



Par **Marie-Josée Arel**

Auteure et conférencière

**POUR MIEUX LA CONNAÎTRE**

Marie-Josée Arel est auteure de deux bestsellers québécois *L'effet Popcorn, tome 1* et *Dieu s'en moque*. Elle est aussi conférencière et chroniqueuse de spiritualité sur son blog [mariejoseearel.tv](http://mariejoseearel.tv)

**L'effet Popcorn, tome 1**



Performance Édition

**Dieu s'en moque**



Québec Amérique

**Information:**

[www.mariejoseearel.tv](http://www.mariejoseearel.tv)

Chose certaine, une quête d'identité et de sens nous ramène toujours à *plus grand que soi*.



**Êtes-vous préoccupé par de grandes questions existentielles du genre: «Est-ce que Dieu existe? Quel est le sens de cette vie? Qu'arrivera-t-il après la mort?» Rassurez-vous, vous n'êtes pas seul!**

**Nous** possédons tous une capacité de transcendance et c'est précisément ce en quoi consiste la dimension spirituelle de l'être humain.

Chaque fois que vous aspirez au dépassement, au bonheur, chaque fois que vous voyez au-delà des apparences, chaque fois que vous vous questionnez sur le passé, *vos origines*, et l'avenir, *votre finalité*, c'est votre côté spirituel qui opère.

**Pour moi, Dieu c'est...**

Naturellement, votre caractère transcendant s'exprime aussi dans votre relation à la Transcendance. En des mots simples: vous avez une idée sur Dieu, des croyances à son égard et une façon de traiter avec lui. Oh, peut-être n'aimez-vous pas le terme «Dieu»? Avouons que ce mot rebute bien des Québécois, particulièrement les *baby-boomers* qui en ont une perception plutôt négative. Oui, l'Église austère d'autrefois lui a fait une sale réputation...

Punisseur. Juge de l'humanité. Celui qui envoie des épreuves tout en nous donnant la force de les traverser. Être suprême en autorité à travers le pouvoir des religions. Volonté extérieure qui permet le malheur pour notre plus grand bien. Honnêtement qui voudrait d'un tel Dieu? Pas étonnant qu'avec la Révolution tranquille des années 60 beaucoup ont déserté non pas seulement les églises, mais aussi leur propre relation au divin. Du coup, nous avons évacué le religieux ET le spirituel de notre mode de vie.

**Séparer le bon grain de l'ivraie**

Cinquante ans plus tard, cette crise nécessaire commence à porter ses fruits. De plus en plus, les gens font la distinction entre religion et spiritualité. Nous avons compris que la religion doit être au service de notre vie spirituelle et non l'inverse. Tout comme il est possible d'être actif spirituellement sans appartenir à une religion. Les gens ont aussi commencé à séparer Dieu de la religion, enfin! À tel

point que plusieurs se sont permis de repenser le concept et de le renommer.

Depuis quelques années, n'est-ce pas très tendance de rebaptiser Dieu? La Vie, l'Énergie, l'Univers, la Lumière, l'Amour, la Conscience, etc. Autant d'expressions significatives qui plaisent et dépeignent différents visages du divin. Mais que se passe-t-il réellement quand une personne sent le besoin de changer le nom de ce qu'elle avait toujours appelé ou connu sous le nom de Dieu? Vient-elle de faire une découverte révolutionnaire?

**Grandir spirituellement signifie devenir autonome, c'est-à-dire de cesser de vivre à partir des croyances des autres pour enfin vivre selon des croyances qui ont du sens pour nous. Terminé le temps où l'on remettait aveuglément notre âme entre les mains des autorités religieuses!**

#### **Libre, jusqu'au bout!**

Souvent, elle ne fait que redéfinir son rôle. Le terme *Dieu* évoque des croyances ou des perceptions auxquelles elle ne veut plus adhérer. Elle a besoin d'un second souffle dans sa vie intérieure. Alors, à travers une nouvelle appellation, elle lui donne une nouvelle fonction. Or, rien ne nous empêche de revisiter le rôle de Dieu sans lui donner un autre nom pour autant. Il suffit d'admettre que le divin n'a d'autre mandat que celui que nous lui assignons. La grandeur de notre liberté est telle que nous pouvons faire de Dieu ce que nous voulons. Il accepte qu'on le déguise, qu'on le maquille, qu'on lui prête des mots et des intentions.

Chose certaine, une quête d'identité et de sens nous ramène toujours à *plus grand que soi*. Une spiritualité saine et tonique permet

de questionner le rôle donné à Dieu ainsi que les idées que nous entretenons à son sujet. Nous avons le droit et le devoir de redéfinir ce qu'il représente *pour nous*. Notre perception doit évoluer continuellement sinon c'est le cul-de-sac. Je crois que la vie spirituelle se doit d'être une chose excitante et cela n'est possible que si le dieu auquel nous croyons est attirant. Il doit provoquer en nous de légers frémissements, une petite chair de poule, un cœur chaud, des sensations agréables!

#### **Si nous évoluons, notre vision évolue aussi!**

Personne ne possède le monopole de Dieu. Voilà pourquoi vous avez la permission de le repenser. Mettez aux poubelles les visions négatives que l'on vous a transmises. Si vous le voyez comme une menace ou un obstacle, ne laissez pas ce triste héritage envahir votre vie intérieure. Contestez et remettez en question chaque croyance reçue à son égard. Allez-y, jouez les rebelles!

Nous reconnaissons que les différentes dimensions de notre personne suivent un processus de croissance et d'évolution. Notre corps, notre intellect, notre dynamique psychologique se maintiennent dans un mouvement de changement. Pourquoi la dimension spirituelle de notre être serait-elle la seule à stagner et à échapper à la progression?

Grandir spirituellement signifie devenir autonome, c'est-à-dire de cesser de vivre à partir des croyances des autres pour enfin vivre selon des croyances qui ont du sens pour nous. Terminé le temps où l'on remettait aveuglément notre âme entre les mains des autorités religieuses!

#### **Dieu s'en moque...**

Malgré tout ce bla-bla de ma part, vous n'êtes pas plus à l'aise avec le mot Dieu? Ne vous en faites pas. Quel que soit le nom qu'on lui donne, Dieu s'en moque éperdument. Certes, nous avons besoin de le nommer, de dire ce qu'il est pour le rendre concevable à notre esprit. Mais il pourrait être une marque sans-nom, un Dieu «no name», que cela lui serait égal. Ça ne change rien à ce qu'il est. Plus novateur que la nouveauté elle-même, il ne saurait s'offusquer que nous cherchions à le redécouvrir, à le redéfinir. Lui, l'Inconcevable, n'a pas fini de nous surprendre! 🍷



**SHARMAKAYA**

**Pilier Holistique  
Basses Laurentides**

#### **BOUTIQUE**

*Cristaux, Encens, Anges,  
Bijoux, Déco ...*

#### **SOINS SATYA**

**ÉNERGÉTIQUE :**  
*Essence Chamanik, Reiki  
Litho thérapie ...*

#### **THÉRAPEUTIQUE :**

*Massinergie, Tao Shiatsu ...*

#### **ACADÉMIE SHÉKINAH**

**FORMATIONS HOLISTIQUE:**

*Psycho-spirituel &  
Praticien Thérapeutique*

**ATELIERS ALÉATOIRES :**

*Méditations, 3<sup>e</sup> Œil ...*

#### **SERVICE PÉRINATALITÉ & FAMILIAL**

**DOULA :**

*Cours Prénataux,  
Présence à l'accouchement  
Soutien Postnatal*

**TRÉSOR DE LA TERRE:**

*Ateliers pour enfants,  
Créativité, Méditation, Yoga*

#### **COLLABORATEURS :**

*-Rêves, Ateliers, Consultations  
Animatrice: Louise Marchand*

*-Rites Munay-Ki, Reiki Ma'heo'o  
Animatrice : Suzanne Landry*

*-Reconnexion 333, Guérison  
Messagère : Linda Mourand*

*-Analyse pH, Type Glandulaire,  
Naturopathe : Isabelle Langlois*

**Au plaisir  
de vous rencontrer!**

213 rue St-Eustache,  
St-Eustache J7R 2L8  
sharmakaya.com  
info@sharmakaya  
450-413-2422

**VIVRE, c'est...**

**Avoir une spiritualité qui a du sens, pour nous !**

Tout ce qui touche les questions de spiritualité fait partie de notre vie privée, de notre intimité. Personne n'a le droit de s'ingérer dans cet espace sacré sans y être invité. Personne n'a le droit de juger nos choix ni de vouloir nous influencer. La vie spirituelle, c'est une histoire personnelle.