

# Martine MÉNARD

**Libérez-vous de votre dépendance à l'ALCOOL !**

**Faites-vous aider et retrouvez votre LIBERTÉ !**



*Demandez l'aide précieuse des Forces COSMIQUES  
conjointes à L'AUTOSUGGESTION  
et restez définitivement sobre !*

*N°7 de la collection :  
« Les Forces COSMIQUES au service de votre SANTÉ ! »*

## **AU SOMMAIRE**



- **MISE en GARDE**
- **AVANT-PROPOS**
- **INTRODUCTION :**
- **À SAVOIR QUE :**
- **LA SANTÉ... vaste sujet**
- **La LUNE et ses bienfaits**
- **Quelques règles à RESPECTER**
- **CHAPITRE I : L'INFLUENCE de la LUNE**
  - Calendrier (exemple)
- **CHAPITRE II : VOTRE Ange Gardien à découvrir**
- **CHAPITRE III : Comment invoquer...**
- **CHAPITRE IV : LA PRATIQUE**
  - PARTIE 1***
    - Prière à chacun des 72 anges
    - Suggestions de demandes

Prière aux Anges GUÉRISSEURS  
INVOCATIONS aux Forces Cosmiques

***PARTIE 2***

Formules MAGIQUES d'autosuggestion  
Formules MAGIQUES du BONHEUR  
Prière aux SAINTS GUÉRISSEURS...

**Petites prières d'urgence**

➤ **CHAPITRE V**

Auto-analyse ...  
Vos réflexions  
CONCLUSION

➤ **CHAPITRE VI**

Photocopies de lettres...  
Autres collections similaires  
Autres ouvrages de la même auteure  
Autre auteur à découvrir



## **Commentaires de l'auteure**

- Écrire ce livre m'a tenu tout particulièrement à cœur ! Trop de personnes dans mon entourage proche **sont décédées à cause de l'alcool !**

- Je n'ai pas su leur venir en aide : trop jeune pour certains, manque de connaissance dans le domaine pour les autres...

- Cette maladie est une **souffrance réelle** pour celui qui la vit, comme pour son entourage. J'ai vu et vécu les dégâts que cela engendre ! C'est pourquoi, ne pouvant revenir hélas en arrière pour les aider, j'espère qu'au travers de ce livre, avec ces prières inspirées par nos amis de l'invisible, je pourrai au moins « sauver » 3 personnes !

- Puisse le PÈRE vous entendre et vous apporter la force et la détermination dans votre combat.

- Que les Anges et Archanges vous libèrent à tout jamais de ce démon...

- Mes prières vous accompagnent...

Martine.

## **MISE EN GARDE !**

**Ce livre est réalisé dans le but de demander  
l'intervention**

**des Forces COSMIQUES,  
pour surmonter un problème de santé.  
Plus particulièrement dans le cas présent,  
*Lutter et triompher*  
*de votre addiction à l'ALCOOL !***

**Il n'est pas adapté pour un autre cas,  
ni pour AUTRUI !**

**- Pour un AUTRE problème d'ADDICTION...**

***ou***

**- Pour aider AUTRUI à surmonter son addiction...**

**☞ Rendez vous sur le site de la Maison d'ÉDITION**

**<https://www.bod.fr/>**

**À la rubrique : «LIBRAIRIE »**

**➤ dans toutes catégories, taper : *Martine MÉNARD***

**Vous y trouverez les sujets déjà traités  
et disponibles à la vente.**

**(Longue liste en prévision - *voir fin de ce volume*).**

**N'hésitez pas à consulter  
les *Éditions Bod* régulièrement pour vous informer  
de la sortie de chaque nouveau TITRE !**

**A savoir que :**  
**dans la majorité des cas, chaque livre**  
**de cette collection pour « *SOI* »**  
**est établi aussi sous la forme**  
**« *pour AUTRUI* ».**

## **AVANT-PROPOS**



- Après la collection (mère) : «*Demandez & vous recevrez*» se présentant en 5 volumes distincts et proposant un nombre substantiel de vœux à réaliser, de problèmes à résoudre..., mais en ***n'invoquant que*** :

➤ Les Anges pour le **N°1...** son titre :

***Les ANGES EXAUCENT NOS VŒUX !***

➤ Les ARCHANGES et ESPRITS de la Nature pour le **N°3...**  
son titre :

***ARCHANGES & ESPRITS de la NATURE à votre SECOURS !***

➤ Les SAINTS pour le **N°4...** son titre :

***INVOQUEZ les SAINTS... Ils prieront pour VOUS !***

***- En ne pratiquant que :***

➤ L'AUTOSUGGESTION pour le **N°2...** son titre :

***CE QUE VOUS DÉSIREZ...OBTENEZ-LE !***

***- En ne réalisant que :***

➤ TALISMANS & PENTAGRAMMES pour le **N°5**

Son titre :

***CRÉATION d'un TALISMAN***

***Le coup de pouce À votre SOUHAIT !***

- Je vous propose cette nouvelle collection :

***« Les Forces COSMIQUES***

***au service de votre SANTÉ ! »***

sous la forme contraire... *soit...*

- des livrets concentrant un *travail complet\** d'un seul cas bien spécifique !

- en réunissant la *partie correspondante* retirée dans chacun des tomes Numéros 1 - 2 - 3 - 4 de la série (*mère*) (cités ci-dessus).

- Si vous êtes en possession de la (*ou d'une partie de la*) collection : « *Demandez & vous recevrez* » vous constaterez que certains paragraphes sont quasiment identiques ! telle que l'introduction (+ ou - réduite), ainsi que le chapitre II qui est la copie des chapitres II du livre N°1, se référant aux 72 Anges GARDIENS, puisqu'il vous faut, dans un premier temps, connaître le NOM de celui qui veille sur VOUS !

- Pour ce qui est du TALISMAN et/ou PENTAGRAMME, il n'est pas ajouté à ces prières.

- Cependant, si vous souhaitez le réaliser vous-même vous trouverez \*celui qui correspond à votre cas dans mon livre N°5 « ***CRÉATION d'un TALISMAN, Le coup de pouce À votre SOUHAIT !*** »

☞ **Son NUMÉRO de réalisation dans (le livre N°5)  
de la collection « *demandez et vous recevrez* »  
est le N°49-san**

« *VAINCRE DÉFINITIVEMENT  
votre DÉPENDANCE à l'ALCOOL...* »



# INTRODUCTION



➤ À l'aube de ma retraite, j'ai mis ces collections en route, pour qu'après, plus de 27 ans d'expérience, grâce à mes connaissances, mon vécu, mais aussi l'usage de mes travaux, *vous puissiez solutionner vos problèmes, réaliser vos vœux...*). Travaux qui, pour grand nombre de mes clients, au cours de ma carrière, ont porté leurs fruits. Et pour que mon savoir et mes acquis ne tombent pas dans l'oubli... j'ai décidé, au travers de ces livres et livrets (*pour cette série*), de continuer de vous aider à réaliser vos souhaits, à surmonter vos soucis, à être fort(e) face aux épreuves, à voir la vie différemment...

➤ **Cette collection**, pour vous permettre de soulager vos maux et douleurs tant physiques que morales, retrouver forme et force, ne fait pas de promesses, mais si vous mettez en pratique les conseils fournis, si votre foi et votre persévérance dans la prière sont à la hauteur de votre souhait, votre vie peut s'en trouver grandement améliorée, voire et **pourquoi pas, guérir TOTALEMENT (pour autres cas...)** malgré parfois le pessimisme des médecins.

Les MIRACLES existent, croyez-y !

➤ Les MÉTHODES que je vous propose, ont fait leurs preuves ! Grand nombre de clients ayant sollicité, par mon intermédiaire, l'aide de **leur ANGE Gardien et de leurs FRÈRES spécialistes, celle des ARCHANGES et des ESPRITS de la Nature - des SAINTS de L'Église** (*pour ceux qui y croient*) - **lu les formules MAGIQUES** d'autosuggestion (pour soi) *ou de suggestion POSITIVE*

**(télépathie) et d'influence PSYCHIQUE à distance pour AUTRUI... - réalisé des TALISMANS & PENTAGRAMMES** (*facultatifs bien que conseillés*), ont retiré les bienfaits attendus, car...

**AUCUNE DEMANDE NE RESTE VAINES !**

***(Bien qu'elle puisse revêtir une réponse différente\* !  
à court - moyen ou long terme !)***

**(\*photocopies de lettres manuscrites au chapitre VI)**

## **À SAVOIR QUE :**

➤ **Les ANGES** sont des ÂMES pures qui n'ont jamais été incarnées (*au contraire des Saints*). Ils reçoivent les enseignements des ARCHANGES et sont très dévoués pour nous venir en aide si nous leur demandons !

- Chaque ANGE nous transmet des forces bien déterminées, celles qui émanent des degrés du ZODIAQUE, qu'il régit à partir de son domicile (*décan astrologique*) et celles qui émanent de l'ARCHANGE régissant le CŒUR ANGÉLIQUE auquel l'Ange GARDIEN appartient.

- La prière est un acte d'Amour puissant, qui sublime l'être humain. Elle nous permet d'entrer en communion avec des ÊTRES SUPÉRIEURS pour converser avec eux afin de nous purifier des préoccupations immédiates, de recevoir d'EUX les pouvoirs et les dons, d'évoluer spirituellement, moralement et matériellement.

- **L'ANGE GARDIEN** est toujours bienveillant, avec un fervent désir de venir à notre secours. Les ANGES GARDIENS «*travaillent*» à la réussite de l'Œuvre DIVINE, et à celle des humains, enfants du PÈRE. Nous devons nous adresser à notre Ange Gardien en toute circonstance comme à un véritable ami, en LUI expliquant clairement et sincèrement le sujet de notre demande ; puis, nous LUI demandons de nous inspirer la meilleure façon d'agir pour obtenir des résultats concrets.

- Pour obtenir les dons et pouvoirs des **ANGES SPÉCIALISTES**, vous devez LEUR adresser votre demande tout simplement en passant par l'intermédiaire de VOTRE Ange.

➤ Les **ARCHANGES**, dans la hiérarchie « arrivent » après LE PÈRE. Ce sont des ÂMES pures qui n'ont jamais été incarnées. Ils sont remplis d'amour et sont très puissants.

- Les **Esprits de la NATURE** vivent parmi nous ! et si l'on est très attentif, on peut les voir ! une pierre qui prend la forme d'un visage, un brin d'herbe ou une fleur qui bouge alors qu'il n'y a aucun courant d'air... gardez l'esprit ouvert, car ils sont là, tous près de nous. Donc, respectons et aimons la NATURE !

➤ Les **SAINTS** sont des ÂMES incarnées qui ont fait beaucoup de bien de leurs vivants. Ils ont traversé de grandes épreuves et malgré les supplices qu'ils ont subit, ils n'ont jamais renié leur foi, ils ont gardé une confiance inébranlable en DIEU. Ce sont des Âmes qui travaillent pour l'amour du PÈRE et qui prient pour nous, si nous leur faisons notre demande.

➤ Chaque SAINT & SAINTE est spécialiste dans un domaine. Les invoquer, c'est demander leur aide afin de résoudre une difficulté. Ils sont toujours là pour nous guider ! Comme les Archanges, les Anges, les Esprits de la Nature... **les SAINTS** entendent notre appel et sont toujours disposés à nous apporter réconfort et soutien.

➤ **Le pouvoir des FORMULES « magiques »  
D'AUTOSUGGESTION ou de TÉLÉPATHIE\*.**

*(\*Pour le cas de demande et de travail de prières  
à l'intention d'AUTRUI)*

- Lisez chaque phrase attentivement, à haute voix si vous le pouvez. Répétez-la intérieurement !

- Vous pouvez recopier les phrases (qui vous attirent le +) sur un bristol (petites fiches en carton de couleurs) en phrases individuelles que vous pouvez éventuellement

porter sur vous ou les accrocher - Faites-en des thèmes de méditation : en voiture, en train, sur la plage... ou lorsque vos pensées vagabondes.

- Comptez au moins 28 JOURS (voire 50 !) pour laisser opérer la magie de la télépathie.

- Ces phrases agiront dans votre esprit comme des **PENSÉES AUX POUVOIRS MAGIQUES !**

- C'est ce que j'appelle les «**FORMULES MAGIQUES DU BONHEUR !**»

- Ces feuillets de PENSÉES POSITIVES sont comme une LAMPE D'ALADIN, prête à exaucer tous vos souhaits. Pour cela il vous suffit de les lire et relire.

- Considérez ces feuillets comme une GRANDE PRIÈRE enthousiaste, confiante en la vie et pleine de gratitude.



## ☞ **LA SANTÉ... vaste sujet !**



- C'est pourquoi, **plusieurs ouvrages vous sont proposés,**

en fonction des problèmes de santé.

Tout comme un traitement pour **la grippe**

ne vous guérira pas **d'une angine...**

- **Certaines prières adaptées pour un problème d'addiction à l'ALCOOL**

**n'auront pas l'effet escompté pour une addiction**

au tabac, à la drogue, aux médicaments, aux jeux...

*(Chaque dépendance est traitée différemment).*

➤ Ce procédé vieux comme le monde est naturel à 100%  
**et sans effets secondaires ni indésirables !**

Cependant, tout traitement médicamenteux,

suiivi médical et psychologique *(éventuels)*

doivent être poursuivis en parallèle !

La prière n'est nullement contre-indiquée

avec une consultation avec un professionnel de la santé,

mais peut être un excellent complément !

➤ **L'addiction est surtout d'ordre PSYCHOLOGIQUE...**

Il est important de trouver au plus profond de soi

la raison de cette dépendance...

**Pourquoi plusieurs traités et non un seul ?**

- Comme pour la médecine traditionnelle, certains médecins et chirurgiens ne traitent que certaines maladies, ils se sont spécialisés dans tel ou tel cas... Il en va de même pour les Anges - Archanges - Saints... **GUÉRISSEURS !**

...mais aussi en fonction de l'influence **de la LUNE...**

## L'INFLUENCE LUNAIRE et ses bienfaits !



*Chaque lunaison interagit sur la santé,  
qu'elle soit de nature  
PHYSIQUE ou PSYCHOLOGIQUE*

- En cas d'**addiction**, faisant partie du PSYCHISME,  
La LUNAISON utilisée n'est pas la même  
que pour un problème PHYSIQUE.

Tout comme :

- Pour **calmer les douleurs**,
  - la LUNAISON ne sera pas la même  
que pour **stimuler les muscles**.
  - De même, pour **calmer les insomnies**,  
la LUNAISON sera différente de celle pour  
**combattre la fatigue**.
- etc.

C'est pourquoi, **des prières faites en bonne lunaison**,  
en feront toute la différence !



## **Quelques règles à respecter !**



**1/ N'UTILISER** ce livre uniquement qu'en CORRESPONDANCE avec le cas auquel il est attribué. L'utiliser pour un autre cas n'apporterait pas le résultat espéré.

**2/** Ce livre **est adapté pour un usage PERSONNEL**, il ne convient pas pour venir en **AIDE à AUTRUI !** dans ce dernier cas, afin d'éviter des désagréments, tel que se charger des ondes négatives de la personne pour qui l'on prie, des recommandations s'imposent, et la pratique se distingue par une démarche différente auprès des Forces COSMIQUES.

(Voir collection : « *Recommander la GUÉRISON d'AUTRUI aux Forces Cosmiques !* »)

**3/ La PRIÈRE est un acte de recueillement.** Nous entrons, par l'intermédiaire des Forces COSMIQUES en relation avec Dieu... Elle doit être pratiquée dans le calme et humilité.

- Ce livre vous donnera les moyens d'entrer en communion avec les Forces BIENVEILLANTES afin d'être actif(ve) dans votre souhait.

**4/ CROIRE en ce que vous faites...** Ne doutez pas ! Visualisez-vous fier(e) d'être en présence d'une personne qui boit un verre de vin (ou autre), et que cela laisse indifférent(e). N'ayez que des pensées positives, repoussez celles négatives qui vous assaillent. Elles n'ont pas de place dans votre esprit ! Elles ne servent qu'à alimenter vos tentations et votre découragement. Les refuser, c'est tenir

bon. Donc, restez confiant(e) coûte que coûte !  
PERSÉVÉREZ, résistez aux petites voix tentatrices, le combat commence, soyez le VAINQUEUR ! la récompense sera à la hauteur de vos efforts.

**5/ MÉDITATION :** « *Je dis NON à l'obsession de boire, NON à la tentation, NON à la dépendance, NON au verre proposé... Je dis OUI à la VIE, OUI à ma liberté face à l'alcool, OUI à mon indépendance et bien-être ...»*

**6/ PERSÉVÉREZ ...** Donnez du TEMPS au TEMPS !

**Étant du domaine**  
**SANTÉ PSYCHOLOGIQUE...**

➤ **Lutter contre l'addiction à L'ALCOOL !**



- Vous avez pris conscience de votre dépendance à l'alcool et je vous en félicite, car il n'est jamais facile de reconnaître ses faiblesses. Et si vous avez ce livre entre les mains, c'est que votre intention de vous sortir de cet enfer est réelle.

-\*Vous entamez alors un dur combat contre l'alcool ! Ne soyez pas trop strict avec vous-même ! Il vous faut changer vos habitudes et surtout vos FRÉQUENTATIONS !

- « *Une personne qui se met à l'abri des tentations et parvient à s'éloigner des amis avec lesquels elle avait l'habitude de consommer diminue fortement le risque de rechute* » tel est le constat du Dr C. Uehlinger, psychiatre et addictologue.

- Changer vos fréquentations veut dire aussi : se couper du monde ! ou du moins des personnes qui comme vous consomment, offrent leur tournée, et ceci permet(tait) d'occuper des soirées ! Bien sur, au début, ce sera pesant ! mais pensez à votre nouvelle image ! Celle d'une femme (d'un homme) sobre et qui a ENFIN une conversation avec autrui cohérente, dénuée de sens, et dont la compagnie sera appréciée.

- Vous ne serez plus cet « ivrogne » vulgaire et sans intérêt, celui (celle) qu'on invitait plus, car vous faisiez honte à votre entourage.

- Faites-vous de nouveaux amis ! Le jeu en vaut la chandelle ! mais c'est **vous-même** qui devez envisager votre propre sevrage. Cette condition est une étape

incontournable, pour réussir, car, pour sortir de l'alcoolisme, il vous faut vous remettre en question, vous auto-analyser, apprendre à changer de vie, à modifier votre rapport aux autres... donc être prêt(e) à faire le nécessaire et avoir conscience qu'il y a un problème. Mais se désintoxiquer de l'alcool est une démarche difficile, il vous faudra lutter, être fort(e), ne pas avoir honte de demander de l'aide (tant à l'entourage, aux professionnels **qu'aux Forces de l'invisible.**) S'inscrire et aller régulièrement aux **AA**. Car il y aura toujours des situations à hauts risques ! Vous devrez fuir les personnes qui boivent beaucoup, car se mettre à l'abri des tentations set réussir a s'éloigner des relations avec lesquelles vous aviez l'habitude de boire diminuera fortement vos risques de rechute.

- **La rechute n'est pas rare**, il sera peut-être nécessaire de renouveler cette démarche 3 à 4 fois. Ne culpabilisez pas, ne vous découragez pas ! ce sont des phases incontournables. Vous **allez Y ARRIVER ! Il y aura des « dérapages », c'est humain ! l'important c'est cette détermination, cette volonté d'en venir à bout**, coûte que coûte. Ne vous est-il pas déjà arrivé de ne pas réussir dans un projet, tel que : rencontrer l'amour ? Vous êtes-vous arrêté(e) au 1<sup>er</sup> échec ?

Chercher du travail, avez-vous cessé de prospecter au 1<sup>er</sup> refus ? La VICTOIRE est au bout du chemin, cela prendra le temps qu'il faudra, mais si vous ne baissez pas les bras, vous allez en sortir victorieux(se). (*Voir maximes page →*).

- La désintoxication n'est pas la seule étape importante pour mettre fin à votre dépendance. Projeter l'interruption de sa consommation et prévoir l'après sevrage permet d'accroître vos chances de succès. Il s'agit d'un développement de réflexion intégrale.

- **La première étape** consiste à approfondir votre motivation. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises raisons

pour cesser. Comprendre celles qui vous stimulent vous aidera à mieux préparer ce moment.

- À ce propos, un chapitre d'auto-analyse pour permettre cette interrogation personnelle. Car rester motivé(e) est l'atout primordial. (Voir page →)

- **La seconde étape** doit faire naître en vous ce désir de mettre en avant les changements nécessaires à l'arrêt d'alcool. Car, des crises d'anxiété, telle qu'une sensation de vide ou l'impression d'être perdu(e) sont des sentiments excessifs pendant les phases de sevrage. Votre mode de vie va aussi être amené à changer: les lieux ou vous vous rendiez par habitude, les personnes que vous fréquentiez lorsque vous buviez... vont devenir des situations à risque, donc à éviter. C'est aussi le moment pour vous de réfléchir à la vie que vous aimeriez vivre.

- Vouloir arrêter de boire seul(e) sans aide extérieure, est possible mais risqué, car les dangers liés au syndrome de sevrage peuvent se révéler élevés, occasionnant des troubles plus importants que les symptômes habituels dus au manque d'alcool. Multiplié, ce stress peut conduire à des hallucinations, des convulsions, aller jusqu'au delirium tremens, trouble pouvant être mortel qui exige un impératif médical.

- La continuité de la sobriété s'organise jour après jour. **Chaque journée passée sans alcool est une nouvelle victoire.** Faire abstinence est une action difficile à enclencher, mais elle vous permettra petit à petit de retrouver une belle image de vous-même, et voir le regard nouveau que votre entourage vous porte. Sans oublier la modification vers l'épanouissement de la relation avec vos proches C'est pourquoi, même si votre motivation est déterminante dans votre guérison, il est capital de vous faire aider, surtout si vous ressentez des envies irrésistibles de boire.

- Donc, en parallèle de ces prières, l'écoute et le suivi psychologique ont une importance primordiale dans votre prise en charge, alors que la prise de médicaments contre votre addiction, elle, n'est qu'un complément.

- Aller régulièrement à des réunions régulières et suivies aux **Alcooliques Anonymes**, n'est pas une démarche honteuse, mais remarquable, Elle prouve votre réelle envie de vous en sortir ; Alors, **allez-y la tête haute !**

- L'alcoolisme est une MALADIE et non une tare ! Bien souvent, incomprise par l'entourage qui souffre également et qui subit malgré lui, cette dépendance.

- Demander de l'aide n'est pas une faiblesse, bien au contraire ! Ne restez pas seul(e) avec votre détresse ! En fonction de votre volonté, de votre capacité à résister, le sevrage peut vous être proposé en première intention, en ambulatoire: vous n'êtes pas hospitalisé(e) mais suivi(e) par votre médecin de famille ou bien un addictologue, ou encore, une hospitalisation peut être proposée en unité spécialisée. Ce qu'on appelle un sevrage "résidentiel".

- **Cet ouvrage sera donc, en parallèle d'une aide professionnelle, un soutien complémentaire IMPORTANT dans vos périodes de solitude, quand vous serez face à vous-même, au sortir d'une cure par exemple. Il vous transmettra force, courage, motivation dans votre combat. Bien que votre volonté est, je ne doute pas puissante, vous battre seul(e) serait un défi trop intense à relever.**

Il est dit : « AIDE-TOI, et le CIEL T'AIDERA !

- Dans votre cas, il faut penser :

*« Je me fais AIDER par des PROFESSIONNELS  
et les FORCES COSMIQUES*

*me seront d'un secours précieux en complément ! »*

- Que le PÈRE et les Forces bienveillantes vous soutiennent dans votre combat et vous permettent de sortir définitivement de votre prison...



**...Et afin de bénéficier au maximum de cette  
AIDE précieuse,  
vous devrez RESPECTER :**

### **La LUNAISON et le nombre de jours**

➤ Votre DÉMARRAGE **de prières**  
peut se faire à n'importe quel moment du mois,  
du moment que vous êtes PRÊT(E).  
Cependant, vous devez pratiquer jusqu'à la veille de la 2<sup>e</sup>  
**LUNE**

● (soit un minimum de 50 jours...)

➤ Si ces 50 jours ne suffisent pas...  
CONTINUEZ un nouveau cycle complet.

**Quand vous vous sentirez assez fort(e) pour résister,**  
maintenez chaque mois,

les jours entre **LUNE ●** à **LUNE ☽**

Ainsi que

chaque **MARDI - SAMEDI - DIMANCHE**



Pour votre facilité,  
(voir calendrier exemplaire page →)

À noter que, vous pouvez SÉPARER  
la **PARTIE (01) : ANGES et ARCHANGES**  
de la **PARTIE (02) : FORMULES d'AUTOSUGGESTION.**

L'une **le MATIN** et l'autre **le SOIR.**

**Je vous conseille, dans ce cas, de lire  
les FORMULES *le MATIN.*  
Ainsi au cours de la journée,  
elles vous reviennent à l'esprit et vous stimulent.  
*Les ANGES & ARCHANGES...*  
peuvent vous influencer positivement dans votre  
sommeil.**

*Ou*

- Faire le TOUT à l'heure qui vous convient dans la journée ! Chez vous, dans votre voiture, au bord de la mer... peu importe l'endroit ! **L'IMPORTANT**, c'est d'avoir la certitude de ne pas être dérangé(e) (pendant ¼ heure environ.

- Débranchez le téléphone, fermez la porte...
- Vous pouvez allumer une bougie...

- **NOTA :** *Même quand vous aurez atteint votre BUT,  
continuez les prières en respectant les LUNAISONS,  
au moins pendant 6 MOIS ! ensuite, encore 6 autres mois,  
chaque **MARDI - SAMEDI - DIMANCHE.**  
**Car le moindre stress, une mauvaise nouvelle, une  
rupture...***

Tout comme : ***un événement familial, des retrouvailles***  
(ça se  
fête !)... ***et tout serait à refaire !***

Pourquoi ces 3 jours ?

- **MARDI...** influence de **MARS**  
(Énergie - action - volonté...)
- **SAMEDI** influence de **SATURNE**  
(Maintien des bonnes résolutions...)
- **DIMANCHE** influence du **SOLEIL**  
(Bien-être...)



# **CHAPITRE I**

## **L'INFLUENCE de la LUNE**

