

Mieux-être



et spiritualité



*Mieux-être & spiritualité  
librairie spécialisée  
à votre service*

contact@mes-librairies.fr • www.mes-librairies.fr

*Liberté • Compassion • Tolérance • Sérénité • Amour • Joie • Abondance • Liberté*

# Faites confiance à votre intuition



978-2-8970-3481-8  
9,90 €



978-2-7640-2679-3  
19 €



978-2-8904-4883-4  
18 €



978-2-7640-2701-1  
14,90 €

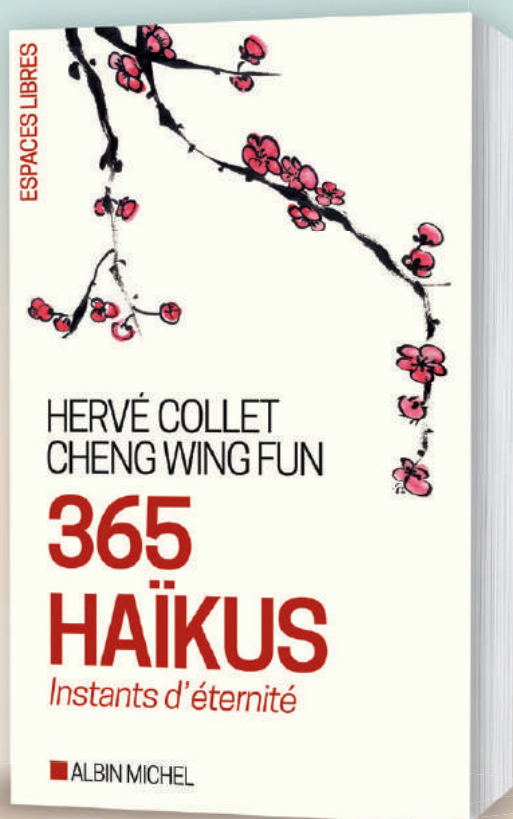
Prescrit par votre libraire ALEF

ÉDITIONS  
LA SEMAINE

Le jour

LES ÉDITIONS  
Québec-Livres

# COLLECTION ESPACES LIBRES



Parution : novembre



Parution : septembre

Parution : octobre

ALBIN MICHEL

# Charte alef

*Accueil, conseil et choix:  
des librairies spécialisées  
à votre service*

Nous, signataires de la présente charte, sommes libraires indépendants spécialisés dans les domaines suivants : spiritualité, psychologie, philosophie, ésotérisme, santé naturelle et pratiques de mieux-être.

Animés par une recherche intérieure, nous avons choisi de promouvoir tous sujets, toutes idées propres à favoriser l'épanouissement de l'être humain, sans recherche de pouvoir ou volonté de domination.

Constatant chaque jour la nécessité vitale de l'écoute et du conseil, nous entendons jouer pleinement notre rôle d'interprète des besoins des lecteurs, et être un maillon actif et reconnu de la chaîne du livre, dialoguant avec les éditeurs et défendant fermement les principes de la librairie indépendante.

Nous gérons nos librairies avec intégrité et rigueur, dans le respect de la légalité en vigueur, appliquant notamment pour les libraires situés sur le territoire français la loi Lang du 10 août 1981 sur le prix unique du livre. Ceci constitue la garantie sine qua non de la durée de nos actions individuelles ou communes.

**Nous avons décidé d'unir nos forces en nous regroupant au sein de l'A.L.E.F., Association des librairies ésotériques francophones et nous nous engageons à :**

- partager expériences et savoir-faire ;
- établir un partenariat clair dans un esprit de qualité avec les auteurs, éditeurs et diffuseurs ;
- assurer l'information la plus complète et le meilleur service à notre clientèle.

## **ALEF • Association loi 1901**

Siège social :

29, rue St-Etienne 89450 Vézelay

Tél : 03 86 33 30 06

contact@librairies-alef.fr



[www.mes-librairies.fr](http://www.mes-librairies.fr)

*Notre QR code pour nous retrouver facilement !*

### ● ANGERS

#### LIBRAIRIE CHRYSALIDE

11 rue des Deux Haies - 49100

Tél. 02 41 86 82 37

librairie.chrysalide@wanadoo.fr

www.librairiechrysalide.com

### ● PARIS

#### LIBRAIRIE ALMORA

43, avenue Gambetta - 75020

Tél 01 42 52 24 91

librairie@almora.fr

www.almora.fr

### ● BORDEAUX

#### LIBRAIRIE PÉGASE

13 rue Toulouse Lautrec - 33000

Tél. 05 56 51 38 12 - Fax 05 56 81 54 80

librairie-pegase@orange.fr

www.librairie-pegase.fr

### ● RENNES

#### LIBRAIRIE LA ROSE MYSTIQUE

2 rue Bonne Nouvelle - 35000

Tél/Fax 02 99 38 70 96

librairie@larosemystique.fr

www.larosemystique.fr

### ● CAEN

#### LIBRAIRIE L'EAU VIVE

6 place de la Résistance - 14000

Tél 02 31 86 55 51

librairieleauvive@gmail.com

www.librairieleauvive.com

### ● RIVE DE GIER

#### DES LIVRES & VOUS

9 Rue Waldeck ROUSSEAU - 42800

Tél 04 77 04 21 26

deslivresvous@orange.fr

https://www.facebook.com/deslivresetvous/

### ● LE MANS

#### LIBRAIRIE LA CLÉ DE VIE

24 rue Nationale - 72000

Tél. 02 43 28 27 42

cle-de-vie@wanadoo.fr

www.cledevie.com

### ● ROANNE

#### LIBRAIRIE PLÉNITUDE

37 rue Jean Jaurès - 42300

Tél. 04 77 70 61 83 - 06 71 26 17 05

plenitude42@sfr.fr

### ● LORIENT

#### QUAND LES LIVRES S'OUVRENT...

47 rue Maréchal Foch - 56100

Tél. 02 97 64 60 10

quandleslivressouvrent@orange.fr

www.quandleslivressouvrent.com

### ● ROUEN

#### LIBRAIRIE LE LOTUS

49 rue d'Amiens - 76000

Tél. 02 35 07 46 34 - Fax 02 35 07 33 08

contact@librairielelotus.com

www.librairielelotus.com

### ● NANTES

#### LIBRAIRIE L'AUTRE RIVE

21, rue de la Paix - 44000

Tél. 02 40 89 30 76

autrerive.nantes@wanadoo.fr

www.autrerive-librairie-nantes.fr

### ● VEZELAY

#### LIBRAIRIE L'OR DES ÉTOILES

29 rue St Étienne - 89450

Tél. 03 86 33 30 06 - Fax 03 86 33 34 54

librairie@ordesetoiles.fr

www.ordesetoiles.fr

### ● NICE

#### LIBRAIRIE OSIRIS

8 rue de Paris - 06000

Tél./Fax 04 93 80 15 30

librairie.osiris@orange.fr

www.librairieosiris.com

www.librairie-osiris.fr

# Transmettre (2/3) ...

L'homme est un créateur de sanctuaires. Qu'il s'agisse de sites naturels qu'il sanctuarise ou d'édifices créés par des bâtisseurs, en général orientés, dédiés à une activité ou une fonction bien particulière. Il peut s'agir de sanctuaires religieux, au sens où ils sont conçus pour relier à un ensemble plus vaste et pour relier les hommes entre eux. Il peut s'agir de sanctuaires de la connaissance, comme le sont les bibliothèques et autres lieux de préservation des savoirs accumulés par l'homme depuis l'aube de ce que nous nommons la civilisation. Certaines bibliothèques ont eu un destin tragique. Celle d'Alexandrie, qui fut probablement la plus vaste et la plus riche du monde antique, fut détruite vraisemblablement entre le 1<sup>er</sup> et le 5<sup>e</sup> siècle de notre ère, en raison de conflits impériaux et de conflits entre païens et chrétiens. Aujourd'hui renouvelée, elle constitue un centre précieux de diffusion de la connaissance, au sens le plus universel du terme. Celle du Monte-Cassino, la célèbre abbaye ou fut établie la règle de Saint-Benoît, en Italie, fut détruite à trois reprises au cours de son histoire, chaque fois reconstruite et reconstituée, malgré des pertes irréparables. Elle joua au Moyen-Âge un rôle considérable de préservation et de transmission des connaissances du monde antique. Les exemples pourraient être multipliés. Les livres sont conçus pour être transmis, pour être étudiés. Pour nourrir la réflexion, enrichir les projets, livrer des témoignages, des récits, et faire vivre l'imaginaire.

Aujourd'hui dans le monde on brûle des livres, des bibliothèques. La connaissance et la vie des idées font peur à certains, et il existe encore sur notre planète un grand nombre d'idéologies obscurantistes, destructrices, fanatiques et superstitieuses.

Les librairies, des plus grandes aux plus petites, sont devenues des relais de la transmission des idées et des savoirs. Bien plus que des commerces. La librairie est sans doute le commerce le moins commercial de tous...

Longtemps, la connaissance s'est transmise exclusivement par l'oralité, d'individu à individu. Ce mode de transmission n'est pas éteint. Ce que nous avons appris de plus précieux, nous l'avons souvent appris par transmission directe, de quelqu'un qui nous a « initié ». La connaissance livresque permet d'élargir, peut-être, cette transmission, et de diffuser au plus grand nombre. Elle permet de témoigner de la fantastique étendue de l'aventure humaine, des vertiges les plus fous, des sommets les plus élevés aux abîmes les plus profonds. L'homme a acquis les moyens de bâtir de nouveaux mondes, et de les détruire en un instant. L'homme reste fondamentalement comparable à une chandelle posée dans le vent. Soucieux de laisser une trace de son passage, et conscient du caractère éphémère de ce passage. Les livres nous donnent l'illusion de transgresser ce caractère éphémère.

Les librairies mieux-être et spiritualité s'efforcent, depuis plus de vingt-cinq ans, de témoigner de la puissance de l'écrit, tout en rappelant que seule la transmission orale, « de la main à la main », donnera à la connaissance transmise l'authenticité nécessaire. Voilà pourquoi la librairie, lieu de rencontre et d'échange des savoirs, lieu où l'on croise des individus en quête de connaissance, de rêves et de partage, restera, quoiqu'en pensent les barbares, un lieu privilégié pour conter les débuts, l'apogée et peut-être la fin, ou l'éternel renouvellement, de l'aventure humaine, dans son sanctuaire le plus profond...

Lorant Hecquet

Président de l'ALEF, Librairies mieux-être et spiritualité  
Libraire à Vézelay, L'Or des Étoiles

[www.mes-librairies.fr](http://www.mes-librairies.fr)



Les ouvrages et autres articles présentés dans ce catalogue sont un reflet des librairies membres de l'ALEF, spécialisées en mieux-être et spiritualité. Comme tout reflet, il est incomplet, il montre des tendances, il est sujet aux variations, aux modes... N'hésitez pas à franchir les portes de nos librairies, à engager le dialogue, à demander à voir les trésors que nos vitrines ne contiennent pas toujours ! Les prix de ce catalogue vous sont donnés sous réserve d'erreurs typographiques et de modification des prix des éditeurs. Ils ne sont valables que pour la France.

## sommaire

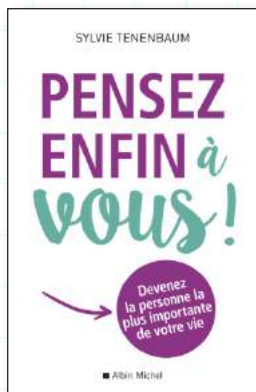
Développement personnel .....	4
Psychologie .....	12
Méditation .....	14
Pensée positive .....	17
Le couple .....	18
Psychogénéalogie .....	19
Féminin, féminin sacré .....	20
Parents et enfants .....	22
Éducation .....	25
Livres pour enfants .....	28
Romans, récits, essais, témoignages .....	30
Deuil, après-vie, au-delà .....	37
Santé, médecines alternatives .....	40
Médecines énergétiques .....	44
Plantes et santé .....	54
Nutrition et santé .....	55
Yoga .....	58
Thérapies corporelles .....	59
Sophrologie .....	60
Écologie, nature .....	61
Économie alternative .....	66
Monde animal .....	66
Aux frontières de la science .....	67
Inde, Hindouisme .....	68
Bouddhisme .....	70
Christianisme .....	73
Islam, Chine, Taoïsme .....	75
Amérique indienne, Égypte ancienne, Franc-maçonnerie .....	76
Traditions occidentales .....	77
Spiritualités .....	78
Chamanisme .....	88
Astrologie, arts divinatoires .....	90
Hypnose, magnétisme .....	91
Jeux, cartes Et tarots .....	92
Pierres et cristaux, rêves .....	94
Parapsychologie .....	95
Radiesthésie, géobiologie, Feng Shui .....	96

Catalogue ALEF N° 52  
Parution septembre 2019

Directeur de la publication :  
Lorant Hecquet

Conception et publicité :  
ALEF, Tél. 03 86 33 30 06  
[contact@librairies-alef.fr](mailto:contact@librairies-alef.fr)

Rédaction et réalisation :  
JLS, Tél. 03 83 24 60 50  
[jls.editions@orange.fr](mailto:jls.editions@orange.fr)



### Pensez enfin à vous!

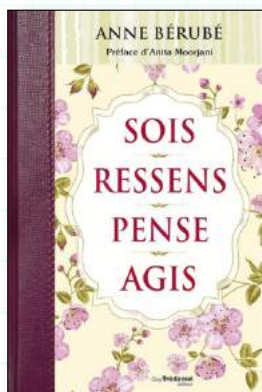
Devenez la personne la plus importante de votre vie

Sylvie Tenenbaum

Certaines personnes semblent ne pas réagir aux coups durs qui les touchent jusqu'au jour où un événement marquant se produit. D'un seul coup, leur vie bascule dans une intense souffrance psychologique. Elles sont désormais tourmentées par des interrogations permanentes, autant de questions liées à l'oubli de soi. Sylvie Tenenbaum amène le lecteur à prendre conscience des causes cachées de cet oubli de soi.

Albin Michel

17,90 €



### Sois, ressens, pense, agis

Anne Bérubé

Suite à un accident de voiture qui faillit lui être fatal, l'auteure s'est appliquée à être et à ressentir afin de connaître une vie épanouissante et en résonance avec l'appel de son âme. Affirmant que le langage de l'être véritable est l'amour, elle enseigne le chemin du réconfort à ceux qui se sentent au bord de la transformation et de l'éveil.

Guy Trédaniel

18 €

### Trouver son chemin de vie

Le chemin du bonheur

Dr Luc Bodin

Des conseils et des exemples à destination de ceux qui s'interrogent sur le sens de l'existence afin de trouver la direction à prendre pour se réaliser pleinement et trouver le bonheur.

Parution novembre.

Guy Trédaniel

9,90 €



### Choisir la joie

Clés pour la force intérieure et la transformation spirituelle

Sanaya Roman

Le lecteur est invité à ouvrir son esprit à une nouvelle vision de la vie orientée vers la joie au lieu de la souffrance. À travers l'enseignement sage et éclairé d'Orin, l'auteure nous amène à explorer de nouvelles manières de faire évoluer notre estime personnelle, de cultiver le calme et la sérénité, de transformer le négatif en positif et de vivre dans la sagesse du cœur. Rapidement, nous ressentons plus de gratitude, de paix intérieure et d'harmonie.

Dauphin Blanc

20 €



### S'épanouir dans la joie

Harmoniser son corps, ses émotions et son esprit

Alain Héril

Ce guide invite chacun à accueillir la joie en soi et à la faire rayonner dans sa vie, non pas comme une compensation aux aléas de l'existence mais comme une manière d'être présent à soi-même, d'harmoniser son corps, ses émotions et son esprit.

Eyrolles

12 €

### L'art d'être libre

Dans un monde absurde

Tom Hodgkinson, préface de Pierre Rabhi

Dénigrant aussi bien les joies factices de la consommation que l'ennui qui s'est abattu sur le monde à la suite de décennies de recherche exclusive du profit, l'auteur propose un manifeste de résistance au monde contemporain et appelle chacun à redevenir un esprit autonome et enfin libre.

Les Liens qui Libèrent

8,90 €

### Le véritable nom du bonheur est la sérénité

Lionel Coudron

Médecin et professeur de yoga, l'auteur propose des outils pour agir sur les points essentiels de l'existence: le corps, l'environnement, les émotions, la relation à l'autre. Des exercices simples ayant une source naturelle, comme le souffle, l'étirement, la pensée positive, sont proposés afin de retrouver un esprit serein dans un corps apaisé.

Marabout

6,90 €

### Du chaos naissent nos étoiles

Carnet de bord d'un apaisement

Élodie Garamond

Addictions et joyeuses névroses, c'était l'avenir qui se proposait à elle lorsque l'auteure a découvert l'art de vivre du yoga pour y explorer sa voie de rédemption. Elle découvre de nombreuses pratiques psychocorporelles qui bousculent et redonnent du sens à sa vie, entre terre et ciel.

Flammarion

14,90 €



## Ho'oponopono, un cadeau pour votre vie

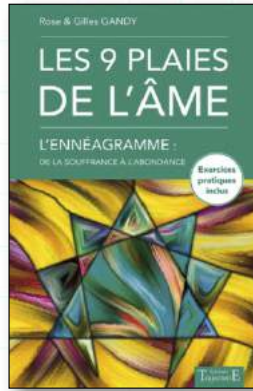
Les 4 clés de la sagesse hawaïenne

Maria Elisa Hurtado-Graciet, Jean Graciet

Un cahier d'exercices pour mettre en pratique les principes de l'ho'oponopono, un art de vivre hawaïen qui propose de développer sa paix intérieure et de transformer ses problèmes en leviers positifs. Avec un bloc de mandalas à détacher et un CD audio.

Jouvence

8,90 €



## Les 9 plaies de l'âme

L'ennéagramme :

de la souffrance à l'abondance

Rose & Gilles Gandy

Des exercices pratiques pour apprendre à utiliser l'ennéagramme, méthode de développement personnel axée sur neuf types de personnalités. Les auteurs associent cette technique à l'approche énergétique chinoise afin d'élever spirituellement l'âme. Chacun pourra aisément se reconnaître et ainsi engager le processus pour évoluer en conscience.

Trajectoire

22 €

## De l'esprit à la matière

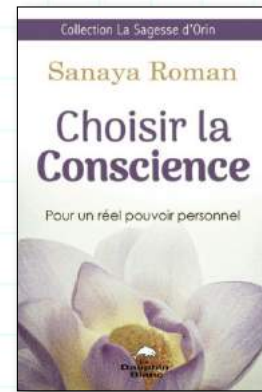
Comment les pensées se matérialisent

Dawson Church

Réflexions sur l'homme et sur l'univers qui l'entoure, inspirées de plusieurs disciplines telles que l'épigénétique, les neurosciences ou la psychologie. L'auteur analyse les capacités de l'esprit humain à transformer le monde.

Dangles

24 €



## Choisir la conscience

Pour un réel pouvoir personnel

Sanaya Roman

Un nouveau livre reçu en canalisation de l'entité Orin, un être d'Amour et de Lumière. Le lecteur apprend à percevoir avec plus de finesse le monde de l'énergie dans lequel il évolue et à comprendre avec clarté ce qui l'influence dans les systèmes de croyances, les formes-pensées et les énergies télépathiques qui l'entourent. Grâce à ce guide de l'éveil intuitif, nous pouvons devenir réceptifs aux guidances intérieures et vivre en pleine conscience au quotidien.

Dauphin Blanc

20 €



## Vivre ho'oponopono en famille

Une sagesse millénaire pour parents et enfants d'aujourd'hui

Nathalie Lamboy

Un moyen de faire prendre conscience aux enfants que rien n'est immuable, de leur transmettre la valeur du mot merci, de les aider à s'aimer, à vivre sereinement avec les autres, à apprendre à composer avec la colère et la jalousie, à ne pas angoisser, et surtout à ne pas rester seuls face à des émotions difficiles. Alors n'hésitez plus : prononcez en silence « Désolé, pardon, merci, je t'aime » et laissez-vous transporter par la magie du Ho'oponopono.

Hachette Pratique

9,95 €



## À la découverte des familles d'âmes

Comprendre qui vous êtes et pourquoi vous êtes là

Bruno Sibile, Dominique de Thier

L'intérêt de connaître sa famille d'âme est double. D'abord pour vous, afin de comprendre votre fonctionnement et trouver votre juste place dans ce monde. Et ensuite pour comprendre les autres. Ainsi, vous comprendrez mieux votre fonctionnement et celui de vos proches.

Exergue

20 €

## La sagesse des chamanes toltèques

Enseignements des anciens maîtres pour notre vie d'aujourd'hui

Don José Ruiz

Des explications et des exercices pour bénéficier quotidiennement des enseignements traditionnels toltèques. Le lecteur est invité à découvrir sa propre vérité, à attiser sa créativité ou encore à éveiller sa conscience.

Guy Trédaniel

16,90 €

## Le pouvoir du cerveau quantique

Comment faire exploser le potentiel caché de votre cerveau

Italo Pentimalli, J.-L. Marshall

Les auteurs exposent leur découverte et leur application d'un savoir antique permettant d'améliorer le potentiel de son cerveau et son bien-être personnel.

Macro Éditions

16,95 €

## La conquête du cerveau : l'aventure ultime

30 secrets pour sourire à la vie

Nathalie Petit

Acteur de nos pensées, mouvements et comportements, le cerveau est d'une grande complexité. En alliant une approche scientifique rigoureuse et un coaching professionnel, l'auteur nous guide pas à pas pour en reprendre le contrôle. Dès lors que l'on comprend le mécanisme qui sous-tend nos comportements, il est bien plus aisé d'appréhender son prochain mais aussi et surtout son moi intérieur.

Quintessence

15 €

## Les promesses de l'intelligence neurosensorielle

manuel pratique et essentiel pour retrouver votre potentiel naturel de transformation

Olivier Masselot, Samy Kallel

Les auteurs expliquent comment faire appel à notre meilleur guide, l'observation de nos sensations corporelles, pour nous libérer rapidement des blocages issus de notre conditionnement et stimuler la lucidité, l'intuition et la créativité. Ils mettent à profit leur expérience de coach et de formateur pour nous proposer une méthode simple, pratique et efficace pour calmer le mental et retrouver notre potentiel intérieur.

Le Courrier du Livre

15 €

## Votre corps en sait plus que votre cerveau

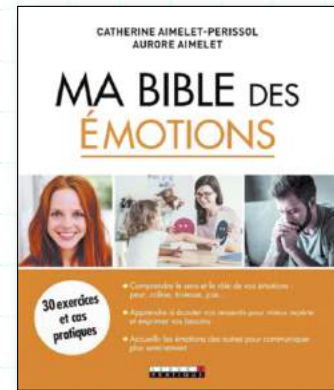
Du lâcher-prise à l'einothérapie

Bernard Sensfelder

Pour l'auteur, la peur et la culpabilité induisent des réflexes malheureux du cerveau qui génèrent le mal-être. Ces blocages laissent des traces dans le corps qui devient réceptacle d'un excès de tensions. Des exercices émaillent l'échange et invitent le lecteur à expérimenter les moyens d'une libération.

Dangles

19 €



## Ma bible des émotions

Catherine Aimelet-Périssol, Aurore Aimelet

Des informations sur le processus émotionnel, les émotions primaires et secondaires ainsi que leur sens et leur rôle afin de comprendre ses besoins profonds. Avec des témoignages, des exercices et des cas pratiques.

Leducs

23 €



## La puissance de la spontanéité

Retrouver son authenticité pour mieux vivre

Sylvaine Messica, illustrations de Philippe-Elie Kassabi

Être spontané, c'est vivre au présent et construire le futur ! La spontanéité, c'est l'art d'être naturel, intuitif, sincère, authentique. Apprendre à exprimer ses émotions, ses pensées, est l'une des clés dont chacun de nous peut s'emparer pour construire une vie plus en harmonie avec ses désirs profonds. Ce guide illustré vous accompagnera tout au long de votre parcours pour vous libérer de vos croyances limitantes, sortir de votre zone de confort pour enfin retrouver votre authenticité.

Eyrolles

18 €

## Créer sa fortune

Attirer l'abondance

Sanaya Roman, Duane Packer

Une technique reposant sur le channeling pour attirer l'abondance de l'Univers sur soi afin de trouver et d'apporter joie de vivre, réussite et santé. Les auteurs se fondent sur les conseils prodigués par leurs propres esprits guides : DaBen et Orin. Avec des exercices à la fin de chaque chapitre.

Mama

24 €

## Judgment detox

La méthode en 6 étapes pour arrêter de juger les autres et soi-même

Gabrielle Bernstein

Une méthode pour apprendre à se départir du besoin d'émettre constamment des jugements sur soi-même et les autres. Afin de trouver la paix, la compassion et le bonheur, l'auteure explique comment se débarrasser d'un esprit critique envahissant et de systèmes de croyances conduisant à l'isolement affectif au moyen de la méditation, de la prière, du yoga et de la libération émotionnelle.

Guy Trédaniel

18 €



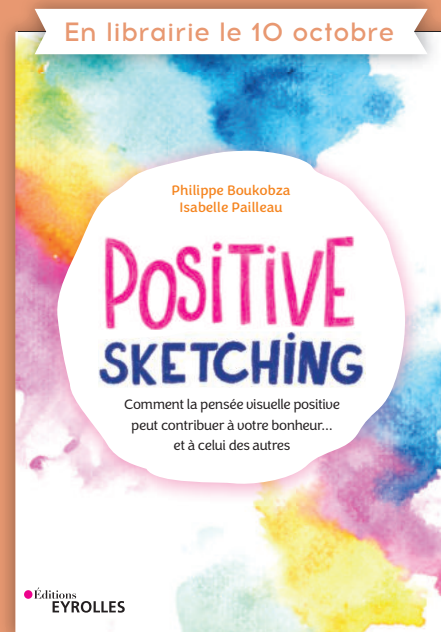
# NOUVEAUTÉS EYROLLES



16€ - 208 pages



18€ - 224 pages



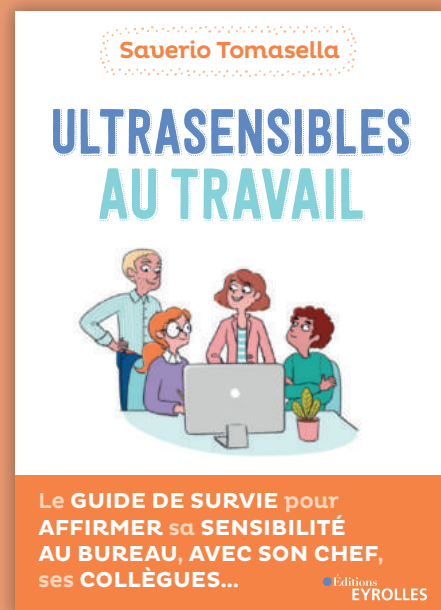
16.90€ - 144 pages



16€ - 192 pages



16€ - 200 pages



16€ - 208 pages



### Les défis de l'adulte surdoué

S'accepter et dépasser  
ses barrières intérieures

Tessa Kieboom, Kathleen Venderickx

Une présentation de la notion de haut potentiel et des moyens de le développer pleinement. Les auteures présentent onze obstacles empêchant les personnes surdouées de prendre leur juste place dans la société ainsi que six lois qui aident les adolescents et les adultes à s'épanouir dans leur vie professionnelle et personnelle.

De Boeck Supérieur

19,95 €

### Merci la vie!

Petites révolutions du bonheur

Anne Wehr

Pétillante trentenaire, Anne Wehr nous confie ses trucs essentiels pour mener une vie simple, saine, sereine, (re)belle, avec légèreté, dans un livre illustré plein de bon sens, d'humour et de bienveillance.

La Martinière

16,90 €

### Le temps de la réconciliation féminin-masculin

Guérir d'un abus, c'est possible

Bianca Saury

La psychothérapeute propose des outils et des solutions afin d'améliorer les rapports entre les hommes et les femmes, de guérir des formes d'abus et de dissiper les malentendus entre les deux sexes. Elle offre une nouvelle voie de réconciliation, une vision unifiée féminin-masculin dans laquelle chacune et chacun doit œuvrer à l'intérieur de soi.

Quintessence

16 €

### Devenez narcissique et sauvez votre peau!

Fabrice Midal

Dans ce livre, Fabrice Midal propose une toute nouvelle interprétation du mythe de Narcisse, qui n'est nullement cet homme coupable de ne penser qu'à lui, mais l'être qui apprend à se rencontrer, à se respecter, à se faire confiance. Contrairement à une illusion tenace, c'est en étant narcissique, en étant en paix avec soi, que nous pouvons développer un rapport authentique aux autres, sans les prendre de haut ni se rabaisser soi-même.

Pocket

6,70 €



### Cultiver son petit jardin intérieur

Ces jardins qui nous font du bien

Martine Laffon

Des jardins clos du Moyen Âge aux jardins zen, des jardins intérieurs des palais arabo-andalous aux jardins ouvriers, l'auteure nous invite à comprendre comment l'humain a toujours ressenti le besoin de se reconnecter à la nature, et comment, avoir un petit coin à soi, c'est aussi avoir son jardin secret pour cultiver son intériorité, faire grandir son esprit, se recentrer pour réaliser ses rêves.

Flammarion

9,90 €



### Vivant

99 outils pour s'écouter,  
se retrouver et aller de l'avant

Étienne Schappler

Avec humilité, simplicité et lucidité, Étienne Schappler vous propose, à travers ces pages, de découvrir une multitude d'outils issus de différents domaines du développement personnel qui vous permettront de répondre à cette question: « Comment trouver du sens dans mon quotidien et me sentir libre et vivant? »

Un monde Différent

16 €

### Demandez à Deepak: Le Succès

Dr Deepak Chopra

Une série de réflexions, de pensées et d'inspirations à propos du succès. Vivez cette formidable aventure qu'est la transformation personnelle et spirituelle, qui apaise l'esprit et l'âme de chacun. Il nous invite, en étant créateur de notre vie, à rencontrer le succès à chaque instant.

J'ai Lu

7,40 €

### Des larmes au succès

Voyage spirituel  
de la souffrance à la lumière

Marianne Williamson

Pourquoi tant de gens souffrent-ils de dépression? Comment sortir du mal-être, du désespoir, de la peur, de la douleur qui limitent nos vies? Ce livre offre une réflexion spirituelle sur la souffrance humaine en abordant à la fois ses causes et sa transcendance. Comme il existe des remèdes naturels aux maladies du corps, il existe des remèdes naturels aux maladies de l'esprit.

J'ai Lu

7,20 €

# Une invitation au voyage à la recherche de sa voix intérieure



1 million  
de lecteurs  
déjà  
conquis !

En librairie le  
18 septembre

6,70€



LES LIVRES DE RÉFÉRENCE EN SPIRITUALITÉ



## Comment sortir du burn-out

Guide pratique

Maryline Gomes

Un livre proposant une démarche pour transformer le burn-out en une expérience positive, une renaissance. Cet ouvrage est le fruit d'un cheminement personnel et professionnel, l'auteure ayant elle-même fait un burn-out, avant de l'analyser en profondeur.

Dervy

18 €

## 7 étapes pour guérir son enfant intérieur et libérer son moi

Susanne Hühn

La thérapeute Susanne Hühn développe des stratégies destinées à lier connaissance avec l'enfant intérieur, à comprendre son fonctionnement, et à le conduire affectueusement et en pleine conscience vers sa guérison. Pour qu'il puisse faire rayonner dans notre vie son imagination positive et sa joie de vivre.

Médicis

21,90 €

## Filmatrix

Changez votre vie grâce au pouvoir caché des films

Virginio de Maio

Lorsqu'un film est prémonitoire, nous reléguons cela au rang de coïncidence. Et s'il ne s'agissait pas de coïncidences, mais d'une combinaison d'éléments déclencheurs? Ce livre analyse la corrélation entre films et physique quantique, et la manière dont on peut l'utiliser pour favoriser des changements importants dans nos vies.

Macro Éditions

18,95 €

## Oser s'incarner

12 clés pour être soi

Marie-Pierre Dillenseger

Une approche intemporelle et originale pour atteindre son plein potentiel dans différents domaines. Savoir être soi au cœur d'un monde de plus en plus pressant est essentiel pour conserver son énergie. Ce livre présente douze clés pour y parvenir en identifiant les pièges qui nous éloignent de nous-même, de façon à retrouver notre chemin personnel. *Parution octobre.*

Mama

23 €

## Respirons

Un souffle profond peut tout changer!

Nicole Bordeleau

Savoir respirer, c'est se servir de son souffle pour se recentrer, solidifier sa confiance en soi et stimuler sa créativité, mais aussi transcender l'anxiété, la peur et la douleur. Nicole Bordeleau raconte cette découverte qui a changé son existence. Elle propose également des exercices pour vous guider vers le meilleur de vous-même.

Nil

18,90 €



## Devenir maître de sa vie

À la rencontre de soi

Marie-Lise Labonté, Jérôme Angey

Une méthode de développement personnel visant à équilibrer les énergies de l'ombre et de la lumière pour la guérison intérieure, faire de meilleurs choix dans la vie ou encore éradiquer les pensées limitantes. Avec un CD audio contenant cinq méditations lues par l'auteure.

Guy Trédaniel

18 €



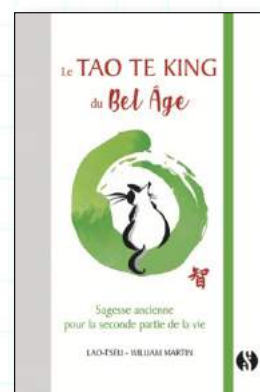
## Le bonheur n'a pas d'âge

Dr Michel Allard

Des conseils pour apprendre à bien vieillir tout en gardant sa joie de vivre. Pour aborder ce sujet, Michel Allard s'est adressé directement aux centenaires. Qui mieux qu'eux, qui ont déjà tout vécu, pour nous parler du bonheur? Existe-t-il un meilleur modèle duquel s'inspirer pour nous aussi, nous aménager une existence la plus longue et la plus heureuse possible?

Le Cherche Midi

20 €



## Le Tao Te King du bel âge

Sagesse ancienne

pour la seconde partie de la vie

William Martin d'après Lao-Tseu

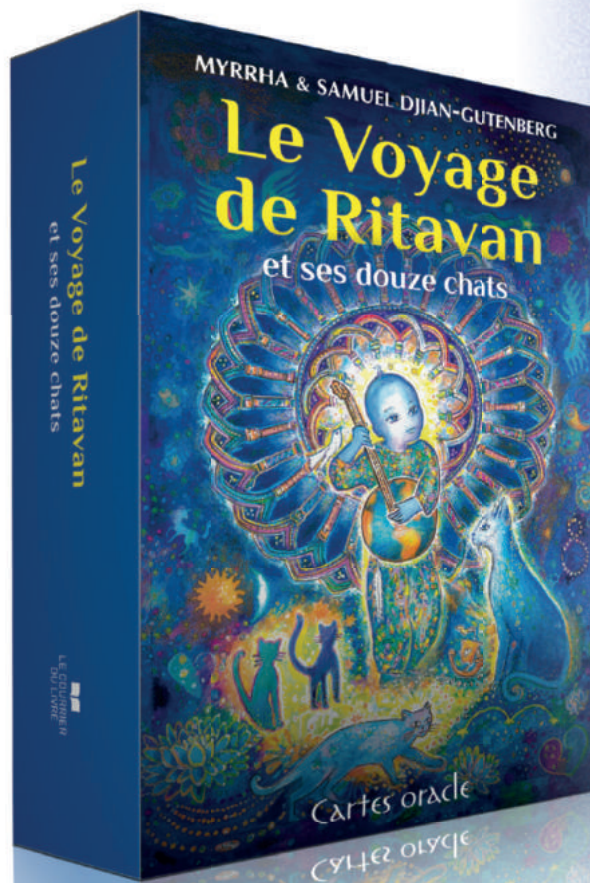
À contre-courant de nos sociétés modernes qui ne vénèrent que la jeunesse, William Martin nous fait redécouvrir la beauté d'être un aîné et redonne ses lettres de noblesse au Bel Âge. Il propose avec tendresse d'affirmer la sagesse qui est en nous et d'assumer le rôle de Sage que la vie nous offre et dont nous pouvons faire bénéficier nos proches comme le monde.

Synchronique

12,90 €

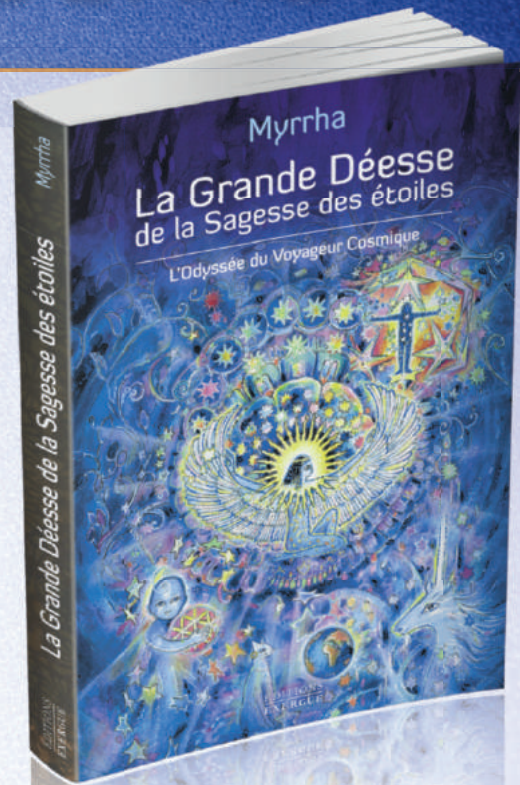
# Myrrha

## ARTISTE DE L'ÂME



### COFFRET CARTES ORACLE

Un livre de 376 pages  
76 cartes oracle  
29,90 €



Un jeune humain abasourdi et éprouvé par le chaos du monde, se lance dans un prodigieux périple pour trouver un sens à sa vie. Cet humain bouleversé est l'un ou l'une d'entre nous. Un être qui refuse sa déchéance et ose abandonner le vulgaire et l'absurde pour accueillir une existence intense et sacrée. Ira-t-il jusqu'au champ éthérique de la lumière, jusqu'à la demeure resplendissante des immortels ?

**UN ROMAN GRAPHIQUE,**  
une BD ésotérique, une œuvre  
d'artiste puissante, inclassable,  
virtuose, poétique et visionnaire...

216 pages - 24,90 €

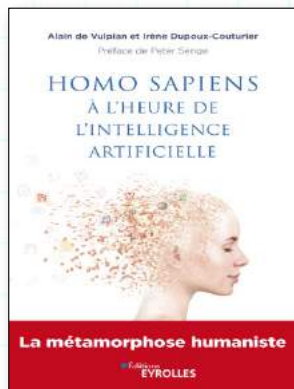
**NOUVEAUTÉ OCTOBRE**

  
LE COURRIER DU LIVRE

ÉDITIONS  
EXERGUE

27, rue des Grands Augustins - 75006 Paris  
[www.editions-tredaniel.com](http://www.editions-tredaniel.com)

EN VENTE  
EN LIBRAIRIE



## Homo sapiens à l'heure de l'intelligence artificielle

### La métamorphose humaniste

Alain de Vulpian, Irène Dupoux-Couturier

Homo sapiens saura-t-il apprivoiser l'intelligence numérique pour un nouvel épanouissement humain ? Homo sapiens est un organisme vivant en évolution qui doit s'adapter à ses nouveaux environnements. Confrontées à des déséquilibres sociaux, économiques, écologiques et techno-scientifiques, nos sociétés perdent confiance dans l'avenir. Peut-être pour la première fois de son histoire, Homo sapiens met en dialogue ses intelligences rationnelle, émotionnelle-relationnelle, sensorielle et spirituelle – et cela change tout.

Eyrolles

18 €

## Homo biologicus

### Comment la biologie explique notre civilisation

Pier-Vincenzo Piazza

Ce que nous sommes vraiment, pourquoi notre espèce fait ce qu'elle fait, défie toute explication rationnelle. En nous plongeant au cœur des révolutions de la biologie, Pier-Vincenzo Piazza nous propose une lecture totalement inédite de l'humain, de ses aspirations et de ses excès. Et montre comment cet *homo biologicus* en décalage avec son époque pourrait enfin évoluer pour le meilleur.

Albin Michel

22,90 €

## Émotions : quand c'est plus fort que moi

### Peur, colère, tristesse, comment faire face ?

Catherine Aimelet-Périssol, Aurore Aimelet

En illustrant leur propos d'exemples, les auteures invitent à accepter et à apprivoiser ses émotions, même douloureuses, plutôt que de chercher à tout prix à les gérer. Elles s'appuient sur la recherche récente en neurosciences pour proposer un nouveau regard sur l'émotion, donner des clés pour mieux comprendre son propre fonctionnement et s'épanouir.

Leduc.s

6,90 €

## Faire face à la perversion

### Des ressources spirituelles inattendues

Lytta Basset

Partout la perversion est un danger réel qui peut culpabiliser, humilier, et même détruire la personne. La psychologie peut nous apporter des outils de défense, mais la spiritualité peut aussi nous aider à « sortir par le haut » de situations inextricables. C'est ce que montre Lytta Basset, en se fondant sur une exégèse originale de récits évangéliques pour répondre à dix facettes de la perversion. L'Évangile ne « juge » pas, mais peut aider concrètement à répondre aux agressions. *Parution octobre.*

Albin Michel

22,90 €

## La contagion émotionnelle

Christophe Haag

Le virus le plus contagieux sur Terre est celui de l'émotion. Quelles sont les émotions les plus contagieuses ? Peut-on se décontaminer d'émotions destructrices ? L'auteur, chercheur en psychologie sociale, vous entraîne dans plusieurs univers extraordinaires. Vous apprendrez de ces univers des choses bien utiles pour votre vie. Un livre salutaire dans un monde où les émotions négatives prennent un pouvoir grandissant sur les esprits.

Michel

21,90 €

## Mort de honte

### La BD m'a sauvé

Serge Tisseron

Serge Tisseron raconte son long parcours pour sortir des hontes diverses qui ont marqué son histoire. Ce récit éclaire les mécanismes de résilience de l'auteur et les fondations inattendues de ses orientations théoriques. Il éclaire la question brûlante des sévices imposés aux enfants, leurs séquelles indélébiles et les chemins détournés qui permettent de se reconstruire.

Albin Michel

17 €

## Le pouvoir du symbole

### Synchronicités, archétypes et mandalas selon l'approche jungienne

Mireille Rosselet-Capt

Inspirés par la psychologie jungienne, des outils pour apprendre à décoder les symboles, qui peuvent surgir dans un rêve, une image, un mandala, et à apprécier leur pouvoir de transformation.

Jouvence

18 €

## Les nuits de Jung

### Mystique et psychologie du Livre rouge

Luca Governatori

Un décryptage du *Livre rouge* de C.G. Jung, ouvrage posthume dans lequel le psychanalyste a consigné ses expériences secrètes de rêves et de visions, décrivant une extravagante odyssée intérieure, une généalogie vivante des métamorphoses de l'âme. Luca Governatori montre comment ce texte sauvage et halluciné forme le noyau volcanique de tous ses travaux.

Almora

22 €

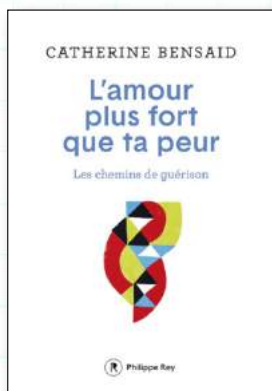
## La structure de l'âme

Carl Gustav Jung

Un texte inédit de C. G. Jung, publié en 1928 dans la *Revue Métapsychique*. Se situant dans la tradition philosophique occidentale, Jung y expose sa conception de la psyché, mettant en avant une conscience dotée d'un centre, le moi, et disposant d'une énergie, la volonté, laquelle est arrachée à l'instinct et à l'inconscient grâce à l'action symbolique des archétypes et des rituels.

L'Esprit du Temps

10 €



## L'amour plus fort que ta peur

Les chemins de guérison

Catherine Bensaid

En s'appuyant sur les retours de ses patients, la psychiatre donne des conseils et des pistes de réflexion pour vaincre ses peurs. Mettant en lumière les obstacles, elle permet à chacun d'apprendre à se transformer progressivement en s'ouvrant à soi-même et à la vie.

Philippe Rey

17 €

## Guérir, un chemin d'amour et de conscience

Joëlle Maurel, préface Dr Gérard Vigneron

Les bienfaits de la méditation, du yoga et de la relaxation sont enfin reconnus. Joëlle Maurel mêle son expérience clinique à ses recherches sur la conscience pour nous enseigner comment, au quotidien, entretenir notre santé ou guérir. Elle nous propose des exercices et des conseils simples à mettre à l'épreuve au quotidien. Le CD propose 3 h 30 de méditations guidées.

Guy Trédaniel

24,90 €

## Les pervers narcissiques

Qui sont-ils? Comment fonctionnent-ils? Comment leur échapper?

Jean-Charles Bouchoux

L'auteur décrit les personnalités perverses narcissiques à travers leur fonctionnement au quotidien : le refus de la réalité, le détournement de la parole, la culpabilisation de l'autre ou encore l'impossibilité de se séparer. Il s'interroge sur les origines de la perversion et donne aux victimes des pistes pour contrecarrer les tentatives de manipulation ou d'emprise.

Eyrolles

18 €

## Hypersensibles au travail

Le guide de survie des empathiques et sensibles qui s'ignorent

Saverio Tomasella

Dans un contexte favorisant la pression au travail, les hypersensibles sont particulièrement exposés à se sentir vulnérables et inadaptés au bureau. L'auteur donne des conseils pour aider les hypersensibles à s'épanouir dans leur vie professionnelle et à gérer leur empathie surdéveloppée, leur perfectionnisme et leur sens du détail.

Eyrolles

16 €



## Au risque d'être soi

Explorer les profondeurs de la mémoire du corps et dépasser enfin ses souffrances

Myriam Brousse

Psychothérapeute et fondatrice de l'École en mémoire cellulaire, l'auteure esquisse un chemin vers la compréhension et la guérison de l'âme, en donnant des clés pour sortir de ses impasses, comprendre sa place dans l'univers et modifier son regard sur la mort et le sens de la vie.

Eyrolles

16 €

## Moins d'ego... plus de joie!

Un chemin de liberté

Christophe Massin

Démontrant que l'ego est la source de nombreuses souffrances, l'auteur propose de se défaire de ses angoisses en expliquant ce qu'il révèle des réactions incomprises et douloureuses pour soi et pour les autres. Il illustre son propos d'exemples tirés de son parcours personnel.

Points

11,95 €

## Les surdoués et les autres

Penser l'écart

Carlos Tinoco, Sandrine Gianola,

Philippe Blasco

Trois psychanalystes proposent un regard fondé sur leur expérience personnelle et leurs pratiques cliniques, rejetant l'idée d'une dette de performance ou de la nécessité d'adaptation à une norme comportementale et affective. Cette analyse du fonctionnement de l'intelligence des personnes précoces souligne la prégnance de la conscience du temps et de la mort sur la cognition.

LGF

8,90 €

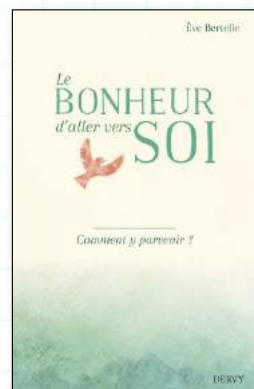
## Stop au burn-out!

Anne-Lise Schwing

Un programme de dix semaines, destiné aux personnes exerçant des métiers en interaction avec des tiers, des clients ou des patients, pour affronter le stress au travail, mieux communiquer et s'affirmer. La psychiatre explique comment trouver la bonne distance relationnelle afin d'éviter l'épuisement professionnel et propose des tests, des questionnaires et une méthode de travail sur soi.

Odile Jacob

18,90 €



## Le bonheur d'aller vers soi

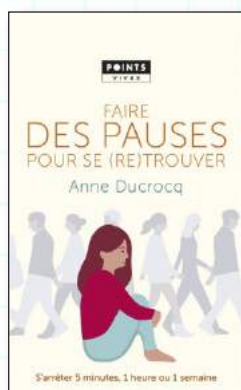
Comment y parvenir?

Ève Bertelle

Ce livre est l'œuvre d'une survivante, qui a éprouvé dans sa chair les ressorts invisibles de ce qui mène de la survie à la vie. C'est l'œuvre d'une thérapeute jungienne expérimentée, qui nous livre les clés pour aller vers soi, ne plus brader la vraie vie.

Dervy

20 €



### Faire des pauses pour se (re)trouver

S'arrêter 5 minutes,  
1 heure ou 1 semaine

Anne Ducrocq

Prendre le temps de se poser est devenu essentiel pour éviter de se réveiller un jour en ayant l'impression d'être passé à côté de sa vie. Afin de souffler et de se recentrer, Anne Ducrocq nous fait découvrir tous les bienfaits des pauses, que ce soit pour cinq minutes, une journée ou une semaine : calmer le mental agité, se reconnecter à soi, à son corps, à la nature et au monde, raviver sa vie spirituelle. Avant de rejoindre les autres, renouvelé.

Points

7,80 €

### Un prof heureux peut changer le monde

La pleine conscience à l'école

Thich Nhất Hanh, Katherine Weare

Une approche non seulement complète mais aussi éthique et respectueuse de l'enfant. Composé d'exercices de méditation faciles à suivre, de conseils, de propositions d'activités, ce manuel guidera les enseignants dans leur pratique de la pleine conscience, dans leur classe et auprès de leurs élèves, mais également au sein de leur propre vie.

Pocket

10,80 €

### Méditation musicale

Comment méditer avec les plus belles musiques du monde

Gérard Kurkdjian

Cette méditation s'appuie sur des musiques choisies dans les répertoires de divers courants musicaux. Cette forme singulière de recueillement s'appuie sur la charge spirituelle que porte en elle la musique. Celle-ci va devenir l'objet, le support central d'une nouvelle forme de contemplation, au sein de laquelle elle va pouvoir libérer sa nature profonde de véritable flux d'énergie spirituelle. Avec la méditation musicale, la musique devient ainsi un mandala mélodique et rayonnant.

Dervy

13 €



### Le grand livre de la pleine présence

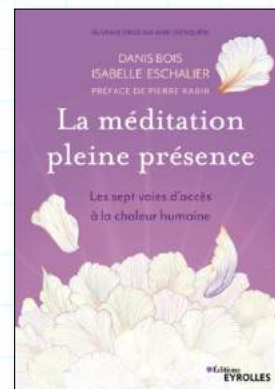
Attentive, ouverte et bienveillante

Denys Rinpoché

Le manuel le plus complet qui soit sur les techniques de pleine conscience. Connues et mises au goût du jour sous le terme de Mindfulness, elles s'enracinent en fait dans l'immense héritage indien et bouddhiste légué par l'Orient. Denys Rinpoche a voulu écrire un véritable manuel de méditation pour notre époque, qui regroupe à la fois la substantifique moelle des enseignements millénaires du Bouddha et les acquis des psychologies d'aujourd'hui. Un formidable outil d'évolution pour retrouver l'harmonie.

Albin Michel

25 €



### La méditation pleine présence

Les sept voies d'accès à la chaleur humaine

Danis Bois, Isabelle Eschalière

Préface de Pierre Rabhi

Ouvrage dirigé par Anne Ghesquière

Découvrez, dans cet ouvrage, une nouvelle forme de méditation qui enrichit la pleine conscience en intégrant la dimension corporelle et la qualité relationnelle de la présence. L'expérience vécue dans la méditation pleine présence révèle tout un univers de chaleur intérieure, qui réchauffe le cœur et se diffuse à l'ensemble du corps. Elle nous oriente vers une humanité plus incarnée dans laquelle l'homme devient plus présent à lui-même, à autrui et au monde. Elle mobilise ce qu'il y a de plus grand dans l'homme.

Eyrolles

18 €

### La méditation, c'est bon pour le cerveau

Steven Laureys avec la participation de Matthieu Ricard

Neurologue spécialisé dans l'étude de la conscience, l'auteur rend compte des résultats de recherches consacrées à l'effet de la pratique de la méditation sur le cerveau et la santé en général. À partir de l'étude du fonctionnement du cerveau de Matthieu Ricard et d'autres méditants experts, il montre comment s'entraîner à méditer renforce et améliore les interactions entre le corps et l'esprit.

Odile Jacob

21,90 €



# QUELLE SERA VOTRE PROCHAINE EXPÉRIENCE ?

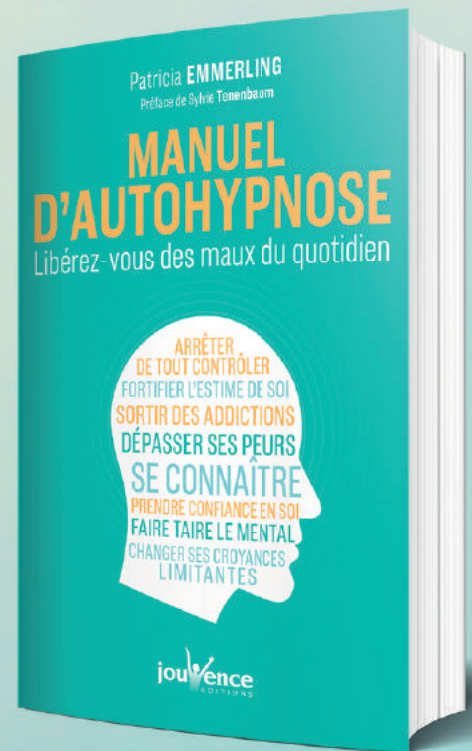


160 pages - 14,90€

« Il n'y a pas de hasard,  
il n'y a que des rendez-vous »  
Paul Éluard



224 pages - 16,90€

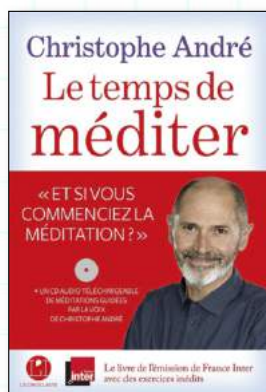


192 pages - 17€

**jou**vence  
EDITIONS

[www.editions-jouvence.com](http://www.editions-jouvence.com)





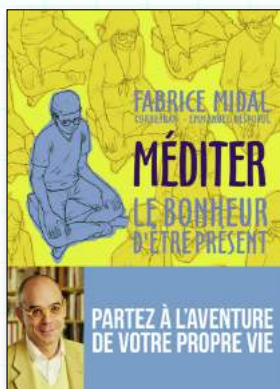
### Le temps de méditer

Christophe André

Un ouvrage permettant d'approfondir la pratique de la méditation au moyen d'explications sur ses différents aspects, d'exercices simples pouvant être accompagnés de séances audio grâce au CD fourni, ainsi que d'un choix d'extraits de grands auteurs évoquant le thème proposé.

L'Iconoclaste

19,90 €



### Méditer

#### Le bonheur d'être présent

Fabrice Midal, Corbeyran,  
Emmanuel Despujol

Un jour, tandis que je racontais mon parcours à un ami, je pris conscience des difficultés qui avaient été les miennes tout jeune. Je pus mesurer à quel point la découverte et la pratique de la méditation m'avaient sauvé par la suite. J'ai pensé que le partage de mon expérience pouvait aider mes amis et mes lecteurs. *Parution octobre.*

Philippe Rey

20 €

### Secrets de méditation

#### Livre + CD

Davina Delor

Davina Delor souhaite partager les bienfaits et le bonheur de la méditation. Elle propose une trentaine de méditations de sa composition, pour se laisser guider tout en douceur. Un CD, joint à l'ouvrage, est composé de douze méditations inédites créées par Davina sur les musiques de Logos.

Dangles

17 €

### Exercices de méditation laïque

Louis Genet

Une approche laïque des techniques enseignées par des maîtres spirituels de l'Himalaya. En ne faisant pas référence aux origines religieuses, cet ouvrage s'adresse au plus grand nombre avec des exercices de méditation pouvant s'adapter à tout environnement professionnel, familial, personnel.

Dervy

13,90 €

### Je médite en mouvement

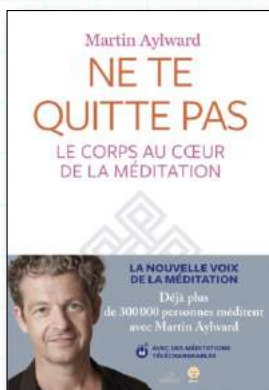
#### 21 exercices de méditation pour cultiver l'estime de soi

Janine Bharucha

Cette technique de méditation en mouvement est simple, accessible à tous et allie l'état de quiétude à un travail sur le souffle, l'équilibre, la concentration et une circulation de l'énergie plus dynamique dans le corps. 21 mouvements pour se reconnecter à soi-même dans le moment présent, pour être dans son axe, développer sa conscience corporelle dans l'espace et sa concentration.

Grancher

18 €



### Ne te quitte pas

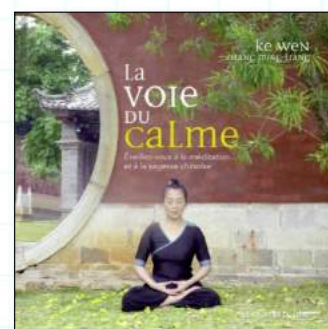
#### Le corps au cœur de la méditation

Martin Aylward

Une introduction à la pratique de la méditation centrée sur le corps. « Mon intention est de vous conduire en plein cœur de votre vie. À l'intérieur de votre corps, là où tout se passe ; à l'intérieur d'une qualité d'écoute plutôt que d'un savoir, de ressenti plutôt que de réaction. Cette pratique méditative est radicalement transformatrice. »

Les Arènes

22,80 €



### La voie du calme

#### Éveillez-vous à la méditation... et à la sagesse chinoise

Ke Wen, Zhang Ming Liang

La voie du calme est une méthode pour trouver l'équilibre intérieur par la méditation. Cet ouvrage est une très belle initiation aux quatre grandes sagesse chinoises : le taoïsme, le confucianisme, le bouddhisme et la médecine chinoise.

Le Courrier du Livre

23,90 €

### Comment s'ouvrir à l'amour véritable

#### Grâce à la méditation

Sharon Salzberg

Pour l'auteur, grande figure du bouddhisme occidental, la réponse est simple : l'amour est là, en nous, au quotidien, sans restriction. À nous de franchir les barrières qui nous en empêchent. En s'appuyant sur des exercices de méditation, Sharon Salzberg déconstruit tous les mécanismes mentaux qui nous limitent et nous brident, avant de nous rappeler à l'essentiel : pratiquer la bonté, la compassion et savoir pardonner pour, enfin, apprendre à aimer et à s'aimer.

Pocket

6,95 €



**Comment vivre mieux?**

Collectif sous la direction d'Éric Fottorino  
 À travers de nombreuses enquêtes et analyses, entretiens et reportages, ce volume nous ouvre les voies et moyens de reprendre la main sur notre vie, à commencer par notre temps. Comment se débarrasser de la sensation de fatigue en agissant sur le sommeil, l'alimentation et le parcours professionnel.

Philippe Rey

9 €



**Une brève histoire de tout**

Ken Wilber

De la science à la philosophie, de la méditation aux droits de l'homme, de l'histoire à l'écologie ou à la psychologie, Ken Wilber navigue à travers la multitude d'aspects qu'a pu prendre, chez l'être humain, le sens de la vie.

Mortagne

25 €



**Les Finlandais sont des gens heureux**

Le sisu ou comment retrouver sa force intérieure

Katja Pantzar

Les clés d'une philosophie méconnue mais vieille de plusieurs siècles, fondée sur le courage, l'intégrité et l'espoir. Vous aussi, apprenez à cultiver votre Sisu et soyez heureux comme un Finlandais!

Belfond

18 €

En septembre pour la rentrée

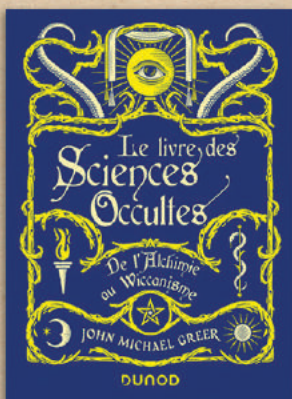


9782729620516 - 16,90 €



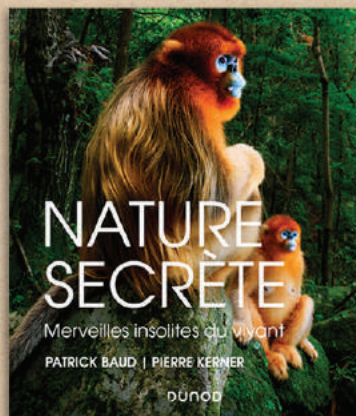
9782729620165 - 16,90 €

En octobre pour Halloween



9782100791811- 24,90 €

En novembre pour les Fêtes



9782100789504 - 29 €

À découvrir dans nos librairies

### Au cœur du tantra

**Le culte de la féminité**

André Van Lysebeth

Un essai sur la pratique du tantrisme visant à apporter une vision différente de la sexualité, une méditation au sein du couple et un moment de communion.

J'ai Lu 9,50 €

### Le pacte des (futurs) parents

**Mieux vaut vérifier son parachute avant de sauter dans le vide!**

Sylvain Tillon, Clarence Thiery

Des conseils pratiques pour élaborer des règles dans le couple pour préparer l'arrivée d'un enfant et être en accord dans son éducation.

Eyrolles 14,90 €



### Osez l'amour... pour toujours

Yvon Dallaire

L'auteur se penche sur la formation du couple, ces premiers moments de pure passion où l'absence de l'autre est difficile à vivre, où le désir s'enflamme au moindre regard, au moindre toucher. Il aborde ensuite le quotidien, qui prend petit à petit le dessus sur la passion. À la fin, vous trouverez un test qui vous permettra d'évaluer votre taux de bonheur conjugal, histoire de vous confronter à vous-mêmes et à votre couple.

Un Monde Différent 16 €

### Rituels de femmes pour s'initier à la communication amoureuse

Caroline von Bibikow

Dans ce manuel qui s'adresse autant aux femmes qu'aux hommes, Caroline von Bibikow, communicologue, propose des pratiques rituelles pour initier une communication vivante au sein du couple. Car face aux nombreuses difficultés que rencontre une relation amoureuse, la communication est une clé de réussite.

Le Courier du Livre 18 €



### Le Tao Te King du couple

**Sagesse ancienne pour amants d'aujourd'hui**

William Martin d'après Lao-Tseu

Loin d'ériger des règles et d'imposer des modèles, ce livre propose avec poésie et finesse une profonde réflexion sur l'amour et sur ce qui importe réellement dans une relation. Il nous invite à laisser s'épanouir librement l'amour et l'harmonie au sein du couple et à profiter de chaque instant.

Synchronique 12,90 €

### Faire l'amour avec amour

**L'union entre le cœur et la sexualité**

Marie-Lise Labonté

Cet ouvrage propose une immersion dans notre territoire sexuel et notre territoire amoureux, lieux où nous nous sommes protégés, lieux où nous avons laissé les autres nous envahir, lieux où nous avons dévié notre force naturelle et spirituelle.

Guy Trédaniel 22 €

### La sexualité après 50 ans

Béatrice Devaux-Stilli

La sexualité est importante à tout âge. L'auteur nous propose une approche englobant tous les paramètres afin de vivre une sexualité épanouie après la cinquantaine. Conscientisation du corps, du couple, de l'énergie et de l'acte sont présentes dans cet ouvrage. Ce livre s'adresse non seulement aux couples, aux personnes approchant cet âge mais également à celles intéressées à vivre une sexualité consciente.

La Source Vive 22 €



### Et si vieillir libérait la tendresse...

Marie de Hennezel, Philippe Gutton

Une exploration d'un regain de tendresse qui se produirait dans la vie affective des seniors à l'arrivée du grand âge. Les auteurs expliquent, appuyés par des témoignages, comment hommes et femmes sont capables de déployer des trésors de séduction, de sensualité et d'affection à la faveur de cette nouvelle saison de la vie.

In Press 14,90 €

### Sexpérience

**Les réponses aux questions des ados**

Isabelle Filliozat, Margot Fried-Filliozat

Un livre qui parle de la vraie sexualité, celle où l'on s'épanouit dans la tendresse et le respect de l'autre. Mère et fille ont uni leurs talents pour apporter aux jeunes les valeurs humaines, connaissances et compétences émotionnelles et sociales fondamentales sur ce sujet si sensible. Ce livre aborde tous les sujets de la sexualité des jeunes et de la relation à l'autre.

Robert Laffont 18 €



**Après la maltraitance**

Se libérer des blessures de l'enfance

Sarah Laporte-Daube

On connaît aujourd'hui les conséquences néfastes des traumatismes subis par l'enfant sur la construction de sa personnalité, qui entraînent à long terme des problématiques psychologiques. Un livre menant à la reconstruction de soi lorsqu'on a été victime de maltraitance.

L'Homme

18 €



**La relation entre les adultes et leurs parents**

Faire évoluer le lien tout au long de la vie

Sylvie Galland

Éprouvez-vous parfois de l'ennui ou de l'agacement quand vous rendez visite à vos parents? Si tel est le cas, c'est le signe qu'un changement devrait intervenir dans votre relation. Mais comment jouer votre rôle de fils ou de fille, une fois parvenu à l'âge adulte? Et comment être parent d'adultes?

L'Homme

16 €



**Survivre aux parents toxiques**

Grandir face à un parent manipulateur pervers narcissique

Julie Arcoulin

L'auteure donne les clés pour identifier un parent toxique. Elle nous guide sur le chemin de la libération et de la reconstruction. Des conseils aident les victimes et leurs proches à identifier la relation toxique pour pouvoir en sortir et se reconstruire.

Le Courier du Livre

18 €



304 pages / 18 €

dauphin ÉDITIONS

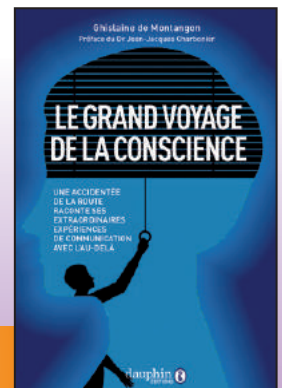
www.editionsdudauphin.com

43-45 rue de la Tombe-Issoire 75014 Paris

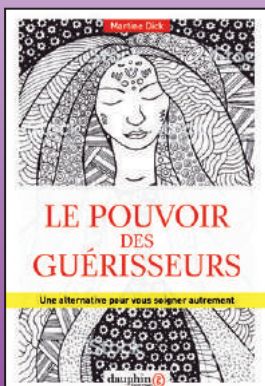
Tél. : 01 43 27 79 00 Fax : 01 43 27 76 31

contact@editionsdudauphin.com

**NOUVEAUTÉS**



192 pages / 18 €



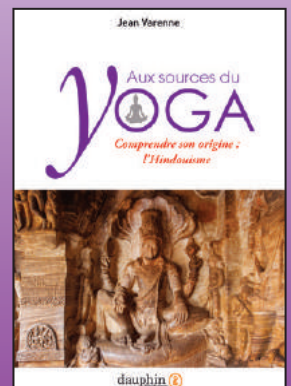
416 pages / 23 €



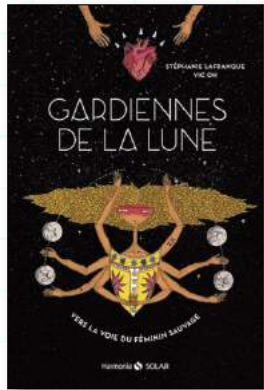
150 pages / 18 €



248 pages / 20 €



204 pages / 19 €



## Gardiennes de la Lune

Vers la voie  
du féminin sauvage

Stéphanie Rigogne-Lafrique, Vic Oh

L'auteure donne des conseils aux femmes pour un développement personnel en accord avec la Lune. Elle explique comment les lunaisons, qui correspondent à des moments énergétiques, influencent le quotidien, et comment se servir de l'astre comme un outil de connaissance de soi, pour apprendre à identifier et respecter ses rythmes ou encore déterminer les moments propices à chaque action.

Solar 19,90 €

## Cycle féminin et contraceptions naturelles

Pour une féminité  
consciente et épanouie

Audrey Guillemaud

Illustrations Alice Wietzel

Formatrice en contraception naturelle, Audrey Guillemaud vous propose de découvrir les rythmes énergétiques et biologiques du cycle féminin, l'historique et l'efficacité des méthodes de contraception naturelle, la symptothermie, méthode globale de gestion de la fertilité. Avec un cahier pratique pour comprendre son cycle sur trois mois grâce à une méthode d'observation ainsi que des outils et des exemples commentés.

Hachette Pratique 19,95 €



## Les voix du Féminin

40 messagères engagées

Collectif

40 femmes engagées sur un chemin de transmission, d'accompagnement ou d'exploration personnelle sur l'expression de leur féminité, nous livrent leur recherche d'une nouvelle identité féminine. Elles s'intéressent aux valeurs telles que : prendre soin de soi, des autres, s'investir dans la société, pour la planète, pour la communauté féminine...

Le Souffle d'Or 14,90 €

## Le cercle des guérisseuses

Jean-Philippe de Tonnac

Des portraits de femmes guérisseuses : naturopathes, exorcistes, chamanes ou encore médiums. Ayant lui-même reçu leurs soins, l'auteur les interroge sur leurs dons, la façon dont elles ont commencé à exercer leur métier ainsi que la place qu'elles occupent dans la vie de leurs patients.

Guy Trédaniel 19,90 €

## Devenir femme de mère en fille

Malvine Zalberg

Le mystère de la féminité est une colle puissante qui relie mère et fille. Pour mieux percer ce mystère la fille se colle, avec amour, à elle, en l'observant de près. Mais un jour elle devra renoncer à chercher la réponse auprès de sa mère s'en éloigner juste assez pour trouver une façon bien à elle d'être femme. En partant des très nombreuses relations mère-fille au cinéma, Malvine Zalberg, psychanalyste, isole de façon très vivante les fils qui tissent ce lien si particulier.

Albin Michel 21,90 €

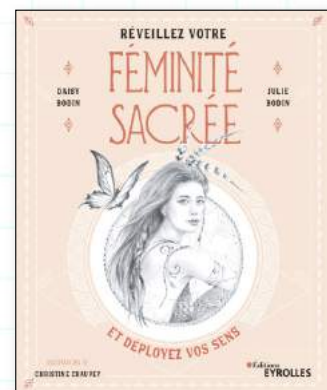
## Les sagesse du cercle

La résurgence  
de la spiritualité féminine

Claire Jozan-Meisel

Le féminin est présenté ici à travers différentes cultures, traditions et spiritualité, qui donne des clés d'épanouissement personnel et de transformation. Claire Jozan-Meisel présente le cercle comme un symbole universel que l'on retrouve dans diverses traditions millénaires. Le féminin, présenté à travers ces différentes cultures, traditions et spiritualités, donne des clés d'épanouissement personnel et de transformation.

Le Souffle d'Or 18 €



## Réveillez votre féminité sacrée

Et déployez vos sens

Daisy Bodin, Julie Bodin

Illustrations de Christine Chauvey

Découvrez ou redécouvrez votre essence féminine à travers des rituels et ateliers concrets pour œuvrer vers votre propre épanouissement. Cet ouvrage vous guide avec bienveillance vers votre intériorité pour exprimer votre vraie nature et accomplir vos rêves. Laissez-vous porter par les pages de ce voyage spirituel et accueillez l'enchantement au cœur de votre féminité jusqu'au bout de votre sixième sens...

Eyrolles 19,90 €

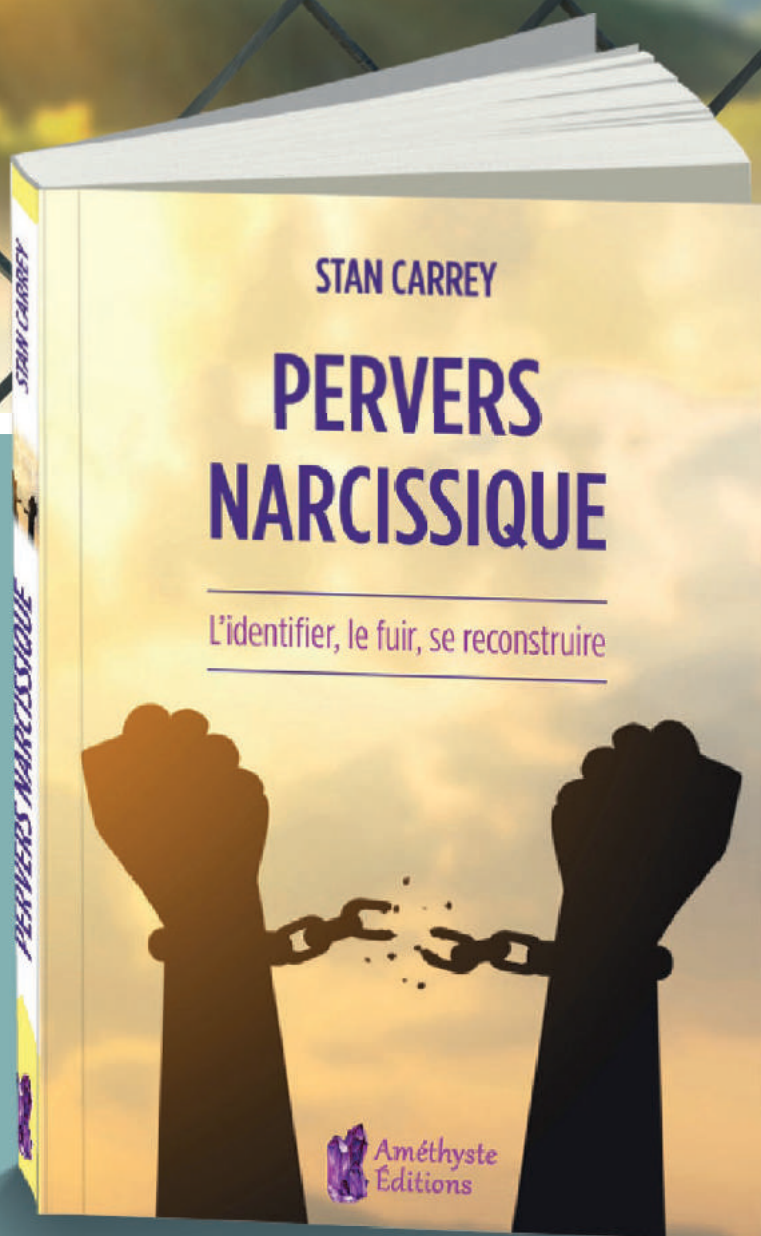


**LIBÉREZ-VOUS  
DE SON EMPRISE ET  
RECONSTRUISEZ-VOUS**

« Une approche pragmatique,  
à la psychologie fine  
et surtout à l'expérience  
très bien documentée »

« Un véritable guide de survie  
et même de résilience ! »

« Un livre incroyablement  
pédagogique »



18 euros - 268 pages - ISBN : 979-10-97154-19-6

Diffusion : Géodif  
Distribution : Sodis

 Améthyste  
Éditions



[www.alliance-magique.com](http://www.alliance-magique.com)



### La puissance du féminin

Libre, sereine et sacrée:  
renouez avec vos forces profondes

Camille Sfez, préface de Monique Grande Psychologue clinicienne et formatrice, l'auteure accompagne les femmes en individuel ou en groupe pour favoriser l'émergence d'une nouvelle conscience de soi en tant que femme. Des conseils pour apprendre à faire la paix avec son corps de femme, révéler son féminin profond grâce aux rituels, renouer avec sa *puissance sauvage*, réconcilier l'âme, le cœur et l'esprit.

Leduc.s

18 €

### Femme et sorcière

À l'écoute de ses rêves

Amala Klep Kremmel

Découvrez comment dépasser le carcan de la *femme active* vers la puissance de la *femme sorcière* grâce aux rêves nocturnes et à la méthode du *Dialogue Intérieur*. Amala Klep Kremmel donne les clés pour qui souhaite se donner la possibilité d'être à la fois humaine et spirituelle, sociale et incarnée. Les rêves nous offrent les ressources pour ancrer notre présence dans la réalité extérieure. *Parution octobre.*

Le Souffle d'Or

22 €

### L'éveil des sorcières

Initiez-vous à la sagesse des femmes

Katia Bougchiche

L'auteure propose aux femmes un rituel initiatique, des conseils et des exercices pour libérer leur énergie, se retrouver intimement et rayonner: rituels, prières, pierres, cartes, entre autres.

*Parution octobre.*

Leduc.s

19 €

### Le Féminin sacré

Sagesses et pratiques ancestrales  
pour renouer  
avec la déesse qui est en vous

Tanishka

Tanishka présente les principales cultures de la déesse et explique comment leurs enseignements et pratiques peuvent vous *autonomiser* et transformer votre vie. Elle vous apprend à renouer avec votre féminité, vos cycles naturels et votre intuition. *Parution octobre.*

Médicis

18 €

### La femme surdouée

Double différence, double défi

Monique de Kermadec

Les femmes à haut potentiel se heurtent plus que les autres au machisme ambiant. Ce livre leur donne les clés pour optimiser leur potentiel. Monique de Kermadec, psychothérapeute, met en lumière les nombreuses barrières sociales et professionnelles auxquelles se heurtent ces femmes qui se sentent en décalage, et elle leur donne des clés pour optimiser leur potentiel afin d'arriver à assumer le rôle qu'elles pourraient avoir dans notre société.

Albin Michel

17,90 €

### Le pouvoir de la colère des femmes

Soraya Chemaly

La journaliste décrypte les causes et l'ampleur de la colère des femmes tout en affirmant son utilité comme outil contre l'oppression tant personnelle que politique. Alors que l'écrasement social et culturel de leur fureur est un moyen de limiter et de contrôler leur pouvoir, l'expression de cette rage est le signe d'un élan vital, un catalyseur du changement ouvrant la voie à leur libération. *Parution octobre.*

Albin Michel

22 €



### Guide du cerveau pour parents éclairés

Stéphanie Brillant

Des informations sur le cerveau de l'enfant et sur son fonctionnement, accompagnées d'exercices pratiques et de jeux faciles à expérimenter dans la vie de tous les jours, afin de stimuler le développement de cet organe.

Actes Sud

22 €



### Comment parler à ses enfants?

Les conseils d'une psy  
pour aborder avec eux  
les sujets délicats

Florence Millot

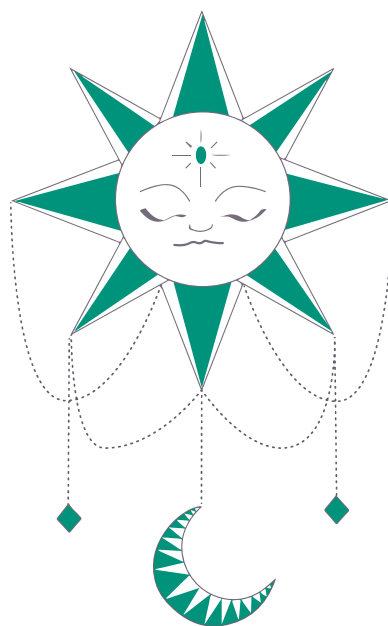
Des réponses pour aborder avec ses enfants les problématiques courantes (l'amour, la sexualité, le chômage, le divorce), les questions existentielles (la mort, la religion, la différence) et les sujets contemporains (le terrorisme, le harcèlement, le racisme). Avec des clés pour cerner les émotions des enfants et des fables illustrant le propos.

Albin Michel

17,90 €



# Laissez-vous guider par la collection des Oracles d'Isa



24,90 € – 160 pages – 9782361882891



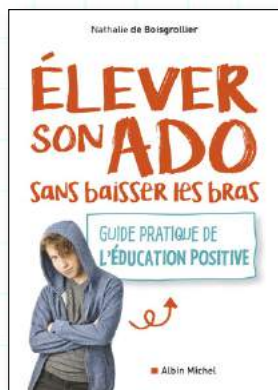
24,90 € – 152 pages – 9782361882907



24,90 € – 160 pages – 9782361883034



24,90 € – 160 pages – 9782361883027



## Élever son ado sans baisser les bras

Guide pratique de l'éducation positive

Nathalie de Boisgrollier

Faire des ados des adultes joyeux, autonomes et épanouis, c'est possible ! L'auteure invite les parents à découvrir ce que leur ado leur dit d'eux-mêmes. Puis elle leur donne des repères et des outils efficaces pour accompagner leur ado afin de mieux communiquer avec lui/elle, l'aider à gérer des émotions nouvelles, l'aider à acquérir une bonne confiance en lui, à découvrir ses talents et à trouver sa voie.

Albin Michel

16,90 €

## Tous les enfants sont doués

Comment découvrir et nourrir les talents de votre enfant

Pr Gerald Hüther, Uli Hauser

Partant du préalable que tout enfant possède à la naissance de nombreux talents, les auteurs proposent une méthode d'apprentissage pour favoriser le développement et l'épanouissement de leurs capacités naturelles. L'exploration, l'expérience, la résolution de problème, mais aussi l'enthousiasme et la liberté sont les facteurs déterminants de cette pratique éducative.

Les Arènes

17,90 €

## Calme ta colère

Le petit livre qui va aider les parents d'enfants précoces

Béatrice Millétre

Un guide pratique pour faire la part des choses entre les émotions normales et celles plus spécifiques aux enfants surdoués, qu'il faut pouvoir accompagner.

Payot

10,50 €

## TDAH chez les ados

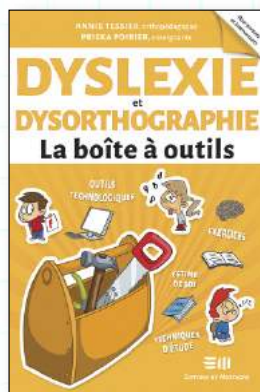
Stratégies et techniques pour gérer le TDAH

Ariane Hébert, Christiane Sylvestre

Quels sont les symptômes du TDAH chez l'adolescent et ses conséquences pendant cette période de vie ? Quels sont les risques de la médication pour ces jeunes en quête d'expériences nouvelles ? D'où proviennent les difficultés rencontrées au quotidien ? Ces questions, fréquemment soulevées, trouveront réponse dans ce guide.

Mortagne

15 €



## Dyslexie et dysorthographe

La boîte à outils

Annie Tessier, Priska Poirier

Comment savoir si mon enfant est dyslexique ou dysorthographe ? Quelles seront les conséquences de ces troubles d'apprentissage sur ses résultats scolaires et sur son avenir ? Comment puis-je l'aider à s'améliorer ? Ces questions, fréquemment soulevées, trouveront réponse dans ce petit guide.

Mortagne

20 €

## Méditاسoins

Petites méditations pour grands maux de l'enfant

Tu-Anh Tran

Une méthode de méditation ludique, mise au point par un pédiatre, pour soulager les enfants souffrant de maladies chroniques, de troubles de l'attention, de douleurs physiques... Le livre s'adresse aux parents, éducateurs, médecins et bien sûr aux enfants, qui apprennent à les utiliser à la demande. De 3 à 16 ans.

Thierry Souccar

14,90 €

## Dites-moi à quoi il joue, je vous dirai comment il va

Sophie Marinopoulos

À travers les jeux d'enfants, l'auteure propose aux parents de mesurer et de prendre soin de l'équilibre psychologique de leur enfant. C'est en jouant que le bébé, l'enfant, se construit et jette les bases de sa sécurité intérieure, équilibre sa vie affective, affirme sa personnalité. Il en gardera le plaisir de découvrir qui lui sera si utile dans sa vie.

Les Liens qui Libèrent

17,90 €

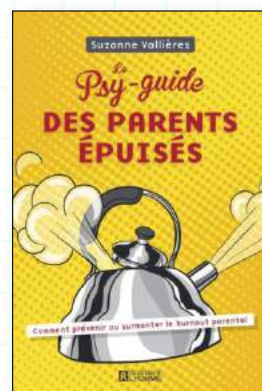
## Trouver les mots qui font grandir pour les aider à s'épanouir

Bernadette Lemoine, Diane de Bodman

Des conseils pratiques et des phrases bienveillantes à dire à ses enfants pour les encourager, leur donner des repères et apprendre à éviter les mots blessants. Un outil pédagogique pour trouver les mots adaptés à leur âge, sans occulter la vérité, notamment pour des sujets délicats tels le divorce, le racisme, les attentats, l'éducation affective et sexuelle. De 8 à 13 ans. Parution octobre.

Albin Michel

12,50 €



## Le psy-guide des parents épuisés

Comment prévenir ou surmonter le burnout parental

Suzanne Vallières

Un livre pour les parents épuisés qui cherchent à trouver des solutions. Des pistes de réflexion et des outils pour reprendre confiance en ses compétences et retrouver goût au quotidien en famille. Vous reprendrez les rênes de votre vie familiale avec une énergie et un bien-être renouvelés.

L'Homme

16,50 €

**Maman est autiste, et elle déchire!**

Être femme, mère et autiste au quotidien

Sandrine Gaouenn

Diagnostiquée autiste Asperger à haut potentiel à 39 ans, une mère de famille témoigne de son parcours de vie, de l'impact du handicap sur son travail, sa famille, sa sexualité ainsi que des difficultés rencontrées au quotidien. Elle décrit la synesthésie musicale qu'elle a développée et donne des conseils pour améliorer l'équilibre de sa vie de famille.

Josette Lyon

17 €

**Il était 9 mois...**

Le guide essentiel de votre grossesse avec des experts de la maternité Port-Royal

Dr Olivia Anselem, Dr Gilles Grangé, Aude Derrier-Sanlaville, Julie Martory

Un guide qui accompagne la femme dans sa maternité, mois par mois et semaine après semaine. Fiable, très complet, ce livre-référence répond à toutes les questions que se pose la femme enceinte (et son conjoint) sur le plan de la santé, de la psychologie, de la beauté, du bien-être, de la vie pratique... Et une série de questions/réponses issues des questions fréquemment posées en consultation.

Albin Michel

19,90 €

**J'accueille mon bébé**

30 premiers jours essentiels pour créer du lien

Sonia Krief

Les premiers jours avec son bébé sont essentiels pour tisser un lien unique pour la vie. Avec douceur, sensibilité et bienveillance, Sonia renouvelle l'art du maternage et accompagne les tout jeunes parents dans les premiers instants de cette grande aventure qui cristallise bonheur et inquiétude. L'ouvrage propose des conseils concrets et détaille les bonnes attitudes et les réflexes à avoir pour être serein le jour J... et tous les autres!

Albin Michel

14,90 €

**Le traumatisme de la naissance**

Influence de la vie prénatale sur l'évolution de la vie psychique individuelle et collective

Otto Rank

Otto Rank met en évidence le rôle primordial de la relation mère-enfant. Il montre que la naissance constitue un traumatisme majeur dans la vie du nouveau-né qui influence de façon profonde son inconscient et sa vie ultérieure.

Payot

10 €



**Enceinte, je me sens bien avec la sophro**

Claudine Granger

Un programme d'accompagnement pour pratiquer la sophrologie tout au long de la grossesse. La sophrologie aide également les parents à vivre sereinement les suites de l'accouchement. La nouvelle famille grandit ainsi dans une atmosphère zen, chacun ayant conscience de la place qu'il occupe au sein du foyer et assumant ses nouvelles responsabilités. Avec des séances audioguidées disponibles sur le CD ou en téléchargement.

Albin Michel

16,90 €

**Heureux à l'école**

Aider son enfant à s'épanouir de la maternelle au CE2

Gabrielle Sébire, Cécile Stanilewicz

Des conseils pratiques pour aider son enfant à s'adapter à l'école primaire et au rythme qu'elle lui impose. Les auteures abordent notamment sa socialisation, la gestion de ses émotions hors de la maison et la construction de son autonomie ou encore ses apprentissages.

Eyrolles

16,90 €

**L'éducation n'est pas une science exacte**

Juliette Perchais

Le témoignage d'une enseignante de français dans un collège de banlieue parisienne, qui est partie durant un an dans 18 pays afin de découvrir des systèmes éducatifs alternatifs. Adeptes auparavant des méthodes d'apprentissage favorisant l'épanouissement des enfants, elle aspire désormais à une éducation fondée sur l'écoute et la bienveillance pour les former avec exigence.

Kero

17,50 €



**Je combats ce qui m'empêche d'apprendre**

Emmanuelle Piquet, Lisa Mandel

Les auteures exposent neuf situations mettant en scène des enfants découragés et en souffrance scolaire afin de proposer aux élèves des outils pour apprendre à contrôler leur attention, à combattre le stress ou à ne pas se laisser envahir par les soucis, le doute, la peur et le défaitisme. À partir de 8 ans.

Albin Michel

10 €

**Heureux d'apprendre à l'école**

Dr Catherine Gueguen.

Les enfants, même tout petits, sont émerveillés d'apprendre. Pourtant l'école devient ensuite, pour beaucoup d'entre eux, synonyme d'anxiété ou d'échec. Aujourd'hui, les connaissances scientifiques sur le cerveau bouleversent notre approche de l'éducation.

Pocket

7,90 €



### L'enfant dans la nature

Pour une révolution verte de l'éducation

Moïna Fauchier Delavigne, Matthieu Chéreau

Démonstration des bienfaits d'un enseignement fondé sur la primauté de la nature, courant qui se développe à travers le monde dans des écoles privilégiant le lien entre l'élève et les arbres, les fleurs, la terre et l'ensemble du vivant. Outre les bénéfices pour le bien-être des enfants, cette méthode pédagogique les initie très tôt à l'écologie.

Fayard

18 €

### Comment élever un enfant sauvage en ville

L'art et la manière de tomber amoureux de la nature

Scott D. Sampson

Les études montrent que la nature favorise le développement intellectuel et émotionnel de l'enfant, qu'elle améliore l'estime de soi, réduit le stress, augmente la créativité, stimule les sens... Et si nous apprenons à nos enfants à aimer la nature, ils seront plus à même de préserver notre planète. Ce livre d'une grande poésie est une mine d'idées, de jeux et d'astuces.

Les Arènes

21,90 €

### Lettres magnétiques

Les lectures naturelles (coffret)

Céline Alvarez

Coffret pour apprendre à lire aux enfants dès la maternelle, de manière spontanée et sans méthode, en classe ou à la maison, grâce aux lettres, diagrammes et images aimantés fournis.

Les Arènes

24,90 €

### Dessine-moi une école où il fait bon vivre

L'expérience d'un professeur qui change l'école de l'intérieur

Cédric Forcadel

Au travers de 15 chroniques abordant des sujets faisant débat, l'auteur tord le cou aux idées reçues sur l'école. Il nous invite à un voyage en pédagogie, tiré de son expérience d'enseignant ainsi que des apports des sciences de l'éducation, notamment des pédagogies alternatives.

Vuibert

14,90 €

### Petit cerveau deviendra grand

Les 4 accords majeurs pour éduquer votre enfant

Colette & Yves Burnod

Un couple de scientifiques explique comment ils ont appliqué, avec succès, les avancées en neurosciences à leurs propres enfants. Un duo détonnant qui apporte une approche nouvelle de l'éducation et des neurosciences. Ce livre nous révèle ce qui se passe dans la tête de l'enfant qui apprend.

Robert Laffont

21 €



### Une année pour tout changer

Et permettre à l'enfant de se révéler

Céline Alvarez

Prenant appui sur l'expérience qu'elle a menée auprès d'enfants de maternelle et de CP en France et en Belgique, l'auteur montre qu'il est possible de réduire rapidement les difficultés scolaires en évitant les détours didactiques et en donnant dès le début le son des lettres plutôt que leur nom. Des témoignages et des anecdotes illustrent l'entrée spontanée dans la lecture qu'elle défend.

Les Arènes

18,90 €

### Le cerveau qui dit oui

Comment développer courage, curiosité et résilience chez votre enfant

Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson

Comment aider votre enfant à vaincre ses peurs, accepter les difficultés et s'ouvrir aux autres? Au lieu de laisser votre enfant dans une attitude de réaction, de rejet et de rigidité, vous pouvez l'aider à s'ouvrir à ses émotions, aux autres et au monde en développant curiosité, empathie et résilience.

Les Arènes

19,90 €



### Le Tao Te King des parents

Sagesse ancienne pour parents d'aujourd'hui

William Martin d'après Lao Tseu

Réinterprétant le Tao Te King, l'auteur propose aux parents de s'inspirer de ce texte fondateur de la pensée et de l'art de vivre chinois pour construire une relation sereine avec leurs enfants, réagir sans porter de jugement aux divers problèmes de la vie quotidienne ou encourager leur développement.

Synchronique

12,90 €

### La méditation est un jeu d'enfant

Un livre et 55 cartes d'activités en famille et à l'école

Susan Kaiser Greenland

Une méthode simple et ludique pour apprendre la méditation en famille et à l'école. C'est aussi une façon de motiver les enfants, jour après jour. Le livre explique les bases de la méditation et de la méthode de Susan Kaiser Greenland. 55 cartes avec des jeux, des activités, des exercices de respiration, des méditations, des visualisations, une chanson.

Les Arènes

24,80 €

*Des oracles pour interroger vos ressentis, se connecter à vos émotions et aller au-devant de votre destinée...*

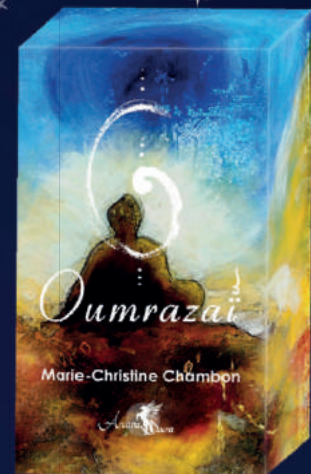
Oracle d'Âme à Âme



32 euros  
ISBN : 979-10-94878-21-7

**COFFRET DE 55 CARTES  
AVEC UN LIVRE COULEUR (218 P.)**

Oumrazaï



83 cartes - 26 euros  
ISBN : 979-10-94878-09-5

Oracle de Mercure

Oracle des Astres



53 cartes - 22 euros  
ISBN : 979-10-94878-24-8



27 cartes - 22 euros  
ISBN : 979-10-94878-27-9

Oracle des Simples



**COFFRET DE 40 CARTES  
AVEC UN LIVRE COULEUR (190 P.)**

32 euros - ISBN : 979-10-94878-33-0



www.alliance-magique.com



Diffusion : Géodif - Distribution : Sodis



### Vers une éducation au service de la vie

Marshall B. Rosenberg

Dans la vie au quotidien, dans les écoles, la *Communication Non Violente* contribue à améliorer les performances, à diminuer les conflits et à accroître le plaisir d'être en relation. Un nouveau modèle d'éducation dont les professeurs et les parents pourront s'inspirer pour mettre en place des structures d'apprentissage et pour soutenir les élèves dans la préparation de leur avenir.

L'Homme

15,90 €

### Et je ne suis jamais allé à l'école Histoire d'une enfance heureuse

André Stern

Jusqu'ici, personne ne savait ce qu'il advient d'un enfant qui, profondément enraciné dans notre société et sa modernité, grandit loin de toute scolarisation. Cet ouvrage est un témoignage, une source d'inspiration, un appel à la liberté, à la diversité et à la confiance.

Actes Sud

7,80 €

### L'école en pleine conscience

Patricia Jennings

L'école peut devenir stressante pour les enfants comme pour les enseignants, ce qui constitue un frein majeur aux apprentissages. Ce livre comporte de nombreux outils pratiques pour apprendre l'équilibre émotionnel, l'attention et l'empathie. Une école de la confiance, de la motivation et de la créativité est possible, dans laquelle les adultes sont heureux d'enseigner et les enfants heureux d'apprendre.

Les Arènes

22,90 €

### Cervocomix

Tout le fonctionnement du cerveau expliqué en BD

Scénario Jean-François Marmion

Dessin Monsieur B.

La journaliste d'investigation Julia Mojito interroge la star qu'est le cerveau, incitant la machine la plus complexe de l'univers à révéler ses secrets. Leurs entretiens successifs décrivent avec humour les épisodes les plus étonnants de l'histoire des neurosciences.

Les Arènes

22,90 €

### Tu es comme tu es...

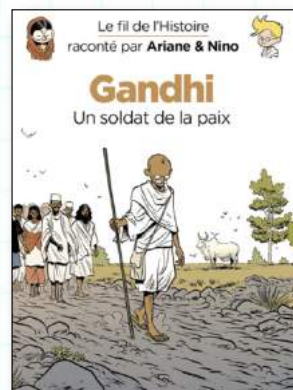
Ou le secret de la communication bienveillante

Olivier Clerc, illustrations de Gaia Bordicchia

Un conte pour découvrir les bases de la communication non-violente à travers les aventures de Pompon le lapin. Et si, en écoutant les autres avec bienveillance, on apprendait à mieux se connaître?

Père Castor

12 €



### Le fil de l'histoire raconté par Ariane & Nino

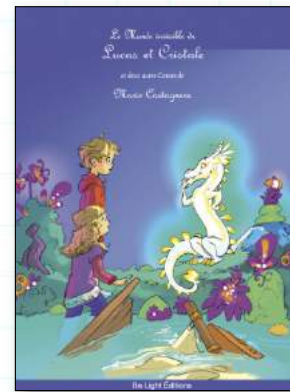
Gandhi, un soldat de la paix

Fabrice Erre, dessin Sylvain Savoia

S'inviter dans l'Histoire pour en raconter les grands moments incontournables, voilà le parti pris d'Ariane et Nino. Avec humour et pédagogie, les jeunes lecteurs en apprendront autant que leurs aînés!

Dupuis

5,90 €



### Le monde invisible de Lucas et Cristale

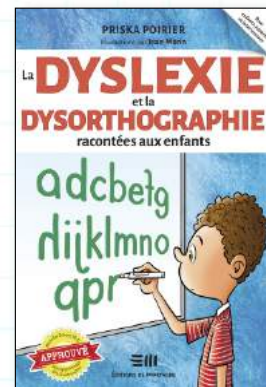
Et deux autres contes

Marie Castagnera

Les contes pour enfants sont des chemins d'accès à tous les possibles, à la magie, à la féerie, au rêve. Sans aucune entrave, ils prêtent leurs mots au bonheur d'être de tous les enfants. En s'inscrivant dans l'imaginaire d'un enfant, ces trois contes offrent une vision positive permettant de transcender les situations difficiles comme la mort ou la cruauté devant la différence. 3 contes pour enfants de 6 à 12 ans.

Be Light

9,50 €



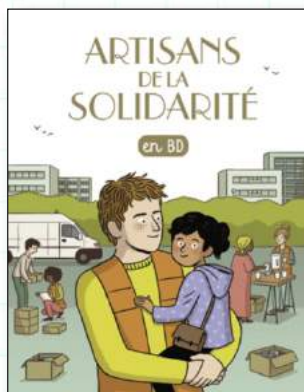
### La dyslexie et la dysorthographe racontées aux enfants

Priska Poirier

Quand on est parent, faire la distinction entre ces deux troubles d'apprentissage est souvent complexe. Comment les expliquer ensuite à son enfant? Ce conte illustré vous permet d'aborder le sujet avec lui, d'une façon simple et imagée.

Mortagne

11 €



**Artisans de la solidarité**

Les chercheurs de Dieu, volume 30

Collectif

Voici, en bandes dessinées, les portraits de Frédéric Ozanam, Henry Dunant, Jean Rodhain et Xavier Emmanuelli, quatre personnages qui se sont engagés dans la lutte contre la pauvreté du XIX<sup>e</sup> siècle à nos jours. Ils ont respectivement créé la Société Saint-Vincent de Paul, la Croix-Rouge, le Secours catholique et le Samu social.

Bayard

11,50 €



**J'aime être zen**

Elsa Fouquier

Une découverte en images de six postures zen : l'arbre, la montagne, le poisson, la cascade, la grenouille et le repos. Les puces sonores émettent six musiques zen apaisantes pour favoriser les temps calmes et développer le bien-être des tout-petits... Dès 18 mois.

Gallimard-Jeunesse

10 €

**Mon cahier d'activités Steiner**

Monique Tedeschi

Des jeux et des comptines sur les changements de la nature et sur les fêtes de la saison qui permettent de développer la créativité et l'imagination de l'enfant. Pour les parents : des idées de rituels, de décoration et de chansons pour célébrer les fêtes de fin d'année.

La Plage

12 €

**La confiance en soi**

Les petites histoires Filliozat

Isabelle Filliozat, Virginie Limousin

3 histoires pour comprendre d'où vient la confiance, de quoi il s'agit, et appréhender les différents types de confiance. Un éclairage psy à la fin de chaque histoire pour les parents. Dès 4 ans.

Nathan

7,95 €

**Les aventuriers au jardin bio accueillent les animaux**

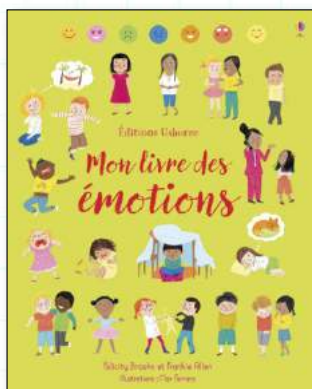
Frédéric Lisak

Illustrations Agathe Moreau

Le jardin, quel fabuleux terrain de jeux ! On peut y goûter des fruits et légumes délicieux, y fabriquer des jouets et des sifflets, y protéger les animaux, y voyager, y bricoler, y créer... Tout cela grâce aux mille et une idées de cette nouvelle collection. L'aventure au jardin bio commence !

Plume de Carotte

14 €



**Mon livre des émotions**

Felicity Brooks, Frankie Allen

Illustrations Mar Ferrero

Comment te sens-tu aujourd'hui ? Cette exploration des différentes émotions aidera les jeunes enfants à répondre à cette question importante d'une manière interactive et captivante.

À partir de 3 ans.

Usborne

10,95 €



**Les colères**

Les petites histoires Filliozat

Isabelle Filliozat, Virginie Limousin

3 histoires pour comprendre ce qui nourrit les colères. Des outils pour exprimer sa colère de manière acceptable et s'apaiser. Dès 4 ans

Nathan

7,95 €

**Le yoga des enfants**

Pratiquer en s'amusant, se relaxer facilement

Adeline Blondieau

Sous la forme d'une balade dans la faune et la flore de notre monde, les enfants de 3 à 12 ans pourront s'approprier ce manuel de yoga de plus de 70 postures et de nombreuses relaxations. Pour les enfants de 3 à 12 ans !

Le Courier du Livre

19 €

**Ma famille Cahiers Filliozat**

Isabelle Filliozat, France-Marie Perreault

Un cahier pour comprendre la place et les besoins de chacun dans la famille, quelle que soit sa forme : parents ensemble ou séparés, famille recomposée, enfant adopté, fratrie ou enfant unique... Dès 5 ans.

Nathan

12,90 €



### Contes et mystères du pays amoureux

Henri Gougaud

L'amour. C'est un rêve, un souci, un désir, un compagnon sur le chemin de nos vies. Nous ne pouvons pas nous empêcher de l'interroger, de le bénir, de le maudire. Pourrions-nous vivre sans lui, sans ses tempêtes, ses refuges, ses cavalcades ? À explorer sans repos les mille chemins de l'espérance humaine, les contes, au fil des âges, ont appris la musique du cœur du monde. Ils ont appris, ces vieillards immémoriaux, à parler d'amour comme personne d'autre ne le sait.

Albin Michel

9,70 €

### Le guérisseur des Lumières

Frédéric Gros

En 1779, Franz-Anton Mesmer révèle l'existence d'un fluide universel aux pouvoirs thérapeutiques. Par simples effleurements de la main, ce fluide pourrait guérir et rétablir l'harmonie du corps et de la nature. Cette théorie vaut à Mesmer une foudroyante popularité. La fièvre mesmérisme enflamme les imaginations. C'est au cœur de cette histoire fascinante, celle d'un homme en qui s'incarne toute l'effervescence d'une époque, que Frédéric Gros, puisant sa matière romanesque au cœur de l'événement historique, nous entraîne.

Albin Michel

17,90 €

### Journal d'un amour perdu

Éric-Emmanuel Schmitt

« Maman est morte ce matin et c'est la première fois qu'elle me fait de la peine ». Bouleversé, Éric-Emmanuel Schmitt se coupe des siens, se noie dans le travail et ne se livre plus qu'à son journal intime. Là, pendant deux ans, il tente d'appivoiser l'inacceptable : la disparition d'une mère. Ces pages racontent son *devoir de bonheur*, une longue lutte, acharnée, difficile, contre la déprime. Son journal explore le présent d'une détresse tout autant que le passé d'un bonheur. S'élabore la recombinaison d'un homme mûr qui prend conscience qu'il n'est plus « l'enfant de personne ».

Albin Michel

19,90 €



### Le jour où Félicité a tué la mort

Henri Gougaud

Félicité, une vieille dame très âgée veut en finir avec la vie. Elle écrit à trois de ses jeunes amis pour leur annoncer son décès, puis, demande à son vieil ami jardinier, Blaise, de s'allonger près d'elle pour ne pas partir toute seule. Elle se trompe et c'est le brave Blaise qui passe de vie à trépas... S'ensuit une série d'aventures picaresques incessantes, d'une drôlerie infinie car ses jeunes amis débarquent, se retrouvent avec la vieille dame vivante et un cadavre sur les bras : enchaînement de situations imprévues.

Albin Michel

18 €

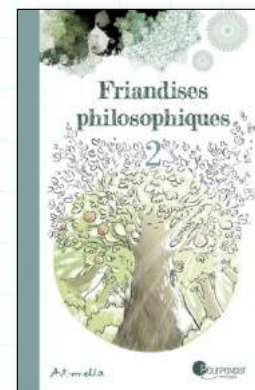
### La rencontre

Lars Muhl

Lars Muhl poursuit sa quête initiatique centrée cette fois sur la personne de Marie-Madeleine, dont il réhabilite le rôle comme l'archétype le plus remarquable du pouvoir féminin et comme véritable personnage historique. Cette vision nouvelle de la vie de Jésus et de Marie-Madeleine nous séduit par la modernité des propos sur la féminité et la mise en lumière de la force initiatrice de celle-ci.

J'ai Lu

7,60 €



### Friandises philosophiques

Volume II

Art-mella

Depuis 2015, Art-mella propose à ses lecteurs de la suivre dans ses questionnements et ses enquêtes autour des curiosités et des mystères de la vie. Voici une nouvelle série de planches initialement publiées sur son site et en partie dans le magazine Kaizen. Humour et légèreté sont plus que jamais au rendez-vous !

Pourpenser

14,90 €

### La muraille de Chine

Christian Bobin

L'écriture fragmentaire de *La muraille de Chine* s'inscrit dans la continuité de *La nuit du cœur*, une muraille qui n'est autre que celle du langage que Christian Bobin combat depuis toujours, la fissurant de l'intérieur avec la simplicité du cœur, la sapant avec la violence de la beauté et la fulgurance du silence.

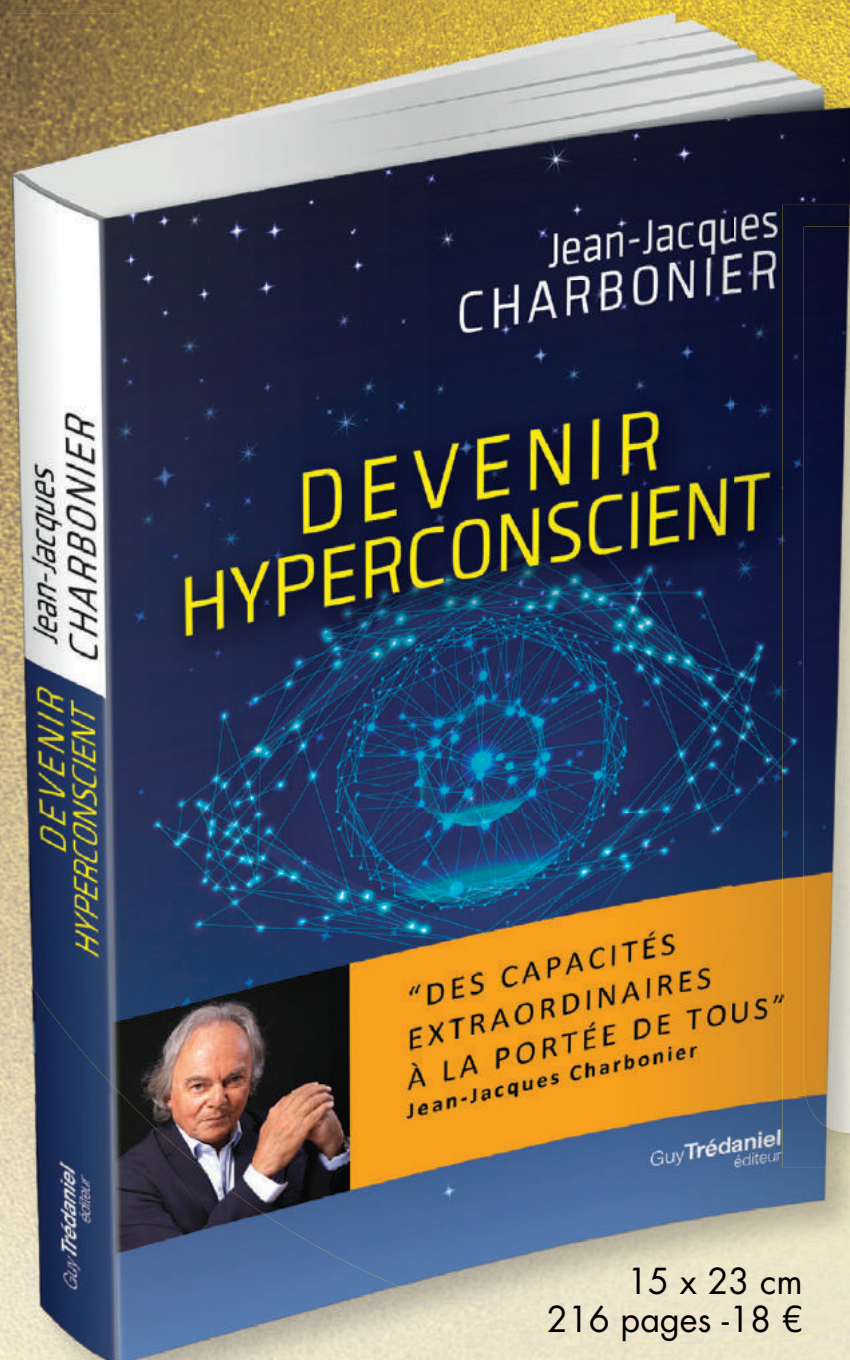
Lettres Vives

13 €



JEAN-JACQUES CHARBONIER

# DES CAPACITÉS EXTRAORDINAIRES À LA PORTÉE DE TOUS



15 x 23 cm  
216 pages - 18 €

L'ensemble des recherches de l'auteur lui a permis de mettre au point une technique **simple** et **accessible** à tous qui nous transforme en individu **hyperconscient**.

Guy **Trédaniel**  
éditeur

19, rue Saint-Séverin - 75005 Paris  
[www.editions-tredaniel.com](http://www.editions-tredaniel.com)

EN VENTE  
EN LIBRAIRIE



### Ceux qui partent

Jeanne Benameur

Tout ce que l'exil fissure peut ouvrir de nouveaux chemins. En cette année 1910, sur Ellis Island, aux portes de New York, ils sont une poignée à l'éprouver, chacun au creux de sa langue encore, comme dans le premier vêtement du monde. Les voilà confrontés à l'épreuve de l'attente. Ensemble. Leurs routes se mêlent, se dénouent ou se lient. Mais tout dans ce temps suspendu prend une intensité qui marquera leur vie entière. À chacun de tenter de trouver la forme de son exil, d'inventer dans son propre corps les fondations de son nouveau pays. Et si la nuit était une langue, la seule langue universelle ?

Actes Sud

21 €

### Le vent reprend ses tours

Sylvie Germain

C'est un avis de recherche collé sous un abribus qui fait replonger Nathan au cœur de sa jeunesse. Le vieil homme qui a disparu s'appelait Gavril et il a enchanté son enfance, lui ouvrant les portes de la poésie, du rêve et de la joie alors qu'il menait une vie triste et morose. Nathan décide alors d'enquêter sur l'ami prodigieux, dont il ne savait pas qu'il était roumain et qu'il avait été emprisonné dans les goulags de l'après-guerre, et il dénouera au fil de son enquête les secrets bien gardés de son histoire familiale.

Albin Michel

19 €

### Thoreau et moi

Cédric Taling

Cédric, artiste peintre quadragénaire, est nourri de lectures sur les risques écologiques et l'urgence environnementale. Il découvre les travaux d'Henry David Thoreau, figure fondatrice de la philosophie décroissante qui lui apparaît tel un Jimmy Cricket au quotidien. Les discussions entre les deux hommes conduisent Cédric à construire une demeure autosuffisante à la campagne.

Rue de l'Échiquier

17,90 €

### Histoire de moi-même

Henry David Thoreau

Le texte inédit de la conférence qui a donné naissance au chef-d'œuvre de Henry David Thoreau, *Walden ou la vie dans les bois*. Contrairement au livre que nous connaissons, écrit plusieurs années après la fin de son expérience au bord de l'étang de Walden, Thoreau a écrit cette première version lors de son séjour dans sa cabane.

Le Passeur

6,90 €



### Le crocodile d'Aristote

Une histoire de la philosophie par la peinture

Michel Onfray

Dans une approche inédite, Michel Onfray s'appuie sur 40 tableaux aux détails emblématiques pour proposer une découverte de la philosophie par la peinture. *Parution octobre.*

Albin Michel

25 €



### Les semeurs de bonheur

Cécile Pardi

À 50 ans, Perrine est au chômage. Elle déprime jusqu'au jour où elle recueille une petite chienne, Fanette. La petite chienne attire à elle tout un tas de personnes qui sont autant de rencontres pour Perrine, qui retrouve son allant et sa bonne humeur. Après s'être rendu compte de l'impact positif d'un compliment adressé à une serveuse rudoyée par son patron, Perrine décide de devenir un agent du bonheur. Avec une équipe de volontaires, elle mène des missions de bonheur bilatéral.

Albin Michel

16,90 €

### L'un vers l'autre

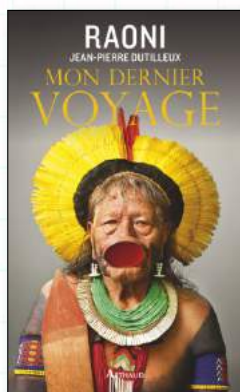
En voyage avec Victor Segalen

François Cheng

Le grand académicien venu de Chine rend hommage au poète français le plus proche de la Chine. Après une introduction dans laquelle il expose la fraternité poétique et existentielle qui l'unit à Victor Segalen. En trois textes et un poème, François Cheng dit ici l'intime proximité spirituelle qui le relie à Victor Segalen. Comme Segalen découvrant la Chine, François Cheng n'a que faire du tourisme culturel, la surface ne l'intéresse pas : il est allé voir « ailleurs » pour mieux voir au-dedans. Non pour se fuir mais pour se chercher.

Albin Michel

7,20 €



### Mon dernier voyage

Raoni avec la collaboration de Jean-Pierre Dutilleux

Le chef indien appelle à protéger les habitants de la forêt amazonienne, gardiens des dernières forêts primaires. Il évoque notamment ses combats et rappelle que la biodiversité est indispensable à la survie de la planète. « J'ai vécu une longue vie. Elle m'a donné joies et tristesses. Elle m'a aussi beaucoup appris. Pour moi, l'heure est venue de vous transmettre mon savoir. »

Arthaud

19 €



### La vie qui m'attendait

Julien Sandrel

Romane, médecin de 39 ans, vit seule à Paris. Lorsqu'une patiente affirme l'avoir vue dans un hôpital de Marseille, elle décide de partir dans le sud de la France à la recherche de son sosie. Son enquête la mène jusqu'à Juliette, une libraire d'Avignon. Les deux femmes se rendent compte qu'elles sont sœurs jumelles et s'unissent pour découvrir la vérité sur leurs origines.

Calmann-Lévy

18,50 €

### Le jeune homme qui ne voulait plus vendre (au monde) de l'eau en bouteille

Marc de La Ménardière

Marc, 27 ans, business developer français à New York d'une célèbre marque d'eau minérale alpine, se casse le pied et reste alité pendant plusieurs semaines. En regardant des documentaires, il prend conscience d'être du mauvais côté du système en vendant de l'eau en bouteille. Il quitte tout et part avec Nathanaël réaliser un film sur les nouvelles solutions écologiques pour le commerce équitable.

Massot

18,90 €



### L'éloge de la liberté

Parce que c'est si bon de choisir

Véronique Aïache

Une défense du principe de choix, pour aider à prendre conscience des possibilités qui s'offrent à chaque individu et à trouver le courage de conquérir sa liberté. Le but ici n'est pas tant de comprendre ce que signifie être libre, mais plutôt de diagnostiquer dans l'absolu ce qui nous empêche de l'être.

Flammarion

9,90 €

### Peindre ce qui n'est pas dans les couleurs

5 essais sur les principes et la pratique de l'art en Inde

Ananda K. Coomaraswamy

L'auteur nous livre sa compréhension des traditions artistiques en Inde, et plus largement dans le monde avant la période moderne, ainsi que sa vision des dimensions sacrées de l'art.

Dervy

16 €



### Le novice

Thich Nhat Hanh

Issue d'une famille aristocratique du Vietnam rural, Kinh Tâm, formée dès l'enfance aux enseignements de Bouddha, souhaite se consacrer à une vie exclusivement monastique. Un désir impossible à réaliser puisque les temples vietnamiens n'acceptent que les hommes pour l'ordination. Kinh Tâm décide alors de quitter la ville déguisée en homme et d'entrer dans un monastère en tant que novice...

J'ai Lu

6 €



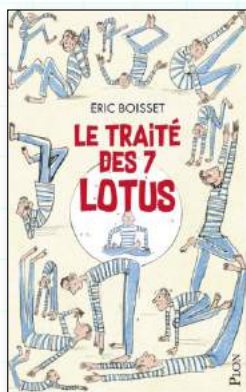
### Là où chante l'étoile

Olivia Zeitline

Poussée par d'étranges rêves dans lesquels son arrière-grand-mère lui chante en espagnol, Charlotte part à Los Angeles. Elle y comprend que le destin de son aïeule est lié au sien. Avec l'aide d'une amie férue de psychogénéalogie, la jeune femme se lance dans la quête de ses origines. Un roman qui nous relie à l'intuition de la nuit, là où l'étoile chante en chacun de nous.

Solar

16,90 €



### Le traité des sept lotus

Éric Boisset

Lorsque Timothée découvre par hasard le mythique *Traité des Sept Lotus* dans la librairie de son vieil ami Monsieur Balsamo, il n'en croit pas ses yeux. Écrit deux siècles plus tôt par un fameux yogi hindou, cet ouvrage divulgue une série de postures tenues secrètes. Le jeune garçon en expérimente plusieurs et parvient à projeter son esprit hors de son corps, mais il se retrouve piégé dans une autre dimension.

Plon

15 €

### La consolation de l'ange

Frédéric Lenoir

Hugo, 22 ans, tente de mettre fin à ses jours. Il se retrouve dans la même chambre d'hôpital que Blanche, une dame très âgée. Espérant lui redonner le goût de vivre, elle lui raconte l'histoire qui lui est arrivée lorsqu'elle avait 17 ans. Elle était entre la vie et la mort, lorsqu'un être de lumière lui est apparu pour la reconforter. *Parution octobre.*

Albin Michel

19,90 €

### Le chagrin des origines

Laurence Nobécourt

Un magnifique hommage à la guérison par la littérature, au salut par « la voie du verbe ». L'auteure jalonne ses réflexions sur l'écriture en les incarnant d'épisodes de sa vie, moments initiatiques qui l'ont encouragée dans cette voie: le corps qui se rebelle, exsude la souffrance psychique; la découverte qu'elle n'était pas une enfant désirée; les années dissolues, dépravées, douloureuses à vouloir se perdre

Albin Michel

17,90 €

### Les guerres intérieures

Valérie Tong Cuong

Valérie Tong Cuong explore les méandres d'un cas de conscience obsédant et les pièges de la culpabilité. La lâcheté ordinaire, la domination du désir et de la peur et le dépassement de soi sont au cœur de ce livre fiévreux qui met en scène des personnages d'une humanité bouleversante.

Lattès

19 €



### Si je me souviens bien

Hélène Le Bris

Une fable sur la mémoire et l'oubli, l'histoire d'une quête sous le signe de possibles retrouvailles avec l'autre, avec soi. Marthe, 60 ans, s'efforce de résister à la maladie d'Alzheimer. Le cahier dans lequel elle note ses souvenirs récents révèle ses doutes, ses frustrations et son désir de profiter du temps qui lui reste à vivre. Retrouver Adrien, son mari disparu, la pousse à s'improviser détective. Elle décide de mener l'enquête, aidée par un chauffeur de taxi.

Eyrolles

14 €

### Chaque jour est une vie Récit d'un incroyable combat contre la maladie

Jean d'Artigues

Un témoignage de résilience et de courage d'un homme atteint de la maladie de Charcot (SLA). Lorsque lui est annoncé qu'il n'a plus que trois ans à vivre, l'auteur, déployant des ressources inespérées, décide de se battre et de continuer à vivre pour ses proches et pour lui-même malgré sa tétraplégie.

Les Arènes

20 €



### Le jour où j'ai ouvert les yeux

Anand Dilvar

Coupé de tous suite à un accident qui l'a laissé paralysé, le personnage central de ce livre entame une conversation intérieure avec son guide spirituel. Lentement, il fera le choix de la vie et de l'éveil après des années d'illusions. Ce roman s'apparente à un voyage immobile vers la réalisation de soi et vers un nouvel état de conscience. Il nous invite à profiter davantage de notre entourage, à prendre nos responsabilités dans ce qui nous arrive et à vivre pleinement l'instant présent!

Jouvence

12,90 €

### Va, vis, guéris

Julia Buckley

Souffrant de douleurs chroniques tenues pour incurables par ses médecins, l'auteure s'est mise en quête de tous les moyens de guérison possibles, aussi bien médicaux que psychologiques ou spirituels. Au cours d'un tour du monde des thérapies non conventionnelles, sur les cinq continents, elle a testé une trentaine de traitements alternatifs dont elle témoigne dans ce récit.

Lattès

21,90 €

### En plein cœur de la nuit

Irvin Yalom, Robert Berger

Ce récit évoque la vie nocturne de Bob Berger, un vieil ami de l'auteur. Depuis son enfance en Hongrie pendant la Shoah, Bob mène une double vie: chirurgien réputé le jour, il revit chaque nuit les traumatismes de son enfance, jusqu'à son départ au Venezuela.

LGF

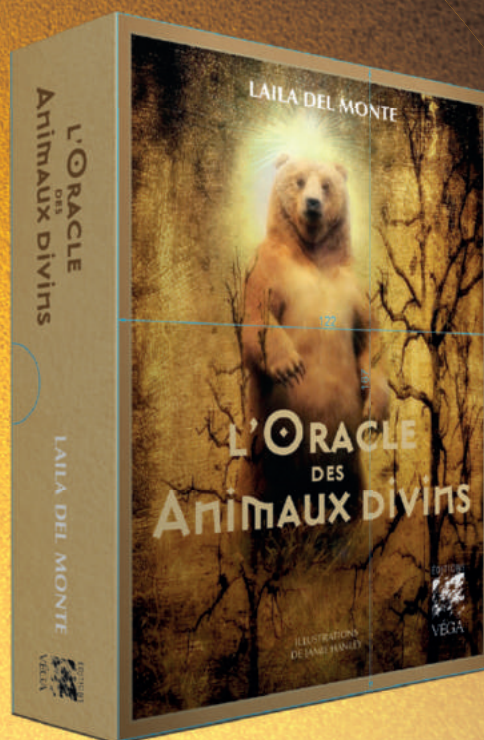
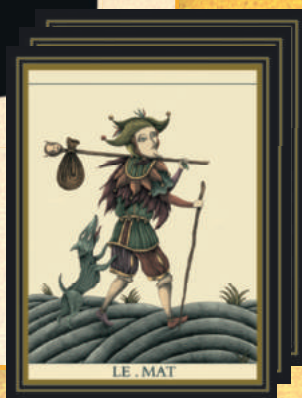
6,20 €

# CHAMANISME, SYMBOLISME ET FÉERIE...



## LE TAROT NOIR

Un livre de 128 pages  
78 cartes oracle  
29,90 €



## L'ORACLE DES ANIMAUX DIVINS

Un livre de 136 pages  
49 cartes oracle  
24,90 €



## MA VIE EN CONTES

Un livre de 272 pages  
+ un CD audio  
(28 minutes)  
23,90 €



## À L'HEURE OÙ LES FÉES PARAISSENT

Un livre de 92 pages  
magnifiquement illustrées  
17 €

ÉDITIONS



VEGA

19, rue Saint-Séverin - 75005 Paris  
[www.editions-tredaniel.com](http://www.editions-tredaniel.com)

EN VENTE  
EN LIBRAIRIE



### Le souffle de la grâce

Gregory Mutombo

Une ode au miracle quotidien. Loin des manifestations spirituelles souvent déconnectées du monde, s'appuyant sur les apports de la physique quantique, ce livre offre plus de cent témoignages d'expériences concrètes dans lesquelles le chaos existentiel s'est retrouvé balayé par un vent d'amour divin.

Guy Trédaniel

18 €

### La voie de l'archer

Paulo Coelho

Un jeune archer à l'agilité prodigieuse se rend auprès du maître Tetsuya pour le défier. Un conte qui délivre au lecteur des enseignements pour l'aider à rester concentré sur ses objectifs et prendre les bonnes décisions au quotidien. *Parution octobre.*

Flammarion

15 €

### Les routes de la soie

L'histoire du cœur du monde

Peter Frankopan

Une relecture de 2500 ans d'histoire, d'Alexandre le Grand aux luttes géopolitiques du XXI<sup>e</sup> siècle, qui souligne les influences historiques des régions connectées par les routes de la soie, des rives orientales de la mer Méditerranée jusqu'à la mer Noire et l'Himalaya. *Parution octobre.*

Flammarion

14 €

### C'est encore loin, le bonheur ?

Amélie Baumann-Thiriez

Dans son existence bien réglée, Madie ne parvient pas à trouver le bonheur et décide en dernier recours de faire un voyage en Inde, un pays dont elle entendait parler à travers les histoires que lui racontait sa grand-mère. C'est ainsi qu'elle débarque dans ce pays en décembre 2005, en quête d'un antidote à son mal-être. Au fil de son parcours et grâce à l'humanité des gens qu'elle rencontre, la jeune femme va trouver, peut-être, ce trésor précieux qu'elle a perdu : le bonheur.

City

18,50 €



### Notre vie a un sens !

Bertrand Vergely

Dans cet ouvrage, Bertrand Vergely s'attaque au sujet clé qui taraude nos existences : quel est le sens de notre vie ? Comme nous sommes des êtres de cœur, de raison et d'esprit, il nous est impossible de vivre une vie qui n'a aucun sens. La société ne donne souvent aucun sens à ce que l'on vit. C'est à nous-même de répondre à la question qui nous est posée intérieurement en trouvant, avec art, une direction, une signification, et une valeur à l'existence.

Albin Michel

21,50 €

### Les furtifs

Alain Damasio

Le couple, que Lorca Varèse et sa femme Sahar formaient, a volé en éclats lorsque leur fille, Tishka, 4 ans, s'est volatilisée un matin. Convaincu que sa fille est partie avec les furtifs, des êtres extraordinaires, Lorca intègre une unité clandestine de l'armée chargée de les chasser. Avec un code de téléchargement permettant d'accéder à l'album intitulé *Entrer dans la couleur.*

La Volte

25 €

### Entre ombre et lumière Itinéraire d'un reporter

Stéphane Allix

Photographe reporter, l'auteur révèle son parcours de vie, de son premier reportage à 19 ans aux rencontres avec de grands penseurs spirituels pour le compte de l'Institut de recherche sur les expériences extraordinaires.

Flammarion

24,90 €



### Envole-toi vers ta bonne étoile

Thierry Schneider

Frédo qui fait la rencontre d'un homme au corps voûté et à la sagesse infinie. Il est alors littéralement propulsé vers diverses rencontres, à la fois ordinaires et mystiques. Plongez-vous dans l'histoire de cet homme meurtri par son divorce confronté à la séparation du fruit de sa chair, pour y découvrir, tout comme lui, des lieux secrets et magiques qui vous aideront aussi dans votre propre voyage intérieur.

Un Monde Différent

19 €



### Une irrésistible envie de fleurir

Christine Michaud

À 45 ans, Juliette pense avoir réussi sa vie, entre une carrière d'animatrice de télévision et une vie amoureuse rangée. Mais elle perd son emploi et son ami la quitte en l'espace de quelques jours. Elle décide alors de partir en quête de spiritualité. Sa rencontre avec une petite fille de 7 ans et une dame âgée sur une île québécoise bouleverse sa vie.

Eyrolles

16 €

### Petit traité de lucidité sur soi-même et sur les autres

Laurie Hawkes

Et si nous acceptions d'être plus lucides sur nous (par exemple, attendons-nous trop des autres?), et sur les autres (que sont-ils prêts à nous donner?). Un livre subtil et concret pour cesser de nous gâcher la vie en amour, en amitié ou au travail avec des attentes excessives, irréalistes et donc sources de déceptions et de tensions dans nos relations.

Payot

8,50 €

### Kilomètre zéro

Le chemin du bonheur

Maud Ankaoua

À 35 ans, Maëlle est directrice d'une start-up en plein essor et mène une vie bien rodée entre son travail, la salle de sport et les boutiques de luxe. Son existence bascule lorsque sa meilleure amie, atteinte d'un cancer, lui demande de se lancer à la recherche d'une méthode ancestrale, son dernier recours. Maëlle s'envole pour l'Annapurna et entreprend un voyage initiatique. Parution octobre.

J'ai Lu

7,60 €

### Le singe sous la montagne

Aodren Buart

Cette histoire suit les pas du moine Sanzang, parti vers l'Ouest chercher les écritures du Bouddha. Sur les sentiers escarpés, par les plaines et les rizières, que découvrira-t-il? Trouvera-t-il la réalité de sa voie? À vingt-deux ans, Aodren Buart redonne vie à une Chine lointaine pour son premier roman. Il nous offre un conte spirituel intemporel.

Phébus

13 €

### Être, en chaque instant de notre vie

Alain Duhaion

Enseignant de yoga, l'auteur propose ici un chemin de sagesse conçu pour accroître sa conscience, sa capacité à se détendre et sa santé au quotidien.

Rabsel

16 €

### L'amour m'a sauvé du naufrage

Michel Vaujour

Après une enfance difficile, Michel Vaujour enchaîne les incarcérations pour braquages et les évasions, enfermé dans un cercle vicieux, jusqu'à ce qu'une étudiante en droit, Jamila, vienne bouleverser sa vie. Après vingt-sept ans de prison, dont dix-sept en quartier de haute sécurité, l'auteur raconte comment l'amour, né dans le parloir d'une prison, a changé le cours de son existence.

XO

21,90 €

### L'odyssée du distingué prof Chandra

Rajeev Balasubramanyam

Le professeur Chandra, brillant économiste, passe une nouvelle fois à côté du prix Nobel. Alors qu'il pense à toutes ces années investies dans son travail, il décide de prendre un nouveau départ et quitte Cambridge pour trouver les clés du bonheur.

Marabout

19,90 €

### Le grand livre de la conscience

Explorez les mondes invisibles

Miriam Gablier, sous la direction

de Sébastien Lilli, préface Stéphane Allix

Un état des lieux des phénomènes liés à la conscience et des connaissances sur le monde invisible: télépathie, expériences de mort imminente, clairvoyance ou encore réincarnation.

Hachette Pratique

25 €



### Une psy parle aux esprits

Expériences

aux frontières de l'extraordinaire

Martine Gercault

Découvrir de nouvelles voies d'accès à l'inconscient pour évoluer vers le plaisir d'être. Martine Gercault nous invite à la suivre dans sa quête, qui est celle de toute une vie, et nous entraîne avec élégance dans un voyage initiatique aux quatre coins du monde. La respiration holotropique, les états d'expansion de conscience, le chamanisme ancestral, la peinture, la danse et la musique accompagnent les douleurs extirpées.

Parution octobre.

Mama

25 €

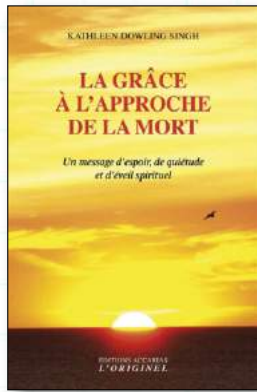
### L'au-delà en questions

Jean-Jacques Charbonier, Geneviève Delpéch

À travers deux approches différentes mais complémentaires, un médecin anesthésiste-réanimateur et une médium apportent des réponses aux questions que chacun peut se poser au sujet de l'après-vie, bouleversant les représentations courantes sur la mort et le fonctionnement de la conscience.

Pygmalion

18 €



### La grâce à l'approche de la mort

Un message d'espoir, de quiétude, et d'éveil spirituel

Kathleen Dowling Singh

L'auteur s'attache à faire la lumière sur l'intime relation qui existe entre mourir, la pratique de la contemplation, et l'épanouissement spirituel. Ce livre offre une vision significative des dimensions subtiles et des transformations profondes que nous traversons quand nous sommes proches de la mort.

Accarias-L'original

22 €

### L'au-delà sans peur

Enquêtes, témoignages et conseils pratiques

Denise Kikou Gilliard

Au carrefour de la spiritualité, de la psychologie et de l'ésotérisme, l'auteure tente de démystifier les peurs de l'au-delà : la mort, l'enfer, les fantômes ou les pouvoirs occultes. Elle défend le besoin de communication des défunts qui se proposent comme guides et ressources d'énergie positive.

Pocket

7,50 €

### La conscience quantique et l'au-delà

Une voie inédite vers l'éternité

Emmanuel Ransford

Se basant sur la recherche scientifique contemporaine, l'auteur définit la notion d'holomatière, une présence invisible qui se manifeste dans l'atome et l'électron, qu'il présente comme une preuve de l'immortalité de l'âme.

Guy Trédaniel

23 €

### La mort est une question vitale

L'accompagnement des mourants pour changer la vie

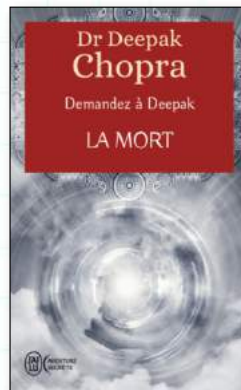
Élisabeth Kübler-Ross

Le classique de la grande pionnière qui a remis à l'honneur en Occident le thème tabou de la mort. Ce livre, consacré aux réactions d'enfants face à la maladie et à la mort, est un témoignage bouleversant présentant les différentes orientations possibles pour les accompagner lors de ce grand passage qu'ils considèrent souvent de façon bien plus naturelle que les adultes.

Parution octobre.

Albin Michel

8,50 €



### Demandez à Deepak : La mort

Dr Deepak Chopra

Deepak Chopra vous offre une série de réflexions, de pensées et d'inspirations à propos de la mort. Vivez grâce à lui cette formidable aventure qu'est la transformation personnelle et spirituelle qui apaise l'esprit et l'âme de chacun. Il nous invite, en parlant plus souvent de la mort, à mieux vivre dans l'instant.

J'ai Lu

6 €

### Approivoiser la mort

L'au-delà, un monde à découvrir

Marylène Coulombe

Marylène Coulombe explique dans un langage clair les étapes franchies par l'âme d'un défunt dans l'au-delà pour atteindre la lumière. Elle montre également que les personnes décédées ont besoin des vivants pour progresser dans leur nouveau monde. Parution octobre.

La Semaine

15,90 €



### Écoutez

ce que les défunts nous disent

Alain Joseph Bellet

Les échanges médiumniques vécus par l'auteur permettent d'en apprendre un peu plus sur les questions complexes de la mort, de la survie de l'âme et des situations variées dans lesquelles nous pourrions nous retrouver dans l'après-vie. Preuves de survie données par les esprits, témoignages de consultants et psychographies du monde spirituel peuvent nous aider à préparer notre passage vers une autre réalité.

Presses du Châtelet

20 €



### Comment guérir un cœur en deuil

Doreen Virtue, James van Praagh

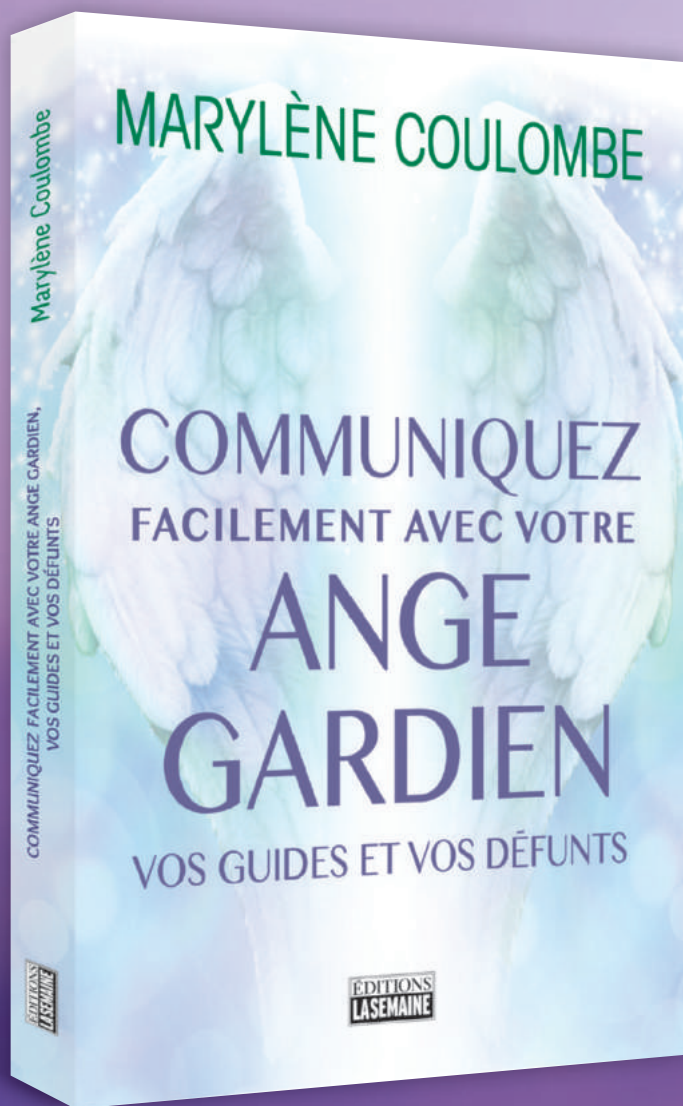
Réalisé avec de belles couleurs et un lettrage soigné, ce très joli livre vous offre des paroles apaisantes, des méditations ainsi que des prières pour consoler et guérir les cœurs meurtris par l'épreuve du deuil.

Exergue

13,90 €



# Aide-toi et le ciel t'aidera



978-2-8970-3409-2  
17,90 €



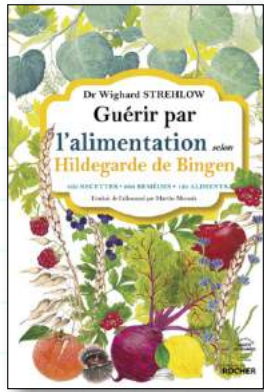
978-2-7640-2676-2  
9,90 €

Jeux de 44 cartes inspirantes  
avec livret d'accompagnement



Prescrit par votre libraire ALEF

  
LES ÉDITIONS  
Québec-Livres



### Guérir par l'alimentation selon Hildegarde de Bingen

400 recettes, 200 remèdes,  
130 aliments

Dr Wighard Strehlow

Il y a plus de 800 ans, Hildegarde de Bingen a posé les bases d'un art de guérir par l'alimentation qui permet encore aujourd'hui de prévenir et soigner grand nombre de maladies. Hildegarde décrit les aliments en fonction de leurs vertus curatives, car un aliment est toujours aussi un remède. Ce guide est une véritable bible du bien manger au quotidien, avec une présentation des vertus des aliments, plus de 400 recettes pour toute la famille et 200 remèdes naturels classés par maladie.

Rocher

28 €

### Encens et parfums thérapeutiques

Profils psychospirituels des encens,  
parfums naturels de santé

Daniel Kieffer

Célèbre naturopathe, Daniel Kieffer propose de découvrir et d'apprendre à utiliser les parfums à base d'huiles essentielles et les encens de qualité supérieure. Comment les arômes peuvent-ils participer à l'harmonisation de la maison ou des relations humaines, nous aider à mieux travailler, partager, nous protéger, méditer ou prier? Quels sont les encens les plus efficaces pour activer le meilleur de nos ressources? Quelles sont les actions précises des encens sur nos centres énergétiques ou chakras?

Grancher

26 €

### Devenir acteur de sa guérison

Avec l'accompagnement thérapeutique

Jean-Loup Mouysset

L'oncologue expose ses travaux consacrés à la psychothérapie de groupe pour les patients atteints de cancer. Il présente son programme personnalisé d'accompagnement thérapeutique et donne la parole aux participants qui témoignent de leur expérience et des bénéfices d'une telle démarche.

Mosaïque-Santé

17,90 €

### Medical medium

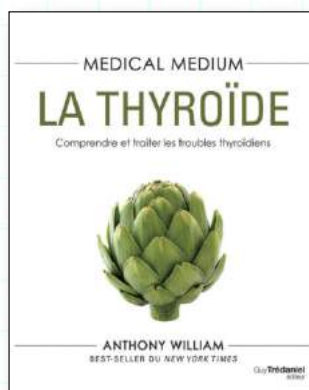
Volume IV, Le foie : comprendre  
et traiter les troubles du foie

Anthony William

Médium spécialisé dans la santé et obtenant des esprits qu'il contacte des détails précis sur l'état physique de ses consultants, l'auteur apporte des informations sur les symptômes et les maladies trouvant leur origine dans un foie surchargé et donne des conseils pour conserver cet organe en bonne santé.

Guy Trédaniel

23,90 €



### Medical medium - La thyroïde

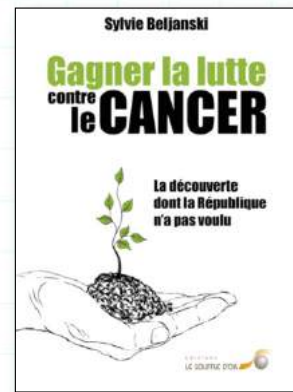
Comprendre et traiter  
les troubles thyroïdiens

Anthony William

De nombreux conseils et des outils concrets qui vous aideront à redonner santé et vitalité à votre thyroïde et à l'ensemble de votre corps: les aliments curatifs à privilégier, de nombreuses recettes, et un programme complet de détoxification en 90 jours.

Guy Trédaniel

23,90 €



### Gagner la lutte contre le cancer

La découverte  
dont la République n'a pas voulu

Sylvie Beljanski

Après avoir brièvement replacé l'affaire Beljanski dans son contexte historique en France, le livre se concentre sur la reprise de la recherche aux USA. Les concepts de Mirko Beljanski, la notion de déstabilisation progressive de l'ADN comme cause du cancer, et les solutions que cette vision apporte, deviennent accessibles à tous. Une histoire vraie, qui se lit comme un roman.

Le Souffle d'Or

22 €



### Votre coach mental face au cancer

Sophrologie, méditation et psychologie  
positive pour accompagner la maladie

Valérie Souchu

17 histoires de patients qui nous montrent l'éventail de ressources à notre disposition pour faire face à la maladie. Des séances guidées de relaxation et de méditation et des exercices de sophrologie sont proposés. Les techniques exposées peuvent s'adapter à toute autre maladie au pronostic incertain ou imposant des traitements difficiles.

Quintessence

20 €

# SCENTSUÅL

DES ENCENS 100% NATURELLES

Chérissons la nature,  
nourrissons-nous de ses bienfaits  
et soyons chaque jour à son écoute.

Fabriqués avec des extraits de plantes  
soigneusement sélectionnées.

 0% COLORANTS

 100% HUILES  
NATURELLES

 PAPIER RECYCLÉ



30 bâtonnets et support

**Nippon Kodo**  
TOKYO

TIERRAZEN.COM

A partir de novembre 2019 dans votre librairie



### Libérez-vous de ces matières parasites...

Une méthode complète et efficace pour tester son électrosensibilité

Dr Gérard Dieuzaide

Partant du principe que certaines substances utilisées dans les montures de lunettes, les composites dentaires, les stérilets, les bijoux ou les matériaux synthétiques sont polluantes et dérèglent l'organisme humain, ce guide propose une méthode pour détecter son électrosensibilité à ces matières.

Guy Trédaniel 23 €

### Secrets de centenaires

Une vie longue et heureuse grâce à la médecine traditionnelle chinoise

Jean Pélissier

Après un bref rappel des éléments qui sous-tendent le fonctionnement du corps physique, de la naissance à la mort, cet ouvrage aborde, tenant compte des spécificités de la vie occidentale, l'ensemble des aspects de la prévention, fondement de la médecine traditionnelle chinoise. *Parution octobre.*

Albin Michel 19 €

### Prenez le contrôle de votre santé

Dr Rangan Chatterjee

Une vie exempte de maladies s'articule autour de quatre piliers : la relaxation, la nourriture, le sommeil et la mobilité. En apportant de petits changements réalisables dans chacun de ces domaines clés, vous pouvez créer et maintenir une bonne santé et, plus important encore, éviter et inverser la maladie.

*Parution octobre.*

Belfond 19 €

### Comment prendre soin de vos yeux

Prévention et traitements pour les enfants et les adultes

Dr Yves Moreau, Dr Marie-Anne Giacometti

Il est possible de préserver son capital vue en respectant les règles simples et en suivant les conseils présentés ici. Au moyen de nombreux schémas, les ophtalmologistes expliquent le fonctionnement de l'œil, décrivent ses principales maladies et présentent les différentes voies thérapeutiques pour les guérir.

Guy Trédaniel 22 €

### Bien voir, mieux voir, tout voir avec la méthode Bates

Association l'Art de Voir

Une méthode simple a fait ses preuves depuis bientôt un siècle pour améliorer la vue, soulager la fatigue oculaire et prévenir la presbytie : la méthode Bates. Elle est basée sur des exercices qui mettent l'accent sur l'importance des mouvements, de la détente et de l'attention. Avec de nombreux conseils et exercices pratiques.

Le Courier du Livre 18 €

### L'iridologie traditionnelle

Évolution, bienfaits, technique

Jacques Guidoni

L'auteur retrace l'évolution de l'iridologie depuis l'Antiquité. Il détaille toutes les pathologies susceptibles d'être décelées par cette méthode, avec à l'appui 300 photos d'iris de patients examinés au cours de ses consultations.

Médicis 23,90 €

### Ayurvédas pratique

Centre Sivananda Yoga Vedanta

Vous découvrirez ici les principes de constitution et de nutrition selon l'Ayurvédas, identifierez les aliments qui vous correspondent, les recettes de cuisine, les postures de yoga, les techniques de massage, la meilleure manière de respirer... pour retrouver l'équilibre à tous les niveaux.

Le Courier du Livre 24,90 €



### Tous guéris dans 10 ans

Dr Fabien Guez

Le Dr Fabien Guez dresse ici un vaste panorama à peine futuriste de ce que sera la médecine dans dix ans. Un futur tellement proche qu'il est déjà présent à travers la robotique, la nanomédecine, la biotechnologie, l'impression 3D, la télémédecine, l'utilisation des data... C'est passionnant, et ce n'est pas de la science-fiction ! *Parution octobre.*

Hugo Doc 19,95 €

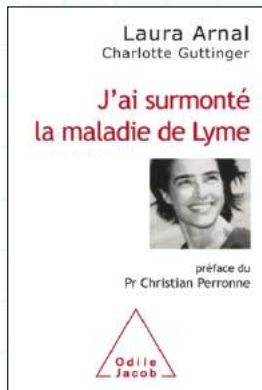


### Guérir avec les forces de la nature

Pr Andreas Michalsen

Chef de file de la médecine corps-esprit, le Pr Michalsen explique que le principe de la naturopathie est de renforcer les forces d'auto-guérison par la stimulation et la réaction. Il propose de découvrir des méthodes naturelles, efficaces en prévention, mais aussi pour aider à soigner des maladies plus graves. Facile d'accès et pédagogique, ce livre permet de comprendre les mécanismes d'action de toutes ces pratiques naturelles. Un plaidoyer passionnant pour une médecine... nouvelle. *Parution octobre.*

Albin Michel 22,90 €



### J'ai surmonté la maladie de Lyme

Laura Arnal, Charlotte Guttinger  
Préface du Pr Christian Perronne

Infectée par la maladie de Lyme, une pathologie transmise par les tiques, Laura Arnal raconte son parcours long de huit années avant qu'un médecin pose le diagnostic et qu'elle retrouve une vie normale grâce à un traitement adapté. Elle évoque son ressenti et celui de son entourage. Sept autres témoignages accompagnent son histoire ainsi que des conseils pour se protéger de cette infection.

Odile Jacob 19,90 €

### Anatomie et physiologie

Le guide pratique  
du corps humain  
et de son fonctionnement

Ken W.S. Ashwell

L'anatomie, qui étudie la structure du corps humain, et la physiologie, qui étudie son fonctionnement, sont les deux disciplines essentielles et complémentaires sur lesquelles s'appuient tous les professionnels de santé. Des exemples d'affections répandues illustrent les principes du fonctionnement normal du corps et de son dysfonctionnement. Ce guide réunit ainsi des sujets clés ayant trait à la structure et au fonctionnement du corps humain.

Guy Trédaniel 19,90 €

### Le pouvoir du bâillement

Noëlle Perez-Christiaens,  
José-Miguel da Fonseca

Un ouvrage présentant ce phénomène naturel et instinctif que l'on peut aussi provoquer afin de profiter de ses bienfaits. Des informations relatives à l'anatomie et à la physiologie vertébrale sont fournies et complétées de schémas afin d'apprendre à bâiller correctement.

Symbiose 16 €

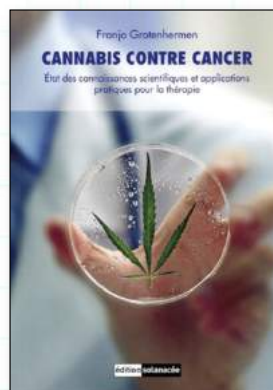
### Le miracle de la guérison

Les capacités extraordinaires  
de l'organisme

Nadia Volf

L'auteure analyse la manière dont le corps peut, en cas de maladie, bloquer les canaux par lesquels circule l'énergie vitale, appelés méridiens dans la médecine traditionnelle chinoise. Experte en acupuncture, elle met en avant les possibilités de guérison offertes par cette discipline.

Marabout 6,90 €



### Cannabis contre cancer

État des connaissances scientifiques et  
applications pratiques pour la thérapie

Franjo Grotenhermen

Une vue d'ensemble de l'état actuel de la science sur le potentiel thérapeutique des composants du cannabis dans divers cancers et sur leur application médicale pratique. Des études montrent que le chanvre et plusieurs de ses composants dont le THC et le CBD ont des propriétés anti-cancéreuses.

Solanacée 19 €



### 100 remèdes naturels pour la femme

Prendre soin de soi au quotidien

Fern Green

Des remèdes naturels à base de plantes à réaliser soi-même pour combattre l'anxiété, le stress, les déséquilibres hormonaux ou encore les désagréments liés à la grossesse.

Marabout 15,90 €

### Arthrose, le grand mensonge Pourquoi la majorité d'entre nous souffre sans raison

Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht

Un programme d'auto-traitement des douleurs provoquées par l'arthrose et les maladies articulaires. Les auteurs assurent qu'une alimentation adaptée, des exercices physiques et des massages à l'aide de rouleaux et de balles peuvent stimuler la repousse du cartilage abîmé.

Macro Éditions 16,95 €

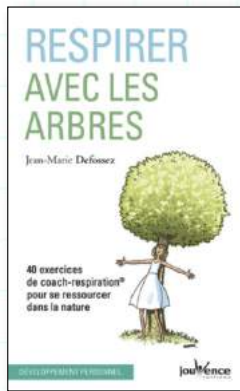
### Cris et murmures du corps

La prévention des maladies  
par la gestion des émotions

Gérard Saksik, Christian Flèche

L'hyper stress que l'on subit, dans un contexte donné, est à l'origine de nos états perturbateurs, pouvant provoquer les symptômes d'un début de maladie. Notre corps biologique a son propre langage et produit des signes avant-coureurs, émotionnels, physiques et psychiques, situés dans notre pré-conscience, qui, perçus et analysés par la personne, peuvent être anéantis avant l'installation d'une maladie.

Le Souffle d'Or 15 €



### Respirer avec les arbres

40 exercices de coach-respiration pour se ressourcer dans la nature

Jean-Marie Defossez

Au contact des arbres, la respiration se transforme, parfois dans son rythme et son amplitude, et toujours dans ses mouvements. 40 exercices inédits vous accompagneront dans vos balades auprès des arbres pour apprendre à respirer et retrouver calme et sérénité.

Jouvence 4,95 €

### Écoute

Si je souhaite que le monde me change, il me faut apprendre à l'écouter...

Stéphane Haskell

Faire découvrir le formidable potentiel d'une musique « guérisseuse » millénaire qui allie des instruments rares et fascinants est un voyage initiatique aux multiples facettes, une expérience inoubliable aux frontières de la science et du rêve que Stéphane Haskell a lui-même expérimentés et qu'il souhaite partager aujourd'hui.

Le Courrier du Livre 18 €

### Guérir grâce aux mémoires akashiques

De nos blessures sacrées à la libération intérieure

Linda Howe

Guide de guérison spirituelle reposant sur les mémoires akashiques, un champ informationnel contenant la mémoire de toutes les âmes du monde. Les blessures intérieures sont considérées comme des opportunités sacrées de transformer entièrement son être et de tisser des relations sereines avec soi-même et les autres.

Véga 22 €

### Docteur Vous

Les bases scientifiques de l'autoguérison

Jérémy Howick

Les dernières recherches démontrent que notre état d'esprit exerce une forte influence sur notre santé. Le livre traite de la façon dont le corps et l'esprit interagissent pour affecter la santé et le bien-être. L'auteur remet en question nos habitudes de pensée et nous propose d'explorer ce que signifie vivre de manière intégrée. Parution octobre.

L'Homme 17,90 €



### Harmoniser ses énergies

Avec la technique de libération des méridiens (TLM)

Dr Luc Bodin

Grâce à cette méthode, il est facile d'harmoniser ses énergies en quelques minutes. Issue de l'acupuncture, elle constitue un appoint important dans le traitement des maux et maladies, qu'ils soient d'ordre physique ou psychologique. Tout le monde peut la mettre en pratique sur soi ou sur ses proches.

Guy Trédaniel 9,90 €

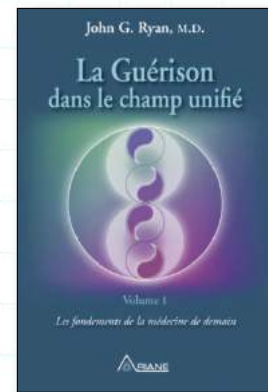
### L'autodéfense psychique

Manuel pratique pour fortifier son aura et se protéger des attaques de toute nature

Melita Denning, Osborne Phillips

Cet ouvrage expose la manière dont chaque personne doit développer son aura lorsqu'elle est affaiblie et la transformer en bouclier de défense psychique pour se protéger des violences physiques, des accidents et des maladies.

Exergue 21 €



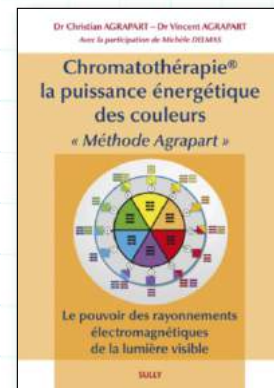
### La guérison dans le champ unifié

Volume 1 – Les fondements de la médecine de demain

John G. Ryan

L'humanité est au seuil d'une transformation fondamentale de la santé et de la guérison. Il nous est maintenant possible d'atteindre un bien-être supérieur et de faire surgir en nous un potentiel de guérison beaucoup plus élevé. Ce processus thérapeutique exige que nous soyons ouverts à la nature spirituelle et énergétique de notre réalité.

Ariane 22,90 €



### Chromatothérapie, la puissance énergétique des couleurs

Le pouvoir des rayonnements électromagnétiques de la lumière visible

Drs Christian & Vincent Agrapart, Michèle Delmas

La *chromatothérapie*, qui utilise des rayonnements électromagnétiques aux longueurs d'onde précises, agit sur des pathologies considérées comme inaccessibles aux thérapies contemporaines. Cette technique a été inventée il y a 40 ans par le Dr Christian Agrapart.

Sully 45 €

REMISE DE

5 €

sur présentation  
de cette page

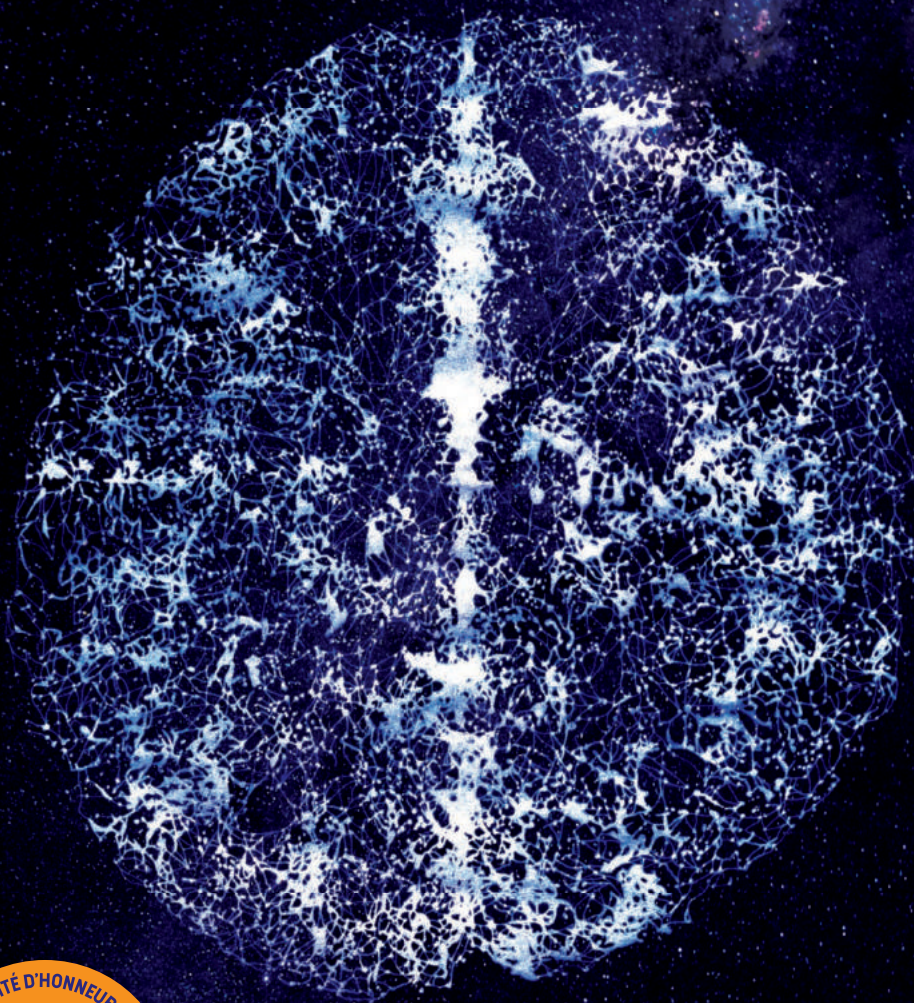
COLLOQUE

9  
NOVEMBRE  
2019

PALAIS DES CONGRÈS - LORIENT

# ÊTRE CONSCIENT

QUAND LES EXPÉRIENCES ORDINAIRES  
ET EXTRAORDINAIRES NOUS EVEILLENT



INFORMATIONS  
& RESERVATIONS  
[www.etreconscient.bzh](http://www.etreconscient.bzh)  
02 97 64 60 10

LAURENCE DE LA BAUME  
*Journaliste, réalisatrice*

JOSÉ LE ROY  
*Philosophe*

ROMUALD LETERRIER  
*Ethnobotaniste, chercheur*

CORINE SOMBRUN & LE DR. KIRSTEN KEESMANN  
*Auteur, cofondatrice du TranceScience Research Institute  
Médecin en soins palliatifs*

INVITE SURPRISE



# L'éveil spirituel : quelques lectures

L'éveil est le but des traditions spirituelles : le christianisme, le soufisme (mystique de l'Islam), le taoïsme, le bouddhisme, l'hindouisme... visent à conduire l'homme à une expérience d'union avec l'Absolu. Cet éveil porte différents noms selon le contexte culturel : illumination, nirvana, satori, kensho, samadhi, union avec Dieu ou encore métanoïa, mais l'expérience est universelle.

Il existait jusqu'à présent peu d'études générales sur l'éveil en français, mais les choses commencent à changer.

Je me permets de renvoyer au livre que j'ai publié récemment chez Almore (2018) : **L'éveil spirituel, ce que nous disent de l'éveil la spiritualité, la philosophie, la science et la psychologie**, dans lequel je présente une approche complète de l'éveil dans les différentes traditions et philosophies. Je soutiens la thèse que l'éveil est beaucoup plus fréquent qu'on ne le pense, et qu'il n'est pas réservé à une élite de sages, de moines ou de philosophes exceptionnels. L'éveil est au contraire notre état naturel et le plein développement de l'esprit humain.

On pourra lire avec grand profit aussi le livre d'Erik Sablé : **L'éveil, une conversion du regard : l'illumination spirituelle et ses implications philosophiques** qui, en quelques pages très claires, permet de comprendre ce qu'on entend par « éveil ».

Autre livre formidable, celui du psychologue Steve Taylor : **Le saut quantique, Psychologie de l'éveil spirituel**. Steve Taylor est un psychologue anglais qui mène des recherches à l'université Leeds Beckett, et son livre contient de profonds développements sur l'éveil. Il cherche à démystifier l'éveil en expliquant que les gens ordinaires aussi, provenant de toutes les couches de la société, peuvent accéder à une réalité plus intense, et y accèdent effectivement, même s'ils ne connaissent rien des pratiques et des voies spirituelles. On peut également lire son autre livre très riche : **S'éveiller ! Pourquoi les expériences d'éveil surviennent-elles et comment les rendre permanentes**.

Chez d'autres éditeurs, comme Accarias-L'Originel, on peut se nourrir d'ouvrages sur l'éveil chez des enseignants contemporains, avec par exemple le livre de Claudette Vidal, **Chemin d'éveil : un guide contemporain d'éveil spirituel**.

Ce que montrent tous ces ouvrages, en tout cas, c'est que l'Occident s'ouvre aujourd'hui à cette dimension plus vaste de la conscience. Est-ce le début d'un réveil ?

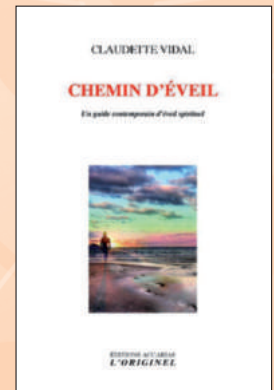
José Le Roy



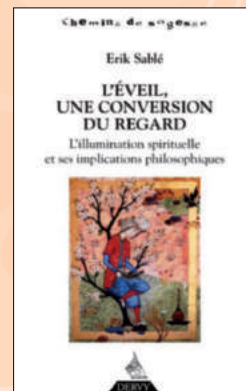
L'éveil spirituel : ce que nous disent de l'éveil la spiritualité, la philosophie, la science et la psychologie  
Almore • 22 €



S'éveiller !  
Le Dauphin Blanc • 20 €



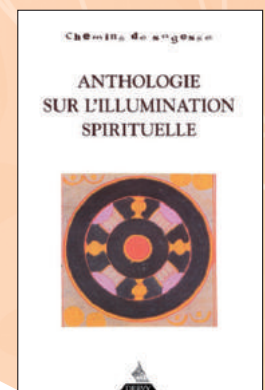
Chemin d'éveil  
Un guide contemporain d'éveil spirituel  
Accarias-L'Originel • 17,50 €



L'éveil, une conversion du regard  
Dervy • 12 €



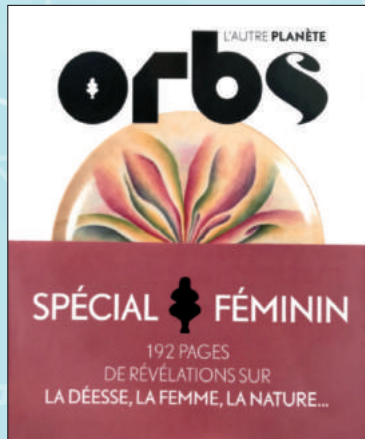
Le saut quantique :  
psychologie de l'éveil spirituel  
AdA • 24 €



Anthologie sur l'illumination spirituelle  
Dervy • 11,16 €



# Orbs Spécial Féminin: Revue du féminin qui est en nous

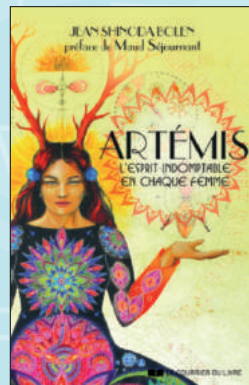


Orbs Spécial Féminin  
192 pages  
Le Capital Humain Éditions, 25 €

Qu'est-ce que le Féminin? Une question sociale et politique, réservée aux femmes et aux féminismes? S'agit-il de la Mère? De la Terre-Mère? Ou encore au-delà : une énergie d'amour primordiale? Une irrésistible puissance de vie? Tout cela sans doute à la fois. Quelque chose de l'ordre d'une force, d'un mystère, d'une sensibilité, d'une qualité d'être au monde... Nous sommes tous « Elle ». Nous sommes toutes et tous les enfants du Féminin, de la respiration d'une première Ève mitochondriale et de la vie qui palpite dans nos cellules.

## Libérons le féminin

Maintenant que nos sociétés paraissent vouloir renouer avec ce principe essentiel mais toujours malmené, alors que se joue sous nos yeux, dans la rue, dans nos vies, un point de bascule de notre évolution commune, où les souffrances de la Terre-Mère bousculent nos agendas, quand les vieilles mémoires remontent à la surface pour être contemplées et traversées, ce numéro spécial de la revue Orbs tisse une toile de 192 pages inspirées et engagées, entremêlant les fils du sacré, du sociétal et du cosmique, et nous invite à réinventer notre conscience du Féminin.

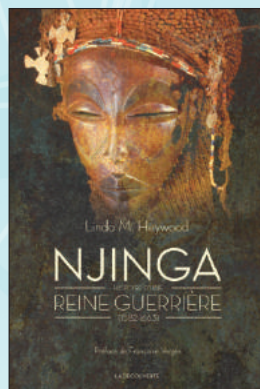


Artémis,  
l'esprit indomptable  
en chaque femme  
Courier du Livre • 19,90 €



La déesse des origines  
Les deux océans  
• 20,29 €

À l'image de Njinga, la reine africaine qui tint tête, durant plus de trente ans, à la colonisation portugaise. À l'image d'Artemis, la Diane des romains, déesse grecque de la chasse, de la vie sauvage et des jeunes animaux, figures libres, insoumises et farouches, considérant les hommes comme des égaux, le féminin ne se limite pas au féminisme. Il est aussi plus vaste que la femme, même si celle-ci en reste bien sur le véhicule privilégié.



Njinga : histoire  
d'une reine guerrière :  
1582-1663  
La Découverte • 22 €

## Déesse, femmes, nature

Telle une matrice, un panthéon à la gloire du féminin qui nous anime, ce numéro spécial rassemble des artistes, des scientifiques, des historiennes et des aventurières de la conscience. Entrez dans la bulle avec Abigail Alling, la spécialiste des océans qui a vécu deux ans à l'intérieur de Biosphère 2. Découvrez ce que nous disent les clameurs de #MeToo des ressorts mythologiques de notre société. Vivez la sororité grâce aux franc-maçonnes du XIX<sup>e</sup> siècle, pionnières du féminisme français. Ouvrez votre esprit avec les apparitions mariales et les révélations du 3<sup>e</sup> secret de Fatima. Bâissez de nouveaux liens avec les sorcières et Starhawk, célèbre activiste américaine au service de la Terre-Mère. Frissonnez devant les multiples bienfaits régénérants offerts par les balades en forêts.

Laissez-vous toucher par les visions lumineuses de l'artiste-graveuse Aude de Kerros et les peintures psycho-chamaniques de la californienne Hannah Yata... Convoquez aussi la Conteuse avec l'histoire inédite de la Reine de Saba, la Guerrière avec les femmes kurdes du Rojava et la nouvelle science de la Jineologie, l'Amoureuse du tantrisme corps-esprit de Saya, la Mystique avec les visions d'Hildegarde de Bingen, la Divine avec les figures et les images de la Grande Déesse... Et prenez soin du monde avec Amour, celui qui nous relie.

Maxence LAYET



Natura : pourquoi  
la nature nous soigne...  
et nous rend plus heureux  
Les Liens qui libèrent • 18 €



# PRIX ALEF 2019 des

Nous distinguons cette année deux ouvrages. Tous deux porteurs d'une vision, délivrant un

## Catégorie ouvrages parus en français

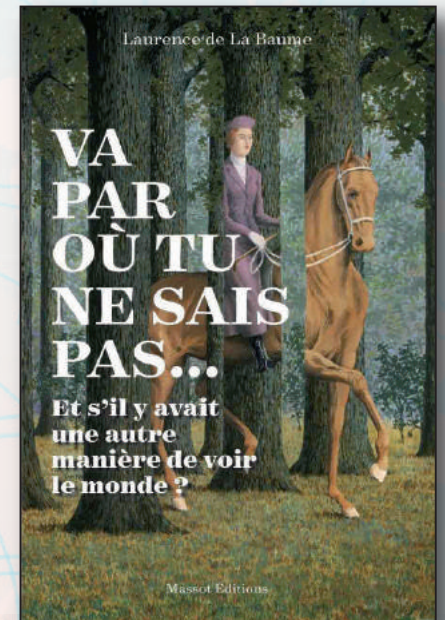


Laurence de La Baume

### *Va par où tu ne sais pas*

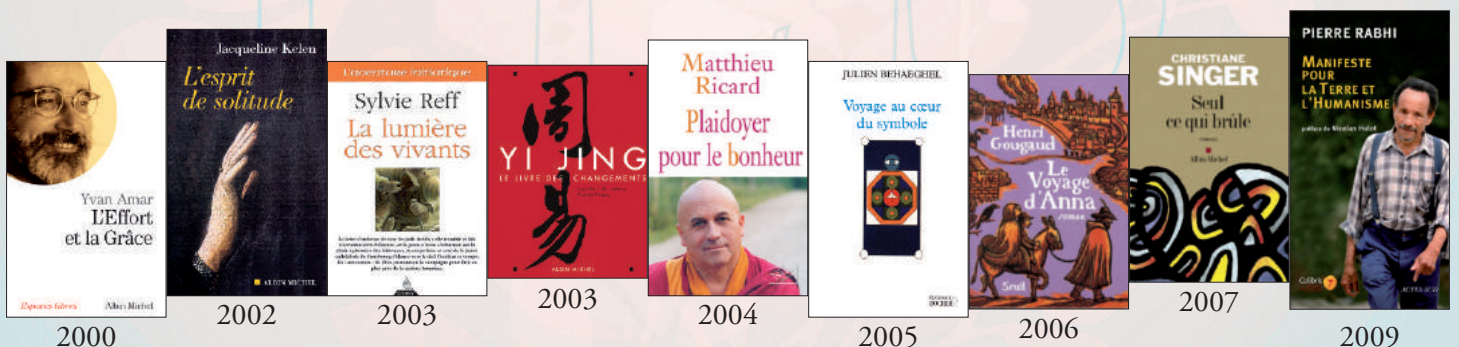
*Et s'il y avait une autre manière de voir le monde ?*

Massot Éditions



Le livre de Laurence de La Baume, *Va par où tu ne sais pas* (Massot), explore un autre niveau de réalité avec intelligence, profondeur et sensibilité. Cette exploration est fondée sur l'expérience vécue par l'auteur, qui découvre cet autre niveau de réalité et nous entraîne dans un périple initiatique à la rencontre de nous-mêmes... bousculant nos certitudes, proposant des témoignages de chercheurs qui explorent les chemins du vivant et de l'être humain en particulier. Un être doté de capacités extrasensorielles, relié aux autres êtres et à l'univers. L'auteur pose sur les concepts abordés un regard humaniste, employant un langage simple et vivant. Ce livre éclairant constituera pour de nombreux lecteurs une véritable initiation.

Le prix des Librairies Mieux Être et Spiritualité a été créé en 2000 par les librairies membres de l'ALEF, réparties dans toute la France. Après une phase de présélection portant sur des ouvrages parus en 2018, l'ensemble des libraires, après en avoir débattu, s'est déterminé par un vote en mars 2019. Ce prix a pour vocation d'attirer l'attention des lecteurs et clients de nos librairies sur des ouvrages que nous pensons importants, en accord avec l'éthique qui est la nôtre, exposée dans la charte des librairies mieux-être et spiritualité (à consulter en page 2 de ce catalogue).



A.L.E.F. Association loi de 1901, Librairies Mieux-être et Spiritualité, Siren 445 398 803 00012  
29 rue Saint Etienne 89450 Vézelay, Tél. 03 86 33 30 06, contact@librairies-alef.fr

# Librairies Mieux Être et Spiritualité

message d'espoir et soulignant la nécessaire transformation de notre vision du monde...

## Catégorie ouvrages traduits en français



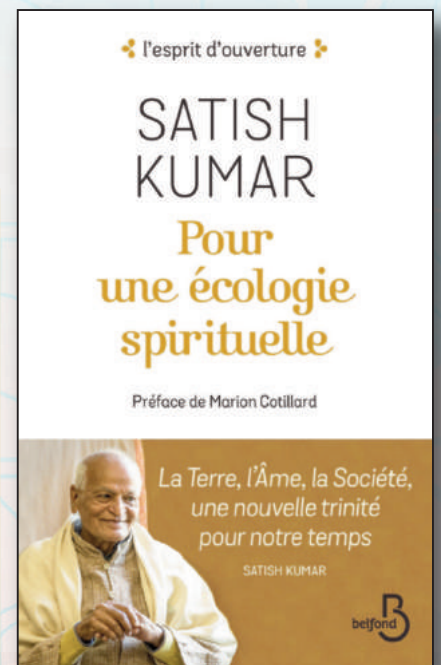
© Bill Ellzey

Satish Kumar

## *Pour une écologie spirituelle*

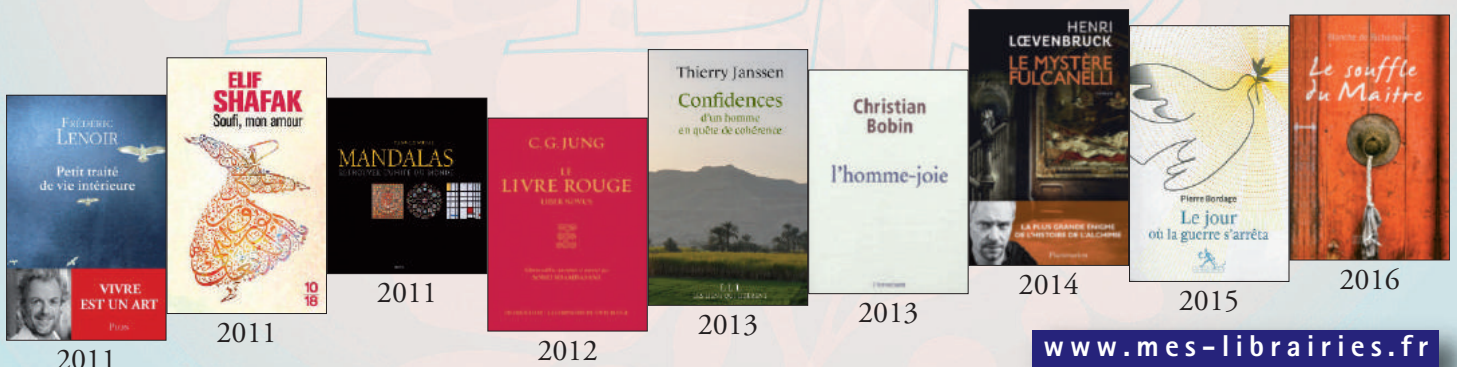
Belfond Editions,  
collection l'esprit d'ouverture

Avec *Pour une écologie spirituelle* (Belfond), Satish Kumar développe une approche de l'écologie basée non pas sur la peur et l'urgence sanitaire, mais une sur une vision globale et spirituelle de notre place dans l'univers. Il ne s'agit donc pas d'un simple manifeste écologique, mais d'un guide lumineux ouvrant la voie vers un monde meilleur, plus solidaire et plus heureux. Au-delà des dogmes, des systèmes philosophiques et des religions, la parole de l'auteur est fondée sur un engagement très concret et propose une nouvelle trinité pour notre temps, incarnant les trois dimensions du monde : la dimension écologique, la dimension spirituelle et la dimension sociale – la terre, l'âme et la société. Un livre salutaire et essentiel.



Dans le courant de l'année 2019, et au-delà, les libraires, chaque fois que cela est possible, invitent les auteurs des ouvrages distingués à la rencontre du public.

**Libraires indépendants et spécialisés**, regroupés au sein d'une association professionnelle qui nous permet d'accomplir ensemble ce que nous ne pourrions faire seuls, nous tentons d'être des éveilleurs, des passeurs, à l'écoute des lecteurs et chercheurs, profondément engagés dans une relation de proximité. L'ensemble de ces ouvrages est en vente dans chacune des librairies dont la liste et la situation géographique peuvent être consultées au début de ce catalogue ou sur [www.mes-librairies.com](http://www.mes-librairies.com).





# Marie-Madeleine, L'amour a tant de visages!

Marie-Madeleine ou Myriam de Magdala est une figure féminine essentielle du christianisme. Quelques rares passages des Évangiles canoniques parlent d'elle : une pécheresse (qui n'est pas nommée Marie-Madeleine...) inonde de parfum les pieds ou la tête de Jésus qui loue son geste. Elle est aussi nommée parmi les disciples de Jésus et est présente au pied de la croix. La première, elle voit le Christ ressuscité le matin de Pâques. C'est à peu près tout.

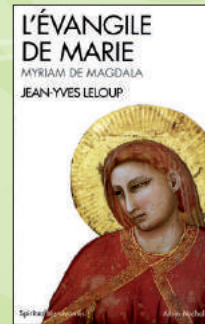
Le contraste est saisissant entre le peu de passages qui lui sont consacrés et l'importance qu'elle acquiert au cours des siècles dans la mystique, les arts et les lettres. Elle est figure chérie des peintres à l'iconographie flamboyante, icône de la beauté féminine, modèle de foi pour bien des fidèles. Les textes apocryphes, notamment son Évangile, en font une figure centrale, apôtre féminin essentiel. Qui était-elle? Une prostituée? Une sage? Le disciple préféré du Christ? Son épouse? Est-elle allée jusqu'en Inde? A-t-elle fini ses jours en Provence comme le veut la tradition?

De nombreux livres alimentent le mystère plus qu'ils ne le dévoilent : avec brio, le père Bruckberger nous la raconte fière et indomptable, Jean-Yves Leloup l'imagine à la Sainte-Baume et nourrit l'interprétation à la source des évangiles apocryphes, Jacqueline Kélen multiplie les visages de la Sainte avec sensibilité et talent. Françoise Gange creuse le mythe magdalénien et éclaire singulièrement le rapport de Jésus au féminin. Pascale Léger dans un beau livre à paraître en octobre aux éditions Almora, nous dévoile la « préférée » de Jésus dans ses multiples facettes : son origine, sa vie, sa destinée. L'ouvrage est magnifiquement illustré de multiples représentations de Marie-Madeleine dans l'histoire de l'art, comme autant de multiples visages de l'amour, de la foi, et de la féminité.

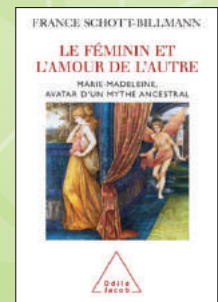
Claude BARD



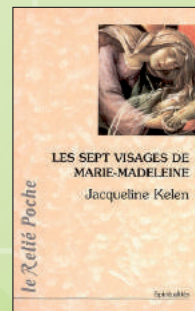
Marie Madeleine,  
l'amour a tant de visages  
Almora • 29,50 €



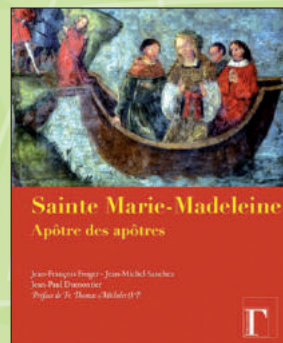
L'Évangile de Marie,  
Myriam de Magdala  
Albin Michel • 7,70 €



Le Féminin  
et l'amour de l'autre  
Marie-Madeleine, avatar  
d'un mythe ancestral  
24,90 €



Les sept visages  
de Marie Madeleine  
Le Relié • 9,13 EUR



Sainte Marie-Madeleine,  
apôtre des apôtres  
Grégoriennes • 25 €

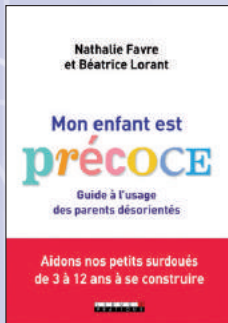


Marie-Madeleine,  
un amour infini  
Albin Michel • 8,90 €

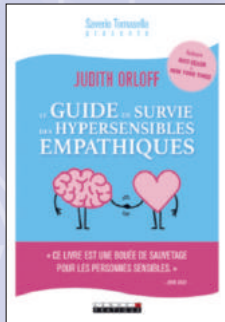


Marie-Madeleine,  
la fin de la nuit  
Cerf • 19 €

# surdoués, hypersensibles et hauts potentiels



**Mon enfant est précoce**  
Guide à l'usage des parents désorientés  
Leduc.s • 16 €



**Le guide de survie des hypersensibles empathiques**  
Leduc.s • 19 €



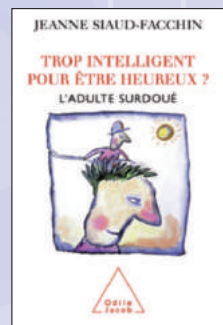
**L'enfant précoce au quotidien**  
Payot • 15,50 €



**L'enfant doué**  
L'intelligence réconciliée  
Odile Jacob • 9,90 €



**À fleur de peau**  
Pocket • 6,95 €



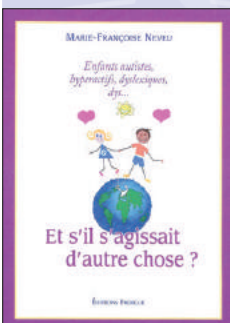
**Trop intelligent pour être heureux?**  
L'adulte surdoué  
Odile Jacob • 23,50 €



**J'aide mon enfant hypersensible à s'épanouir**  
Leduc.s • 17 €



**Intelligents, trop intelligents**  
Les surdoués de l'autre côté du miroir  
LGF • 7,90 €



**Et s'il s'agissait d'autre chose?**  
Enfants autistes, hyperactifs, dyslexiques  
Exergue • 20,29 €

Le surdoué est à la mode. Les livres, articles, reportages sur le sujet foisonnent et l'on serait tenté de penser que c'est une bonne chose car il s'avérerait plus que nécessaire de mettre en lumière cette forme d'intelligence déconcertante qui existe pourtant depuis toujours. Pourquoi un tel engouement? Qu'est-ce qu'être surdoué, Précoce, Haut potentiel, Zèbre, et autres terminologies plus inadaptées les unes que les autres? Après avoir coécrit avec Béatrice Lorant un « guide à l'usage des parents désorientés » par la précocité de leur(s) enfant(s), il m'apparaît nécessaire d'évoquer les maux de la surefficiency intellectuelle à tous les âges de la vie. Bien au-delà des clichés qui évoquent tantôt le génie, tantôt le handicap, la surefficiency intellectuelle est la porte ouverte à une véritable souffrance. Pourtant, tous les professionnels s'accordent à dire que « non, le haut potentiel intellectuel n'est pas un handicap », « la majorité des surdoués se porte bien »... Et nous ne le contestons pas...

Néanmoins... Trop de personnes restent isolées, incomprises, solitaires, portant un mal-être existentiel pouvant aller jusqu'à des décompensations proches des troubles borderlines, bipolaires, schizophrènes ou dépressifs, ou souvent confondues avec eux. La cause en est, outre cette fameuse surefficiency intellectuelle, une sensibilité comparable à celle d'un écorché vif qui traverserait une forêt d'épines. Tout le touche, tout le blesse dans l'incompréhension totale, voire l'indifférence ou l'agacement d'un environnement « normopensant ».

Car être suréfficient, c'est être sur-réactif, supra-sensible, supra-conscient... Se pourrait-il que dans un monde malade, l'émergence des surdoués soit une tentative d'éveil à une conscience collective? Le surdoué réagit, sur-réagit à l'absurde, aux incohérences, aux non-sens de projets de vies valorisés par notre société. Le regard de la majorité est impitoyable, l'incompréhension totale, le mal-être absolu. Que faire alors de tels états de souffrance dont la seule cause serait d'être surdoué?

Mettre les HP sur un piédestal en les considérant comme des êtres supérieurs qui détiennent la vérité est aussi absurde et toxique que de ne pas les écouter. Car le surdoué, comme tout être humain a avant tout besoin d'être en lien.

Accompagner une personne à haut potentiel commence par accueillir sa réelle souffrance et l'aider à apprivoiser ses particularités qui sont autant de failles qu'elles peuvent être de véritables trésors. Mais le travail ne s'arrête pas là... Après avoir légitimement revendiqué d'être vu, reconnu, enfin compris, le suréfficient va devoir accepter celui, ceux qui l'ont si souvent rejeté et oser la relation en respectant les différences des uns et des autres comme il sera capable d'affirmer les siennes.

Enfin, si un accompagnement personnalisé s'avère soutenant pour le surdoué, la diffusion de l'information sur le « haut potentiel intellectuel » (livres, conférences, séances de coaching ou de thérapie familiales) est fondamentale car parents, enseignants, collègues, amis... font partie de l'univers du surdoué, comme le surdoué fait partie de leur.

Nathalie FAURE

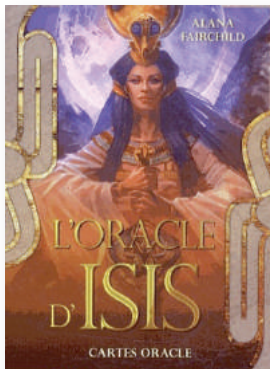


## Pour vivre la sagesse Ho'oponono au quotidien

Dr Luc Bodin

Ho'oponono, issue de la sagesse hawaïenne, permet de remettre les choses en ordre dans sa vie de façon simple et rapide, grâce à la magie des mots : *Désolé, Pardon, Merci, Je t'aime.*

Contre-Dires • 12,90 €



## L'oracle d'Isis

Alana Fairchild

La Grande Prêtresse qui sommeille en chacun de nous ouvre la voie de l'amour divin, du pouvoir suprême et de la sagesse. Elle nous initie sur le chemin de la maîtrise spirituelle, luttant contre les forces obscures pour triompher dans la lumière de l'Amour. Accueillez cette magicienne et reconnectez-vous à vos talents de guérisseur, de guide et d'Initié de la Lumière...

Véga • 23,90 €



## L'oracle de la paix

Messages pour des temps difficiles

Toni Carmine Salerno, Leela J. Williams

Des messages inspirants et des conseils pratiques afin de cultiver la paix en soi-même et de vivre sereinement. Ce jeu vous offre des conseils pratiques, une guidance profonde et des affirmations judicieuses afin de vous aider à cultiver la paix dans votre cœur, dans vos pensées et jusque dans votre foyer. Ainsi, la sérénité pourra s'épanouir dans tous les domaines de votre vie. Commencez à goûter à cette paix dès maintenant...

Véga • 24,90 €

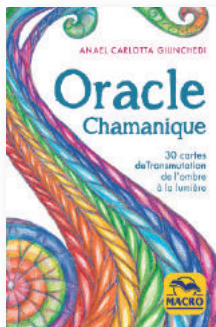


## L'oracle des simples

Siolo Thompson

Découvrez l'herboristerie traditionnelle en lien avec les pratiques magiques des guérisseurs d'autrefois. 40 cartes destinées à éveiller l'intuition du lecteur.

Arcana Sacra • 32 €



## Oracle chamanique

30 cartes de transmutation de l'ombre à la lumière

Anael Carlotta Giunchedi

L'Oracle Chamanique parle à notre moi profond et nous met en contact avec la voix ancienne de la Grande Mère qui habite en nous. Les 30 cartes, suggestives et puissantes, nous guident tout au long de notre cheminement vers la joie et la liberté: elles nous invitent à regarder en nous, en nous remettant en contact avec nos ombres; une fois que nous avons reconnu celles-ci, nous pouvons les transformer en lumière.

Macro Éditions • 16,95 €



## L'oracle du chaman mystique

Alberto Villoldo, Colette Baron-Reid et Marcela Lobos, illustrations de Jena DellaGrottaglia

Les légendes racontent qu'à l'époque où le temps et le langage n'existaient pas, il y avait les symboles sacrés. La roue de médecine, la malédiction, l'aigle, le jaguar et tant d'autres apportaient l'espoir, conseillaient la prudence, mettaient l'accent sur la situation favorable, inspiraient la création, recherchaient le pouvoir et partageaient le savoir. Les auteurs ont réuni leurs talents pour nous permettre de pénétrer dans le domaine des symboles sacrés.

Véga • 29,90 €

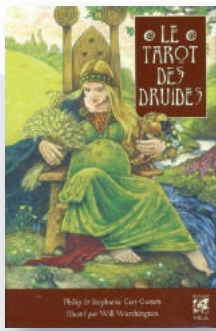


## Libération énergétique

Isabelle Cerf

42 cartes et un livre pour libérer ses énergies, harmoniser ses chakras et communiquer avec ses guides, mais aussi avec son âme, pour comprendre les blocages qui parasitent la circulation de ses énergies. Trouvez alors les ressources positives qui sont en soi pour s'épanouir, découvrir sa véritable lumière intérieure, la nourrir et créer un présent positif et lumineux. En se libérant du passé, une énergie nouvelle se manifesterà, en lien avec ses besoins et ses aspirations profondes.

Exergue • 24,90 €



## Le tarot des druides

*Philip & Stephanie Carr-Gomm*

À une époque où nous recherchons un lien plus étroit avec la nature, ce magnifique tarot nous invite à célébrer la terre et le rythme des saisons. Les puissantes images du Tarot des Druides ont trouvé leur source dans la vaste tradition occidentale païenne et les récits merveilleux de notre lointain passé. La sagesse naturelle des Druides vous apportera connaissance et inspiration pour mieux résoudre vos problèmes actuels et vous donnera accès à votre monde spirituel intérieur.

Véga • 18 €



## Oracle des astres

*Pandora Hearts*

Vous retrouverez dans ce jeu les planètes, les signes du zodiaque, le fil des saisons ou encore des symboles forts et simples de compréhension. L'Oracle des Astres conquiert les âmes par son aspect divinatoire et les cœurs par ses illustrations. Jeu de 53 cartes avec livret.

Arcana Sacra • 22 €



## Sur la piste du SISU

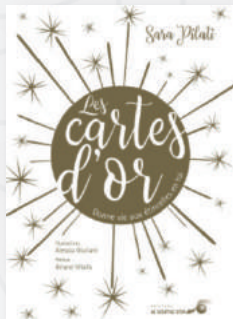
**Un voyage en douceur**

**à la rencontre du bonheur !**

*Gervais Saint-Laurent*

Ce coffret vous invite à entreprendre une démarche qui vous fera redécouvrir vos passions et développera en vous l'esprit du gagnant. Une façon simple et efficace de faciliter votre progression vers la réalisation de vos objectifs, de vos buts et de vos idéaux. Coffret de 45 cartes et son guide d'accompagnement.

AdA • 21 €



## Les Cartes d'Or

**Donne vie aux étincelles en toi !**

*Sara Pilati*

Se changer pour changer le monde ! Un jeu de 108 cartes d'inspiration et de transformation pour cultiver sa singularité sur tous les plans de l'Être et co-créer un monde nouveau de paix, de tolérance et de respect de la nature. Contacter la vibration de beauté et de joie est un parcours initiatique qui recommence chaque jour. L'âme est confrontée quotidiennement à des doutes, des aspects de l'ego et de la personnalité qui ont besoin d'être défaites et retissés pour soutenir ses vraies intentions d'être.

Le Souffle d'Or • 32 €



## Le chakra du cœur

*Isabelle Cerf*

42 cartes et un livre, pour recevoir des réponses précieuses sur son chakra du cœur et sur sa vie sentimentale en général. Au fil de la pratique, tu pourras entrer en contact avec tes guides qui t'offriront un éclairage lumineux sur tes expériences, tes éventuels blocages, mais aussi les ressources positives qui sont en toi pour t'épanouir et rencontrer l'âme sœur. Il sera ta source d'inspiration pour ne plus reproduire des schémas négatifs et avancer avec sérénité et joie sur le chemin de l'amour. Fais-en bon usage, pour toi-même et pour tes proches... Grâce à cet oracle, tu es le maître de ton cœur, en vraie connexion avec tes guides!

Exergue 24,90 €



## Le jeu de l'alchimiste

**Passer par les 7 sept étapes**

**de la transmutation**

**pour atteindre la libération**

*Patrick Burensteinas & Marc Kucharz*  
*illustré par Charlélie Couture*

Ce jeu allie la théorie et la pratique pour faire découvrir aux joueurs les sept mondes qui permettent d'atteindre la libération et de s'adapter aux changements du monde : se libérer de ses peurs, se recentrer ou aider son évolution personnelle. Grâce à la philosophie de l'alchimie, nous comprendrons comment voir au-delà des apparences, et nous dégager des illusions pour trouver la simple vérité. Ce livre jeu dévoile enfin le plus grand secret des alchimistes. Celui qui permet d'atteindre la plénitude, sa pierre philosophale.

Guy Trédaniel • 27 €



### Qu'en pense mon naturopathe?

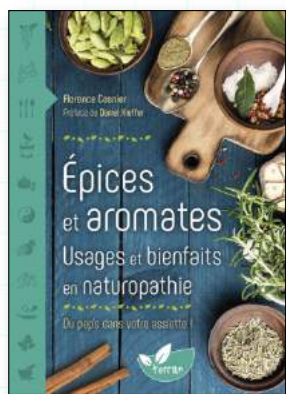
Des réponses claires et concrètes à plus de 50 questions en santé globale

Daniel Crisafi

Dans cet ouvrage, le Dr Crisafi démystifie une quarantaine de sujets touchant à l'alimentation et à la santé globale, dont les régimes spéciaux, le gluten et le blé, le végétarisme, les allergies, les vitamines et minéraux, le lait, les compléments alimentaires...

L'Homme

18 €



### Épices et aromates

Usages et bienfaits en naturopathie: du pep's dans votre assiette!

Florence Cosnier

Préface de Daniel Kieffer

Des fiches pratiques sur les épices et les aromates pour bénéficier d'une alimentation saine, avec des astuces et des conseils ainsi que des recettes. La naturopathe aborde également les micronutriments, les antioxydants ainsi que les principes actifs des épices et des aromates présentés.

Terran

20 €

### Le guide des plantes qui soignent

Découvrez les bienfaits de 65 plantes

Lisa Butterworth, photos de Julia Stotz

Une présentation de la phytothérapie et de ses différentes branches, complétée d'explications sur la manière d'utiliser les plantes.

Marabout

10,90 €

### Aromathérapie pour les enfants

100 préparations pour tous les jours

Sabrina Herber, Éliane Zimmermann

Parents ou thérapeutes pourront utiliser ce guide pratique, et ces 100 préparations à base d'huiles essentielles, pour soigner les tout-petits, les enfants et les adolescents, en toute facilité. L'aromathérapie est une alternative pratique et sans effets indésirables, permettant de soulager les maux courants.

Delachaux & Niestlé

18 €

### Gemmothérapie pour développer le système immunitaire des enfants de 0 à 10 ans

Lauren Hubele

Les protocoles de gemmothérapie offrent des solutions d'usage facile adaptées à tout un ensemble d'affections. Vingt-huit d'entre elles sont abordées. Quelques macérats de bourgeons suffisent à soigner la plupart des maux ordinaires qui affectent les plus jeunes.

Dangles

20 €

### Huiles essentielles

Le guide complet pour toute la famille

Françoise Couic-Marinier

Aromathérapeute et pharmacienne, Françoise Couic-Marinier vous propose des formules adaptées, soigneusement conçues, pour vous accompagner au quotidien. Plus de 100 pathologies décryptées: description précise des symptômes et des causes, des conseils personnalisés et les traitements les plus efficaces pour chaque profil.

Solar

23,90 €

### Ma beauté chamanique

Méditations et cosmétiques naturels

Lumira

Un programme de beauté holistique constitué de cosmétiques naturels à faire soi-même notamment pour prévenir le vieillissement de son corps et de méditations qu'elle a conçues.

Macro Éditions

16,95 €

### Le guide des fleurs de Bach

Le guide le plus pratique sur les élixirs floraux

Paul Ferris

Découvrez les caractéristiques et le pouvoir thérapeutique des 39 élixirs du docteur Bach, identifiez plus facilement les troubles physiques, psychiques ou émotionnels et choisissez l'élixir le mieux adapté. Avec des explications pour les préparer soi-même.

Marabout

6,90 €

### Schéma transpersonnel et fleurs de Bach

Ricardo Orozco

Le livre présente, outre une utilisation approfondie du schéma transpersonnel, deux importantes nouveautés: les derniers travaux de Ricardo Orozco sur les territoires typologiques floraux ainsi qu'un résumé des plus importantes études scientifiques actuelles sur les fleurs de Bach.

Médicis

22 €

### Ma bible des huiles essentielles

Guide complet d'aromathérapie

Danièle Festy

Avec ce guide complet d'aromathérapie, découvrez le fabuleux potentiel des huiles essentielles pour votre santé, votre beauté, votre bien-être, pour une maison plus saine et plus agréable et une cuisine plus digeste et plus parfumée. Les 79 huiles essentielles majeures, les 28 meilleures huiles végétales et 650 formules.

Leducs

34,90 €



**La cuisine ayurvédique pour les Occidentaux**

Cuisiner naturellement selon les principes de l'ayurvéda

Amadea Morningstar

Se nourrir en fonction de sa constitution personnelle et physique est l'un des moyens de préserver son équilibre physique autant que mental. Amadea Morningstar, nutritionniste américaine, nous propose ici cette méthode d'alimentation en plus de 230 recettes équilibrées, délicieuses, digestes, et souvent très originales. Elle a aussi accordé une place à des programmes nutritionnels pour les allergies ou pour les végétaliens. Un livre de cuisine sur la façon d'adapter la méthodologie de la cuisine indienne aux aliments occidentaux.

InnerQuest 28,80 €

**Les nouvelles saveurs de l'Inde sacrée**

Pankaj Sharma

Un livre de recettes illustrées de très belles photos, mais aussi un livre d'ambiance sur l'Inde. Le 1<sup>er</sup> tome présentait la cuisine de l'Inde du Nord, celui-ci celle de l'Inde du Sud. Pankaj Sharma nous fait partager son attachement à sa culture et à ses croyances, tout en démontrant que la cuisine indienne peut être à la portée de tous et adaptée à nos vies et palais d'Occidentaux.

Almora 19,90 €

**Pratiquer le jeûne selon la méthode Nagumo**

La méthode japonaise pour être en forme et prévenir les maladies

Dr Yoshinori Nagumo

Des études ont montré l'action positive, dans la prévention des maladies, des sirtuines lorsque l'apport calorique est réduit. Partant de ces résultats, l'auteur propose une méthode fondée sur trois règles afin de bénéficier de leur pouvoir réparateur : prendre un seul repas par jour, consommer les aliments dans leur intégralité et dormir suffisamment.

Guy Trédaniel 16 €

**Cuisiner simple et bon**

Je passe à l'acte

Bruno Couderc, Gilles Daveau

Illustrations Fanny Coutin

Des recettes de cuisine à base de produits frais. Les auteurs expliquent les techniques et les conditions de réussite de chaque plat.

Actes Sud 10 €

**Vous avez dit flexitarien ?**

Le guide pratique pour manger moins de produits animaux et rétablir un bon équilibre alimentaire

Sarah Mony, Karinne Aourousseau Sevin

Un guide pratique pour découvrir le régime flexitarien, qui consiste à réduire sa consommation de produits animaux sans devenir végétarien. Les auteurs présentent les bienfaits de cette alimentation et exposent différents aliments qui peuvent remplacer la viande.

Eyrolles 16 €

**Le véganisme**

Enquête sur un nouvel intégrisme

Frédéric Denhez

Réflexions sur le discours végan, de la souffrance animale aux enjeux écologiques en passant par la nutrition. L'auteur montre en quoi ces questions bousculent le rapport à la nature de l'homme occidental contemporain.

Parution octobre.

Buchet Chastel 16 €

**Devenez végé avec la famille Bienaimé**

Des tuyaux, du sécu et plein de recettes

Sarah Bienaimé

Des conseils et des fiches synthétiques pour prendre connaissance de l'offre actuelle sur la cuisine végane. Avec une centaine de recettes, une liste d'ustensiles, une frise nutritionnelle pour connaître les aliments importants, une pyramide alimentaire ainsi que trois tableaux qui présentent les produits de substitution pour la viande, les œufs et les produits laitiers.

Terre Vivante 22 €

**Comment manger sans gluten et garder ses amis**

Anna Barnett

Un livre qui regorge d'idées et de conseils pour concilier vie sociale et régime noglu. Ce livre propose 65 délicieuses recettes originales, saines et gourmandes qui séduiront même ceux qui consomment du gluten. Des recettes simples, rapides et délicieuses qui réjouiront vos papilles et vos amis.

Ulmer 16,90 €

**Comment manger vegan et garder ses amis**

Annie Nichols

Ce livre propose 65 délicieuses recettes originales dont le mot d'ordre est le partage. L'auteure rappelle que si être vegan impose des choix, il existe véritablement une cuisine vegan de plaisir et de partage. Des recettes simples et rapides à base de produits courants pour le quotidien et d'autres plus complexes et raffinés pour recevoir ses amis.

Ulmer 16,90 €



**Tout à la vapeur douce Pourquoi et comment ?**

125 recettes et conseils

Christine Bouguet-Joyeux, Bernadette Jastrebski, préface du Pr Henri Joyeux

125 recettes simples, économiques et diététiques, inspirées des conseils du cancérologue Henri Joyeux. Mangez mieux et meilleur : avec la vapeur douce et courte, vous préservez la qualité nutritionnelle et gastronomique de vos plats.

Rocher 16,90 €

## Les aliments qui préviennent l'infarctus

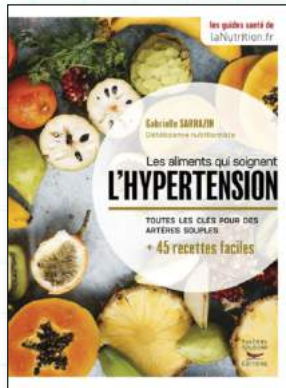
Toutes les clés pour un cœur et des artères en pleine santé

Sylvain Pichon

L'auteur passe en revue les mécanismes qui conduisent aux maladies cardio-vasculaires et donne la liste des aliments à privilégier et ceux à éviter afin de respecter les 7 grandes règles nutritionnelles anti-infarctus. Il propose ensuite pour les accommoder 50 recettes savoureuses inspirées de la cuisine méditerranéenne.

Thierry Souccar

12,90 €



## Les aliments qui soignent l'hypertension

Toutes les clés pour des artères souples

Gabrielle Sarrazin

Ce guide décrit les changements alimentaires simples à opérer pour réduire sa tension artérielle. L'auteure, diététicienne, explique les mécanismes qui entrent en jeu dans la maladie et donne la liste des aliments à privilégier et ceux à éviter. Pour accommoder les bons aliments, ce guide propose 45 recettes simples et savoureuses bénéfiques aux artères et à la pression artérielle.

Thierry Souccar

12,90 €

## Incroyable épeautre 40 recettes pour se régaler de l'entrée au dessert

Audrey Doret

Ancêtre du blé, l'épeautre en est une très bonne alternative. Sa forte teneur en minéraux, oligoéléments et vitamines en fait un aliment de choix pour la santé.

Marie-Claire

12 €

## Plantes sauvages comestibles, mode d'emploi

Les 200 espèces courantes les plus importantes, les reconnaître, les récolter, les utiliser

Steffen Guido Fleischhauer,

Jürgen Guthmann, Roland Spiegelberger

Sont indiqués, pour chaque plante, les principaux critères de reconnaissance, quelles parties consommer, quand la récolter, son goût, ses composants et ses propriétés médicinales ainsi que les risques de confusion avec des plantes toxiques.

Ulmer

25 €

## Nutrition des enfants, arrêtons de faire n'importe quoi!

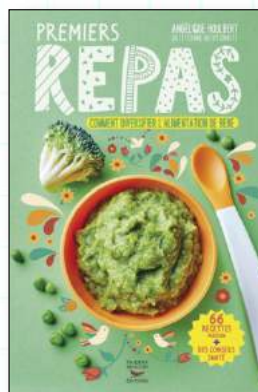
Guide des bonnes pratiques alimentaires à adopter en famille

Dr Jean-Michel Lecerf, Sylvie Roy

Un guide des meilleures pratiques alimentaires à adopter aujourd'hui avec ses enfants de 0 à 12 ans. Ce livre apporte des conseils concrets en matière d'alimentation mais aussi de mode de vie et d'équilibre.

Albin Michel

17,90 €



## Premiers repas

Comment diversifier l'alimentation de bébé

Angélique Houlbert

Un guide pour réussir la transition alimentaire de bébé mois après mois, en minimisant les risques de refus, d'intolérance, d'allergie, de surpoids. Les parents vont pouvoir donner en toute confiance et sans se ruiner le meilleur des départs à leur enfant, avec des repas équilibrés, qui l'éduquent aux goûts et aux textures.

Thierry Souccar

12,90 €

## La nutriécologie

L'alimentation pour le salut de l'homme et de la planète

Christian Rémésy

Un guide sur la nutriécologie, nouvelle discipline qui intègre l'écologie à la nutrition, pour définir les modes alimentaires les plus respectueux de la santé de l'homme et de la planète. À travers ce manifeste mêlant anecdotes et réflexions, l'auteur invite les consommateurs à bien se nourrir et les acteurs de la filière agroalimentaire à respecter la nature, les animaux et les aliments.

Parution octobre.

Thierry Souccar

20 €

## Le surpoids, c'est dans la tête ou dans l'assiette?

S'en sortir, c'est possible!

Jean-Michel Lecerf

Ce livre souligne la complexité d'un problème de société où chaque histoire est différente. On ne soigne pas des kilos mais des personnes, souvent blessées mais toutes uniques. Changer notre regard, apporter des réponses, fuir les régimes et les injonctions stériles, voilà les dessous d'un livre qui fait d'abord du bien. Toutes les facettes de la maladie sont passées au peigne fin, pour sortir des sentiers battus et surtout... prévenir le surpoids et le guérir!

Quae

19 €

## Les aliments qui soignent l'arthrose

Toutes les clés pour des articulations en pleine santé

Cécile Bertrand

Ce guide pratique, basé sur la science, présente les aliments qui protègent les cartilages, favorisent la mobilité et atténuent durablement les douleurs articulaires. À travers 6 règles diététiques simples et 47 recettes savoureuses pour le quotidien, Cécile Bertrand précise quelles sont les huiles, épices, légumes, sources de protéines... à privilégier afin de contrôler l'évolution de sa maladie.

Thierry Souccar

12,90 €

# L'HOMME ET SON ÉVOLUTION

## Jacques Sourmail



Normalien et philosophe, Jacques Sourmail se consacre à la recherche et à l'enseignement des sciences de l'esprit.

Il nous propose une série d'ouvrages dans lesquels il étudie l'Homme et son évolution à travers l'histoire des nations et des peuples, nous offrant ainsi un éclairage inédit sur le sens caché de l'actualité mondiale.

Survolar les périodes historiques connues, Jacques Sourmail nous propose une autre vision de l'histoire à l'aide de données telles que les devises ésotériques des nations, leurs caractéristiques astrologiques, les courants d'énergie auxquelles elles sont sensibles, les grandes figures historiques qui ont marqué

leur destin, l'implantation de leurs centres éthériques et de leurs capitales successives...

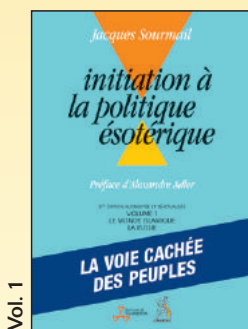
Ainsi tente-t-il d'édifier une passerelle entre politique et spiritualité en s'inspirant des écrits d'Alice Bailey, de Rudolf Steiner et de Shri Aurobindo.

Jacques Sourmail est un auteur qui ne se dérobe pas pour prendre position sur les questions relatives au monde contemporain. À titre d'exemple, il attire notre attention sur certains dangers qui nous guettent, comme celui de la création possible d'un front sino-islamique, auquel pourrait se joindre la Russie dans une haine commune de l'Occident.

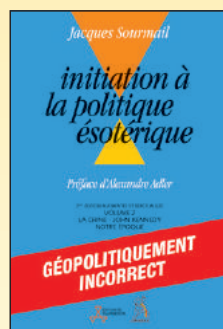
Il reste malgré tout résolument optimiste en ouvrant des perspectives sur les ressources psychologiques et morales de l'Humanité en marche.

Une certaine approche de l'ésotérisme engagé est présentée à Paris, au sein du « Mouvement Spirituel de Castalie » (accès libre)

## À TRAVERS L'HISTOIRE DES NATIONS ET DES PEUPLES, JACQUES SOURMAIL POURSUIT SON ÉTUDE SUR L'ÉVOLUTION DE L'HOMME.



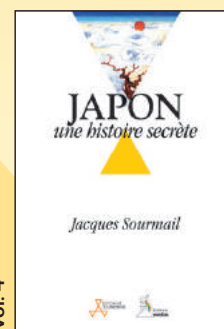
Vol. 1



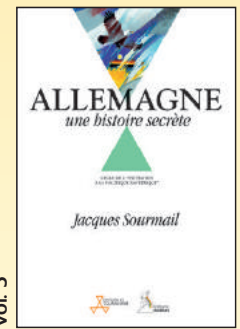
Vol. 2



Vol. 3



Vol. 4



Vol. 5

**Vol. 1 - Le Monde Islamique :** l'unité du monde arabe et l'émancipation de la femme.

**La Russie :** la promesse d'un nouvel humanisme, synthèse de l'intuition de l'Orient et du rationalisme de l'Occident.

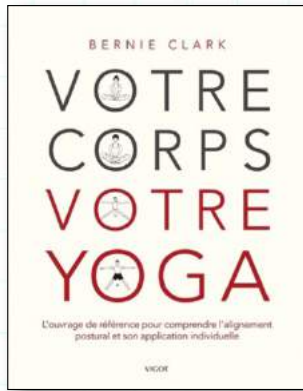
**Vol. 2 - La Chine :** l'avènement du communisme spirituel, pur et éternel.

**J.F. Kennedy :** prophète de l'unité mondiale, la conquête spatiale: l'extension de l'humanité.

**Vol. 3 - L'Inde :** l'annonce d'une nouvelle spiritualité.

**Vol. 4 - Le Japon :** l'apparition d'un homme nouveau.

**Vol. 5 - L'Allemagne :** la révélation des pouvoirs du Mal.



## Votre corps, votre yoga

L'ouvrage de référence pour comprendre l'alignement postural et son application individuelle

Bernie Clark

Le concept d'un alignement idéal, qui se concentre sur l'esthétique du rendu des postures se voit aujourd'hui remplacé par une approche fonctionnelle qui reconnaît non seulement l'intention, mais également la biologie unique de chaque personne. C'est cette théorie scientifique que Bernie Clark, professeur émérite de yoga, présente ici.

Vigot

35 €



## Équilibre

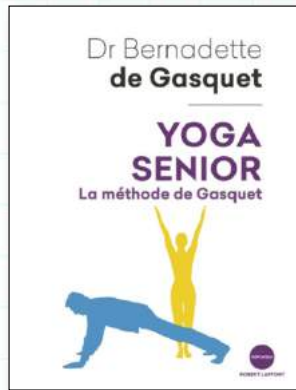
Yoga et montagne

Pascal Tournaire, Hubert de Touris

Pendant des années, Pascal Tournaire a accompagné en montagne le yogi Hubert Nas de Touris. Leur complicité renouvelle la représentation du yoga. Hubert de Touris guide les pratiquants à travers des textes courts pour donner de la réalité aux instants de la prise de vue, et ouvrir des fenêtres vers la spiritualité et la philosophie.

Paulsen/Guérin

29 €



## Yoga senior

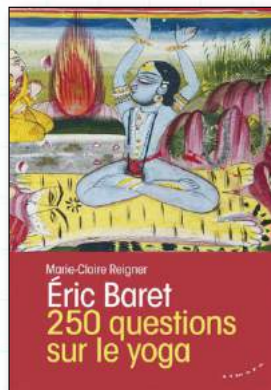
La Méthode de Gasquet

Dr Bernadette de Gasquet

À partir de 50 ans, il ne faut pas rechercher la performance mais effectuer des exercices simples et pleins de bon sens pour garder un corps fonctionnel et source de plaisir. Travail corporel sans douleur et sans risque, discipline au service de l'être humain, le yoga peut être pratiqué à tout âge. En alternant tonification et détente, renforcements et étirements, en associant la respiration et le travail sur les fonctions vitales, on peut continuer grâce à cette discipline à avoir un corps en pleine forme.

Robert Laffont

16 €



## 250 questions sur le yoga

Éric Baret, Marie-Claire Reigner

Qu'il s'agisse du tantrisme, du yoga, de l'approche corporelle, Éric Baret répond aux questions d'une manière radicale qui éclaire son auditeur au-delà des concepts. Ce livre passionnera l'élève avancé et suscitera la vocation pour celui qui découvre le yoga. Éric Baret déploie tout son talent pour nous livrer un enseignement complet sur le yoga.

Almora

18 €

## Le yoga, mon rituel de vie

La puissance d'être soi

Catalina Denis

Après avoir présenté le parcours de vie qui l'a menée au yoga, l'auteure présente cette discipline comme une philosophie de vie. Photos et mantras ponctuent ses conseils en matière de pratiques et routines yogiques, de la méditation aux postures, en passant par la respiration, des astuces beauté ou des recettes déttox.

Marabout

19,90 €



## Le chien tête en bas

45 histoires d'asanas

Clémentine Erpicum, illustrations Cäät

45 postures de yoga, avec pour chacune d'elles le mythe, la légende ou la fable qui en est à l'origine, ainsi que sa portée symbolique. Découvrez l'histoire des sages, des divinités ou des animaux sacrés qui ont transmis leurs noms aux asanas et nourrissez votre pratique de leurs symboles cachés.

La Plage

15 €

## Les secrets du yoga

Clémentine Erpicum, illustrations Cäät

La professeure Marianne, l'érudit Jean-Michel et le scientifique Loïc apportent des réponses documentées à 35 questions amusantes sur l'histoire du yoga, les concepts philosophiques qui y sont liés ainsi que les us et coutumes des yoginis.

La Plage

15,90 €



### Dans la confiance du souffle

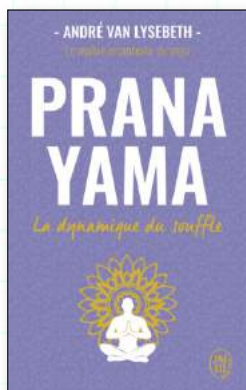
Rencontre avec Eva Ruchpaul,  
une yogini impertinente

Colette Poggi

À plus de 90 ans, Eva Ruchpaul enseigne encore le yoga à Paris. Dans un livre d'entretiens denses et surprenants, elle nous livre ses confidences sur son art et sa passion. Un propos original et impertinent qui détonne. Une très belle leçon de yoga.

Almora

18 €



### Pranayama

La dynamique du souffle

André Van Lysebeth

Grâce aux nombreux exercices, vous apprendrez à prendre l'air en maîtrisant la rétention de l'air et la longueur du souffle. Contrôler ce prâna permet de décupler vos énergies vitales, physiques et psychiques; de répartir les énergies par le souffle. Associé à la pratique du yoga, le Pranayama favorise une prise de conscience totale de l'acte respiratoire, une maîtrise des énergies dont nous sommes faits.

J'ai Lu

8,80 €

### Yoga, une histoire-monde

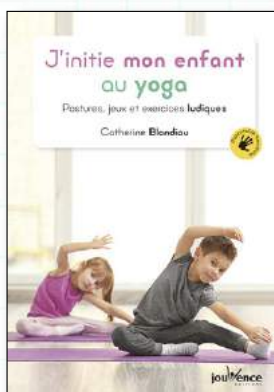
De Bikram aux Beatles, du LSD à la  
quête de soi: le récit d'une conquête

Marie Kock

Le yoga que nous pratiquons aujourd'hui fut pensé pour répondre aux besoins de l'Occident et y être exporté par des gourous indiens qui y ont vu un moyen de revaloriser un savoir et une pratique qui périlcliaient dans leur propre pays mais pouvaient être revêtus des atours de l'authenticité. C'est cette histoire méconnue de la conquête du monde par le yoga que j'ai voulu raconter ici.

La Découverte

21 €



### J'initie mon enfant au yoga

Postures, jeux et exercices ludiques

Catherine Blondiau

Des séances courtes ou longues en fonction des moments de la journée (le départ à l'école, les devoirs, le temps du coucher, etc.) pour initier une pratique régulière du yoga avec son enfant. Avec des jeux pour que l'enfant s'essaie aux diverses postures seul ou avec ses amis.

Jouvence

16,90 €

### Mudra, le yoga des doigts

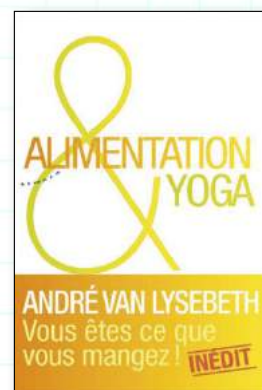
Des gestes simples et bienfaits

Juliette Dumas, Locana Sansregret

Une *mudra* est un positionnement précis des doigts qui aide à canaliser les énergies qui circulent dans le corps, les faire circuler de manière dirigée et à les sceller. En pratiquant ces gestes bienfaits qui ont plus de 3 000 ans, vous allez vous donner les moyens d'être en harmonie et en équilibre dans votre vie.

Flammarion

18 €



### Alimentation et yoga

André Van Lysebeth

Comment l'association de bonnes pratiques alimentaires et un certain esprit du yoga peuvent nous aider à préserver notre capital santé et à guérir certaines maladies. Les multiples conseils, les recettes, expérimentés par l'auteur au fil de ses enseignements, prodigués avec force et simplicité sauront séduire un grand nombre.

Almora

19 €

### La lumière carrée de la Lune

Jin Shin Jyutsu,  
une médecine ancestrale  
japonaise

Véronique Le Normand

Ce livre, premier ouvrage abordant l'histoire et la pratique du Jin Shin Jyutsu en France, est une introduction pour tous ceux qui sont en recherche d'une nouvelle méthode pour soigner et aider, sans risque et sans médicament.

Actes Sud

25 €

### Encyclopédie du massage

Nicolas Bertrand, Jean-Christophe Berlin

Des conseils et des pas à pas pour réaliser toutes sortes de massages: mal de dos, bébé, auto-massage, femmes enceintes, personnes âgées ou encore anti-stress. Parution octobre.

Flammarion

24,90 €



### L'EFT, un outil pour la vie

60 exercices pour vous aider à nettoyer votre grenier émotionnel  
200 affirmations positives pour amplifier votre bonheur

Sylvie Liger

L'EFT, ou techniques de libération émotionnelle, est un outil puissant pour supprimer facilement et efficacement les émotions négatives qui nous empêchent de nous sentir bien. Cet outil vous aidera à gérer vos émotions, éliminer peurs et phobies, soulager vos douleurs, vous débarrasser de vos addictions ou encore des émotions toxiques qui perturbent votre vie, pour enfin retrouver sérénité et bien-être. L'auteure vous propose de nombreux protocoles personnalisés, regroupés par thème.

Eyrolles

16 €

### Psoas

Une nouvelle méthode d'entraînement pour renforcer sa posture sans douleur et en souplesse

Ingo Froböse, Ulrike Schöber

Le psoas, ou muscle ilio-psoas, est le seul muscle à relier directement le haut et le bas du corps. Il stabilise la colonne lombaire. Quand il est raccourci, tendu ou pas assez puissant, cela se traduit par des troubles de la hanche, des maux de dos, une posture désaxée et des problèmes de coordination en sport. Ingo Froböse a développé avec son équipe un entraînement qui prévient les douleurs et offre des solutions si les troubles sont déjà installés.

Médicis

19 €

### La danse de l'être

Dans la lumière d'Isadora Duncan

Fabienne Courmont

La danse de l'être replace la danse au cœur de la vie. Le livre commence par le voyage initiatique qui a amené Fabienne Courmont à créer *la Danse de l'Être*. Faisant le pont entre les traditions, la danse-thérapie et la danse sacrée, elle donne des clés, à travers des pratiques accessibles à tous, afin de retrouver le mouvement naturel et libérer l'Être de ses entraves. Parution octobre.

Le Souffle d'Or

17,50 €

### 501 exercices de Pilates

Audra Avizienis

Tous les exercices sont illustrés par des photographies et des instructions détaillées et précises. Chaque posture principale est accompagnée de planches anatomiques décrivant les muscles primaires et secondaires sollicités, ainsi que de conseils concrets pour pratiquer de manière efficace, en toute sécurité.

Le Courier du Livre

19,90 €



### Fascias

Le nouvel organe clé de votre santé

Christian Courraud

Dans cet ouvrage, vous découvrirez le rôle des fascias et en quoi ils sont indispensables au bon fonctionnement de notre corps; les bienfaits de la fasciathérapie et ses applications sur votre santé et comment prendre soin de vos fascias au quotidien grâce à des exercices simples. Vous prendrez conscience de l'importance des fascias et de l'intérêt d'en prendre soin.

Leducs

17 €

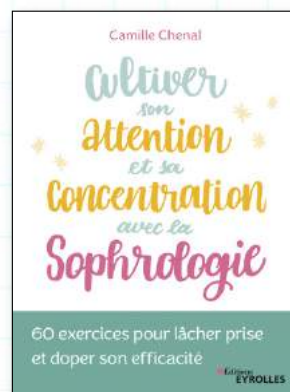
### Manuel complet de réflexologie

Madeleine Turgeon

Toutes les informations sur la nature, le fonctionnement et les applications de la réflexologie. Une approche douce, préventive et holistique, un moyen simple, rapide et efficace de soulager nos maux et d'améliorer notre santé. Avec 3 révélateurs en couleurs (oreille, mains, pieds) qui, sous forme de roues, permettent au pratiquant d'identifier rapidement la pathologie et ses zones réflexes. Parution octobre.

Mortagne

36 €



### Cultiver son attention et sa concentration avec la sophrologie

60 exercices pour lâcher prise et doper son efficacité

Camille Chenal

Vous découvrirez, au fur et à mesure de la pratique des 60 exercices proposés, les nombreux effets positifs de ce travail sur vous. Votre relation avec vous-même et avec les autres en sera améliorée et, plus que tout, vous vous sentirez maître de vos choix.

Eyrolles

16 €

### Pratiquer la sophrologie au quotidien

Une source de bien-être pour tous

Catherine Aliotta

Ce guide pratique propose des exercices pour découvrir la sophrologie au quotidien et permettre de distinguer ses propres moteurs énergétiques.

Pocket

6,95 €



**De la protection de la nature au pilotage de la biodiversité**

Patrick Blandin

L'auteur analyse l'évolution des idées depuis le début du XX<sup>e</sup> siècle, où l'on se préoccupait de protéger la nature, jusqu'à nos jours, où il est question de gérer la biodiversité. Les bouleversements récents dans la façon dont les sciences appréhendent la nature mettent en évidence un renouvellement de paradigme.

Quæ 12,50 €

**Calendrier des semis biodynamique 2020**

Matthias K. Thun

Tenir compte des rythmes lunaires et planétaires permet d'obtenir de façon naturelle des plantes plus résistantes et des légumes plus savoureux. On trouvera ici les dates favorables pour les semis, les repiquages, les récoltes et tous les travaux concernant les fruits et légumes et des indications pour l'apiculture, la sylviculture et la viticulture.

Mouvement de culture biodynamique 10 €

**Le cercle vertueux du tri**

Avec la technique des 7 besoins

Véronique Lebon

Des conseils et des astuces afin de mettre de l'ordre dans son logement. L'auteure explique comment ranger de façon éthique et éco-responsable.

Hachette Pratique 14,95 €



**Paroles des peuples racines Plaidoyer pour la Terre**

Sabah Rahmani, photographies de Marc Dozier  
Préface de Pierre Rabhi

Une source d'inspiration pour de nouveaux modèles de société, plus respectueux de la nature et des hommes. Ce livre réunit la voix de représentants de peuples racines venus de tous les continents. Ils témoignent tous d'une sagesse et d'une volonté d'agir en faveur de la nature et des cultures.

Actes Sud 15 €

éditions Quæ

NOUVEAUTÉS ÉCOLOGIE

**Nos abeilles en péril**

22 €

ISBN 978-2-7592-2979-6

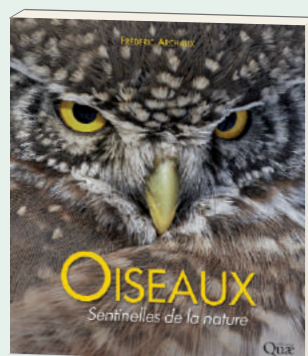


**Oiseaux, sentinelles de la nature**

Y-a-t-il plus bel emblème de la nature que les oiseaux ?

25 €

ISBN 978-2-7592-3033-4

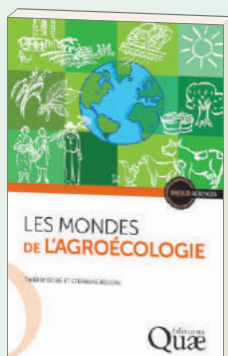


**Les mondes de l'agroécologie**

Les repères pour comprendre le développement de l'agroécologie

12 €

ISBN 978-2-7592-3002-0



**La permaculture ou l'art de réhabiter**

16,50 €

ISBN 978-2-7592-2988-8





### Le réseau secret de la nature

De l'influence des arbres sur les nuages et du ver de terre sur le sanglier

Peter Wohlleben

Observateur scrupuleux et conteur passionné, Peter Wohlleben nous dévoile les liens subtils qui unissent animaux et plantes, forêts et rivières, montagnes et climat... Il nous met aussi en garde contre une intervention humaine imprudente dans cette mécanique dont nous ne maîtrisons pas tous les ressorts.

Les Arènes

20,90 €

### Le bonheur est dans la nature

Les conseils d'un naturaliste pour vivre mieux

Marc Giraud

Des expériences pratiques pour renouer avec son équilibre naturel et atteindre la sérénité. Dans un constant dialogue entre la nature extérieure et notre nature intérieure, cet ouvrage nous mène doucement mais sûrement sur le chemin de la sérénité et du bien-être.

Delachaux & Niestlé

14,90 €

### Quand les arbres nous inspirent

52 balades poétiques et ludiques

Marie Martinez

Se plonger en pleine nature et au plus près des arbres, en apprécier la beauté et les bienfaits au cours de vos promenades, capter leur énergie bienfaisante... C'est ce que vous propose ce magnifique ouvrage, hommage à ces êtres vivants (les arbres!) dotés d'étonnantes facultés de communication et de solidarité.

Géo

29,95 €

### L'humanité en péril

Virons de bord, toute!

Fred Vargas

Un réquisitoire contre la désinformation massive effectuée durant des années sur les catastrophes écologiques qui menacent la planète. L'écrivaine rend compte de ses recherches sur le sujet afin que tous les citoyens puissent avoir les connaissances nécessaires sur l'état de la biodiversité pour s'engager dans la défense de l'environnement.

Flammarion

15 €

### Le vin, du ciel à la terre

La viticulture en biodynamie

Nicolas Joly, préface Bernard Burtschy

La biodynamie réconcilie la dimension cosmique et l'échelle terrestre. Vous découvrirez les différentes techniques de la biodynamie, notamment les fameux préparais qui en sont l'essence même. Ce livre traite aussi des maladies, de l'homéopathie, du travail en cave et de l'influence primordiale des planètes. Il aborde les grands principes de fonctionnement de cette manière de cultiver qui respecte le sol et la plante.

Libre & Solidaire

29 €

### Le crime est presque parfait

L'enquête choc sur les pesticides et le SDHI

Fabrice Nicolino

Une enquête dans les arcanes des lobbies de l'industrie des pesticides. Les SDHI, des pesticides qui sont partout: céréales, arbres fruitiers, tomates, les semences, pommes de terre, terrains de sport... Les SDHI s'attaquent à la fonction respiratoire de tous les êtres vivants, et mènent à des maladies neurologiques, des cancers... Ce livre montre que le lobby des pesticides est installé en profondeur dans l'appareil d'État français.

Les Liens qui Libèrent

20 €

### La permaculture ou l'art de réhabiter

Laura Centemeri

Cet ouvrage retrace l'histoire de la permaculture ainsi que les principales influences intellectuelles ayant contribué à l'élaboration de sa proposition. Celle-ci pourrait se définir comme l'art de réhabiter ou comment concevoir, de manière écologiquement et socialement durable, la réponse aux besoins fondamentaux des êtres humains.

Quae

16,50 €

### Nos abeilles en péril

Vincent Albouy, Yves Le Conte

Le taux de mortalité des abeilles ne cesse d'augmenter. Comment enrayer ce phénomène en France et dans le monde? Un tour d'horizon des solutions possibles est proposé, certaines déjà expérimentées, d'autres encore dépendantes des recherches en cours ou à engager.

Quae

22 €



### La biodiversité s'invite chez moi

Attirer, accueillir et protéger les animaux d'un petit jardin

Pascal Gérold, préface Denis Cheissoux

Ce guide-témoignage vivant, accessible et richement illustré des magnifiques et nombreuses photos de l'auteur, propose une approche originale de la biodiversité de proximité par l'expérimentation personnelle. Découvrez les multiples conseils pratiques (affût, photos, abris, nourrissage, gestion des indésirables, etc.) pour favoriser et protéger la biodiversité dans votre jardin.

Rustica

14,95 €



## La pierre chantante

- Depuis 2009, le magazine *La pierre chantante* se consacre entièrement à la santé par les pierres et les cristaux.
- Une compilation de plus de 70 de ses articles, entre autres :
  - le corps, les chakras et les corps subtils;
  - pierres pour l'équilibre psychologique et la maison;
  - pierres et astrologie;
  - le développement spirituel.

Le Groupe des 5

978-1-896523-95-8 | **32,00 €**



## Les 7 défauts majeurs

- Êtes-vous du type impatient ou martyr, arrogant ou en dépréciation de soi, avaricieux ou en destruction de soi, ou simplement entêté?
- L'un de ces défauts vous colle à la peau et vous empêche de vous exprimer véritablement.
- Apprendre à le reconnaître et à l'accepter est tout un défi à relever!

Simhananda

978-1-896523-68-2 | **9,50 €**



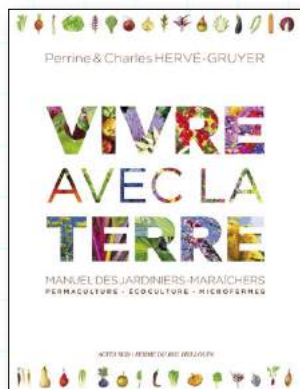
## Le petit manuel de lithothérapie

- Version abrégée de l'incontournable *Manuel de lithothérapie*.
- Fidèle compagnon format poche répertoriant plus de 230 pierres.
- Un guide lors du choix de nos pierres et de nos cristaux : composition chimique, dureté, purification, rechargement, et principales propriétés lithothérapeutiques.

Le Groupe des 5

978-1-896523-88-0 | **6,50 €**





### Vivre avec la terre

Manuel des jardiniers-maraîchers :  
Permaculture, écoculture,  
microfermes

Perrine & Charles Hervé-Gruyer

Basé sur l'expérience de la Ferme du Bec Hellouin, référence internationale en matière de permaculture, voici le livre fondateur de l'écoculture, une agriculture très productive basée sur l'imitation des écosystèmes naturels. Cet ouvrage de référence exceptionnel accompagnera tout au long de leur parcours amateurs ou professionnels.

Actes Sud

79 €



### Gouverner un monde toxique

Soraya Boudia, Nathalie Jas

Sols saturés de métaux lourds, résidus de pesticides ou de plastique... Nous ne vivons plus dans un monde simplement contaminé par des substances chimiques mais dans un monde devenu toxique à bien des égards, qui affecte nos vies et plus encore, celle des populations les plus en difficultés. Chemin faisant, cet ouvrage éclaire les ressorts qui ont permis l'essor du capitalisme alors même que ses capacités destructrices se développaient.

Quae

15 €

### Entendez le cri de la Terre

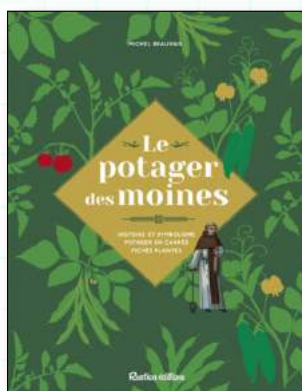
Les solutions de l'écologie spirituelle

Collectif

Des auteurs de toutes traditions éclairent le chemin du cœur qui permet de retrouver l'unité avec la Nature et de guérir la planète. « L'écologie spirituelle consiste à se changer soi-même pour être davantage respectueux de la nature et de l'ensemble du vivant. La sagesse et le discernement doivent nous montrer la meilleure marche à suivre pour prendre soin des autres et du monde. »  
Matthieu Ricard.

Le Courrier du Livre

21 €



### Le potager des moines

Histoire et symbolisme,  
potager en carrés, fiches plantes

Michel Beauvais

Du potager des moines, il se dégage un parfum d'éternité, dans une sérénité absolue... Partez à la découverte de ces jardins nourriciers et goûtez, vous aussi, au plaisir de récolter des légumes sains et savoureux grâce aux 25 fiches plantes.

Rustica

17,95 €

### La Terre vue du cœur

Frédéric Lenoir, Hubert Reeves

Des hommes et des femmes de tous horizons nous guident vers une compréhension et une contemplation active de notre situation actuelle en tant que planète, que société. Ils nous accompagnent vers des solutions diversifiées, ingénieuses et inspirantes quant aux enjeux environnementaux de cette terre, parce qu'au final, c'est l'avenir qui nous appartient. Parution octobre.

Seuil

26,90 €



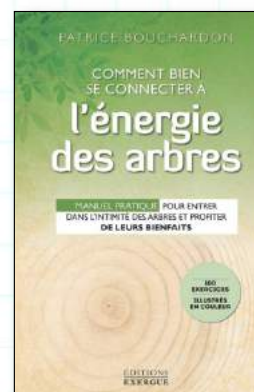
### Jardiner avec la Lune en biodynamie 2020

Laurent Dreyfus

Un calendrier annuel pour jardiner naturellement selon la Lune et la biodynamie. Avec des explications pour comprendre les influences de la Lune sur le jardin, des conseils pratiques sur les travaux à effectuer et des pages pour organiser son année.

Ulmer

12,90 €



### Comment bien se connecter à l'énergie des arbres

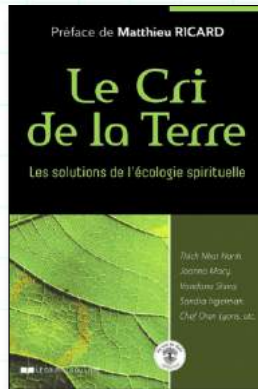
Manuel pratique pour entrer dans l'intimité des arbres et profiter de leurs bienfaits

Patrice Bouchardon

Dans ce guide, vous trouverez de nombreux exercices pour vous aider à prendre conscience de vos fonctionnements et à cultiver la bonne attitude physique et mentale pour entrer dans l'intimité des arbres et en découvrir toutes les richesses.

Exergue

19,90 €



**Arbres de vie**

Suspensions et attrape-rêves

Charline Fabrègues

Emblème porteur de sens présent dans toutes les grandes traditions spirituelles, l'arbre de vie fait le lien entre le monde terrestre et les cieux. Symbole de la force de la vie et de l'ancrage, il incarne le renouveau continu de la nature. Une quinzaine de suspensions à réaliser en pas à pas.

Rustica

12,95 €

**Le cri de la terre**

Les solutions de l'écologie spirituelle

Collectif

La crise écologique est le plus grand désastre causé par l'être humain que cette planète ait jamais vécu. Il y a un besoin pressant d'apporter une réponse spirituelle à cette crise écologique. C'est vital et nécessaire si nous voulons aider à remettre le monde, en tant que Tout vivant, en équilibre.

Le Courrier du Livre

22 €

**Attrape-rêves végétaux**

Et autres suspensions en pas à pas

Charline Fabrègues

Lancez-vous dans la création de 14 modèles poétiques et bucoliques et créez de magnifiques ambiances végétales. Avec des fleurs séchées, des végétaux frais ou artificiels, apprenez à jouer avec les textures et les matières pour créer des objets déco qui subliment votre intérieur.

Rustica

12,95 €

“ Croire ne suffit pas, nous avons besoin de comprendre. ”



« LA MORT ET LA VIE DANS L'AU-DELÀ »  
d'Omraam Mikhaël Aïvanhov

ISBN 978-2-8184-0510-9 – Réf. B304FR  
3,50 €



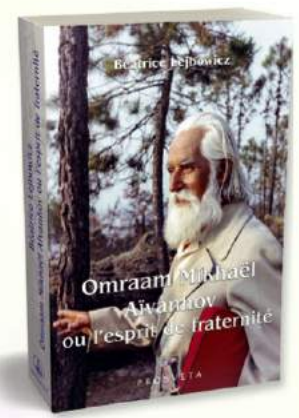
« LA VOIE SPIRITUELLE DE LA MUSIQUE »  
de Robert Soubeyran

ISBN 978-2-8184-0507-9 – Réf. T29FR  
19,00 €



« PENSÉES QUOTIDIENNES 2020 »  
d'Omraam Mikhaël Aïvanhov

ISBN 978-2-8184-0505-5 – Réf. Q2020FR  
13,90 €



« OMRAAM MIKHAËL AÏVANHOV OU L'ESPRIT DE FRATERNITÉ »  
de Béatrice Lejbowicz

ISBN 978-2-8184-0511-6 – Réf. T30FR  
24,00 €

Éditions PROSVETA – L'œuvre d'Omraam Mikhaël Aïvanhov

Table des matières et premier chapitre de tous les ouvrages, accessibles librement sur [www.prosveta.fr](http://www.prosveta.fr)

Suivez nos actualités sur [facebook.com/prosveta](https://facebook.com/prosveta)

Nombreux ouvrages disponibles en eBook – Catalogue sur demande au 04 94 19 33 35 ou sur notre site



### Coloc bio : le guide Pour une cohabitation éco-responsable

Vincent Ravalec

Bons plans, recettes et réflexions sur le comment vivre ensemble. Écologique, drôle, inspirant... et indispensable pour qui souhaite une coloc réussie! La coloc peut être pensée non pas comme un phénomène anecdotique, mais bien comme un écosystème où s'inventent des modes de vie que le nouveau millénaire appelle et génère. Car être bio, ce n'est pas seulement faire pousser ses tomates sans pesticides, c'est aussi cultiver un certain art de vivre.

Mama

24 €



### 1% : reprendre le pouvoir face à la toute-puissance des riches

Vandana Shiva

Une analyse du modèle économique capitaliste qui permet aux multinationales d'exercer sans contrôle leur pouvoir. Les conséquences des actes des 1% les plus riches, qui contrôlent l'alimentation, l'information ou encore l'énergie sont dévastatrices pour la planète et le reste de la population.

Rue de l'Échiquier

19 €

### Spiritualité et société durable L'engagement éthique des créatifs culturels

Julia Itel

Les créatifs culturels représentent une tendance émergente : celle de la prise de conscience de revisiter le lien fondamental qui existe entre les humains et la nature. Constituant environ un tiers de la population occidentale, ces individus incarnent des valeurs postmatérialistes de bien-être, et sont animés par une intention éthique et responsable d'habiter la planète. La spiritualité et le développement personnel semblent être au cœur de leur démarche.

Yves Michel

15 €

### La voie des paysans D'un commerce équitable à un marché juste

Francisco Vanderhoff Boersma

Une présentation des problématiques auxquelles sont confrontés les petits paysans qui ont choisi de sortir des logiques de l'agriculture moderne en mettant en place un marché parallèle aux règles de fonctionnement plus éthiques.

Actes Sud

19 €



### L'entraide, l'autre loi de la jungle

Pablo Servigne, Gauthier Chapelle

Une réflexion sur une vision du vivre-ensemble fondée sur l'entraide. En balayant le large éventail du vivant, des bactéries aux sociétés humaines, les biologistes développent la thèse selon laquelle les organismes qui survivent sont ceux qui s'entraident le plus. Prix du livre environnement 2018.

Les Liens qui Libèrent

8,90 €



### Ma fabuleuse aventure avec les bourdons

Dave Goulson

Dave Goulson nous raconte tout sur les bourdons, et comment il l'a appris, depuis ses premières expérimentations hasardeuses jusqu'à son quotidien de chercheur depuis plus de vingt-cinq ans. Le livre raconte aussi la relation affectueuse de l'auteur avec tout un tas d'autres êtres vivants.

Gaïa

22 €

### Naturo-pattes Chats, chiens, lapins, rongeurs, prendre soin de nos animaux de compagnie au naturel

Stéphanie Rivier

Le souci du naturel s'applique également à nos animaux de compagnie. Retrouvez tous les conseils de Stéphanie Rivier, vétérinaire et naturopathe : les bases d'une bonne alimentation, des recettes maison, des soins à réaliser avec des produits naturels...

Hachette Pratique

19,95 €

### Mon animal, compagnon de santé Le pouvoir de sa présence

Janet Ruckert

La psychothérapeute américaine partage trente ans de pratique et de nombreux cas où la présence d'un animal domestique a aidé ses patients à se libérer de problèmes jusque-là restés insolubles. Elle montre que nos animaux de compagnie peuvent nous aider à exprimer nos sentiments et besoins profonds, et propose des jeux et exercices pour optimiser et profiter des bienfaits de cette relation.

Le Souffle d'Or

14,90 €

**Se souvenir du futur**

Guider son avenir  
par les synchronicités

Romuald Leterrier, Jocelin Morisson

Serait-il aujourd'hui possible d'accéder à des informations en provenance du futur sous forme de synchronicités ? C'est ce qu'affirment les auteurs qui conjuguent des enseignements venus du fond des âges aux connaissances les plus pointues de la science contemporaine.

Guy Trédaniel 18 €

**La bible des neurosciences**

Pour les accros du genre...  
et ceux qui vont le devenir

Jon Turney

Les neurosciences cherchent à décrypter le fonctionnement du cerveau pour mieux comprendre les mécanismes insidieux et les exploits remarquables qu'il accomplit. Les concepts les plus complexes du domaine des neurosciences vous seront expliqués ici.

Guy Trédaniel 20 €

**Devenir hyper conscient**

Des capacités extraordinaires  
à la portée de chacun

Dr Jean-Jacques Charbonier

Jean-Jacques Charbonier a collecté des centaines de témoignages de personnes ayant vécu des histoires époustouflantes lors d'arrêts cardiaques ou de comas. Ses recherches lui ont permis de mettre au point une technique simple et accessible à tous qui nous transforme en individu hyper-conscient.

Guy Trédaniel 18 €

**La fleur de vie**

Guide pratique d'utilisation  
et de compréhension

Jean-Luc Caradeau

La fleur de vie est un symbole universel très ancien. Jean-Luc Caradeau traite de la signification de la fleur de vie à travers l'arithmétique pythagoricienne et la géométrie sacrée. La fleur de vie, qu'elle soit graphique ou incarnée dans un objet, est un merveilleux support de méditation.

Trajectoire 12 €

**Va par où tu ne sais pas**

Et s'il y avait une autre manière  
de voir le monde ?

Laurence de La Baume

En 1996, la journaliste Laurence de la Baume, interviewe Mudrooroo, écrivain aborigène et chaman. Elle découvre qu'il existe un autre niveau de réalité. Laurence décide alors de partir à travers le monde, à la rencontre des plus grands spécialistes de la conscience et des scientifiques d'avant-garde, ouvrant de nouveaux territoires à la compréhension du réel. Parution octobre.

J'ai Lu 7,20 €

**Magicien des dieux**

La sagesse oubliée  
de la civilisation terrestre perdue

Graham Hancock

Vers la fin du dernier âge de glace, il y a 12 800 ans, une comète gigantesque s'est brisée en de multiples fragments au sein du système solaire. Certains ont frappé la Terre et engendré un déluge à l'échelle planétaire. Cet événement, que l'on retrouve dans bien des mythes à travers l'histoire, ne marquait que le premier passage de ces débris... Une seconde série d'impacts a causé une inondation supplémentaire il y a 11 600 ans. Selon Platon, c'est à cette date que l'Atlantide aurait été submergée par les flots. Parution octobre.

J'ai Lu 12 €

**Le fabuleux pouvoir  
de vos gènes**

Dr Deepak Chopra

Vos gènes sont fluides, dynamiques et sensibles à vos pensées comme à vos actions, d'où votre capacité à les faire évoluer. Voici l'idée révolutionnaire que nous transmet la nouvelle génétique et qui constitue le fondement de cet ouvrage. La science de la transformation : découvrez les dernières découvertes de la génétique pour mieux comprendre la révolution en marche dans les domaines de la biologie, de l'évolution, de l'hérédité et du corps humain.

J'ai Lu 7,80 €

**L'eau-delà de l'eau**

De l'autre côté du miroir de l'eau

Jacques Collin

Jacques Collin poursuit sa quête vers l'ultime révélation de cet élément. En passant de l'autre côté du *miroir de l'eau*, l'homme va découvrir de nouveaux univers dans lesquels il va retrouver l'essence et le sens de sa vie. La reconquête de ces nouvelles dimensions est pour chacun un chemin personnel et intime vers la totalité de son être. L'eau, à la frontière des mondes physiques et métaphysiques, va devenir l'énergie du futur et refonder la société civile.

Guy Trédaniel 19,90 €

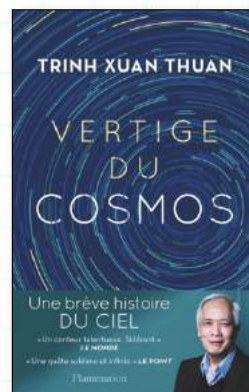
**Images sonores d'eau**

La musique créatrice de l'univers

Alexander Lauterwasser

Des textes scientifiques, philosophiques, spirituels et poétiques, soigneusement choisis et accompagnés de photos magnifiques, qui permettent de percevoir, d'écouter et de ressentir les manifestations sonores et musicales de l'eau.

Médicis 28 €

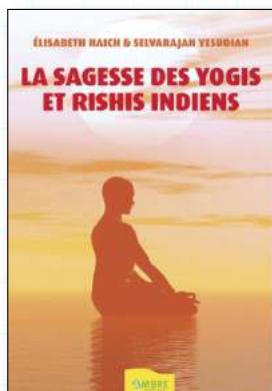


**Vertige du cosmos**

Trinh Xuan Thuan

Observant la régularité de certains cycles, l'homme a forgé une conception mouvante du cosmos, appuyée sur deux notions indispensables pour décrire le tissu de la réalité : l'espace et le temps. Trinh Xuan Thuan nous conte les prouesses astronomiques de nos ancêtres. Il décrit l'irruption de la science moderne, des intuitions de Copernic jusqu'aux fulgurances d'Einstein qui consacra l'espace-temps.

Flammarion 21,90 €



### La sagesse des yogis et rishis indiens

Elisabeth Haich, Selvarajan Yesudian

Fondateurs d'une école de yoga, les auteurs délivrent une série de conseils pour approcher la source essentielle de la vie et atteindre son véritable moi. Ils explorent les convictions des rishis et des yogis indiens autour de sujets tels que l'amour, la souffrance, le destin, la magie blanche et noire, la guérison et la transformation.

Ambre

16 €

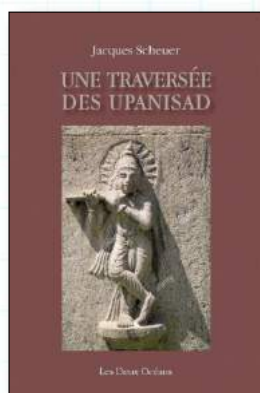
### Paroles immortelles (Vachanamrut)

Shri Siddharameshwar Maharaj

Les adeptes du Vedanta se réjouiront de trouver ici des notions complexes rendues intelligibles. En insistant sur l'importance de la connaissance et de la dévotion, les deux piliers de tout son enseignement, Siddharameshwar Maharaj exhorte son auditeur à s'engager dans une vie spirituelle libre de toute croyance.

Les Deux Océans

14,50 €



### Une traversée des Upanisad

Jacques Scheuer

Les 9 chapitres de cette traversée permettent de mieux comprendre et appréhender ces textes sacrés védiques qui contiennent des enseignements ésotériques de la plus haute valeur, et qui sont la base authentique à partir de laquelle les grandes religions de l'Inde (hindouisme, jainisme et bouddhisme) ont essaimé.

Les Deux Océans

15 €

### Plus vaste que le ciel, plus grand que l'espace

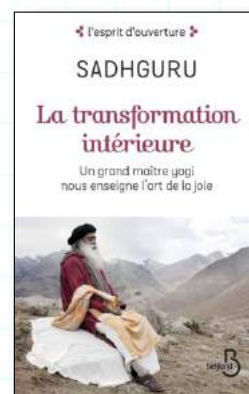
Ce que tu es, avant de devenir

Mooji

L'auteur nous donne l'opportunité de découvrir notre vraie nature : la pure conscience. Il nous révèle ainsi l'amour et la liberté infinis de notre être essentiel. Mooji a ouvert les yeux de milliers de personnes sur la Vérité qui se trouve en nous tous.

Almora

20 €



### La transformation intérieure

Un grand maître yogi nous enseigne l'art de la joie

Sadhguru

À travers le récit de son parcours, de son enfance en Inde à son enseignement du yoga, le maître yogi guide le lecteur vers une meilleure connaissance de lui-même, de son corps et des énergies qui le composent. Il donne ses conseils pour faire de la paix et de la joie le fondement même de sa vie.

Belfond

18,90 €

### Bhagavad-Gita

L'essence du yoga

Traduit du sanskrit par Stephen Mitchell

La Bhagavad-Gita est le texte mystique le plus important de l'hindouisme. Ce poème de 700 versets se présente, sous la forme d'un dialogue entre Krishna, avatar du dieu Vishnou, et le jeune guerrier Arjuna. La Bhagavad-Gita est une lecture fondamentale pour toutes celles et tous ceux qui pratiquent le yoga.

Parution octobre.

Synchronique

19,50 €

### Le mahabharata

Bande dessinée

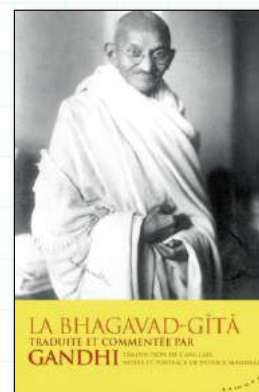
Jean-Claude Carrière, Jean-Marie Michaud.

Le récit graphique du plus long poème du monde, la Bible de l'Inde au cœur de laquelle on trouve la célèbre Bhagavad-Gita, le Chant du Bienheureux. Un livre-événement publié en plusieurs langues. Un récit graphique inédit.

Parution octobre.

Hozhoni

35 €



### La Bhagavad-Gîtâ

Traduite et commentée par Gandhi

Traduction de l'anglais,

notes et postface de Patrick Mandala

Entre 1924 et 1926, Gandhi traduit et commente la Bhagavad-Gîtâ, texte majeur de l'Inde écrit entre 200 av. J.-C. et 200 apr. J.-C. Sur un champ de bataille, le dieu Krishna transmet à Arjuna les enseignements fondamentaux du yoga. À partir de ce texte, le mahatma en a tiré des préceptes pour sa vie spirituelle et son combat politique.

Almora

18 €



*Be Light Editions*  
Éveil et reconnexion - Chemins de l'Invisible -  
Contacts Extraterrestres - Phoenix Journals

**Nouveau**

à venir 1er  
trimestre 2020 :  
Les Arcanes de  
l'Univers Tome 2



Dolores Cannon  
pages : 732

**19,80 €**

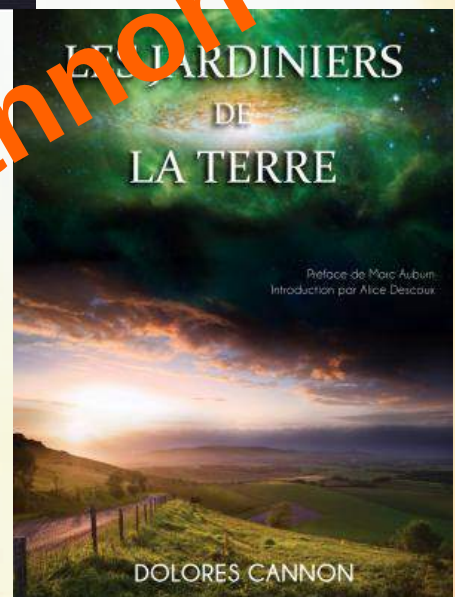
979-10-94653-43-2



Dolores Cannon  
pages : 582

**21,80 €**

979-10-94653-39-5



Dolores Cannon  
pages : 397

**17,00 €**

979-10-94653-18-0

[ble.edition@yahoo.com](mailto:ble.edition@yahoo.com)

Adresse : 19 bis route de la chansonnière  
49125 BRIOLLAY

[www.bledition.org](http://www.bledition.org)

Téléphone : 02.41.87.99.69

## Faites la révolution!

### L'appel du Dalai-lama à la jeunesse

*Le Dalai-lama & Sofia Stril-Rever*

C'est à la révolution de la compassion, que le sage appelle. Avec une parole libre et adaptée aux jeunes, il explique ici la nécessité de passer d'une pensée individualiste et anthropocentrique, à une vision altruiste et universelle. La révolution qu'il appelle de ses vœux ne relève d'aucune croyance, d'aucune idéologie, mais d'une éthique. « Faites la révolution ! » conclut le Dalai-lama.

Massot/Rabelais

7,10 €

## Voyage aux confins de l'esprit

### Une exploration de la conscience, des rêves et de l'après-vie

*Dalai-Lama*

Le Dalai-Lama dialogue avec d'éminents scientifiques occidentaux sur des sujets cruciaux: le sommeil, les rêves et la mort. La rencontre du bouddhisme tibétain avec des disciplines telles que la psychanalyse, la philosophie, les neurosciences et l'anthropologie donne lieu à des échanges passionnants, stimulants et parfois divergents. Ce livre nous invite à reconsidérer, avec intelligence et subtilité, notre perception de la réalité et de la conscience.

J'ai Lu

8,80 €

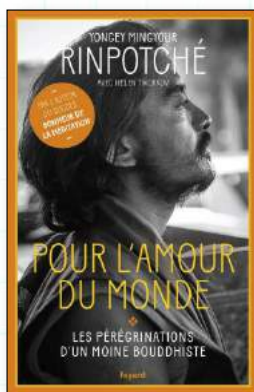
## Au cœur des émotions

*Lama Jigmé Rinpoché*

Le bouddhisme propose des méthodes pour reprendre le contrôle de nos émotions et nous libérer de leur emprise. En embrassant un processus de changement, nous pouvons prétendre à une véritable liberté. Il s'agit d'un mouvement intérieur et progressif de l'esprit qui permettra de comprendre l'origine des émotions ainsi que la façon dont elles influencent nos pensées, discours et actions. Cette compréhension révélera combien notre façon d'entrer en relation avec le monde et nous-mêmes est soumise à leur influence et offrira une nouvelle perspective sur la façon de ne pas les subir.

Rabsel

15 €



## Pour l'amour du monde

### Les pérégrinations d'un moine bouddhiste

*Yongey Mingyur Rinpoché, avec Helen Tworok*

Au fil d'une retraite solitaire et anonyme de quatre ans et demi hors des institutions monastiques bouddhistes, Yongey Mingyur Rinpoché nous enseigne comment transformer notre peur de mourir en joie de vivre. Les réponses aux angoisses les plus accablantes se trouvent souvent à l'extérieur de notre zone de confort; et rechercher la difficulté pour mieux l'accepter nous permet de transformer notre peur de mourir en joie de vivre.

Fayard

22 €

## Libre et heureux ici et maintenant

### Cultivez l'instant présent avec le grand maître occidental du bouddhisme

*Jack Kornfield*

Depuis 40 ans, Jack Kornfield enseigne la pleine présence et la compassion à des personnes en quête de bien-être et de spiritualité. Mais comment continuer à croire au bonheur quand le deuil ou la maladie nous frappent, quand on perd son travail, quand le simple fait de vivre nous paraît insurmontable? Pourtant, le bonheur est à notre portée. Cultivez l'instant présent! Voilà le message lumineux que nous offre Jack Kornfield.

Belfond

20 €

## Contemplation

*Mathieu Ricard, Simon Velez*

Les photographies lumineuses de Mathieu Ricard, empreintes d'harmonie, nous immergent dans un univers de paix, propice à la spiritualité. Ponctuées de pensées choisies, elles sont un hymne à la plénitude et nous portent vers des valeurs aussi fondamentales que la considération d'autrui ou la bienveillance.

La Martinière

25 €

## L'art de la sagesse

### Comment élargir notre perception du monde et faire face à l'adversité

*Dalai-Lama*

Développer le potentiel d'amour et de compassion que nous possédons tous et parvenir à la connaissance suprême pour dissiper la souffrance du monde: cette aspiration altruiste, qui est la voie du bodhisattva, repose en grande partie sur l'étude et la mise en pratique des écrits fondamentaux du bouddhisme.

Parution octobre.

J'ai Lu

4,80 €

## Le dernier Dalai-Lama

### Vers la fin du bouddhisme tibétain?

*Gilles van Grasdorff*

Tenzin Gyatso, est aujourd'hui octogénaire et malade. L'approche de sa disparition ouvre une crise sans précédent pour sa succession avec la République populaire de Chine, qui menace l'avenir du Tibet. C'est cette tragédie que raconte van Grasdorff, le premier, au monde, à avoir réalisé avec Sa Sainteté un livre d'entretiens.

Cerf

24 €

## La foi fondée sur la raison

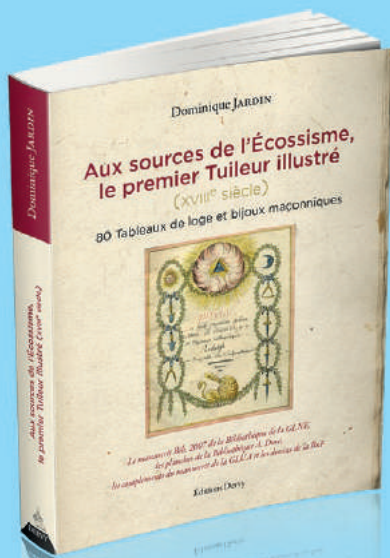
*Dalai-Lama*

Cet ouvrage comporte deux parties: un commentaire des trois chapitres des stances fondamentales de la *Voie du Milieu*, suivi d'une explication des trois principaux aspects de la Voie. Que ces deux œuvres parlent encore aujourd'hui si profondément à l'aspirant spirituel de ce troisième millénaire prouve l'universalité intemporelle des réalisations qu'elles véhiculent.

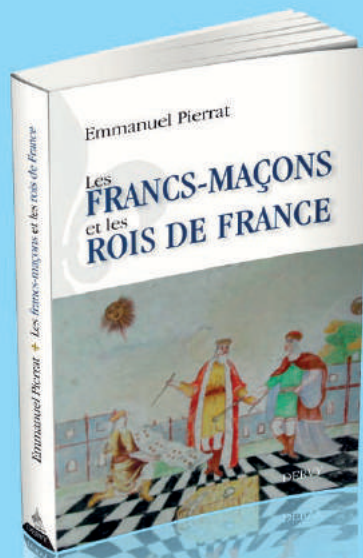
J'ai Lu

6,70 €





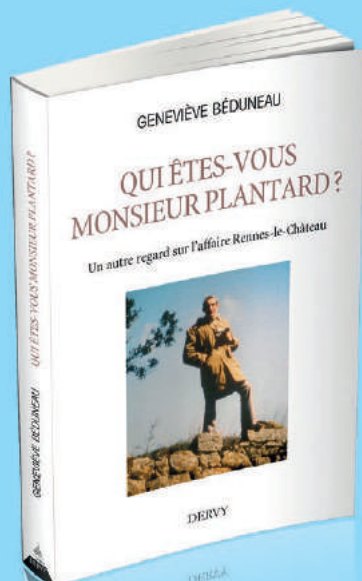
450 pages – 35,00 €  
ISBN 979-10-242-0540-3



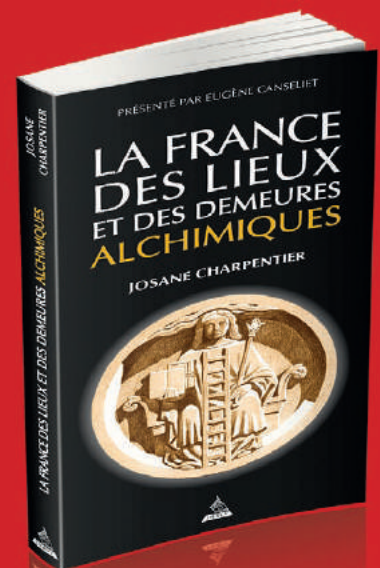
192 pages – 18,00 €  
ISBN 979-10-242-0533-5



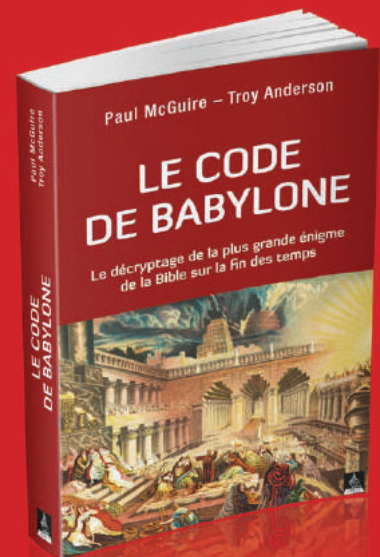
204 pages – 20,00 €  
ISBN 979-10-242-0522-9



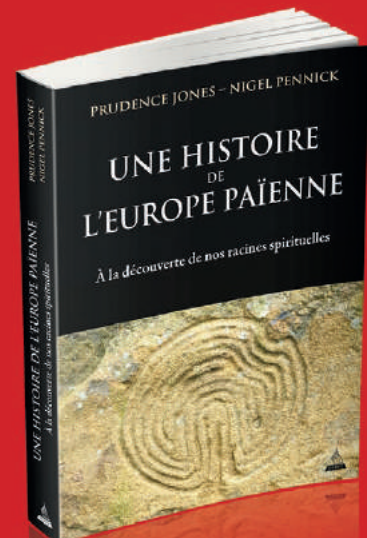
224 pages – 18,00 €  
ISBN 979-10-242-0536-6



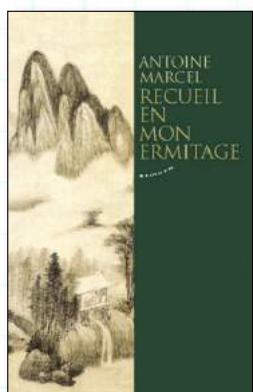
256 pages – 20,00 €  
ISBN 979-10-242-0512-0



304 pages – 23,00 €  
ISBN 979-10-242-0524-3



340 pages – 25,00 €  
ISBN 979-10-242-0528-1



### Recueil en mon ermitage

Antoine Marcel

Écrits dans un ermitage, par un homme libre, ces fragments nous font goûter la saveur de la nature de Bouddha présente en nous tous. La solitude, le karma, l'éveil, la vacuité, l'assise, la méditation, la sagesse, la non-dualité, etc. sont quelques exemples des thèmes abordés ici avec simplicité et profondeur. Ces courts fragments se lisent comme des haïkus, ces courts poèmes zen qui nous touchent par leur beauté et leur vérité sensible.

Almora

17 €

### Commentaires sur la méditation

Jacques Vigne, Tenzin Palmo

Une présentation de la vie et de l'œuvre de Tenzin Palmo, Anglaise devenue nonne tibétaine qui a vécu plus de douze ans en ermite dans une grotte de l'Himalaya. Le Dr Vigne a assisté avec un groupe de francophones à plusieurs séminaires de Tenzin Palmo où elle commentait trois textes traditionnels essentiels. L'ensemble forme un remarquable cours sur les multiples facettes de la méditation et sur une spiritualité adaptée à aujourd'hui.

Le Relié

18 €

### Méditer au quotidien

Une pratique simple du bouddhisme

Vénérable Henepola Gunaratana

Enseignant la plus ancienne forme de méditation bouddhique, l'auteur a conçu ce livre comme un manuel pratique, qui permet au lecteur de développer ses capacités et de progresser pas à pas vers un idéal de bonheur et de paix.

Marabout

6,90 €

### La voie des fleurs

Le zen dans l'art japonais des compositions florales

Gusty L. Herrigel

Au Japon, l'art est une forme de spiritualité, un savoir-vivre, un art de vivre. L'art d'arranger les fleurs, l'ikebana, qui remonte aux origines du bouddhisme, doit nous inciter à aller au plus profond de nous-mêmes. Nous apprenons, au gré des leçons, que la plus modeste fleur peut nous révéler la Voie.

Arléa

10 €

### Philosophie du kôdô

L'esthétique japonaise des fragrances

Chantal Jaquet

Le kôdô, ou voie des fragrances est un art olfactif japonais apparu sous l'ère Edo consistant à apprécier les senteurs de bois aromatiques rares et précieux dans un cadre formalisé. Le kôdô construit une philosophie et une esthétique de cet art d'une grande sophistication, alliant la simplicité, le minimalisme, le raffinement, le mystère à une dimension contemplative et créatrice.

Vrin

19 €



### L'art du zazen

Pierre Crépon

Un enseignement authentique par un moine zen enseignant en France. Le zazen est une pratique naturelle qui se situe au sein de la transmission de l'enseignement du Bouddha. Il est la continuation de l'éveil du Bouddha et il est beaucoup plus qu'un simple exercice de méditation. Zazen est un art merveilleux, un oubli de soi qui nous ouvre à une dimension plus vaste de notre vie.

Albin Michel

7,20 €

### Promenade au bord du vide

Les non-pensées d'un maître zen – Tome V

Taikan Jôji

Le 5<sup>e</sup> volume du journal du maître zen, écrit d'avril 2016 à octobre 2018, fondateur du centre zen de la Falaise verte, en Ardèche. Il livre des récits de voyages, des enseignements donnés pendant les sesshins, des haïkus, des commentaires de maîtres de la lignée et des conseils à ses disciples.

Almora

18 €

### Accompagner la fin de vie zen

Roland Yuno Rech, Christian Gaudin

Le dessinateur et moine zen Christian Gaudin a recueilli des textes sur la mort et l'accompagnement de la fin de vie rédigés par le maître zen Roland Rech. Le résultat s'avère à la fois très profond et absolument hilarant ! Preuve que les pratiquants du zen savent plaisanter avec les choses les plus sérieuses afin de dédramatiser le tragique de la condition humaine qui implique de devoir souffrir et mourir...

Le Relié

14 €

### La cérémonie du thé

Ou comment j'ai appris à vivre le moment présent

Noriko Morishita

Noriko, jeune étudiante, assiste à la cérémonie du thé dispensée par Maître Takeda. Elle en maîtrise progressivement les rituels et les règles. Au fil des années, elle finit par percevoir le pouvoir des sens et savourer cet instant précieux, recevant une réelle leçon de vie.

Marabout

19,90 €

### Sagesse bouddhiste et sainteté chrétienne

Lama Tcheuky Sèngué

Une rencontre lumineuse où l'on suit les sages et les saints dans leurs travaux terrestres, leur montée au ciel et leur expérience de la réalité profonde !

Claire lumière

12 €

## Le champ de la beauté

Laurence Freeman

Leader de la *Communauté mondiale pour la Méditation chrétienne (WCCM)*, Laurence Freeman parcourt la planète pour enseigner la prière contemplative. C'est l'occasion de rencontres qui changent son regard sur la vie. Le récit qu'il en fait révèle de façon émouvante comment le sacré s'exprime au quotidien dans chaque vie et chaque lieu.

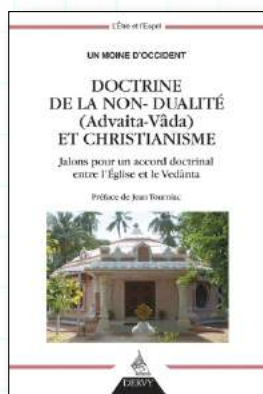
Fides 25 €

## (Re)vivez de l'intérieur

Jean-Guilhem Xerri

Apprenez avec les Pères du désert ce que sont les fondamentaux de l'intériorité, les conditions de l'équilibre intérieur, les clés de la croissance spirituelle. Jamais ils ne vous auront paru aussi proches. Ils deviennent ici vos conseillers au quotidien.

Cerf 16 €



## Doctrine de la non-dualité (advaita-vāda) et christianisme

Jalons pour un accord doctrinal entre l'Église et le Vedānta

Un moine d'Occident, préface Jean Tourniac

L'auteur, contemplatif cistercien, livre le fruit de quarante années de réflexion. Il s'appuie, du côté de l'Occident, sur les Pères et Docteurs de l'Église les plus autorisés, tel saint Thomas, et, du côté de l'Orient, sur les maîtres révéérés, comme Çankara et Ramakrishna. Peut-on envisager légitimement un *non-dualisme* chrétien ?

Dervy 12,50 €

## Jésus

Des origines à nos jours

Dominique Lormier

Associant biographie, enquête historique et étude spirituelle, cet ouvrage trace un portrait de Jésus abordant notamment ses liens avec les esséniens, l'expansion du christianisme et les dérives sectaires au fil des siècles.

Parution octobre.

Alisio 19,90 €

## Histoire de celui qui dépensa tout et ne perdit rien

Jacqueline Kelen

L'auteure prolonge la parabole biblique du fils prodigue, donnant la parole à tous les acteurs, ajoutant des personnages et quelques anges. Le père, très pieux et bon, la mère, inquiète et tendre, le frère aîné, sérieux mais ombrageux, un vieux serviteur, compatissant et le fils, rêveur et rebelle, s'expriment tour à tour, développant les thèmes de la générosité, du don et du pardon. Parution novembre.

Cerf 16 €

## L'éternité ainsi de suite

Marion Muller-Colard

L'auteure propose une méditation spirituelle sur la mort sous la forme d'un chemin initiatique où elle évoque Nikola Zaric, sculpteur suisse décédé en 2017. Son œuvre lui révèle que « la vie ne se trace pas en ligne mais en ronde, car toute mue est une perte et toute perte est un berceau ».

Bayard 14,90 €

## Édith Stein, la grâce devant soi

Philosophie de la conversion

Vincent Aucante

L'auteur présente le parcours spirituel d'Édith Stein, juive convertie au catholicisme, montrant que sa conversion est intimement liée à son histoire familiale et à sa réflexion philosophique. Il examine ensuite comment la grâce est accueillie par un individu au regard de sa situation spirituelle initiale et de son environnement familial.

Carmel 17,50 €



## Le maître des béatitudes

Yvan Amar

Yvan Amar donne à tous ceux qui sont en quête de sens l'occasion de renouveler, avec le *Maître de la montagne*, l'antique et éternelle Alliance. Le *Sermon sur la montagne* peut être considéré comme un résumé de l'enseignement de Jésus, et les *Béatitudes* comme la quintessence de ce sermon. Yvan Amar nous rappelle que la voix exigeante du *Maître des Béatitudes* retentit en chacun de nous.

Albin Michel 7,50 €

## Viens, Esprit Saint, en nos cœurs

Michael Lonsdale

L'auteur raconte le lien particulier qui l'unit au Saint-Esprit, et notamment comment ses sessions de prières l'ont sorti du gouffre dans lequel il avait plongé à 40 ans. Il accompagne son récit de grands textes consacrés au Saint-Esprit, des Évangiles aux écrits de sainte Thérèse en passant par les lettres de saint Paul.

Philippe Rey 18 €

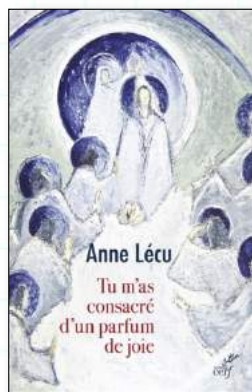
## Aimez à l'infini

La véritable philosophie du Christ

Denis Marquet

Tout l'enseignement de Jésus vise à faire comprendre à l'homme qu'il est infiniment aimé. Mais cet amour n'est pas reçu pleinement et il souffre d'un manque. Dans ce chemin de simplification et de guérison, l'auteur montre que pour recevoir l'amour, il faut avant tout le donner.

Flammarion 19 €



### Tu m'as consacré d'un parfum de joie

Anne Lécu

Une lecture de la Bible à travers les fragrances qu'elle célèbre, de Caïphe qui oint le temple d'huiles odorantes à la fiancée du Cantique enduite de baume, en passant par Marie de Magdala porteuse de myrrhe. Appelant au sens mystique qu'est l'odorat, voici un traité et une célébration de la joie amoureuse dans ce qu'elle a d'impalpable.

Cerf

16 €

### Vivre en plénitude

Être des artisans de paix

John Martin Sahajananda

Le déploiement, nous dit l'auteur, c'est une manière de vivre notre quotidien à partir de la plénitude de notre être qui est divin, infini. C'est l'éternité manifestée dans le présent, la transformation de notre vie en vie de Dieu, de nos actions en actions de Dieu. C'est la plénitude de l'amour de Dieu se manifestant dans l'amour du prochain.

Les Deux Océans

20 €

### À Philémon

Réflexions sur la liberté chrétienne

Adrien Candiard

Qu'est-ce qu'un chrétien est obligé de faire? Qu'est-ce qui lui est interdit? Dans un des livres les plus courts de la Bible, l'apôtre Paul, dans une lettre à son ami Philémon à propos de la liberté d'un esclave, ouvre le chemin d'une authentique et exigeante liberté, sous la conduite de l'Esprit Saint. C'est ce chemin magnifique que ce livre redécouvre.

Cerf

10 €

### La Bible

Édition et traduction d'André Chouraqui

Une traduction littéraire de l'Ancien et du Nouveau Testament réalisée à partir de la version hébraïque de la Bible qui s'attache à renouer avec les racines du texte. A. Chouraqui propose également une exégèse des deux testaments pour renouveler leur interprétation.

Parution octobre.

Cerf

25 €

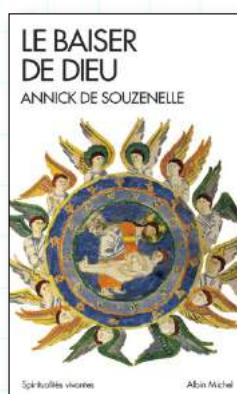
### Le livre de Job

Traduit de l'hébreu par Stephen Mitchell

Une traduction versifiée de ce poème didactique issu de l'Ancien Testament, initialement écrit en prose. Il traite de la souffrance humaine et de sa transcendance.

Synchronique

14 €



### Le baiser de Dieu

Ou l'Alliance retrouvée

Annick de Souzenelle

La synthèse thématique d'une œuvre devenue classique dans le domaine des spiritualités contemporaines. De la matière de ses précédents ouvrages, Annick de Souzenelle a extrait la quintessence du message qu'elle décline ici selon des thématiques intemporelles: l'exil de Dieu, la liberté, la connaissance, le désir, le mal et la mort, et la renaissance. Autant de sujets qui sont au cœur de tout savoir spirituel authentique.

Albin Michel

6,90 €

### Deviens ce que tu es

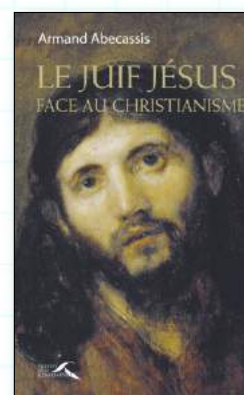
Petite retraite spirituelle chez soi

Père Patrice Gourier

Prêtre et psychologue, l'auteur constate que la modernité athée n'a pas réussi à conduire les hommes au bonheur. Il préconise une renaissance chrétienne. À partir d'un texte de Basile de Césarée, il propose un programme de huit jours pour effectuer chez soi une retraite spirituelle, au moyen d'exercices, de méditations et de séances de réflexion.

Le Passeur

6,50 €



### Le juif Jésus face au christianisme

Armand Abécassis

Armand Abécassis rétablit ici nombre de vérités sur Jésus: comme ses disciples, il était juif et est resté juif de sa naissance à sa mort. Pour prier et enseigner, il n'a jamais mis les pieds ailleurs que dans une synagogue. Il parlait l'hébreu et l'araméen... Une nouvelle lecture, originale mais de plus en plus admise, de la vie, de l'enseignement et du rôle du juif Jésus.

Presses de la Renaissance

21,90 €

### La genèse de la Genèse illustrée par l'abstraction

Traduction de l'hébreu et commentaires par Marc-Alain Ouaknin

Cet opus propose de redécouvrir la Genèse comme pour la première fois. La modernité de la traduction et la modernité des œuvres sélectionnées se répondent et se nourrissent mutuellement pour raconter en contrepoint le récit de la création du monde. Parution octobre.

Diane de Selliers

230 €

**Douze méditations sur l'amour**

Ibn Arabi, calligraphies de Lassaâd Metoui  
Un texte extrait d'un joyau de la littérature soufie, *Les Conquêtes mecquoises* d'Ibn Arabi, œuvre du plus grand maître de la spiritualité islamique. De magnifiques calligraphies du célèbre artiste peintre Lassaâd Métoui, qui, en fidèle lecteur du Maître, les colore du rouge de la passion et du bleu de la méditation. Parution novembre.

Dervy 19,90 €



**Sagesse de Confucius**

Valeurs, propositions et aphorismes pour grandir

Cyrille Javary

L'auteur situe Confucius dans l'histoire de la Chine, décrit l'évolution et la postérité de sa pensée puis présente son enseignement sur les questions politiques, sociales et personnelles. Avec un jeu de seize cartes à détacher qui présente ses disciples.

Eyrolles 12 €

**Les califes maudits**

À l'ombre des sabres – Volume II

Héla Ouardi

Dès le premier calife, la religion musulmane est mise au service du pouvoir dans la violence la plus terrible. Ce cycle de cinq récits historiques reconstitue les règnes des quatre successeurs du Prophète Muhammad. Ils n'ont cessé de s'entre-déchirer et ont tous connu une mort tragique.

Albin Michel 19,90 €

**Les couleurs de l'amour**

Rûmî, calligraphies de Lassaâd Metoui  
Maître soufi, Rûmî a célébré tout au long de sa vie l'Amour. Huit siècles après sa mort, chacun de ses vers, d'une haute portée symbolique et spirituelle, donne à rêver et à méditer. C'est à ces méditations que s'est livré le calligraphe Lassaâd Métoui. Parution octobre.

Dervy 20 €

**La voie**

Une nouvelle manière de tout penser autrement

Michaël Puett, Christine Gross-Loh

Des conseils pour apprendre à se défai- re de ses certitudes et réapprendre à vivre. Les auteurs puisent dans les ensei- gnements des anciens sages chinois comme Confucius, Mencius, Tchouang- Tseu ou Lao-Tseu.

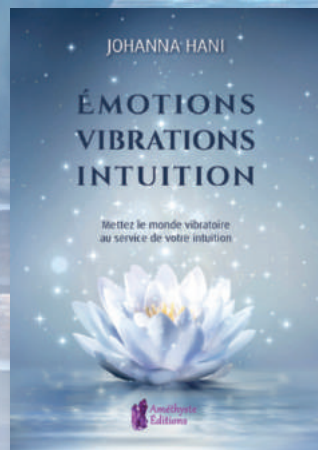
Pocket 7,50 €



*Chercher au-delà de la réalité immédiate*



180 pages - 18 €  
ISBN : 9782367360461



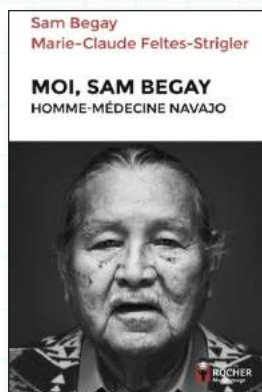
152 pages - 20 €  
ISBN : 9791097154158



220 pages - 15 €  
ISBN : 9782367360508



240 pages - 16 €  
ISBN : 9782367360539



### Moi, Sam Begay

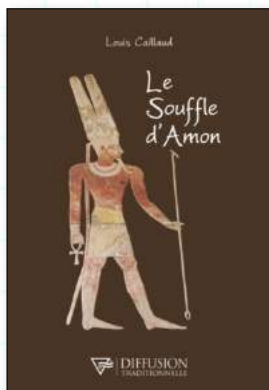
Homme-médecine Navajo

Sam Begay, Marie-Claude Feltes-Strigler

Sam Begay, homme médecin navajo, a accepté de confier sa vision de ce qu'était le monde *avant le début des temps*, les mythes, les valeurs qui régissent la vie quotidienne dans la réserve. Sa voix parle de la richesse de sa culture, d'une vie traditionnelle qu'il sent en danger, des maux du monde moderne qui menacent le mode de vie séculaire navajo, tout comme le nôtre.

Rocher

21,50 €



### Le souffle d'Amon

Louis Caillaud

Kaourê, scribe royal de Thoutmosis I<sup>er</sup>, de son fils Thoutmosis II, puis d'Hatshepsout, se remémore sa vie. Il évoque les longs moments passés dans les chambres funéraires de la vallée des Rois à transcrire les textes sacrés, la mort de Meryrêankh, adoratrice d'Amon, qui lui adresse des messages de l'au-delà, son initiation à la confrérie des Sotem-Ash et ses amours avec Ished.

Diffusion Traditionnelle

19 €

### Sur les traces d'Hiram

Un chemin maçonnique en loge symbolique et de perfection

Jean Pierre Villeneuve

L'auteur a choisi de suivre pas à pas, à travers les degrés, un initié, depuis l'instant où il s'est présenté pour être reçu maçon jusqu'au soir du jour où il a obtenu le dernier grade de la loge de perfection. Il s'efforce de comprendre avec lui, l'un après l'autre, tous les éléments symboliques qu'ils rencontrent sur ce long chemin.

Dery

23 €

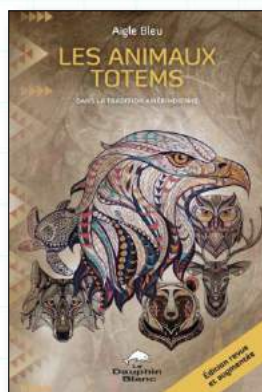
### Aux sources de l'éco-sisme, le premier tuteur illustré

Dominique Jardin

Cet ouvrage dévoile et étudie le plus ancien tuteur maçonnique manuscrit et aquarellé connu, qui date du XVIII<sup>e</sup> siècle. L'ensemble présente une collection d'images, exceptionnelle par son ampleur et sa beauté, de tableaux de loge et de bijoux maçonniques parmi les plus rares parvenus jusqu'à nous, qui en font un formidable outil initiatique.

Dery

35 €



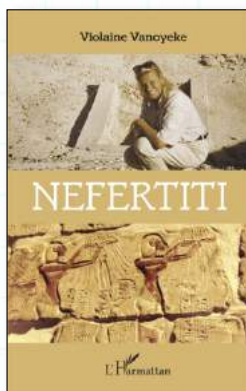
### Les animaux totems dans la tradition amérindienne

Aigle Bleu

Après nous avoir aidés à trouver notre animal totem, l'auteur décrit, avec des mots justes, les caractéristiques de 43 animaux connus et nous en fournit le symbolisme. Ce livre témoigne de la sagesse et de la connaissance ancestrale amérindienne, mais aussi de l'expérience d'un homme qui voue au monde animal et à la nature un grand respect.

Le Dauphin Blanc

20 €



### Néfertiti

Violaine Vanoyeke

Biographie de Néfertiti, épouse royale d'Akhenaton, l'un des derniers rois de la XVIII<sup>e</sup> dynastie. Spécialiste de l'Antiquité, l'auteure dresse le portrait d'une femme populaire et admirée, reconstitue son parcours afin de faire la lumière sur certains aspects mystérieux de sa vie concernant notamment ses relations avec le sculpteur Thoutmès ou les événements qui suivirent la mort de son époux.

L'Harmattan

24,50 €

### Franc-maçon, mais pourquoi?

La franc-maçonnerie disséquée pour les proches et les amis

Jean-François Variot

Un ouvrage clair et vivant pour expliquer aux proches et amis des francs-maçons, mais également aux maçons eux-mêmes qui veulent *faire le point* sur leur démarche, ce que signifie la démarche maçonnique. Une réflexion pertinente sur le devenir et le rôle de la maçonnerie au regard des transformations sociétales, culturelles et scientifiques.

Dery

16 €

### Passages de grades en franc-maçonnerie

Comment les réussir?

Patrice Brochon

Un ouvrage qui donne des conseils utiles et concrets, valables quel que soit le degré auquel on postule, pour réussir son passage de grade.

Dery

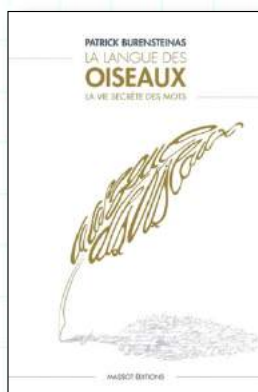
9,50 €

**Symbolique des outils et glorification du métier**

*Irène Mainguy*

Un traité sur la symbolique des outils maçonniques, appliquée aux différents grades. Il se démarque des autres traités sur le même sujet par la cohérence et la profondeur des analyses qui accompagnent le symbolisme de chaque outil.

Dervy 24 €

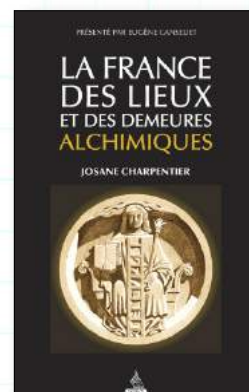


**La langue des oiseaux**  
**La vie secrète des mots**

*Patrick Burensteinas*

La langue des oiseaux est la langue des sociétés secrètes, aussi volatile que le trésor des alchimistes. Apprendre à la décoder, c'est découvrir aux mots un double sens qui, curieusement, nous parle intuitivement. Quelque chose qui relèverait du *bon sens*, une autre musique, tapie mais partout présente à qui veut bien lui prêter une oreille d'enfant.

Massot 19,90 €



**La France des lieux et des demeures alchimiques**

*Josane Charpentier*

Un guide pratique pour apprendre à reconnaître et comprendre les messages alchimiques qui apparaissent dans l'architecture et la décoration des cathédrales, châteaux, etc. 70 hauts lieux alchimiques sont décrits. La présentation d'Eugène Canselier permet d'accéder à ce domaine fondamental de la réalité et ainsi de poser un regard radicalement différent sur l'homme et l'univers.

Dervy 20 €

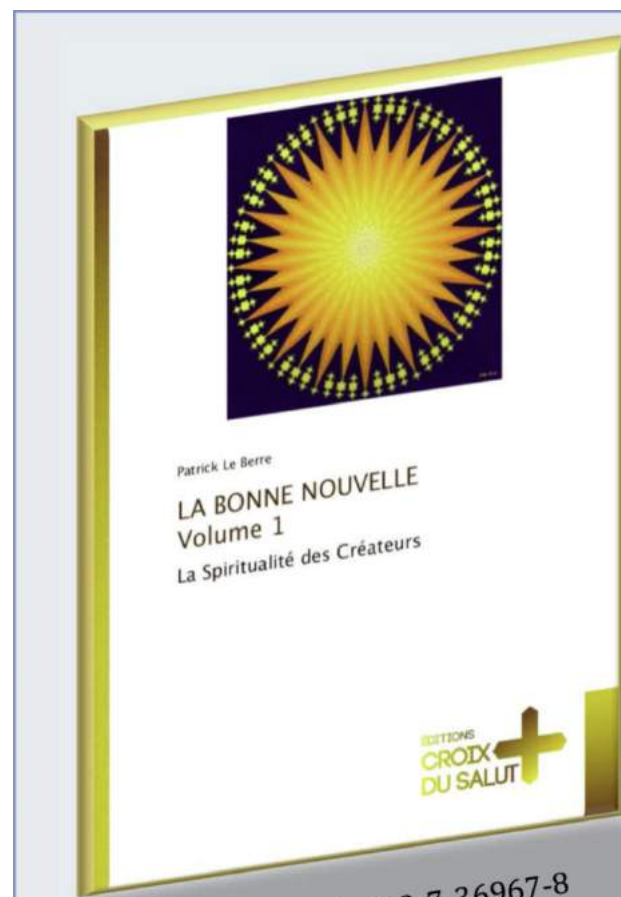
**Le nombre d'or**

**La divine beauté des mathématiques**

*Gary B. Meisner*

Un ouvrage passionnant et abondamment illustré qui offre une explication claire et accessible du nombre d'or et nous éclaire sur la présence de cette divine proportion dans l'art et l'architecture, mais aussi chez les animaux, les plantes et même dans le cosmos.

Dervy 24,90 €



ISBN Vol 1 : 978-613-7-36967-8  
ISBN Vol 2 : 978-613-7-36958-6  
Vol 1 : 65,90 € ; Vol 2 : 36,90 €

**NOUVEAUTÉ**



« Un livre **éclairant, inspirant** et vecteur d'**espoir** pour l'humanité ».

« Une véritable **bible de la gnose** qui retrace **35 siècles de spiritualité** et nous dévoile **l'histoire cachée** sous les plus grands mythes religieux ».

**Patrick le Berre** réussit l'exploit de nous livrer un ouvrage d'herméneutique cohérent, de **portée universelle** et extrêmement bien documenté. Il est le fruit de plus de **18 ans de recherches**, et s'appuie sur l'archéologie, l'histoire, la théologie et l'ethnologie.

**Un livre qui marquera son siècle !**



### Vivre dans la beauté

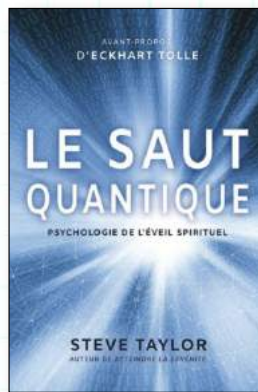
Une spiritualité sensitive pour les femmes et les hommes d'aujourd'hui

Robert Eymeri

L'auteur témoigne de son chemin spirituel vers la réconciliation intérieure. Il présente les caractéristiques d'un travail personnel en lien avec l'héritage chrétien, en particulier avec sa dimension féminine incarnée par Marie, parce qu'elle vient nous enseigner qu'un processus de conscience est aussi un processus de gestation et d'enfantement. Ce livre sensible, témoignage d'un authentique chemin spirituel, est un appel intérieur vers l'Être et l'énergie puissante de l'amour.

Almora

17 €



### Le saut quantique

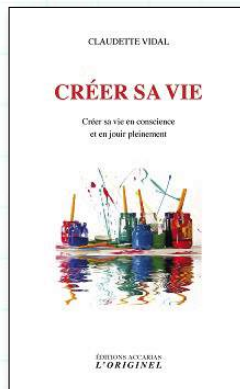
Psychologie de l'éveil spirituel

Steve Taylor, avant-propos d'Eckhart Tolle

L'état d'éveil est un état d'être plus expansif et plus harmonieux que l'état normal. Cet état peut également être un processus dont nous faisons collectivement l'expérience. S'inspirant de ses années de recherche en tant que psychologue et de ses propres expériences, Steve Taylor nous donne une étude psychologique claire sur l'état d'éveil.

AdA

24 €



### Créer sa vie

Créer sa vie en conscience et en jouir pleinement

Claudette Vidal

Ce livre porte sur le pouvoir créateur, un pouvoir que nous détenons tous. Il présente des concepts clairs, des témoignages vivants et de nombreux exercices favorisant sa mise en pratique. Vous y découvrirez une approche combinant les aspects yin et yang. Vous y trouverez une source d'inspiration nourrissant votre élan pour créer, en conscience, la vie que vous souhaitez vraiment vivre.

Accarias-L'Originel

18 €



### Découvrir la spiritualité

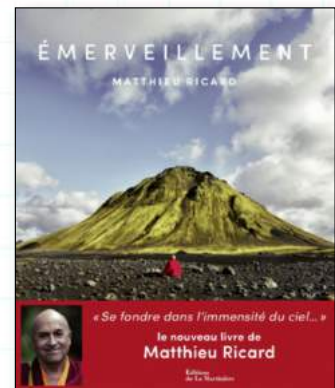
Enseignants, méthodes, sources, buts

Alexandre Pacini

Ce livre présente l'essentiel de la spiritualité contemporaine, son but, ses sources orientales, ses méthodes, et les enseignants qui comptent aujourd'hui...

Almora

22 €



### Émerveillement

Se fondre dans l'immensité du ciel...

Matthieu Ricard

« L'émerveillement peut naître en notre esprit en toutes circonstances et de la manière la plus simple qui soit. Dans ce livre, c'est de la nature qu'il s'agit, et j'ai pris le parti de faire entrer en résonance des paysages qui m'ont émerveillé de l'Himalaya à l'Islande, en passant par la Patagonie et le Yukon. Puisse ce cri du cœur en images contribuer à nous faire prendre conscience que la crise écologique que nous avons déclenchée est le grand défi du XXI<sup>e</sup> siècle. Il est vital d'agir avec détermination et discernement, vite et bien ». Parution octobre.

La Martinière

35 €

### Maintenant, je vois

Méditations sur le temps, l'amour et le bonheur

Thich Nhat Hanh

« *Maintenant je vois* signifie que je vois seulement quand je reviens au moment présent. Tout ce que je recherche est là dans le moment présent. Arrivant dans le moment, je commence à voir l'ici. » S'adressant directement à nous, ce grand maître spirituel vient nous parler des défis de la vie moderne et nous offre des perles contemplatives illustrées de calligraphies exceptionnelles.

Le Courrier du Livre

18 €



DANIEL & MARIE-JOHANNE  
MEUROIS CROTEAU

Le nouveau  
**Grand Livre**  
des *Thérapies*  
*Esséniennes et Égyptiennes*



**Marie Johanne Croteau et Daniel Meurois**

**LE NOUVEAU GRAND LIVRE  
DES THÉRAPIES ESSÉNIENNES & ÉGYPTIENNES**

*Incontournable... le classique des thérapies énergétiques*

234 pages illustrées ISBN : 978-2-923647-60-9

**Daniel Meurois**  
**LE LABYRINTHE  
DU KARMA**

*Le mystère de notre  
contrat d'âme...  
Comment le déchiffrer ?*

174 pages 978-2-923647-57-9

Le  
PASSE-MONDE





### Les bâtisseurs du futur

Le monde nouveau  
que vous attendez est déjà là

Hesna Cailliau

Ce livre s'inspire des spiritualités d'Orient et d'Occident mais aussi des dernières découvertes scientifiques et artistiques. Il montre que l'heure est désormais à la symbiose entre les civilisations, les disciplines, les générations, les hommes et les femmes, les classes sociales... c'est-à-dire à un échange équilibré où chacun dans son domaine donne autant qu'il reçoit.

Saint-Simon

16 €

### Nul n'est prophète en son pays

Ces paroles d'évangiles aux  
origines de nos formules familières

Denis Moreau

Denis Moreau a choisi une quarantaine de ces locutions et leur redonne leur saveur première. Mettant en scène le contexte où Jésus les prononce, il explique leur sens et leur portée, donnant également leur origine quand elles ne sont pas des inventions du rabbin juif mais appartiennent à la sagesse commune de l'Orient ancien.

Seuil

19,50 €

### Saisir le merveilleux dans l'instant

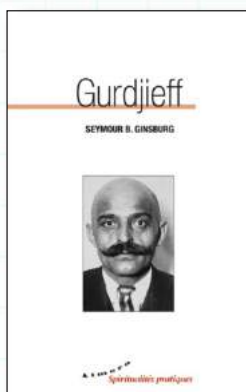
Une philosophie de la vie au quotidien

Pauline Bebe

En s'appuyant sur la spiritualité juive, l'auteure de cet essai interroge les thèmes fondamentaux de la vie humaine: le bonheur, la liberté, l'ennui, le travail, la science, etc.

Le Passeur

9,90 €



### Gurdjieff

Seymour B. Ginsburg

Une présentation de l'œuvre de Georges Gurdjieff (1866-1949) qui constitue une référence pour la spiritualité contemporaine. Celui-ci propose une méthode spirituelle d'harmonisation du microcosme de l'être humain au macrocosme de l'Univers, réunifiant l'homme avec l'infini.

Almora

11 €



### Être sans le dire

Vers une philosophie perceptive

Franck Terreaux

Série d'entretiens inspirés des différentes rencontres de l'auteur traitant de sujets tels que la non-dualité, la méditation, l'effort, la pratique spirituelle, l'éveil, l'illumination ou la conscience. Tout au long de ces dialogues, il nous invite à véritablement ressentir ce qu'il a partagé au travers d'expériences simples et directes. C'est toujours avec beaucoup d'humour et de dérision qu'il nous conte pas à pas l'intégralité de son parcours. L'essentiel étant de voir que ce que nous cherchons est déjà là, avant même l'idée de le chercher...

Almora

16 €

### L'art de la concentration

Pierre Feuga

Professeur de yoga, Pierre Feuga nous livre ici les principes fondamentaux d'une concentration calme et active, et les conseils pratiques pour y accéder progressivement. L'intérêt de la concentration, c'est sa neutralité même: on peut l'exercer sans adhérer à aucune croyance, en étant religieux ou agnostique, pour conquérir la paix du cœur ou pour rendre son action plus efficace.

Albin Michel

6,50 €

### Le souffle de Dieu

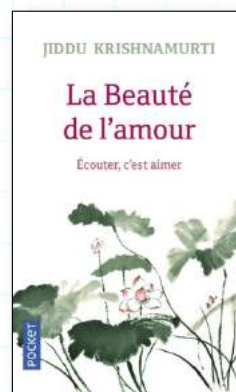
Respirations et yoga

Pierre Alais

Ce livre montre l'importance du souffle dans toutes les cultures: Grèce antique, tradition bouddhiste, sémitique, chrétienne, islamique ou soufie... Mais le souffle n'est pas culturel, c'est la Nature en nous, la Nature en tant qu'énergie essentielle. Lorsque nous tournons notre attention sur le souffle, nous réalisons que Souffle et Esprit sont une seule et même Réalité. C'est le souffle qui nous rapproche le plus de l'essentiel, de l'Être, de ce miracle appelé Vie, de Dieu. Parution octobre.

Accarias-L'original

17 €



### La beauté de l'amour

Écouter, c'est aimer

Jiddu Krishnamurti

Au cours de ces enseignements donnés à Paris et à Saanen, en Suisse, en 1967, le philosophe aborde la question du lien entre l'écoute, la communication et l'amour.

Pocket

6,95 €



**PRIX : 36 €**  
**ISBN : 978-2-89792-035-7**  
**272 PAGES**

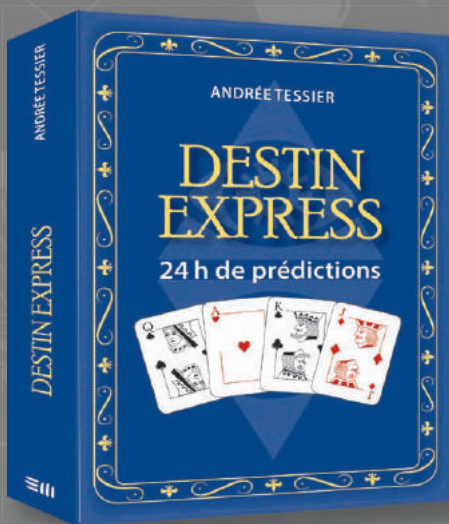


**APPRENEZ**  
**à vous aider.**

**PLUS DE**  
**70 000**  
**EXEMPLAIRES**  
**VENDUS !**



**DÉCOUVREZ** ce que le futur vous réserve.



**PARUTION :**  
**NOVEMBRE 2019**  
**PRIX : 18 €**  
**ISBN : 978-2-89792-030-2**



**PARUTION : NOVEMBRE 2019**  
**PRIX : 22 €**  
**ISBN : 978-2-89792-034-0**  
**144 PAGES**



ÉDITIONS DE MORTAGNE

**DISTRIBUTEURS**

France et Belgique : [www.dgdiffusion.com](http://www.dgdiffusion.com)

Suisse : [www.servidis.ch](http://www.servidis.ch)



### Le secret de l'empreinte énergétique

Cyril Orcel

Trouver la paix intérieure est une quête qui s'entreprind en arpentant des chemins adaptés aux nécessités de chacun. À travers une multitude de rencontres, l'auteur a pu découvrir la voie de la sagesse profonde et la joie d'une vie intérieure apaisée. Notre empreinte est-elle, à elle seule, la meilleure raison de notre passage sur Terre? Bien plus qu'un recueil de pensées, ce livre apporte un éclairage profond sur les raisons de la vie jusqu'à la mort.

Kiwi

20 €

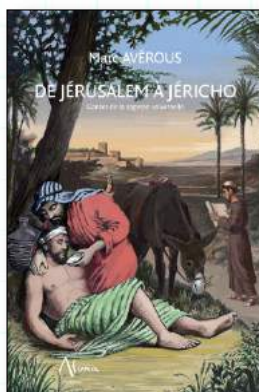
### Peut-on parler des religions à l'école?

Isabelle Saint-Martin

Alors que les attentats de 2015 ont remis l'urgence d'un enseignement laïc des faits religieux au premier plan, force est de constater qu'on ne sait toujours pas comment s'y prendre. En quoi est-ce laïque de parler des faits religieux? Comment s'y prendre de manière concrète pour préserver la posture de l'enseignant respectant le principe de neutralité mais sans esquiver le sujet? Si l'histoire est ici une discipline reine, le pari de cet ouvrage est d'insister sur le croisement de plusieurs disciplines pour sortir d'une opposition frontale science et croyance.

Albin Michel

18 €



### De Jérusalem à Jéricho

Contes de la sagesse universelle

Marc Avérous

Réunir des contes de sagesse du monde entier, venant de toute pensée, de toute philosophie, de toute religion; les assembler pour qu'en sept chapitres, du bon sens jusqu'au sublime, ils nous fassent sentir le but suprême de la vie humaine, tel a été le but de ce recueil. Car dans toutes les traditions on retrouve, avec amour toujours, avec humour souvent, un enseignement qui nous conduit vers l'abandon à la Source, vers la Réalisation de ce que nous sommes.

Aluna

17,50 €

### Graines de sagesse

Christophe Boisvieux

Les photos et les citations inspirantes d'un photographe engagé, témoin des rapports entre les hommes et le sacré. Pendant trente ans au fil de ses voyages et au gré de sa propre quête spirituelle, il a cueilli photos et citations à savourer et méditer qu'il nous livre ici dans un petit joyau doré à chaud. Il a réalisé plusieurs ouvrages sur toutes les formes de spiritualité. *Parution octobre.*

Hozhoni

19 €

### Ultreia! N° 17

Bêtes, hommes et dieux: entre vénération, maltraitance et superstitions...

Au sommaire: Bêtes, hommes et dieux – De l'animal-mécanique au bestiaire sacré – Inde. Animaux sacrés: hôtes indésirables? – Les animaux dans la tradition islamique – Asie: regards d'hommes sur les animaux – Le Bestiaire de Louis Charbonneau-Lassay.

Hozhoni

24,50 €



### Osez la conscience augmentée

Hélène Tall

En décidant de modifier délibérément votre vision, en comprenant la face cachée de vos comportements, vous participerez non seulement à votre métamorphose intérieure, mais aussi à un changement structurel du monde. Ce livre est un appel vital à guérir votre ego et ainsi devenir acteur de l'émergence d'une nouvelle conscience planétaire, unique remède pour que nos sociétés changent enfin de modèles.

Symbiose

14 €

### Anthologie de la vigilance

Un chemin vers la Lumière

Marie-Chantale Forest

La vigilance est un thème majeur dans toutes les traditions. Ce livre rassemble les propos qu'ont pu tenir des maîtres spirituels, des sages, des saints, des auteurs. Être vigilant, c'est être un miroir qui accueille tout ce qui apparaît dans l'instant – pensée, émotion, sensation physique – sans s'identifier et sans en être affecté afin de rejoindre la profondeur et d'entrer en contact avec l'Être.

Accarias-L'originel

17 €



**Anthologie de la non-dualité**

Véronique Loiseleur,  
préface d'Amaud Desjardins

Les paroles des maîtres spirituels d'autrefois et d'aujourd'hui pour qui l'adhésion au réel, ici et maintenant, est la voie royale vers la libération de la conscience. Cette œuvre de synthèse fait ressortir de manière saisissante le point de rencontre de toutes les sagesse, orientales et occidentales, religieuses ou métaphysiques.

Almora 9 €



**Le jeu du visage**

Douglas Harding

Dans ce livre écrit en 1968 et publié après sa mort, D. Harding décrit une technique d'éveil spirituel qui se base sur la déconstruction du *jeu du visage* qui, selon lui, est pratiqué par chacun pour masquer sa véritable nature. Pour cela, il s'inspire des travaux d'Éric Berne sur l'analyse transactionnelle et cite les grands mystiques de nombreuses traditions.

Almora 18 €

**Trois amis en quête de sagesse**  
**Édition collector**

Un moine, un philosophe,  
un psychiatre  
nous parlent de l'essentiel

Christophe André, Alexandre Jollien,  
Matthieu Ricard

Trois regards sur l'expérience de la vie humaine, les aspirations, la capacité au bonheur, etc., à travers le prisme de la philosophie, de la psychologie et du bouddhisme. Leurs points de vue sont différents, mais ils se retrouvent toujours sur l'essentiel. Un livre limpide et lumineux pour apprendre le métier de vivre. Parution novembre.

J'ai Lu 9,90 €



**Des mille et une façons d'être juif ou musulman: dialogue**

Delphine Horvilleur, Rachid Benzine

Entretien entre une femme rabbin et un islamologue autour de leurs religions respectives. « Nous avons tous deux compris que la Bible et le Coran n'étaient pas étrangers l'un à l'autre. Et, tous deux, nous revendiquons la liberté de la recherche et de la parole religieuses: une liberté responsable, qui assume les questions et affronte les conflits pour déjouer les pièges du fondamentalisme et d'une certaine tradition, repliée sur ses origines. »

Points 7,80 €



**Une boussole dans le brouillard**

Un chemin spirituel, pourquoi,  
comment et dans quel but?

Gilles Farcet

Selon l'auteur, la sphère spirituelle a perdu tout contour précis, dominée par la quête du bien-être et de la santé, les idées de maître, de disciple et de lignée sont devenues inaudibles. Réexaminant les fondements de la voie spirituelle à partir de son expérience, il propose des repères pour orienter la recherche de la vie intérieure.

Le Relié 18 €



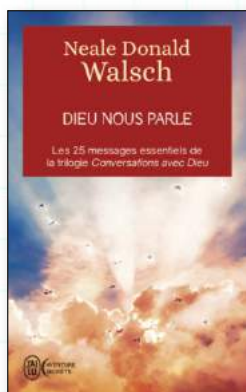
**S'ouvrir à la grâce**

Le guide du bien-être

Adyashanti

Adyashanti nous demande de laisser aller nos luttes avec la vie et de nous ouvrir à la promesse entière de la pleine conscience et de l'éveil spirituel.

AdA 18 €



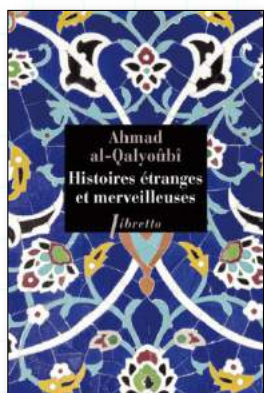
### Dieu nous parle

Les 25 messages essentiels de la trilogie *Conversation avec Dieu*

Neale Donald Walsch

Neale Donald Walsch nous livre les 25 messages les plus importants de ses *Conversations avec Dieu*. Chaque message est accompagné d'une réflexion profonde ainsi que de conseils pratiques à appliquer au quotidien. Des paroles puissantes, vibrantes d'humilité et de sincérité, qui nous indiquent le chemin de la libération de soi et qui nous touchent au plus profond de nous-mêmes.

J'ai Lu 8,40 €



### Histoires étranges et merveilleuses

Ahmad al-Qalyoubi

Un recueil de contes datant de la première moitié du XVII<sup>e</sup> siècle et qui puise aux sources des *Mille et une nuits*.

Libretto 10 €

### Qui êtes-vous Monsieur Pierre Plantard ?

Un autre regard sur l'affaire Rennes-le-Château

Geneviève Beduneau

Un ouvrage sérieux et documenté sur la célèbre affaire de Rennes-le-Château, qui s'appuie sur les écrits laissés par Pierre Plantard et ses proches collaborateurs. Une démarche qui va révéler un personnage bien différent de la caricature que d'aucuns ont voulu esquisser.

Dervy 18 €



### La vie

Khalil Gibran

Voici plus de cent fables, aphorismes, paraboles, récits et poèmes par cette voix visionnaire du réconfort, de l'amour et de la tolérance. Dans cette nouvelle compilation, retrouvez comment écouter la vie et son chant, voyez sa beauté, voyagez en son cœur et expérimentez cette vie comme un voyage.

J'ai Lu 6,70 €

### Le retour du guerrier pacifique

L'école de la vie

Dan Millman

Dan quitte Honolulu, toujours à la recherche du mystère d'une école cachée. Il découvre des leçons de vie qui échappent au commun des mortels et un secret ancien. Dans ce livre, vous vous éveillerez au pouvoir caché du paradoxe, de l'humour et du changement. Vous découvrirez une vision qui pourrait transformer à jamais votre perception des promesses et du potentiel de la vie.

J'ai Lu 7,80 €



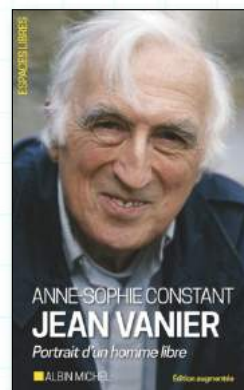
### Ma vie en contes

Écrivez vos légendes personnelles (livre + CD de méditations guidées)

Alexandra Dechezelle, Maryse Stern

À la fois carnet de bord, dans lequel les quatre saisons correspondent aux âges de la vie, ce livre se veut aussi une invitation à l'écriture de contes personnels pour prendre de la hauteur ou témoigner de son histoire.

Véga 18 €



### Jean Vanier

Portrait d'un homme libre

Anne-Sophie Constant

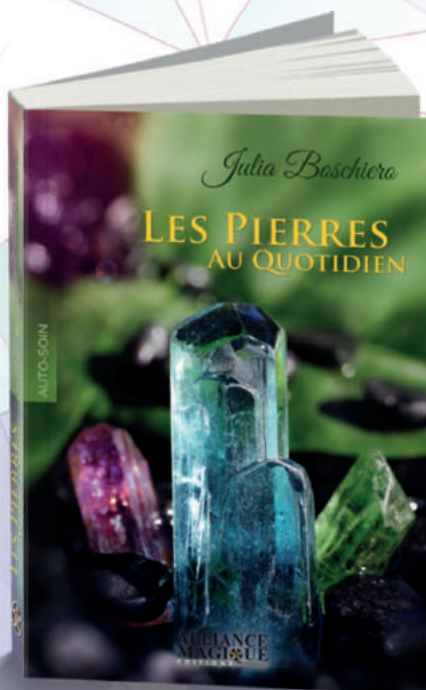
La biographie du fondateur de l'Arche qui compte aujourd'hui 150 communautés sur les cinq continents. L'Arche, où des volontaires vivent au milieu des personnes avec un handicap (notamment mental), est une institution unique au monde.

Albin Michel 9,70 €



Améthyste  
Editions

RETROUVEZ NOS OUVRAGES DE RÉFÉRENCE,  
CLAIRS ET PRATIQUES, ACCESSIBLES  
AUX DÉBUTANTS COMME AUX PLUS  
EXPÉRIMENTÉS. TRANSFORMEZ VOTRE VIE  
AU QUOTIDIEN EN APPRENANT À UTILISER  
LES BIENFAITS DES PIERRES.



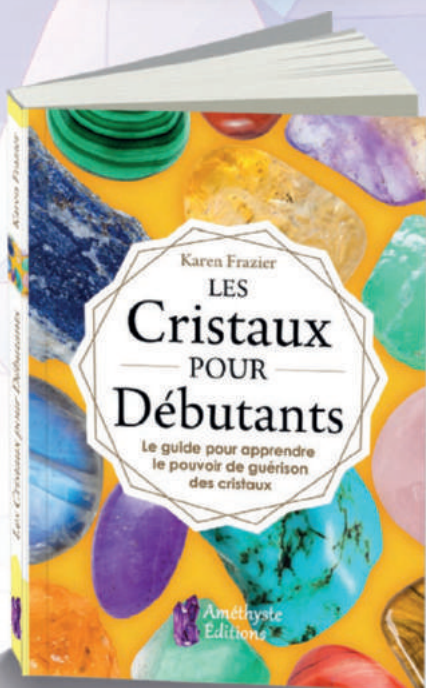
272 pages - 24 €  
ISBN : 978-23-67360-03-4



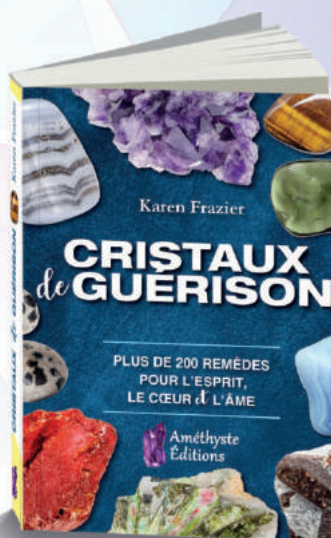
208 pages - 18 €  
ISBN : 979-10-97154-21-9



375 pages - 24 €  
ISBN : 979-10-97154-08-0



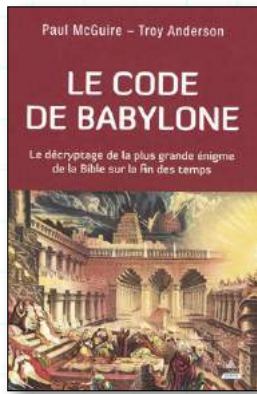
218 pages - 18 €  
ISBN : 979-10-97154-18-9



368 pages - 20 €  
ISBN : 979-10-97154-28-8



170 pages - 18 €  
ISBN : 979-10-97154-34-9



### Le Code de Babylone

Le décryptage de la plus grande énigme de la Bible sur la fin des temps

Paul McGuire, Troy Anderson

En révélant un grand mystère qui a déconcerté les érudits depuis presque deux millénaires, l'ouvrage dévoile comment de puissantes forces sont actuellement à l'œuvre pour créer un gouvernement mondial, une société-monde sans argent liquide et une religion universelle comme l'ont prédit les prophètes.

Dervy 23 €

### Une histoire de l'Europe païenne

À la découverte de nos racines spirituelles

Prudence Jones, Nigel Pennick

Des déesses aux serpents de la Crète antique, des dieux du tonnerre au culte de la nature et à la résurgence des religions indigènes en Europe, cet ouvrage, best-seller en Angleterre, est la première étude du genre exhaustive et objective, qui propose une perspective nouvelle sur l'histoire de l'Europe, son inconscient collectif et l'histoire des mentalités et de la religion en général.

Dervy 25 €

### Cinq outils extraordinaires de connaissance de soi

Éric Jackson Perrin

Ce livre met en avant l'utilité de se connaître et de connaître autrui. Il vous permet d'expérimenter 5 outils de connaissance de soi : l'ennéagramme, la croix maya, le diamant de naissance ou thème astrumérologique, le thème astral et la méditation.

EJP via BoD 20 €

### Réenchanter l'Occident

Vers un éveil de la conscience individuelle et collective

Marie-Laure Colonna

Une étude riche et accessible des mythes méditerranéens, racines de la culture occidentale, de cinq divinités, cinq grandes figures qui nous enseignent la voie initiatique du héros et de la résurrection. Une interprétation des messages délivrés par ces divinités pour préserver à la fois notre équilibre psychique et la santé de la planète.

Entrelacs 20 €



### La réalité « inconnue »

Tome I

Jane Roberts

Dans des périodes de transe, l'auteure transmet les messages métaphysiques d'une entité non incarnée : Seth. L'esprit décrit différentes réalités, probables et inconnues, qui entrent en compte dans toutes les décisions. Il montre également l'infinité de la personnalité humaine, de son ampleur et de son potentiel. Seth, l'entité non physique canalisée par Jane Roberts, est à l'origine du phénomène aujourd'hui appelé channeling.

Mama 28 €

### Rituels de purification

Kiera Fogg

Trente rituels d'herbes et de plantes à brûler pour leur vertu purifiante, apaisante ou énergisante. Avec des conseils pour les utiliser, la manière de les préparer ou les pierres et les cristaux à y associer.

Marabout 14,90 €

### Le diamant de naissance

Éric Jackson Perrin

D'où venez-vous ? Qui êtes-vous ? Où allez-vous ? Le *diamant de naissance* est un outil de connaissance de soi pertinent. Il vous propose de dresser la carte de votre structure psychologique. Il révèle votre plan d'âme et votre plan d'évolution. Il vous donne des clefs profondes pour votre progression.

EJP via BoD 20 €

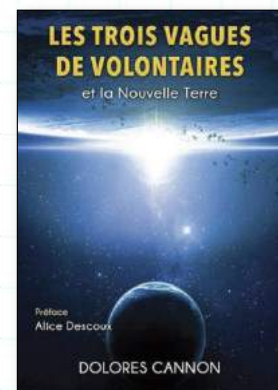
### Les gardiens

Comprendre les extraterrestres au-delà des abductions

Dolores Cannon

Tout ce que nous savions jusqu'ici des abductions et des observations d'ovnis ne représentait que la pointe de l'iceberg. Les travaux de Dolores Cannon dans le champ de l'hypnose régressive nous permettent de comprendre beaucoup mieux les raisons de la présence extraterrestre sur Terre.

Ariane 22,90 €



### Les trois vagues de volontaires et la nouvelle Terre

Dolores Cannon

Dans ce livre, Dolores Cannon propose une explication au phénomène des *nouvelles âmes incarnées* sur Terre, très avancées spirituellement et qui ont beaucoup de mal à trouver leurs marques dans notre densité si lourde de la terre. Ce sont tous des volontaires, en mission de sauvetage de la terre, afin d'aider à faire augmenter les vibrations et la fréquence de la terre pour lui permettre d'accéder à une nouvelle dimension.

Be Light 21,80 €



**Eric J. Perrin** chez BoD - vous propose 28 livres, dont 11 livres d'ASTROLOGIE, pour vous connaître, expérimenter l'enchantement, la passion et co-crée un nouveau monde...Distribution SODIS.



Format 10 cm x 17 cm

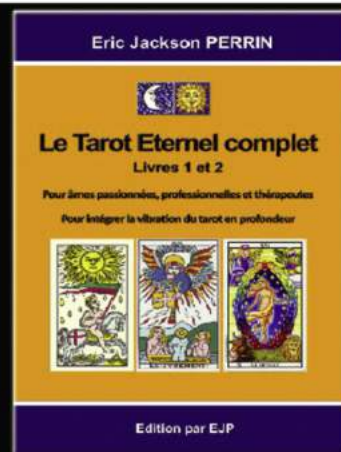
ISBN 9791094871850  
384 pages - 20 €



ISBN 9791094871898  
168 pages - 20 €



ISBN 9791094871454  
256 pages - 20 €



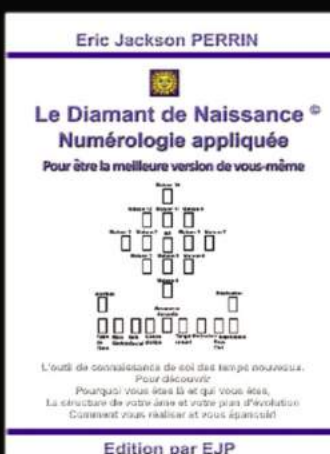
ISBN 9791094871942  
560 pages - 30 €



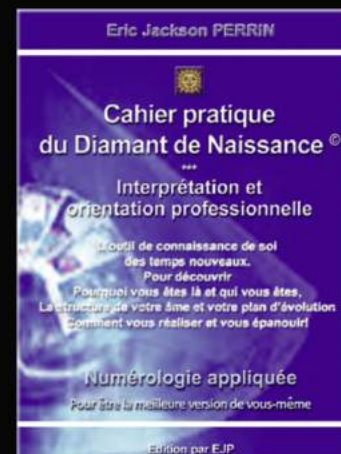
ISBN 9791094871874  
104 pages - 20 €



ISBN 9791094871829  
52 pages - 10 €



ISBN 9791094871003  
164 pages - 20 €



ISBN 9791094871782  
44 pages - 10 €



ISBN 9791094871737  
468 pages - 30 €



ISBN 9791094871676  
220 pages - 20 €

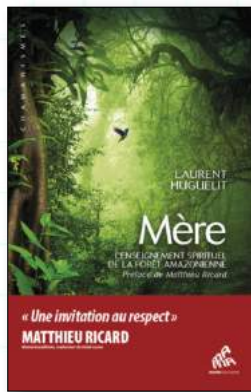


ISBN 9791094871744  
240 pages - 20 €



ISBN 9791094871928  
404 pages - 20 €

**Dates des ateliers Tarot-Diamant de Naissance et autres**  
voir [www.coaching-evolution.net](http://www.coaching-evolution.net)  
contact : [jacksoneric@neuf.fr](mailto:jacksoneric@neuf.fr)  
Format des livres 15,5 cm X 22 cm sauf le Yi King de poche 10 x17 cm



## Mère

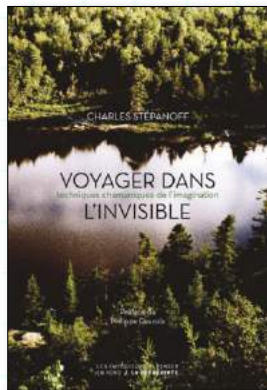
### L'enseignement spirituel de la forêt amazonienne

Laurent Huguelit

Invité par la forêt amazonienne à lui prêter sa plume, Laurent Huguelit nous fait découvrir l'enseignement de ce grand esprit que les peuplades indigènes appellent *Madre*, la Mère. La forêt veut rétablir le lien sacré qui relie l'humanité à la planète Terre, pour qu'une nouvelle conscience puisse émerger et pour que les enfants de la forêt retrouvent celle qui les a vus naître et grandir. Pour qu'ils la respectent, la préservent et l'aiment.

Mama

25 €



## Voyager dans l'invisible

### Techniques chamaniques de l'imagination

Charles Stépanoff

Les civilisations de l'invisible bâties par les peuples du nord, encore puissantes à l'aube du XX<sup>e</sup> siècle, n'ont pas résisté longtemps à l'entreprise d'éradication méthodique menée par le pouvoir colonial des États modernes. Ce livre rend compte de l'immense contribution à l'imaginaire humain des différentes pratiques cognitives des chamanes.

La Découverte

23 €

## Le cœur du chaman

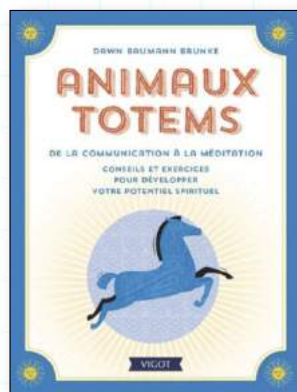
### Histoires et pratiques du guerrier lumineux

Alberto Villoldo

Les chamanes des Andes, les Laïkas, connaissent et servent un rêve sacré qui est une sorte de carte de l'avenir. Celui-ci change à chaque instant et surprend à chaque tournant, comme dans un rêve. On appelle les hommes et les femmes qui servent et protègent ce rêve les guerriers lumineux. Ce livre nous révèle les enseignements et les pratiques d'un des derniers Laïkas, Don Manuel. Il nous apprend à éveiller notre pouvoir personnel et à créer l'équilibre et l'harmonie dans notre vie.

Véga

18 €



## Animaux totems

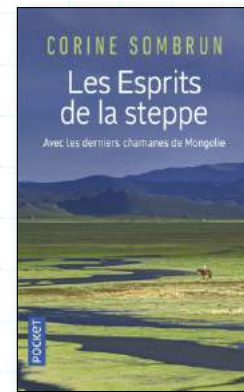
### De la communication à la méditation, conseils et exercices pour développer votre potentiel spirituel

Dawn Baumann Brunke

Découvrez les pouvoirs de 96 animaux spirituels et apprenez à intégrer leurs conseils, leurs valeurs et leurs enseignements dans votre quotidien. Accompagnés d'exercices de méditation, des conseils pour interpréter les signes de la nature et les rêves permettent de se connecter avec ses animaux totems et de trouver son équilibre intérieur.

Vigot

16,90 €



## Les esprits de la steppe

### Avec les derniers chamanes de Mongolie

Corine Sombrun

Corine rencontre Enkhetuya, chamanne du peuple Tsataan, au nord de la Mongolie, à l'orée des années 2000. Cette femme à la personnalité exceptionnelle va lui transmettre un enseignement millénaire fait de rites et de cérémonies, gardiens de l'harmonie du monde.

Pocket

7,50 €

## L'appel

### Libérez votre vrai moi

Priya Kumar

Arjun, jeune indien citadin victime d'un accident de la route, croit sa dernière heure venue. Sur l'insistance d'un sadhu qui lui prédit que ce voyage changerait sa vie pour toujours, il entreprend un périple au cœur de l'Himalaya. À chaque tournant, les montagnes recèlent des secrets et des épreuves qui poussent Arjun à évoluer vers la personne qu'il a nié être: lui-même.

J'ai Lu

6,70 €

## Neuroscience et chamanisme

### Les voies de l'illumination

Alberto Villoldo, David Perlmutter

Depuis des millénaires, l'être humain est en quête d'illumination. Alberto Villoldo, médecin anthropologue et chaman, et David Perlmutter, neurologue, s'unissent pour explorer les points communs de leurs spécialités respectives en proposant un programme à suivre pour éliminer les émotions toxiques, éveiller le pouvoir du cerveau supérieur et augmenter la puissance du cerveau.

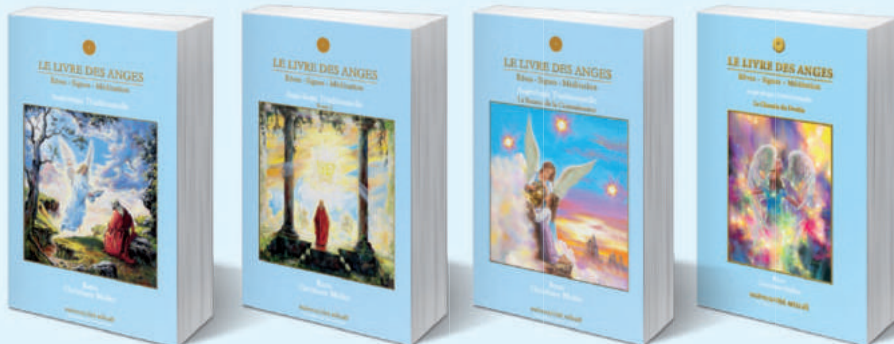
J'ai Lu

7,60 €

# BESTSELLERS

## DANS PLUSIEURS PAYS

### COLLECTION LIVRE DES ANGES



**LE LIVRE DES ANGES**  
LES SECRETS  
RETROUVÉS  
par Kaya  
et Christiane Muller  
ISBN :  
978-2-923097-00-8

**LE LIVRE DES ANGES**  
LA GUÉRISON  
DES MÉMOIRES  
par Kaya  
et Christiane Muller  
ISBN :  
978-2-923097-05-3

**LE LIVRE DES ANGES**  
LA SOURCE DE  
LA CONNAISSANCE  
par Kaya  
et Christiane Muller  
ISBN :  
978-2-923097-25-1

**LE LIVRE DES ANGES**  
LE CHEMIN  
DU DESTIN  
par Kaya  
et Christiane Muller  
ISBN :  
978-2-923097-12-1



**LE LIVRE DES ANGES**  
À FLEUR DE PEAU  
par Kaya  
et Christiane Muller  
ISBN : 978-2-923654-94-2

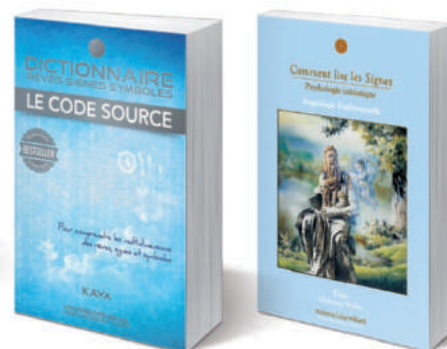


**DEVENIR UN ANGE**  
LE CHEMIN  
DE L'ILLUMINATION  
Autobiographie  
par Kaya  
ISBN : 978-2-923654-68-3



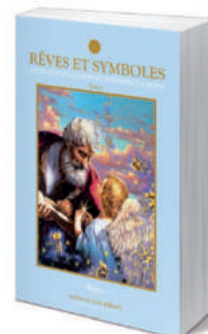
**LES CARTES 72 ANGES**  
par Kaya et Christiane Muller  
ISBN : 978-2-923097-08-4

### COLLECTION INTERPRÉTATION DES RÊVES ET SIGNES

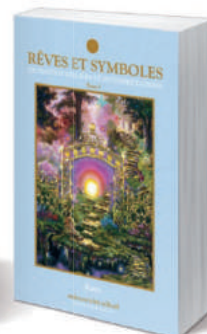


DICTIONNAIRE  
RÊVES-SIGNES-  
SYMBOLES  
**LE CODE SOURCE**  
par Kaya  
ISBN :  
978-2-923654-02-7

**COMMENT LIRE  
LES SIGNES**  
par Kaya  
et Christiane Muller  
ISBN :  
978-2-923097-04-6

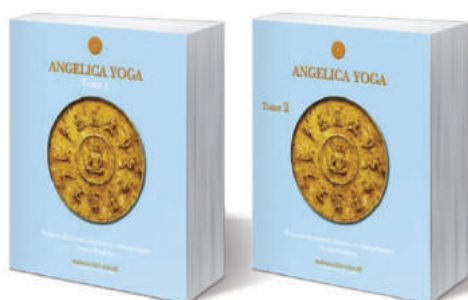


**RÊVES  
ET SYMBOLES**  
TOME 2  
LA MATÉRIALISATION  
DE LA VIE  
par Kaya  
ISBN : 978-2-923097-14-5



**RÊVES  
ET SYMBOLES**  
TOME 1  
par Kaya  
ISBN :  
978-2-923097-07-7

### COLLECTION ANGELICA YOGA



**ANGELICA  
YOGA**  
TOME 1  
ISBN :  
978-2-923097-06-0

**ANGELICA  
YOGA**  
TOME 2  
ISBN :  
978-2-923097-24-4



**LE JOURNAL  
SPIRITUEL  
D'UNE ENFANT  
DE 9 ANS**  
par Kasara  
ISBN :  
978-2-923097-03-9



**LE JOURNAL  
SPIRITUEL D'UNE  
ADOLESCENTE**  
par Kasara  
ISBN :  
978-2-922467-22-2



**ANGELICA  
YOGA POUR  
LES JEUNES**  
KETHER, ANGES 1 À 8  
par Patrick  
et Régine Thomas  
ISBN :  
978-2-923654-69-0



**LE POUVOIR  
DES ANGES**  
LA LÉGENDE  
DE GÉRONE  
DE GÉRONE  
par Kaya  
Illustrations :  
Dominique Grelot  
ISBN :  
978-2-923097-98-5

### COLLECTION JEUNESSE

Disponible en Librairies avec la SODDIL (France, Belgique, Luxembourg et DOM-TOM),  
TRANSAT (Suisse) et PROLOGUE (Canada)

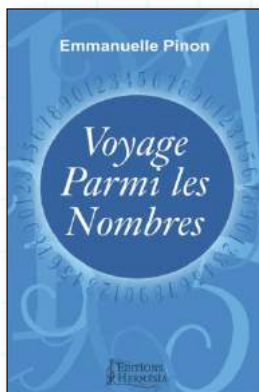
**Astrologie livre I****Les bases de l'astrologie**

Éric Jackson Perrin

Ce livre, premier d'une série de neuf, vous permet d'acquérir des bases solides et sérieuses en astrologie. Il présente les origines spirituelles et les fondements psychologiques de l'astrologie, les concepts de déterminisme et libre arbitre, le zodiaque et les constellations, l'utilité et limites de l'astrologie.

EJP via BoD

20 €

**Les runes germaniques sacrées et magiques**

Éric Jackson Perrin

Les runes sont des formes graphiques et des symboles porteurs de vie. Ce livre vous invite à découvrir les runes et à en faire l'expérience. Il propose un voyage hors du temps dans le monde du mystère et du sacré. Il retrace d'abord la civilisation qui a créé les runes puis montre leur évolution jusqu'à nos jours.

EJP via BoD

20 €

**Traité pratique d'astrologie maya**

Éric Jackson Perrin

L'astrologie Maya vous offre une vision très différente et totalement surprenante de vous-même et de votre vie, une vision d'un autre espace-temps pourtant éternel que vous pouvez découvrir dans ce livre! Cette astrologie vous révèle votre essence éternelle, votre vérité profonde et le véritable chemin vers vous-même.

EJP via BoD

20 €

**Voyage parmi les nombres**

Emmanuelle Pinon

Cet ouvrage s'intéresse à l'importance et à l'omniprésence des nombres dans notre vie. On remarque les nombres des dates, des heures doubles, des numéros d'habitation, d'immatriculation, de téléphone... Les nombres sont des clefs mises à notre disposition pour ouvrir des portes dont nous ne soupçonnons pas toujours l'existence.

Hermésia

20 €

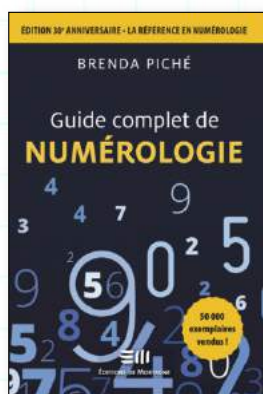
**Le destin par les lignes de la main**

Lorraine Brais

Dans cet ouvrage, vous apprendrez à décrypter les messages qui se cachent dans le creux de vos paumes et sur le bout de vos doigts. Grâce à une méthode toute simple et à des illustrations détaillées, vous serez en mesure de maîtriser cette science millénaire qu'est la chiromancie, de repérer chacune des caractéristiques de la main et d'en interpréter le sens.

Mortagne

22 €

**Guide complet de numérologie**

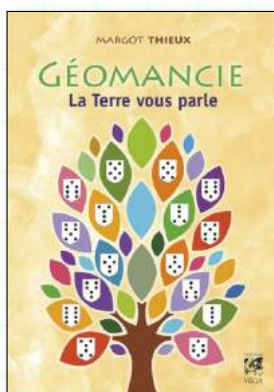
Brenda Piché

Une méthode facile et accessible, qui permet à chacun de découvrir son caractère et d'établir des prédictions sur son destin. Avec une maîtrise parfaite de la numérologie et de l'astrologie, l'auteur construit des ponts entre ces disciplines divinatoires et enrichit ainsi les interprétations et les prédictions.

Parution octobre.

Mortagne

25 €

**Géomancie**

La Terre vous parle

Margot Thieux

La géomancie est une pratique divinitoire ancestrale. Décryptant les aspects les plus complexes de nos interrogations, elle est aussi un étonnant outil de développement personnel. La démarche est simple, précise, d'application immédiate. Opérer les meilleurs choix, c'est ce qui est proposé par seize figures prédictives.

Véga

27 €

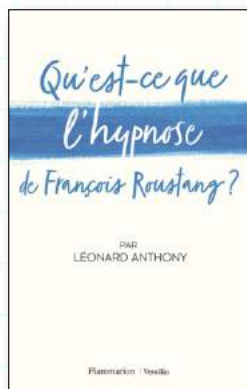
**Le Yi King pratique**

Éric Jackson Perrin

Découvrez un outil de décision stratégique vous permettant de créer santé, bonheur et prospérité sur le chemin de votre destinée. Vous apprendrez, de façon simple et ludique, à faire un tirage, à calculer son hexagramme pour avoir le conseil approprié face à une situation et ainsi agir en conséquence.

Quintessence

25 €



## Qu'est-ce que l'hypnose de François Roustang?

Léonard Anthony

Une présentation de la pratique de l'hypnose par François Roustang, psychanalyste, philosophe et hypnothérapeute auteur d'une œuvre conséquente sur le sujet. L'auteur l'a accompagné durant les dernières années de sa vie et approfondi avec lui la nature de cette forme de thérapie.

Flammarion

12 €



## Les outils et techniques de développement personnel pour thérapeutes et particuliers

Éric Jackson Perrin

Un guide pour ceux qui se posent des questions et qui veulent des outils pour apporter leur contribution afin de créer un monde meilleur. Il répond avec clarté aux questions fondamentales que se posent la majorité des êtres humains. Il vous révèle d'où vous venez, qui vous êtes et où vous allez. Il décrit les lois de l'univers et leur fonctionnement. Il est consacré à l'évolution spirituelle.

EJP via BoD

30 €



## 5 secrets pour maigrir avec l'hypnose

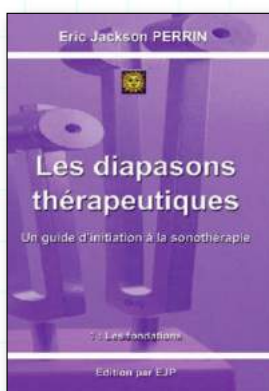
Et si nos kilos en trop avaient quelque chose à nous raconter...

Catherine Roumanoff-Lefavre

Chaque kilo en trop a une histoire émotionnelle à nous raconter. Catherine Roumanoff-Lefavre nous propose un voyage à la découverte de nous-même. Parce que l'on grossit en se racontant des histoires, on peut maigrir exactement de la même façon. Changez du tout au tout votre relation à la nourriture et avec vous-même. Et les kilos s'envolent!

Eyrolles

16,90 €



## Les diapasons thérapeutiques

Un guide d'initiation à la sonothérapie

Ce livre vous invite à expérimenter le monde des diapasons thérapeutiques à travers différentes séries de diapasons. Il vous propose des bases théoriques et de nombreuses propositions de protocoles. L'objectif des diapasons est de générer de l'harmonie et du bien-être.

EJP via BoD

20 €

## Votre corps en sait plus que votre cerveau

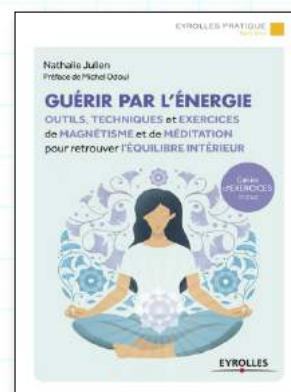
Du lâcher-prise à l'einothérapie

Bernard Sensfelder

L'auteur transmet au fil de l'ouvrage les fondamentaux d'une autohypnose centrée sur le corps (einothérapie). Cette approche s'avère particulièrement performante pour accorder l'individu et son environnement et permettra de rétablir la libre circulation du mouvement vital. Des exercices émaillent l'échange et invitent le lecteur à expérimenter les moyens d'une libération.

Dangles

19 €



## Guérir par l'énergie

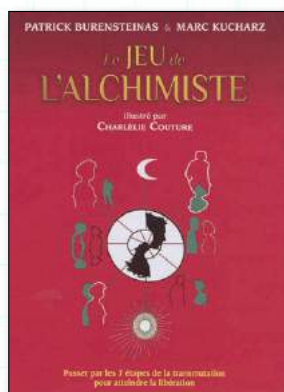
Outils, techniques et exercices de magnétisme et de méditation pour retrouver l'équilibre intérieur

Nathalie Julien, préface de Michel Odoul

Le magnétisme est une thérapeutique énergétique ancestrale qui soulage et qui guérit. Longtemps cantonnée au cercle ésotérique, elle sort de l'ombre en tant que méthode de soin alternatif de plus en plus reconnue. Le guérisseur stimule l'ensemble du système énergétique du receveur afin qu'il retrouve son énergie intérieure. Faisant la synthèse des différentes traditions (chamanique, chinoise, indienne...), ce guide présente les techniques à mettre en œuvre au quotidien, seul ou à deux, grâce à de nombreuses propositions de massage, de méditation et de visualisation.

Eyrolles

10 €



### Le jeu de l'alchimiste

Passer par les 7 sept étapes de la transmutation pour atteindre la libération

Patrick Burensteinas & Marc Kucharz

Illustré par CharElie Couture

Inspiré du livre *Un alchimiste raconte*, ce jeu allie la théorie et la pratique pour faire découvrir aux joueurs les sept mondes qui permettent d'atteindre la libération et de s'adapter aux changements du monde: se libérer de ses peurs, se recentrer ou aider son évolution personnelle. Coffret.

Guy Trédaniel

27 €

### Le tarot de Marseille révélé

Un guide complet du symbolisme, des significations et des méthodes

Yoav Ben-Dov

Explorez le profond symbolisme d'un jeu souvent méconnu et utilisez les cartes pour répondre aux questions importantes sur la vie. Yoav Ben-Dov présente la signification des motifs artistiques du Tarot de Marseille ainsi que des techniques de lecture particulières qui peuvent être employées avec n'importe quel jeu de tarot.

AdA

23,95 €

### Le Tarot éternel

Pratique, psychologique et spirituel

Éric Jackson Perrin

Ce livre vous invite à découvrir les origines grecques, chinoises et bibliques du tarot. Il vous explique comment le tarot a été, à l'origine, conçu pour être un outil pédagogique permettant d'enseigner le chemin aidant à retrouver l'union avec Dieu et avec La Source de toute vie.

EJP via BoD

20 €

### Le livre de Lydia

Comment lire dans les cartes sans en connaître la signification et sans avoir à l'apprendre

Florence Eymon

Ce livre vous épargnera tout apprentissage puisqu'il contient un répertoire méthodique pour chaque signification liée aux cartes, un vocabulaire complet qui vous permettra d'emblée de comprendre leur langage prophétique. Un jeu ordinaire de 32 cartes suffira. Lydia enseigne plusieurs manières de les tirer.

J'ai Lu

6 €

### La parole magique

Jeu d'expression corporelle

Isabelle de Lisle

Un outil pédagogique sous forme de coffret de jeu avec comme guide, l'application de règles simples et évolutives pour exprimer ses émotions. L'objectif est multiple: prendre le temps d'apprendre en s'amusant des techniques de bien-être corporel et émotionnel, de questionner, partager, et en même temps, révéler les ressources naturelles de l'enfance telles que l'enthousiasme, l'imagination, l'optimisme, la spontanéité. Parution octobre.

Le Souffle d'Or

24 €

### Le jeu des COcréations

Cheminez en équipe grâce à l'intelligence collective

Anne Wormser, Jean-Deny Joubert,

Élodie Vialle, Caroline Kraemer

Ce jeu incarne les valeurs de coopération pour promouvoir des communautés de pratiques, valoriser les différences, agréger un groupe. Lancez une partie pour échanger autour de la tolérance et de la curiosité positive de l'autre. Un jeu pour réussir ensemble en aidant chacun à avancer, à oser, faisant croître la confiance en soi et en l'autre, nécessaires conditions à l'action constructive. Parution octobre.

Le Souffle d'Or

35 €

### Les clés

des dynamiques de groupe

100 cartes

pour révéler l'intelligence collective

Groupe Pattern Language Project

Ce jeu vous aidera dans toutes vos situations de groupe. Au fil de votre utilisation du jeu, vous développerez un langage qui facilitera vos réflexions et renforcera votre travail collectif. Vos réunions classiques se transformeront en ateliers coopératifs où le niveau d'engagement devient élevé et productif et contribue à la création de liens forts. Vous deviendrez ainsi plus efficaces dans vos prises de décision.

Le Souffle d'Or

33 €

### Destin express

Andrée Tessier

Jeu divinatoire compact de 32 cartes et livret d'instructions. Que vous soyez novice ou expert, ce jeu d'art divinatoire vous apprendra à interpréter facilement votre tirage et ses multiples combinaisons. Parution octobre.

Mortagne

18 €



### La méthode des Picto-Pièces

Un outil pour mieux se connaître et envisager l'avenir

Mario M. Daigle

Un outil pratique et ludique pour vous permettre de prendre des décisions, vous éclairer sur des situations compliquées de la vie, ou vous permettre de commencer la journée avec la bonne attitude. Parution octobre.

Mortagne

22 €

# Les Petits Oracles

UNE COLLECTION DE COFFRETS, des messages inspirants,  
une œuvre d'artistes puissante...



**LE PETIT ORACLE DES ANGES**

55 cartes - 12,90 €



**LE PETIT ORACLE DES FÉES**

55 cartes - 12,90 €



**LE PETIT ORACLE DE GAÏA**

55 cartes - 12,90 €



**LE PETIT ORACLE  
DES COULEURS**

55 cartes - 12,90 €



**LE PETIT ORACLE  
DES ANIMAUX DE POUVOIR**

55 cartes - 12,90 €



**LE PETIT ORACLE DE LA FORÊT**

40 cartes - 12,90 €



**LE PETIT ORACLE  
(GRIMOIRE) DE MAGIE**

60 cartes - 13,90 €

À PARAÎTRE EN NOVEMBRE



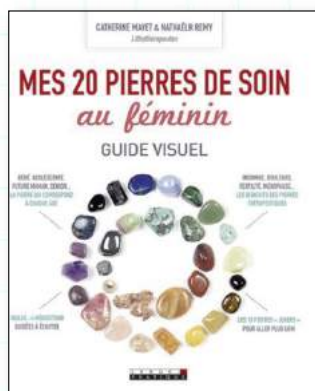
**LE PETIT ORACLE  
DE LA CRÉATION**

60 cartes - 13,90 €

Éditions  
**CONTRE-DIRES**

19, rue Saint-Séverin - 75005 Paris  
[www.editions-tredaniel.com](http://www.editions-tredaniel.com)

EN VENTE  
EN LIBRAIRIE



## Mes 20 pierres de soin au féminin

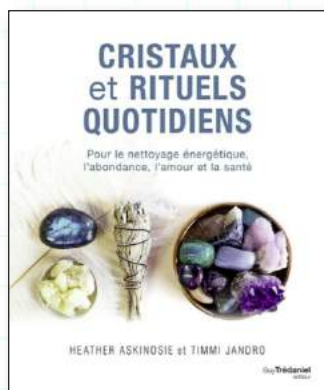
Guide visuel

Catherine Mayet, Nathaël Remy

Chaque période de la vie d'une femme apporte son lot de défis et l'énergie des pierres peut vous aider à les relever. Favoriser les nuits complètes, apaiser les douleurs menstruelles, stimuler la fertilité ou apprivoiser les désagréments de la ménopause... Trouvez la pierre adaptée à vos besoins parmi les 20 minéraux thérapeutiques essentiels et les 10 pierres jokers du livre !

Leduc.s

19 €



## Cristaux et rituels quotidiens

Pour le nettoyage énergétique, l'abondance, l'amour et la santé

Heather Askinosie, Timmi Jandro

Ce livre va vous aider à vous connecter à l'énergie des cristaux ainsi qu'à pratiquer des rituels simples et efficaces pour manifester vos intentions. Les auteures partagent plus de 25 ans de recherches, de voyages, d'expériences profondes et de quêtes spirituelles.

Guy Trédaniel

24 €

## Le grand livre des pierres et des cristaux

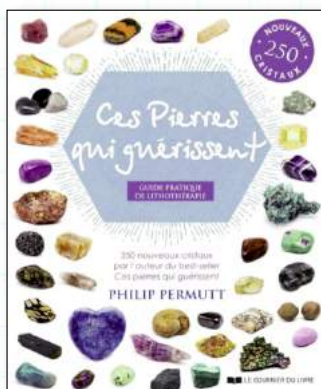
Guide de la lithothérapie

Mily Robin

Les grands principes de la lithothérapie et les différents pouvoirs des pierres pour se protéger, absorber les énergies négatives ou encore accroître la vitalité. Il répertorie les maux physiques et émotionnels qu'elles peuvent traiter et montre comment nettoyer et énergétiser les pierres. Il décrit cinquante pierres classées par couleurs. Parution octobre.

Hachette Pratique

19,95 €



## Ces pierres qui guérissent

Guide pratique de lithothérapie

250 nouveaux cristaux

Philip Permutt

Cet ouvrage présente 250 nouveaux cristaux, classés par couleur, et explore les diverses techniques pour travailler avec les cristaux et mieux comprendre leur fonctionnement. Chaque cristal est accompagné d'une photographie et d'une description précise, pour l'identifier et découvrir ses propriétés curatives. Un répertoire des cristaux remèdes en fin d'ouvrage vous permettra de soulager les affections les plus courantes.

Le Courier du Livre

22 €



## Vingt mille lieux sous les rêves

Une approche inédite des états modifiés de conscience

Dr Patrick Lemoine

Une exploration des expériences de non-conscience de l'homme, pour mieux comprendre leur fonctionnement et décrypter leur sens. À travers des exemples variés, une découverte des liens qui unissent l'inconscient et le cerveau rationnel à travers le rêve, la transe et les expériences de dissociation.

Robert Laffont

20 €

## Le pouvoir des rêves

Alice Robb

La journaliste scientifique aborde l'apport des neurosciences à la compréhension du mécanisme des rêves. Elle les classe en plusieurs catégories dont ceux qui annoncent des maladies telles qu'Alzheimer et Parkinson, ou ceux qui indiquent une créativité ou une santé émotionnelles accrues.

Parution octobre.

Flammarion

20 €

## Prenez les commandes de vos rêves

Une technique de méditation pour dépasser ses peurs

Marine Colombel

Un guide pour apprendre à changer sa relation au sommeil, à développer sa mémoire des rêves et à renforcer la confiance en soi.

Marabout

16,90 €





**Les arcanes de l'univers**

Dolores Cannon

Il est question dans ce tome I de la construction des pyramides, de l'Atlantide et autres mystères. On y trouve également un complément aux informations données dans le livre *Les Gardiens*. Les autres thèmes concernent les univers parallèles, le temps zéro, les vies simultanées, la communication par les symboles...

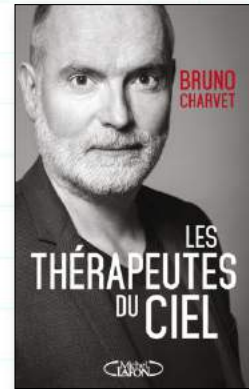
Be Light 19,80 €

**Comprendre et pratiquer la médiumnité**

David Fontaine

Se fondant sur sa propre pratique professionnelle, l'auteur livre un témoignage sur la médiumnité afin de démontrer un certain nombre d'idées reçues. Il relate la façon dont ce don s'est révélé, évoque les enseignements transmis par d'autres médiums afin de mettre en évidence les mécanismes en jeu et de permettre à chacun de développer ses propres facultés.

Temps Présent 16 €



**Les thérapeutes du ciel**

Comment les âmes soignent les vivants

Bruno Charvet

Doté depuis son plus jeune âge d'une sensibilité unique, l'auteur communique avec des personnes décédées. Convaincu que leurs âmes peuvent guider et accompagner les vivants, il raconte son histoire et ses rencontres afin de se faire le relais de leurs messages.

Michel Lafon 17,95 €

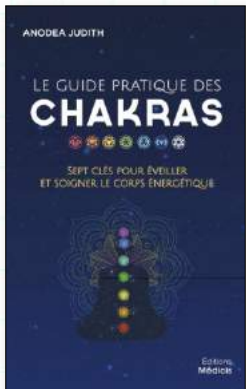
**Vous aussi, vous êtes médium !**

Lila Rhiyourhi

Lila propose au lecteur de développer ses facultés de médium de façon simple et vraiment accessible. En entrant en contact avec le monde invisible des esprits et en développant les capacités que nous avons tous, le lecteur accède à ce qu'il recherche au plus profond de lui-même : l'harmonie, le bien-être et la connexion à une sagesse supérieure.

Parution octobre.

Leduc.s 18 €



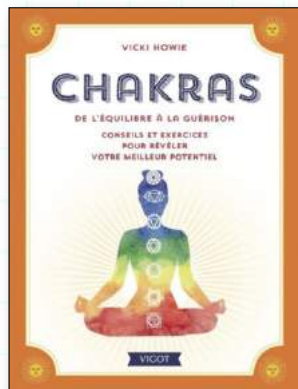
**Le guide pratique des chakras**

Sept clés pour éveiller et soigner le corps énergétique

Anodea Judith

L'auteure est une experte mondialement reconnue en énergétique. Elle propose une gamme complète d'outils pratiques sur l'utilisation des chakras pour équilibrer, soigner et prendre en charge votre bien-être. Avec des exercices simples et puissants, décrits étape par étape, pour équilibrer chaque chakra.

Médicis 17 €



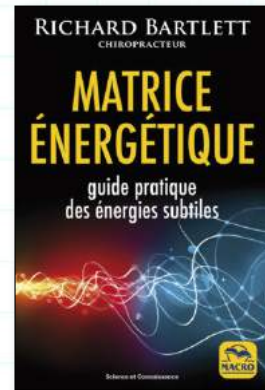
**Chakras**

De l'équilibre à la guérison, conseils et exercices pour révéler votre meilleur potentiel

Vicki Howie

Description du système des sept chakras, de leurs caractéristiques et de leur influence sur l'équilibre de l'organisme. Avec des tests et des exercices de yoga, de méditation, d'aromathérapie et d'usages thérapeutiques des cristaux pour atteindre un bien-être durable.

Vigot 16,90 €



**Matrice énergétique**

Guide pratique des énergies subtiles

Richard Bartlett

En 1997, le docteur R. Bartlett vit une expérience qui change le cours de sa vie. Il découvre le moyen de rétablir l'équilibre physique, mental et spirituel de ses patients par un simple effleurage tandis qu'il focalise son attention sur leurs troubles. Il fournit les outils pour réussir à obtenir les mêmes résultats tout en s'appuyant sur les principes fondamentaux de la physique quantique.

Macro Éditions 18,95 €

## La radiesthésie au service de votre santé

Les principes de base et leurs mises en pratique

*D<sup>r</sup> Alain Bouchet, Claudie Bouchet*

Les auteurs décrivent les outils et les principes de base de la radiesthésie. Ils présentent les différentes méthodes de travail, les précautions d'emploi, et expliquent en quoi la nature des rayonnements influence notre santé, pourquoi la radiesthésie est complémentaire de la médecine, mais aussi l'influence de la géobiologie sur notre santé.

Dauphin

19 €

## Le pendul'or de poche

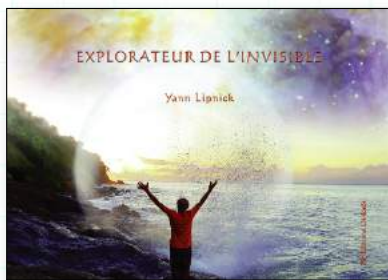
33 planches : radiesthésie, géobiologie, diététique, thérapie

*Dominique Coquelle*

Ce livre présente 33 planches indispensables pour vos recherches : les planches générales, diététiques, géobiologiques et enfin les planches thérapeutiques. Il vous permettra d'élargir vos possibilités dans toutes les applications de la radiesthésie et améliorera la précision de vos recherches.

Trajectoire

19 €



## Explorateur de l'invisible

Guide pratique

*Yann Lipnick*

Une initiation à la géobiologie, à la bio-énergie et aux diverses présences invisibles telles que les fées, les elfes, les dragons ou les archanges. Avec un protocole de communication et les précautions nécessaires ainsi que l'indication des biomètres permettant d'effectuer de nombreuses mesures en radiesthésie.

Ovilorô

44 €

## Planches de radiesthésie pour thérapeutes et particuliers

*Éric Jackson Perrin*

Plus de 300 planches de radiesthésie qui peuvent par exemple être utilisées lors de soins énergétiques, radiesthésie médicale, géobiologie et Feng Shui, équilibre alimentaire... Vous trouverez à la fin du livre une initiation à la radiesthésie et une introduction aux soins énergétiques.

EJP via BoD

20 €



## Mémoire des murs, des personnes et des lieux

*Laurence Luyé-Tanet*

L'auteure explique que diverses empreintes énergétiques et magnétiques issues de la mémoire du passé sont ancrées dans les lieux de vie, comme les maisons ou les appartements. L'ouvrage est complété d'anecdotes et de témoignages sur la nécessité d'effectuer un nettoyage énergétique chez soi afin de libérer la charge émotionnelle des événements qui s'y sont déroulés.

Exergue

17 €

## Géobiologie et harmonisation des énergies de l'habitat

Outils kinésiologiques et énergétiques pour favoriser sa santé

*Marie-Dominique Coronel*

Cet ouvrage aidera chacun à prendre en main son bien-être dans sa propre maison en apprenant à détecter les sources des problèmes et en proposant diverses techniques et solutions immédiatement applicables pour renouer avec un cadre de vie plus sain et serein.

Quintessence

15 €

## Votre santé en lieu sûr grâce à la géobiologie

Des solutions pratiques et naturelles pour garantir votre bien-être et préserver votre environnement

*Alain de Luzan*

Cet ouvrage explore l'impact des agressions que nous subissons en permanence souvent sans le savoir. Il met en évidence le rôle essentiel des courants telluriques, cours d'eau souterrains et rayonnements ionisants sur notre santé. Il propose de nombreuses solutions pour s'en prémunir et minimiser ces nuisances.

Le Courier du Livre

28 €

## Mon jardin Feng Shui et moi

Cahier pratique

*Nathalie Normand*

Des pratiques de culture et de paysage héritées de la tradition Feng Shui qui se fondent sur l'harmonie des couleurs, des formes, des matériaux, des arbres et des fleurs. Avec des exercices ainsi que des plans à compléter.

Guy Trédaniel

19,90 €



## Décorer selon les cinq éléments du Feng Shui

*Tisha Morris*

Experte en Feng Shui occidental, Tisha Morris dévoile les incroyables possibilités de transformation lorsque vous utiliserez la sagesse des cinq éléments pour apporter des changements simples, mais fonctionnels, dans votre maison et dans votre vie.

Améthyste

17 €

# DANIEL MEUROIS

*Déjà saluée par des dizaines de milliers de lecteurs  
Une œuvre monumentale...  
Une épopée initiatique incontournable,  
celle de l'Esprit qui s'incarne par Amour*



Tome 1 ISBN : 978-2-923647-40-1



Tome 2 ISBN : 978-2-923647-52-4

*« Sans doute l'œuvre pour laquelle je suis venu au monde »  
Daniel Meurois*



*Le  
Passe-Monde*

DG Diffusion

# Après *Aimer sans dévorer* et *Oser la bienveillance*,

Lytta Basset continue d'explorer un genre littéraire  
nouveau, au croisement de la psychologie,  
de la spiritualité et de l'éthique



**LYTTA BASSET**

## *Faire face à la perversion*

*Des ressources  
spirituelles  
inattendues*



**ALBIN MICHEL**