



Just Sit

Illustrations and writing by Micheline Montgomery
Designed and edited by Kaja Montgomery

Available on Amazon.ca \$18.86 Canadian

About the book

This book was an opportunity for me to distill and express with art and words what can happen when you attempt to live with peace in your heart. From my own journey, I offer what has helped me to find peace. Just sit and enjoy what happens to you. Listen to the voice of silence. Allow things to be passed from heart to heart without words. And most importantly, take time to laugh.

Ce livre d'artiste est composé de 14 images de Bouddha peint en mix-média. Pour moi, l'acte de créer des peintures de Bouddha représente un symbole de paix. Quand je suis dans mon studio face à une toile blanche, je me vois souvent en train de peindre une image de Bouddha. Sans essayer de comprendre je me dis "ainsi soit-il" ...j'aime les Bouddhas!

About the author

How I embrace life is how I express it through art. What interests me is how we transform the simple ordinary moments, as well as the complexities of life's journey into peaceful, beautiful and meaningful works of art. This endless spiritual quest remains an ever exciting and magical path.

Mon art s'exprime par la façon dont j'embrasse la vie. J'aspire arriver à une création artistique serène et inspirante. Ce qui m'intéresse est la transformation de simples moments ordinaires, ainsi que les difficultés de la vie, en une oeuvre d'art serène et significative. Cette poursuite spirituelle infinie demeure toujours un cheminement magique et passionnant.