

Bonjour,

*Il était midi trente sur le cadran de l'horloge de la cuisine. Pas un bruissement d'aile, pas un chant d'oiseau, juste un silence de plomb, une chaleur accablante et étouffante qui envahissaient nos compagnes. La nature semblait garder son souffle alors qu'elle subissait les caprices du soleil. La ligne rouge du thermomètre était au zénith. Impossible de s'élever plus haut que 50°. Il a fait tout son possible, a donné son maximum. À vue d'œil, il devait faire au moins 65° sur la terrasse de la maison. Du jamais vu sous notre ciel.*

*Pas plus tard que hier, en consultation, une patiente me partageait ses peurs, sa tristesse face aux changements climatiques, face à la destruction de notre belle planète et à ce grand chaos mondial. Je l'ai invitée à changer son regard, à emprunter le survol de l'aigle qui avec un certain recul, un calme intérieur et un œil avisé, peut percevoir la réalité avec une autre vision. Et si l'enjeu de ce qui se vit actuellement était une vraie renaissance et non une destruction ? Lao Tseu n'affirmait-il pas que « ce que la chenille appelle la fin du monde, le maître l'appelle papillon » ? N'est-ce-pas au cœur du chaos et du désespoir que bien souvent les solutions émergent et que les déchirures deviennent des opportunités d'innovation, de changement de grandes transformations profondes ? N'est-ce-pas dans nos moments d'errance, d'esseulement d'où subitement émane une lumière pour éclairer un nouveau chemin ? La fréquence vibratoire terrestre ne cesse d'augmenter et la terre est secouée par d'immenses vagues d'énergie et entre dans un nouveau cycle. Nous sommes à un point de non retour. L'heure est au changement de paradigme. Quoique l'on fasse, le monde ancien est achevé. Tout va changer, tout doit changer.*

*Nous vivons un vrai basculement. L'homme se réveille enfin. C'est l'heure du grand retour à Soi où nous sommes invités à aller explorer notre monde intérieur. Il y va de notre responsabilité d'activer ces espaces endormis en nous*

*Nous avons des capacités insoupçonnées telles que la télépathie, la clairvoyance, la clair audience, le contact avec les esprits de la nature, avec les animaux. Nous sommes des êtres multidimensionnels mais pour la plupart d'entre nous, nous restons limités au plan de la matière et n'avons même pas la conscience de nos autres corps et de toutes nos capacités inimaginables. Nous avons le devoir de nous développer, de réactiver tous ces pouvoirs, ces parties inexplorées en nous. Les énergies actuelles qui arrivent sur terre nous permettent cet éveil mais cela implique de prendre le temps de s'arrêter, de nous écouter, d'entrer dans notre silence intérieur afin de s'ouvrir, de ressentir et d'intégrer ces nouvelles énergies. En fait, ces énergies qui balaient la terre ne sont que du pur amour, de la pure conscience. Elles nous invitent à ouvrir nos cœurs et à aimer car seul l'amour peut sauver la terre et les humains.*

*Nous sommes et nous serons encore confrontés à des moments d'énergies sombres, bousculantes et douloureuses. Mais tous ces événements n'ont qu'un seul sens, celui de nous réveiller. Le problème c'est que nous sommes hypnotisés par nos portables, Google, Facebook, Instagram, whatsapp et Cie. Nous nous laissons sans arrêt happer par le monde extérieur alors que l'enjeu est d'explorer la pureté de notre être profond afin d'y trouver la paix, la force et la guidance face à tous ces événements planétaires majeurs. Chaque jour, il importe de cultiver notre jardin intérieur. Cela demande du discernement et de faire des choix en évaluant le temps que l'on perd à se laisser happer par le monde extérieur et le temps que l'on prend pour notre développement intérieur. Tous nous avons le pouvoir de devenir pleinement acteur pour changer l'histoire du monde. Nous sommes des créateurs et à chaque seconde nous créons par nos pensées, nos paroles, nos actions et tissons ainsi la toile de ce nouveau monde. Alors observons-nous ! Que choisissons-nous de créer à chaque instant face à tous nos défis ? La peur ou la lumière ? La haine ou l'amour ? La paix ou la guerre ?*

*Surtout ne nourrissons pas de colère, de haine ou de jugement contre ceux qui continuent à avilir l'humain, à détruire la terre et qui ne veulent pas la paix, car cela nourrit ces égrégores d'ombre. Tout au contraire, en leur envoyant de l'amour et de la lumière, nous créons un égrégoire de paix et d'amour ce qui automatiquement dissout l'ombre. Arrêtons de reporter la faute de nos malheurs sur les autres car dès lors ils deviennent nos ennemis à combattre. Ainsi nous nourrissons la guerre. Or, ce grand changement sur terre est en fait une révolution d'amour. C'est ensemble que nous en sortirons et non en luttant les uns contre les autres. Satish Kumar, est un activiste sacré, un pacifiste dans la lignée de Gandhi. Il prêche pour une écologie spirituelle et nous invite à cultiver notre confiance pour la planète.*

*Pour lui, il y a plus de bonté dans le monde que de mauvaises choses. Les médias et les politiques n'ont cessé de diffuser des événements négatifs alors qu'il y a tant de belles choses à célébrer, tant de projets porteurs de vie qui surgissent à travers toute la planète. Aujourd'hui, notre société est sortie de la pauvreté matérielle mais dans cette recherche effrénée du matérialisme, nous sommes devenus spirituellement pauvres. Le constat est aujourd'hui évident : nous ne sommes pas heureux. Cette pauvreté spirituelle apporte beaucoup de peurs, d'anxiété, de problèmes de santé mentale, des maladies physiques, des fractures humaines. Il est urgent de développer notre richesse spirituelle journalièrement car la spiritualité est l'essence même de notre être et de notre guérison.. C'est l'unique alternative pour vivre en paix et retrouver la joie face à ce monde qui s'effondre.*

*Face au défi planétaire, nous sommes tous d'accord pour dire qu'il est urgent d'agir. Soyons des acteurs de ce changement plutôt que des spectateurs. Mais comment participer au combat pour la survie de l'humanité, de la terre ? En prenant soin de nos émotions afin de ne pas nourrir nos peurs et nos angoisses et en apprenant à nous aimer. Quoiqu'il advienne, nourrissons l'espérance, la confiance pour le monde de demain. Plutôt que de nous laisser envahir par des sentiments d'impuissance, de désespoir, devenons le changement que l'on veut pour ce monde en vivant notre idéal, en étant créatif, en bougeant. Chaque jour, posons nous la question de savoir comment agir pour que le monde devienne meilleur. Pour Barack Obama, « La meilleure façon de ne pas se sentir désespéré est de se lever et de faire quelque chose. Si vous sortez et faites en sorte que de bonnes choses se produisent, vous remplirez le monde avec espoir, vous vous remplirez d'espérance »*

*C'est toute cette urgence planétaire qui m'a décidée de donner pour la dernière fois mes cours théoriques et de ne garder que les cours énergétiques. A travers mes consultations je constate de plus en plus la difficulté de maintenir nos corps en santé mais surtout la nécessité d'éveiller nos consciences et de les incarner quotidiennement dans nos vies. Il nous est demandé de nous libérer de nos charges du passé, de nos peurs, de nos angoisses qui créent des blocages énergétiques dans nos différents corps. De plus, dans l'avenir je pense que les médicaments seront de moins en moins actifs et que les effets secondaires augmenteront car nous fréquences vibratoires s'élèvent alors que les médicaments chimiques vibrent bas. La médecine de demain sera quantique, essentiellement énergétique, c'est une évidence pour moi. Par l'épigénétique, nous savons aujourd'hui que lorsqu'un humain ressent de la peur, les gènes de protection sont activés et que lorsqu'il ressent de l'amour les gènes de croissance sont activés. Demain, c'est l'amour qui nous guérira ....*

*Une Lumineuse rentrée,*

## Extraits du livre « Transition planétaire » de Michael Roads

J'ai l'impression de me trouver au sein d'une douce tempête de neige cosmique, mais ce sont plutôt des flocons de pure lumière qui tombent abondamment sur la planète. Je tends une main métaphysique pour en attraper un. J'ai ressenti à son contact une énergie nouvelle à l'état pur... Quand je regarde les possibilités concernant les événements, je perçois une tache qui se transforme rapidement. Je vois au niveau énergétique la peur et la colère croître et décroître comme une tempête tourbillonnant dans l'atmosphère, augmentant et diminuant au gré des vents. Il en est de même pour l'énergie humaine. L'énergie positive de l'amour est calme et se développe lentement en s'intensifiant de plus en plus, tandis que l'énergie tournoyante de la peur et de la résistance au changement se renforce, puis s'affaiblit, comme si elle menait une bataille perdue d'avance. Je me rends compte qu'effectivement le monde ancien va perdre son combat. Les flocons de lumière recouvrent la Terre, parfaitement invisibles, mais transforment énergétiquement tout ce qui est réceptif. Je sens que la nature est consciente et ouverte à ce qui est neuf. Seule l'humanité est divisée à ce sujet. La majorité s'accroche au monde ancien tandis qu'une minorité s'ouvre au monde nouveau... Je jette les yeux plus loin sur le globe et j'en trouve la confirmation.

C'est la conscience des individus qui attire ou qui repousse les flocons de lumière. Quand je me concentre sur leur champ énergétique, j'y vois l'amour/lumière... C'est tellement évident. Il est évident que les flocons de lumière sont l'expression de l'énergie nouvelle et que celle-ci balaie la planète. Il est aussi évident qu'elle est attirée ou repoussée par les gens selon la nature de leur champ énergétique, quel que soit leur savoir. Toutefois, je ne m'attendais pas à voir des flocons de lumière dans les régions d'exploitation où se trouvent d'énormes barrages et où l'on détruit les forêts. En fait, un souffle neuf atteint les gens qui sont ouverts au monde nouveau. En raison de mon passé d'agriculteur, je m'en vais observer les terres de culture. Des flocons de lumière flottent comme de la neige dans toutes les régions sauvages, dans les forêts et sur les plans d'eau. Étrangement, dans les lieux où la cupidité humaine exploite de grandes portions de la forêt ou de la jungle, les flocons de lumière tombent en abondance. J'en suis très étonné car je m'attendais plutôt au contraire. Sur les fermes où croissent des cultures génétiquement modifiées, les flocons de lumière tombent dru sur le sol, mais aucun n'atterrit sur les plants. Encore une fois, c'est étrange ! Sur les fermes organiques ou écologiques, où l'accent est mis sur la nature et sur la santé, les flocons de lumière recouvrent à la fois la terre et les cultures... Tout l'équilibre est en train de changer. Il passe des domaines de la cupidité, du contrôle, de la séparation et de l'exploitation aux domaines de la compassion, de l'amour, de l'unité et de la liberté. Une seule question : ce processus sera-t-il lent ou rapide ? *Il s'accomplira au rythme choisi par l'humanité, mais il est inévitable.* J'observe donc en souriant la naissance invisible du changement annoncé depuis longtemps tandis qu'une neige cosmique continue de balayer la planète...

## Petites nouvelles de l'OLIVIER

Cet été nous a à nouveau démontré que nous vivons une période de changement et de turbulences. Jamais de mémoire de nos météorologues, la Belgique n'a vécu un été aussi chaud et aussi sec. La nature, tout notre environnement, sont réellement en souffrance et nos corps ne cessent d'en subir les conséquences. Plus que jamais, ils ont besoin d'être soutenus et dorlotés et une bonne hygiène de vie devient incontournable. Grâce à l'épigénétique, la science démontre aujourd'hui que la majorité de nos maux est liée à nos comportements. Voilà qui est très encourageant et démontre que la maladie n'est pas une fatalité ! Dans ce contexte, il me semble important d'attirer votre attention sur la prise de médicaments que tant de gens consomment journalièrement et qui sont aujourd'hui si banalisés. Un petit somnifère par ci, un petit calmant par là sans oublier nos statines pour ce cher cholestérol et pour achever le tableau un petit antiacide pour éteindre le feu de notre estomac. De nos jours il devient rare de trouver une personne de plus de 65 ans sans prise de médicaments !!! Toutefois, ce qui est réjouissant, c'est qu'aujourd'hui des recherches pointues démontrent et dénoncent de plus en plus la toxicité de ces petites pilules rose, rouges, violettes, vertes ou bleues que l'on tente de nous rendre les plus attrayantes possibles et avec de bons arguments en prime (Bons en apparence mais bien souvent biaisés).

Savez-vous mesdames, qu'une grande étude américaine en 2012 a démontré que ces chères hormones de substitution préconisée lors de la ménopause, que l'on glorifie en vous assurant une fin de vie heureuse et épanouie, seraient à l'origine de nombreux cancers du sein et d'accidents vasculaires cérébraux et autres problèmes circulatoires ? Mais il y a pire. Les démences séniles de tout type dont la fameuse maladie d'Alzheimer, font partie de notre quotidien et touchent des millions de gens. Et pourtant, le Dr Staffer Lindeberg, lors d'une étude sur la démence sénile auprès des habitants de plus de 65 ans en Papouasie, n'a observé aucun cas de démence. Mais où donc se trouve le problème ??? Voilà qui démontre que ce type de maladie dépend de nos comportements et de notre environnement quoiqu'en disent certains articles médicaux. Un nombre croissant de recherches, établit avec évidence le lien existant entre la prise de médicaments couramment utilisés et les troubles cognitifs du cerveau. Voici quelques chiffres et exemples pour éveiller et émusser vos neurones tant qu'il en est encore temps.

Commençons par les benzodiazépines censées dissiper l'anxiété et l'insomnie ( style Xanax, Valium et Cie). Après quelques mois de consommation de ce type de produit, d'après une étude publiée dans le prestigieux « British Medical Journal », le risque d'être atteint de la maladie d'Alzheimer est tout simplement multiplié par deux.

Quant aux médicaments anti cholinergiques prescrits comme antidépresseurs, anxiolytiques, ou antihistaminiques (allergies), mieux vaut savoir qu'après trois mois de prise, le risque de démence sénile augmente de 19% et après trois ans de 54 %. Le drame, c'est que l'on trouve ces molécules chimiques dans pas moins de 300 médicaments couramment prescrits. Et puis il y a les fameux antiacides que des millions de gens de par le monde, prennent comme de vrais bonbons. Sachez que ces petites pilules à l'apparence si inoffensives, augmentent de 21 % le risque d'infarctus, de 20 à 50 % le risque de maladies rénales sévères et au-delà de trois mois de prise, le risque de démence sénile tel Alzheimer. Et je pourrais continuer cette liste avec une panoplie d'autres exemples.

Et pourtant, bien souvent par des remèdes naturels, une écoute intérieure, une gestion du stress et du mental et une vie saine, le corps a la capacité de se rééquilibrer et de retrouver la santé. On peut se passer de la majorité des médicaments qui, à force d'en consommer, deviennent les vrais problèmes de notre santé. Je ne prends quasi jamais de médicament depuis plus de 45 ans et pourtant petite fille j'avais une santé fragile. Il est vrai, cela demande plus d'attention, plus de respect et d'écoute du corps, des remises en question, des changements de vie parfois et de s'informer. Ces derniers mois, j'ai dépassé mes limites et je me suis retrouvée épuisée. Je n'arrivais même plus à intégrer ce que moi-même j'enseigne. J'ai envie de vivre en santé jusqu'au bout de ma route, de prendre soin de moi et de vivre moins dans le stress, le trop de travail. Il ne m'en fallait pas plus pour prendre de grandes décisions. Je donnerai pour la dernière fois, lors de cette année académique, les cours théoriques sur le foie, les intestins, la pharmacie familiale, candidose, hypoglycémie etc. Profitez-en, car dès septembre 2020, je ne garderai que les cours énergétiques : réflexologie, DN, la Technique Nadeau et le cours d'Eveil à Soi. J'organiserai à nouveau des marches telles que celles du désert mais dans d'autres lieux et j'organiserai tout au long de l'année des soirées pour ceux qui auront suivi le cours d'Eveil afin de pouvoir

réellement ancrer au quotidien l'éveil de Conscience et l'ouverture du coeur. Je donne plus de détails dans mon autre article. (feuilletés verts). Dans ce grand changement de paradigme, il est urgent d'aller à l'Essentiel dans nos vies, dans ma vie. Ce choix me paraît indispensable sur ma route d'aujourd'hui.

Hilda, Julie Minet (Micro pousses et jus d'herbe de blé) et Catherine Leemans (Plantes sauvages en ballades et ateliers pratiques) continueront à partager leur belle énergie à l'Olivier. Hilda nous offre cet automne pour la première fois, une journée pleine de senteur et d'émerveillement sur les huiles essentielles de Madagascar. Un vrai cadeau à vous offrir. Quant à Julie, elle nous fera à nouveau découvrir les couleurs éclatantes, les saveurs subtiles et la richesse nutritionnelle des micro pousses et du jus d'herbe de blé.

Un bel automne riche en couleur,

### **Extrait du livre « La biologie des croyances ». Dr Bruce H. Lipton**

... Les recherches alliant physique quantique, ingénierie électrique, chimie et biologie, sont particulièrement pertinentes, car elles pourraient donner naissance à des thérapies entraînant beaucoup moins d'effets secondaires que les médicaments. Or, ces recherches confirmeront ce que « savent » déjà, sans l'avoir réalisé, le scientifique et le non-scientifique : tout organisme, y compris l'humain, communique avec son environnement et le décode en évaluant les champs d'énergie.

... Quand j'ai abandonné l'idée que nous sommes faits de matière inerte, j'ai non seulement compris que la science où je faisais carrière était dépassée, mais aussi que je devais favoriser davantage d'interférences constructives dans ma propre vie. **J'avais besoin d'une mise au point quantique dans ma propre vie.** Au lieu de m'employer à créer des énergies harmoniques dans ma vie, je vivais en dispersant mon énergie sans réfléchir. C'était un peu comme chauffer une maison en plein hiver tout en gardant portes et fenêtres grandes ouvertes. J'ai donc commencé à fermer ces portes et ces fenêtres en observant soigneusement où je gaspillais mon énergie. Certaines portes furent faciles à fermer. Ce fut le cas quand je décidai de mettre un terme aux activités épuisantes, dont les mortelles soirées de faculté. Il me fut par contre plus difficile d'abandonner mon défaitisme habituel, tout aussi épuisant. Comme nous le verrons au prochain chapitre, les pensées consomment autant d'énergie qu'un marathon

.... Comment est-il possible que l'esprit surpasse le programme génétique ? Notre nouvelle compréhension des mécanismes de l'univers nous révèle de quelle manière l'esprit immatériel peut avoir une incidence sur le corps physique. La pensée, cette énergie de l'esprit, affecte directement la façon dont le cerveau contrôle la physiologie. L'« énergie » de la pensée peut activer ou inhiber la production cellulaire de protéines par la mécanique des interférences constructives et négatives. Voilà pourquoi j'ai effectué un premier pas en vue de changer ma vie, j'ai effectivement observé comment je dispersais mon énergie cérébrale ; j'ai dû examiner l'effet de l'énergie investie en pensées aussi attentivement que celle investie physiquement. Malgré les découvertes de la physique quantique, la dissociation entre le corps et l'esprit se perpétue dans la médecine occidentale. On apprend aux scientifiques à qualifier d'anomalies étranges, et à rejeter en ce sens, les cas analogues à celui du garçon guéri d'une maladie génétique par le pouvoir de son esprit. Je crois au contraire que les scientifiques devraient se lancer dans l'étude de ces anomalies. Derrière ces cas exceptionnels se cache une compréhension plus puissante de la nature de la vie, plus « puissante » parce que ces exceptions contredisent les « vérités » établies. En fait, exploiter le pouvoir de votre esprit peut s'avérer plus efficace que les médicaments qu'on vous a programmé à croire nécessaires. La recherche dont il a été question au chapitre précédent révélait que l'énergie agit *plus* efficacement sur la matière que les agents chimiques