



Par **Luc Bodin**,
Médecin, conférencier
et auteur

POUR MIEUX LE CONNAÎTRE
Luc Bodin est médecin, diplômé en oncologie clinique et spécialiste en médecines naturelles. Il est de plus, conférencier et auteur de nombreux livres, dont le *Ho'oponopono*, *Soignez avec l'énergie*, *Guide de la médecine globale et intégrative* et *Préparez-vous au changement*.



Soigner avec l'énergie



Avec son épouse, il organise également des stages au Canada ouverts à tous :

Stage Ho'oponopono,
avec Nathalie Bodin

Pour apprendre à vivre avec Ho'oponopono et la loi d'attraction afin de découvrir sa mission de vie.

Informations :
www.vivreavechooponopono.com

Stages de soins énergétiques,
avec le Dr Luc Bodin

Pour apprendre à soigner avec les énergies à l'aide de techniques simples et immédiatement applicables.

Informations :
www.stageslucbodin.com

MA VIE pour me *guérir*

L'homme est le seul maître de son destin. Cette affirmation est totalement juste. Mais si c'est le cas, pourquoi avons-nous souvent l'impression que nous subissons les événements plutôt que de les diriger?

LA RÉPONSE

vient du fait que l'être humain est constitué d'un conscient et d'un inconscient. Or, c'est souvent ce dernier qui gouverne sa vie. Sommes-nous donc condamnés à demeurer éternellement sous sa tutelle? Comment faire alors pour vivre en harmonie avec nos aspirations profondes?

Bienvenue sur Terre!

Lorsqu'un être humain s'incarne sur cette Terre, il arrive avec des aspirations, des espoirs, des capacités, des talents et une conscience prêts à être développés. Nous pourrions dire aussi qu'il vient avec une « mission », c'est-à-dire avec quelque chose à apprendre ou à découvrir et quelque chose à faire, à créer pour lui-même, pour la planète ou pour le reste de l'humanité.

Ce nourrisson débarque ainsi dans une famille qui l'attend avec plus ou moins de plaisir, elle-même chargée de son histoire. Mais ne croyez pas que cette charge familiale va alourdir sa mission personnelle. Non! Cet enfant est justement venu dans cette famille parce qu'elle répondait très précisément à ce qu'il était venu apprendre ou faire dans cette incarnation.

Se masquer pour survivre

L'accouchement est à peine terminé que déjà le nourrisson se heurte aux règles de la famille, mais aussi, à travers elles, à celles de la société à laquelle elle appartient. Il va devoir s'y plier car, de toute

façon, sa situation ne lui en laisse pas d'autres choix. Puis, au fil des ans, il aura à se conformer aux lois de la société moderne, lois qui ne sont absolument pas destinées au développement de ses aspirations, ni de son être profond. Il va donc refouler ceux-ci au plus profond de lui.

Il apprend ainsi à les cacher pour pouvoir vivre voire survivre dans un monde qui ne lui présente aucun but élevé; ce monde dont la seule motivation est une consommation à outrance qui, à grands coups de publicité/propagande, lui laissera croire qu'elle va combler tous ses besoins. L'enfant apprend donc à porter un masque qu'il montre aux autres et à la société, mais qui cache en fait sa souffrance intérieure.

Prisonniers d'une spirale infernale

Le processus qui consiste à « masquer » sa véritable nature n'est pas naturel pour l'enfant, c'est un mécanisme de survie. Pour réussir, il devra peu à peu développer son ego dont le porte-parole, le mental, sera cette petite voix qui jacassera sans arrêt dans sa tête à propos de tout et de rien. Au fil des années, cet ego pourra prendre des proportions considérables, comme cela se voit chez certains dirigeants politiques, religieux ou industriels; plus rien ne compte que leur « petite » personne et ils sont toujours en quête de pouvoir par une accumulation éhontée d'argent.



Être heureux ne dépend que de vous et des choix que vous ferez.

Ce mécanisme constitue un véritable cercle vicieux qui va de mal en pis, engendrant une société composée d'individus qui développent un ego démesuré (pour se protéger), générant ainsi un monde uniquement basé sur le pouvoir et l'argent; un monde qui formate les individus pour mieux les contrôler et du coup, ces individus sont encore plus refoulés! Voilà pourquoi se sentir équilibré dans notre société moderne n'est pas forcément un signe de bonne santé psychique...

Formatés, malgré nous

Ainsi, l'être humain qui arrive sur Terre se retrouve formaté par l'éducation qu'il reçoit de ses parents, de sa famille, de la société et de la religion à laquelle il adhère. Cette éducation va générer chez lui :

- des **croyanances** qui sont des informations non vérifiées et souvent non vérifiables que la personne considère

pourtant comme étant vraies. Par exemple : « le monde est hostile », « l'argent ne fait pas le bonheur », « on ne peut pas tout avoir », etc.

- des **valeurs** qui constituent les bases fondamentales sur lesquelles l'individu construit sa vie et prend ses décisions. Tout le monde possède entre cinq et dix valeurs comme « il faut être honnête », « rendre service aux autres est important », « la famille passe avant tout », etc.
- des **peurs** qui sont souvent la conséquence des croyances et des valeurs, comme la peur des autres, la peur du péché, la peur de faire mal, la peur de ne pas y arriver, etc.

Les croyances, les valeurs et les peurs des enfants sont d'abord le fruit de celles de leurs parents. Il suffit de comparer un instant vos propres valeurs avec celles

de vos parents pour vous en convaincre. Elles sont semblables, certaines venant de maman, d'autres de papa! Par contre, certaines personnes, dans un souci d'opposition systématique à leurs parents, créent des valeurs et des croyances diamétralement opposées, mais le principe demeure identique.

Voir le monde en différé

C'est ainsi que l'enfant voit et considère le monde qui l'entoure à travers les yeux, les croyances, les valeurs et les peurs de ses parents qui les ont eux-mêmes développées à la suite de l'éducation reçue de leurs parents. Ce bagage transmis de génération en génération constitue un processus de survie mis en place par nos ancêtres pour faire face à leur environnement. Ils le transmettent à leurs enfants croyant ainsi leur fournir des armes pour se protéger là où ils vivent, sans se douter qu'en même temps ils les formatent et bloquent le développement de leurs aspirations véritables.

Les croyances, les valeurs et les peurs sont placées sous le contrôle de l'ego qui les nourrit, les entretient et les développe. L'ego se situe entre l'inconscient, qu'il empêche de se manifester, et le conscient qu'il entretient. Il est toujours perdu dans le passé ou le futur, mais jamais dans le présent, dans le ici-maintenant.

Solution temporaire, mais illusoire

L'enfant devenu adulte rencontrera au cours de sa vie des situations qui seront pour lui source de conflits. L'origine conflictuelle vient du fait qu'il doit choisir entre deux réponses, deux forces opposées, l'une correspondant à la réponse qu'attend son ego ou la société (ce qui

En vente

À l'achat du livre, obtenez votre laissez-passer pour visiter nos exposants et assister à plus de 40 conférences gratuitement

Pour la santé et le mieux-être

RABAIS 5\$
À l'achat du passeport 2 jours
Magazine VIVRE

INTERNATIONAL
Moi!
change
ma vie

www.salonmoijechange mavie.com

SHERBROOKE
MONTRÉAL
TROIS-RIVIÈRES
QUÉBEC
RIMOUSKI
ALMA
ROUYN
GATINEAU

*L'enfant apprend à porter un masque
qu'il montre aux autres et à la société, mais qui cache
en fait sa souffrance intérieure.*



revient souvent au même) et l'autre correspondant à son être véritable et à ses aspirations profondes. Une telle situation va générer chez lui des angoisses, du stress, parfois de l'insomnie pendant un certain temps. Si le conflit n'est pas résolu, il sera refoulé vers l'inconscient au fil du temps. Bien que toujours actif, celui-ci ne sera plus omniprésent dans ses pensées, ce qui la soulagera de ses angoisses, du moins en apparence.

La personne pensera avoir réglé son problème sans avoir eu à prendre la décision de choisir entre les attentes de la société et celles de son être profond. Elle reprendra donc sa vie habituelle sans rien en changer. Mais ce répit ne sera que de courte durée, car la vie – ou la loi de la résonance – lui attirera une situation similaire, puis une autre encore..., situations qui seront de plus en plus importantes et de plus en plus graves, jusqu'à ce qu'enfin, le dos au mur, elle soit forcée de prendre parti.

Cette répétition des problèmes constitue le cycle des conflits, ces problèmes revenant avec une certaine périodicité, tous les ans, tous les deux ans, tous les cinq ans... Ils trouvent tous leur origine dans le conflit initial que la personne a connu dans sa vie actuelle, voire dans les conflits non résolus de ses ancêtres ou de vies antérieures.

Je suis ce que je pense

Ce sont donc toujours les mêmes conflits qui récidivent chez une même personne. D'ailleurs, elle a choisi de s'incarner dans cette famille justement parce que celle-ci présentait le ou les conflits qu'elle désirait résoudre. La société, le monde environnant, l'Univers ne constituent que le décor, le cadre ou la matrice qui permet le développement de nouveaux conflits différents en apparence, mais pourtant semblables dans les choix de solutions.

Ces conflits n'ont d'ailleurs été créés que pour nous forcer à choisir. C'est pour-

quoi il est inutile d'accuser la société, le monde, l'Univers ou Dieu des maux dont nous souffrons. Ils ne sont que le résultat de nos propres choix et de nos pensées. On attire à soi ce que nous pensons consciemment et surtout inconsciemment. Ainsi, vous êtes aujourd'hui ce que vous avez pensé de vous hier. Et demain?

À moi et à moi seul de choisir

Mais si c'est vous qui avez créé ces conflits, ou du moins si c'est vous qui avez accepté qu'ils vous arrivent, seriez-vous donc paranoïaques? Non, rassurez-vous. Il n'en est rien! L'aspect désagréable, voire douloureux des conflits, n'est que la partie visible de l'iceberg. Il est là uniquement pour vous inciter à faire un choix. C'est l'aiguillon de la douleur qui vous poussera à trancher pour que cesse la souffrance. C'est à vous et vous seul que revient ce choix : vivre en fonction des attentes de la société ou développer vos talents.

Certaines personnes préfèrent mourir de maladie plutôt que de faire ce choix. C'est leur décision et il faut la respecter. D'autres choisissent de faire disparaître les croyances erronées, les valeurs limitantes, les peurs artificielles qui ont conditionné leur vie jusque-là, les conduisant dans des voies sans intérêt, voire délétères pour elles. Elles y arriveront grâce aux décisions qu'elles prendront. Elles pourront également s'aider du merveilleux Ho'oponopono qui, grâce à son mantra « Désolé, pardon, merci, je t'aime » efface les mémoires erronées relatives à la situation désagréable.

Créateur à 100 %

Comme vous êtes les créateurs à 100 % de toutes les situations qui vous arrivent, vous pouvez tout aussi bien les « décréer », c'est-à-dire les annuler. Pour cela, vous devez effacer la mémoire er-

ronnée qui est en vous et ce qui l'a créée (croyance, valeur, peur ou autre). Peu à peu, vous découvrirez le joyau que vous aviez jadis enfoui au plus profond de vous, soit votre conscience véritable.

Le rôle principal des situations conflictuelles n'est aucunement de vous faire souffrir, mais de faire disparaître les entraves qui vous empêchent de développer la personne que vous êtes vraiment. Elles vous incitent à vous déprogrammer de tout ce qui ne vous appartient plus. Les conflits ne sont donc pas des éléments foncièrement négatifs, au contraire, ils sont là que pour vous faire avancer et vous permettre de développer vos aspirations, vos capacités et vos talents.

Découvrir le cadeau caché

Et lorsqu'enfin vous découvrez l'être unique qui sommeillait en vous, il vous arrive quelque chose de merveilleux : vous êtes heureux! N'est-ce pas là le but de toute vie? C'est ce bonheur qui doit dorénavant vous servir de guide dans toutes les décisions que vous avez à prendre. Devant toute situation négative, en faisant abstraction de toutes les contingences matérielles, posez-vous simplement la question : quelle solution me rendrait heureux? La réponse vous paraîtra évidente. Les autres solutions ne seront le fruit que de votre ego ou de vos conditionnements.

Être heureux ne dépend que de vous et des choix que vous ferez. Ho'oponopono pourra vous aider à éliminer les mémoires limitantes et la loi d'attraction fera le reste. Ainsi, vous deviendrez le seul maître de votre destin, mais un maître conscient et non inconscient comme vous l'aviez été jusqu'à présent. 🍀

VIVRE, c'est...

Se débarrasser de tout ce qui n'est pas NOUS!

Dès notre tendre enfance, nous sommes chargés de conditionnements qui vont teinter nos choix, teinter notre vie. Certains seront limitatifs, donc générateurs de conflits. Chaque conflit se voudra donc une piste précieuse pour nous permettre d'identifier ces conditionnements pour mieux nous en libérer.