

## **Bulletin n° 1** **des Amis d' Étoile du Berger**

Si un problème a une solution, il ne sert à rien de s'inquiéter,  
mais s'il n'a pas de solution, s'inquiéter ne sert à rien.

Proverbe tibétain

Bonjour à tous les amis d' Étoile du Berger : ceci constitue le premier bulletin de liaison destiné à tous ceux qui connaissent l' Étoile du Berger, soit parce qu'ils ont bénéficié de soins, soit parce qu'ils ont participé à des stages de formation.

Vous vous êtes peut-être rendu compte que « tout va de plus en plus vite » à notre époque. La fréquence de vibration de notre Terre augmente (la fréquence Schuman), et cela induit des changements pour notre planète, pour notre société, pour chacun de nous individuellement. Étoile du Berger a pour ambition de nous aider à nous adapter en douceur à ces changements. Pour cela, l'intensité de rayonnement de l' Étoile du Berger est en train d'augmenter, avec l'aide d'un petit groupe de personnes qui s'est rassemblé autour d'Isabelle de la Cruz pour renforcer son action. Cette action consiste à diffuser le plus largement possible les connaissances nécessaires pour permettre à tous ceux qui le désirent de s'adapter à la nouvelle vibration.

Nous avons voulu créer ce bulletin de liaison qui paraîtra régulièrement, une fois par mois, pour vous tenir au courant des activités de l' Etoile. Vous trouverez en particulier dans ce bulletin :

- les annonces des stages proposés pour le mois en cours et les mois à venir, à Billère ou ailleurs, de même que des informations sur des ateliers organisés régulièrement.
- des informations communiquées par Marla s'il y a lieu, une méditation par exemple.
- des conseils pratiques sur le mode de vie
- des informations sur les produits proposés par Étoile du Berger
- à l'avenir : une rubrique « courrier des lecteurs », pour répondre aux questions que vous pouvez vous poser.

- nous joindrons aussi régulièrement une pensée, une citation, une image évocatrice, ou un diaporama qui inspire à la réflexion.

Ce bulletin sera gratuit, et diffusé de préférence par courrier électronique (c'est plus simple, c'est moins cher). Pour ceux qui ne sont pas équipés, nous pouvons leur envoyer par voie postale, en leur demandant une participation annuelle de 12 €. Si vous connaissez des amis qui seraient intéressés par le type d'information que nous proposons, envoyez-nous leur adresse. Notre but est simplement de partager ces informations qui nous viennent de Marla avec un maximum de personnes, de façon à les aider dans la vie de tous les jours.

---

**Information** : Nous sommes dans l'année 2005. Et c'est en juin 2005 que le Soleil, dans son mouvement autour du centre de notre galaxie la Voie Lactée, va quitter la zone d'influence de la Ligne Bond, qui sépare l'Ère du Poisson de l'Ère du Verseau. La Terre, dans son mouvement de révolution autour du Soleil, sera encore soumise à l'influence de cette Ligne pendant plusieurs années, mais pénètre de plus en plus dans le secteur du Verseau. Ce passage correspond à l'achèvement de tout un cycle évolutif qui a duré 25 000 ans (le temps d'une révolution autour du centre de la Voie Lactée), et marque le début d'un autre cycle.

Notre planète Terre et tous les êtres vivants qui l'occupent sont donc soumis à de nouvelles influences, qui se font sentir dans tous les niveaux : géologique, biologique, social, culturel, psychologique et spirituel. Une clé pour bien les recevoir, pour bien nous y adapter : agir en conscience dans chaque geste, parole, pensée ou intention. Le monde nouveau a besoin de personnes qui pensent, parlent et agissent en ayant intégré ou retrouvé une nouvelle conscience, celle de l'existence d'une réalité plus ample de nous même et de toute la création. Souvenez-vous : le Paradis est un état de conscience, c'est sur Terre et c'est pour aujourd'hui.

**Image de l'éclipse du 8 juin 2004** : L'image jointe montre la planète Vénus, sur fond de Soleil. Elle a été prise le 8 juin dernier quand la planète est passée entre le Soleil et la Terre, provoquant une éclipse partielle du Soleil. L'image montre un rapport de l'ordre de 1/40 entre les dimensions de Vénus et celles du Soleil. Mais il y a un effet de perspective puisque ... la photo a été prise depuis la Terre. Les mesures astronomiques donnent les distances Terre-Soleil = 150 000 000 km et Vénus-Soleil = 108 000 000 km. Dans cette position d'alignement, Vénus était donc approximativement au 1/3 de la distance qui nous sépare du soleil. Le rapport des dimensions 1/40 doit donc être corrigé et divisé par 3 environ, ce qui donne une valeur de l'ordre de 1/120. En effet, les

astronomes ont mesuré les diamètres de ces astres, qui valent  $D_V = 12\,200$  km pour Vénus, et  $D_S = 1\,390\,000$  km pour le Soleil. Pour notre planète Terre :  $D_T = 12\,800$  km, valeur très proche de celle de Vénus.

**Stages :** 9 et 10 avril à Paris : Un chemin de retour à la santé  
16 et 17 avril à Limoges : Un chemin de retour à la santé , Aquarius  
21 et 22 mai à Paris : Programme Soley  
14 et 15 mai à Pau : Programme Soley

Tarif des stages : - 1 jour : 85 € TTC  
- 1 week-end : 140 € TTC

**Ateliers :** - une méditation bi-mensuelle est proposée à Billère par Isabelle De La Cruz (à son domicile), le mardi soir à 20 h, ouverte à tout le monde.  
- une méditation est aussi proposée par Sandrine Goudy (à son domicile à Bénéjacq), tous les mercredi à 21 h, ouverte à tous.

**Conseils / mode de vie :** Dans ses conseils pour l'alimentation, Marla insiste sur la nécessité que les repas soient pris entre 6 h du matin et 6 h du soir, heures solaires. En hiver en France, cela veut dire entre 7 h et 7 h, heures légales, ce qui n'est pas toujours facile à respecter selon les activités.

Nous allons bientôt retrouver l'heure d'été (fin mars). Les limites conseillées seront alors 8 h - 8 h.

Au delà de 18 h solaires, notre corps physique passe dans sa phase de régénération. C'est pour ne pas contrarier cette action qu'il faut que le repas du soir soit terminé vers 18 h. Sinon, cette action naturelle de régénération est raccourcie ou empêchée, d'où une accumulation de toxines dans le corps, et en conséquence une fatigue supplémentaire.

**Site internet de Medicina Integral :**

<http://www.medicinaintegral.com/> vous pouvez visiter le site principal, il est très bien fait (mais il est en espagnol !), en cours d'achèvement.

<http://groups.msn.com/FamiliaQuantica/shoebox.msnw> Ce site comprend certaines parties en français.

**Diaporama :** Et pour finir, je vous propose un petit diaporama intitulé : Le Menuisier. Votre ordinateur le lira automatiquement s'il est équipé du logiciel Power-Point (de Microsoft Windows).

Si vous n'en êtes pas équipés, vous pouvez charger gratuitement un logiciel de lecture à l'adresse ci-dessous :

-----  
Ceux qui n'ont pas le logiciel PowerPoint peuvent télécharger gratuitement la visionneuse en allant sur

<http://office.microsoft.com/downloads/2000/Ppview97.aspx>

Et vous arrivez chez Microsoft

Pour PC.

Allez droit dans le carré (Download ) vous choisissez la langue française et GO...

Vous avez les instructions en bas de page, en français.

Puis cliquez sur Télécharger et vous téléchargez gratuitement la visionneuse PowerPoint.

Pour Mac.

Allez et cliquez sur Macintosh & autres plateformes (à gauche) et GO.

Allez dans recherche et téléchargement mettre PowerPoint... Et GO.

Allez sur Visionneuse Microsoft PowerPoint 97 (version 2000) et GO ...

Vous téléchargez gratuitement la visionneuse PowerPoint pour Mac.

Et une fois installé sur votre ordinateur vous pourrez visionner les diaporamas  
-----

Si vous avez des idées, des suggestions, des informations à faire paraître dans le prochain bulletin, merci de nous en faire part en écrivant à l'adresse suivante : <bulletin@etoileberger.com>

Amitiés à tous et à bientôt, dans le prochain bulletin.

Daniel Harran