de désordre jusqu'à l'ordre supérieur où la vitalité est accrue et les énergies libérées. Une crise de guérison peut se produire ici dans la mesure où l'énergie est disponible à ce moment-là pour que le corps se purge et se guérisse lui-même. Dans une crise de guérison, certains symptômes originaux de la phase aiguë peuvent resurgir en tant que partie du processus de guérison.

Nous arrivons ensuite à une phase Air, où ont lieu des compréhensions du processus, où des leçons sont apprises et des processus de pensées et d'attitudes changés pour des schémas plus sains et plus positifs.

Nous sommes de nouveau dans le processus Éther et un sentiment de vaste espace peut se présenter ici, tandis que nous revenons à un état plus équilibré.

Il existe beaucoup d'autres rapports démontrant l'action d'un modèle et d'un plan dans le



champ d'énergie qui construisent et entretiennent le corps dans ses fonctions.

Le prophète Ézéchiël a témoigné de ces énergies en action par la description d'une vision grandiose : «**Le Char de Dieu**». Alors qu'il se trouvait en élévation d'esprit, il a décrit avec vénération la beauté des quatre éléments (l'éther étant celui d'où partent et retournent les quatre éléments) et le rapport avec chacun des autres éléments, comme une roue dans une roue. Il y a vu l'image symbolique de l'homme cosmique, le verseau (le batelier) ou la fonction du principe AIR comme champ énergétique. Il y a aussi vu un lion, le principe du FEU en action ; un aigle (le Scorpion), le principe de l'EAU dans sa circulation cosmique et un taureau, l'énergie TERRE dans son effet cristallisant.

Même si ces considérations se rapportent au zodiaque, il est facile de relier l'individu au cosmos à travers ces quatre éléments. C'est là le mystère du sphinx et du taureau ailé des babyloniens. Souvenez-vous : ces éléments sont des forces et ils remplissent dans le corps les fonctions qui peuvent influencer la santé et la force physique.

L'ALIMENTATION DE BASE VIVANTE

Classification des aliments d'après leur couche dans le champ magnétique terrestre.

Seulement quatre éléments sont essentiels à toute forme de vie. Quelques-uns possèdent plus d'un élément dépendamment du type et du besoin individuel. Ces éléments sont : nourriture, humidité, chaleur et air.

1. Nourriture – terre

La vie végétale nécessite une bonne terre pour se nourrir et pour sa croissance luxuriante. L'être humain et la vie animale, en retour, ont besoin de l'abondance de la Nature en ce qui a trait à la nourriture. Les animaux carnivores et charognards se nourrissent des restes. En bref, la terre est la mère de la nature. Stipulons que la terre est une sphère magnétique.

Les aliments, qui poussent dans la terre ou près de la surface de la terre, possèdent davantage d'énergie négative magnétique en eux, aussi bien que bon nombre de sels minéraux dans leur forme naturelle. Ils sont plus lourds et plus terrestres dans leur composition et leur charge électrique-magnétique en tant qu'organisme. Tout végétal-racine ou tubercule et tout herbage à racine appartiennent à cette catégorie et incluant les plantes à fibres, telles que la betterave, le navet, la pomme de terre, la carotte, l'oignon, l'ail, et toute herbe racine comestible. Ces deux derniers ont un goût épicé, qualité qui les rendent plus stimulants que nutritifs par leur action oxydante et digestive.

Les tubercules ont une qualité, à long terme, qui apaise la faim et sont riches en minéraux. Les sortes d'aliments qui contiennent ces principes, comme étant de ces denrées principales, ont une apparence raboteuse (difforme, irrégulière), comme la terre, et sont naturellement excellents pour la santé. Par exemple, les insulaires du Pacifique Sud emploient les plantes fibreuses comme alimentation principale.

Les Poméraniens d'Allemagne, dans les temps passés, se nourrissaient presque uniquement de lait écrémé, sûr ou nature, faisaient bouillir leurs pommes de terre avec la pelure. Tout comme les Bulgares, qui employaient le yogourt et le riz brun naturel en pain comme alimentation de base dans leur diète, gardaient la santé et avaient accès à une très longue vie. C'est le docteur Metchnikoff qui a éclairé le monde sur ces sujets qui rendent vigoureux et prolongent la vie, grâce au principe du «bacille acidophilus». De nos jours, il est fortement recommandé de prendre de l'Optiflora, Pro-biotique et Pré-Biotique. (Voir note en fin de livre). Les Chinois utilisaient un grand nombre de légumes-racine rouges, genre betterave et aussi le chou dans leur diète alimentaire.

Le type-terre de nourriture est favorable aux gens de forte constitution qui travaillent dur physiquement ou qui ont des moyens limités. En conclusion, disons que l'élément de la terre entretient la vie de façon simple.

2. Humidité – eau

La prochaine classification, d'après leur position sur la couche terrestre, est celle des aliments qui poussent au-dessus du sol et au ras du sol. Ce type d'aliment contient l'élément-eau en abondance et est riche en minéraux filtrés. Cette classification comprend la végétation verte comestible : concombre, melon, courge, citrouille, etc. En outre, les aliments acides se regroupent dans cette catégorie, dont les tomates, la fraise, l'ananas et la rhubarbe. Ils agissent comme dépuratifs et purgatifs. Ils sont comme les épices d'une salade quand ils sont regroupés. Une fois le jus alcalin et acide combiné, ces aliments devraient être choisis à cause de leur couche de provenance, et ce afin de faciliter leur digestion et leur oxydation.

Les fruits de mer s'incorporent également comme aliments de l'élément eau. L'élément eau de la graine de citrouille agit positivement sur les reins.

Les fruits de mer s'incorporent également comme aliments de l'élément eau. L'élément eau de la graine de citrouille agit positivement sur les reins.

Ce retour, à la nature et au passé, est en accord avec les éléments et le principe homéopathique qui énonce : «*On est ce que l'on mange*» et supprime la chimie sans vie de laboratoire. La terre et toute sa végétation ont besoin d'eau et d'humidité pour embrasser le principe magnétique du courant électronique (mouvement nucléaire-moléculaire de l'aliment vivant). Les cellules ont besoin d'humidité, tout comme les animaux et les êtres humains.

Le type eau des aliments convient mieux aux personnes de nature émotionnelle, de par leur trop grande énergie émotionnelle excessive.

3. Chaleur – feu – (soleil)

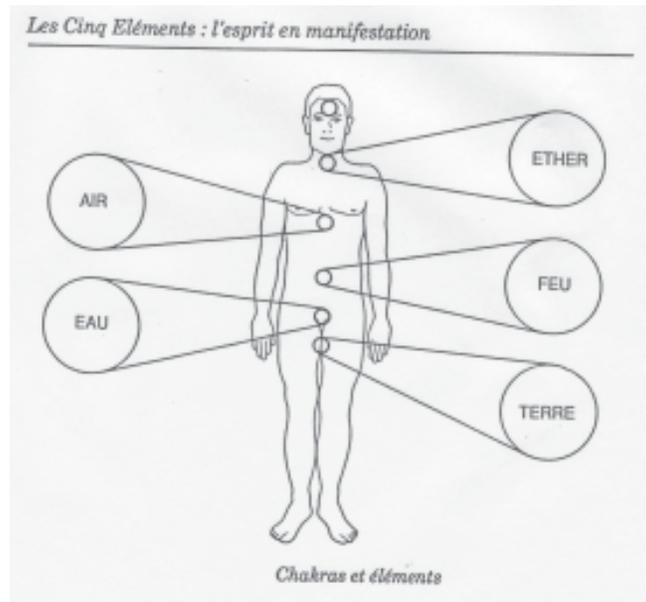
La couche suivante, située un peu plus au-dessus du sol, contient plus de charge électrique, appartenant à l'élément feu dans sa construction et son élaboration. C'est le cas spécialement des graines de sésame et des graines de tournesol. Ce sont des types positifs de nourriture. La papaye se joint à cette classification comme puissant éliminateur, en raison de son puissant élément-feu et sa faible teneur protéique sans acidité. Les raisins et leurs jus, quant à eux, sont des stimulants.

Les graines et les légumineuses sont riches en protéines et en amidons. Sont inclus dans cette catégorie : maïs, blé, riz, pois, fève, lentille, pois chiche, etc. Soulignons que le millet est riche en protéines et faible en amidons. C'est pourquoi on le recommande souvent aux diabétiques.

L'énergie feu, de ces aliments, est essentielle à l'homme car elle permet de remplacer l'énergie dépensée. Elle l'est aussi pour ses propriétés calorifiques. Le type feu de la nourriture est favorable aux personnes actives, dont le travail nécessite un effort physique et mental.

4. Air – oxygène (air vivifiant, air nutritif)

Les fruits et les noix sont situés au plus haut niveau de la couche au-dessus du sol et contiennent plus de l'élément air qui constitue leur construction atomique. L'air et l'oxygène sont



essentiels à toutes les formes de vie. L'oxydation est l'état final du processus de feu de la digestion. Nous respirons l'oxygène et expirons des dioxydes de carbone, lesquelles, en revanche, nourrissent toute la panoplie des plantes existantes.

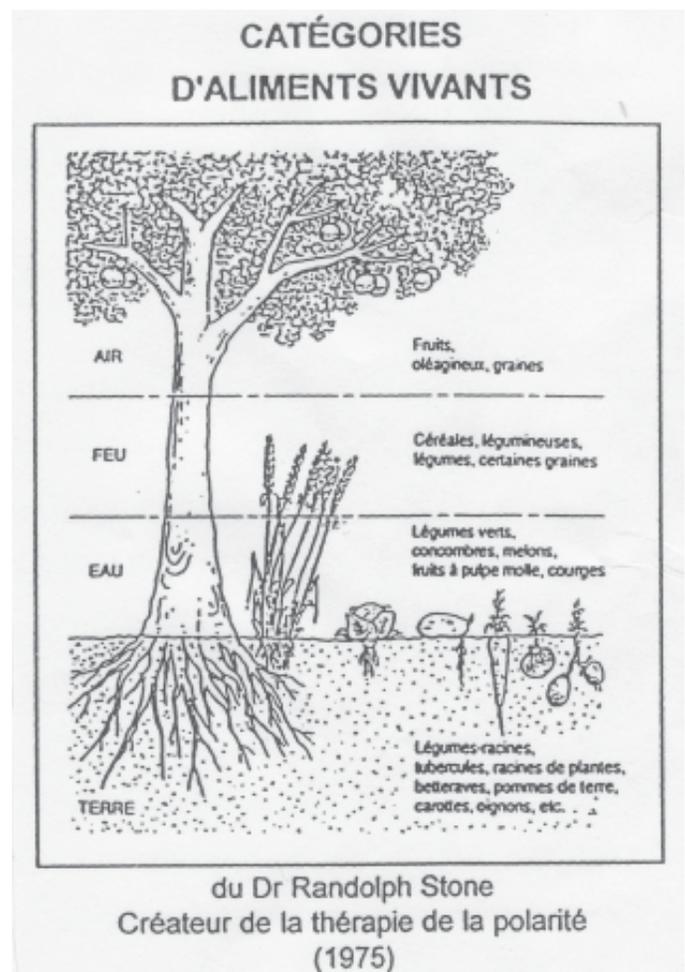
Les éruptions volcaniques aident la végétation en leur fournissant de la dioxyde de carbone, par intervalles, il va sans dire, dans l'atmosphère. Les fruits sont délicats avec plus d'espace entre leurs cellules, afin de laisser circuler plus d'air que tout autre type de nourriture. Les fruits citronnés sont constitués de compartiments parfaitement isolés de l'air extérieur et sont antioxydants comme les vitamines C – E – A (bêta carotène), le Zinc et le Sélénium. Ces cinq antioxydants contrebalancent les effets des radicaux libres contenus dans l'air pollué, dans l'alimentation remplie de préservatifs et de pesticides et souvent transgéniques.

Les noix sont des protéines délicates de nature plus Air que les graines et les légumes. À prédominance dans leur formation de l'élément "air" dans les fruits et les noix, ces genres de nourriture conviennent mieux aux grands sensibles, type de personnes électriques, qui ont besoin d'un grand remplacement en PRANIQUE (énergie vitale vivante – PRANA- élément de vie) ou de l'élément Air déployé par leurs grandes activités nerveuses.

Les singes le font par instinct. Toute variété animale a une charge électromagnétique d'énergie, qui demande à s'harmoniser avec son type d'alimentation approprié. Le même principe s'applique chez l'Homme. Même l'écureuil, qui vit dans les arbres, sélectionne les meilleures cocottes graines de pin et noix. Mais l'Homme mange n'importe quoi, de tout et se demande pourquoi il ne se sent pas bien.

La charge électromagnétique n'a pas été dévoilée dans la quête et la recherche sur les «vitamines » ou sous-teneur de vie. La chimie du futur constituera, dans ses procédés atomiques, à mesurer les charges d'énergie semblant ressortir de la nourriture solide (ou des solides).

Une autre source de prana, ou élément de vie, se retrouve dans les graines, lesquelles contiennent le pouvoir de croissance ou l'énergie latente en expansion. Quand celles-ci sont mises en terre ou déposées dans de l'eau distillée toute une nuit, l'eau va permettre à cette énergie latente de se manifester. Ceci aura pour résultat un breuvage qui soutiendra et revigorera les personnes qui ont des problèmes digestifs ou nerveux. Il améliorera leur condition quand la nourriture solide ou le même jus ne sont pas proprement digérés et oxydés. Cette méthode d'extraction de l'essence peut être employée avec les noix, les graines et les fruits qui sont riches en minéraux, comme les figues, les raisins, dans le cas où les minéraux et l'élément de vie naturel en eux sont requis. Toutefois, il ne faut pas manger ces aliments solides. Ce breuvage est facilement assimilé par l'organisme et n'est pas tellement concentré ou autant acide que



les jus extraits directement des fruits.

Le jus de carotte doit être consommé avec économie parce que la carotène a une affinité avec le foie et lorsqu'elle est prise en jus pur, la carotène s'accumule dans celui-ci en réserve, causant les symptômes de la jaunisse.

Chaque individu doit choisir ses aliments de façon à ce que ceux-ci soient facilement digérés et utilisés. C'est le point culminant de toute diète et de toute sélection nutritive.

Note pour les voyageurs et la maladie (*la turista*) : Prendre des limettes, en extraire le jus et diluer dans un verre d'eau et boire. Améliore le confort de la personne atteinte. En voyage, toujours boire de l'eau embouteillée et, surtout, ne pas oublier de se faire administrer les vaccins requis.

Chaque élément possède des attributs en rapport avec les diverses qualités de conscience, ce qui peut être conçu sous trois aspects. Ainsi, chaque élément gouverne certaines qualités d'expression mentale, émotionnelle et physique.

L'Éther gouverne les qualités d'esprit en rapport à la tranquillité, à la paix, à l'immobilité. On raconte qu'en présence d'un grand Maître spirituel, notre esprit est poussé vers ces qualités. C'est pourquoi, dans nombre de traditions, il est important de se trouver en présence du maître afin de faire l'expérience de la transmission de cette qualité d'esprit subtile. Lorsque nos esprits sont calmes et nos pensées vagabondes apaisées, nous pouvons vraiment voir, entendre et sentir les vérités intérieures. Le champ de l'élément Éther est la qualité d'énergie qui, dans la forme physique, reflète l'harmonie et l'équilibre de la Source primordiale du Tao, du Nirvana, de Dieu.

ALIMENTS GUÉRISSEURS

Aliments et leurs bénéfices

Abricot : Combat le cancer, Contrôle la pression sanguine, Préserve la vue, Protège contre Alzheimer, Ralentit le vieillissement.

Ail : Abaisse le cholestérol, Contrôle la pression sanguine, Combat le cancer, Tue les bactéries, Combat les champignons et les moisissures.

Ananas : Renforce les os, Accentue les diverticules, Aide à la digestion, Élimine les verrues, Arrête la diarrhée.

Arachide : Protège contre la maladie cardiaque, Favorise la perte de poids, Combat le cancer de la prostate, Abaisse le cholestérol, Accentue les diverticules.

Artichaut : Aide la digestion, Abaisse le cholestérol, Protège le cœur, Stabilise le sucre dans le sang, Prémunit contre les maladies du foie.

Avocat : Combat le diabète, Abaisse le cholestérol, Freine les attaques d'apoplexie, Contrôle la pression sanguine, Adoucit la peau.

Avoine : Abaisse le cholestérol, Combat le cancer, Combat le diabète, Préviend la constipation, Adoucit la peau.

Banane : Protège le cœur, Calme la toux, Renforce les os, Contrôle la pression sanguine, Empêche la diarrhée.

Betterave : Contrôle la pression sanguine, Combat le cancer, Renforce les os, Protège le cœur, Aide à la perte de poids.

Bleuet : Combat le cancer, Antioxydant, Protège le cœur, Stabilise le sucre dans le sang, Stimule la mémoire, Préviend la constipation.

Brocoli : Renforce les os, Préserve la vue, Combat le cancer, Protège le cœur, Contrôle la pression sanguine.

Cantaloupe : Préserve la vue, Contrôle la pression sanguine, Abaisse le cholestérol, Combat le cancer, Soutient le système immunitaire.

Carotte : Préserve la vue, Protège le cœur, Prévient la constipation, Combat le cancer, Favorise la perte de poids.

Cerise : Protège le cœur, Combat le cancer, Arrête l'insomnie, Ralentit le vieillissement, Protège contre Alzheimer.

Champignon : Contrôle la pression sanguine, Abaisse le cholestérol, Tue les bactéries, Combat le cancer, Renforce les os.

Châtaigne : Favorise la perte de poids, Protège le cœur, Abaisse le cholestérol, Combat le cancer, Contrôle la pression sanguine.

Chou : Combat le cancer, Prévient la constipation, Favorise la perte de poids, Protège le cœur, Aide les hémorroïdes.

Chou-fleur : Protège contre le cancer de la prostate, Combat le cancer du sein, Renforce les os, Chasse les Contusions (bleus), Prémunit contre les maladies du cœur.

Citron : Combat le cancer, Protège le cœur, Contrôle la pression sanguine, Adoucit la peau, Arrête le scorbut.

Eau : Favorise la perte de poids, Combat le cancer, Vaincre les pierres au foie, Adoucit la peau, Hydrate les tissus.

Fève : Prévient la constipation, Aide les hémorroïdes, Abaisse le cholestérol, Combat le cancer, Stabilise le sucre dans le sang.

Figure : Favorise la perte de poids, Freine les attaques d'apoplexie, Abaisse le cholestérol, Combat le cancer, Contrôle la pression sanguine.

Fraise : Combat le cancer, Protège le cœur, Stimule la mémoire, Calme le stress, Antioxydant, Combat la diarrhée.

Germe de blé : Combat le cancer du colon, Prévient la constipation, Abaisse le cholestérol, Freine les attaques d'apoplexie, Améliore la digestion.

Huile d'Olive : Protège le cœur, Favorise la perte de poids, Combat le cancer, Combat le diabète, Adoucit la peau.

Limette : Combat le cancer, Protège le cœur, Contrôle la pression sanguine, Adoucit la peau, Arrête le scorbut.

Lin : Aide à la digestion, Combat le diabète, Protège le cœur, Améliore la santé mentale, Stimule le système immunitaire.

Mangue : Combat le cancer, Stimule la mémoire, Régularise la thyroïde, Aide à la digestion, Protège contre Alzheimer.

Melon d'eau : Protège la prostate, Favorise la perte de poids, Abaisse le cholestérol, Freine les attaques d'apoplexie, Contrôle la pression sanguine.

Miel : Guérit les blessures, Aide à la digestion, Prévient les ulcères, Augmente l'énergie, Combat les allergies.

Noix : Abaisse le cholestérol, Combat le cancer, Stimule la mémoire, Remonte l'humeur, Protège contre les maladies cardiaques.

Oignon : Diminue les risques de crise cardiaque, Combat le cancer, Tue les bactéries, Abaisse le cholestérol, Combat les champignons, les moisissures.

Orange : Soutient le système immunitaire, Combat le cancer, Protège le cœur, Rétablit la respiration, Arrête le scorbut.

Pamplemousse : Protection contre la crise cardiaque, Favorise la perte de poids, Freine les attaques d'apoplexie, Combat le Cancer de la prostate, Abaisse le cholestérol.

Patate sucrée : Préserve la vue, Remonte l'humeur, Combat le cancer, Renforce les os.

Pêche : Prévient la constipation, Combat le cancer, Freine les attaques d'apoplexie, Aide à la digestion, Aide les hémorroïdes.

Piment Chili : Aide à la digestion, Apaise le mal de gorge, Libère les sinus, Combat le cancer, Stimule le système immunitaire.

Poisson : Protège le cœur, Stimule la mémoire, Combat le cancer, Soutient le système immunitaire.

Pomme : Protège le cœur, Prévient la constipation, Empêche la diarrhée, Améliore la capacité des poumons, Préserve les articulations.

Pruneau : Ralentit le vieillissement, Prévient la constipation, Stimule la mémoire, Abaisse le cholestérol, Protège contre la maladie cardiaque.

Raisin : Préserve la vue, Aide à vaincre les pierres au foie, Combat le cancer, Améliore la Circulation sanguine, Protège le cœur.

Riz : Protège le cœur, Combat le diabète, Aide à vaincre les pierres au foie, Combat le cancer, Freine les attaques d'apoplexie.

Son de blé : Combat le cancer du colon, Prévient la constipation, Abaisse le cholestérol, Freine les attaques d'apoplexie, Améliore la digestion.

Thé vert : Combat le cancer, Protège le cœur, Freine les attaques d'apoplexie, Favorise la perte de poids, Tue les bactéries.

Tomate : Protège la prostate, Combat le cancer, Abaisse le cholestérol, Protège le cœur.

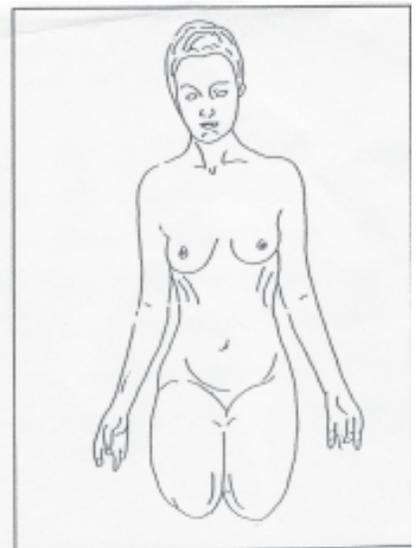
Yogourt : Prévient les ulcères, Renforce les os, Abaisse le cholestérol, Soutient le système immunitaire, Aide à la digestion.

Le langage de la nature est surprenant. Elle sauve des vies !

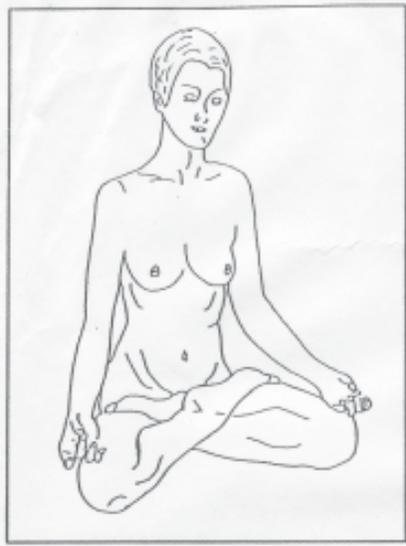
La nature nous appelle maintenant pour que l'on vienne la sauver !

La méditation à adopter, en tout temps

La méditation transcendantale enseignée par le Maha rishi Mahesh Yogi, hindou mystique qui prône que le calme mental qu'on atteint par la méditation est un état d'équilibre dans lequel l'esprit, en plein contrôle de lui-même, devient un centre dynamique de perception directe. Maha rishi décrit lui-même sa méthode en ces termes : *« Mon but est de mener l'esprit à un état où le monde extérieur ne l'atteint plus. Une fois parvenu à cela, vous êtes vraiment vous-même. C'est un état de pure conscience, de vigilance totale, d'existence absolue. Vous cessez d'être un individu pour n'avoir conscience que de vous-même comme faisant partie de tout ce qui existe ».*



La posture héroïque, appelée *virâsana*. C'est une posture facile et confortable du Hatha-yoga. Elle est idéale pour la pratique de la respiration et de la méditation.



La posture du Lotus. Le yogi, dans cette position tient ensemble le majeur et le pouce des deux mains. Cela permet la circulation de l'énergie en circuit fermé. Position de méditation traditionnellement appelée *padmāsana*.



Le Lotus, le symbole des chakras, est représenté par une fleur (conscience) qui s'épanouit, s'ouvre le jour à la lumière et qui reçoit les rayons cosmiques qui sont la vie en nous. Le soir, la fleur resserre ses pétales et se referme au repos. Maîtriser le processus des chakras, (centres d'énergie) c'est avoir le contrôle de ses émotions et de la pensée de son être global.

Pour en savoir plus sur la manipulation d'équilibrage des chakras, voyez «Polarité» dans la 2e partie du livre «**Massage et polarité**», éditions de Mortagne

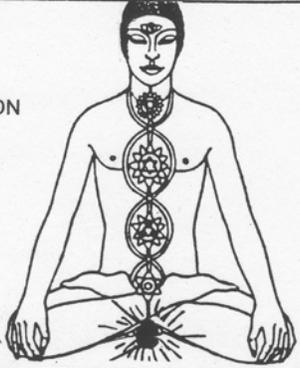
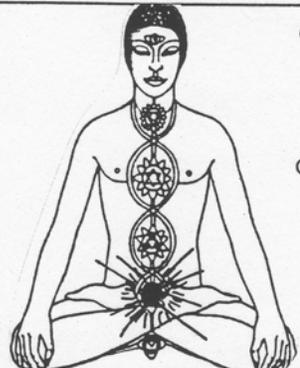
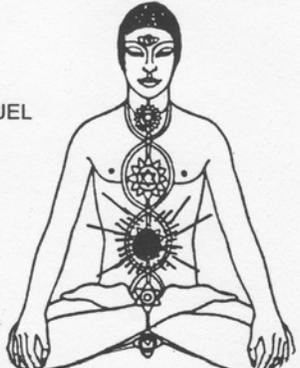
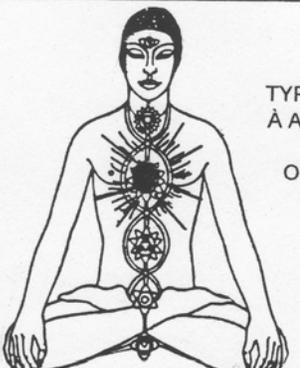
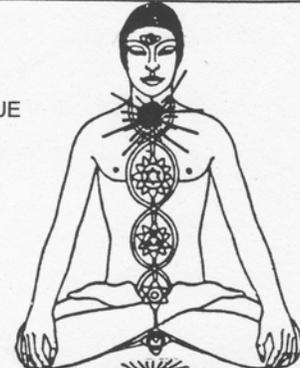
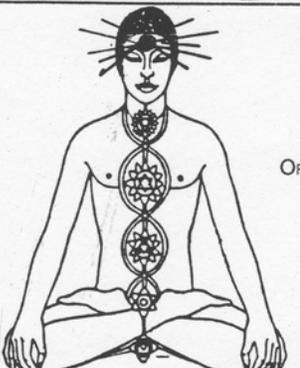
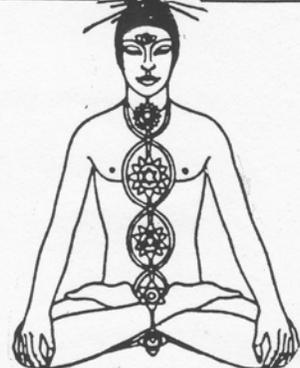
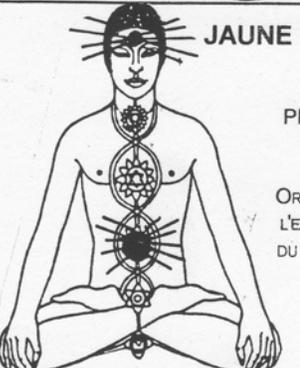
Pour prendre conscience du processus évolutif que suggère cette grille, elle doit préalablement être lue de bas en haut, du pôle de l'instinct vers celui de l'intuition ou encore de l'animalité vers la réalisation progressive de la divinité.

Les chakras supérieurs

SAHASHARA : Ce chakra correspond au sommet de la tête, mais comme il s'agit du niveau spirituel, celui du Soi par rapport au Moi, il n'a pas comme tel de correspondance aux plans physique et psychique. L'être qui parvient à éveiller ce chakra, autrement dit, à se définir consciemment à ce niveau, est parvenu à ce que l'on appelle, selon les écoles, l'Éveil, l'Illumination, la Libération, la Réalisation du Soi...Glande pinéale, épiphyse.

AJNA : Ce chakra correspond à l'hypophyse que l'on définit parfois dans l'enseignement traditionnel comme le «troisième oeil» et que, symboliquement, on se représente au milieu du front, plus précisément entre les deux sourcils mais un peu plus haut. Ce chakra se rapporte à la *vision grand angle* de la réalité, qui favorise le sentiment.

COULEURS DES CHAKRAS (ET AURA) AVEC TYPE RELIÉ ET ORIENTATION CORRESPONDANTE

| | |
|---|--|
| <p>ROUGE</p> <p>TYPE À SENSATION</p> <p>ORIENTÉ VERS L'ACTION</p>  | <p>ORANGE</p> <p>TYPE SOCIAL</p> <p>ORIENTÉ VERS LES GENS</p>  |
| <p>JAUNE</p> <p>TYPE INTELLECTUEL</p> <p>ORIENTÉ VERS LA PENSÉE</p>  | <p>VERT</p> <p>TYPE PORTÉ À ACQUÉRIR</p> <p>ORIENTÉ VERS LA SÉCURITÉ</p>  |
| <p>BLEU</p> <p>TYPE IDÉALISTIQUE</p> <p>ORIENTÉ VERS LA MÉMOIRE</p>  | <p>INDIGO</p> <p>TYPE INTUITIF</p> <p>ORIENTÉ VERS LE FUTUR</p>  |
| <p>VIOLET</p> <p>TYPE IMAGINATIF</p> <p>ORIENTÉ VERS L'ORDRE DIVIN</p>  | <p>JAUNE INDIGO</p> <p>TYPE PENSEUR- INTUITIF</p> <p>ORIENTÉ VERS L'EXPLICATION DU PSYCHIQUE</p>  |

VISUDDHA : Ce chakra correspond à la gorge. Thyroïde et parathyroïdes. Il concerne la communication au sens large et se rapporte à l'éveil de l'être à sa réalité psychique.

Le chakra moyen, médian, intermédiaire

ANAHATA : Ce chakra correspond au coeur : les émotions, les passions et lorsqu'il est éveillé, la compassion. Thymus.

Les chakras inférieurs

MANIPURA : Ce chakra, situé à trois centimètres sous le sternum, correspond au plexus solaire. C'est le chakra du pouvoir. Du point de vue de la psychologie : l'instinct de puissance. Pancréas.

SVADISTANA : Ce chakra correspond aux organes sexuels. C'est le chakra de l'instinct de reproduction et du plaisir. Du point de vue de la psychologie : la libido. Glandes génitales.

MULADHARA : Ce chakra correspond à la base de l'épine dorsale et à la région anale. C'est le chakra de l'instinct de conservation, du territoire. Du point de vue de la psychologie : l'instinct collectif. Capsules surrénales.

LA POLARITÉ HARMONISÉE ENTRE LE NÉGATIF/POSITIF, YIN/YANG

L'équivalence de polarité entre les aspects de la dualité, du négatif/positif, yin/yang permet à l'énergie de la conscience de circuler librement et d'éveiller les niveaux supérieurs. Seulement lorsque les chakras sont libérés (calmes, ouverts) l'énergie Chi (énergie vitale ou force-de-vie) circule sans danger, en montant jusqu'aux canaux psychiques du système des chakras. Entre-temps, l'aura peut toujours changer ou de demeurer statique (stable) dépendamment à quel chakra une personne pense, ressent ou entouvre. L'aura peut être jaune une minute et indigo ensuite ou les deux ensemble avec des «scintillements» émergeant de chacun des chakras, vibrant à différents niveaux autour des cinq corps que forme l'aura.

Lorsqu'un être est complètement épanouit énergétiquement, les couleurs de l'aura se mélangent comme faisant partie de l'invisible lumière blanche. Un tel être, parce qu'il n'entre pas en conflit avec la force-de-vie qui circule à travers ses chakras, est de ce fait plus vibrant, plus vitalisé, plus conscient que les autres personnes et ceci est la vraie signification du mot «spirituel», «Maître spirituel» relié avec le Divin. Soit l'*homo luminus*.

La construction de la santé concerne ce mouvement de la confusion et de la souffrance vers un équilibre et une harmonie plus grands dans la vie. Il est important de se rappeler que ce processus repose sur notre état d'esprit, nos pensées et nos attitudes. C'est dans ce domaine que nous créons les champs soit de la santé, soit de la maladie. Comme le Docteur Stone avait coutume de le dire ; « **ainsi sont vos pensées, ainsi êtes-vous** ». Pour terminer ce chapitre, j'aimerais communiquer cette dernière citation du docteur Stone, qui constitue peut-être la meilleure définition de la santé que je connaisse : *La santé ne concerne pas seulement le corps. Elle est une expression naturelle du corps, du mental et de l'âme lorsqu'ils sont en phase avec la Vie Une. La Santé véritable est l'harmonie de la vie en nous, consistant en paix de l'esprit, bonheur et bien-être. Ce n'est pas seulement une affaire de forme physique, mais plutôt le résultat de l'âme trouvant son expression à travers le mental et le corps de tel individu. Une telle personne rayonne la paix et le bonheur et, chacun se sent automatiquement heureux et satisfait.*

Le cercle polarisant (4)

Dans l'évolution de la méthode de la polarisation énergétique, le Cercle Polarisant est

apparu en 1978, telle une réelle nouveauté .

Suggestion de lecture : **Massage pour enfants**, Gilles Morand, Éditions de Mortagne, 2001

Mettant en oeuvre des techniques d'imposition des mains sans contact et sans pression, il évite toute douleur. Les enfants s'amuse en le pratiquant. Sa simplicité est telle qu'on peut l'enseigner dès l'âge de six ans pour, et en quelques minutes d'apprentissage, obtenir des résultats parfaits.

Quant à son impact, le Cercle Polarisant se révèle très puissant. Plus puissant même, sur certains sujets, qu'une session complète d'équilibrage énergétique de "l'un -à- l'autre".

Pour faire le Cercle, il faut six personnes. Elles permettent de créer un circuit canalisant tout leur amour vers une septième personne. Cette dernière devient centre du Cercle; elle n'a qu'à se laisser aller, décontractée, respirant profondément, disponible pour une expérience sensitive particulièrement accusée.

Le Cercle peut s'organiser autour d'une personne allongée par terre. Toutefois, pour accorder à chacun des participants une position confortable et facile à conserver, il est préférable de le pratiquer autour d'une table de massage où s'allonge sur le dos le bénéficiaire.

"OM", ce phonème sanscrit bien connu et en usage en Inde depuis des millénaires, me semble être un son dont l'effet vibratoire induit une détente harmonique. En conséquence, je conseille vivement à chacun des participants du Cercle de chanter le OM pendant cet exercice. Le résultat est meilleur. Il faut chanter en demeurant longtemps sur le O et très peu sur le M, tel que "OOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOMM".

Au moment où toutes les voix s'harmonisent, le "OM" s'amplifie, son effet s'intensifie.

La personne centre du Cercle ne chante pas le "OM", elle écoute du corps tout entier et se laisse pénétrer par ces bienfaisantes vibrations.



Les positions du cercle (5)

Premier participant : En bout de table, son rôle est de donner comme un berceau. Ses mains n'auront pas de contact avec la tête de la personne, elles devront être bien détendues, les pouces à hauteur des oreilles, l'index et le majeur allongés en descendant le cou.

Deuxième participant : Il se place à hauteur de l'épaule droite du bénéficiaire. Il pose délicatement sa main gauche sur le front, et sa main droite bien ouverte sous la cage thoracique, au centre du corps, sans exercer de pression.

Troisième participant : Il s'installe face à la hanche droite de la personne. Il pose sa main droite sur la hanche gauche, et sa main gauche sur l'épaule droite.

Quatrième participant : Juste en face du précédent, il prend la position symétrique.

Cinquième participant : Situé face au mollet droit de la personne, il saisit de sa main droite le

pied gauche, et de sa main gauche lui prend la main droite.

Sixième participant : En face du cinquième participant, il prend la position symétrique.

Comment pratiquer le cercle polarisant (6)

1. Il faut conseiller au bénéficiaire une détente complète qu'il obtiendra en respirant douze fois lentement et profondément, tout en s'abandonnant chaque fois un peu plus.

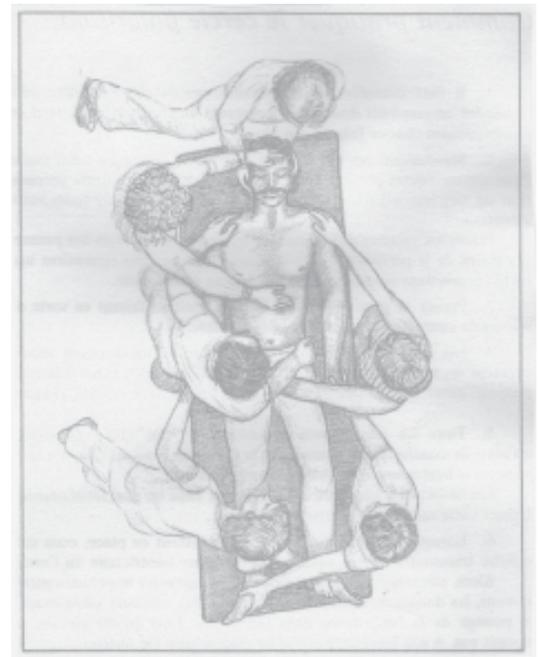
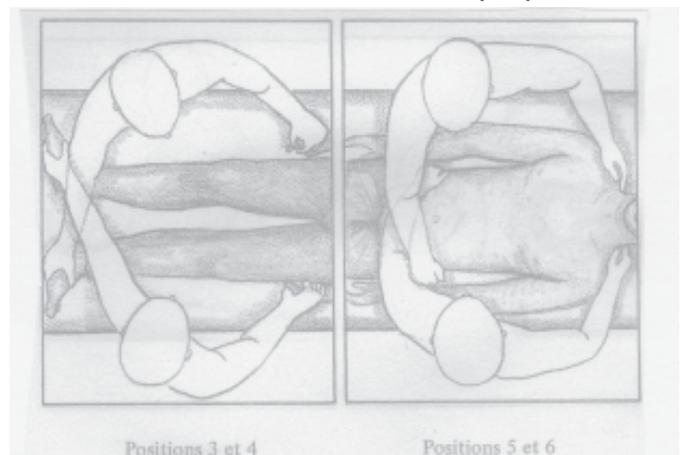
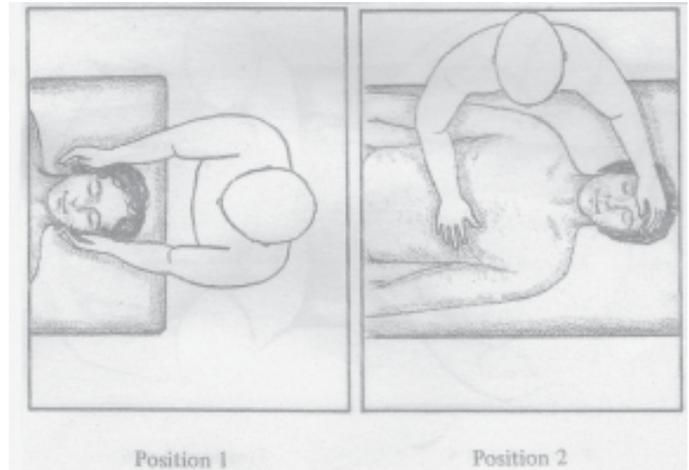
2. Maintenant, les participants se frottent les paumes des mains l'une contre l'autre pendant au moins une demi-minute. Cette préparation est très importante, il ne faut pas la négliger. Donnez-y toute votre attention. Placez les paumes de vos mains à quelques centimètres des paumes des mains de la personne à côté de vous. Lorsque vous ressentirez une forte énergie dans vos mains, il sera temps de commencer.

3. Prenez la position qui est la vôtre, tout en faisant en sorte de n'avoir de contact qu'avec la personne allongée.

4. Les troisième et quatrième participants, d'un commun accord exercent un bercement agréable et régulier du bassin du bénéficiaire, en prenant garde de ne pas entraîner dans le mouvement, les épaules.

5. Tous les participants entonnent le "OM" bien conscients qu'ainsi ils manifestent leur amour et le donnent. Pendant cinq à quinze minutes, le bercement et le chant s'harmonisent. Les séances les plus longues se révèlent aussi les plus satisfaisantes. Laissez votre commune intuition en décider.

6. Lorsque cesse le "OM", les mains restent en place, mais sans relâcher. Transmettez votre amour à la personne bénéficiaire du Cercle. Alors, elle ressentira un flot d'énergie la traversant impétueusement, et vous, les donneurs sentirez, avec une variable intensité selon chacun, le passage de la force-de-vie dans vos mains. Tant qu'elle circule, ne bougez pas. À son interruption, l'effet majeur aura été obtenu.



7. Levez vos mains de quelques centimètres (2 à 8) au-dessus de l'endroit du corps où elles reposaient. Cherchez la position correspondant à la plus forte sensation de flot énergétique, et tant qu'elle persistera, restez-y.
8. Lentement ôtez vos mains. Laissez le bénéficiaire reposer aussi longtemps qu'il le désire. Quant à vous, allez passer vos mains à l'eau froide après les avoir secoué fortement vers le sol afin d'assurer la mise à la terre, donc l'élimination, de l'énergie statique accumulée sur vous. Ces manifestations claires peuvent être des sensations de lourdeur, d'épaisseur et de gonflement des mains.
9. Offrez à la personne ainsi traitée un grand verre d'eau fraîche, de fruit, ou une tisane, selon son désir.

LES POSTURES FACILES ET LEURS PHASES D'ACCOMPLISSEMENT POUR REHAUSSER LA BEAUTÉ ET LA LONGÉVITÉ

L'endroit

La posture d'étirement se pratique dans le milieu d'une pièce sur un tapis moelleux. Aucun objet derrière la personne, au cas où l'on perd l'équilibre vers l'arrière, nous pouvons nous laisser rouler facilement sur le tapis dans un mouvement berçant, car les fesses se trouveront à quelques pouces du plancher dans ces postures. Cela ne nécessite pas un grand espace, juste assez pour ne pas se frapper contre quoi que ce soit si nous perdons l'équilibre en essayant de prendre la position, ce qui arrive fréquemment, jusqu'à ce qu'on s'habitue à la posture accroupie.

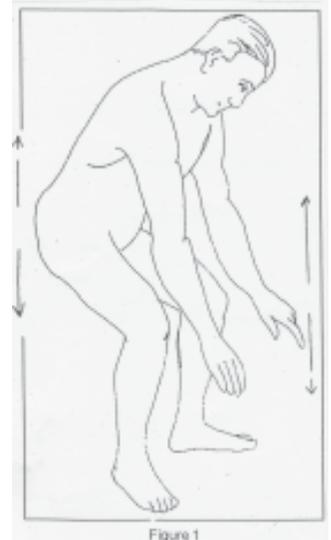
On maintient le balancement facilement, vers l'avant et de côté, et pas besoin de plus d'espace dans ces deux directions. Seulement l'espace derrière la personne doit demeurer libre pour permettre de se laisser rouler.

Les pieds doivent être posés sur le plancher, pour l'étirement musculaire des jambes. Simplement placer le poids sur la plante des pieds ou sur les orteils ne donne pas les meilleurs résultats. Il s'avère préférable d'essayer de faire un petit peu d'étirement correctement ici et là, plutôt que de placer le poids sur la plante des pieds ou sur les orteils pour la posture. On peut pratiquer cet exercice en portant des souliers au début. Comme les talons sont un levier, moins d'étirement des muscles des mollets et jambes s'avèrent nécessaire, si les talons sont plus ou moins hauts. Cette même élévation du talon pour la posture peut s'accomplir, en plaçant un petit bloc sous les talons. Cependant, pour le bénéfice maximum, il reste plus efficace s'il est fait pieds nus et sans support sous les talons, après qu'on se soit habitué à la posture.

On doit porter des vêtements amples, pour profiter au maximum des quelques minutes employées dans cette posture d'étirement. Pour cela, les pyjamas ou les shorts s'avèrent idéaux. Si vous le pratiquez avec d'autres vêtements comme des pantalons, vérifiez doucement le mouvement qu'ils permettent dans la direction où vous allez, sinon ils vous fausseront compagnie.

Les postures pour une meilleure santé et la façon de les accomplir

La figure 1 montre la phase préliminaire de la descente en se



balançant doucement, un petit peu à la fois, jusqu'à ce que la posture de la figure 2 soit obtenue, ou aussi loin que vous pouvez descendre sans tension ni force.

Les flèches indiquent la façon de se balancer de bas en haut pour la posture accroupie.

Les pieds doivent s'écarter de 6 pouces (15 cm) environ aux talons, et de 12 pouces (30cm) à peu près d'écart aux orteils. Cela peut différer pour chacun ce qui importe c'est le confort.

La position rapprochée des pieds donne plus de support à l'abdomen.

La figure 2 montre l'accomplissement de la posture accroupie avec les aisselles au-dessus des genoux. Les cuisses supportent l'abdomen. Les pieds reposent à plat sur le plancher et y restent.

Maintenant on commence à se balancer, de l'arrière à l'avant, et vice versa, et de côté, d'un côté puis de l'autre; aussi on fait des rotations sur le pivot central de la colonne vertébrale.

Ce dernier mouvement ressemble au mouvement de côté, excepté qu'il donne un étirement rotatif aux muscles du pelvis.

Les mains se tendent, mais ne touchent pas le sol. Une grande relaxation s'en suivra, tout en gardant les aisselles sur les genoux. La posture incluant les balancements peut se faire dans une minute une fois maîtrisée.

La figure 3 représente la posture de santé complète, avec tensions des bras, des genoux et de la colonne vertébrale pour libérer les gaz et la constipation.

LA POSTURE IDÉALE ET ÉTIREMENT BERÇANT ET BALANÇANT POUR LA LIBÉRATION DES COURANTS D'ÉNERGIE DE L'AIR DESCENDANT DANS LE CORPS, LESQUELS GOUVERNENT TOUTES LES FONCTIONS D'EXPULSION POUR LES GAZ, LES LIQUIDES ET LES SOLIDES. CECI LIBÈRE LA PRESSION DU DOS PARTANT DU COEUR.



Cette posture représente la phase finale de plusieurs efforts doux d'accroupissements.

Lesquels étirent les muscles par degrés et non par violence. Pour cette position, les pieds se rapprochent passablement ensemble pour obtenir plus de support sur le côlon par les cuisses. Pour l'étirement final, on utilise la respiration de l'intérieur. La force descendante appelée "Apana" en Orient s'active par cette posture. La gravité assiste l'élimination des liquides et des solides.

Trois champs de l'air dans le corps s'actionnent tout de suite dans la phase finale, lesquels font bouger les courants d'énergie descendants par la libération des blocages de la région la plus négative en premier dans les mollets des jambes. Le pôle neutre de ce principe de l'air se trouve dans le côlon, lequel devient un entrepôt pour les gaz, pressés par les cuisses, et les



Figure 2



Figure 3

bras tirent vers l'intérieur sur les genoux.

Le pôle positif est la poitrine, comme l'admission d'air. Le plexus brachial représente le gouverneur. La traction des bras doit étirer la région entre les épaules, comme on ne manquera pas de le sentir. Alors, une respiration profonde peut s'utiliser pour étirer tous les muscles spinaux à partir de l'intérieur, contre la tête, et pousse d'avant sur tous ces tissus. La réponse se ressentira tout de suite, même les vertèbres s'ajustent d'elles-mêmes naturellement, comme par un levage intérieur. Les gaz rouleront, les liquides et les solides suivront la libération des blocages de l'air. Les forces vitales se trouvent libres de bouger, comme les cinq vents vitaux dans le corps. Un mouvement berçant s'additionne maintenant vers l'avant et l'arrière, d'un côté à l'autre, aussi bien qu'une rotation pivotante si possible.

Le but visé consiste à libérer les blocages dans les tissus par le mouvement, pendant que ces champs se trouvent à proximité, sous une action de polarité aussi bien qu'une traction musculaire. Tonifier et libérer le pelvis représentent l'objectif. Cette libération de vitalité dans ce champ le plus vital du corps aide la santé. Cette posture s'accomplit et se conquiert seulement par la pratique. Trois minutes plusieurs fois par jour donnent de bons résultats.

Si vous vous sentez fatigué, agité et ne pouvez relaxer pour vous endormir, ou si vous vous sentez indisposé de quelque manière que ce soit, cela signifie que les courants d'énergie du corps ne fonctionnent pas adéquatement. Il s'y trouve une interférence difficile à interpréter. Nous nous sentons fatigués. Si nous prenons ces postures pour seulement quelques minutes chacune, nous redémarrerons la circulation du courant et ferons de la détente un réel plaisir. Les pieds devraient reposer à plat sur le plancher.

UNE POSTURE D'ÉTIREMENT POUR UNE SOUPLESSE DE JEUNESSE, À TRAVERS LA LIBÉRATION DE LA FORCE VITALE ET LES CIRCUITS D'ÉNERGIE BLOQUÉS DANS LES GROS MUSCLES PELVIENS, LIBÉRANT LES JOINTS DE LA HANCHE, PAR UN ÉTIREMENT LÉGER ET DES MOUVEMENTS BERÇANTS.



Cette posture débute avec les pieds plus écartés que la posture décrite au tableau précédent. C'est une façon confortable d'accomplir un étirement et un mouvement sur les muscles et les tissus opposés.

La personne prend la posture facilement, lentement et graduellement sans forcer, gardant les talons sur le plancher. Les bras se placent à l'intérieur des genoux, les mains se joignent, poussant les genoux à l'écart l'un de l'autre doucement et confortablement, jusqu'à ce que l'étirement se ressente dans les cuisses et les hanches. Les pouces supportent la tête, laquelle se plie vers l'avant. Maintenant, un mouvement berçant léger débute pour équilibrer les forces et les libérer par le mouvement, vers l'avant, vers l'arrière, puis d'un côté et de l'autre, et une rotation s'il n'existe aucun inconvénient.

Deux ou trois minutes, plusieurs fois par jour, suffisent pour de bons résultats. Le joint de la hanche se libérera, les articulations sacro iliaques et les vertèbres lombaires bénéficieront par ce mouvement de polarité normalisante. La tension profonde, les spasmes et les stagnations tissulaires disparaîtront. Le pas élastique reviendra aussi bien que le plaisir de la marche. Les bénéfices se sentiront par les jeunes et moins jeunes. Voilà ce qu'accomplit la pratique régulière.

Les tissus atrophiés et flasques seront tonifiés et prendront une apparence normale. Les

fesses affaissées, lesquelles représentent un signe d'épuisement vital, redeviendront normales, à travers la persévérance de la pratique, aidée par des douches froides rapides au-dessus des fesses et des hanches. Pour le peu de temps et d'efforts déployés dans cette posture vitale, des effets vitaux se noteront par chacun, jeune ou vieux.

Les symptômes et les douleurs changeront quand les courants vitaux circuleront de nouveau. Le flux dans les joues se sentira pendant les postures. L'éclat dans les yeux peut suivre si on continue. Une jeunesse à 65 ans est possible, à travers les courants d'énergie de polarité circulant dans leurs champs de nouveau.

Ces postures permettent de se centrer et de revenir ou de garder un état d'équilibre énergétique (corps-émotion-mental). Essayez-le ! Je le pratique depuis déjà vingt ans et ça marche !

Les hormones et l'évolution physique : Lien entre la chimie et la biologie (7)

La composition chimique du corps humain joue un rôle important dans le processus d'évolution. De plus, le régime alimentaire, les suppléments de toutes sortes, l'exercice physique, l'air que nous respirons et notre état d'esprit sont tous des éléments qui contribuent à notre chimie.

Le système endocrinien est un des systèmes biochimiques qui joue un rôle prépondérant dans notre évolution. Il est une des contreparties physiques des structures d'énergie subtile qui composent nos corps énergétiques. Les glandes endocrines fournissent en effet des substances chimiques hautement spécialisées, appelées *hormones*, qu'elles relâchent dans le corps à des moments précis et pour des raisons particulières. Serait-il possible qu'une infime modification dans nos sécrétions hormonales ouvre de nouvelles zones dans notre cerveau et déclenche en lui la capacité de percevoir une réalité plus vaste ?

Au cours des années '60, un mouvement de masse prônait l'expansion de la conscience par l'usage des drogues. Il résultait du besoin du conscient collectif de repousser les limites de la normalité. Cela peut-il se produire dans la vie ordinaire de tous les jours, sans drogue, sans perdre la tête et sans devenir fou ?

En ce début de nouveau millénaire, nous sommes en train d'apprendre à plonger encore plus profondément en nous, afin de trouver la clé qui saura nous révéler les riches secrets de notre propre «usine» chimique. L'exercice suivant est destiné à stimuler le système endocrinien et à instaurer l'équilibre hormonal qui nous permettra de faire un saut quantique dans la conscience. C'est dire à quel point les sécrétions hormonales jouent un rôle essentiel !

Le balayage en spirale (8)

Même s'il n'est qu'un petit élément, du système de la Technique d'harmonisation *EMF* (*Electro-Magnetic Field*, champ électromagnétique), le balayage en spirale est très important. Je le tiens d'une érudite en métaphysique du nom de Hadassah Roberts, qui en a conçu les étapes de base. Il se dégageait de cette belle femme que je connaissais à peine, une sagesse et une présence qui commandaient un grand respect chez les autres. Quand j'ai pris connaissance de cet exercice en 1987, j'ai tout de suite reconnu sa grande importance. Hadassah semblait amusée par le fait que je le trouve si profond et se déclara heureuse que quelqu'un l'estime utile. Elle me donna la permission de l'utiliser de la façon que je jugerais appropriée. Ce fut en fait l'outil énergétique qui ouvrit et prépara la voie qui devait par la suite devenir la mienne. Lorsque Hadassah quitta son corps en 1996, elle avait cent ans. C'est avec gratitude que je fais honneur à sa sagesse.

La dernière partie de l'exercice est une suggestion que me fit *Little Hawk* (petit épervier).

Une amie amérindienne Lakota détentrice du calumet de paix. “*Personne-étoile, que fais-tu pour rebrancher les gens sur la Terre ?*” m’a-t-elle demandé un jour avec amour. Avec les années, cet exercice a évolué, tout en conservant sa structure de base.

Sous la forme actuelle, le balayage en spirale prépare le corps énergétique à recevoir la charge d’énergie que nous sommes dorénavant prêts à maintenir et à employer dans notre quotidien. Comme bien des gens s’en rendent compte, l’événement sacré que nous attendons depuis longtemps est arrivé et la réalité même de notre existence, c’est nous. Lorsque nous honorons la vie et ce que nous sommes, nous honorons également la Source, le créateur de notre existence, quelle qu’en soit notre représentation.

Vous pouvez d’abord, si vous le désirez, lire cet exercice avec lenteur. Par la suite, quand vous le connaîtrez bien, vous pourrez aller aussi rapidement que vous le voudrez. Vous pouvez également visualiser les configurations énergétiques pendant que vous dites les chiffres de un à douze.

Méditation idéale pour gens seuls ou alités, limités par le geste

1. Le squelette doré (9)

Sentez, visualisez ou pensez qu’une énergie dorée tourne autour de vos pieds dans le sens des aiguilles d’une montre. Laissez cette énergie entrer par la plante des pieds. Puisque vos os sont composés de minéraux, ils font du squelette un excellent conducteur de cette énergie raffinée.

Os après os, faites passer cette énergie dorée dans tout votre squelette : les os des orteils, du métatarse, des chevilles, du tibia et du péroné, les rotules, le fémur, les os du bassin, le coccyx, le sacrum et la colonne vertébrale. Inondez-en chaque vertèbre.

Faites-la ensuite passer par la clavicule et les omoplates, le sternum et les côtes. Puis, faites-la descendre le long de vos bras par l’humérus, le radius, les poignets, le métacarpe et les os de tous les doigts.

Dirigez maintenant votre attention et cette énergie vers les os du cou, des mâchoires, des dents et toutes les plaques osseuses du crâne. Votre squelette est maintenant baigné de lumière dorée. Laissez-vous aller à la sensation ou à l’image que ce faisceau coule dans tous les os de votre corps. Respirez profondément et détendez-vous.

2. Le cerveau doré (10)

Centrez votre attention sur votre cerveau sacré et émettez l’intention que celui-ci absorbe cette énergie dorée.

Commencez par le cortex, la matière grise sur le dessus du cerveau. Directement en dessous de celle-ci se trouve la matière blanche, qui constitue la plus grande partie du cerveau. Laissez-la absorber cette énergie à la manière d’une éponge. Votre conscient saura équilibrer la sensation d’énergie dorée dans les deux hémisphères cérébraux. Une des fonctions de la matière blanche est de faciliter toutes les perceptions extrasensorielles.

Portez cette fois votre attention un peu plus haut qu’entre les sourcils et trois centimètres à l’intérieur du cerveau. C’est là que niche la glande pituitaire, petite et en forme de poire.

Amenez-y l’énergie dorée partout autour et émettez l’intention qu’elle absorbe complètement cette énergie. Tout en faisant passer l’énergie par cette glande, formulez l’intention de déclencher les changements hormonaux appropriés pour vous dans votre évolution actuelle. La pituitaire est le premier point de contact qui soit énergétiquement relié à la glande pinéale.

Maintenant, amenez votre attention sur le centre de votre cerveau, une zone que l’on appelle

parfois la *chambre sacrée*. C'est là qu'est situé la glande pinéale, de la forme d'un petit haricot.

Dirigez l'énergie pour qu'elle s'enroule autour de cette glande et exprimez l'intention que cette dernière absorbe toute la lumière dorée possible. C'est également dans cette zone du cerveau que sont le thalamus et l'hypothalamus. Le thalamus est une glande en forme d'éventail faite de matière grise, persillée de matière blanche, dont les deux sections se trouvent respectivement dans chacun des hémisphères. Le rôle du thalamus est de vous conférer le pouvoir de visualisation que vous êtes en train d'utiliser en ce moment même !

Visualisez ou imaginez que votre thalamus est un papillon doré d'où émane une incandescence dorée. Émettez l'intention d'intensifier l'expression de votre nature sacrée.

Amenez votre attention à l'arrière de votre cerveau, à la base du crâne, là où est située votre glande ovoïde appelée *pont de Varole*. Imaginez qu'il émane de cette glande une incandescence dorée.

Pour finir, et avec une intention particulièrement forte, dirigez cette énergie tout le long de votre colonne vertébrale, jusqu'au bas. Vous venez d'énergiser votre cerveau. Respirez profondément et détendez-vous.

3. Le système endocrinien (11)

Après avoir recentré votre attention, dirigez l'énergie dorée de votre cerveau vers le système endocrinien. Tout d'abord, dirigez-la vers les glandes thyroïdes et parathyroïdes, logées à la base du cou. Émettez l'intention que l'énergie dorée soit totalement absorbée par ces glandes.

Au-dessus du centre du coeur et sous le sternum est localisé le thymus, glande associée au centre énergétique que j'appelle *centre supérieur du coeur*. Cette glande, ainsi que l'énergie de cette zone constituent un important point d'où faire irradier l'énergie dorée vers votre corps physique. Une des clés, nous permettant d'exprimer fortement notre nature spirituelle électrique, est l'intensification de la radiation de l'énergie à partir du centre supérieur du coeur. À mesure que notre capacité à exprimer cette énergie électrique augmente, le processus de guérison s'accélère quand le corps est en état de déséquilibre. Nous avons donc tout à fait intérêt à stimuler cette zone en entourant le thymus d'énergie dorée et de façon à l'en imprégner complètement.

Accentuez votre intention pour que le thymus s'emplit totalement de cette énergie dorée et laissez ensuite cette dernière rayonner dans toutes les cellules de la région du coeur. Visualisez qu'il émane de cette région une incandescence dorée.

Accordez maintenant votre attention au coeur physique. Même s'il ne fait pas partie du système endocrinien, il est recouvert d'une pellicule (péricarde) qui peut à l'occasion contenir quelques précieuses gouttes de liquide hormonal. Ce dernier contribue à une intensification du rayonnement de l'énergie du coeur. Formulez l'intention que votre coeur s'emplit d'énergie dorée faite d'amour et d'évolution.

À gauche du nombril (quand on parle de soi) se trouve le pancréas. Tout en le stimulant avec cette lumière dorée, exprimez l'intention de renforcer votre capacité à pouvoir diriger et assimiler les changements énergétiques qui ont lieu dans tout votre être.

Portez maintenant votre attention sur les glandes surrénales, juste au-dessus des reins. Mettez-y de la lumière dorée et émettez l'intention de totalement les régénérer.

Attardez-vous à présent aux glandes sexuelles, c'est-à-dire les ovaires et/ou les testicules, et dirigez-y l'énergie dorée. Chaque cellule de votre corps a besoin de cette lumière, y compris celles-ci.

Dirigez ensuite l'énergie vers vos cuisses, vos mollets et la plante de vos pieds. Vous venez d'énergiser votre corps physique. Respirez profondément et détendez-vous.

Intégration de votre forme physique : le temple de l'esprit (12)

Salutations, enfants de Lumière bien-aimés ! Qu'il est passionnant, inspirant, d'être témoins de la transformation en cours sur votre planète, la Terre. Des miracles se produisent simultanément aux vagues d'énergie déferlant vers vous et inondant votre être intérieur et votre Terre. Des royaumes célestes, nous percevons cette Lumière qui s'intensifie en vous et autour de vous, nous ressentons l'accélération du taux vibratoire s'élevant vers les éthers, ou plans astraux, tandis que dans le domaine physique, vous avez tendance à n'apercevoir que ténèbres et négativité. Voilà pourquoi nous désirons vous assurer de votre progrès ; vos actions ont des répercussions certaines.

Permettez-nous de vous entretenir de votre forme corporelle, ce réceptacle abritant votre Esprit. Vous avez, d'une époque à l'autre, perpétué à l'égard de votre corps physique un rapport ambivalent, oscillant entre le mépris et l'appréciation. Nombre de ceux qui ont relevé le défi et accepté l'assignation exigeant de venir dans le plan tridimensionnel pour participer à une expérience sur le libre arbitre, ne savaient pas que leur Esprit devrait se vêtir d'un corps physique. Vous pensiez demeurer dans un corps lumineux et contribuer à distance à l'expérience. Ainsi, lorsque vous vous êtes retrouvés confinés dans les limites d'une forme physique, vous avez résisté et lutté pour vous délivrer (lorsque vous étiez encore conscients de votre origine).

Vos souvenirs s'estompèrent à mesure que s'accroissaient le voile de l'illusion et les contraintes du monde physique ; vos cellules, toutefois, préservèrent la mémoire de votre identité véritable et l'esprit de liberté de votre nature essentielle. Ainsi s'amorça le conflit entre le corps d'égo/désir d'une part et votre Esprit, de l'autre. Certains ont inconsciemment soumis leur corps, à travers les âges, à de grandes souffrances et privations, en conséquence de ces souvenirs. Vous avez cherché encore et encore à vous délivrer de ce réceptacle physique pour, tout de même, renaître à nouveau et exécuter jusqu'au bout ce ballet de la transformation.

Voici le temps, chers amis, d'accepter votre forme physique pour ce qu'elle est : un magnifique véhicule. Vous êtes détenteurs d'une vérité profonde et d'une précieuse connaissance. Connaissance enfouie dans les cellules de votre être entier. Vous êtes conducteurs de fréquences, un poste émetteur, un trésor de vastes informations à récupérer afin de pouvoir assumer votre véritable identité et de mener à bien votre mission terrestre. Chaque aspect de votre être doit être équilibré et harmonisé, toute énergie mal employée doit être réalignée, toutes les tentacules de l'obscurité qui vous enserraient dans l'ignorance et dans la limitation doivent être scindées. Votre corps doit être purifié en pensée, en action et dans ses habitudes. L'énergie et la négativité bloquées, lorsqu'elles se libèrent, vont se loger en d'autres points du corps, à même la circulation sanguine, dans les organes, les glandes ou les os. Il faut relâcher ces toxines et regagner la santé et la vitalité qui vous appartiennent de droit.

Plusieurs méthodes peuvent accomplir ceci. Beaucoup d'ouvrages sont consacrés aux symptômes des "artisans de la Lumière en mutation". Nous vous incitons à suivre les instigations de votre Esprit, qu'il s'agisse d'une modification de votre régime alimentaire, de jeûne, de thérapie corporelle, d'acupuncture, de massage ou de toute autre forme d'alignement du corps, d'exercices respiratoires, de mouvements, ainsi que de toning, d'aromathérapie ou de guérison par les cristaux.

Toutes ces approches sont susceptibles d'accélérer le processus de purification et d'alignement de vos corps physique, émotionnel et spirituel, augmentant ainsi votre capacité à assimiler une énergie plus intense et raffinée. Plusieurs d'entre vous semblent ignorer le fait que l'énergie lumineuse fonctionne à peu près comme l'énergie de source alimentaire : si votre forme physique ne peut traiter l'énergie et la dépenser, alors elle la bloque d'une manière ou d'une autre. C'est ce qui explique que plusieurs, qui entretiennent un rapport ambivalent aversion/affection avec leur corps, aient pris du poids au cours de ce processus, particulièrement dans la

région du plexus solaire. Et ce, malgré le fait que vous mangiez moins. La lumière est de l'énergie et doit être dépensée. Votre mutation est très rapide, amis très chers. Vous apprenez et évoluez en expérimentant.

Ceux et celles, qui sont à l'aise avec leur forme physique et qui se sont faits copains avec ce réceptacle exceptionnel, ont traversé le processus de transformation plus facilement, car ils ne se dressent pas contre leur corps en tentant d'acquérir une suprématie sur lui comme s'il s'agissait d'une chose à conquérir.

Chaque parcelle de votre être fait partie intégrante du tout. Il faut dès lors l'accepter pour sa contribution à celui-ci et pour sa beauté. Tout doit être amené à l'harmonie et à l'équilibre. Aussi longtemps que vous aurez à opérer sur le plan physique, vous aurez besoin de votre corps physique.

En pénétrant votre corps, l'énergie lumineuse active des cristaux encodés de Lumière, insérés il y a de cela plusieurs éons, à votre arrivée dans le système solaire. Ils sont restés dormants, mais ils sont aujourd'hui réactivés. De nouveaux chakras, ou vortex énergétiques, sont animés, si bien que vous en posséderez douze majeurs ; et on ajoute aussi le double hélix d'ADN jusqu'à ce que vous soyez pourvus de douze chaînes de l'ADN. Ceci se produit actuellement dans le corps éthérique. C'est ce qui, associé à l'infusion de Lumière, déclenchera la transformation de votre forme physique, façonnant votre corps ascensionnel, vibrant, jeune, éternel.

De jour en jour s'accroissent votre puissance et votre vitalité, chers amis merveilleux, malgré votre combat avec ces difficultés, ne ratez aucune occasion de dégager ces énergies bloquées. Souvenez-vous que ce qui se transforme intérieurement doit également se manifester extérieurement dans la réalité physique. Voilà pourquoi tant parmi vous font l'expérience de situations conflictuelles au quotidien. Nous vous supplions de ne pas tenter de dissimuler ou d'éviter ces défis. Ils se dévoilent afin que tout désaccord, tout déséquilibre interne, soit définitivement résolu. C'est la raison pour laquelle il est crucial de recourir à l'appui de vos guides et maîtres et à tous les êtres angéliques désireux de secourir et de servir. Il est vital de se concentrer sur l'intention la plus noble. Il est décisif de penser au sommet à atteindre et d'ignorer les ennuis tout au long du chemin.

On vous a incité à construire votre avenir, un avenir radieux, jour après jour, d'un instant à l'autre. C'est là ce qui prime, avec l'intensification des vagues d'énergie et de la tourmente. Il vous faut demeurer centré dans cette enveloppe lumineuse de protection bienveillante qui émane de la conscience cosmique pure, afin d'être à l'abri du tourbillon des négativités et de l'énergie dissonante.

Simplifiez votre vie, chers amis. Concentrez-vous sur ce qui est permanent, durable. Soyez assimilateurs de vérité, d'amour, de savoir, plutôt que collectionneurs de biens matériels et en quête de plaisirs physiques éphémères. Équilibrez, pacifiez, harmonisez votre univers, et toutes les bonnes choses viendront à vous. Peut-être, toutefois, découvrirez-vous que vos priorités, vos habitudes et vos goûts sont différents.

Vos tentatives de guérir votre Terre-mère sont insuffisantes et trop tardives. Davantage doit être entrepris et au plus vite. Nous vous implorons : PRENEZ GARDE ! Le temps est venu de reprendre l'intendance en tant que gardiens de la Terre, en tant que protecteurs des espèces qui y ont été placées sous vos soins. Le temps est venu d'assumer pleinement votre identité véritable, comme Maîtres de la Lumière, gardiens de la paix et messagers de la vérité et de l'amour. Ne ratez pas cette occasion, amis bien-aimés, n'interrompez pas votre mission pour avoir à traverser encore une fois des ères obscures, tout comme il vous échet de le faire après le déclin des Âges d'or du passé. Les cloches des Âges tintent, la transformation de votre espèce n'attend personne. Ou vous acceptez l'offrande et vous évoluez, ou vous régressez vers les cycles d'obscurité, de

conflits, d'ignorance, de limitations. La décision vous appartient.

*Avancez, chers amis, tournez-vous vers l'intérieur et vers les cimes. Nous tendons vers vous une main de Lumière symbolique, don du Créateur et de la Vie. Nous espérons votre retour. Vous êtes précieux, et nous regrettons votre absence. Moi, le seigneur Michaël et l'Hôte céleste vous gardons dans notre amour et sous notre égide. Sachez que vous n'êtes jamais seuls.**

La maladie, déséquilibre énergétique, affecte, bien avant le corps physique, le corps subtil qui lui est étroitement associé. Une action thérapeutique menée sur l'astral équivaut donc à une guérison physique ; le retour à l'équilibre du corps physique coïncide avec une amélioration de la qualité du corps astral, grâce à l'équilibration de l'énergie vitale. Les moyens d'intervention les plus propices sont représentés par l'abondance des thérapies parallèles : acupuncture, médecine traditionnelle chinoise, auriculothérapie, réflexologie, aimantothérapie, champs magnétiques, magnétothérapie, magnétisme de Mesmer, Reiki, Gi-gong, polarité, massage-yoga thaïlandais, kinésiologie appliquée, pranothérapie, chromothérapie et aromathérapie. Celles-ci nous viennent en aide par une action subtile et efficace, dirigée en fait non pas contre le symptôme, mais contre la pathologie à ses racines. Ex. : La naturopathie et la naturothérapie.

Suggestion de lecture : ***Vivez dans la lumière***, Shakti Gawain, et Laurel King, Éditions Le Souffle d'Or.

Le Mer-Ka-Ba, corps de lumière de l'être humain (16)

Les écoles de mystères égyptiennes étudiaient divers aspects de la vie ici-bas, en tout cas, beaucoup plus que ce que je peux exposer dans ces pages. Cependant, un élément fondamental se retrouvait toujours dans leurs différents types d'entraînements, à savoir : le Mer-Ka-Ba, ce corps de lumière de l'être humain, car il était tout pour les Égyptiens ! Sans cette connaissance et son application pratique, il leur était simplement impossible de se rendre dans les autres mondes. Telle était la lumière de voir les choses.

Le mot « Mer-Ka-Ba » a la même signification dans plusieurs langues, et les Zoulous le prononcent de la même manière qu'en anglais, à peu de chose près. Credo Murwa, leur chef spirituel actuel, affirme que les premiers membres de sa tribu sont tous venus de l'espace et se sont installés sur terre grâce à leur Mer-Ka-Ba.

En hébreu, le *Mer-Ka-Vah* est à la fois le trône de Dieu et un chariot ou un char, une sorte de véhicule blindé ayant la capacité de transporter l'esprit et le corps humain d'un endroit à un autre, à la fois dimensionnellement et interdimensionnellement. En égyptien, « Mer-Ka-Ba » est en fait composé de trois syllabes : *Mer*, qui représente un genre de lumière très spéciale, un champ lumineux qui tourbillonne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, *Ka*, qui signifie esprit (l'esprit humain ici-bas sur Terre) et *Ba*, le corps humain, qui symbolise notre interprétation de la réalité.

Lorsqu'on les réunit tous les trois, voici la définition que l'on obtient . Le Mer-Ka-Ba est un champ lumineux qui tourbillonne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre et agit en



réciprocité avec le corps, car il a la capacité de transporter l'esprit et le corps d'un monde à l'autre, tout en étant beaucoup plus que tout cela. C'est en fait le modèle de la création et l'enveloppe énergétique de tout ce qui existe.

En réalité, vous savez déjà tout cela. Ce n'est pas quelque chose de nouveau pour vous. Vous avez simplement un trou de mémoire temporaire. Vous avez utilisé votre Mer-Ka-Ba tant de fois au cours de vos vies à travers l'espace, le temps, la matière et les différentes dimensions d'existence que tout cela vous reviendra en tête dès que vous en aurez vraiment besoin.

Ce chapitre est donc particulièrement consacré au corps de lumière de l'être humain, qui a pour nom le Mer-Ka-Ba. Nous allons aborder plus ou moins directement le mécanisme interne et les rayonnements d'énergie du corps de lumière, alors que dans le chapitre suivant, nous étudierons la méditation elle-même (disponible seulement dans le tome 2 du livre L'ancien secret de la fleur de vie aux éditions Ariane 2001 car elle est protégée par des droits d'auteur) – une manière de commencer à en faire l'expérience et de s'en souvenir. Afin de pouvoir mieux utiliser votre corps de lumière, une connaissance préalable de sa structure interne vous sera certainement de quelque utilité. Toutefois, si vous sentez qu'elle n'est pas nécessaire, passez directement au prochain sujet.

Précisons ici que vous pouvez fort bien recréer ou réactiver votre corps de lumière sans cette connaissance. Vous pouvez le raviver avec seulement de l'amour et de la foi, et pour certaines personnes c'est même le meilleur moyen. Je suis le premier à le reconnaître, ma mission ici-bas est de présenter cette voie ou cette méditation, si vous préférez, en passant par l'élément masculin, car beaucoup parmi nous ne peuvent comprendre que par l'acquisition de la connaissance et l'utilisation du lobe gauche du cerveau; le raisonnement, l'intellect, la logique, etc. Cependant, la voie féminine; l'intuition, le sentiment, etc. est en bien meilleure condition dans le champ morphogénétique de la plante, tandis que le côté masculin lui, a désespérément besoin d'être rééquilibré.

Par conséquent, mentionnons d'abord les points énergétiques internes qu'on appelle les chakras et nous progresserons ensuite depuis l'intérieur jusque vers l'extérieur au cours de l'explication du champ énergétique de l'être humain. Cela signifie beaucoup d'informations à vous transmettre et je ne peux simplifier un tel sujet que jusqu'à un certain point.

Avant même de commencer, vous devez comprendre quelque chose, sinon vous ne pourrez jamais maîtriser un sujet comme le Mer-Ka-Ba uniquement par la géométrie sacrée, car ce ne sera jamais suffisant. Disons qu'au moins la moitié de cette réactivation exigera votre participation intime au niveau du cœur, puisque vous ne pouvez faire consciemment l'expérience du Mer-Ka-Ba que si vous vous immergez dans l'amour. Cette émotion, ce sentiment d'amour pour toute vie est absolument nécessaire, car c'est la vie même du Mer-Ka-Ba. Oui, absolument, le Mer-Ka-Ba est vivant et conscient !

Ce n'est pas quelque chose qui est moins que vous, et vous êtes vous-même vivants et conscients ! Le Mer-Ka-Ba n'est pas séparé de vous ; le Mer-Ka-Ba, *c'est vous* ! C'est le tube de lumière, central, qui permet à l'énergie de la force de vie, au prana, au *chi*, de rayonner en vous, à travers vous et tout autour de vous, car c'est cela qui vient de Dieu et retourne à Dieu. C'est votre parenté, votre lien intime avec Dieu. C'est ce qui ne fait qu'un. Quant à la connaissance, ma foi, c'est l'autre moitié de l'équation. Quant l'amour et la connaissance s'unissent, le Christ apparaît, et il n'y a aucune exception à cela.

Si vous pensez que vous allez trouver dans ces pages quelque chose d'utile, qui vous aidera en fonction d'un projet que vous avez en tête, vous ne connaîtrez toujours pas la vérité à propos du Mer-Ka-Ba. On doit en faire personnellement l'expérience, non seulement avec son cerveau, mais aussi avec son cœur. En définitive, si vous cherchez vraiment un comportement

de mécanisme dans le but de vivre une expérience qui a trait au Mer-Ka-Ba, je vous offre les informations qui suivent.

Le Mer-Ka-Ba et les Siddhi (17)

Au cours des deux derniers chapitres, nous avons défini le flux d'énergie pranique et le champ électromagnétique du corps de la lumière chez l'être humain. Nous avons aussi donné les instructions nécessaires pour la réactivation du MER-KA-BA. Lorsque ces informations furent disséminées pour la première fois au cours de l'atelier Fleur de vie (*Flower of Life Workshop*), nous présumions que les étudiants trouveraient par eux-mêmes le moyen de prendre directement contact avec leur identité supérieure. Grâce à cela, ils allaient recevoir les informations contenues dans ce chapitre (et bien davantage).

C'est bien ce qui se passa pour quelques étudiants, mais la grande majorité d'entre eux n'a pas encore compris ce qu'est le Mer-Ka-Ba, ni quel est son but, à savoir, l'art et la manière de méditer sous sa protection et avec son aide. Au cours de l'atelier Fleur de vie, nous n'avons enseigné que la manière de réactiver le Mer-Ka-Ba, et beaucoup d'étudiants ont pensé que c'était tout. Le Mer-Ka-Ba est le modèle sur lequel toutes choses visibles et invisibles ont été créées, sans exception aucune. Il offre donc un nombre quasiment infini de possibilités.

L'usage du Mer-Ka-Ba (18)

Nous croyons généralement que le Mer-Ka-Ba est le véhicule de l'ascension et c'est vrai, mais c'est aussi plus que cela. Il représente le *tout* de chaque chose. Le Mer-Ka-Ba peut influencer et être n'importe quoi, selon ce que nous décidons de la conscience qui est en lui. Ses seules limites sont donc celles de la conscience qui ce trouve à l'intérieur de lui. Dans sa forme la plus pure, la seule limitation de ce véhicule à forme tétraédrique est celle-ci : il ne peut pas faire passer l'esprit à travers le Grand vide (ou Grand mur) et le mener jusqu'à la prochaine octave de dimensions. Cet acte exige que la personne abandonne son individualité et s'allie à au moins un autre esprit pour former un genre de Mer-Ka-Ba très spécial. La connaissance de celui-ci n'est pas nécessaire en ce moment.

Si l'ego humain décide d'utiliser le Mer-Ka-Ba de manière négative, dans le but de faire du mal, de contrôler autrui pour profiter de quelques situations ou de faire quoi que ce soit de malhonnête et aucunement basé sur les images les plus pures de l'amour, il se prépare alors à apprendre de dures leçons. Beaucoup ont essayé avant lui, y compris Lucifer. Dieu savait qu'une telle chose finirait par arriver et arrangea tout de telle sorte que cette menace ne puisse continuer à peser éternellement au sein de l'univers, car le Mer-Ka-Ba a besoin d'amour pour survivre. Dès qu'il est employé à mauvais escient, il commence à mourir. Très rapidement, l'identité supérieure entre en scène et le coupable « est arrêté ». Il devra attendre avant de pouvoir continuer son ascension vers le sommet de l'immense montagne qu'est la conscience, jusqu'à ce que cette leçon d'amour soit bien apprise. Ne sous-estimez pas ce que je viens de vous transmettre, sinon vous perdrez simplement votre temps.

Ce véhicule de lumière est un peu comme un ordinateur .Si une personne réactive simplement son Mer-Ka-Ba sans rien faire d'autre, c'est comme si on achetait un ordinateur surpuissant et qu'on ne se servait pas de ses logiciels. L'appareil restera allumé là, sur notre table de travail, mais on n'accomplira jamais rien avec lui. Ce n'est qu'à partir du moment où vous décidez d'utiliser les différents programmes que la raison d'être de cet outil de travail peut être justifiée. Le type de programmes que vous choisirez déterminera alors les résultats.

Bien qu'imparfaite, cette analogie vous aidera peut-être à mieux comprendre ce que j'essaie de vous transmettre ici. Il est également vrai que si vous réactivez votre Mer-Ka-Ba, cet acte, à

lui seul, alertera cet être qui est toujours vous, mais à un niveau supérieur et le processus de réveil s'amorcera. En fin de compte, *vous* seul devez prendre contact directement et consciemment avec votre identité supérieure, votre âme, votre ange gardien, peu importe le nom que vous lui donnez, pour répondre à toutes les questions et découvrir la signification cachée de votre vie, votre mission sur cette terre et la manière de l'accomplir.

Nous sommes sur Terre pour évoluer intelligemment. C'est entendu. Les hommes, très prochainement (7% d'après les neurogénéticiens et selon le code A.D.N.) connaîtront une évolution encore plus extraordinaire que celle qui a suivi l'homme de Cro-Magnon, le Néandertal, l'*homo erectus* et l'*homo sapiens*, semble-t-il. Il est annoncé, selon les anciens Incas, que maintenant la venue de l'*homo luminus* se fait sentir de plus belle. Il faut espérer pour le mieux dans la prière. La méditation du coeur. Il faut changer de l'intérieur de notre coeur si nous voulons faire place à l'*homo luminus* que nous sommes... ou en devenir. Pourquoi se préparer à sa venue ? C'est ici que les Mayas nous renseignent...

Pour en savoir plus sur le Mer-Ka-Bah, procurez-vous la vidéo ou le DVD traduit en 7 langues sur le Mer-Ka-Ba à l'adresse Internet suivante : www.merkabah.org. Nulle part ailleurs existe-il pareilles informations sur le Mer-Ka-Ba, notre véhicule de lumière. Ce film a eu un Oscar pour ses effets visuels. Un + pour votre collection DVD afin que tous les êtres soient au diapason pour 2012. Entourez-vous de Lumière !!! Les mayas le savaient et voici un bref aperçu de leur savoir sur 2012...

Les bouleversantes Prophéties des Calendriers Mayas (19)

Il y a presque 2 000 ans, une civilisation prodigieuse a illuminé le monde de mille et un feux. Ils s'appelaient les Mayas. Grâce à leur science mystérieuse, qui échappe encore à la science actuelle, les Mayas ont prophétisé un grand nombre d'événements majeurs de l'histoire qui se sont tous réalisés avec une étonnante précision.

Pour plus d'informations, Visitez le www.mayan-calendar-code.com ou vidéos sur www.youtube.com écrire « *Code maya calendar* » et bon visionnement ! Il y a des vidéos en français aussi, découvrez-les sans tarder !

Ils ont prédit pour notre époque que les grands bouleversements auraient lieu entre 2004 et 2012. Ils ont appelé cette période le Cinquième Soleil : le soleil de la vie nouvelle...

Les Mayas, une civilisation cosmique (20)

Les Mayas sont une civilisation précolombienne qui nous a livré nombre de mystères fascinants, avec son héritage culturel de milliers de temples et de pyramides situés sur, ce que les indiens appelaient, l'île de la Tortue, ou plutôt l'Amérique latine. Les Mayas étaient installés sur un territoire délimité actuellement par le sud du Mexique, le Guatemala, le nord de Belize et l'ouest du Honduras.

C'est un peuple qui vivait selon le cosmos et les corps célestes. Ils pouvaient suivre les mouvements des astres grâce aux gnomons, des sortes de cadrans solaires qui étaient installés dans des observatoires dont les ouvertures, disposées de manière appropriée, permettaient de suivre le mouvement des planètes. Ils ont surtout étudié Vénus, Mars, Jupiter, Saturne et aussi les Pléiades, des étoiles dont les Mayas seraient originaires ...

En plus d'être d'excellents astronomes, ils étaient de remarquables mathématiciens. Leurs calculs complexes étaient inscrits sur les Codex. Il ne nous en reste malheureusement que quelques exemplaires, la majorité ayant été détruite lors de la conquête espagnole.

Leurs calendriers étaient ainsi basés sur l'observation céleste et les calculs. Ces calendriers complexes et précis permettaient entre autres de calculer la longueur des phases de la lune, la

position du soleil pendant les éclipses, les solstices et les équinoxes, ainsi que les cycles de la nature.

Les calendriers permettaient ainsi de prédire le futur et de fixer les dates des grandes cérémonies religieuses. Ces calendriers s'étendaient sur plusieurs millions d'années. Leur fiabilité astronomique ne fait plus de doute, car tous les calculs recensés se sont révélés exacts.

Suggestion de lecture : **LE CODE MAYA**, de Barbara Hand Glow, paru aux Éditions Alphée, 2007

Les prophéties mayas : une précision chirurgicale ! (21)

La culture des Mayas et leur façon d'appréhender le temps, les saisons et les cycles vitaux sont très différents des nôtres, elles sont vastes et complexes. En fait, les Mayas ont créé 17 calendriers, dont certains donnent une description détaillée des événements temporels sur une échelle de plusieurs millions d'années ! Le calendrier le plus célèbre et le plus étudié depuis 1987 est le « *Tzolk'in* » ou « *Cholq'ij* ». C'est un calendrier sacré qui détermine des tournants importants dans l'histoire de l'humanité. Il est basé sur le cycle des Pléiades.

Les événements mentionnés, dans ce calendrier, le sont au moyen de symboles. Par exemple, le 21 avril 1519 fut un jour très important pour les Mayas. Il est mentionné dans l'année du « Roseau », sous la forme d'un envol de papillons. En fait, ce jour correspond à l'arrivée de Hernando Cortez et de sa flotte composée de 11 galions espagnols. L'explorateur débarqua sur une plage de la côte américaine qui est devenu aujourd'hui la ville de Vera Cruz, au Mexique. Les Mayas avaient pu observer de loin l'arrivée des bateaux, dont les voiles se balançaient au rythme de l'eau. Cela leur fit penser à des vols de papillons juste à la surface des flots.

L'arrivée de Cortez annonça de profonds bouleversements pour la civilisation maya, mais n'apporta ni paix, ni harmonie, ni fraternité. Cette ère nouvelle fut appelée « *les Neuf Bolomtikus* » ou « *les Neuf Enfers* » par les Mayas. Chacun de ces enfers durait en réalité 52 ans. Si l'on regarde l'histoire de la colonisation de l'Amérique du Sud, on constate que la situation fut effectivement infernale pour les Indiens. Ils furent privés de leur terre, réduits en esclavage, rendus malades par les germes importés par les Espagnols, soumis à la convoitise, à la haine et à l'égoïsme des colons. L'ère débutée à l'arrivée de Cortez s'est terminée le 16 août 1987 (1519 + (9x52)=1987).

Pour ceux qui la connaissent, cette date est celle de la Convergence Harmonique. Elle symbolise l'arrivée dans une nouvelle ère, celle du Monde du Cinquième Soleil. Cette date a été célébrée par des milliers de personnes dans le monde entier, qui se sont réunies sur des sites sacrés pour prier pour une transition harmonieuse.

Le monde est entré, depuis 1987, dans une forte régression du monde matérialiste. Cette régression est inéluctable. Nous sommes à l'aube de cette nouvelle ère, annonciatrice de paix, d'harmonie et de réconciliation avec la Mère Nature. C'est encore une période de transition.

On constate que des changements sont en cours, même si la planète est enragée par une énergie colossale qui provoque la destruction de l'environnement, le chaos social, les guerres et les changements climatiques. Tous ces profonds changements avaient été annoncés depuis longtemps par les Mayas.

Seriez-vous prêts pour le 21 décembre 2012 ? (22)

Pour la tribu des Mam, le 21 décembre 2012 est la date de la renaissance, l'entrée dans le Monde du Cinquième Soleil. Il est dit que, pour la première fois depuis 26 000 ans, le soleil se lèvera à l'aube de ce jour de décembre pour rejoindre l'intersection de la Voie lactée avec le plan

écliptique. Cette intersection formera comme une croix, dont il est dit qu'elle est l'incarnation de l'Arbre Sacré. Cela reprend la notion de l'Arbre de la Vie, qui est mentionné dans toutes les traditions spirituelles du monde.

En fait, il est prévu qu'à cette date, l'axe polaire s'aligne sur le centre de notre galaxie. Selon certains observateurs, cet alignement devrait permettre l'ouverture d'un canal pour que l'énergie cosmique puisse couler à travers la Terre. Notre planète sera ainsi nettoyée de tous ses aspects négatifs et elle pourra s'élever vers un plus haut niveau vibratoire. Ce changement est déjà commencé et il ira en s'accéléralant d'ici à 2012. Nous pourrons parvenir à cette nouvelle ère seulement si la Terre demeure dans de bonnes conditions. D'ici là, il faudra œuvrer contre toutes les forces et les intérêts qui cherchent à la détruire.

Face à ce changement annoncé, Carlos Barrios (archéologue et initié de renom dans la traduction maya) cherche à calmer ceux qui croient en la fin du monde. Selon lui, beaucoup de gens cherchent à faire du catastrophisme avec cette date, alors qu'en réalité ils sont mal informés. Seule la tradition maya ancienne possède la bonne interprétation : *« L'humanité va continuer, mais d'une autre manière. Les structures matérielles changeront. À partir de là, nous aurons l'opportunité d'être plus humains »*.

Nous vivons actuellement une étape décisive dans l'histoire de l'humanité. Toutes les prophéties et les traditions, issues du passé, indiquent que les années à venir seront une période clé. Il est temps d'agir. La façon dont le monde prendra forme dans les années à venir dépendra de la façon dont chacun d'entre nous agira. Carlos Barrios a annoncé que de puissantes âmes ont choisi de se réincarner pendant cette période, chacune avec de grands pouvoirs. Certaines agiront du côté de la Lumière. D'autres agiront du côté de l'ombre. Notre monde actuel, basé sur le capitalisme et la consommation, est condamné à disparaître. L'économie libérale n'est pas toute-puissante.

Les cinq premières années qui ont suivi 1987 ont amorcé le lent déclin du monde matérialiste dans lequel nous vivons. Les banques sont désormais devenues fragiles et pourraient même s'effondrer dans les prochaines décennies. La société, telle que nous la connaissons, disparaîtra, et nous serons impuissants.

Pour survivre, il faudra se centrer sur nous-mêmes et sur la Terre. Les Pôles Nord et Sud vont s'inverser, le niveau des eaux va monter, tandis que de nouvelles terres émergeront, notamment vers Cuba.

Que représente l'année 2012 chez les Mayas (23)

Les éventuels événements qui pourraient se produire d'ici à 2012 sont divers. D'après les « anciens » qui sont des Mayas, Gardiens de la connaissance, ils seraient eux aussi menacés et certains pourraient être éliminés dans les prochaines années.

De nos jours, le côté Ombre a beaucoup de pouvoir, mais il diminuera dans les 3 ou 4 prochaines années. Tout ce qui nous paraît immuable maintenant pourrait donc bientôt changer, et des choses surprenantes sont sur le point d'arriver. Mais peut-être que certains d'entre vous se posent la question à savoir pourquoi 2012 est une année si importante. 2012 marque la fin de trois cycles : l'un de 26 000 ans l'autre de 5 125 ans et le troisième de 23 ans.

Lorsque ces trois cycles prendront fin le 21 décembre 2012, l'humanité entrera alors dans une nouvelle ère, marquée par une autre dimension. Il est nécessaire que chaque individu opère une transformation personnelle et suive les effets des énergies cosmiques pour atteindre ainsi une vie plus heureuse et plus harmonieuse.

Les Mayas avaient également situé l'année 2004 comme début du 5^{ème} Âge qui doit se terminer en 2012.

Ce 5^{ème} Âge comprend plusieurs alignements cosmiques. C'est la tempête de comètes sur Jupiter entre 1996 et 1997 qui a provoqué des ondes magnétiques de grande amplitude : celles-ci ont parcouru l'univers jusqu'à la Terre et ont créé des vibrations qui ont agi sur les forces gravitationnelles du Soleil. Cela a pour conséquence de désaligner la Voie lactée et le mouvement de rotation des planètes.

Ces phénomènes devraient réveiller en nous des forces endormies. Les Mayas avaient en effet donné un nom à la valeur numérique 2004. Il s'agit d'*Akabal*, qui signifie : temple maya secret. C'est le symbole d'une force mystérieuse sombre qui abrite à la fois le Bien et le Mal.

En réalité, ce temple désigne le cœur humain et la Vérité qui en aura émergé à partir de 2004, que l'on ait été bon ou mauvais. Ces forces en action devront nous aider à vaincre nos démons intérieurs et trouver le bon chemin. Mais il y aura aussi de fréquents obstacles !

2004 est ainsi l'année du temple secret, mais aussi le début d'une renaissance. Notre esprit aura peut-être la chance de voir un jour nouveau avec clarté, dévotion, espoir et opportunité pour tous ceux qui seront parvenus à trouver leur vérité intérieure.

Nous vivons maintenant une accélération du temps, vingt fois plus rapide avec ce que nous connaissons actuellement comme Internet et les cellulaires et un Éveil planétaire bouleversant arrivera assez vite. Il faudra agir avec amour et être VERT rapidement, si nous voulons survivre aux cataclysmes qui s'annoncent à courte échéance. Les pôles fondent dix fois plus vite que prévu. La planète va faire le ménage et évoluer.

Alerte à la Terre ! Avec l'amour du cœur de toute l'humanité « Tout va s'arranger ! », car l'homme a un impact aussi à venir.

Nous sommes les intendants de la Terre ! Sauvons-la ! Aide-toi et le Ciel t'aidera ! Entre-temps sauvons la santé et la longévité du couple amoureux.

Pour vivre heureux en tant que couple, il y a quatre points à respecter pour tout partenaire sérieux : 1- L'AMOUR, 2- LA FIDÉLITÉ, 3- UNE CONFIANCE AVEUGLE, 4- CROIRE UN DANS L'AUTRE.

Ces quatre ingrédients sont primordiaux et indispensables pour la survie et la longévité absolue du couple. Le plus grand secret de la vie étant celui d'**être heureux**, pourquoi ne pas le cultiver à l'intérieur du couple... Avec la multitude de maladies transmises sexuellement et les dangers du SIDA, nous nous devons d'être un couple des plus heureux possible. Que de souffrances à surmonter si ces quatre clés du succès du couple ne sont pas respectées...

Que vous formiez un couple homosexuel ou hétérosexuel, la règle est la même pour tout le monde : SOYEZ HEUREUX ET FIDÈLES... «*LOVE IS THE ANSWER AND YOU KNOW THAT FOR SURE.* ». (L'amour est la réponse, vous le savez sûrement.) -John Lennon

Pensée pour le couple

«*Quoi que vous fassiez, cela vous semblera insignifiant, disait Gandhi, mais faites-le quand même, c'est très important*». Il est futile de croire que le sida s'attrape en donnant son sang à la Croix-Rouge. Donnez-en et vous ferez oeuvre sociale et sauverez des vies humaines. Les banques de sang sont en souffrance fréquemment.

Prévention : 2 mois avant de subir une intervention chirurgicale, donnez de votre sang. Il vous sera redonné au moment opportun. Donc, vous ne courez aucun danger de contamination VIH ou de toute autre infection maligne.

Réactivez votre Mer-Ka-Ba et allez en forêt. La Transition des Âges durera trois mois environ,

à partir du 21 décembre 2012. Vous vivrez de merveilleuses expériences, mais entourez-vous au maximum de Lumière, en vue de cette date butoir qui nous mènera vers une nouvelle ère.

Gaïa va s'ajuster, se mettre au diapason de son moi, évoluée par la colère de sa force immense, la seule force que l'homme ne contrôle pas et les gens mieux préparés, les plus prévenants à cet éventuel chambardement, seront prêts et survivront dans la Lumière, afin de poursuivre le but de la vie qui nous a été octroyée. Quant à nos chers disparus, ils vont venir à notre rencontre, accompagnés de la «LUMIÈRE DU PARADIS» lors de notre dernier souffle sur cette terre malmenée. Ils nous conduiront dans le monde de Lumière, tant prisé par les voyageurs d'outre-corps.

Fondamentalement, il ne faut jamais, au grand jamais, décrocher de la société, car peu importe la raison qui a déclenché notre abandon, quitter le système, c'est perdre espoir. Non pas en son fonctionnement, mais à l'ajout bénéfique que nous pouvons inclure ,grâce à notre participation active pour le meilleur du monde, notre monde. Dans le plus populaire des livres : *La Bible*, on cite Gog et Magog comme sauvegardés des futurs cataclysmes naturels. La future arche de Noé s'y prépare ! (Ézéchiel : 36,37,38). *L'homo luminus* se prépare... Les écologistes le disent : « *Arrêtons de couper les arbres* ».

«*Un lâcheur ne gagne jamais et un vainqueur n'abandonne jamais*». -Napoléon Hill

La Californie possède une réputation qui n'est plus à faire en ce qui a trait aux innovations. Prenons simplement l'éthique «*granola*» et la vogue des restaurants «végétariens». C'est de là que vient le «mouvement humain potentiel»; ensemble de disciplines se proposant à «l'éveil corporel» et une plus grande responsabilité de l'individu vis-à-vis de lui-même et sa santé.

Conseil d'ami : Fiez-vous à votre «radar intérieur». Il ne se trompe jamais, car l'avenir appartient à ceux et celles qui croient et font arriver des choses dans leur vie. Saviez-vous que nous sommes les artisans de notre bien-être et de notre évolution Écologique ? Évolution vers la Lumière, dans la lumière du coeur !

SECRETS D'UNE SANTÉ GLOBALE

1. Faire de l'exercice régulièrement et savoir se reposer.
2. Manger des aliments sains tous les jours*. Un potager organique est un plus pour la santé du corps. Quotidiennement, consommer des aliments biologiques ainsi que des suppléments alimentaires naturels de vitamines et minéraux. Très important que ce soit non-synthétique, car le corps les rejette.
3. Avoir une approche joyeuse vers 2012 et au-delà et atteindre à l'illumination spirituelle de la vie. (Spiritualité optimiste) *L'homo luminus* fusionne avec la Lumière....
4. Hygiène corporelle quotidienne et les soins de la personne (ex. : massage corporel périodique, thérapie de la polarité, massage-yoga thaïlandais et Parafangothérapie).
5. Examen médical annuel régulier. (Assurance / santé)

« *Fire in the soul* », Joyce Voisenco (Spiritualité optimiste)

« Avant tout, ne pas nuire » -Hippocrate

« Que ton aliment soit ton remède et ton remède ton aliment. » Hippocrate (le Père de la médecine)

L'homme va vers un avenir grandiose, vers l'*homo luminum*, plus grandiose encore que son passé. Il a besoin de la recherche spatiale, de la prospective et de l'étude de la Terre et du Mer-Ka-Ba, s'il est à l'aise de le faire, en toute liberté. L'humanité a besoin aussi d'hommes assez courageux pour élaborer un livre comme celui que vous tenez entre vos mains et qui est le secret le mieux gardé en préparation pour 2012, au mépris des railleries, des projets insensés en apparence pour le plus grand bien des générations futures.

«IL FAUT ENTRETENIR LA VIGUEUR DU CORPS POUR CONSERVER CELLE DE L'ESPRIT.»

EN ROUTE VERS LE MOI-SUPERIEUR, LA SANTÉ ET LE BONHEUR ACTIVITÉ PHYSIQUE, MÉDITATION, SPORT, PLEIN AIR

Découvrez la Parafangothérapie (24) [Par Dr Reinhard R Bergel](#) édité dans « Dermascopie June/July 1999 » (Traduction par ordinateur, svp pardonnez le mauvais français écrit mais le message et les informations vous seront utiles quand même.

Histoire des applications thermiques (24)

L'eau, la chaleur et le mouvement sont, non seulement les éléments fondamentaux de la substance vivante, mais elles sont les pierres angulaires sur lesquelles la thérapie physique, le traitement par des facteurs physiques telles que la chaleur, la pression, l'électricité, etc., est basée.

Comme thérapie naturelle, des applications thermiques de différentes sortes ont été pratiquées durant les périodes de l'antiquité. L'utilisation étendue des stations balnéaires aux chauds peut être tracée pendant plus de 4000 années par les sphères de Crétant, Helléniques et Romaines de la civilisation. La culture des bains romains, comme son épanouissement, démontre plus loin l'appréciation des soins thermiques et de l'hydrothérapie. La ville sur le Tibère en a eu au minimum, pas moins de 940 en son apogée. C'était l'étendue la plus vaste, la plus grande, soit plus de 35 acres.

Dans ces derniers, l'utilisation a été faite, non seulement de bains et procédures chaudes de vapeur-transpiration, mais des paquets chauds ont été aussi bien appliqués. Rien n'est connu du genre de matières employées à cette fin. Cependant, Plinius (23-79 après J.-C.) a mentionné l'utilisation de la boue de Fango des étangs thermiques de Battaglia, près de Padoue en Italie du nord.

Les traitements observés ont fait en sorte que Galéen, le célèbre (131-200 après J.-C.) travaille à décortiquer la définition des indications de ce traitement. Il a porté une particulière attention sur le grand avantage fourni dans les cas des changements observés, de l'arthrite et du rhumatisme inflammatoire chronique. (Les établissements et les stations balnéaires de l'époque s'étendent d'Asclepieion à Pergamum, où Galéen lui-même pratiqua pendant un certain temps, ont été préservés.)

Dans Battaglia, sur les rivages du lac volcanique Cratère, il y avait une multitude de bains romains que les empereurs utilisaient à leurs heures. Elles sont tombées plus tard en ruine, avec le déclin de l'empire romain, juste au moment où la connaissance des avantages de cette forme

de thérapie commençait à être connue.

Bien que des références isolées de l'utilisation de la boue thermique de Battaglia puissent être tracées de nouveau au 14^{ième} siècle, l'utilisation de Fango di Battaglia, pour des traitements sur une plus grande échelle encore, date seulement du tournant du siècle. En plus de ces derniers, la boue côtière, la boue des lacs intérieurs et la tourbe sont employées en paquets. Le groupe entier se nomme des péloïdes.

La recherche a visé à améliorer les conditions physiques thermales, à faciliter l'application et à soulever les conditions hygiéniques de base, en appliquant des paquets thermiques. Ce qui a mené au développement de Parafango « Battaglia » par le professeur Hesse d'Hambourg. Introduit comme traitement en 1952, la préparation est, depuis lors, devenue largement connue dans la pratique et la littérature en Europe.

Le Parafango « Battaglia » est composé de Fango di Battaglia sec et de paraffine avec différents points fondants. Il contient plus loin les additions minutieuses du talc et de l'oxyde de magnésium, afin d'empêcher le Fango de se précipiter dans la paraffine fondue, aussi bien que pour intensifier la plasticité et la malléabilité du matériel. Parafango « Battaglia » fond entre 60°C et 70°C. Il est facile à ce moment d'écarter la pâte qui, exactement dans la marge de sa température d'application, constitue une masse extrêmement plastique qui est facilement moulée à n'importe quelle partie du corps à 122°F.

L'application des paquets chauds de Parafango sur des parties de la surface du corps est un processus purement thermique. Ni le transminéralisation, ni l'absorption des substances constitutives de Parafango par la peau n'a lieu. Il pourrait même montrer que les substances irritantes, pour la peau, incorporées dans le Parafango n'ont aucun effet sur la peau, car le matériel archivé n'a rien donné comme indication contraire.

Dans l'utilisation de beaucoup de péloïdes, en raison des températures d'action et de la transmission de la chaleur par la convection, la teneur en humidité des paquets joue un rôle important. Ces deux éléments peuvent faire changer leurs positions et prendre de ce fait différentes particules du milieu de l'émission de leur chaleur inhérente entre elles.

Dans le même sens, la part de la transmission de la chaleur par la jonction est augmentée, étant liée au matériel et l'échange thermique qui a lieu seulement par le contact mutuel direct des différentes particules. Cependant, si le paquet est complètement déshydraté, car c'est le cas avec Parafango « Battaglia », l'échange thermique a lieu exclusivement par l'intermédiaire de la conduction.

La résistance de transition de la chaleur du matériel d'emballage étant extrêmement haut, l'écoulement de la chaleur au-dessus de la surface du corps est donc, très constante et continue. Ceci signifie que des paquets de Parafango peuvent être appliqués à une température sensiblement plus élevée, 50°C (122°F), que celle des matériaux hydratés avec lesquels il est à peine possible d'excéder 45°C (113°F).

L'écoulement continu lent à la chaleur du paquet de Parafango garantit également autre chose. Considérant que les matériaux d'emballage hydratés, dans les couches d'environ 2 centimètres d'épaisseur, se sont sensiblement refroidis après une période d'application d'à peine 30 minutes et où ils ne produisent aucun autre effet thérapeutique, les paquets de Parafango de la même épaisseur peuvent demeurer appliqués pendant une heure et plus, sans que le patient note un refroidissement désagréable du paquet. Le Parafango, dit « Battaglia », non seulement peut être appliqué à température élevée à l'inverse d'autres péloïdes hydratés, mais également, au besoin, demeurent appliqués considérablement plus longtemps.

Cette particularité ne repose pas entièrement sur la capacité thermique élevée de Parafango « Battaglia ». On la lie également au fait qu'exactement dans la marge de la température d'action,

une partie substantielle de la chaleur fondante de paraffines soigneusement équilibrées est libérée.

Un aperçu des courbes de refroidissement de l'eau, de Fango et de Parafango démontre facilement que l'eau et Fango laissent leur étendue d'applications par le refroidissement en 20 à 30 minutes. Considérant que Parafango, dû à l'effet soutenant provoqué par la chaleur fondante graduellement libérée, maintient sa température de demande d'heures de presque 1 ½. Même à la température optimale de l'application, la transition lente et douce de la chaleur garantit que les limites de la compatibilité de peau ne sont pas dépassées. Des brûlures ou blessures analogues ne doivent pas être craints en appliquant un paquet de Parafango à 50°C (122°F).

À l'hôpital St-Georges, d'Hambourg, le Dr. Jahnke a complètement examiné l'effet des paquets de Parafango sur les organismes humain et animal. La durée des paquets qui ont été appliqués à 50°C (122°F), était de 30 minutes. Jahnke a divisé les résultats en catégories suivantes : les paquets locaux, partie emballée, les paquets entiers.

Paquet Local, c'est-à-dire une ou deux plus grandes articulations, un petit secteur de torso, quantité de Parafango jusqu'à 4 kilogrammes, 88 livres. L'hyperémie locale, altitude de la chaleur de peau par 6°F, sue la sécrétion et l'accélération du jet de sang et de lymphé dans la région de l'emballage sont les facteurs principaux. Élévation de la température de corps seulement par 4^o.45^oc. La circulation demeure sans changement significatif. En plus de ces effets, Jahnke a prouvé les effets antiphlogistiques et lymphé-activants par application de Parafango avec des expériences sur le lapin.

Paquets en Partie, grande articulation trois ou quatre, extrémités entières, dos et abdomen, paquet pectoral ou pelvien, quantité d'emballage 5 à 20 kilogrammes, 11 à 44 livres. Représentant un traitement plus pénétrant. Indépendamment des effets locaux déjà décrits, la profondeur-hyperémie réfléchissante, ouverture des anastomoses artério-veineux ont lieu. Les élévations de la température de corps jusqu'à 5°C (12°F). On peut observer une manifestation de la transpiration et la légère affection des augmentations de circulation ainsi que la fréquence du pouls de 10-20 battements par minute. Un effet non spécifique d'irritation avec l'augmentation à court terme des corpuscules blancs du sang périphériques est apparent.

Paquets Entiers, extrémités entières, pour le dos par la suite, pour l'abdomen, en outre du matériel d'emballage 30 à 40 kilogrammes, 66 à 88 livres est requis. Les réactions générales dominant l'image. Les effets peuvent être comparés de doux, à la thérapie modérément forte de fièvre. La chaleur du corps monte à une moyenne 37.8°C (100°F) et retourne de nouveau derrière la normale au cours d'une heure. L'affection de la circulation montre une augmentation de la fréquence du pouls jusqu'à 105 battements par minute et une augmentation de la tension artérielle. De ce fait, cela entraîne une augmentation du volume de battement de coeur aux dépens de la tension artérielle diastolique de la réduction de la vitesse de la circulation de sang par 35 secondes en moyenne et d'un artérialisation du sang veinous. Total dans toutes les augmentations de 30 pour cent. L'augmentation du compte de leucocytes fait une pointe après 2 heures ½. Une baisse dans les éosinophiles de l'ordre de 59 pour cent, comme légèrement plus grand à comparer au nombre de 17 késtéroïdes dans l'urine, peut être considérée comme une stimulation de l'activité supra-rénale.

Paquets Entiers avec fil de Parafango di « Battaglia » par une stimulation du lobe antérieur du système de capsule de hypophyses/supradyne avec une augmentation d'hormones, à une thérapie physiologique de cortisone. Cette réaction très diverse doit également être prise en considération, cependant sous la forme modifiée, dans le cas des paquets locaux et de partie. L'appel résultant de possibilités thérapeutiques, donc pour le repère et dosage exact de la stimulation de la chaleur de Parafango, selon la situation de la maladie.

Les champs de la demande de Parafango « Battaglia » incluent tous les cas où une thérapie

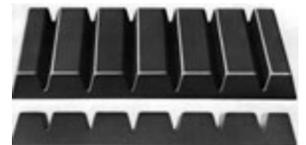
intensive de la chaleur est indiquée. Voici les directives générales pour quelques groupes typiques des maladies quant aux manières possibles de la marche à suivre dans le cas individuel. Rhumatisme Inflammatoire Les auteurs français, autrichiens, suisses et allemands recommandent l'emballage commun trois fois par semaine dans les cas pour lequel il est demandé de diminuer le rhumatisme aigu et l'arthrite rhumatoïde dans l'étape de réduction. Après les paquets, les exercices gymnastiques réparateurs semblent profitables. D'autres jours le mouvement et des bains sont effectués.

Le spondylitis d'Anchylosis (M. Bechterev) est traité dans le même sens avec les paquets arrières et pelviens et avec des bains de mouvement. La durée du traitement dépend de la tendance de remise, en moyenne c'est environ quatre à six semaines.

Rhumatisme Dégénératif. Dans les cas de l'ostéo-arthrite et des plaintes ou douleurs basées sur les discopathies intervertébrales, et sous les formulaires spéciaux du rhumatisme non-articulaire tels que la fibro-myalgie, l'épaule douloureuse, le neuralgia, ou la névrite, des paquets peuvent être appliqués plus souvent, quatre à cinq fois par semaine dans la mesure où l'activité de la condition permet l'application de la chaleur. Il en va de même pour les syndromes d'effort dans le domaine de la médecine de sports, telles que les douleurs de genou des cyclistes, du coude du joueur de tennis, du bras du lanceur de javelot, ou des périostatites du coureur. (Pour plus de détails visitez www.h-e-a-t.com).



Voici deux photos où l'on voit la marmite à Parafango et les plastiques spéciaux contenant le mélange prêt à appliquer,



Le niveau de Conscience du Mouvement Nouvel-Âge actuellement

Il est de mon ressort de vous mettre la puce à l'oreille en ce Nouveau Millénaire qui fait surface à l'horizon. La tendance actuelle, véhiculée par le Mouvement Nouvel-Âge, est que la Conscience Collective doit atteindre vingt-cinq à trente pourcent de notre humanité, en pleine quatrième dimension, afin qu'elle puisse entrer le 21 décembre 2012 au niveau de la cinquième dimension, avec la fin du calendrier maya... Il y aura un alignement qui ne se produit que tous les 26 800 ans, le Soleil et les planètes seront alignés avec l'équateur galactique. D'où un changement grandiose dans notre façon de voir l'univers....

Tous les yeux de l'Univers sont dirigés vers la Terre à cause de cette particularité unique, selon laquelle les êtres humains sont les seuls détenteurs du libre-arbitre DANS L'UNIVERS. Cette particularité nous identifie comme seuls responsables de nos choix dans la VIE UNE. L'évolution de l'humanité va nous amener un grand changement sous peu. Nous sommes habitués à cette troisième dimension, à ce que tout tourne autour de nous. Nos émotions, les gains acquis, les possessions, le karma qui ne demande qu'à être transcendé par l'Illumination Spirituelle. La quatrième dimension demande à n'être qu'amour et compassion ; la Lumière Dorée ou Jaune du Coeur, envers TOUT CE QUI VIT. *Votre présence, JE SUIS.*

Atteindre l'Illumination Spirituelle n'est pas une mince affaire, mais cela reste possible à qui s'en donne la peine... On nous annonce que douze et même treize chakras au total nous sont accessibles dès lors. À vous conseiller, je dirais que les sept chakras principaux qui partent du bas de la colonne vertébrale jusqu'au sommet de la tête suffisent pour amener à l'Illumination Spirituelle. Leur Maîtrise devient un Art de Vivre, une libération de l'âme et l'union avec le divin.

Cela devient évident à la longue, à mesure que vous progressez dans votre quête spirituelle. La clé en est une qui appelle à l'Amour et à la Compassion envers tous. Se centrer sur le moment présent et suivre la Voie du Coeur. Deux mille ans d'Amour et de Paix nous sont annoncés en atteignant les vingt-cinq à trente pourcent de la population sur terre avec cet AMOUR-COMPASSION.

Soyons prêts, ici, maintenant. Ceux qui n'emboîteront pas le pas vers la quatrième et cinquième dimension qui se chevauchent pour ainsi dire, de près, ne se réincarneront plus sur la Terre. Ils iront sur une autre planète de la troisième dimension, poursuivre leur évolution pendant quelques vies et s'ils le désirent pourront atteindre à la quatrième et cinquième dimension plus tard dans leur cheminement évolutif personnel et reviendront sur Terre, car ils seront prêts à vivre l'esprit d'amour et de compassion « Metta » pour toute la création.

Nous vivons dans le moment présent tout en demeurant centrés sur notre MOI INTÉRIEUR et en SUIVANT LA VOIE DU COEUR. Car c'est la seule Voie à suivre... La venue de l'homo luminus, annoncée par les anciens Incas. Les Guides et les Anges nous accompagnent... vers un Monde de Lumière et tendent la Main à ceux qui oeuvrent pour la Lumière sur Terre, la Fraternité Blanche. Pour que puisse enfin régner l'amour, la paix, la joie et l'harmonie entre tous les habitants de notre Terre Mère, Gaïa. À vol d'oiseau, voilà en gros le Nouvel-Âge, tendance en ce début de siècle. Préparez-vous pour 2012 !

L'esprit de Ma'at. « Ascension » Vol 4, décembre 2003.

Créez le Paradis sur Terre. (25)

Avec Jean Adrienne, Par Asa Wulfe

Nous avons l'habitude de penser que l'ascension implique de quitter la Terre pour se retrouver sur un plan supérieur ou atteindre le « paradis ». Mais, nombreux sont ceux qui sentent aujourd'hui et Drunvalo est l'un d'eux, que l'ascension, à notre époque, consiste en réalité à créer le Paradis sur la Terre, ici et maintenant.

Jean Adrienne est écrivain et consultante au niveau spirituel. Elle fait partie de ceux qui croient en l'interprétation du Paradis sur Terre et qui l'enseigne. Elle pense aussi que cela aura pour conséquence des modifications importantes de notre ADN terrestre et de notre système de chakras. Changements rendus possibles seulement depuis que nous nous sommes mis à rêver le rêve.

Pourquoi choisir de rester ici sur Terre ? Du point de vue du Soi supérieur, la réponse à cette question semble un non-sens. « *L'alchimie* » dit Jean « *nous apprend que chaque âme de l'Univers, aussi avancée soit-elle, nous envie d'avoir un corps* ».

Asa : Si vous nous disiez ce que vous entendez par le terme « ascension ».

Jean : La véritable définition de ce mot, suivant le dictionnaire de Webster, est simplement passer d'un niveau à un autre. La définition historique d'un point de vue spirituel ou religieux est que nous mourons et nous allons au Ciel mais littéralement, l'ascension de la conscience signifie simplement se déplacer d'un niveau de conscience à un autre. Si nous considérons que nous avons vécu dans une conscience tridimensionnelle un certain nombre d'années, l'ascension pourrait signifier accéder au cinquième ou au neuvième niveau de conscience.

On nous a inculqué la notion préconçue qu'il est nécessaire de quitter son corps pour pouvoir voyager vers un endroit meilleur. Mais l'ascension peut avoir lieu sur ce plan physique simplement en élevant sa conscience. Nous pouvons choisir de nous élever tout en demeurant dans un corps physique. L'ascension ne signifie pas obligatoirement que les gens qui choisissent

de ne pas s'élever vont disparaître de notre expérience ; il est possible qu'ils vivent juste une expérience différente.

Et ceux qui veulent s'élever sans le corps peuvent aussi en faire l'expérience. Dans tous les cas, il y aura deux réalités. Dans le futur, on arrivera peut-être à un stade où les deux réalités pourront coexister sans se voir, un plan serait invisible à l'autre. À mon avis, chacun va vivre selon son choix. Tout le monde devra choisir ce qu'il souhaite faire, car nous sommes sur une planète de libre-choix. Nous avons choisi de venir ici et de faire l'expérience de l'incarnation parce que cette expérience n'est possible nulle part ailleurs. L'alchimie nous apprend que chaque âme de l'Univers, aussi avancée soit-elle, nous envie d'avoir un corps. Il y a des choses qu'on ne peut faire qu'avec un corps, comme certaines expériences physiques par exemple.

Asa : Supposons que nous sommes maintenant dans la cinquième dimension ou sur le point d'y accéder, quels sont les changements qui vont survenir ?

Jean : Le premier pas dans le passage d'un état de conscience à un autre est de reconnaître pour soi l'importance d'avoir un corps et ensuite de revendiquer les aspects du corps physique que nous avons délaissés dans notre quête de la spiritualité.

Pendant un certain temps, nous avons essayé d'éclairer nos âmes au travers de l'enseignement spirituel pour nous illuminer et peut-être même pour quitter le corps en renonçant à certaines nourritures et habitudes.

La vérité est que nous sommes des êtres spirituels qui faisons une expérience physique. Il est nécessaire de le revendiquer et de pleinement vivre et ressentir cette expérience physique. Il n'y a aucune autre façon de vivre dans le présent. Si nous ne pouvons pas vivre dans le présent, nous ne pourrions pas vivre dans l'espace du cœur ou atteindre l'éveil. Si le physique et le spirituel sont parfaitement unifiés en nous, nous n'expérimenterons que l'instant présent et cette connexion ne nous procurera qu'harmonie et croissance.

Asa : Quel conseil pouvez-vous donner à ceux qui n'ont découvert l'ascension que dans le corps sans en avoir eu auparavant la conscience intuitive ?

Jean : Tout repose sur l'intention. La première chose à faire est de décider d'être ouvert pour recevoir l'information et alors il se passera ce qui doit se passer, le reste n'est que parole. Plus on lâche prise, plus la progression est rapide.

Asa : Est-ce que l'ADN change comme beaucoup le prétendent ?

Jean : Je crois que oui. Je pense que le corps doit accéder à une vibration plus haute pour que l'ascension ait lieu sous la forme humaine. Ce processus peut être initié en activant les brins additionnels d'ADN – l'ADN spirituel.

On pense qu'à l'origine nous n'avions pas que les deux brins d'ADN que l'on trouve dans le corps aujourd'hui. En activant d'autres filaments, on réveille de nouvelles capacités, dons et pouvoirs demeurés endormis. Si vous dépliez la double hélice d'ADN, vous découvrirez qu'elle ressemble à une échelle, l'échelle vers la cinquième dimension. Certains sont parvenus à réactiver l'ADN en rétablissant les 12 brins, mais ce processus à 12 brins n'est peut-être qu'un début, car j'ai l'impression qu'il n'y en a pas 12 mais plutôt 36.

Le paradigme de l'ADN a changé quand un grand nombre d'entre nous a réalisé qu'il était possible de s'élever dans ce corps physique et que les brins d'ADN sont la clé de cette ascension.

Il est certain que dans l'ADN, est encodé tout ce que nous sommes physiquement. Nous avons un ADN physique situé dans nos cellules et un ADN spirituel dans notre champ d'énergie. Pour passer dans la cinquième dimension, il est essentiel de relier ces deux énergies de même que l'on intègre et équilibre les deux hémisphères cérébraux.

L'ADN renferme toute notre connaissance intérieure. Dans l'ADN est encodée la mémoire de tout ce qui existe. En devenant authentique, nous n'avons plus besoin de rechercher à l'extérieur « la vraie connaissance ». Elle est en nous.

Je pense que la vraie connaissance se trouve dans l'ADN et, qu'en nous élevant, de nouveaux brins seront activés ce qui nous donnera accès à notre connaissance intérieure cachée.

Asa : Si je comprends bien, vous croyez aussi que les changements des chakras font partie du processus d'ascension ? Comment cela fonctionne-t-il ?

Jean : Je pense qu'il est nécessaire de déplacer notre attention des chakras supérieurs aux chakras racine et sacré. C'est ainsi que nous pourrions permettre à l'idée de s'exprimer à travers la forme. On nous dit depuis des années de nous concentrer sur le troisième œil et sur le chakra coronal. Mais je pense qu'à présent, il faut s'appliquer au premier et au second chakra afin de donner forme à la création et amener le Paradis sur Terre.

Aujourd'hui, on demande à beaucoup de gens, même aux Vegas, de manger de la viande ou au moins des légumes qui ont des racines (tubercules) juste pour permettre de s'ancrer dans le corps. Je pense que si nous nous ancrions dans le corps physique et activons l'ADN, de nouveaux chakras apparaîtront. S'il n'y a que 12 brins d'ADN, il est logique d'imaginer 12 chakras en relation avec eux. Et s'il y en a 36, alors il y aura 36 chakras. Le premier chakra qui apparaîtra, lors du processus d'ascension, sera le chakra du cœur supérieur ou chakra du thymus.

Ce chakra a commencé à s'ouvrir pour beaucoup de gens qui le ressentent parfois comme une crise cardiaque. Je vois ce chakra vert citron, certains le perçoivent vert d'eau. Il existe aussi un nouveau chakra juste au-dessus de la lèvre. On peut le percevoir par l'arrière de la tête, l'occiput : c'est le chakra de l'ascension.

Il y aurait aussi des chakras près de la rate et dans le champ d'énergie qui ne seraient pas encore effectifs. Le chakra de l'Étoile de l'Âme se trouve environ 18 pouces (45 cm) au-dessus de la Couronne et il existerait un autre chakra au-dessus. Nous ne savons pas où sont situés les nouveaux chakras. C'est excitant et nous les découvrirons peu à peu au fil du processus de l'ascension.

Un nouveau paradigme est en création pour le corps physique. Nous passons d'un corps contrôlé par le système immunitaire à un corps contrôlé et activé par le cœur. Dans le système immunitaire, ce sont les émotions qui nous font réagir, tandis que dans le chakra du cœur supérieur, nous sommes reliés à notre connaissance intérieure. Nous pensions autrefois que nous vivions dans un monde dirigé par des forces qui nous sont extérieures, mais le mouvement de l'ascension nous parle d'un monde gouverné par le cœur supérieur.

Asa : Je sais que beaucoup de gens font à l'heure actuelle des expériences physiques difficiles. En quoi ce nouveau paradigme affecte-t-il notre santé ?

Jean : Il est possible d'améliorer la santé par la synthèse de l'âme et du corps dont j'ai parlé plus haut. Mais il est aussi possible d'engendrer des problèmes de santé si c'est le choix que la personne fait pour son apprentissage. Nous sommes libres, à chaque instant, de choisir notre réalité.

Asa : Quel est le rapport avec la Grille de Cristal ?

Jean : Rien de tout cela ne pouvait arriver avant que la Grille de Cristal ne soit mise en place. Avant cela, nous devons quitter le corps physique pour pouvoir changer de plan. Il existe d'autres grilles en dehors de la Grille de Cristal. Il y a la Grille Axiatonale qui relie le corps aux méridiens de la terre, à la Grille de Cristal et, au-dessus, à la grille de l'Univers. Nous changeons de taux vibratoire quand nous nous relient à la grille de Cristal. C'est un peu comme les relais ou comme passer d'une connexion Internet par téléphone à une connexion câblée ou à l'ADSL. Nous utilisons les fréquences vibratoires à un rythme différent.

Le taux vibratoire du corps est totalement hors gabarit aujourd'hui. Il y a deux ou trois ans, l'être humain vibrait en moyenne autour de 68 Hz. À présent il m'arrive de mesurer quelqu'un à cinq millions Hz ! Il existe un autre paradigme, ouvert sur un immense champ de création consciente, que nous ne pouvons encore percevoir et qui est radicalement différent de tout ce qui a été écrit sur l'espèce humaine ou tout ce que nous avons déjà expérimenté. Il est sans doute difficile pour nous de sortir de la boîte et de lâcher suffisamment prise pour nous ouvrir à ce nouveau paradigme. Nous ne pouvons le percevoir que si nous lâchons prise vraiment.

Il importe d'abord de réaliser combien nous cherchons à contrôler notre vie. Le contrôle apparaît dès que les situations ne s'annoncent pas faciles, paisibles et harmonieuses. Quand notre monde s'avère irritable, nous pouvons être certains que nous essayons d'imposer notre volonté d'une façon ou d'une autre. Ces émotions désagréables sont en fait le signe que nous ne sommes pas en prise avec notre connaissance intuitive. Quand les émotions apparaissent, je me dis que je vis un instant mortel et la seule chose à faire dans un tel instant est de ne rien faire ! Ne prendre aucune décision, ne faire aucun choix, car les décisions et les choix pris durant un instant mortel ne servent jamais notre bien le plus profond.

La Loi de l'attraction universelle implique que nos pensées et nos vibrations déterminent le système et les événements qui vont se produire autour de nous. Une autre façon de le dire est « *Notre expérience du monde est le résultat de nos émotions et de nos forme-pensées.* » Quand nous lâchons le contrôle, tout se remet en place. C'est le paradis sur Terre. Le nouveau paradigme est semblable à une chaîne de télévision : quand nous reprenons le contrôle, nous perdons la réception de la chaîne. La seule chose à faire est de prendre une profonde inspiration, de s'abandonner à notre Soi supérieur et de laisser aller.

Asa : Si l'on décide de s'impliquer dans ce processus d'ascension, quelles sont les étapes importantes à franchir ou quels sont les changements à effectuer dans notre conscience ?

Jean : Nous devons apprendre à lâcher la peur. Nous devons examiner constamment nos pensées. Pensées et émotions sont créateurs et nous ne pouvons nier notre responsabilité dans la création (de notre réalité) si nous ne sommes pas vigilants vis-à-vis de nos pensées et de nos sentiments.

Il n'y a pas de victime dans la cinquième dimension. Tout ce qui nous est désagréable résulte de notre propre création. Pour le changer, il suffit de le remplacer par quelque chose de nouveau et de meilleur, ce qui implique d'assumer la responsabilité de ses pensées et de ses émotions.

Nous devons nous défaire de notre fond de peur tridimensionnelle. Nous devons abandonner tout jugement de bon ou de mauvais. Juger c'est s'ouvrir à des vibrations basses. Il s'agit en fait de comprendre que tout existe, tel qu'il doit exister à ce moment précis. Nous devons apprendre à vivre, instant après instant, dans l'ici et maintenant. Quand vous vous élevez véritablement,

vous vous souvenez de qui vous êtes vraiment ; vous êtes le Créateur. Il est alors important de mettre l'accent sur ce que l'on crée.

Créer votre vision du paradis sur Terre. Mettez-vous à créer votre réalité afin qu'elle ressemble à ce que vous pouvez imaginer de mieux dans le vieux paradigme tridimensionnel. Puis lâchez prise ! Dites-vous : « *ma réalité est ainsi ou mieux encore* ». De cette façon, vous la présentez à votre Moi supérieur et vous permettez que ce dernier travaille sur votre vision. Nous sommes capables de créer plus de merveilles que nous ne pouvons l'imaginer. Nous apprenons à nous en convaincre à travers le processus de l'ascension. C'est pourquoi nous devrions créer autant que possible joie et bonheur.

Rappelez-vous, nous pouvons créer la joie et le bonheur, nous pouvons avoir l'abondance. Mais quand l'abondance descend sur nous, il est important de nous souvenir de donner généreusement afin de pouvoir continuer à recevoir de même. Je pense que ce qui nous arrive aujourd'hui c'est vraiment la transformation d'un Paradis sur Terre. Je suis convaincue que ce monde va devenir ce que les écritures nous disent, un lieu où le Lion dort avec l'Agneau.

Jean Adrienne est guérisseuse et écrivain. Elle a un diplôme de psychologie de l'Université de l'État de Floride et a suivi la formation pour le ministère, à l'Université du Sud. Elle est Maître de Reiki Usui, Karuna Ki et des sept Rayons. Elle est l'instigatrice de « *Inner Speak* », qui concerne la création de changement énergétique (quantum). Elle est auteur des deux livres : *Aventures de l'Âme* et *Langage intérieur pour tous* et a créé un CD de méditation guidée « *Aventures de l'Âme* ». Texte traduit en français par Sylvie Barras.

Pour plus d'informations consultez son site web : Inner-Speak.com. Vous pouvez la contacter au 404-934-0714 ou JeanAdrienne@mindspring.com

L'espace secret dans le Coeur – Vol. 4 No1

Méditation du Coeur de l'École égyptienne des Mystères, par Julia Griffin *(26)

Spirit of Ma'at : "The Secret Space in the Heart" — Vol. 4 No. 1

Au fur et à mesure que le temps passe, vous allez lire de plus en plus sur comment « entrer dans l'espace de votre Cœur ». Les enseignants viendront vers vous pour vous proposer de vous donner une méditation efficace nouvelle, véritable et vraie qui va vous conduire à l'intérieur de cette chambre secrète.

Et c'est pourquoi, vous serez toujours capable de raconter la différence, nous rédigeons ci-dessous une "*méditation secrète du Coeur*" provenant d'une des écoles anciennes des mystères. C'est une méditation pragmatique qui peut avoir certainement des résultats positifs dans votre vie. L'école des mystères a souvent déclaré que cette méditation est la seule qui transmet un enseignement approprié à chacun, peu importe son degré d'évolution spirituelle.

Mais nous avons besoin d'être clair à ce sujet. Une méditation de ce type nous aide à entrer dans le chakra du Cœur - L'endroit où les énergies, des chakras supérieurs et inférieurs, sont harmonisées, où les polarités sont équilibrées.

L'espace sacré du cœur n'est pas la même chose. Lorsque Drunvalo appelle cette ancienne méditation de l'école des mystères « *un très bon exemple qui n'est pas ce qu'on pense* », nous lui avons demandé de s'expliquer.

« *C'est toujours une méditation provenant du mental, répondit Drunvalo, elle vous guide. Tout comme en hypnose, elle vous emmène de plus en plus profondément à travers une série d'images guidées* ».

Mais se trouver dans le Coeur est quelque chose que vous ne pouvez pas contrôler de

cette manière, parce qu'une fois dedans, vous ne pouvez pas avoir d'idée de ce qui va se passer. Seul le cœur le sait. Dans le Coeur, vous ne savez pas ce qui va arriver ensuite. Être dans le cœur est plus comme un voyage shamanique. Ce n'est pas un protocole guidé, seulement imaginaire.

La méditation ci-dessous parle d'une île, de dauphins, d'eau, d'un chemin, de fleurs, d'un temple, d'une flamme. Il y a des sons et des sensations qui y sont suggérés. *« Mais lorsque vous êtes réellement dans l'espace du Coeur, dit Drunvalo, cela peut être différent à chaque fois. Cela peut être un temple ou une flamme, mais aussi bien une grotte. Vous ne savez jamais, seul le cœur sait, il vous connaît. Il sait quelles sont vos réelles intentions. Il sait ce dont vous avez besoin, il sait tout à votre sujet. Quelquefois, la sagesse du cœur est quelque chose que vous recevez, mais vous ne la voyez ou ne la reconnaissez que beaucoup plus tard ».*

Nous ne pouvons pas vraiment parler de cette ancienne école des mystères sans la partager avec vous. Et en vérité, nous l'avons pratiqué nous même avec des résultats très positifs. Donc, la voici pour votre information. Mais ce n'est pas LA méditation pour entrer dans la chambre secrète de votre cœur, cet endroit dont Drunvalo parle.

Méditation de la Flamme Rose

Commencez par vous imaginer debout sur les sables blancs d'une plage d'une île paradisiaque. Sentez ou imaginez la chaleur, le sable blanc sous vos pieds nus. L'eau bleu-vert vient s'étendre doucement en vaguelettes sur le rivage, une douce bise touche votre corps. Ressentez-là sur vos mains et vos pieds. Vous pouvez voir en transparence dans la clarté bleu-vert de l'eau, le fond en sable blanc.

Pendant que vous regardez, des dauphins font surface, jouent et plongent. Ils vous appellent et reconnaissent votre présence.

Il y a de très beaux coquillages de toutes formes sur le rivage, dans des couleurs de corail, de pêche et rose. Vous pouvez en ramasser un et le porter à votre oreille pour écouter les sons de la mer qui proviennent de l'intérieur.

L'eau est calme et d'huile. Vous expérimentez un sentiment profond de paix et d'harmonie. Votre corps est reposé, relaxé, mais solide et alerte, tandis que vous restez dans ce lieu de paix profonde.

Cette île est la plus belle que vous ayez visitée. Vous entrez dans une expérience d'un refuge de tranquillité au fur et à mesure que vous contemplez ce lieu magnifique. Il n'y a que beauté, paix et joie et votre conscience de cette île, de ce lieu, vous élève plus. Vous imprégnez et assimilez le vécu de cette sensation.

Il y a une petite forêt derrière vous. La forêt est composé de différentes sortes d'arbres. Il y a des arbres couverts de superbes et volumineuses fleurs colorées. Il y a des arbres actifs qui étendent leurs branches feuillues jusqu'au sol et il y a d'anciens conifères qui ont vécu ici pendant des siècles.

C'est la plus belle forêt que vous ayez vue. Lorsque vous vous tournez pour la regarder, les arbres remuent leur branches vers vous et vous respirez leurs essences pures et vertes.

Des oiseaux brillants et multicolores appellent depuis la forêt. Leurs chants s'élèvent puis s'atténuent. Vous pouvez apercevoir quelques reflets lorsqu'ils volent d'un arbre à l'autre. Le sol de la forêt est couvert d'une mousse abondante. Des milliers de reflets verts de mousse recouvrent le sol entre les arbres. De petites fleurs bleues, roses, jaunes, pourpres et blanches sont éparpillées sur le tapis vert.

Faites quelques pas à l'intérieur de la forêt et pendant que vous avancez, sentez la douceur de l'épaisseur de la mousse sous vos pieds. Regardez-la de plus près et les fleurs qui y poussent.

Regardez les morceaux de bleu, le ciel bleu au travers de la cime des arbres. Regardez le sol à nouveau et voyez les formes étoilées des fleurs, rondes, dont les centres brillants sont colorés, et de toutes petites fleurs, si petites qu'elles sont quasi invisibles, de façon à ce qu'ensemble, elles forment des zones colorées sur la mousse verte.

Si vous voulez voir des animaux qui vivent dans cette forêt, souhaitez les voir et ils viendront vers vous. Vous pourrez les caresser et leur parler.

Des papillons et des oiseaux viendront si vous les appelez et se percheront sur vos mains, si vous le voulez. Lorsque vous remarquerez les fleurs, elles bougeront légèrement vers vous. Si vous saisissez leur feuilles ou pétales, elles bougeront encore plus. Prenez un moment pour apprécier la beauté que vous venez de créer ici et réalisez que la nature répond à votre Coeur impétueux.

Prenez un autre moment pour regarder autour de vous. Devant vous se trouve un chemin blanc qui conduit vers le haut de la colline à travers le bois. Le chemin est recouvert de sable et de pierre blanches. Derrière vous s'étend la plage à l'opposé du chemin vers le contrebas.

Vous suivez ce chemin sinueux et étroit jusqu'au sommet de la colline. C'est froid et doux sous vos pieds plus vous avancez vers la sortie de la forêt. Plus vous marchez et vous enfoncez profondément dans la forêt, plus l'air devient dense et s'imprègne d'une froideur rafraîchissante.

Puis, après quelques minutes, le chemin vous conduit à un endroit où les arbres sont moins denses et où la lumière du soleil pénètre au travers.

Si vous regardez en haut, vous pouvez voir le ciel bleu à travers les arbres, le plus beau trait de bleu que vous ayez vu. Il y a des nuages blancs qui font des formes comme dans les rêves d'enfant.

Plus vous regardez, plus le chemin devient pentu et étroit, et les arbres deviennent de plus en plus espacés. Au loin, vous pouvez voir la lumière et le bleu irradiant du ciel. Aussi loin que vous puissiez voir, la terre de l'autre côté et devant est couverte de buissons en fleurs.

Continuez à marcher sous la lumière, en vous éloignant de l'eau et de la forêt, jusqu'à ce que vous quittiez les arbres plus bas et approchiez du sommet de la colline. Regardez derrière vous. Vous pouvez voir l'île en contrebas, la mer, les arbres et la plage. Au loin, vous voyez l'horizon, l'endroit où le soleil touche la mer. Tout est beau ici, avec des rochers imposants, des fleurs sublimes et une brise rafraîchissante. Vous apercevez un temple au sommet de la colline.

Au fur et à mesure que vous montez la pente en direction du temple et du sommet de la colline, vous entendez le son d'un torrent contre des rochers. Tout le ciel est visible maintenant. Le soleil et le ciel semblent se rapprocher de vous lorsque vous approchez du temple. Vous réalisez que c'est bien ce temple que vous avez vu quand vous avez commencé à marcher. Vous connaissez ce temple. À chaque fois que vous le voyez, vous réalisez de nombreuses choses que vous connaissez à son sujet.

De grandes colonnes en pierre soutiennent le temple et il y a un beau relief au-dessus des arches frontales. Le motif de ce relief peut être dessiné en symboles ou écritures. Regardez-les de plus près pour déchiffrer leur signification qui serait en relation avec votre âme. Laissez-les vous toucher profondément et gardez-les dans votre cœur et votre mémoire. Le temple, le lieu de votre connaissance intérieure et son apparence, son architecture, sa taille et les éléments de sa construction sont de plus en plus familiers.

Un bassin de cascades se trouve près de la façade du temple avec l'eau qui descend les rochers. Vous les regardez et les écoutez tambouriner les rochers, faisant ainsi une musique magique à leur manière. Vous vous préparez à entrer dans ce temple. Mais d'abord, vous regardez encore une fois la forêt et l'océan au loin derrière et les massifs de fleurs à vos pieds. Prenez un moment pour voir la grandeur de la création dans votre cœur. Il n'y a nul endroit ailleurs que

celui-là. C'est votre propre création, la création de votre conscience supérieure.

Maintenant, marchez à l'intérieur du temple et ressentez les dalles de pierre sous vos pieds. Regardez le sol et sentez-le. De quoi est-il composé ? Y a-t-il une fresque sur le sol ? Il y a de gigantesques colonnes qui soutiennent le plafond et de grandes ouvertures et fenêtres qui offrent une superbe vue de la mer. Un courant d'air rafraîchissant passe par les fenêtres et vous le sentez sur vos bras et vos jambes.

Tandis que vous vous dirigez vers l'autel, concentrez votre conscience vers le centre de votre poitrine, au chakra du Coeur, l'endroit de la flamme de votre Coeur. En même temps que vous regardez l'autel, commencez à méditer sur une flamme rose que vous pouvez imaginer ou visualiser à l'intérieur du centre de votre Coeur. Elle peut être petite ou grande, mais c'est à cet endroit, dans le centre de votre poitrine. Et plus vous y pensez, plus elle devient grande. Tandis que vous méditez sur la flamme rose à l'intérieur de votre Coeur, une flamme jumelle apparaît et brûle sur l'autel. Plus vous vous concentrez sur cette flamme, plus elle aussi grossit et devient de plus en plus grande.

Il y a un espace ouvert au-dessus de l'autel dans le plafond. Et plus vous vous concentrez sur la flamme, plus la flamme grandit et grandit jusqu'à ce qu'elle atteigne le ciel.

Beaucoup de choses peuvent être accomplies avec cette flamme rose. Vous pouvez lui livrer la souffrance de votre être, vous pouvez vous tenir à l'intérieur de la flamme à chaque moment où vous avez été blessé, déçu ou en colère et regarder ces émotions y être consumées. Vous pouvez y amener un événement douloureux et la flamme le consumera. Vous pouvez sentir l'émotion diminuer et autoriser toute la douleur de votre être à être incinérée par le feu de la flamme.

Vous pouvez aussi y mettre les pensées de disputes et conflits que vous avez avec les autres et les autoriser aussi à être consumés par la flamme. Quand la flamme aura brûlé et éloigné le cortège de ces émotions, vous pourrez ressentir une sensation de complétude et de rapprochement intérieurs. Quelques fois, la flamme éliminera immédiatement toutes ces pensées associées à la souffrance ou à une dispute. À d'autres moments, vous devrez maintenir ces pensées pendant plusieurs jours dans la flamme avant qu'elles ne soient définitivement éteintes.

Vous pouvez penser aux personnes que vous aimez et étendre la flamme jusqu'à eux. Regardez la flamme voyager jusqu'à ces personnes et les envelopper avec compassion de sa belle lumière rose. Imaginez ceux dans votre vie qui ont besoin d'être guéris et voyez la flamme voyager jusqu'à chacun d'entre eux. Vous pouvez choisir de voir votre famille et aussi la famille de vos amis et imaginer la flamme rose aller de personne en personne.

Si vous êtes habitué à votre méditation, à un certain moment vous pouvez éprouver le désir de vous mettre à l'intérieur de la flamme. Attendez pour le faire de vous sentir prêt. Quand c'est le moment pour vous d'entrer dans la flamme, vous serez dans l'espace Sacré de votre Coeur, où il n'y a qu'amour et beauté.

Au fur et à mesure que vous serez habitué à cette pratique, vous pourrez sentir que cette flamme voyage dans vos tissus internes et votre être vous prodiguant une guérison profonde. Vous pouvez demander que votre flamme voyage à travers chaque cellule de votre corps et la régénère.

Vous pouvez créer à l'intérieur de cette flamme rose. Prenez du temps à cet instant pour rêver de la vie que vous souhaitez pour vous et vos proches. Rêvez le monde que vous souhaitez voir quand vous vous levez le matin. Rêvez une terre comme un lieu de sécurité et d'amour et d'abondance pour tous ses enfants. À l'intérieur de la flamme rose, vivez avec aisance dans le monde de vos espoirs et rêves les plus chers. Quand vous vous sentez prêt à quitter le temple, imaginez la flamme de l'autel devenir plus petite et rester là, en sécurité et protégée dans l'autel

du temple.

Maintenant sortez du temple. Passez par la zone qui l'entoure et par le chemin à travers les bois, jusqu'à votre retour sur la plage.

Lorsque vous vous trouvez sur la rive de la plage, regardez vers le haut en direction du temple et pensez à la flamme de votre Coeur qui brûle là-bas doucement et sûrement.

Maintenant, ouvrez vos yeux et revenez ici et maintenant.

Si vous pratiquez sincèrement cette méditation, vous pourrez remarquer des changements dans vos relations avec les autres, et aussi des changements dans votre corps. À un certain point, il vous sera plus facile d'imaginer la flamme rose de votre cœur se diffuser vers les autres quand ils se sentent dans la détresse ou la douleur. Après une certaine pratique, la flamme peut être utilisée en conscience sans la méditation. D'une certaine manière, nous avons toujours été à l'intérieur d'elle.

Pratiquer cette méditation peut être une manière de nous préparer spirituellement pour le Grand Mystère. La véritable expérience d'entrée dans l'Espace Sacré de notre cœur.

CONCLUSION

Ayez la foi d'entreprendre de belles aventures même si les embûches sont nombreuses. On nous annonce la fin des temps. Mais on nous annonce d'ailleurs la venue d'un nouvel homme qui apparaîtra en 2012 : l'*homo luminus*.

Vous êtes tous des *homo luminus* en devenir. Ce livre est le meilleur guide vers 2012 et après...

Persévérez et gardez courage ! L'AMOUR du Coeur EST LA RÉPONSE ET NOTRE SEUL CHANCE DE SURVIE. Une étoile, c'est un soleil qui brille 24 heures par jour.

Voyez-vous, tout comme Nostradamus, Edgar Cayce et les calendriers Mayas, le mouvement Nouvel Âge ne nient pas les cataclysmes futurs de la Terre, mais entretient l'annonce qu'un monde d'Amour et de Paix attend l'espèce humaine sans l'ombre d'un doute.

Avez-vous remarqué le nombre toujours croissant de gens qui se tourne vers lui ? Ils se tiennent prêts pour le 21 décembre 2012. Ils espèrent pour le mieux dans la Lumière. Le futur dépend de votre évolution/conscience. Tout n'est pas coulé dans le béton, cela dépendra des hommes et femmes de la Terre. La spiritualité optimiste, l'*homo luminus* est accessible à tous. Sachez que tous les chemins mènent à Rome, donc au Paradis...

Edgar Cayce avait une vision d'avenir extrêmement positive. Il anticipait des temps difficiles aux abords du XXI^e siècle, mais il situait ces difficultés dans une perspective optimiste. Son espoir dans l'humanité reposait sur l'image médiumnique des habitants de notre planète dans les siècles à venir : Des hommes et des femmes faisant usage de leur liberté et de leur créativité pour cohabiter dans l'harmonie. Vous pouvez dès maintenant commencer à vivre en fonction de cette vision.

La vérité est une évolution permanente, constante. En tout équivoque, la vie reste un jeu mobile et gai. L'amour et la compassion envers toute vie sont la clé de notre survie à tous et à toutes, sans exception. La loi de Murphy est vôtre : « *Tu récolteras ce que tu auras semé !* »

Les personnes les plus sensibles intérieurement sont les sujets de premiers choix à l'exploration de soi (du moi intérieur). L'homme est le reflet de ses pensées, donc nous devons élargir notre conscience par les multi-réalités présentes autour de nous. C'est par le truchement plus large de notre psyché qu'une réalité nouvelle prend racine et s'ajoute à celle déjà implantée. Le massage, la polarité, etc. vous ramèneront à la source pure de la vie.

Le moindre déséquilibre nerveux chez un être ou nous-mêmes peut avoir des répercussions

désastreuses sur le cerveau et le comportement ; hérédité, famille dysfonctionnelle, abus de drogues, alcool, médicaments. La psychiatrie et la psychothérapie aboutissent au remaniement de l'individu avec lui-même et son comportement. Optons pour une aide professionnelle – holistique ou pour une thérapie de groupe.

Mais dans la société, la personne saine qui expérimente un déséquilibre temporaire (fatigue nerveuse, surexcitation mentale, bouleversement émotionnel, dépression, *burn-out*) a comme recours la maîtrise de soi (auto-polarité, yoga, méditation etc.) pour retrouver son équilibre - corps – émotion – mental. S'il lui est impossible de rétablir d'elle-même l'équilibre de son moi, cette personne peut demander les services et l'expertise d'un thérapeute holistique. N'ayez crainte. Ils sont de bons guides vers la santé globale.

La santé est précieuse pour la personne qui la possède aujourd'hui. La vie est la plus belle des aventures... mais permettez-moi d'en douter car si nous ne nous mettons pas à la tâche, tout est perdu. Pensons holistiquement. Pratiquons le massage magnétique et l'écologie à la maison et expérimentons les techniques contenues dans ce livre, en toute confiance. C'est ça le Nouvel Âge ! L'ère du Verseau, la connaissance Universelle, «se connaître soi-même», évoluer constamment avec amour ! Propagez l'amour du cœur et le paradis sur Terre en 2012 !

J'espère sincèrement qu'après cette lecture, vous serez poussé à passer à l'action pour notre bien-être collectif à tous. En lisant un livre, il faut en prendre et en laisser. Remplissez vos urnes et vivez dorénavant pour l'Amour du Ciel et de Gaïa notre Terre.

Évoluer, c'est un travail de longue haleine qu'il faut prendre comme un jeu où tous les participants sont acceptés, enthousiastes et émerveillés. Certains vont expérimenter tous ces niveaux à leur propre rythme, d'autres à une vitesse vertigineuse. Lentement mais sûrement, dit le vieil adage. Peu importe votre vitesse de croisière, l'important c'est que vous vous sentiez tout à fait à votre aise et prêt à persévérer pour réussir cette belle aventure exploratoire du Moi.

Réussir sa vie et réussir dans la vie, tout en étant une personne saine et équilibrée, est le but à atteindre et à poursuivre tout au long de notre voyage sur terre. Ceci acquit nous permettra de partir à la rencontre de la Lumière au moment choisi, opportun. Soyons les transmetteurs de l'Amour Universel qui est à l'intérieur de nous, dans notre cœur et dans tout ce qui vit. Évoluons en toute confiance... Grâce à la géométrie sacrée de la Fleur de Vie : le Mer-Ka-Ba et l'espace secret dans votre cœur.

La vie est si fragile sur cette planète qu'il faut agir maintenant... Au meilleur de nous-mêmes... **VIVA 2012 ! : Oui ! Viva le secret vers la santé et la Lumière !**

Changez d'habitude et changez pour une vie meilleure, car la vie est merveilleuse. Quel est le secret de la vie si ce n'est «d'être heureux» ? Quel est le sens de la vie si ce n'est «d'aimer et d'être aimé» ? Voyez-vous, l'erreur est humaine, mais nous pouvons construire en toute harmonie sur la Terre, une des oeuvres d'art les plus enviées de tout l'univers. Il n'est jamais trop tard pour bien faire.

Il faut dire que certains types de gens rêvent de s'esquiver de la planète Terre en créant des réseaux de toutes sortes dans l'espace. D'autres rêvent d'être enlevés vers des planètes plus évoluées en vaisseaux spatiaux. Ils sont tellement obsédés par la transcendance physique qu'ils ne voient pas que le «Salut» arrivera dans notre conscience, une fois que nous ouvrirons les chakras du cœur et de l'imagination.

Adhérer à un culte ou un gourou qui se dit avoir des «pouvoirs» n'est pas le point que je veux vous amener à réaliser. Le point est : Qu'est-ce que cette préoccupation avec la transcendance physique du corps amène pour l'évolution de l'humanité ?

La réponse, c'est qu'elle n'ajoute rien, parce que l'insuccès des religions chrétiennes de comprendre ce que le Christ a dit réellement est presque égale à l'insuccès des marxistes de voir

quoi que ce soit d'évolutionnaire dans les religions. Il y a des gens qui en ont besoin. Il est vrai que le Christ parlait assurément un langage évolutionnaire, mais dans sa traduction et sa compréhension à un langage ordinaire, c'est comique et non cosmique que nous devons pratiquer l'opposé de ce qu'il a dit : «*Ne m'admirez pas comme une personnalité de culte, continuait-il de dire, il n'y a que l'UN.*

Dieu doit sûrement se demander pourquoi ces gens de la Terre ne réussissent pas à trouver les trucs déclencheurs de leur propre conscience et structure égotiques. Ils parlent de Dieu avec chacune de leur respiration, comme s'ils savaient son dessein évolutionnaire. Quelle arrogance ! Mais à quel point se démentent-ils vraiment et avec quelle régularité choisissent-ils la prière pleinement ? Mais grâce à ce livre, celui que l'on nomme de tous les noms dira : «*Les humains se réveillent, enfin !* »

Ce livre-ci est un programme terre-à-terre marié au plan divin, tel que révélé dans la propre intelligence cachée dans le corps humain (l'espace secret dans votre coeur, la rencontre avec Dieu). S'il est donné au propre de l'homme de comprendre sa propre évolution sociale, il doit savoir d'abord en premier ce qui compose un être humain de façon à ce qu'il voit l'ordre des choses. Comment son comportement inconscient est projeté dans la société.

Ce livre est une brève esquisse typologique que l'humanité continuera de raffiner durant les siècles qui suivront. C'est un bon moyen d'avoir la tête au-dessus des nuages et des cultes de personnalité. La biosphère humaine (le corps-esprit) est la station-radio qui communique (ex : par le toucher) le programme cosmique à tout votre environnement qui vous entoure.

C'est sur ces plans de la conscience que nous nous devons de revenir de l'état latent, la mort de l'égo et de transcender la conscience physique pour entrer dans les nombreuses demeures dont le Christ parlait, jadis. Notre subconscient en est le constructeur inhérent, incontesté par autosuggestion, programmation de l'inconscient, les méditations diverses qui vous font du bien. L'important c'est de croire que vous êtes capables.

«L'évolution, c'est de partager avec intelligence le fruit de son savoir pour le bien de la communauté.» -Gilles Morand.

Bibliographie

(1), (25), (26). Reproduit avec permission de Drunvalo Melchizedek www.drunvalo.net et de Spirit of Ma'at www.spiritofma'at.com.

(2) Tiré du livre : “**Télos**”, tome II, Messages pour l'épanouissement d'une humanité en transformation, paru aux Éditions Ariane, en août 2003, Aurélia Louise Jones, auteure.

(3) Franklin Sills, *Équilibrer l'énergie vitale par la polarité*, Éditions souffle d'or, collection chrysalide.

(4), (5), (6), Tiré du livre : **La polarité**, Vos mains guérissent, Richard Gordon, Éditions Soleil

(7), (8), (9), (10), (11), Tiré du livre : **Un monde de conscience**. Harmonisation des grilles énergétiques universelle et individuelle. Peggy Phoenix Dubro et David P. Lapierre, Éditions Ariane

(12) Tiré du livre : **Sur les ailes de la transformation**, Ronna Herman, tome 1, aux Éditions Ariane

(13) Limoges, Jacques (1996). **S'entraider** –Programme d'amélioration de la relation d'aide. Sherbrooke. Éditions du CRP

(14), (15), (16), (17), (18), Tiré du livre **L'ancien secret de la fleur de vie**, TOME 2 de Drunvalo Melchizedek des Éditions Ariane, 2001

(19), (20), (21), (22), (23), Texte tire de la revue *L'Essentiel*, parue en sept. /oct. 2006. Volume 3. Bimensuel No.1

(24), **Massothérapie et parafandothérapie**, Éditions Québecor (www.banq.qc.ca Grande bibliothèque)

Index des dessins, tableaux, schémas et figures :

| | |
|--|----|
| Représentation schématique de la psyché | 13 |
| L'aura humaine | 21 |
| Illustration des circuits énergétiques des corps | 23 |
| Diagramme psycho-physiologique ancien et moderne de polarité | 24 |
| Parafangothérapie | 26 |
| Dessin égyptien de l'importance vertébrale | 27 |
| Schéma du cycle de la maladie | 28 |
| Dessin chakra et éléments | 30 |
| Catégories d'aliments vivants | 31 |
| Dessin posture héroïque | 34 |
| Dessin posture du lotus | 35 |
| Dessin la fleur de lotus | 35 |
| Dessins couleurs des chakras (et aura) | 36 |
| Dessin du Cercle polarisant | 38 |
| Dessin-position 1 | 39 |
| Dessin position 2 | 39 |
| Dessin-positions 3 et 4 | 39 |
| Dessin-positions 5 et 6 | 39 |
| Dessin vue aérienne du Cercle polarisant | 39 |
| Figure-posture 1 | 40 |
| Figure-posture 2 | 41 |
| Figure-posture 3 | 41 |
| Figure-posture 4 | 41 |
| Figure-le corps/conscience | 42 |
| Le Mer-Ka-Ba | 48 |
| Marmite à Parafango et les plastiques spéciaux | 59 |

Table des matières

| | |
|---|-----------|
| Dédicace | 4 |
| Pensées | 5 |
| | |
| DÉBUT | 6 |
| Prélude au changement : la transition prévue pour le 21 décembre 2012 | 8 |
| | |
| INTRODUCTION | 9 |
| | |
| L'AMOUR/LUMIÈRE ET MASSAGE MAGNÉTIQUE | 11 |
| LE RÔLE DE L'INCONSCIENT | 12 |
| L'ÊTRE VIVANT RAYONNE LA LUMIÈRE | 13 |
| | |
| SAGESSE ANCIENNE POUR LES TEMPS MODERNES | 14 |
| Herbes des empereurs | 14 |
| Propagation du savoir herboristique | 14 |
| | |
| DEPUIS TOUJOURS | 15 |
| LES AMÉRINDIENS DE L'AMÉRIQUE DU NORD et aborigènes du monde entier | 15 |
| LES PRÊTRES ÉGYPTIENS | 15 |
| Prophétie de Cayce nouvellement découverte | 15 |
| | |
| LE POUVOIR DE LA MAIN AUJOURD'HUI | 16 |
| LE TOUCHER | 16 |
| | |
| D'OÙ NOUS VIENT L'ÉNERGIE | 16 |
| LES TROIS FORCES VENANT DU SOLEIL | 17 |
| 1. FO-HAT, L'ÉNERGIE | 17 |
| 2. PRANA, LA VIE | 17 |
| 3. KUNDALINI, LE FEU | 18 |
| | |
| L'impact des drogues sur les Chakras | 18 |
| | |
| <i>LES TROIS NE FONT PLUS QU'UN : LA TRINITÉ DES FORCES COSMIQUES</i> <i>— LE FUSIONNEMENT</i> | <i>20</i> |
| YIN ET YANG (LES CHINOIS) Polarités vers l'unité | 21 |
| | |
| HISTOIRE SAGE | 22 |
| PUISONS L'ÉNERGIE | 22 |
| | |
| QU'EST-CE QUE LA POLARITÉ ? | 24 |
| Corps énergétique, électromagnétique ou éthérique (énergie vitale) | 24 |
| Massage corporel pour votre détente générale, massage par millions | 25 |
| Le massage rend la grossesse plus facile | 25 |

| | |
|--|----|
| Le massage est efficace entre autres pour les activités physiques, le sport et le plein-air | 25 |
| POLARITÉ POUR ÉQUILIBRER L'ÉNERGIE VITALE DE VOTRE CORPS | 25 |
| Le pouvoir guérisseur de la polarité | 25 |
| La polarité est efficace entre autres pour se réorienter sur la voie de la santé | 25 |
| PARAFANGOTHÉRAPIE | 26 |
| Bref aperçu de la vertébrothérapie | 26 |
| LA SCIENCE ET LA FORCE-DE-VIE | 27 |
| L'AMOUR ; UN MERVEILLEUX GUÉRISSEUR | 27 |
| On les appelle les cinq éléments : terre, eau, feu, air, éther | 27 |
| La maladie et les cinq éléments | 28 |
| L'ALIMENTATION VIVANTE DE BASE | 29 |
| 1. Nourriture-terre | 29 |
| 2. Humidité-eau | 30 |
| 3. Chaleur-feu (soleil) | 30 |
| 4. Air-oxygène (air vivifiant, air nutritif) | 30 |
| ALIMENTS GUÉRISSEURS | |
| Aliments et leurs bénéfiques | 32 |
| La méditation à adopter, en tout temps | 34 |
| Les chakras supérieurs | 35 |
| Le chakra moyen, médian, intermédiaire | 37 |
| Les chakras inférieurs | 37 |
| LA POLARITÉ HARMONISÉE ENTRE LE NÉGATIF/POSITIF, YIN/YANG | 37 |
| Le cercle polarisant | 37 |
| Les positions du cercle | 38 |
| Comment pratiquer le cercle polarisant..... | 39 |
| LES POSTURES FACILES ET LEURS PHASES D'ACCOMPLISSEMENT | 40 |
| L'endroit..... | 40 |
| Les postures pour une meilleure santé et la façon de les accomplir..... | 40 |
| LA POSTURE IDÉALE ET ÉTIREMENT BERÇANT | 41 |
| UNE POSTURE D'ÉTIREMENT POUR UNE SOUPLESSE DE JEUNESSE | 42 |
| Les hormones et l'évolution physique : Lien entre la chimie et la biologie | 43 |
| Le balayage en spirale | 43 |
| Méditation pour les gens seuls ou alités, limités par le geste..... | 44 |
| Le squelette doré | 44 |
| Le cerveau doré | 44 |
| Le système endocrinien | 45 |

| | |
|--|----|
| Intégration de votre forme physique : le temple de l'esprit | 46 |
| Le Mer-Ka-Ba, corps de lumière de l'être humain | 48 |
| Le Mer-Ka-Ba et les Siddhi | 50 |
| L'usage du Mer-Ka-Ba | 50 |
| Les bouleversantes Prophéties des Calendriers Mayas | 51 |
| Les Mayas, une civilisation cosmique | 51 |
| Les prophéties mayas : une précision chirurgicale ! | 52 |
| Serez-vous prêts pour le 21 décembre 2012 ? | 52 |
| Que représente l'année 2012 chez les Mayas | 53 |
| Pensée pour le couple | 54 |
| Prévention | 54 |
| SECRETS D'UNE SANTÉ GLOBALE | 55 |
| EN ROUTE VERS LE MOI-SUPERIEUR, LA SANTÉ ET LE BONHEUR | 56 |
| Histoire des applications thermiques | 56 |
| Le niveau de Conscience du Mouvement Nouvel-Âge actuellement | 59 |
| Créez le paradis sur terre | 60 |
| Méditation du Coeur de l'École égyptienne des Mystères | 64 |
| Méditation de la Flamme Rose | 65 |
| CONCLUSION | 68 |
| Bibliographie | 71 |
| Index des dessins, tableaux, schémas et figures : | 72 |
| L'auteur | 76 |
| TÉMOIGNAGES SUR VIVIX | 77 |

L'AUTEUR

Gilles Morand

Ses débuts en tant qu'auteur se font en 1982, année de publication de son livre : *Massage Pour Tous*, traduit depuis en italien et en anglais. Par la suite, il publie aux Éditions de Mortagne, *Massage et polarité* (1989) et *Massage pour enfants* (2001). Ses livres sont disponibles sur demande. En terminant, il publie aux Éditions Un Monde Différent, en 2005, *Massage 101*, pour réussir tous vos massage: bébé, enfant, adolescent et adolescente, amoureux, femme enceinte et personne du troisième-âge, massage sur chaise et recettes pratiques vitamines-santé. Son nom figure maintenant dans les principales encyclopédies internationales d'ésotérisme.



Massothérapeute et auteur, Gille Morand oeuvre depuis vingt-cinq ans dans le domaine des médecines alternatives, naturelles ou douces auprès de membres de compagnies de danse et de théâtre, dans différents centres sportifs et dans un centre médical. Ses traitements (prendre r-v: www.institutavanti.qc.ca) et ses cours de massage et de polarité sont reconnus à travers le Canada.

Vous pouvez communiquer avec l'auteur à l'adresse de courriel suivante :
gmmassageplus@hotmail.com

Pour plus d'informations, vous pouvez visiter les sites suivants :
www.youtube.com/gillesmorand , www.shaklee.ca/gm
Traitements: www.institutavanti.qc.ca (La Prairie, Qc.)

Pour en savoir plus sur comment construire un monde meilleur,
visitez www.fr.netlog.com/MassagePlusGM

Gilles Morand s'implique dans le domaine de l'environnement en offrant gratuitement un livre « vert » intitulé *Ensemble! Sauvons la terre !* à télécharger au :
www.manuscritdepot.com/a.gilles-morand.1.htm

VIVIX

De nos jours il y a la médecine des moins nantis et la médecine des riches. Ce livre les rejoint tous .

Choisissez ce qui vous convient, selon votre budget, mais je recommande particulièrement, Vivix...

TÉMOIGNAGES SUR VIVIX

TACHES DE VIEILLESSE ET DOULEUR: Bien que je suive un excellent programme de suppléments et régime anti-inflammatoires depuis plus de dix ans, j'avais encore des douleurs qui ne disparaissaient pas. Je prends Vivix depuis deux semaines (depuis son lancement) et je suis grandement soulagée de toutes mes douleurs ! Je suis surtout soulagée de ne plus avoir de douleur dans les os arthritiques des jointures de ma colonne vertébrale et de mes mains. C'est une véritable grâce ! Toutefois, l'autre jour, j'ai eu un appel d'une amie qui a commence à prendre Vivix en même temps que moi. Elle m'a dit que ses taches de vieillesse étaient en train de disparaître. "*Ah oui? Attends-moi une seconde !*" je lui ai répondu. Les miennes semblaient plus pâles aussi ! Plusieurs jours plus tard, je peux affirmer avec certitude que certaines de mes taches sont disparues et le reste des taches sont beaucoup plus pâles. Je gage qu'elles seront toutes disparues d'ici une semaine. Je remarque aussi beaucoup d'énergie et je dors mieux (moins de douleur). Meilleur sommeil, plus d'énergie et plus de taches de vieillesse!!! Bravo pour Shaklee! Dr Sandy Bevacqua.

TÉMOIGNAGE DE GUÉRISON RAPIDE: "*Gary a commencé à prendre VIVIX le mercredi 8 août. Le 13, il a subi une chirurgie dentaire pour préparer une transplantation de dent. Le 22, il a eu un suivi et le chirurgien dentiste a appelé son personnel pour leur montrer le processus de guérison qui semblait être de 4 mois au lieu de quelques jours! Il a dit qu'il n'avait jamais vu rien de pareil avant et a appelé sa belle-mère qui vend des produits Shaklee, pour commencer à prendre les produits! Gary a 67 ans et prend Shaklee depuis 34 ans!*" Phyllis et Gary Newman

CAPACITÉ DE CONCENTRATION: J'ai commencé à prendre Vivix samedi matin et lundi j'ai remarqué une amélioration dans ma capacité de me concentrer sur une tâche à la fois pendant toute la journée. Cela a toujours été un problème pour moi; commencer une chose après une autre et avoir du mal à en terminer une. Même en prenant le Complexe Acuité Mentale, j'éprouvais encore un certain degré de difficulté. Je suis émerveillé d'avoir les idées si nettes, d'être concentré et de me sentir énergique cette semaine. Vive Vivix!!! Susan Stephens

INTENSITÉ ET DURÉE ACCRUES DES EXERCICES: Je suis une fervente des exercices depuis l'âge de 20 ans. Mais j'ai mes limites avec mon coeur et l'intensité à laquelle je peux pousser mon corps – Je m'entraîne très fort. Il y a un appareil sur lequel je m'entraîne qui s'appelle le *gauntlet*. C'est comme monter un escalateur qui descend. C'est un entraînement très exigeant. Je m'entraîne typiquement sur cet appareil pendant environ 35 minutes. J'ai pris 3 ou 4 ans à me rendre au niveau d'intensité actuel. Si je me pousse plus fort, mon coeur ne tient pas le coup, il commence à tressauter et battre plus rapidement et je ressens de la faiblesse dans tout mon corps. Je dois arrêter mon entraînement et attendre quelques minutes pour reprendre mes esprits. Pour augmenter mon entraînement au niveau suivant, ça me prendrait une bonne année – sans que mon coeur ne s'affole et que je doive arrêter. Deux semaines après avoir commencé à

prendre Vivix, j'ai augmenté l'intensité de mon entraînement sans que mon coeur ne s'affole ou que je ressente de faiblesse et je me suis entraînée à cette intensité pendant 60 minutes! J'étais tellement ravie. C'est énorme pour moi! Je connais très bien mon corps et ce que je ne peux pas faire et ceci est un changement complet après seulement 2 semaines avec Vivix!

Mon visage devient aussi très rouge lorsque je m'entraîne, au point où les gens me regardent. J'ai l'impression que mon visage est en feu. Après avoir commencé Vivix, mon visage ne devient pas aussi chaud. Lorsque je me suis regardée dans le miroir, il y avait une différence dans la rougeur. Je deviens encore rouge, mais pas autant qu'avant. Mon coeur doit pomper plus efficacement. Bravo! Jodi Barnhart.

PLUS DE RAIDEURS NI D'APPARENCE DE VIEILLESSE: Phil Truelove a partagé une formidable histoire avec nous. Il avait eu plusieurs blessures au cours des ans et OmegaGuard, etc. avait beaucoup aidé avec les raideurs, la douleur, etc. avec lesquelles il devait vivre, MAIS depuis Vivix, il peut se lever le matin sans être plié en deux (il était tombé d'une échelle il y avait plusieurs années). Il peut descendre les escaliers sans devoir se tenir à la main courante—il n'a plus de raideurs et n'a plus l'air vieux quand il marche. Linda Dietz

FIBROMYALGIE: Une cliente atteinte de fibromyalgie ayant pris Vivix, Vitalizer et les boissons frappées Cinch pendant quatre jours rapporte: *« J'ai remarqué avoir très bien dormi la nuit dernière pour la première fois en plusieurs semaines. Ma douleur est disparue et mon niveau d'énergie a commencé à augmenter. »*

PLUS DE MÉDICAMENTS POUR LA DOULEUR: Nancy Douglas partage ce qui suit: *« Tom et moi prenons Vivix depuis une semaine et deux jours et après cinq jours, Tom a remarqué ne plus avoir mal aux chevilles. Il se les était fracturées dans sa jeunesse en s'adonnant à des sports. Tom a 65 ans et l'arthrite a envahi ses chevilles cette année. Il devait se lever la nuit pour prendre des analgésiques pour la douleur pour être capable de dormir. Après avoir pris Vivix pendant seulement cinq jours, il n'a plus besoin d'analgésiques pour dormir.»*

TREMBLEMENT DISPARU: Mon beau-frère a 75 ans et avait récemment des problèmes de tremblement dans la main droite. Il a commencé à prendre Vivix, le seul produit Shaklee, et après quelques jours, son tremblement est disparu. Il peut écrire normalement à nouveau! Il est très impressionné et reconnaissant. Linda Dietz

VIVIX ET DIVERTICULITE: Mary Ann Tregnago rapporte: *« Je fais de la transcription médicale. Je souffre de diverticulite, qui est devenue un véritable fardeau. Je prends les produits Shaklee que je sais être de bonne qualité. Après avoir pris une cuillère du nouveau produit Vivix de Shaklee depuis maintenant une semaine, je n'ai eu aucun épisode de symptômes explosifs, aucune crampe ni douleur dans le côté gauche. Je pense qu'il est juste de dire que Vivix m'aide.»*

COIFFE DES ROTATEURS DÉCHIRÉE: Lynn S., de Georgia rapporte ce qui suit ... *« J'en ai les larmes aux yeux en écrivant ce qui suit. Shaklee vient de lancer un produit différent de tout ce que j'ai jamais vu. Il y a deux ans, je suis tombée et j'ai déchiré la coiffe des rotateurs et le ligament dans mon pouce gauche (je suis gauchère). Trois mois plus tard, mon médecin a opéré mon pouce et rattaché le ligament à l'os. Six mois plus tard, mon autre médecin a opéré mon épaule. À mon réveil, il m'a dit qu'il a ouvert mon épaule, nettoyé un peu et voulait que j'utilise mon bras immédiatement, sans quoi je ne retrouverais jamais la pleine mobilité. Deux ans plus*

tard, j'ai encore de la douleur dans l'épaule et ça fait mal de la lever complètement jusqu'à mon oreille. Mon pouce est toujours douloureux et la jointure est enflée à l'articulation et douloureuse. Je prends maintenant Vivix depuis deux semaines. Je conduisais pour aller rendre visite à une de mes filles qui étudie au collège quand je me suis rendue compte que mon pouce n'était plus douloureux et la jointure n'était plus enflée! J'ai presque perdu le contrôle de la route car j'étais totalement ébranlée. J'ai passé deux ans de ma vie à penser que j'aurais à vivre avec de l'inconfort pendant le reste de ma vie. (À 57 ans, je n'anticipais pas cela). J'ai bien hâte de voir quoi d'autre Vivix va restaurer pour moi! Ça agit au niveau cellulaire. Je remarque déjà que mes doigts ne sont plus raides le matin. Merci Shaklee! »

TACHES DE VIEILLESSE ET CRISTALLISATIONS DISPARUES: J'ai peine à croire la puissance de Vivix. J'avais quelques taches brun pâle sur mon visage il y a quelques mois et je comptais consulter un dermatologue. Après avoir pris Vivix pendant 10 jours, j'ai remarqué qu'elles avaient disparu. Les quelques taches sur mes mains pâlissent rapidement aussi. Mais le témoignage le plus puissant que j'ai à partager après avoir pris Vivix pendant trois semaines est le suivant. Je m'étais fracturé le gros orteil il y a quatre ans après avoir fait un mauvais pas. Je ne pouvais plus bouger mon orteil. Le médecin a déclaré que mon orteil était raide en raison de cristallisations. Il a affirmé que la seule solution était la chirurgie et porter d'affreuses chaussures pendant le reste de ma vie. La douleur était terrible depuis plusieurs mois. Je ne pouvais même pas supporter les draps sur mon orteil. Je me suis alors souvenue que le calcium de Shaklee était excellent pour mon problème de cristallisations. J'ai donc commencé à prendre le calcium et la luzerne Shaklee. Trois jours plus tard, la cristallisation était dissoute, mais j'avais une bosse sur l'os qui continuait à causer de la douleur. J'ai éventuellement pu porter des talons d'un pouce à condition que les chaussures ne soient pas trop serrées. J'ai devais porter des chaussures d'une demi taille plus grande en raison de la douleur. C'était bien mieux que la seule solution du médecin relativement à la chirurgie et les chaussures affreuses, mais ça ne guérissait pas complètement. Ensuite "Vivix" est arrivé. Après l'avoir pris pendant 2 1/2 semaines, j'ai remarqué que la bosse était disparue et la douleur aussi. J'ai porté des talons de 2 po cette semaine pour la première fois depuis quatre ans, sans douleur. J'avais encore des cristallisations dans mon orteil, mais j'ai remarqué qu'elles étaient maintenant complètement dissoutes et je peux bouger mon orteil sans aucun problème et le plier, ce qui explique probablement la raison pour laquelle je peux porter des talons hauts maintenant (la cristallisation et la bosse sont complètement disparues). Si j'appuie profondément à l'endroit où se trouvait la douleur, elle est encore là légèrement, mais je suis convaincue qu'elle disparaîtra. Je suis ravie. Merci à Shaklee pour ce produit remarquable. Je ne savais pas qu'il pourrait aider avec un problème tel que celui-là. Ça m'a tellement manqué de ne pas pouvoir porter de talons hauts, car je ne suis pas grande et je me sens plus féminine et j'étais très lasse de la douleur. Je prends Vivix pour me sentir plus jeune comme le reste des gens. Vive Vivix!

J'ai aussi une amie Shaklee qui m'a affirmé que ses oignons sont disparus et les taches foncées sur le visage de son mari sont pratiquement disparues aussi. Je ne comprends pas comment ça agit aussi rapidement.

C'est presque épeurant, mais d'une bonne façon. Je pense que Shaklee va recevoir des témoignages puissants des gens prenant ce produit. Je pense que nous venons seulement de toucher la pointe du iceberg. Je devais absolument partager mon témoignage avec quelqu'un. Merci de votre écoute. Mary McGaffic

Les études montrent que le resvératrol prévient la formation de plaque dans les artères peu importe le niveau de cholestérol

Le 6 septembre 2005

Depuis plus d'une décennie, les chercheurs cherchent à déterminer si le vin rouge offre des bienfaits de santé en raison de sa teneur en alcool ou d'autres molécules dans le vin rouge. Les chercheurs de Nanjing Medical University en Chine rapportent l'emploi de vin rouge désalcoolisé pour la santé de l'appareil cardiovasculaire. Les animaux ont reçu alcool, vin rouge, vin rouge désalcoolisé et resvératrol pur, qui est une molécule du vin rouge. Les animaux ont reçu un régime élevé en cholestérol et l'équivalent humain de 210 milligrammes de resvératrol ou 280 millilitres de vin rouge ou vin rouge sans alcool. Les résultats de l'étude sont surprenants. Après 12 semaines, les animaux ont eu une augmentation des niveaux de cholestérol total, cholestérol LDL et bon cholestérol HDL peu importe qu'ils aient reçu le vin rouge, le vin rouge désalcoolisé ou le resvératrol. Toutefois, alors que la plaque de cholestérol s'est formée dans les artères (aorte thoracique) des animaux nourris au cholestérol, la taille, densité et zone des plaques athérosclérotiques ont été considérablement réduites chez les lapins ayant reçu le vin rouge désalcoolisé, le vin rouge ou le resvératrol. Le resvératrol prévient la formation de plaque de cholestérol dans les artères peu importe les niveaux sanguins de cholestérol.

Voici un résumé de l'étude: SOURCE: International Journal of Molecular Medicine 16:533-540, 2005

Le vin rouge désalcoolisé contenant des quantités de resvératrol supprime l'athérosclérose chez les lapins atteints d'hypercholestérolémie, sans affecter les niveaux de lipides plasmatiques. Wang Z, Zou J, Cao K, Hsieh TC, Huang Y, Wu JM. Département de cardiologie, The First Affiliated Hospital, Nanjing Medical University, Nanjing 210029, P.R. Chine.

La consommation modérée de vin rouge est associée à une réduction du risque de coronaropathie. Ce phénomène est basé sur les résultats d'observations épidémiologiques connues sous le terme de paradoxe français et il est attribué aux substances phytochimiques protectrices CHD, c'est-à-dire le resvératrol dans le vin rouge. Étant donné que le vin rouge contient aussi de l'alcool, il est concevable que l'alcool interagisse avec le resvératrol pour exercer les effets cardio-protecteurs observés. Pour déterminer si le resvératrol joue un rôle indépendant de l'alcool, nous avons comparé les propriétés cardio-protectrices du vin rouge chinois désalcoolisé au vin rouge chinois renfermant de l'alcool et ayant des quantités comparables de resvératrol, en utilisant un lapin atteint d'hypercholestérolémie et le resvératrol comme référence. Les animaux recevant un régime élevé en cholestérol (1,5 %) recevaient aussi simultanément de l'eau contenant du resvératrol (3 mg/kg/jour) ou du vin rouge (4 ml/kg/jour) contenant 3,98 mg/l et 3.23 mg/l de resvératrol pour le vin ordinaire et le vin rouge désalcoolisé, respectivement, pendant une période de 12 semaines. Les niveaux de cholestérol total, HDL et LDL et triglycérides sanguins ont été mesurés avant et après le test au cholestérol. Les plaques d'athérosclérose dans l'aorte thoracique ont été évaluées à l'aide de méthodes histochimiques. Les fonctions vasculaires et endothéliales dans les artères fémorales ont aussi été évaluées par l'analyse d'images ultra-sonographiques. Les animaux nourris avec un régime élevé en cholestérol ont eu une augmentation considérable des niveaux sanguins de cholestérol total, HDL et LDL, mais pas des triglycérides, comparativement à ceux nourris avec un régime ordinaire. Le cholestérol alimentaire a entraîné des changements lipidiques également observés chez les animaux ayant reçu du vin rouge désalcoolisé, du vin rouge ou du resvératrol. De façon frappante, les lésions d'athérosclérose étaient clairement évidentes chez les spécimens d'aortes thoraciques préparés à partir des

animaux nourris au cholestérol élevé et la taille, la densité et la zone principale de plaque d'athérosclérose et l'épaisseur de la couche intima étaient considérablement réduites chez les lapins ayant reçu le vin rouge désalcoolisé, le vin rouge ou le resvératrol.

Ces résultats sont en accord avec les résultats obtenus par une analyse échographique de la fonction endothéliale, qui a montré une réduction de 25 % de la dilatation assistée chez les lapins nourris avec un régime élevé en cholestérol comparativement aux animaux nourris avec le régime de contrôle. Cette réduction a été efficacement prévenue par l'exposition simultanée au vin rouge désalcoolisé, vin rouge ou resvératrol. Notre étude montre que les animaux ayant reçu du vin rouge désalcoolisé ont eu des effets cardio-actifs comparables aux animaux ayant reçu du resvératrol par voie orale, ce qui suggère que ce sont les polyphénols du vin rouge, plutôt que l'alcool présent dans le vin rouge, qui exercent des propriétés cardio-protectrices. Les résultats soutiennent aussi la notion selon laquelle le resvératrol et les substances phytochimiques du vin rouge peuvent supprimer l'athérosclérose sans affecter les niveaux de lipides sanguins.

OPITFLORA

De nos jours il est fortement recommandé de prendre de l'optiflora de Shaklee, Pro-biotique et Pré-biotique. Vous voulez vous sentir 25 ans plus jeune et vous voulez vivre vivre 25 années de plus? C'est possible grâce au «resvératrol» dans VIVIX disponible au www.shaklee.ca. Pour commander en ligne préférablement, pour vous, abonnez-vous à l'expédition automatique, afin de recevoir périodiquement, à tous les mois votre produit santé préféré ou votre VIVIX. Pour ce faire, donnez mon nom : Gilles Morand et mon numéro de membre DK00562 ou téléphonez au 1-800-263-9145 (même procédé). Je vous souhaite la santé, la prospérité et longue vie à tous et à toutes! Tout en respectant la terre!

Pour devenir membre de mon Équipe MassagePlusGM visitez www.shaklee.ca/gm