

SOURCE&RESSOURCE

La revue du mieux-être

N°1

printemps 2010



DOSSIERS:

- La femme créatrice
- Equinoxe du printemps: l'esprit de l'est
- La sonothérapie, La numérologie créative
- Agenda des stages

5,50 €

EDITO



Confortablement installées devant le poêle quand mars n'avait pas encore quitté les recoins de l'hiver, nous partagions le plaisir d'une pause et de la rencontre. Fondatrices de la revue, membres actives du forum du mieux-être, nous expérimentions combien dans la magie de l'instant, se crée le monde Nouveau. Oui, juste respirer, fermer les yeux, regard tourné vers l'intérieur, et ressentir dans l'ouverture à soi, le lâcher prise et la confiance combien, ce qui nous touche au plus profond, est l'expression de notre pouvoir créateur, cette force qui nous fait vibrer et fait vibrer le monde.

Comme les jeunes pousses qui pointent leurs fleurs à peine les frimas enfuis, nous revoilà donc porteuses de messages qui invitent à créer le rêve issu des profondeurs du sommeil hivernal.

Ce numéro de la revue est celui du temps du renouveau, de la naissance, du soleil qui se lève, sa direction sur la roue médecine : l'est, sa période : le matin à l'aube, il est porteur de lumière, de la vision de l'aigle... La fête de Pâques est le temps de festoyer après le grand nettoyage de printemps, intérieur, extérieur.

Cette aube nouvelle se lève sur la beauté d'un premier matin et jette un regard attentif à la femme qui crée.

Merci, à celles et ceux qui s'enthousiasment avec moi pour marcher dans la lumière.

P. BR

SOMMAIRE

Sommaire, Edito.....	2
Mettre ses rêves en marche.....	3
La nature, le sens, les éléments.....	7
Mieux-être et connaissance de soi.....	10
De toi à moi.....	11
Un pas sage.....	13
Abonnement, publicité.....	15
Paroles de sagesse.....	16



Publication trimestrielle
Editée par source&ressource
33 rue bastion de l'évangile 17000 la rochelle
Courriel forumressource@gmail.com
www.source-ressource.over-blog.com
Réalisation Patricia Baldy-Rivière
Graphisme Logo Julien Baldou
Maquette et mise en page Dominique Kerjean
Photographies Diane Manette, Maryline Gourdeau
Ont participé à ce numéro Colette Pichaud, Marie-Hélène Theil
Communication/abonnement Marion Levarenne
Tél. 06 16 89 84 90 / 03 40 60 67 35
Dépôt légal février 2010
ISSN: 2105-2006

*Goddess Knowledge Cards
Illustrations de Susan Seddon
Boulet.*

Texte de Michael Babcock

Symbole des trois aspects de la Grande Déesse, la Triple Déesse, trinité originelle, constitue la plus ancienne représentation de la divinité multiple. C'est une image universelle, un motif présent dans toutes les parties du monde. La déesse aux trois visages est étroitement associée aux phases de la lune : de même que la lune change d'aspect, la Grande Déesse endosse tour à tour ses nombreux rôles. La jeune fille, la mère et la vieille femme : tels sont le plus souvent les trois aspects de la grande divinité féminine. La jeune fille, déesse forte et individualisée ; la mère, divinité nourricière, la source de toute nourriture ; et la vieille femme, déesse de la mort et de la transformation. Ce symbolisme couvre l'activité de la déesse dans toutes les phases de l'existence : de la naissance à la mort et de la mort à la renaissance. La Triple Déesse réaffirme le caractère sacré de notre être, quels que soient notre âge ou le rôle que nous tenons dans la vie. Elle nous rappelle que sous ses nombreux visages, la Déesse est Une, à jamais présente et sacrée.

La femme Créative

La femme créative, quel délicieux pléonasme ! L'essence même de l'énergie féminine, du féminin sacré, n'est-elle pas à l'origine, ce merveilleux don de création ?

Depuis la nuit des temps, la femme est créative lorsqu'elle donne la vie, lorsqu'elle trouve par instinct les vertus médicinales de nos meilleurs alliés les plantes, lorsqu'elle met au service des autres ses talents de guérisseuse, lorsque chaque mois son corps se met au rythme de grand-mère Lune et se défait de tout ce qui n'est plus utile en elle.

La femme créative, c'est aussi l'artiste qui permet à son senti, à son essence de s'exprimer par le pinceau qui caresse la toile et les décrit en couleur ; C'est la sensualité de l'énergie féminine qui pétrie l'argile pour y mettre au monde une sculpture ou un objet empreint de symbolisme ; C'est une voix qui chante des mots d'Amour, d'Espoir et de Joie ; C'est une main qui joue du tambour sacré au rythme des battements de son cœur ou une bouche qui souffle une partie de son âme dans une flûte ancestrale taillée à même une branche de cèdre.

La femme créative est aussi celle qui se recrée à chaque nouvelle étape de sa vie dans ses rôles d'adolescente, de femme, de mère, de maîtresse, d'amies, de grand-mère et qui tente à chaque fois de rester reliée à son divin féminin, à sa Femme Sage.

Tout cela est la femme créative que je suis, que nous sommes toutes et je me compte privilégiée de vivre dans la conscience, le senti mais je suis aussi la femme qui trébuche, s'écarte régulièrement de son essence, traverse des doutes, des colères mais qui retourne toujours et de plus en plus vite à son bien-être, à son vrai soi, comme

on retourne avec délectation dans sa maison au coin du feu après une belle balade d'hiver sous -20 degrés.

C'est exactement ça ! Le chaud et le froid ! J'ai passé de nombreuses années à laisser le froid m'endormir mais depuis bientôt 15 ans, tout mon être réclame son dû de chaleur et je me goinfre goulûment de ce retour au coin de mon feu sacré...

Isa (Ashukan, Canada)



Être créateur, pour moi c'est être créatrice.

Anne Demortain Compositeur, interprète

Je vois le monde au féminin — c'est de la naissance. Dans toutes mes pratiques, je vis en féminine. Je vis la créativité au féminin.

La créativité, pour moi, c'est m'aventurer dans des chemins que je n'avais pas encore emprunté.

Tout dans ma vie peut m'amener à cette place.

Comprendre, améliorer, concevoir, construire, transformer, réparer...

Si je fais appel pour une part à mes connaissances et à mon passé quand j'agis, je m'ouvre aussi à l'intuition, en mettant ma confiance dans des potentiels insoupçonnés.

Je me sens créative lorsque j'accepte que le projet se transforme.

Lorsque, par exemple, je casse une pièce (je suis un peu menuisière), je peux toujours me dire : oh, c'est foutu... Ça ne me sert à rien, il faut tout refaire. La créativité alors, c'est choisir une autre voie. Je choisis de faire de cette difficulté une façon de rendre « l'œuvre » encore plus belle. De faire confiance en cette Terra incognita, qui est tout ce que je ne connais pas de la situation.

On ne connaît qu'une infime partie de ce qui se passe. On sait depuis peu combien notre présence et notre pensée influencent les

événements. M'ouvrir à la créativité, c'est inviter l'univers (!) à participer à ce que je suis en train de faire, faire une place à l'Inconnu, en étant convaincue que si moi

je ne sais pas, Lui saura

En écriture, j'ai quelquefois des inspirations qui tournent court... qui tournent en rond. Les rimes sonnent mais l'ensemble ne sonne pas, comme si quelque chose n'avait pas encore trouvé sa place.

Il faut parfois tout déconstruire, tout mettre à plat, oublier ce à quoi je tenais, renoncer à « des trouvailles », parce que la chanson ne fonctionne pas. Dans ce genre de chantier, je n'oublie jamais que la chanson aboutie, finie, existe ; elle existe réellement, ce qui me manque, c'est le chemin pour la rendre audible.

La créativité, c'est ce chemin. Je ne suis pas sûre que ce soit une qualité personnelle ; ce serait plutôt une acceptation, une description du résultat, pour suivre un mouvement qui m'échappait au départ.

Accepter de faire le chemin, sans savoir.

Au fond, c'est être vivante.

anne@anne-demortain.com

Depuis fort longtemps j'ai fait ce rêve d'éveiller les rêves, d'éclairer les jardins secrets et d'honorer les graines sacrées de la créativité. Il m'a fallu rencontrer mes propres éveilleurs, cheminer dans la forêt enchantée, me perdre et me retrouver pour enfin me reconnaître :



CHANTAL
BARRAUD

JE SUIS THERAPEUTE ET COACH DE VIE

J'accompagne des personnes dans leur démarche d'évolution personnelle ou professionnelle.

J'aide à révéler les forces et à se libérer des freins.

Je propose d'être à l'écoute de notre plus grand enseignant - le corps - et de rencontrer les histoires qui parlent en nous à l'aide d'images symboliques.

Je fais confiance à ce qui se passe et ce qui m'appelle, je me mets au service des énergies : mon corps vit les sensations.

Je suis en résonance, cet accompagnement parle d'amour et de fraternité.

Je réalise combien les mémoires des Grandes Mères me permettent de rencontrer l'enfant intérieur, de communiquer avec ce tout petit.

J'enseigne comment rencontrer cet enfant, l'écouter et le chérir.

Ecouter le corps c'est :

Etre en contact avec les sensations, accepter de vivre leurs mouvements et se libérer des mémoires émotionnelles.

Recevoir l'enseignement de l'âme qui écrit ses mots - maux dans notre chair.

Eveiller les énergies vitales endormies ou retenues.

S'ouvrir à la rencontre d'amour du ciel et de la terre au sein de nous

Femme créatrice

La femme est créatrice par essence. Créatrice de vie, créatrice de sens. Et toute création porte en elle l'amour et la projection de cet amour dans des actes. Que ce soit un repas, une œuvre artistique, l'éducation des enfants, la générosité... La création de la femme vient de sa capacité à écouter son intériorité, son intuition, capacité d'introduire une part affective dans ce qu'elle fait et surtout de savoir intuitivement accueillir. Elle va dans le sens de la transmission et replace l'humain au centre des décisions. Souvent co-créatrice dans une complémentarité avec les hommes. La vie de chacune est différente, unique. Nous avons en commun des passages : enfance, adolescence, âge adulte, maturité. Que faisons-nous de toutes ces possibilités qui nous sont offertes à chaque stade, chaque jour à chaque choix possible ?

La plupart des femmes, celles qui font le chemin de se trouver, de se décharger des fardeaux inutiles pour alléger leurs pas sur les sentiers de la vie, celles qui communiquent, parlent, écoutent, sont créatrices de liens, de partage. Des rencontres entre femmes, qu'elles se passent ici ou ailleurs, la complicité naît, des rires aussi et le partage de savoir faire.

En Occident la femme aurait besoin de plusieurs journées ou de plusieurs vies. Petit à petit elle impose son rythme, ses besoins pour l'équilibre de tous. En Orient, c'est à l'intérieur, cachée aux yeux du monde que sa volonté opère. Chacune, dans le regard de l'autre retrouve les secrets de la féminité partagée, retrouve le rêve d'un monde plus juste, plus solidaire, plus harmonieux. Un monde de respect de chacun, d'écoute où les femmes créatrices osent se servir de leur pouvoir et de leur force intérieure. Cette année 2010 est, en numérologie, une année 3, année d'expression, de communication et...de création, il semblerait que ce soit le moment de parler de la femme créatrice!

Daphné Rosenbom

cellules et accepter d'en être transformé.

Les images symboliques du tarot qui m'ont été données dans ma jeunesse avec le sens de la magie et du merveilleux sont les portes de la rencontre avec soi-même dans l'ici et maintenant.

La clé qui ouvre cette porte est l'imagination. Quand la porte est ouverte, nous vivons l'histoire, nous devenons ce roi fort, cette femme rayonnante ou ce petit enfant joyeux... nous pouvons nous réapproprier ces forces et ces qualités, les sentir vibrer dans notre corps et en nourrir toutes nos cellules. Des émotions que nous aurions voulu enfouir au plus profond de nous sont là ; les laisser s'exprimer libère notre être du poids de ses mémoires. Quelquefois aussi nous reconnaissons dans les personnages d'une grand-mère tant aimée, un voisin qui nous terrorisait ou cette mère qui ne nous voit jamais... nous leur parlons, nous leur disons notre amour, notre colère ou notre besoin d'eux et dans ce contact avec nos vrais sentiments nous renaissions à la vie.

Mon souhait aujourd'hui est de rendre accessible le coaching et le développement personnel au plus grand nombre de personnes quelque soit leur milieu social, culturel et professionnel.

Je fais ce grand et nouveau rêve que le développement personnel soit reconnu comme une activité au moins aussi importante que le sport, l'art ou la culture pour l'équilibre de l'être. Qu'il soit pratiqué dès l'enfance au sein de l'école pour développer l'amour de soi et de la vie, et permette à chacun de faire des choix personnels en toute conscience et autonomie.

Femme aile
Douceur
Sur la vie
Déplie ses voiles
En corolle
De chair
Lascives
Lentes ondulations
Qui invitent la
Nature au bal
De ton corps
La forêt seule
Semble complice
D'un secret
Entre toi et
L'amour
Femme elfe
Attentive au silence
Des fleurs
Vers quel rêve
Vagues tu
Sur ton ciel
De pétales.

Jean Michel BILVAO



Maryline Gourdeau Thérapeute

«Mémoires du corps»
Artiste

La Femme Créatrice est une Femme amoureuse de la vie, de sa Vie.

Elle va créer la magie dans les actes les plus simples de son quotidien. La Créative se laisse traverser par l'élan de vie, elle accepte de se laisser traverser, elle n'agit pas avec son mental, elle agit par instinct, elle sent, elle ressent... Elle écoute son intuition, puis elle pose des actes. la femme créatrice se laisse traverser par le grand souffle de la vie, elle sort des sentiers battus, elle cherche les chemins plus touffus, plus secrets, plus intimes, ceux qui sentent l'humus, elle reconnaît les traces de ses aînées... «les Eveilleuses»... Celles qui ont ouvert la voie des femmes «sauvages», celles qui ne se laissent pas enfermer par l'étroitesse de leurs peurs, elles ouvrent leurs portes, les laissent grandes ouvertes... celles qui osent, car c'est bien de ça dont il et question «oser» s'autoriser à réveiller ce que chacune porte en elle: «la magicienne». Oui, s'autoriser à créer le merveilleux car la femme créatrice est une Artiste de la Vie, elle transforme le monotone, le conventionnel, la grisaille par sa fantaisie en alerte, vivante, vibrante... Elle redonne de la couleur, elle laisse jaillir son chant, offre les courbes, offre le plein, là où se niche le vide, la Femme créatrice est porteuse de vie. De son monde intérieur, elle enfante ses rêves pour les offrir à l'univers. Elle danse la vie, le mouvement est sacré, elle transcende tout ce qui reste figé, elle fait exploser les barrages de l'ancien pour toujours, toujours proposer du nouveau. La Femme créatrice est au service de la «beauté», celle qui vient de la profondeur de nos ventres, elle la fait émerger dans ces instants fugaces qui ont le goût et la saveur de l'éternité. Je rends hommage à toutes ces Femmes en chemin.

METTRE SES
REVES EN
MARCHÉ
Accueillir
le féminin
sacré

In Pace

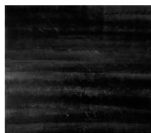
A ces belles rebelles dans des tombeaux murées
Crucifiées quand elles osaient courir les bois
Traquées, momifiées par les hommes de loi
Livrées sous les crachats huées et quolibets
Aux flammes vives des bûchers

Combien sorcières m'êtes vous chères
Et Si chère beauté femmes payèrent
Autant que libre pensée
Est ce folie que d'être en vie ?

Le cri de vos souffrances
Dans nos mémoires inscrit
Défonce le silence
ASSEZ
Debout !

En votre nom prenons engagement
Filles des bois clamons nos différences
Femmes sauvages issues du fond des âges
Offertes au chant du fleuve
Et au grand saule qui pleure nos douleurs
Dansons sous lune pleine le sabbat pour
Jouer au renouveau d'une terre ouverte aux magiciennes

Patricia Rivière



« **D**ans la lignée des peintres d'abstraction lyrique, mes peintures sont toujours en mouvement, comme pour mieux capter la vibration de la nature. La gestuelle en grand format me permet une grande liberté de créativité et je découvre au fur et à mesure, l'émergence de paysages inconnus. Intimement reliée à la nature, au monde des arbres, aux cascades qui me fascinent, à la puissance de l'océan, j'aime peindre sans modèle, sans filet, juste dans l'instant présent. Les océans je les approche avec un regard contemporain à la limite de l'abstraction. J'aime jouer avec les couleurs de nacre, d'argent, d'or et de bronze afin de retranscrire l'impression de scintillement et de reflet sur la mer. Je suis une artiste contemplative qui observe les ciels et la nature en permanence, pour plus tard les restituer en atelier de manière spontanée et intuitive. Je peins à l'acrylique car j'aime me sentir portée par l'énergie de l'eau, sans vouloir connaître le résultat final, comme pour mieux me laisser surprendre. Je termine à l'huile pour la beauté lumineuse et transparente de ses couleurs, en glacis léger afin d'intensifier la profondeur. »

Nathalie Lesage artiste peintre

LA FEMME QUI CREE

*Principes féminins, l'émotion et
la création sont intimement liées.*

Sans émotions, on ne crée pas, on copie, on maîtrise une technique, peut-être, mais on ne crée pas. Car créer c'est ressentir et voir déjà vivante l'œuvre à naître. Un accouchement où la Vie nous transperce, nous dépasse, nous amène à être dans notre puissance. Qu'il s'agisse d'une œuvre d'art, chanson, sculpture, danse ou encore d'une recette, d'un tricot d'un programme pédagogique pour enfants, c'est bien toujours la Vie qui s'exprime de manière unique à travers chacune de nos créations. La femme qui crée apporte au monde quelque chose qui n'existerait pas sans elle.

Un des obstacles majeurs à la création c'est le mental (mais le mental, c'est aussi nous – pas notre ennemi) qui prend le contrôle de l'œuvre ou de l'action à entreprendre par peur d'être jugé, incompris, peur de déranger l'ordre consensuel.... Or, à mon sens, la création doit bousculer puisqu'elle apporte une vision nouvelle. Elle sert l'évolution puisqu'il n'y a rien d'autre à faire ici que d'expérimenter.

Le mental veut aussi contrôler toutes les questions et les étapes qui sont censées, dans la logique, faire aboutir notre création. Par exemple : je vais économiser 30€ par semaine, dans 2 ans je pourrai m'offrir ce voyage que je souhaite. Il n'a qu'une vision très très limitée, le mental. En fait, il n'a aucune idée de ce qui se passe au-delà de l'illusion qu'on lui projette. La Création dépasse son entendement. L'univers a une infinité de manières de nous faire arriver au voyage souhaité. Et nous dirions : "Non merci, je vais m'organiser toute seule? Parce que c'est comme ça que je vais y arriver, et pas autrement ?" A chaque seconde, à chaque respiration, des possibilités infinies sont devant nous. Et nous les écartons sans même les voir parce que le mental ne veut pas risquer un autrement.

Créer, c'est d'abord choisir – comme dans un menu de restaurant; on ne vous apportera que ce que vous aurez commandé. Et vous ne pouvez commander sans "ressentir" ce dont vous avez envie de vous régaler. Lorsque vous avez dicté votre commande, vous relaxez; les plats succulents vont arriver dans quelques minutes. Vous salivez déjà, c'est déjà accompli... et vous parlez d'autre chose... vous ne vous inquiétez pas de savoir si le cuisinier a bien tous les ingrédients, s'il connaît bien sa recette et vous ne redemandez pas 3 fois si on a bien entendu votre commande...relaxez-vous ; cela va arriver. Et les étapes pour que ça vienne à votre table ne vous concernent pas.

Ce qui nous concerne, dans l'acte de création – notre responsabilité – c'est de choisir, ressentir pour choisir au plus près de nos désirs profonds.

Ensuite, l'Univers se met en branle pour réaliser ce désir.



BHAKTI
enseigne la sagesse
amérindienne

C'est une loi physique : toute tension cherche sa résolution. Il ne saurait en être autrement!

La femme qui crée tire sur la corde de l'Univers intangible pour manifester ici ce qu'elle avait perçu, et souhaité, à l'intérieur d'elle-même.

Notre ventre ne sert pas qu'à fabriquer et porter des enfants. Notre société a réduit notre utérus à une usine à bébés alors qu'il est en fait le centre de la création. Notre antre magique d'où tout faire naître, que ce soit un enfant de chair ou un enfant de cœur et d'idéal...

Toute création émane du principe féminin. Celui-là même qui sait rêver le Monde, qui se nourrit de confiance, d'espoir et de patience. Rien de ce qui existe – c'est-à-dire manifesté dans notre environnement – ne le serait sans le rêve.

Une construction humaine? un pont, un moulin à café, une œuvre d'art, une chaise, une crème bien-faisante... en amont, un humain a rêvé que ça pouvait, que ça devait exister. Et elle/il l'a fait. Toute la Nature, les arbres, le ciel bleu, les montagnes, la Terre elle-même sont l'expression du rêve de Dieu qui les a tirés de la matrice originelle. Comme Dieu a "porté" le monde avant sa manifestation, nous sommes enceints/tes de nos rêves. Viendra ensuite, dans le processus de création, le moment de "l'agir". Ensuite seulement. Le principe masculin vient alors supporter la manifestation du rêve. Quand nous savons descendre dans notre ventre, faisant taire le mental avec tous ses obstacles et simplement porter le rêve... alors un minimum d'actions est à faire, pour permettre à la magie des points d'ancrage dans la matière. Nous les appelons coïncidences... celles que nous ne pouvons voir ni saisir qu'en lâchant prise. C'est nous qui les avons créées, souvent sans même le savoir. Mais peut-être le savez-vous déjà ?

Nous sommes des êtres divins sur le point de nous rappeler qui nous sommes... des êtres créateurs du Monde et de notre Vie personnelle et collective.



www.lagrandeourse.ca

L'esprit de l'est

LA NATURE,
LES SENS,
LES ELEMENTS
Equinoxe de
printemps

Saluons l'étoile du matin, soyons clairs, imaginons le meilleur, l'intention d'amour, tout inclure et installer le feu qui allume, éclaire et aussi brûle ce qui doit l'être. Sentons nous complètement en vie, ressentons nos corps, nourrissons le de pensées d'amour. La vie est une fête, de la joie naît la lumière.

L'est est marqué du signe de l'aigle. Il a comme couleur l'or pour les rayons du soleil, le jour naissant et l'illumination. Il donne la paix et la lumière. L'aigle représente l'Esprit, l'habileté de vivre dans le domaine de l'esprit tout en restant branché et équilibré dans le domaine terrestre. L'aigle apporte l'éveil et l'illumination. Il enseigne à regarder vers les hautes sphères pour que votre cœur atteigne le Soleil et que vous appreniez à aimer l'ombre aussi bien que la lumière.

Les traditions des peuples premiers avaient coutume de ressentir le lien étroit qui existe entre tout. Regardons du côté de la nature ce qu'en disent les végétaux, les minéraux, les animaux et les astres, de ce temps tourné vers le renouveau.

La lune des arbres en bourgeons 21/3 au 19/4- faucon- opale de feu



21 mars- Chêne (le brave)

De nature robuste, courageux, fort, implacable, indépendant, raisonnable, n'aime pas le changement, aime garder les pieds sur terre, est une personne d'action.

01 au 10 avril - Cormier

Plein de charme, de délicatesse, enjoué, talentueux sans être égoïste aime attirer l'attention, adore la vie, le mouvement, l'agitation et même les complications, est à la fois dépendant et indépendant, fait preuve de bon goût, est artistique, passionné, émotif, est de bonne compagnie, mais ne pardonne pas.

11 au 20 avril - Erable

Indépendance d'esprit - Sort de l'ordinaire, débordant d'imagination et d'originalité, timide et réservé, ambitieux, fier, sûr de lui, désire ardemment vivre de nouvelles expériences, est quelquefois nerveux, possède plusieurs complexités, a une bonne mémoire, apprend facilement, a une vie amoureuse compliquée, désire impressionner.



HIROSHIGE
plum park in kameido- 1857(detail)

Bélier «Je suis» 21 mars-20 avril

1er signe de feu- 1er signe cardinal (Equinoxe de printemps)

En analogie avec Mars, son maître et la Maison 1, le bélier maîtrise la tête. Sa couleur est le rouge, son style dynamique, pierre : diamant, ses métiers, entrepreneur, policier, sportif, chirurgien...

Si vous êtes du signe du Bélier, ou Ascendant Bélier : tout d'une pièce, votre énergie naturelle vous pousse fréquemment à désirer avoir la première place partout où vous arrivez, et sans l'étrange sympathie qui émane de votre personne, certains pourraient parfois vous trouver arrogant. Foncer tête en avant n'a évidemment pas que des avantages. A force de courage et de mouvement, vous pouvez aussi vous cogner et brutalement... douter. Du coup, tout votre courage, votre droiture, votre enthousiasme et votre franchise peuvent se muer en une certaine agressivité, une révolte et une vulnérabilité que personne n'aurait soupçonnée avant. Dieu merci, votre côté instinctif et batailleur mais aussi votre énergie particulièrement abondante ne vous laisseront pas sans ressource longtemps et le feu sacré qui coule dans vos veines vous remettra sur selle pour de nouvelles cavalcades à la conquête de buts aussi ambitieux ou glorieux que risqués. Vous êtes courageux, franc, enthousiaste, dynamique, très rapide, extraverti, direct, démonstratif, chaleureux, impulsif, aventureux, intrépide, guerrier, possédez un grand esprit de compétition, mais vous pouvez aussi parfois être naïf, dominateur, égocentrique, impatient, imprudent, inconscient, gaffeur, infantile, colérique, téméraire ou primaire.

La lune du retour des grenouilles Du 20/4 au 20/5 : - castor - chrysocolle



21 au 30 avril : noyer
01 au 14 mai : peuplier
15 au 24 mai : châtaignier

Taureau «J'ai» 21 avril - 20 mai 1er signe de Terre

En analogie avec Vénus, son maître et la Maison 2, le Taureau maîtrise le cou et la gorge.

Sa couleur est le vert ou le brun, son minéral l'émeraude, son jour le vendredi, son style naturel, confortable, cossu voire sophistiqué, ses métiers, l'immobilier, les arts, la cuisine, les finances, le chant... Fleurs et plantes : Coquelicot, rose, digitale, violette, primevère, ancolie, pâquerette.

Si vous êtes du signe du Taureau, ou Ascendant Taureau : La paix, la joie de vivre, la sensualité sont essentielles pour vous : vous êtes une nature simple et calme. Votre bonheur est atteint facilement car loin de tout esprit de compétition, votre décontraction et votre sens pratique vous mènent invariablement là où

vous serez heureux, même si vous n'êtes pas le premier, même si vous ne vous êtes pas pressé. L'important est de construire, patiemment, avec opiniâtreté, les efforts durables que vous faites ne pouvant pas être brisés de toute façon par les embûches que vous pouvez rencontrer tant ils sont constants et puissants. Doux, lent à la réflexion, une fois que vous avez décidé de la bonne orientation que vous devez prendre, rien ni personne ne pourront jamais vous faire changer d'avis. Vous avez horreur du changement en général, et une fois que vous avez dû prendre vous-même les quelques rares décisions nécessaires importantes au cours de la vie, vous êtes sur des rails !

Vous êtes fidèle, constant, solide, patient, endurant, persévérant, fort, attaché, sensuel, stable, concret, réaliste, régulier, loyal, robuste, constructif, tenace, avez un besoin important de sécurité, mais vous pouvez aussi parfois être têtu, rigide, possessif, rancunier, matérialiste, figé, statique ou lent.

La lune de la plantation du maïs 21/5 au 20/6 : cerf - agate mousse

25 mai au 03 juin : frêne
04 au 13 juin : charme de la Caroline
14 au 23 juin - figuier (la sensibilité)

Très fort, un peu entêté, indépendant, ne tolère pas les contradictions ou les controverses, adore la vie, sa famille, les enfants et les animaux, un peu volage en société, a un bon sens de l'humour, aime l'oisiveté et la paresse, possède des talents et une intelligence pratiques.

Gémeaux «Je pense» 21 mai - 21 juin 1er signe d'Air - 1er signe Mutable - Masculin

En analogie avec Mercure son maître et la Maison 3. Les Gémeaux maîtrisent les bras, les poumons et le thorax.

Leur couleur est le vert ou l'argenté, le minéral le cristal, l'agate. Leur jour le mercredi, leur style androgyne, léger ou décontracté, leurs métiers, journaliste, avocat, animateur, danseur, vendeur, agent de voyage, ensei-

gnant... Si vous êtes du signe des Gémeaux, ou Ascendant Gémeaux : Tellement mobile, vous êtes partout où l'on ne vous attend pas ! Vous passez votre temps à poser des questions... et à y ré-

pondre. Votre curiosité et votre vivacité d'esprit sont insatiables. Votre esprit est constamment en ébullition, passant d'un sujet à l'autre, résolvant des problèmes, accumulant les anecdotes et les connaissances sur un court laps de temps. Votre mobilité, essentiellement mentale, vous emmène très loin et fait de votre quotidien une mosaïque de moments intenses et plaisants, sans qu'il n'y ait forcément de corrélation entre eux : du moment que cela bouge, que vous puissiez faire travailler vos neurones et que vous rencontriez du monde, tout va bien ! Vous êtes nerveux, expressif, vif, adaptable, mobile d'esprit, plein d'humour, pétillant, ludique, sociable, habile, curieux, fantasque, indépendant, touche-à-tout, intellectuel, souple, ingénieux, fantasiste, imaginatif, charmeur, cérébral, mais vous pouvez être aussi capricieux, dispersé, lunatique, superficiel, indiscret, opportuniste, insouciant, égoïste, fragile, ironique ou changeant.



"CE N'EST PAS PARCE QUE C'EST DIFFICILE QUE
NOUS N'OSONS PAS
C'EST PARCE QUE NOUS N'OSONS PAS QUE
C'EST DIFFICILE"

Sénèque

En communication non violente deux éléments sont à considérer : le discours et le message.

Notre mode de communication habituel est basé sur :

- La non implication
- Le refus de notre responsabilité
- La mise en cause de l'autre, des autres ou des circonstances.

Ce qui manque parfois c'est peut être la bienveillance, - mais la bienveillance motivée par l'intention.

L'intention c'est ce qui touche directement l'autre. La bienveillance portée par l'intention va toucher directement le cœur de l'interlocuteur.

La non violence n'est ni passivité, ni renoncement, ni soumission. Sous sa forme active et dynamique la non violence est amour pur.

Le discours est ce qui est dit.

Le message est ce qui est entendu.

Entre les deux il peut y avoir parasitage.

Le chantage est opérant si on adhère aux injonctions de l'émetteur. Ce mode de communication toxique régit cependant la plupart de nos relations, voyez autour de vous comme il fonctionne à merveille. Il est bien installé dans la vie conjugale, la famille, à l'école, dans le monde du travail, il est omniprésent dans la plupart de nos relations et maintient des positions infantiles et infantilisantes

En quoi consiste le chantage ?

Il consiste à mettre en place des règles d'échange sans aucune remise en cause,

- Parler sur l'autre et non à l'autre,
- Discourir sur soi et non parler de soi,
- Passer de l'expression à l'impression sans mise en commun
- Rester dans la généralisation sans concrétiser ni témoigner, sans expliquer
- Poser de fausses questions « Vous ne pensez pas que... »
- Penser à la place de l'autre,
- Se méfier de la relation directe,
- Tenter d'infléchir le comportement de l'autre quand il ne correspond pas à nos attentes.

Ce mode de communication est fondé sur la « non implication de soi, le refus des responsabilités, la mise en cause ou l'accusation de l'autre...des autres...la non confiance, le doute.

Cette dualité s'appuie sur les reproches, les plaintes, la culpabilisation, les refus systématiques, la dénonciation. Quels sont les enjeux ?

La non remise en cause de soi provoque généralement du réactionnel qui débouche sur du retrait, de la fuite, de l'auto privation chez moi et chez l'autre, une opposition systématique, de la soumission et de l'agression pouvant aller jusqu'à la violence.

Pour désamorcer ce système :

Je fais un pas de côté, vers l'autonomie en m'accordant l'autorisation (je me donne autorité) dans le sens de me rendre auteur de mes pensées, de mes désirs de mes actes.

J'ose alors faire ce qui jusque là me paraissait impossible.

Quand les aspects négatifs construisent la relation, qu'ils deviennent constants, constituant en eux même la « communication » ils deviennent alors incontrôlables. Le doute, la perte de confiance en soi débouchent sur des ruminations, des répétitions, des comportements compulsifs, irrationnels, avec pour conséquence, des blocages, paralysie devant telle ou telle situation.

Notons au passage les doubles messages et les fausses accusations :

« Tu es un menteur ou chez tes parents ça ne tourne pas rond »

La dérision et l'ironie blessante assimilée au sarcasme :

« J'ai suivi ton conseil avisé, et j'ai échoué lamentablement »

La fuite et le refus de la concertation

« Je préfère aller voir ailleurs et ne plus discuter avec toi » Nous venons de voir un mode de communication antirelationnel et particulièrement destructif, mais rassurez-vous on peut toujours s'en protéger

Comment ?

La restitution :

Chaque fois que je vois poindre ou arriver un signal, un message que je ne ressens pas bon pour moi, je peux le restituer, le remettre ou le laisser chez l'autre.

Je me centre sur moi et je tente de reconnaître en moi les mécanismes négatifs et les mécanismes positifs: quels sont mes croyances, mes habitudes, mes conditionnements ?

Ets ce que j'ai tendance à croire en la toute puissance de l'autre ?

Est-ce que j'ai l'habitude d'acquiescer tout ce qui m'est adressé ?

Est ce que je suis conditionné(e) à tout accepter sans me positionner ?

En quoi j'accepte tous les débordements d'autrui ou mes propres débordements chez l'autre ?

Dans un premier temps il est toujours plus facile de voir tous ces mécanismes chez les autres

Si je veux sortir de l'influence systématique d'autrui, il importe que je repère ces comportements chez moi, dans ma vie intime, professionnelle, sociale.

La mise en pratique nécessite de l'humilité, de la ténacité, de la cohérence et de la fermeté : vous serez confrontés à des résistances, des difficultés d'acceptation et d'intégration, mais vos efforts seront productifs.

J'apprends à me respecter suffisamment pour honorer Tout de qu'il y a de vivant en moi et chez les autres.

Et surtout, ne vous laissez jamais définir par les autres. Ni méchant, ni gentil.

LA SONOTHERAPIE

l'art de la régénérescence

La sonothérapie est une spécialisation de la musicothérapie. Après avoir suivi la formation du musicothérapeute de reconnaissance internationale Daniel Perret, François Brûlé a créé une forme de thérapie innovante et aux résultats remarquables.

La pureté des Sons utilisés induit des transformations essentielles et durables au niveau des cellules en les régénérant. Les bienfaits de la sonothérapie peuvent être tant physiques que psychologiques. Le Son peut travailler sur le corps physique (os, organes, tissus...) au niveau énergétique (méridiens, chakras, corps subtils...) pour dégager de l'émotionnel, pour relier au Ciel comme à la Terre, etc....selon les besoins du moment. Le Son va toujours là où on en a besoin.



Avec la sonothérapie, il n'est pas forcément nécessaire de verbaliser les choses.

La sonothérapie se décline en individuel (une séance dure en général 90mn), en ateliers collectifs (3 ateliers mensuels sur La Rochelle /Ré) ou en stages.

FRANCOIS BRÛLÉ
www.sonotherapie.com
06 24 89 83 98

LA NUMEROLOGIE CREATIVE

«Osez être vous-même»

A certains moments, nous ressentons au fond de nous que nous sommes en désaccord avec nos besoins véritables. La Numérologie Créative permet d'améliorer notre vie, en transformant les petites choses du quotidien.

Elle s'adresse à tout un chacun qui désire vivre avec plus de facilité, avec plus de joie et de bonheur dans son quotidien. Je découvre ainsi ce qui me permet d'avancer vers ce qui me motive.

La Numérologie Créative permet d'identifier et de valoriser des comportements qui me rendent autonome. Elle me donne les moyens de me repositionner en fonction de qui je suis vraiment.

Devenez acteur de votre vie

INITIATION à la numérologie créative

Cette approche symbolique des nombres utilisée comme outil d'épanouissement personnel permet de :

- Clarifier une situation particulière.
- Être à l'écoute de ses besoins et de son rythme.
- Accéder à des changements en conscience et responsabilité
- Vivre en harmonie avec son environnement familial,

La numérologie créative s'applique aussi à l'entreprise,

- Vous voulez améliorer votre vie quotidienne, et agir tous les jours vers plus de sérénité et de liberté.
- Vous voulez changer de métier, d'activité, changer de vie, ou réaliser un projet.
- Vous avez un projet, vous cherchez comment accélérer sa mise en oeuvre.
- Vous voulez créer votre activité

Ancien Directeur Financier, consultant depuis neuf années dans le conseil en gestion, l'organisation d'entreprise et le coaching, Sylvain Buret a été formé à la numérologie créative par Colette Le Floch*, spécialiste reconnue, chercheuse et formatrice, auteure de « La Numérologie Créative » aux éditions Dangles.

SYLVAIN BURET
06 339 04 339

AVATAR

James Cameron

Malgré sa paralysie, Jake Sully, un ancien marine immobilisé dans un fauteuil roulant, est resté un combattant au plus profond de son être. Il est recruté pour se rendre à des années-lumière de la Terre, sur Pandora, où de puissants groupes industriels exploitent un minerai rarissime destiné à résoudre la crise énergétique sur Terre.

Parce que l'atmosphère de Pandora est toxique pour les humains, ceux-ci ont créé le Programme Avatar, qui permet à des « pilotes » humains de lier leur esprit à un avatar, un corps biologique commandé à distance, capable de survivre dans cette atmosphère létale. Ces avatars sont des hybrides créés génétiquement en croisant l'ADN humain avec celui des Na'vi, les autochtones de Pandora.

Sous sa forme d'avatar, Jake peut de nouveau marcher. On lui confie une mission d'infiltration auprès des Na'vi, devenus un obstacle trop conséquent à l'exploitation du précieux minerai. Mais tout va changer lorsque Neytiri, une très belle Na'vi sauve la vie de Jake...

SLUMDOG MILLIONNAIRE

Danny Boyle

Jamal Malik, 18 ans, orphelin vivant dans les taudis de Mumbai, est sur le point de remporter la somme colossale de 20 millions de roupies lors de la version indienne de l'émission Qui veut gagner des millions ? Il n'est plus qu'à une question de la victoire lorsque la police l'arrête sur un soupçon de tricherie.

Sommé de justifier ses bonnes réponses, Jamal explique d'où lui viennent ses connaissances et raconte sa vie dans la rue, ses histoires de famille et même celle de cette fille dont il est tombé amoureux et qu'il a perdue. Mais comment ce jeune homme est-il parvenu en finale d'une émission de télévision ? La réponse ne fait pas partie du jeu, mais elle est passionnante.

INVICTUS

Clint Eastwood

Avec Morgan Freeman, Matt Damon

« Je suis le maître de mon destin, je suis le capitaine de mon âme. » N. M

1994, L'élection de Nelson Mandela consacre la fin de l'apartheid mais l'Afrique du Sud reste une nation profondément divisée sur le plan racial et économique. Pour unifier le pays et donner à chaque citoyen un motif de fierté, Mandela

mise sur le sport. Des hommes qui, malgré les haines du passé se tendent enfin et difficilement la main. Même si vous n'aimez pas le sport, vous n'échappez pas à ce sentiment de communion et d'amour partagé, servi par le rugby et le jeu des acteurs. C'est un très beau voyage au cœur de l'âme humaine.

FEMMES QUI COURENT AVEC LES LOUPS

Clarissa Pinkola Estes



Pour retrouver cette part enfouie, pleine de vitalité et de générosité, vibrante, donneuse de vie.

« Nous éprouvons toutes un ardent désir, une nostalgie du sauvage.

Dans notre cadre culturel, il existe peu d'antidotes autorisés à cette brûlante aspiration. On nous a appris à en avoir honte... Où que nous soyons,

indéniablement, l'ombre qui trotte derrière nous marche à quatre pattes.

La femme moderne est un tourbillon d'activité. On lui demande d'être tout, pour tout le monde. Il y a longtemps que la vieille sagesse n'a plus cours... Ce qu'on sait des loups présente des similitudes avec l'histoire des femmes, ils ont certaines caractéristiques psychiques communes : des sens aiguisés, un esprit ludique et une aptitude extrême au dévouement. Ils sont profondément intuitifs. Ils savent s'adapter à des conditions perpétuellement changeantes. Pourtant les uns et les autres ont été chassés. A tort, on les a considérés comme étant inférieurs à leurs détracteurs.

C'est donc pendant que j'étudiais les loups que l'archétype de la femme sauvage a pris forme : traiter de l'intuition, du sexuel et du cyclique, des âges de la femme, de sa façon d'être, de son savoir, de la flamme de sa créativité.

Femme créatrice, femme douée, femme profonde

Le but doit être de faire recouvrer à la femme la beauté de ses formes psychiques naturelles...

Je l'appelle la femme sauvage. Quelles que soient ses influences culturelles, toute femme comprend intuitivement les mots femme et sauvage.

C'est dans cette relation fondamentale, primitive que nous sommes nées. C'est d'elle que, dans notre essence, nous dérivons... La vision de spectacles d'une grande beauté nous permet d'approcher la Femme Sauvage. Je l'ai sentie qui frémisait en moi devant un coucher de soleil magnifique.

Ce « goût du sauvage » va et vient avec l'inspiration. Le mot sauvage est ici utilisé en son sens originel de « vivre une vie naturelle ». Les mots femme et sauvage créent une métaphore qui décrit la force fondatrice de l'espèce féminine. Ils personnifient cette force sans laquelle les femmes ne peuvent vivre. C'est un livre qui raconte des histoires de femmes, offertes comme autant de petits cailloux sur le chemin. »

Clarissa Pinkola Estes

«NAITRE TOUT SIMPLEMENT
éd. L'harmattan.
Témoignages et réflexions autour de la naissance

Naitre. La parole est pour une fois donnée aux mères et aux pères. Entre rire, gravité, tendresse, déception ou émerveillement, leurs récits nous livrent un secret : chaque naissance est unique, car la naissance est vivante. Au confluent de ces témoignages personnels et de l'expérience professionnelle d'une sage-femme, ce livre brosse un portrait vivifiant et résolument novateur de la grossesse et de l'enfantement. Il vient proposer d'autres façons de faire, questionner le « prêt à naître ».

«LA NAISSANCE, UN VOYAGE»
Muriel Bonnet Del Valle,
éd. L'harmattan.
L'accouchement à travers les peuples.

Voulez vous savoir à quoi ressemble une femme qui accomplit sa destinée ? Alors ouvrez ce livre et laissez vous surprendre, puis prendre... Vous ne pourrez faire autrement, car de page en page, d'image en image, c'est une magie qui court, incarnées par ces femmes donneuses de vie, aux cultures si différentes mais étrangement semblables, toutes reliées par cette mystérieuse profondeur d'où jaillit la vie. Et puis il y a Marthe, la rebelle, qui a eu le courage de sortir du carcan étroit et des préjugés de sa famille, de rompre le silence et l'enfermement des femmes qui se taisent depuis des générations, pour surgir au côté de Muriel sa créatrice et de lui donner le support de chair de son personnage. Et nous voilà emportés au rythme de la quête passionnée de ces deux femmes qui, au fil des accouchements, de rencontres en partage, de regards surpris en sourires donnés, naissent peu à peu à elles mêmes, se reconnaissent et retrouvent la source de leur féminité. Ce livre étonnant est un signe des temps à venir mais qui participe déjà de la « vie nouvelle », car il sort de la guerre des sexes, pour nous montrer aussi des hommes n'hésitant pas à afficher et à vivre leur part de féminin, en particulier dans l'expérience insolite de la « couvade ». Mais au delà du regard singulier d'une artiste, portant en elle la vision de son époque, ce livre a une valeur universelle. Il se situe au delà du temps, quand le destin d'une femme rejoint celui de toutes les femmes, ces femmes qui ont fait de Muriel la dépositaire du « secret », qui l'ont chargée d'une mission, essentielle dans ces temps insensés, celle de porter le message de la vie.



Le Nouveau-Né (détail), Georges De La Tour.
Rennes, musée des Beaux-Arts

«ADRIEN OU LA COLERE DES BEBES»
Jean- Pierre Relier,
coll. Aider la vie, éd. Robert Laffont.
Du même auteur « L'aimer avant qu'il naisse »

La prématurité semble être une réalité anodine pour le grand public. On « sauve » même des bébés de 1000 grammes ! mais sait-on au prix de quelles souffrances, sait-on à quel point leur vie future peut être fragilisée ? Et a t'on vraiment conscience du drame, humain et social, que représente ce phénomène dans nos pays occidentaux ?

Le professeur Jean Pierre Relier, l'un des meilleurs spécialistes de la néonatalogie en France, nous raconte l'histoire d'Adrien -né à cinq mois et demi et pesant 795 grammes-, de sa famille, et nous amène à comprendre, avec une émotion plus éloquente que tout discours, une réalité que nous ne pouvons ignorer aujourd'hui.

Ça se passe à La Rochelle stages, conférences, ateliers

Un
pas
sage

Didier Schindler

Groupe de l'instant présent

Mardi 20h45-23h45 : 5 / 01 - 2 / 02 - 2 / 03 - 6 / 04 - 4 / 05 - 1 / 06 - 28bis, av du Gal Leclerc 17000 La Rochelle
Cette pratique s'inscrit dans un processus de danse -thérapie ; il s'agit d'être à l'écoute de ce qui est présent à l'instant, la sensation, l'émotion, l'intuition, l'énergie et de l'exprimer par le mouvement.

Corps et voix

Mardi 20h30-23h30 : 12 / 01 - 16 / 02 - 9 / 03 - 13 / 04 - 11 / 05 - 8 / 06 - 16, rue de Lauzières 17137 Nieul sur mer
Il s'agit d'une exploration de la voix chantée avec le mouvement. Dans un premier temps, découverte des différents points de résonances corporelles puis à partir d'exercices simples, aller dans sa propre créativité vocale. Cette pratique est accessible à tous.
Samedi 13 mars : 14h30-18h00 27, rue de La Maurie 16130 St Brice (proche de Cognac)

Le toucher-présence

Samedi 14h30-18h00 : 9 / 01 - 6 / 02 - 27, rue de La Maurie 16130 St Brice (proche de Cognac)
Développer la qualité de présence à soi, à l'autre par une relation de toucher, de massage simple et accessible. Prendre soin de soi, prendre soin de l'autre.

Groupe homme

Jeudi 20h30-23h30 : 4 / 03 - 8 / 04 - 6 / 05 - 3 / 06 - 28 bis, av du général Leclerc 17000 La Rochelle
Être Homme aujourd'hui ? A partir de ce questionnaire, par et avec la parole, le mouvement, le rythme, le contact, et l'intériorisation, nous nous donnons la possibilité de rencontrer Ce qui nous constitue dans notre identité d'homme. Ce groupe est ouvert aux hommes engagés dans une démarche d'authenticité.

La participation à ces groupes demande un engagement personnel. Un entretien préalable est nécessaire avant la première séance. Il est aussi demandé de prévenir de votre venue avant chaque séance.

Séance individuelle

Massage énergétique - Respiration holotropique - Psychodrame

Didier SCHINDLER, psychothérapeute corporel formé au massage énergétique, à la sophrologie, à la danse thérapie, au psychodrame et à la respiration holotropique. Sa pratique est d'orientation trans personnelle. Il intervient également en milieu hospitalier, dans le cadre de la formation.

Contact : 05 46 44 31 06 / 06 07 18 35 05

Chantal Barraud

Accompagnement individuel en développement personnel et coaching

- Soins énergétiques : déblocage et harmonisation énergétique, nettoyage émotionnel et mémoriel (personnel et trans personnel), développement des aptitudes à l'auto guérison...

- Animation d'un atelier découverte du tarot psychologique une fois par mois (12 mars, 9 avril)

- Animation d'une soirée coaching café à La Rochelle au café « La Corniche » une fois par mois

- Co animation de stages en week-end dont « Tarot Psychologique et Constellation Familiale » le samedi 20 mars avec Sylvie ROMIAN

Contact: 05.16.19.12.26 ou 06.66.49.66.20
http://www.chabatl.canalblog.com/

**Le 29 Mai 2010 14 à 18 heures salle Emile Combes
38 rue de la pépinière Nicole Confais présente
un enseignement autour de :**

« La spirale dynamique de l'évolution de la conscience humaine »

Il s'agit d'un modèle émergeant en France :

- créé aux USA, en 1980 par Clare Graves,
- Repris et appliqué depuis par Don Beck et Chris Cowan, (qui se sont servis de ce modèle pendant 10 ans en Afrique du Sud, à la demande de Nelson Mandela, pour accompagner pacifiquement la fin de l'apartheid).

- Applicable en individuel, en entreprise, en local, au niveau international et dans tous les domaines de la vie.

- Basé sur l'étude des systèmes de valeur et de vision du monde, développés à chacune des étapes de l'histoire de l'humanité, depuis 100 000 ans.

La « spirale » permet de comprendre, de façon magistrale, d'où nous venons, là où nous allons, et, comment s'effectuent les changements :

- Passé : Ouvre une compréhension vaste de l'évolution de la conscience humaine depuis 100 000 ans.

- Présent : Eclaire la crise de notre présent par une vision globale utilisable concrètement.

- Futur : Permet d'envisager le futur avec un espoir étayé de pistes créatives.

Le film Avatar est une excellente illustration des changements de niveaux de conscience décrits dans la « spirale ». Voir le film, avant, est un bon support de compréhension pour le 29 mai.

Tarif : 25€ étudiants et demandeurs d'emploi 10€
Réservation par courriel à forumressource@gmail.com



Cabinet de Psychothérapie

"Ce n'est pas parce que c'est difficile que nous n'osons pas
c'est parce que nous n'osons pas que c'est difficile"
Sénèque

Yves ATLANI

Psychothérapie intégrative



121, Ave Aristide Briand 17000 La Rochelle
☎ : 05 46 00 11 84 – 06 27 47 73 70

Thérapie individuelles et couples

Difficultés de relation, communication dans le couple, la famille, l'entreprise.

Violences conjugales, familiales: physiques, verbales, et même celle qui ne se voit pas.

Epreuves difficiles à surmonter: avortement, accident, perte d'un être cher.

Difficultés liées à la procréation

Supervision professionnelle en entreprise, régulation d'équipes. Groupe de parole: échange et communication pour une écologie relationnelle (méthode Marshall Rosenberg)

La Rochelle

le 21 mars 2010

Chère lectrice, Cher lecteur

C'est avec grand plaisir que nous avons réalisé cet exemplaire de la revue rochelaise Source&ressource.

Créée à la suite du forum du mieux-être organisé en octobre 2009 à La Rochelle, source&ressource est le trait d'union entre la rencontre annuelle des acteurs du mieux-être et le public.

Si le numéro 0 a marqué l'ouverture à tous les possibles, ce numéro 1 vient avec le printemps, l'édition trimestrielle, à paraître chaque saison suit ainsi la nature. Elle offre ses colonnes à celles et ceux qui, dans la vision intégrale, souhaitent enrichir, communiquer, ouvrir à des réalités porteuses de conscience, de beauté, de joie aussi.

Je vous invite à feuilleter ces pages, à y puiser d'inspirantes informations. Et si vous souhaitez nous soutenir, devenir annonceur, paritaire, le bulletin d'abonnement et les tarifs vous permettront de nous rejoindre.

Merci de votre attention, Merci de votre présence.

Patricia Baldy Rivière

Je m'abonne pour 1 an

Nom Prénom.....

Adresse

Tél. Courriel.....

Je parraine la revue et souhaite contribuer à sa diffusion. J'achète puis je revends 6 numéros 30€
Abonnement Professionnel + 1 annonce en lien sur le site et la revue 60€

Commandes

Abonnement 4 numéros/an 20 €.

J'offre un abonnement 20€.

Abonnement pro. 60€.

J'achète 6 numéros pour diffuser 30€

Annonces1/8p. 40€ -¼ 70€ - ½ 140€

TOTAL €

Règlement par chèque à libeller et à envoyer à
source&ressource 33 rue Bastion de l'évangile 17000 La Rochelle 05 46 00 67 38/ 06 16 89 84 90

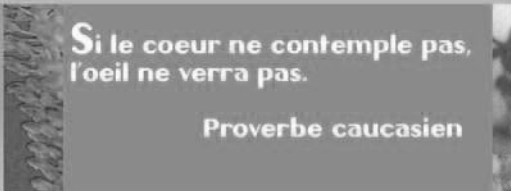
Communiquez - lectures, films, conférences... Ecrivez-nous pour dire ce que vous aimez, ce que vous avez envie de partager en lien avec le monde nouveau, celui qui se crée dans l'ouverture et la beauté. www.forumressource@gmail.com ou www.source-ressource.over-blog.com



Nul ne peut atteindre
l'aube sans passer par le
chemin de la nuit.
KHALIL GIBRAN

La non violence est une arme puissante et juste,
qui tranche sans blesser et ennoblit l'homme qui la
manie.
c'est une épée qui guérit.

MARTIN LUTHER KING



Si le coeur ne contemple pas,
l'oeil ne verra pas.

Proverbe caucasien



Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers
ton risque.
A te regarder , ils s'habitueront.

RENE CHAR