
LA GAZETTE DE CATHERINE



Newsletter éditée par Catherine PETITBOIS
pour la pratique des mouvements d'énergie favorisant
une nouvelle écologie de la vie

www.lesateliersdessenia.fr



Comment communier avec la sérénité ?

L'art de vivre essénien nous invite à chercher la réponse dans la Nature qui est autour de nous pour faire le lien avec notre nature intérieure.

Si on observe par exemple les arbres, que se passe t'il pour eux en hiver ?

Ils se dépouillent de leurs feuilles et font descendre leur sève dans leurs racines.

Quelles compréhensions puis-je retirer pour mieux vivre la saison de l'hiver ?

Nous pouvons saisir par analogie que nos feuilles ce sont nos illusions et nous devons apprendre à nous séparer de nos croyances inutiles pour nous retrouver libéré de ce qui encombre notre vie.

Comme la sève qui s'enfonce dans les racines, nous devons ramener notre attention vers notre vie intérieure pour partir à la découverte des différents étages de notre être, avec une pensée claire, des sentiments nobles et un oeil guérissant.



L'hiver extérieur nous invite à entrer dans notre hiver intérieur pour faire le point sur nos conceptions de la vie. Par exemple regarder nos croyances sur la famille.

Comment est ce que je conçois la famille ? La famille humaine à l'intérieur de la « grande famille » que les humains forment avec l'ensemble de la création visible et invisible ?

Suis-je relié aux minéraux ? Le minéral à l'extérieur de moi m'appelle à méditer sur le minéral en moi : qu'est ce qui me porte dans ma vie ? Qu'est ce qui me rend stable ? En ce qui me concerne j'ai trouvé la stabilité par la tradition essénienne universelle et éternelle fondée sur la Bible essénienne.

Suis-je relié aux végétaux ? Le végétal en moi me permet de maîtriser ma volonté à l'image des plantes qui peuvent perforer le goudron pour s'élever vers le ciel... Elles nous donnent en cela un magnifique exemple de volonté à toute épreuve.

Suis-je relié aux animaux ? L'animal en moi révèle ma capacité à utiliser mes sentiments, mes ressentis pour comprendre le monde autour de moi....

Suis-je relié aux autres êtres humains ? Le niveau de conscience des humains me permet de penser par moi-même et de m'affranchir d'un fonctionnement instinctif.

Cet hiver sera marqué pour moi par l'état de ma relation avec mon fils aîné qui habite à 500 Km de moi et qui se fait de plus en plus distant. J'ai du mal à vivre cette relation sans me sentir déstabilisé.

Afin de me recentrer j'entre en méditation et pratique le 4ème mouvement de l'Archange Gabriel. Je me répète la phrase mantrique qui lui correspond : « je ne rendrais pas les autres malades par mes pensées, mes paroles, mes sentiments »... et la souffrance se dissipe. Ma tempête intérieure se calme. Je prends conscience que je dois cultiver davantage de douceur en moi et autour de moi. Je comprends que je ne dois pas

ressasser mes pensées négatives mais comme l'arbre qui perd ses feuilles, j'accepte de perdre mes illusions d'espérer un fils plus présent et je lâche prise, j'accepte qu'il vive sa vie comme il l'entend.

Je me concentre sur la beauté du 4ème mouvement d'énergie, sur le calme qu'il me procure. Il me permet de maîtriser de ce qui sort de moi comme pensée et ce qui entre en moi comme perception. J'envoie à mon fils aîné plein d'énergie de guérison, de douceur, d'amour. N'est ce pas le plus beau des cadeaux de Noël ?

Catherine PETITBOIS



Vous pouvez vous aussi pratiquer le 4ème mouvement de l'Archange Gabriel

Prochains ateliers sur les mouvements de l'Archange Gabriel à 15 heure :

8 janvier 2022
5 et 19 février
15 et 19 mars

13 rue Saint Maurice
17100 Saintes



Catherine Petitbois