

# Spirituellement vôtre

Newsletter Avril-Mai 2021

Christine Roman – Marvyn Ecabert

1/6

## Célébrer la vie, être dans la joie

En Avril et Mai, la période est aussi fertile dans la nature qu'en fêtes religieuses. Pour n'en citer que quelques-unes : Vendredi Saint, Pâques et Semaine Sainte, Fête de la pure lumière en Chine, commémorations de la naissance, de la vie et de la mort du Bouddha en Asie, Nouvel An Solaire hindou, Ramadan, Lailat al-Qadr ou encore Aïd al-Fitr, Chavouot...

Il faut dire que la religion a souvent été un des seuls moyens accepté d'accéder au divin et cela explique l'abondance de fêtes mettant à l'honneur la Lumière ou des êtres particulièrement spirituels. Cette période est tout autant l'occasion d'introspections ou de temps de jeûnes sur des périodes plus ou moins longues. Comprenons cela comme le besoin naturel de passer d'un état à un autre.

Ces temps d'introspection sont des temps fort pour l'âme humaine. Car comment avancer plus encore spirituellement si on ne prend pas le temps nécessaire pour cela ?

Toute pratique demande du temps pour s'améliorer et s'affiner. Cela permet de faire tomber les barrières et résistances physiques, mentales ou émotionnelles. De même qu'un sportif devra libérer et renforcer son corps à sa pratique, un artiste devra affiner son mouvement afin de développer son potentiel.



Enfin, chaque personne souhaitant évoluer spirituellement devra pouvoir trouver en soi la faculté à lâcher prise, se libérer des peurs et doutes et retrouver la foi qui habite en chaque âme.

Ce chemin est essentiel et chacun avance au rythme qui est le sien. Mais peut-on réellement imaginer avancer de manière significative si on ne prend qu'une demi-heure tous les 6 mois ? Peut-on encore croire que rester dans son confort et ne pas oser dépasser ses croyances et habitudes sera suffisant pour permettre une belle et grande connexion avec le Monde ? La vie est en perpétuel changement, telle une roue qui avance en cycles infinis. Nous nous devons d'agir de même car c'est la seule voie possible pour l'évolution spirituelle qui est la nôtre.

Vous remarquerez donc que les fêtes religieuses (entendez par là opportunités spirituelles) se déroulent elles aussi par cycle. Toutes les religions ont agi ainsi, à toutes les époques. Ces cycles respectent les temps des saisons, les temps de compréhension, les temps nécessaires au divin.

Ces fêtes nous invitent également à respecter nos propres temps spirituels.

Rien ne nous oblige - ni vous ni nous - à suivre un temps instauré par une religion. Cela appartient à chacun. Mais si vous préférez, vous pouvez aussi vous prévoir vos temps propres, des moments où vous allez choisir en conscience de faire ces introspections en vous coupant du quotidien. Cela peut se faire durant 2 heures, ou un week-end.

Certains ressentiront peut-être le besoin de se couper plus longuement – pendant plusieurs jours. Écoutez-vous, écoutez ce sentiment profond qui habite en vous. C'est le signe de votre âme. Il est temps de la suivre, car le chemin qu'elle vous indique sera beau, parfois interpellant, mais immensément et incroyablement riche.

Les guides nous soufflent à l'oreille que vous ne le regretterez pas.

## Idée reçue : Religions versus Spiritualités

Les uns leur reprochent leurs dérives sectaires, les autres critiquent les pratiques religieuses. Entre ceux adeptes d'une religion et les aventuriers de la spiritualité, les rencontres et débats d'idées se font rarement.

Pourquoi distingue-t-on les religions et les spiritualités, alors qu'elles remplissent parfois le même but ?



La distinction se fait avant tout d'un point de vue étymologique : le terme religion vient dans une de ses acceptations du latin « religare », autrement dit, relier. Il faut entendre ici relier les hommes entre eux, les rassembler.

La spiritualité a une racine commune avec l'esprit du latin « spiritus ». Cette traduction se réfère plutôt à l'individu doué d'une certaine intelligence, ayant de l'esprit justement.

Déjà à l'origine, les principes de religions et de spiritualités ont deux fonctions différentes. L'une relie sous des dogmes communs à une communauté, emplis de pratiques, d'étapes et d'obligations propres à un groupe. L'autre représente plus un cheminement personnel, transcendant et intérieur qui se manifeste parfois en société, d'autres fois en retrait de celle-ci.

La frontière entre les deux est fine, car des événements religieux peuvent être le déclencheur de grandes vibrations spirituelles, tandis que les cheminements spirituels peuvent permettre des rencontres nous reliant les uns aux autres. Et cela représente bien nos chemins de vie, sur lequel nous avançons individuellement en lien avec un cheminement propre, mais en interaction constante avec des âmes incarnées de différents niveaux.

Enfin, si l'idée qu'il existe des religions différentes est manifestement évidente, il est bon de rappeler qu'il existe aussi plusieurs spiritualités, possédant des repères et des notions différentes.

Alors comment savoir distinguer ce qui est juste et valable pour notre évolution ? Il n'y a pas de recette miracle, pas de bons et de méchants. Juste des paroles et des personnes qui parlent et résonnent dans votre cœur et vous indiquent que oui, c'est ce qui vous correspond. Nul besoin de juger celui ou celle qui prend une direction différente, car il ou elle est comme vous, il ou elle a besoin de s'expérimenter pour comprendre la plus grande leçon de vie : cette leçon qui se déroule au bon moment pour avancer.

## Rendez-vous avec les Hautes Énergies – Archange Raphaël

« Je suis avant tout un ange parmi les anges. Mon pouvoir est d'apporter la guérison à qui me le demande. Cette guérison est une guérison du cœur avant d'être une guérison du corps. Vous faites appel à moi lorsque vous faites des soins, lorsque votre souffrance devient insupportable mais savez-vous que vous pouvez faire appel à moi dans beaucoup d'autres situations...

Il n'est nul besoin d'être guérisseur pour vous enquérir auprès de moi, il suffit juste que vous m'appeliez ou tout simplement que vous croyiez en moi. Je soigne et guérit toutes les âmes présentes sur Terre, pas uniquement les humains.

La couleur verte que j'utilise est comme un élixir que je diffuse, que j'applique sur les maux, sur les plaies et les douleurs.

Elle n'a pas été choisie par hasard, elle est le lien à la nature qui vous entoure et que vous avez oublié pour beaucoup d'entre vous.

Prenez soin de vous mes enfants et faites appel à moi aussi souvent qu'il vous est nécessaire ».



## Culture des pierres

**La malachite** à l'état brut fascine par son relief tourmenté et sa couleur de forêt amazonienne. Après polissage, les anneaux concentriques, les rubans clairs ou foncés révèlent toute la beauté mystérieuse de la pierre. C'est l'altération naturelle du cuivre qui produit ces minerais aux couleurs somptueuses.



Le mot vient du latin malachites, lui-même dérivé du grec ancien moloche. Il serait formé des mots malak (mauve) et lithos (pierre), étonnant pour une pierre verte ! La mauve en question est une plante abondante dans toutes les campagnes (malva en latin).

Ce n'est que par la suite que son nom a servi à désigner la couleur de ses fleurs. On avance une autre explication : la dureté médiocre de la malachite serait à l'origine de son nom, malakos (mou).

On la trouve dans le monde entier : en Afrique, en Australie, en Arizona aux USA, dans l'Oural en Russie, en Italie et même en France près de Lyon à Chessy-Les-Mines et dans le Var à Cap Garonne. Elle était déjà exploitée 4000 ans avant J.C, dans les mines des déserts orientaux.

Ses propriétés sont anti-inflammatoires et antispasmodiques, antibactériennes, antiseptiques, et revitalisantes. Elle calme et apaise le système nerveux, agit sur le système circulatoire.

Mais aussi :

- Favorise la méditation
- Facilite la compréhension des rêves
- Aide à surmonter la dépression
- Améliore la confiance en soi
- Fortifie la capacité d'expression et de persuasion
- Libère des inhibitions

## Un printemps énergétique

Nous vous proposons en ce début de printemps 3 plantes qui sont réputées pour leurs vertus énergétiques.

- **La coriandre** est tonifiante. En cas de fatigue saisonnière (particulièrement au printemps), faites en une cure pour retrouver de l'énergie. C'est aussi une plante légèrement diurétique qui aidera votre corps à se débarrasser de ses déchets.

Tisane énergisante : Dans un bol d'eau bouillante, versez 1 c. à soupe de graines séchées. Laissez infuser 10 minutes avant de filtrer. Sucrez avec 1 c. à café de miel et buvez deux fois par jour pendant trois semaines.

- **La sarriette** est stimulante, ce qui en fait un excellent tonique dans les périodes de fatigue.

Tisane tonique : Comptez 1 c. à soupe de plante séchée et hachée pour un bol d'eau bouillante, et laissez infuser 7 à 8 mn avant de filtrer. Buvez deux bols par jour, en dehors des repas.

- **Le cumin** est revigorant lorsqu'on le prend en cure. C'est également une plante digestive et carminative. Traditionnellement, on le recommande aussi pour atténuer les spasmes bronchiques de l'asthme.

Infusion tonifiante : Versez 1 c. à café de graines dans un bol d'eau bouillante et laissez infuser 10 mn avant de filtrer. Buvez un bol en milieu de matinée pendant au moins dix jours. Au besoin, sucrez avec un peu de miel.

*Corps, âme et esprit, le trio gagnant*



## Lieu énergétique – La forêt de Brocéliande

La forêt mythique de Brocéliande, est située autour de Paimpont dans le département d'Ille-et-Vilaine en Bretagne à environ 30 km au sud-ouest de Rennes.



C'est là que prend naissance la légende du roi Arthur ! La seule évocation de ce lieu réveille un monde merveilleux peuplé de la fée Viviane, Merlin l'enchanteur ou du chevalier Lancelot.

Outre ces histoires liés à notre imaginaire collectif, plusieurs lieux sont à découvrir dans cette forêt. Vous pourrez notamment y découvrir l'Arbre d'Or, mais encore la fontaine de Barenton, dont son eau est réputée pour être miraculeuse.

Si vous aimez les lieux énergétiques, celui-ci est absolument à visiter et à ressentir car on lui prête mystère et magie.

Vous pourrez y ressentir la présence d'Êtres de la nature, mais nous vous invitons pour cela à vous éloigner des sentiers touristiques. Balades en pleine conscience, connexions avec les arbres, amusez-vous à explorer ou redécouvrir cet endroit avec vos sens spirituels.

Il peut aussi être pertinent de profiter de la Région pour découvrir les multiples menhirs et dolmens parsemés sur le territoire breton. La connexion aux éléments est partout présente en Bretagne, et ça vous gagne...

Alors, peut-être une destination pour vos prochaines vacances ?

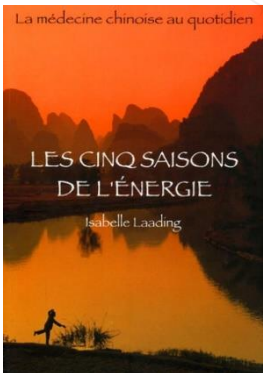
## Agenda spirituel

L'Ascension célèbre l'élévation de Jésus auprès de Dieu 40 jours après Pâques.

Il s'agit du symbole de la fin d'un cycle : vie, mort, Résurrection et enfin Ascension. Spirituellement, on y comprend le sens des incarnations : vies multiples, morts n'étant que des passages, résurrections étant les retours sur Terre et l'ascension représentant la fin de l'évolution spirituelle pour être dans la Divinité.

L'Ascension a toujours lieu un Jeudi (13 Mai cette année), permettant de bénéficier de beaux week-end prolongés.

## Invitation à la lecture



**Les cinq saisons de l'énergie** d'Isabelle Laading : Basée sur l'étude de la Médecine Traditionnelle Chinoise, cet ouvrage nous ouvre les portes d'une logique ancienne de 4000 ans, rien que ça !

Si la MTC est complexe à discerner, ce livre nous offre l'opportunité de comprendre rapidement et concrètement les différents aspects de cet art de vie en lien avec les cycles de la nature.

Des caractéristiques de chaque saison en passant par leurs effets sur nos organes, des conseils alimentaires aux pratiques méditatives, vous y comprendrez l'influence du monde sur notre être et comment nous y adapter au quotidien.

**L'alchimiste** de Paulo Coelho : Connue de renommée mondiale, cet ouvrage nous livre le voyage initiatique de Santiago, un berger espagnol.

Livre de loisir autant que conte à méditer, le chemin parcouru par ce personnage de fiction nous renvoie à notre propre avancée spirituelle, nous fait poser question sans jamais parler d'une religion ou d'un courant spirituel propre : coup de génie ou inspiration divine afin que chacun puisse s'y retrouver.

Si vous recherchez un livre simple à lire et inspirant, celui-ci devrait vous convenir...



## Et nos livres ?

Nous avons très peu abordé jusqu'à présent l'écriture de nos livres respectifs. Nous avons envie aujourd'hui de vous partager leur avancement.

Le travail d'écriture est quasiment terminé, il ne reste « que » la mise en page, la relecture, le choix d'un éditeur ou de l'auto-édition. Nous continuerons à vous informer de leur cheminement et surtout, nous espérons pouvoir vous les présenter Fin 2021/Début 2022.

## Révisions Reiki - rappel

Après un nouveau confinement nous ayant obligé à annuler les révisions du 17 Avril, nous sommes en mesure de vous confirmer la tenue de la révisions de Mai. Afin de mieux vous accueillir, nous avons **limité** le nombre de participants par session.

Nous sommes en capacité d'accueillir **le samedi 6 personnes de 9h à 12h et 6 personnes de 14h à 17h.**

➤ 15 mai

➤ 12 juin

Merci de vous inscrire en nous indiquant votre choix de matinée ou d'après-midi par sms ou téléphone.

## Ateliers intuition - rappel

Ateliers intensifs de 3 jours (Vendredi au Dimanche)

▪ Du 2 au 4 juillet ▪ Du 27 au 29 août

Six modules pour **développer votre intuition** au travers de la pratique de connexions et perceptions.

Vous avez participé à nos **Ateliers Intuitions ?**

Vous vous êtes **formés au Reiki** et avez participé aux matinées **révisions Reiki ?**

Vous avez effectué une **séance de voyance, spirite ou Anges, hypnose, reiki ?**

Vous avez voyagé dans vos **vies antérieures ?**

Laissez-nous un commentaire sur nos sites internet respectifs ou sur Google  
Nous aurons plaisir à le voir publié et le lire !

### ROMAN Christine

Médium voyant et spirite - Hypnothérapeute  
Praticienne et Formatrice en Reiki

[www.roman-christine-hyposelyon.com](http://www.roman-christine-hyposelyon.com)

06 10 58 75 02

 @christineroman.official

 christineroman\_officiel

### ECABERT Marvyn

Médium voyant et spirite – Hypnothérapeute  
Praticien et Formateur en Reiki

[www.medium-voyant-marvyn.com](http://www.medium-voyant-marvyn.com)

06 09 49 55 50

 Marvyn Ecabert

 marvyn\_ecabert