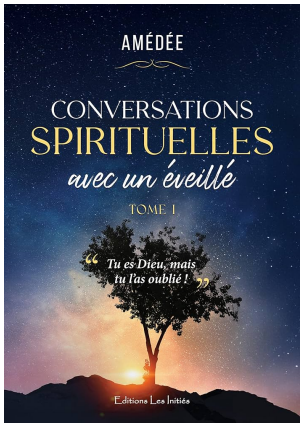
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)

ALLIX Stéphane – LA MONTAGNE MAGIQUE

Plus de vingt ans après la mort de leur frère Thomas, Simon et Stéphane Allix se réunissent au Tibet pour entreprendre un pèlerinage sur les traces du disparu, autour du Mont Kailash. Un lieu sacré qui attire des milliers de pèlerins à travers l'Asie. Commence pour eux un parcours éprouvant jusqu'à plus de 5 600 mètres d'altitude. Plus qu'un voyage commémoratif, ce pèlerinage revêt le sens d'une véritable quête spirituelle : à son point culminant, les pèlerins sont invités à déposer sur la montagne une part de leur passé, afin de renaître à eux-mêmes. Dans les paysages époustouflants du Tibet, les deux frères et leurs compagnons de voyage nous entraînent dans une incroyable aventure humaine, qui les changera profondément. (Ed. HaperCollins, 240 pages)

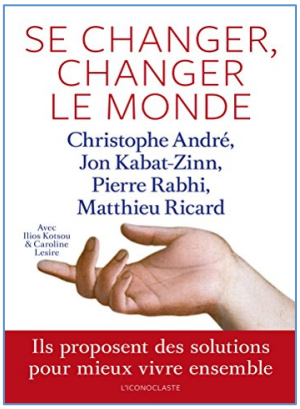


AMÉDÉE – CONVERSATIONS SPIRITUELLES

Après un parcours spirituel qui a révélé ses facultés de guérison, de clairvoyance, et sa compréhension des enseignements sacrés, Amédée a vécu une profonde transformatio qui l'a conduit à l'éveil de sa conscience. Depuis 1995, il enseigne avec sagesse, humour, et authenticité la voie qui conduite à l'éveil et à la libération. A travers cet ouvrage, son rôle est de nous aider à retrouver la mémoire de qui nous sommes. (Ed. Les Initiés, 248 pages)

ANDERSON Chris – PARLER EN PUBLIC

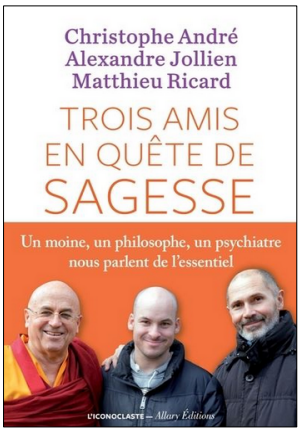
Qui ne connait pas les conférences TED ? Courtes, percutantes, émouvantes, elles ont bouleversé les codes de la prise de parole en public. Une intervention réussie enthousiasme, bouleverse, électrise, et c'est ainsi que les idées circulent et changent le monde. Ce que cet ouvrage nous montre, c'est que nous en sommes tous capables. Bien sûr, chaque présentation est singulière : il n'y a pas de recette pour réussir à tous les coups. mais il existe des outils éprouvés, que l'équipe de TED partage ici pour la première fois. (Ed. Flammarion, 347 pages)



ANDRÉ Christophe, Jon KABAT-ZINN, Pierre RABHI, Matthieu RICARD – SE CHANGER, CHANGER LE MONDE

Ce sont des hommes d'une grande sagesse, réunis pour la première fois : un moine bouddhiste, un psychiatre, un agriculteur philosophe et un professeur de médecine. Face au mal-être contemporain, face à la crise de sens et aux désastres écologiques, ils proposent des remèdes. Après avoir discuté, dialogué, échangé, chacun a écrit un chapitre, fruit de son expérience, donnant au lecteur des pistes pour agir et des conseils pratiques. C'est en se changeant que l'on changera le monde. (Ed. L'iconoclaste, 263 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)

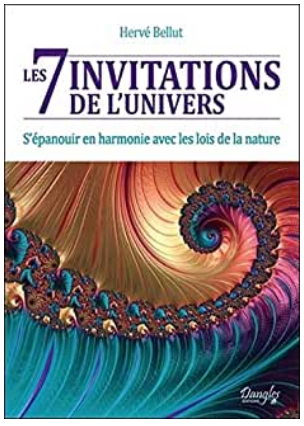


ANDRÉ Christophe, Alexandre JOLLIEN, Matthieu RICARD – TROIS AMIS EN QUETE DE SAGESSE

Un moine, un philosophe, un psychiatre. Depuis longtemps, ils rêvaient d'écrire un livre ensemble, pour être utiles, apporter des réponses aux questions que tout être se pose. Quelles sont nos aspirations les plus profondes ? Comment diminuer le mal-être ? Comment vivre avec les autres ? Comment développer notre capacité au bonheur et à l'altruisme ?... Sur chaque thème, ils racontent leurs efforts, les leçons apprises en chemin, et nous proposent des conseils. (Ed. L'iconoclaste, 389 pages)

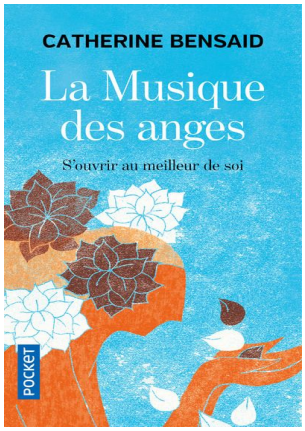
ANN Bénédicte – ARRÊTEZ DE VOUS SABOTER VOUS ÊTES EXCEPTIONNEL

Julie est une fille entière, elle vit tout à fond et consomme trop de tout (cigarette, vin, chips, fringues et partenaires amoureux). Baptiste ne supporte pas l'incompétence et l'abus de pouvoir. Ses justes colères lui ont valu d'être blacklisté au bureau. Romain, chouchou de sa maman, est devenu son secrétaire-psy-dépanneur 24/24. Margot revendique son indépendance et son exigence en amour. D'ailleurs, elle est célibataire depuis 5 ans. Bien-sûr, toute ressemblance avec une personne existante est loin d'être fortuite... Nous sommes nombreux à rater en beauté précisément ce que nous désirons le plus. Cela s'appelle de l'auto-sabotage et cela se soigne. L'objectif : arrêter de vous sacrifier et vivre à la place que vous méritez. (Ed. Eyrolles, 210 pages)



BELLUT Hervé – LES 7 INVITATIONS DE L'UNIVERS

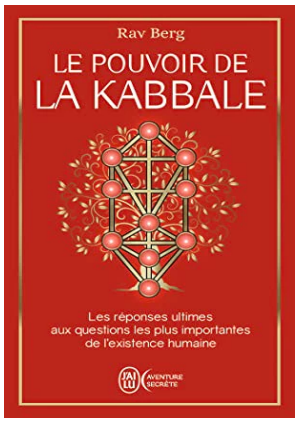
Depuis toujours et tout autour de nous, l'univers s'épanouit. Poussé par ses propensions naturelles, il se développe en diversité et en vitalité, dans une harmonie illuminant son œuvre. De l'atome aux galaxies, du brin d'herbe aux troupeaux migrateurs, tous sont entraînés naturellement vers la beauté du processus créatif. Ils sont poussés par les lois éternelles de la physique et de la vie, qui sont des invitations à s'épanouir et à prospérer. En tant qu'habitant de l'univers, l'être humain est puissamment invité à prendre part à cette harmonie et à y apporter sa propre contribution. (Ed. Dangles, 170 pages)



BENSAID Catherine – LA MUSIQUE DES ANGES

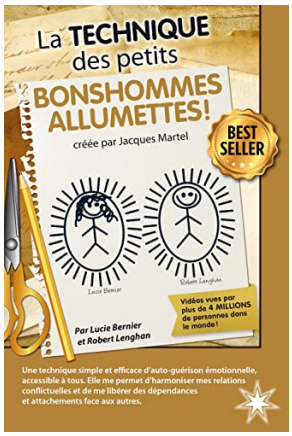
Catherine Bensaïd nous invite à nous prendre en main et à relever la tête. Non, la déprime n'est pas une fin en soi ! La Musique des anges propose une palette d'outils pour retrouver naturellement la confiance qui ouvre la voie vers le bonheur. Cette musique des anges, c'est la lumière qui brille en chacun de nous. Alors quand les idées noires l'empêchent de se manifester, quand nous perdons toute de envers nous-même et des autres, il faut accepter de se délivrer pour à nouveau embrasser le monde. La liberté n'a pas de prix. (Ed. Pocket, 124 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



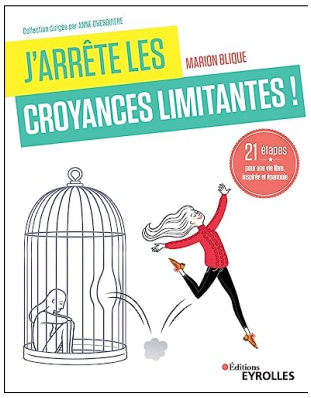
BERG Rav – LE POUVOIR DE LA KABBALE

Bien que la sagesse de la Kabbale ait quatre mille ans, ses trésors n'ont été révélés au grand public que très récemment. Ses mystères, transmis de génération en génération, sont restés entiers durant des millénaires. Dans cet ouvrage de référence dans le monde entier, l'auteur nous donne les moyens de percevoir les réponses ultimes aux questions les plus importantes de l'existence humaine en accédant aux fondamentaux de la Kabbale : comment l'Univers a-t-il été créé ? Pourquoi sommes-nous sur Terre ?, etc... (Ed. J'ai Lu, 304 pages)



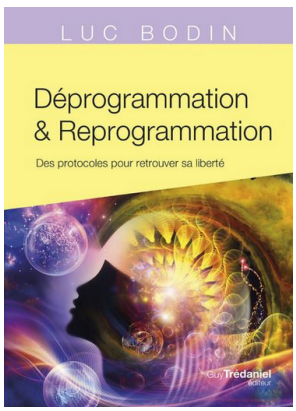
BERNIER Lucie & Robert LENGHAN – LA TECHNIQUE DES PETITS BONSHOMMES ALLUMETTES !

Cette technique intéressante, simple et efficace a été créée par Jacques Martel en 1993. Elle permet de se libérer de ses dépendances, ses peurs et ses attachements conscients ou inconscients. Celle-ci permet d'avoir plus de détachement envers une personne ou une situation et de développer davantage d'Amour inconditionnel. En résulte un plus grand bien-être au quotidien. Le secret de cette technique est qu'elle agit autant sur le conscient que sur le subconscient. Elle devient ainsi un puissant outil de transformation. Son utilisation régulière permet d'activer des changements positifs dans sa vie. Plusieurs personnes ont témoigné de la grande efficacité de cette technique. (Ed. ATMA, 180 pages)



BLIQUE Marion – J'ARRÊTE LES CROYANCES LIMITANTES !

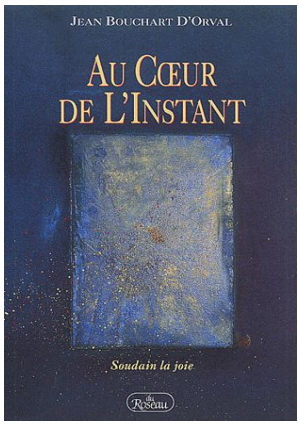
En 21 étapes et à travers un fabuleux récit, ce livre nous engage à suivre un parcours de transformation inédit pour renouer avec nous-même et redevenir créateur de notre propre vie. Une forme originale qui alterne fiction et analyse de la psy à la lumière des dernières découvertes en neurosciences. Des exercices simples et variés pour se responsabiliser et amorcer le changement pas à pas. Relever un défi qui concerne tous les habitants de cette belle planète dont l'équilibre est aujourd'hui menacé. Suivez le guide pour vous débarrasser des croyances qui freinent votre potentiel et créez de nouvelles façons de vivre ! (Ed. Eyrolles, 199 pages)



BODIN Luc – DÉPROGRAMMATION & REPROGRAMMATION

Nous sommes tous porteurs de programmes inconscients qui nous ont été inculqués (dans notre enfance, notre scolarité, nos vies antérieures, les médias...) et qui faussent notre vision de la réalité et, par conséquent, notre compréhension du monde, nos raisonnements et notre comportement. La liste de ces parasitages est longue : croyances, valeurs, dogmes... Il convient de s'en émanciper pour vivre libres et prendre nos propres décisions. Une fois le parasitage éliminé, il peut être intéressant de se créer une nouvelle programmation – que nous aurons choisie – mais aussi d'empêcher l'arrivée de nouveaux parasitages indésirables. À cet effet, cet ouvrage vous propose des protocoles simples et à la portée de tous, qui vous aideront à retrouver votre libre arbitre et à mener la vie que vous désirez véritablement. (Ed. Guy Trédaniel, 126 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



BOUCHART D'ORVAL Jean – AU CŒUR DE L'INSTANT

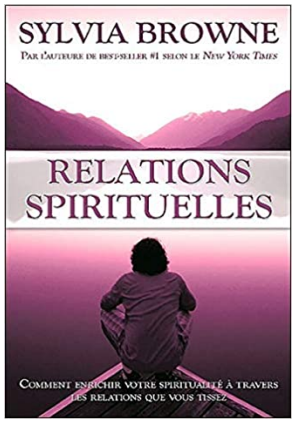
« Même si nous y travaillons très fort chaque jour, nous n'échapperons pas à la joie qui luit au cœur de l'instant, car elle est notre vraie nature. » Pour vivre libre, quelle technique faut-il pratiquer ? Les techniques, c'est là peur. On confie sa vie à une technique, à une pratique, mais c'est généralement une stratégie égotique que de s'engager dans la pratique d'une technique. La seule pratique ici, c'est la vie claire, c'est vivre dans le ressenti, qui nous ramène immédiatement dans le cœur. (Ed. Du Roseau, 202 pages)

BOURIT Christian (Dr) – LE BONHEUR NE DOIT RIEN AU HASARD

Et s'il nous était possible d'attirer plus de joie, de vivre de plus belles relations au quotidien ? La plupart des gens se demandent comment recevoir davantage. Dans une approche de la vie où l'ego n'a pas la première place, et en union avec les lois de l'Univers, nous pouvons faire des prodiges dans le respect de chacun. Avec ce livre, tu vas apprendre à faire de meilleurs choix, à te connecter à ta propre guidance pour entrer en harmonie avec l'Énergie universelle. Ce n'est jamais ce que la société choisit pour nous qui peut nous rendre réellement heureux, mais bien d'apprendre à transformer ce qui nous a été légué pour construire de meilleurs lendemains. (Ed. Quintessence, 128 pages

BOURIT Christian (Dr) – S'AUTORISER AU BONHEUR

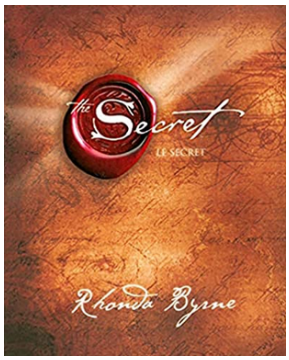
Et si vous vous autorisiez au Bonheur ? Vous vous sentez enfermé dans vos croyances et schémas répétitifs ? Vous avez une vision négative de vous-même ? Vous jugez les autres pour vous protéger ? Ces réflexes vous empêchent d'accéder au bonheur. Pourtant de simples modifications peuvent amener des changements spectaculaires et les personnes les plus heureuses ont des modèles de comportements communs. L'auteur les a réunis en une méthode pour retrouver la joie et la liberté. (Ed. Leduc Poche, 233 pages)



BROWNE Sylvia – RELATIONS SPIRITUELLES

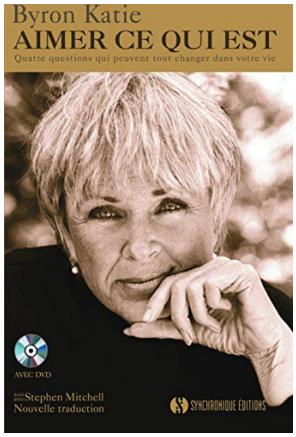
Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi certaines relations sont merveilleuses et d'autres catastrophiques, voire tragiques ? Pourquoi vous entendez-vous avec certaines personnes ? Pourquoi vous engagez-vous continuellement dans des luttes stériles avec d'autres ? Dans ce livre fascinant et fort utile, Sylvia Browne examine pourquoi nous tissons des liens avec certains individus… pour le meilleur ou pour le pire. (Ed. ADA, 161 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



BYRNE Rhonda – LE SECRET

Il a été transmis à travers les âges, on l'a ardemment convoité, on l'a caché, perdu, volé et acheté à prix d'or. Ce Secret séculaire a été compris par certains des personnages les plus célèbres de l'histoire : Platon, Galilée, Beethoven, Edison, Carnegie, Einstein – ainsi que par d'autres inventeurs, théologiens, scientifiques et grands penseurs. Maintenant, Le Secret est révélé au monde entier. (Ed. Un monde différent, 198 pages)

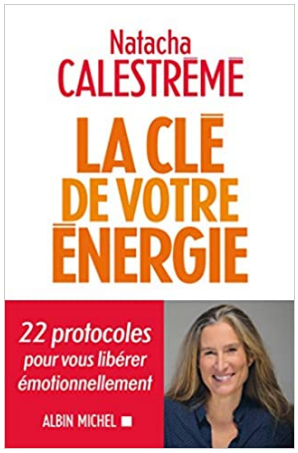


BYRON Katie – AIMER CE QUI EST + DVD

Aimer ce qui est présente une démarche étonnamment simple et pourtant d'une incroyable efficacité pour se libérer du stress et mieux vivre sa vie. "Ce n'est pas la réalité qui nous fait souffrir, nous dit Byron Katie, mais nos pensées sur la réalité." Le Travail de Byron Katie, fondé sur quatre questions simples et profondes à la fois, permet à chacun de se libérer des illusions et des limites du mental qui nous bloquent l'accès à la sérénité, à l'amour et à la joie de vivre. Aimer ce qui est organisé comme un manuel pratique qui vous guidera pas à pas pour découvrir et mettre en pratique le Travail pour vous-même. Un DVD de plus de 2 heures en français présente le Travail en action. (Ed Synchronique, 300 pages)

CABARETTI Guy – LA VOIE DU RIRE

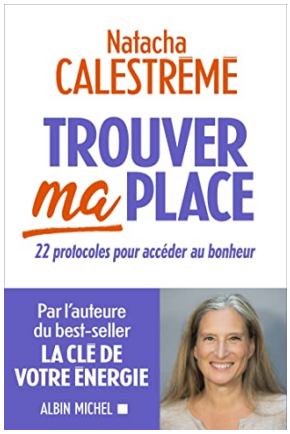
La voie du rire est une approche spirituelle du rire, dans la lignée de celle enseignée par les mystiques orientaux. Car rire n'est pas encore le propre de l'homme, surtout de nos jours où il est l'oublié de notre société. Le rire est la manifestation de la conscience qui revêt plusieurs états. Le rire c'est l'intelligence, c'est l'absence de pouvoir sur autrui, c'est être dans la réalisation de soi, la vérité. En effet, lorsque l'on rit, l'ego n'existe plus le temps du rire. Où sommes-nous allés ? Partout et nulle part à la fois, car nous sommes redevenus la conscience. Cependant, les obstacles au rire sont nombreux. Guy nous explique comment les identifier et s'en libérer afin de sortir de cette fausse identité qu'est l'ego. Son accompagnement se fait tout en douceur, avec bienveillance et légèreté et surtout beaucoup d'humour. (Ed. Symbiose, 260 p.)



CALESTRÉMÉ Natacha – LA CLÉ DE VOTRE ÉNERGIE

« Je suis vidé » : qui n'a jamais ressenti cette perte d'énergie ? Et si nos problèmes de santé étaient l'expression d'émotions douloureuses ? Et si les épreuves que nous traversons étaient dues à nos peurs, nos blocages, nos culpabilités ? Et si nos blessures remontaient à notre passé, proche ou lointain, voire à un héritage ? (un événement antérieur à notre naissance) Cela peut cesser et cela va cesser ! Je vous en donne la clé. Grâce à ces 22 protocoles (grâce aux 22 protocoles que vous trouverez dans ce livre), vous allez réactiver votre potentiel et enfin retrouver votre pleine énergie. (Ed. Albin Michel, 267 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)

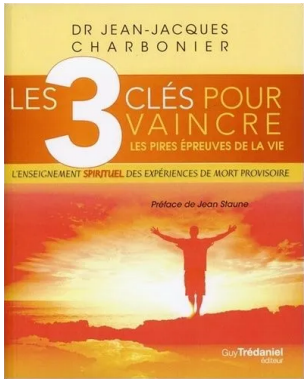


CALESTRÉMÉ Natacha – TROUVER MA PLACE

Et si le bonheur, l'épanouissement professionnel, la sérénité, ne tenaient qu'à une chose : trouver votre juste place ? Une juste place pour être en harmonie avec les autres et avec soi-même : au travail, en amour, en famille... et aussi chez soi, financièrement, physiquement et moralement. Je vous propose d'identifier précisément les liens entre ce qui vous freine et vos épreuves, personnelles ou héritées de votre famille. Puis, à l'aide de mes 22 protocoles et l'explication de cas très concrets, je vous indique comment éliminer ces fardeaux émotionnels, pour accéder à votre plein potentiel, et être enfin vous-même. (Ed. Albin Michel, 368 pages)

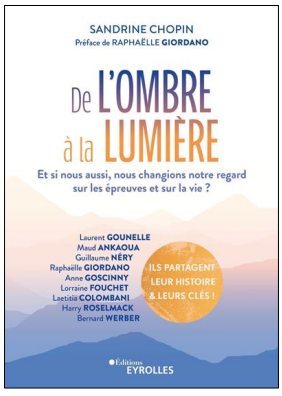
CAMERON Julia – LIBÉREZ VOTRE CRÉATIVITÉ

Avez-vous renoncé à vos rêves d'enfant et d'adolescent ? Vous laissez-vous influencer par vos peurs et votre raison ? Pour Julia Cameron, plus l'écart se creuse entre notre Moi créateur et notre Moi rationnel, plus notre goût de vivre s'émousse. En levant nos blocages, nos mauvaises habitudes et nos inhibitions, on libère une vitalité et une créativité inestimables. Grâce à un programme en douze semaines et de nombreux exercices, Libérez votre créativité montre le chemin de l'élan créateur et libérateur. Un livre précieux pour devenir enfin la personne que vous avez toujours rêvé d'être. (Ed. J'ai Lu, 345 pages)



CHARBONIER Jean-Jacques Dr – LES 3 CLÉS POUR VRAINCRE LES PIRES ÉPREUVES DE LA VIE

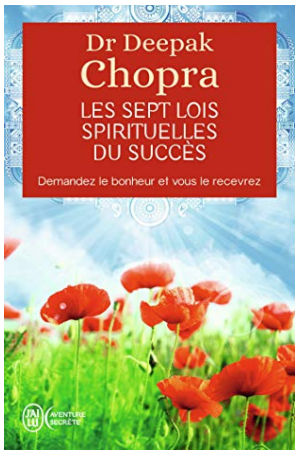
Est-il possible de surmonter le pire ? Peut-on radicalement changer sa perception des choses et des événements pour être enfin heureux et avoir un esprit calme et serein devant n'importe quelles épreuves de la vie, y compris les plus terribles : le décès d'un proche, une maladie grave, un handicap définitif, la perte de son travail, la ruine ? L'auteur de cet ouvrage répond par l'affirmative à toutes ces questions et nous révèle 3 secrets pour y parvenir. (Ed. Guy Trédaniel, 287 pages)



CHOPIN Sandrine – DE L'OMBRE à la LUMIÈRE

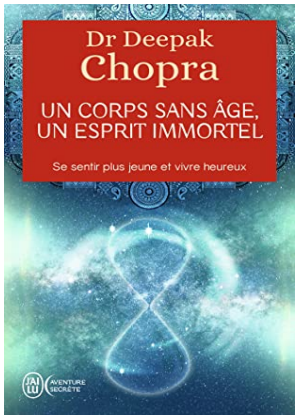
Passionnée d'histoires de vie, Sandrine Chopin est allée à la rencontre d'hommes et de femmes inspirants qui, à travers leurs oeuvres, nous invitent à porter un autre regard sur la vie, à transformer nos fragilités en forces et à dépasser nos peurs pour enfin vivre la vie dont nous rêvons. Leurs livres font du bien : ils soignent l'âme et éveillent nos consciences. À coeur ouvert, tous lui ont offert une partie d'eux-mêmes, livrant des bribes de leur vie intime, leurs facettes les plus secrètes, leurs doutes les plus profonds ou simplement ce qu'ils ont compris du sens de l'existence. (Ed. Eyrolles, 231 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



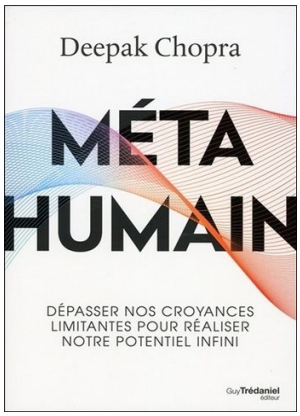
CHOPRA Deepak Dr – LES SEPT LOIS SPIRITUELLES DU SUCCÈS

La réussite revêt plusieurs aspects. La richesse matérielle n'est que l'un d'entre eux. Car, bien plus qu'une destination, la réussite est une direction. L'abondance matérielle, dans toutes ses expressions, rend le voyage plus agréable. Mais une vraie réussite inclut aussi la santé, l'énergie, l'amour de la vie, l'harmonie des relations, la liberté de créer, la stabilité émotionnelle et psychologique, le bien-être et la paix de l'esprit. Et pourtant, toutes ces joies ne nous satisferont pas si, au fond de nous, nous ne cultivons pas les graines de la divinité... En sept lois simples mais rigoureuses, le Dr Deepak Chopra nous donne les clés du succès dans tous les domaines. (Ed. J'ai Lu, 112 pages)



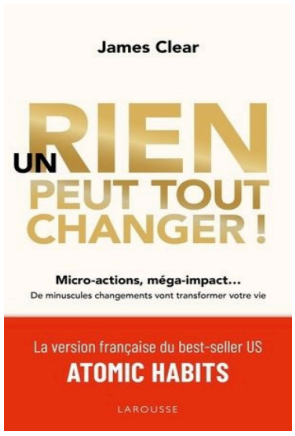
CHOPRA Deepak (Dr) – UN CORPS SANS ÂGE, UN ESPRIT IMMORTEL

Et si nous pouvions inverser le processus de la maladie et du vieillissement ? Dans ce livre, le Dr Deepak Chopra démontre que notre corps et notre esprit sont intimement liés et que nos croyances et nos peurs influencent notre horloge biologique. En changeant radicalement la façon dont nous percevons la réalité, nous pouvons modifier le fonctionnement de nos cellules, rajeunir et retrouver une vitalité profonde. Dans ce livre fascinant et stimulant, le Dr Deepak Chopra nous enseigne comment nous connecter aux possibilités infinies de notre esprit pour une vie longue, riche et un corps en parfaite santé. (Ed. Le Livre de Poche, 441 pages)



CHOPRA Deepak (Dr) – MÉTAHUMAIN

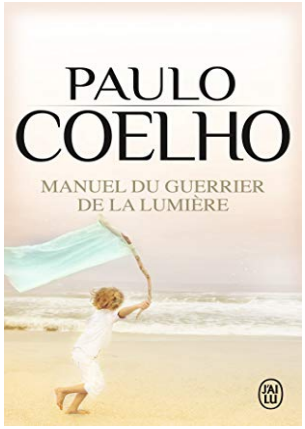
Deepak Chopra est docteur en médecine et membre de dizaines de comités consultatifs rédactionnels et scientifiques. Pionnier dans les domaines de la médecine intégrative et de la transformation personnelle, dans ce nouveau livre très attendu, Deepak Chopra affirme qu'un état de conscience supérieur est disponible ici et maintenant, pour nous tous. Chopra déverrouille les secrets pour aller au-delà des limites actuelles de notre esprit et accéder à un champ de possibilités infinies afin d'atteindre notre plein potentiel. Comment y parvenir ? En devenant métahumain. (Ed. Guy Trédaniel, 347 pages)



CLEAR James – UN RIEN PEUT TOUT CHANGER !

Quels que soient vos objectifs, ce livre vous apporte les clés pour vous améliorer progressivement, grâce à de petits changements quotidiens. Créez de bonnes habitudes, abandonnez les mauvaises ! Expert mondial en matière de création d'habitudes, James Clear est réputé pour sa capacité à transformer des processus complexes en comportements simples facilement applicables à la vie quotidienne et au travail. Il s'appuie sur des concepts issus de la biologie, de la psychologie et des neurosciences pour vous aider à modifier vos agissements. Emaillé d'histoires vraies, ce livre transforme radicalement votre vision du progrès et vous donne les techniques nécessaires pour changer enfin vos habitudes ! (Ed. Larousse, 335 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



COELHO Paulo – MANUEL DU GUERRIER DE LUMIÈRE

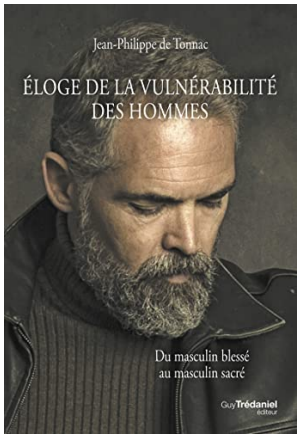
Les guerriers de la lumière se reconnaissent au premier regard. Ils sont au monde, ils font partie du monde. Souvent, ils trouvent que leur vie n'a pas de sens. Mais ils n'ont pas renoncé à lui en donner un. Ils s'interrogent, refusent la passivité et le fatalisme. C'est ce qui fait d'eux des guerriers de la lumière. Ce livre bref, simple et précieux, offre une véritable synthèse de la philosophie humaniste de Paulo Coehlo : un message de confiance et de vie qui a déjà touché des millions de lecteurs. (Ed. J'ai Lu, 156 pages)

DARRÉ Patricia – SURVIVRE DANS LE TUMULTE

Alors que nous disposons d'un nombre inouï de moyens de "gagner" du temps, celui-ci nous échappe de plus en plus... Est-ce une mauvaise utilisation du progrès, une mauvaise gestion de notre temps ? Sans doute. Mais il y a autre chose... Des phénomènes à l'œuvre perturbent les énergies qui nous entourent. Ils ont des effets indésirables et durables (migraines, langueur inexplicable, etc.) sur notre santé physique. Les guides de Patricia Darré lui ont montré que des changements profonds étaient en cours. Ce livre nous invite donc à "survivre au tumulte" qui agite aujourd'hui l'univers, en nous adaptant, certes, mais surtout en retrouvant les valeurs profondes de notre existence. (Ed. Michel Lafon, 230 pages)

DAURAT Sylvie – LA VOIE DE L'ÉPANOUISSEMENT FÉMININ

Le temps de l'attente est révolu car la conscience de la femme sort de son identification à l'homme par sa capacité à se recentrer sur elle-même, créant ainsi une nouvelle et authentique dynamique libératrice. Les témoignages recueillis auprès d'entrepreneuses, d'infirmières, de personnes sans emploi, d'artistes ou d'enseignantes expriment un puissant désir de changement que toutes ont amorcé et amplifient dans leur vie quotidienne. Dans un langage simple et direct, Sylvie Daurat nous mène à la rencontre de l'âme des femmes. (Ed. EDM, 117 pages)



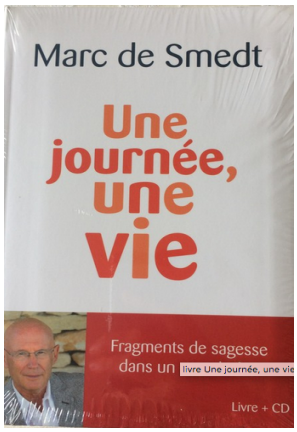
DE TONNAC Jean-Philippe – ÉLOGE DE LA VULNÉRABILITÉ DES HOMMES

"Je suis entré dans ma vie d'homme à reculons. Je n'ai ressenti avec mon masculin et avec le masculin en général aucune sympathie. Les modèles autour de moi n'ont pas éveillé de vocation particulière, de ces vocations qui mettent en exergue quelques vertus masculines. J'ai préféré chercher des pères ou des frères dans le passé, des héros de la pensée, des sagesses, des figures qui me donnent le goût de grandir et de croître. Pour guérir ce masculin blessé, je suis parti à la rencontre d'hommes en chemin. Les hommes que j'invite dans ces pages sont souvent tombés de haut. Mais c'est le constat de la chute qu'ils ont fait, leur bravoure à se réparer, redresser, leur détermination qui forcent le respect. On n'est pas grand de le croire. On est grand d'avoir été jeté par terre, de s'être relevé et relevé encore. On ne naît pas homme, en fin de compte, on le devient." (Ed. Guy Trédaniel, 380 p)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)

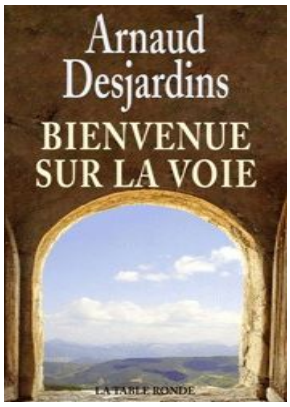
DE SMEDT Marc & Patrice VAN EERSEL – DONNER DU SENS À SA VIE (LIVRE + CD)

Des personnalités venues de tous les horizons nous parlent de vie et de mort, d'écologie, de spiritualité, d'amour et de transmission. Ces textes composent une anthologie passionnante, qui ne cesse de nous interroger sur le sens que nous pouvons donner à notre vie. (Ed. Le Grand Livre du Mois, 372 pages)



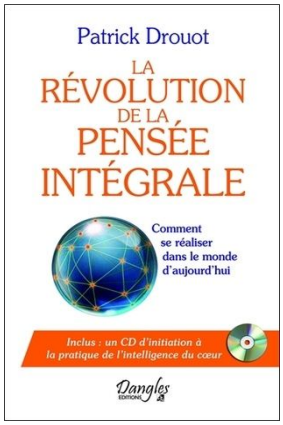
DE SMEDT Marc – UNE JOURNÉE, UNE VIE (LIVRE + CD)

Une journée, une vie : cet adage zen signifie que tout nous est donné au présent. Chaque jour est unique dans notre existence et il dépend de nous d'en faire un moment beau et utile. En cette période de crise intense où nous vivons un véritable dérèglement moral, tout le monde souhaite un changement. Fort de son expérience et de son intérêt pour les sagesses d'Orient et d'Occident, Marc de Smedt nous offre un revigorant manuel d'optimisme qui ouvre des chemins de métamorphose. (Ed. Le Grand Livre du Mois, 223 pages)



DESJARDINS Arnaud – BIENVENUE SUR LA VOIE

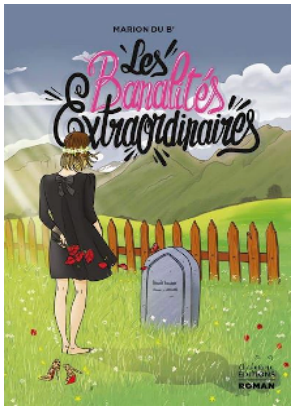
Arnaud Desjardins nous livre ici le fruit de cinquante années de cheminement personnel dont les trente dernières ont été consacrées à transmettre ce qu'il avait reçu. Œuvre de synthèse visant la simplicité et la clarté, accessible à tous, Bienvenue sur la Voie réunit en un volume les idées essentielles disséminées dans la vingtaine d'autres titres parus sous son nom. Cet ouvrage peut être lu comme une longue lettre d'un ancien aux nouveaux venus dans cette autre approche de la vie qui transforme toute existence, même difficile, en une source de plénitude et de joie. (Ed. La Table Ronde, 206 pages)



DROUOT Patrick – LA RÉVOLUTION DE LA PENSÉE INTÉGRALE

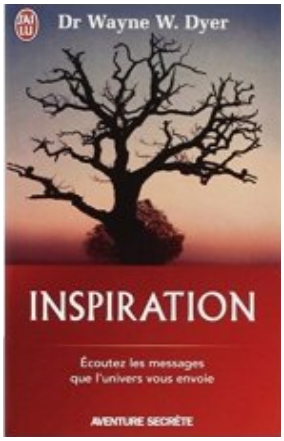
Pour comprendre et se déployer harmonieusement dans le monde d'aujourd'hui, voici l'ouvrage indispensable du physicien français Patrick Drouot. Il vous enseigne les fondamentaux d'une nouvelle architecture de conscience : la pensée intégrale, et vous invite à devenir des «magiciens du temps présent». À travers de nouveaux outils élégamment imbriqués, l'auteur vous incite à pénétrer dans cette nouvelle façon d'analyser, de décider et d'agir. Tels des champions du sport de haut niveau, vous apprenez à percevoir en un instant tout ce qui se passe sur le terrain de votre existence, à anticiper dans l'instant votre futur individuel et collectif et à agir "juste" dans une fluidité instantanée. (Ed. Dangles, 296 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



DU B' MARION – LES BANALITÉS EXTRAORDINAIRES

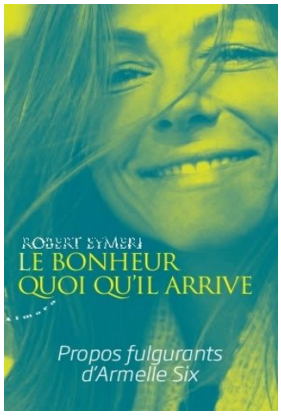
Il y a la vie, et il y a ce point où tout bascule et notre vie passe dans l'après. Dans le sans. Dans l'absence omniprésente de cet être cher qui nous manque tant. Toutes les épreuves de la vie sont source d'enseignements. Que ce soit un divorce, un licenciement, la mort d'un proche ou même pour nous la maladie, nous serons inexorablement confrontés à des épreuves et des tragédies, tout au long de notre vie. Comprenons bien, qu'il y a là, pour nous, l'opportunité de grandir, d'en titrer quelque chose de positif. il te faudra découvrir à quoi tu peux dire merci, dans ce chaos. (Ed. Chafouine, 326 pages)



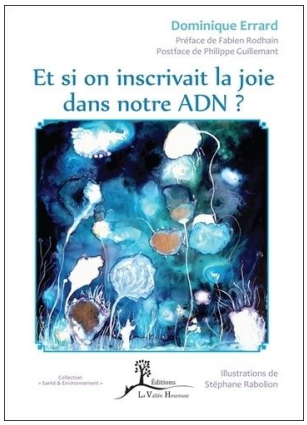
DYER Wayne W. (Dr) – INSPIRATION

Imaginez que, chaque jour, une voix intérieure vous guide en vous soufflant le choix à faire, la décision à prendre, le comportement à avoir, pour votre plus grand bien et celui des autres. Selon Wayne W. Dyer, en nous connectant à l'intelligence universelle, nous puisons à une source intarissable d'inspiration et de potentiels. Dans cet état de conscience, les événements positifs surviennent naturellement dans votre vie, les synchronicités se multiplient, les relations s'améliorent et vous vous sentez en accord avec vous-même et votre destinée. Ce livre est l'un de ces livres spirituels profonds qui invitent chacun à transcender ses limites intérieures et à vivre "divinement". (Ed. J'ai Lu, 412 pages)

EYMERI Robert – LE BONHEUR QUOI QU'IL ARRIVE



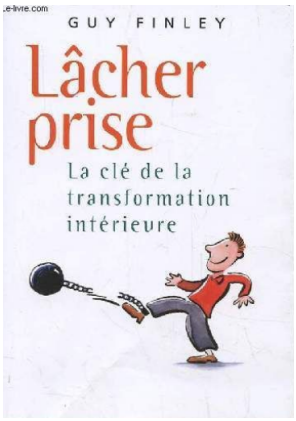
Robert Eymeri est psychologue clinicien de formation et écrivain. Il s'est tourné très tôt vers la spiritualité. Sa rencontre avec Armelle Six a constitué un tournant décisif dans sa vie. Dans ce livre, Armelle Six nous ramène aux questions essentielles et par la clarté de ses réponses, nous offre la possibilité d'une compréhension instantanée de ce qu'est un chemin de conscience. Ici, nul besoin de connaissances, nul besoin d'être familier de la littérature spirituelle ou sympathisant d'une tradition en particulier, Armelle Six n'adapte rien, n'importe rien, ne transpose rien. Elle affirme, dans une grande simplicité, la réalité de cette expérience radicale qu'est l'union à la Source, l'union au divin. Et elle nous invite à faire de même, à nous reconnecter avec nous-même, à choisir l'être et la grandeur plutôt que la petitesse et nos conditionnements. (Ed. Almora, 185 pages)



ERRARD Dominique – ET SI ON INSCRIVAIT LA JOIE DANS NOTRE ADN ?

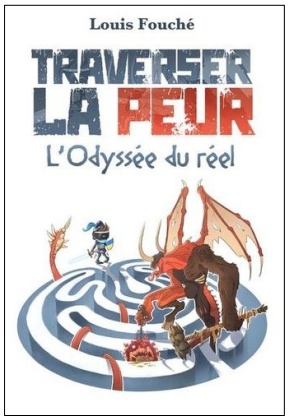
Un livre qui offre la possibilité d'une vie heureuse pour tous. Ce livre est l'ouverture à d'autres dimensions tellement joyeuses et puissantes que votre vie sera nouvelle. Vous saurez utiliser de nouveaux outils de bien vivre, célébrer qui vous êtes et naviguer sur les flots de la vie, même chahutés. Pour cela, l'auteure livre ses cinq axes fondamentaux pour y parvenir : connaître, naître, libérer, créer et oser. Truffé d'informations et d'exercices, ce véritable guide pratique enseigne la reconnexion à Soi et comment vivre sa vie dans la joie. (Ed. La Vallée Heureuse, 251 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



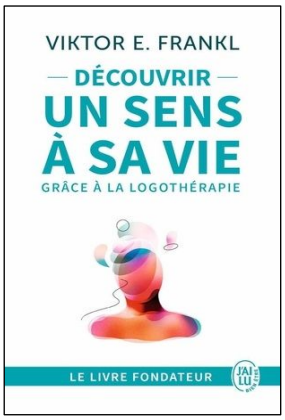
FINLEY Guy – LÂCHER PRISE, la clé de la transformation intérieure

À l'image de l'arbre qui se sépare de son fruit pour répandre ses graines, l'homme a besoin de s'abandonner, de lâcher prise pour renouveler la vie qui est en lui. Ce principe, aussi ancien que le monde à l'état naturel, vous apprend à tourner le dos aux émotions négatives et à trouver le chemin de l'épanouissement. Un hymne à la liberté, un guide lumineux pour influencer le cours de votre vie. (Ed. France Loisirs, 216 pages)



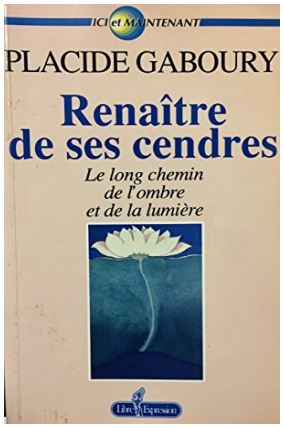
FOUCHÉ Louis (Dr) – TRAVERSER LA PEUR

Partout s'imposent des images et des messages anxiogènes. Alors que tout est progressivement perçu comme dangereux, les peurs enflent démesurément et notre société s'enferme dans l'impasse de l'hypercontrôle. Comment faire face individuellement ? Comment proposer une voie collective autre que la crispation totalitaire ? Le Dr Louis Fouché, dans un style à la fois vif et poétique, dévoile la peur comme clé de voûte de toutes les manipulations. Il insiste sur le rôle des rituels, des refrains et des figures d'attachement, pour aider chacun à trouver son propre chemin d'autonomie et de paix. À travers un mélange inédit de vulgarisation scientifique, de philosophie et de fiction, il dessine des pistes pour traverser la peur et la transformer en courage, en initiation. (Ed. Guy Trédaniel, 321 pages)



FRANKL Viktore E. – DÉCOUVRIR UN SENS À SA VIE

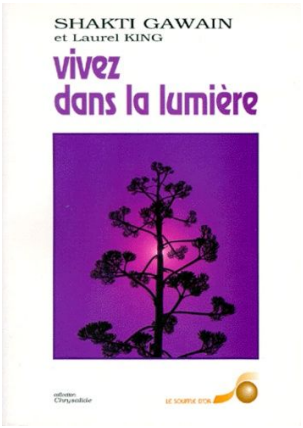
Viktor Frankl estime qu'une des principales causes de névrose est la perte de sens. Il défend la thèse selon laquelle l'inconscient est principalement d'essence spirituelle. Au-delà de l'instinct de plaisir, la nature profonde de l'Homme le conduit vers la réalisation morale. C'est lors de son expérience des camps de concentration que l'auteur a développé cette interrogation sur le sens.Dans cette oeuvre majeure, qui figure parmi les dix livres les plus influents au monde, Frankl indique les trois voies - celles de l'accomplissement, de l'amour et de la transcendance - qui permettent de donner un sens à l'existence. En lisant ce livre, vous découvrirez le véritable sens du mot "responsabilité" et vous prendrez votre vie en main. (Ed. J'ai Lu, 177 pages)



GABOURY Placide – RENAÎTRE DE SES CENDRES

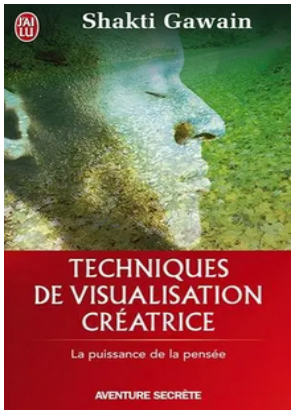
Voici une réflexion sur le dieu caché en nous, sur l'ombre qui voile la lumière. Tout comme nous, le dieu qui nous habite a un côté sombre qu'on a toujours refusé de reconnaître : il est en nous tout ce qui a été refoulé et qui est devenu pour nous "le mal". Il est même davantage le mal refoulé que le bien évident. Malgré ce qu'en dit le Nouvel Age, la voie spirituelle est impossible sans la souffrance, qui est largement notre propre création. Cela s'appelle la "voie négative". La maturité, c'est dire oui à la souffrance ; l'infantilisme, c'est dire non. Tout le mal qu'on refuse en soi, on le projette sur les autres. C'est ainsi que naissent les guerres. Mais les conflits sont le terrain de notre croissance. Durant cette vie, on ne renaît qu'à partir de ses cendres. (Ed. Libre Expression, 123 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



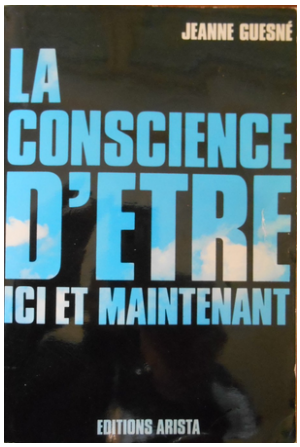
GAWAIN Shakti – VIVEZ DANS LA LUMIÈRE

Shakti Gawain accomplit un voyage initiatique à la recherche de la lumière qui brille en chaque être humain. Elle nous apprend que le monde est notre miroir : ce que nous voyons au-dehors est le reflet de ce qui est en nous.En pensant positivement, nous avons la faculté de changer la réalité. En faisant confiance à notre intuition, en équilibrant les pôles féminin et masculin qui sont en nous, en laissant s'exprimer notre créativité, nous pouvons devenir un "canal du pouvoir créateur de l'Univers".Un chemin pour accéder à la joie de vivre et à la paix, dans un monde que nous aurons contribué à rendre meilleur. (Ed. Le Souffle d'Or, 229 pages)



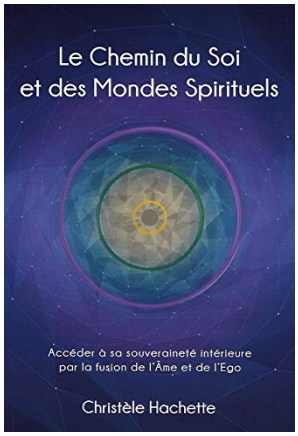
GAWAIN Shakti – TECHNIQUES DE VISUALISATION CRÉATRICE

Pour être détendu et serein, pour améliorer sa santé, pour développer sa créativité, pour nouer des relations humaines enrichissantes, pour réussir sa vie professionnelle... une technique puissante existe : la visualisation créatrice. Shakti Gawain ne se contente pas de décrire cette technique. Elle vous explique comment venir à bout des blocages qui empêchent la réalisation de vos désirs et dévoile les attitudes intérieures susceptibles de vous aider à " fabriquer " votre destin et à provoquer la chance. Dans ce livre clair et truffée de conseils pratiques, vous apprendrez à éveiller l'immense potentiel de réussite et de joie enfoui en vous. (Ed. J'ai Lu, 188 pages)



GUESNÉ Jeanne – LA CONSCIENCE D'ÊTRE ICI ET MAINTENANT

Après plus de quarante ans d'expériences sur les relations entre le corps et la conscience, Jeanne Guesné est convaincue que la vie sur notre planète constitue une étape-clé de l'évolution, une étape durant laquelle se tissent des liens entre le monde matériel et le monde spirituel. Elle nous invite à nous préparer ici et maintenant à construire un pont au-dessus de l'abîme qui les sépare. Abandonner la course à l'"avoir" pour élargir la "conscience de l'être" dans ses dimensions les plus profondes, tel est le message de Jeanne Guesné. (Ed. Arista, 262 pages)



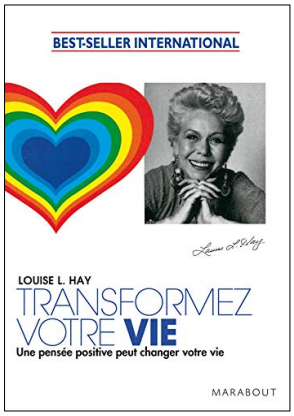
HACHETTE Christèle – LE CHEMIN DU SOI ET DES MONDES SPIRITUELS

Le Chemin du Soi et des Mondes Spiririuels est une approche initiatique de connaissance de soi et de compréhension des plans invisibles. L'auteure, Christèle Hachette, est enseignante spirituelle et medium. Elle vous propose à travers son enseignement unique, la guidance vers les étapes de votre transformation intérieure. Cette initiation a pour but de révéler l'accès à votre graal, à votre souveraineté intérieure dans la connaissance et la maîtrise de vos forces psychiques. (Ed. Independ. Publishing, 184 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)

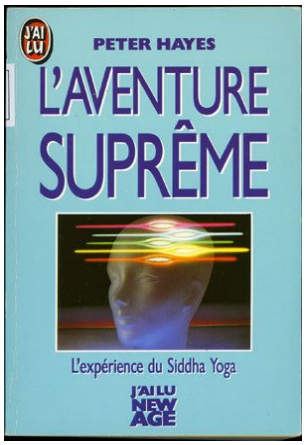
HAPPYLAB – LE LABORATOIRE DU BONHEUR

Ce livre, en explorant le rapport à soi-même pour ensuite revisiter le rapport au monde, invite à aimer le chemin de la vie tel qui s'offre. Les auteurs partagent ainsi leurs expériences et expliquent comment ils ont développé leurs ressources intérieur et su trouver au plus profond d'eux-mêmes, parfois même dans l'adversité le goût du bonheur. (Ed. Solar, 218 pages)



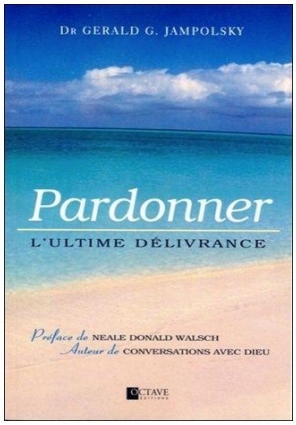
HAY Louise L. – TRANSFORMEZ VOTRE VIE

La transformation de nos pensées nous mène presque toujours à la guérison. Nous créons notre réalité. Rien ni personne ne possède le moindre pouvoir sur nous, car " nous " sommes les seuls à gérer notre pensée. Si nous parvenons à rendre notre pensée harmonieuse et équilibrée, il en ira de même pour notre vie. Suivez les enseignements de Louise L Hay et vous agirez sur des domaines tels que la santé, l'amitié, les relations intimes, l'estime de soi, les peurs et les phobies, le travail et l'abondance. (Ed. Marabout, 283 pages)



HAYES Peter – L'AVENTURE SUPRÊME

Un enfant renversé par un chauffard, une vieille dame qui se fait voler ses économies : injustice ou karma ? Le hasard existe-t-il ? Et même lorsque la bonne fortune nous sourit, pourquoi cela ne nous rend-il pas vraiment heureux pour longtemps ? Dans notre quête du bonheur, nous sommes des aveugles sans canne blanche. Nous avançons à tâtons, à la poursuite de chimères. Mais pourquoi chercher la réponse à l'extérieur, alors qu'elle est en nous ? Tenter l'aventure suprême, c'est entreprendre ce voyage dans les profondeurs de notre être, là où se cache la perfection. Le livre de Peter Hayes nous éclaire la voie : laissons-nous guider. (Ed. J'ai Lu, 213 pages)



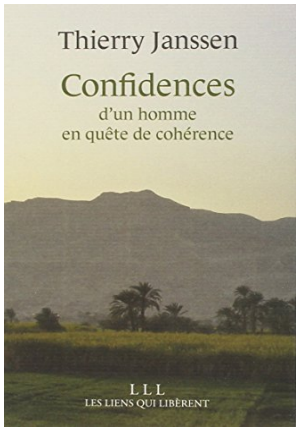
JAMPOLSKY Gérald G. (Dr) – PARDONNER – L'Ultime délivrance

Rédigé dans un langage abordable, exempt d'un jargon "psy", cet ouvrage nous explique comment tant d'entre nous trouvent difficile de pardonner. On y démonte aussi le mécanisme de nos justifications et on y analyse les aspects toxiques de la hargne et de l'acrimonie. Car ces rancoeurs entretiennent nos propres souffrances et nous poussent à poursuivre une guérilla qui se répercute sur notre organisme et notre vie. L'auteur partage avec nous des histoires vécues qui ouvrent notre coeur aux miracles du pardon et nous fournissent de nombreux "rappels" nous permettant de réorienter nos existences. (Ed. Octave Québec, 142 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)

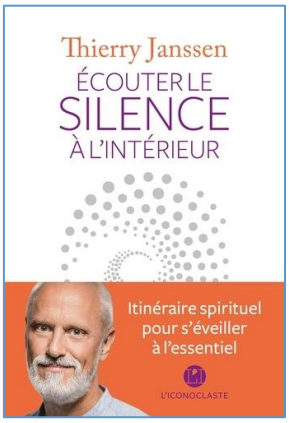
JANIS Sharon – SAGESSE ET SPIRITUALITÉ POUR LES NULS

Simple et clair, cet ouvrage débute par un panorama des connaissances, de la sagesse et de la conscience spirituelles, puis il présente de nombreuses pratiques visant à donner de l'énergie à votre corps. Il poursuit graduellement avec d'autres exercices destinés cette fois à mobiliser votre esprit et à spiritualiser chaque aspect de votre vie. Un guide indispensable pour vous initier et passer, entre autres choses, de l'avidité à l'abondance, de l'attachement à la liberté, du plaisir à l'extase, des épreuves à la transcendance. (Ed. First, 346 pages)



JANSSEN Thierry – CONFIDENCES

« Cet ouvrage est un témoignage. J'y raconte le combat entre mon Ego apeuré et une partie plus apaisée de moi que j'appelle mon Essence. Je l'ai écrit avec le maximum d'authenticité pour faire un cadeau à ceux qui le liront. Car, à ce niveau de partage, nous découvrons que nous sommes tous les mêmes. Dépasser nos peurs et abandonner nos défenses pour mettre notre cohérence au service de notre essence – l'essentiel de nous-même –, ce n'est pas facile. Néanmoins c'est le gage de notre accomplissement. La voie d'un bonheur profond et durable. » (Ed. L.L.L., 179 pages)



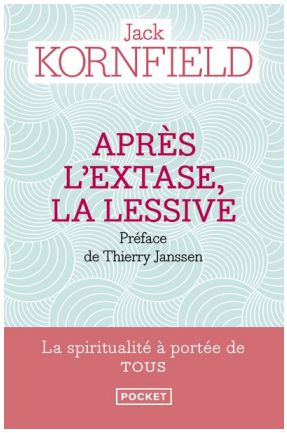
JANSSEN Thierry – ÉCOUTER LE SILENCE À L'INTÉRIEUR

Durant plus de trente ans, je me suis efforcé de soulager la souffrance et de favoriser la guérison d'autrui. D'abord en tant que chirurgien, puis psychothérapeute et, finalement, accompagnant psychospirituel, une fonction qui, selon moi, devrait être assumée par tous les professionnels de la santé. Un jour, j'ai fait une expérience extraordinaire qui a profondément transformé mon existence. J'ai entendu le silence, tout au fond, au-delà des sensations, des émotions et des pensées. Ce livre est le récit de cette expérience et une invitation à écouter le silence à l'intérieur de vous. Il est une sorte de prescription concrète et facile à suivre au quotidien. » (Ed. L'iconoclaste, 294 pages)

KACI David – JE SUIS – Guide spirituel pour un monde mutant

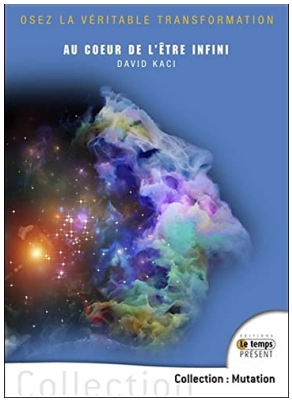
Médium, thérapeute énergéticien et géobiologue, l'auteur propose de nous enseigner comment nous libérer facilement des traumatismes, des peurs et des croyances qui nous limitent afin que nous puissions retrouver la maîtrise de notre vie. Il nous apprend comment communiquer avec le principe divin ainsi qu'avec les êtres de lumière. Il démystifie au mieux de nombreux thèmes importants et répond en toute simplicité à des questions qui portent sur des sujets aussi nombreux que variés. Il aborde également des sujets de plus en plus d'actualité, comme ceux concernant l'ego, l'argent, l'avortement, l'euthanasie, le suicide, la possession... (Ed. Le temps Présent, 163 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



KORNFIELD Jack – APRÈS L'EXTASE, LA LESSIVE

Dans toutes les spiritualités, l'accomplissement personnel passe par "l'éveil", ce moment d'intense plénitude et de révélation intérieure. Mais ensuite ? Que faire quand le quotidien et les habitudes reprennent leur cours ? C'est là, paradoxalement, que la vie spirituelle devient passionnante et réelle. Car, en effet, le sens profond, mais trop souvent oublié, de ces traditions est de nous apprendre à épouser notre condition humaine, à faire la paix avec nos imperfections, à ouvrir notre cœur à la souffrance du monde. Autrement dit, plaide ici Jack Kornfield, la vérité de toute spiritualité est de nous apprendre à vivre ici et maintenant. Un guide libérateur. (Ed. Pocket, 440 pages)

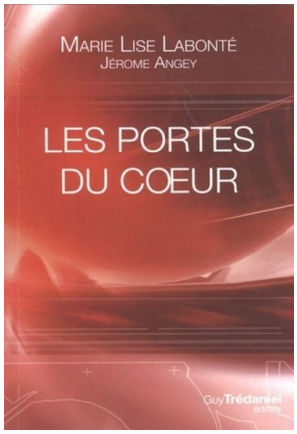


KACI David – AU CŒUR DE L'ÊTRE INFINI

Ce livre est le fruit de plusieurs années de recherches assidues et de nombreuses pratiques intensives et régulières. Il s'adresse tout naturellement à celles et ceux qui souhaitent sincèrement changer et qui désirent se libérer d'influences nuisibles et très souvent invalidantes. Cet ouvrage nous livre des enseignements importants permettant de nous libérer d'emprises qui nous limitent et nous emprisonnent dans des façons d'être généralement préjudiciables. David Kaci nous invite à utiliser pleinement le potentiel créateur dont nous sommes tous pourvus afin que nous puissions nous transformer de la meilleure façon qui soit. (Ed. Le temps Présent, 146 pages)

LABASTROU Laurence – FÉMININ / MASCULIN

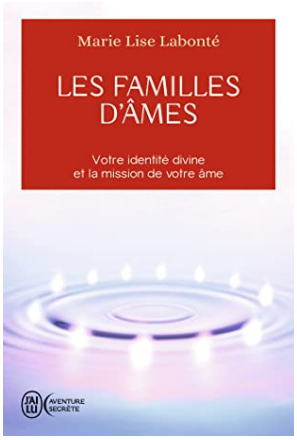
Dans notre société hyperactive tournée vers la technologie, la compétition et la consommation à outrance, une disharmonie s'est installée, créant la séparation de notre masculin et de notre féminin intérieurs. Elle a perturbé fortement notre essence intime, nous éloignant toujours plus de notre nature profonde. Nous avons perdu la capacité à nous relier les uns aux autres, à communiquer avec harmonie. Heureusement, de nouvelles énergies s'installent actuellement. Elles nous ébranlent dans nos convictions et croyances, occasionnant un grand désordre dans nos vies et jusqu'à l'intérieur de nos cellules, mais nous invitent aussi à trouver un équilibre dans nos conditions d'homme et de femme… (Ed. Secret d'étoiles, 175 pages)



LABONTÉ MARIE LISE & Jérome ANGEY – LES PORTES DU CŒUR

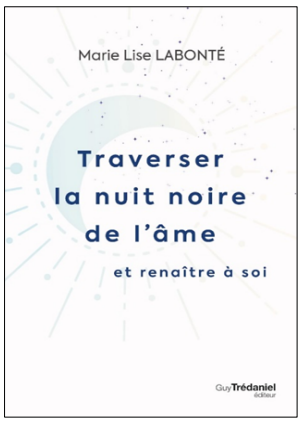
Les Portes du Coeur nous invite à être à l'écoute de nos dimensions intérieures, à mieux nous comprendre dans notre vastitude et à accepter de transformer nos états intérieurs. Ces enseignements de maîtrise, en dehors de tous dogmes et croyances, ont pour but de nous aider à explorer les dimensions du maître qui repose en chacun de nous. Ils visent la reconnaissance en nous de la capacité de partage que vivent notre âme et tout notre être, à travers l'intelligence du coeur qui nous guide à chaque instant vers l'essentiel. (Ed. Guy Trédaniel, 316 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE
(Livres réservés aux adhérents)



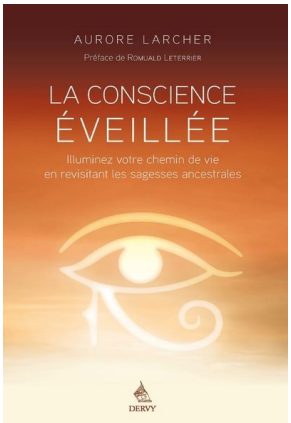
LABONTÉ MARIE LISE – LES FAMILLES D'ÂMES

Dans cet ouvrage fascinant, Marie Lise Labonté nous livre une connaissance spirituelle élevée sur l'âme, et plus particulièrement sur les familles d'âmes. Selon l'enseignement transmis, chacun de nous possède une âme qui appartient à l'une des 12 familles que constitue l'ensemble des êtres actuellement incarnés sur cette planète. En découvrant votre famille d'âme, vous comprendrez mieux le sens de certains événements de votre vie, ainsi que votre mission. Lorsque l'on se connecte à sa nature profonde, l'ouverture qui en résulte entraîne, à l'intérieur comme à l'extérieur de soi, paix, guérison et harmonie. (Ed. J'ai Lu, 189 pages)



LABONTÉ Marie Lise – TRAVERSER LA NUIT NOIRE DE L'ÂME

Certaines épreuves, certaines transformations intérieures peuvent nous faire sombrer dans la nuit noire de l'âme. Tout ce qui nous maintenait, nous guidait, nous réconfortait s'effondre. Notre vie se vide de son sens. Ce passage intensément émotionnel, psychique, physique et spirituel, cette profonde crise existentielle, est en fait une poussée d'évolution. Elle nous amène à quitter qui nous avons été pour renaître. Marie Lise Labonté nous guide dans ce cheminement, en apportant des clés de compréhension à nos bouleversements intérieurs. Elle nous transmet des outils, mis en œuvre avec ses patients et inspirés de la nuit noire qu'elle a elle-même traversée. Un livre inspirant pour aller vers qui nous sommes profondément et revenir dans la lumière. (Ed. Guy Trédaniel, 148 pages)



LARCHER Aurore – LA CONSCIENCE ÉVEILLÉE

Nos ancêtres maîtrisaient des capacités insoupçonnées : prémonition, dissociation du corps physique, voyage astral, connaissance de la nature et de la psychologie humaine... Ils distillaient par voie métaphorique des notions d'éveil dans leurs mythes et leurs symboles, que nous délaissons aujourd'hui. Pourtant, quand la vie bascule, nous trouvons apaisement et espoir dans les écritures anciennes. Les légendes d'Isis et d'Osiris ou de Shiva et Parvati, le yin et le yang, le caducée ou encore l'arbre de vie retracent, chacun à sa façon, les étapes de l'éveil. Cet ouvrage entremêle l'analyse des mythes et symboles avec les découvertes scientifiques récentes. (Ed. Dervy, 156 pages)

LARCHER Aurore – ÉCOUTE TON ÂME, ELLE TE PARLE

Il existe des secrets enfouis dans les symboles et les mythes, des énigmes sacrées que d'anciens sages nous ont léguées pour nous guider vers notre âme. Comme l'entrevoyait le psychanalyse C.G. Jung, pénétrer dans les arcanes des symboles permet de nourrir son âme et de cheminer sur une route empruntée par les dieux de l'Olympe ! Car les symboles nous relient au monde subtil de l'âme, nous ouvrent les portes d'une véritable expérience initiatique nous menant vers notre moi profond. Dans cet ouvrage, Aurore Larcher vous propose un cheminement sur la voie de votre Âme à travers 12 étapes pour vous diriger vers l'Essentiel. (Ed. Guy Trédaniel, 205 pages)