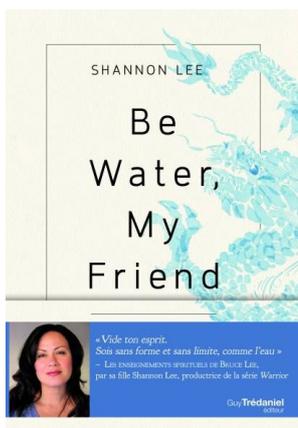
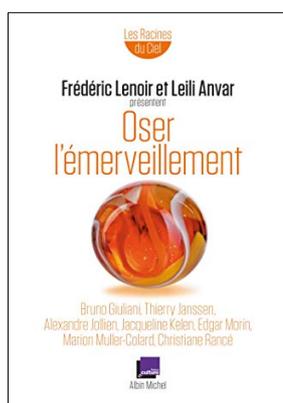


DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



LEE Shannon – BE WATER, MY FRIEND

Shannon Lee présente les concepts au cœur de la philosophie de son père et montre en quoi ils sont les outils privilégiés du développement personnel et de l'accomplissement de soi. Les enseignements de Bruce Lee sont ainsi égrenés au fil des chapitres, filant la métaphore de l'eau et de la fluidité. "Être comme l'eau", c'est se rapprocher de sa nature essentielle, incarner la souplesse et le naturel, se réapproprier son autonomie, son expressivité et sa liberté. Shannon Lee livre ces idées de manière simple, directe et poétique, à travers des anecdotes de la vie de son père et de son propre parcours. (Ed. Guy Trédaniel, 219 page)



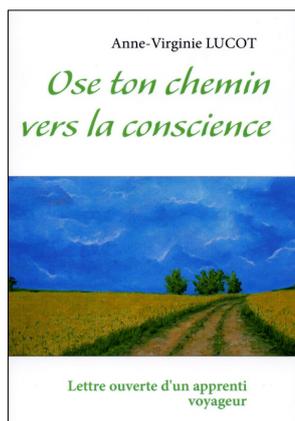
LENOIR Frédéric et Leïli ANVAR – OSER L'ÉMERVEILLEMENT

Et si l'émerveillement était le chemin le plus sûr pour revenir à la lucidité ? Philosophes, psychologues, théologiens et auteurs proposent dans ce livre de redécouvrir l'horizon des possibles. Un changement de regard qui invite à saisir la force dans la faiblesse pour Alexandre Jollien, à voir l'humain véritable dans l'humain ordinaire avec Edgar Morin, à trouver le bonheur grâce au sens que l'on donne à son existence avec Thierry Jansen, à accéder à l'Autre Dieu, celui dont je n'attends rien, pour Marion Muler-Collard, à expérimenter l'extase d'une prière pour Christiane Rancé, à goûter l'infini du désir pour Jacqueline Kelen, et à parier sur la béatitude philosophique avec Bruno Giuliani. L'émerveillement est une audace. Celle de vivre ces vies plus intenses que tissent parfois nos rêves. (Ed. Albin Michel, 210 pages)



LOPVET Franck – TON AUTRE VIE

Dans ce livre, je retrace le chemin qui menait à mon « autre vie ». Il est empruntable par tout le monde, il ne mène ni au bonheur ni à la joie, pas même à la sérénité. Il va bien plus loin : il mène à « ton autre vie ». Et si vous vous acceptiez tel que vous êtes ? Ni bon, ni mauvais. Juste vous-même. Ce livre explore en douceur de nouvelles voies de rencontres avec soi, qui échappent volontairement aux doctrines traditionnelles du développement personnel. Ici, chacun est à même de retrouver sa vraie place et de découvrir comment il est possible, non pas de réussir sa vie mais d'être la vie, dans toute sa largeur. (Ed. Eyrolles, 181 pages)

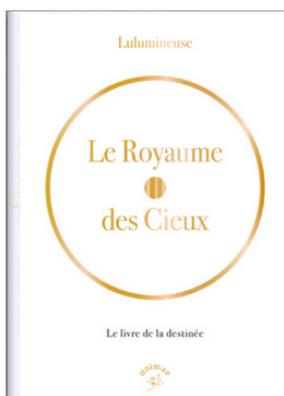


LUCOT Anne-Virginie – OSE TON CHEMIN VERS LA CONSCIENCE

Cet ouvrage se veut simple, court et accessible et se trouve au confluent du développement personnel et de la spiritualité, des principes de la loi d'attraction et d'une réflexion sur soi et sur la vie. Anne-Virginie Lucot se passionne depuis toujours pour tout ce qui a trait aux étapes d'évolution de l'être au cours de son cheminement de vie. Elle aime associer les voies du développement personnel, les démarches thérapeutiques et le chemin de la spiritualité. (Ed. Books on Demand, 111 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)

LULUMINEUSE – LE ROYAUME DES CIEUX



Imaginez un cercle, symbole d'harmonie et d'unité. Au centre de ce cercle vibrant se trouve le Royaume des Cieux, là où résident les vérités les plus profondes. Dans ce centre, toutes les contradictions s'évanouissent. Pour y entrer, il vous faut élever votre regard au-delà des illusions de ce monde. Déposez vos doutes et vos peurs. Chaque pas à travers la vallée des ombres vous rapprochera de cette source infinie de lumière. Abandonnez le superflu, et l'esprit trouvera sa voie. Ici, le temps est illusion, chaque instant une oeuvre d'art, chaque souffle une prière. C'est là que l'âme retrouve son essence, où les liens d'amour se renforcent, et les esprits s'élèvent. Mais prenez garde, car ce chemin est parsemé d'épreuves. Les distractions tenteront de vous détourner et chaque obstacle est une invitation à vous surpasser. (Ed. Anima, 286 pages)



MACÉ Lilou – J'AI PERDU MON JOB ET ÇA ME PLAÎT

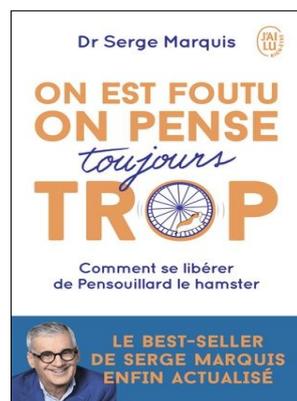
Lilou vient de perdre son emploi. L'heure est venue pour elle de mettre ses croyances à l'épreuve : en ces temps de crise, parviendra-t-elle à utiliser la Loi de l'Attraction pour trouver le job de ses rêves et aider à son tour des millions d'autres gens ? Lilou nous offre 30 jours de son journal intime, à partir du moment où elle a été licenciée. Le lecteur suit ainsi son itinéraire atypique, drôle et souvent émouvant, semé d'embûches mais aussi de révélations. (Ed. Guy Trédaniel, 295 pages)



MACÉ Lilou – JE N'AI PAS D'ARGENT ET ÇA ME PLAÎT

A la fin de son premier livre, Lilou exprimait qu'elle se sentait "au sommet". Dans la suite de ses aventures, elle se rend compte qu'elle avait seulement atteint un plateau. Il lui faudra encore du courage et de la détermination pour poursuivre l'ascension jusqu'au vrai sommet. Elle devra être prête à ouvrir son coeur et à se montrer émotionnellement vulnérable, pour que l'abondance arrive. Sur son chemin vers la réalisation de soi, Lilou connaîtra de nombreux détours et vivra de multiples synchronicités. (Ed. Guy Trédaniel, 243 pages)

MARQUIS Serge (Dr) – ON EST FOUTU ON PENSE TOUJOURS TROP



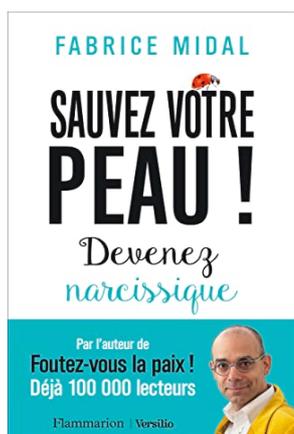
Il s'appelle Pensouillard, c'est un hamster. Il court encore et toujours à l'intérieur de votre tête. Il vous empêche d'être heureux et de dormir car il ne cesse de répéter : "Que vont-ils penser de moi ? Pourquoi moi ? Personne ne me comprend !" Derrière son tapage incessant se cache votre ego. Face aux petits bobos et aux gros problèmes de la vie, il vous fait souffrir, vous leurre et vous empêche d'être libre. Comment le remettre à sa place et se libérer des pensées qui polluent votre quotidien ? Le Dr Serge Marquis vous invite à observer les mouvements du mental qui vous ronge et à le ralentir pour trouver la paix. L'auteur vous guide sur le chemin libérateur de la décroissance personnelle. Grâce à des exercices pratiques et ludiques, apprenez qu'il suffit d'une seconde pour cesser d'être l'esclave de votre hamster ! (Ed. J'ai Lu, 253 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



MIDAL Fabrice – FOUTEZ-VOUS LA PAIX ! ET COMMENCER À VIVRE

« Cessez d'obéir = Vous êtes intelligent. Cessez d'être calme = Soyez en paix. Cessez de vouloir être parfait = Acceptez les intempéries. Cessez de rationaliser = Laissez faire. Cessez de vous comparer = Soyez vous-même. Cessez d'avoir honte de vous = Soyez vulnérable. Cessez de vous torturer = Devenez votre meilleur ami. Cessez de vouloir aimer = Soyez bienveillant. » Un livre extrêmement libérateur et déculpabilisant. (Ed. Flammarion, 187 pages)



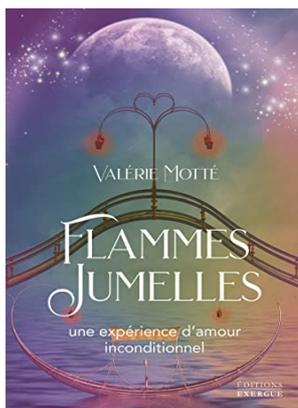
MIDAL Fabrice – SAUVEZ VOTRE PEAU ! Devenez narcissique

Vous avez l'impression de vous sacrifier pour les autres. Vous avez le sentiment de vous exploiter, de vous maltraiter. Vous n'osez pas dire non." Dans ce livre, je 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. Comme moi, sauvez votre peau, devenez narcissique !" (Ed. Flammarion, 179 pages)



MONTAUD Bernard & Sanjy RAMBOATIANA – CÉSAR L'IMPARFAIT HEUREUX

C'est l'histoire d'un homme, Bernard Montaud/Jacques, qui avait rencontré son éclaircur, Gitta Mallasz/César. Celui-ci avait changé sa vie de fond en comble. Jacques a mûri, César est mort. Jacques a pris sa suite pour perpétuer son enseignement. Au travers de 25 chroniques, de jeux et de courts enseignements, Jacques décrit cette femme ou cet homme meilleur que nous aspirons tous à devenir. Il nous dit comment il agit dans sa vie ordinaire ou encore comment il voit le monde. Il est devenu à son tour un vieux sage, un César qui accueille des élèves pour partager les secrets de son maître. (Ed. Dervy, 300 pages)



MOTTÉ Valérie – FLAMMES JUMELLES

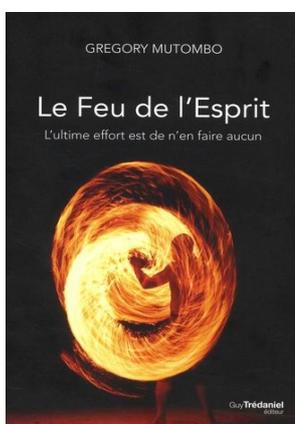
En cette période de grandes transformations énergétiques où le sombre et la lumière s'affrontent de façon visible et invisible, les voiles tombent pour révéler l'authenticité et l'intégrité de chacun. L'heure est au choix, celui de notre âme. Il nous est demandé de nous positionner en conscience. Dans cet ouvrage, vous découvrirez le parcours initiatique des flammes jumelles, un chemin vers la connaissance de soi, un long travail d'acceptation, de guérison, de résilience, de sagesse et d'amour infini. Au fil des pages, Valérie Motté décrit avec sensibilité cette relation perturbante et souffrante, mais ô combien belle et spirituelle, en invitant le lecteur à une introspection sur la nature de ses liens amoureux. (Ed. Exergue, 194 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



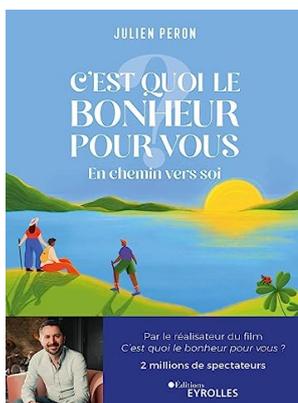
MURPHY Joseph (Dr) - TRIOMPHEZ DE VOUS-MÊME ET DES AUTRES

Tout ce que vous pensez s'imprime dans votre subconscient, et le subconscient y obéit à la lettre en créant la vie correspondant à vos croyances. Il est donc essentiel de prêter une grande attention à vos pensées et à votre imagination. Lorsque l'on comprend le fonctionnement de l'esprit et que l'on applique les lois spirituelles qui régissent l'univers, nous pouvons, connue par magie, changer le cours de notre vie. Vous aussi découvrez les méthodes, techniques et prières exactes qui vous permettront de réveiller les immenses potentiels qui sommeillent en vous et de résoudre toutes les situations. (Ed. J'ai Lu, 248 pages)



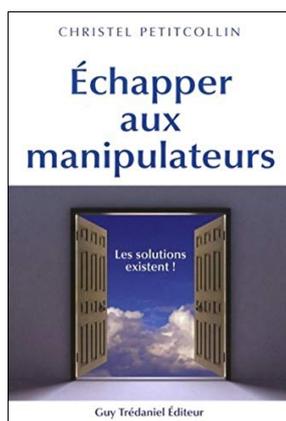
MUTOMBO Gregory - LE FEU DE L'ESPRIT

Tout en ramenant à la simplicité, à l'essentiel, au coeur, Le Feu de l'Esprit nous montre l'inanité des quêtes de soi requérant de longs apprentissages et de lourds sacrifices ou comportant l'idée d'étapes, de dépassement, de performance, d'objectif, de réussite et d'échec. Jusqu'à ce que le concept même de quête, en définitive, nous apparaisse complètement saugrenu... Puisque nous n'avons jamais cessé d'être ce que nous sommes vraiment mais juste feint de l'oublier, nous abandonner à ce Feu de l'Esprit n'exige rien. Et le plus grand des paradoxes de se révéler ainsi : c'est seulement lorsque cesse notre dernier effort tenté pour vivre l'unité que nous pouvons enfin la réaliser. (Ed. Guy Trédaniel, 285 pages)



PERON Julien - C'EST QUOI LE BONHEUR POUR VOUS

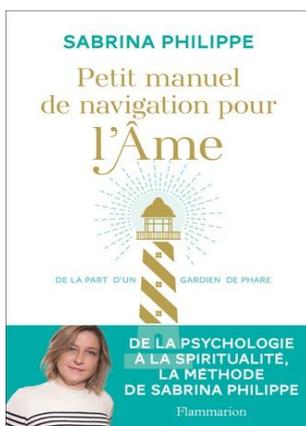
Connaissez-vous ce sentiment ? Cette impression soudaine de sonner juste, d'être profondément en phase avec vous-même. Tout à coup, nous nous sentons juste bien. Lorsque vous êtes en harmonie avec vous-même, vous êtes en accord avec l'ensemble des personnes qui vous entourent, et vos désirs et vos sentiments sont en lien direct avec ce que vous faites ou entreprenez. Cette aptitude à être en accord avec soi, nous pouvons tous la développer et l'entretenir durablement et vous êtes la personne la mieux qualifiée pour savoir ce qui est bon pour vous. J'ai à coeur de vous partager modestement mon histoire personnelle, ainsi que tous les outils que j'ai mis en place dans mon quotidien pour vivre, au fil du temps, une vie plus éclairée. (Ed. Eyrolles, 205 pages)



PETITCOLLIN Christel - ÉCHAPPER AUX MANIPULATEURS

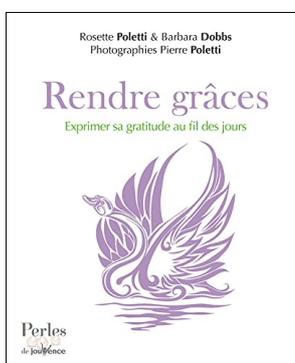
La manipulation mentale est de plus en plus présente dans la vie quotidienne : chantage affectif familial, jeux de pouvoir au travail, domination individuelle dans le couple, forte influence d'un ami... Il existe une catégorie d'individus nuisibles et destructeurs dont le but reste le même à travers les siècles : satisfaire leurs priorités à nos dépens. Leurs techniques - simples et sophistiquées à la fois - sont d'une redoutable efficacité. Ainsi, de nombreuses personnes vivent une relation d'emprise ou de harcèlement sans même le savoir. Elles sont angoissées, stressées, désorientées, parce qu'un manipulateur dans leur entourage, tel un vampire, les vide de leur énergie. C'est pour ces victimes d'emprise et de manipulation au quotidien que j'ai écrit ce livre. (Ed. Guy Trédaniel, 211p)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



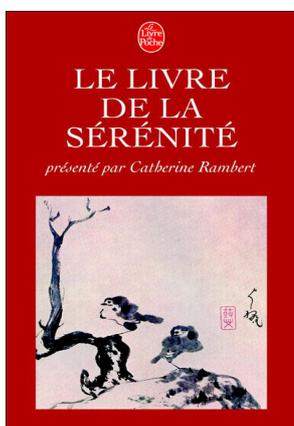
PHILIPPE Sabrina – PETIT MANUEL DE NAVIGATION POUR L'ÂME

Psychologue de métier, Sabrina Philippe s'est donnée pour mission principale la recherche de la connaissance de soi et la transmission de son savoir. Elle en propose ici la quintessence. Cet ouvrage est un manuel de développement psychospirituel, offrant un chemin thérapeutique et initiatique pour aller vers un mieux-être en 25 étapes incontournables et indispensables à toute transformation. S'inspirant de l'univers maritime, l'auteur guide le lecteur sur les flots de sa vie. (Ed. Flammarion, 215 pages)



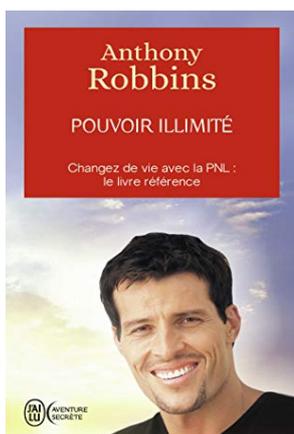
POLETTI Rosette – RENDRE GRÂCES

La vie dans sa diversité, son éclat, multiple, énigmatique, fulgurante, laborieuse parfois, la vie heureuse, étonnante, consciente et instinctive, la vie mystérieuse, source infinie de nos questions, de nos espoirs et de nos doutes, la vie quoi ! Cette vie est un présent, un don à nul autre pareil. Ce livre nous invite à nous étonner de notre quotidien pour y déceler le miracle de l'instant, la profondeur légère du temps et goûter à la joie d'un "Merci" énoncé, partagé, libéré et reconnaissant ! (Ed. Jouvence, 159 pages)



RAMBERT Catherine – LE LIVRE DE LA SÉRÉNITÉ

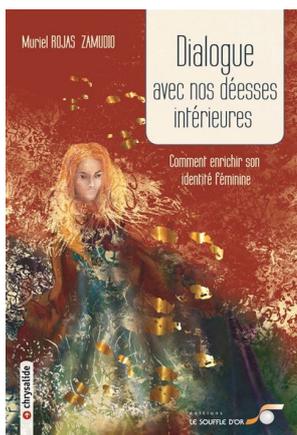
«Il n'y a qu'un devoir, c'est d'être heureux», s'exclamait Diderot. Oui, mais qu'est-ce que le bonheur ? Où cela se trouve-t-il ? Toutes les cultures, toutes les philosophies ont voulu aider l'être humain à conjurer ses peurs et ses haines, à trouver le point d'équilibre entre le moi, l'autre, le monde, pour instaurer en lui-même et autour de lui la sérénité. Philosophes, moralistes, écrivains, de Confucius à Oscar Wilde, d'Épicure à Schopenhauer, nous donnent ici le meilleur d'eux-mêmes : ces aphorismes pleins d'une lucidité souvent souriante, à savourer longuement pour en recueillir les bienfaits. (Ed. Le Livre de Poche, 253 pages)



ROBBINS Anthony – POUVOIR ILLIMITÉ. Changez de vie avec la PLN

Les stratégies et les techniques de programmation neurolinguistique qu'il révèle vous permettront d'atteindre une qualité de vie insoupçonnée sur un plan privé et professionnel. Pas à pas, vous développerez une plus grande aisance dans vos relations et vos communications ; vous vous débarrasserez en quelques minutes de vos peurs et phobies ; vous contrôlerez vos émotions et obtiendrez une forme physique exceptionnelle ; vous atteindrez une liberté financière et personnelle qui vous permettra de réaliser vos projets et bien plus encore. Avec l'aide d'un des plus grands consultants et coachs au monde, Anthony Robbins, donnez-vous les moyens de vos ambitions et décidez d'avoir enfin la vie dont vous avez toujours rêvé. (Ed. J'ai Lu, 506p)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



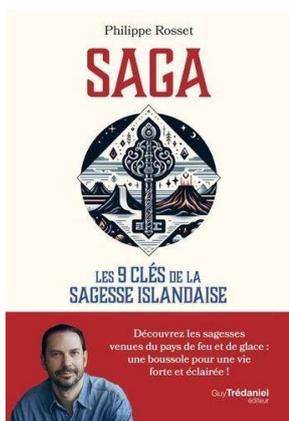
ROJAS ZAMUDIO Muriel – DIALOGUE AVEC NOS DÉESSES INTÉRIEURES

Nous sommes toutes guerrière, chasseuse, avec notre dose de sexualité, d'amour, notre attachement au foyer, à la fécondité, à la Terre... En chacune de nous respirent les déesses. A nous de découvrir la composition de notre identité féminine... Chaque déesse vit en nous pour le pire ou le meilleur, mais les (re)connaissons-nous ? Et au-delà, pouvons-nous dialoguer avec nos déesses, Artémis, Athéna, Hestia, Héra, Déméter, Perséphone, Aphrodite ? Muriel Rojas Zamudio, dans ce manuel pratique, nous conduit à élargir notre vision du féminin aux regards des archétypes des déesses grecques selon les travaux théoriques de la psychiatre et psychanalyste jungienne Jean Shinoda Bolen. (Ed. Le Souffle d'Or, 149 pages)



ROSENBERG Marshall B. – ÊTRE VRAIMENT SOI, AIMER PLEINEMENT L'AUTRE !

La plupart d'entre nous pense que l'amour est une émotion forte, une passion, un sentiment plutôt passif nous liant à une autre personne. La CNV de Marshall Rosenberg nous invite à nourrir une vision absolument différente de l'amour, l'amour, c'est quelque-chose que l'on réalise, que l'on agit, quelque-chose que l'on donne librement avec son cœur. Il s'agit d'apprendre comment exprimer ce que l'on ressent, ce dont on a besoin, à l'autre, partenaire, ami, membre de la famille, sans fard et en toute authenticité, avec pour seule fin de révéler ce qui est essentiel et vivant en nous et pour nous. (Ed. Jouvence, 151 pages)



ROSSET Philippe – SAGA – Les 9 clés de la Sagesse Islandaise

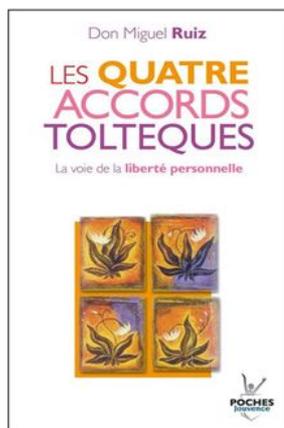
Bienvenue au cœur de l'Islande, une terre où le réel se mélange à l'extraordinaire, où la nature rugit sa puissance et où les secrets d'une sagesse ancestrale attendent d'être révélés. À travers cet ouvrage inspiré, Philippe Rosset vous invite à : - Vivre un voyage initiatique en transcendant les défis de la vie avec courage et détermination. - Découvrir les 9 clés de la sagesse islandaise. - Vous transformer avec les 81 mantras islandais accompagnés d'une explication détaillée et d'anecdotes sur les lieux et les légendes de l'Islande qui vous offriront les outils pour forger votre propre saga. *Saga* est bien plus qu'un livre : c'est une expérience de croissance personnelle, qui vous emmène au plus profond de votre âme et vous invite à devenir le héros de votre histoire. (Ed. Guy Trédaniel, 253 pages)



RUBEI Ilaria – CACAO SACRÉ

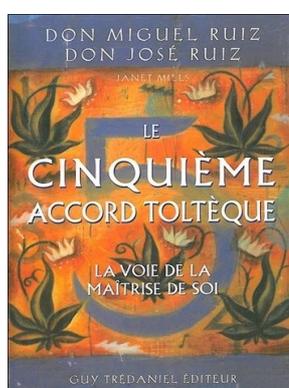
Le cacao est une plante enseignante, un allié précieux qui nous invite à éclairer ce qui a besoin d'être vu, d'être transmuté, en fonction de notre sensibilité et de notre histoire singulière. Ilaria Rubei propose le guide de référence pour toute personne qui souhaite prendre du cacao et bénéficier de ses bienfaits. Quel cacao privilégier ? Comment bien se préparer ? Y a-t-il des risques dans la prise d'une telle plante ? Autant de questions auxquelles répond Ilaria Rubei. Elle transmet dans son livre, en synergie avec le cacao, une invitation à l'allégresse. Le cacao est une plante qui nous aide à mettre fin aux conditionnements limitants. Ainsi, nous accédons à un état de joie qui est moins conditionné aux circonstances extérieures. (Ed. Véga, 257 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



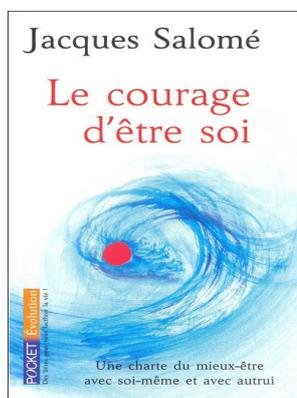
RUIZ Don Miguel – LES QUATRE ACCORDS TOLTEQUES

Les quatre accords toltèques propose de nous libérer de la pression quotidienne -énergie sournoise et contre-productive inventée de toute pièce par l'homme moderne- responsable de nombreuses souffrances physiques et psychologiques. Don Miguel Ruiz explique comment les sociétés contemporaines nourrissent les corps et les esprits par la peur du lendemain et limitent ainsi nos facultés à percevoir le sentiment de liberté. Cet essai n'impose aucune doctrine mais il conseille sur les voies à emprunter pour envisager une quête vers le bonheur. (Ed. Jouvence poche, 125 pages)



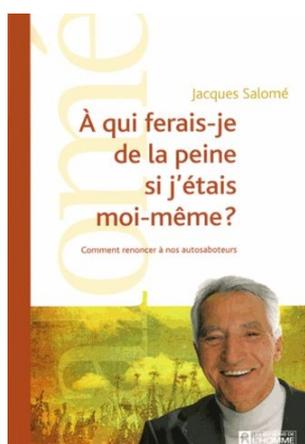
RUIZ Don Miguel – LE CINQUIÈME ACCORD TOLTÈQUE

Aidé de son fils Don José Ruiz, Don Miguel jette une nouvelle lumière sur Les Quatre Accords Toltèques, auxquels ils en ajoutent ensemble un cinquième très puissant. Le Cinquième Accord Toltèque nous donne accès à un niveau de conscience de la puissance du Soi encore plus puissant qu'avant, nous restituant du même coup l'authenticité avec laquelle nous sommes venus au monde. Dans cette suite, les Ruiz nous remettent en mémoire le plus grand cadeau que nous puissions nous faire : la liberté d'être qui nous sommes vraiment. En nous donnant les outils pour y parvenir. (Ed. Guy Trédaniel, 246 pages)



SALOMÉ Jacques – LE COURAGE D'ÊTRE SOI

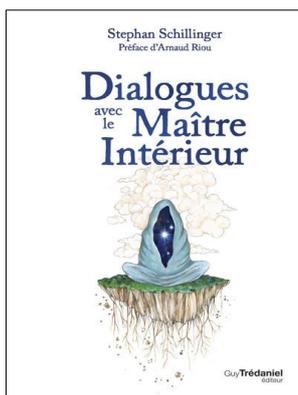
Cet ouvrage de Jacques Salomé nous initie à l'art de communiquer en conscience. Il nous propose, entre autres, quelques repères pour : Explorer les zones d'ombre de notre personnalité qui nous enchaînent dans notre relation avec autrui et avec nous-même. Apprendre à surmonter les violences, les blessures et les souffrances. Sortir des fidélités contraignantes et aller de la fidélité à l'autre à la fidélité à soi. Vivre les deuils successifs de notre existence et en sortir plus grand. Découvrir l'espérance spirituelle qui est en chacun de nous. (Ed. Pocket, 217 pages)



SALOMÉ Jacques – A QUI FERAIS-JE DE LA PEINE SI J'ÉTAIS MOI-MÊME ?

Dans cet ouvrage argumenté, nourri d'exemples dans lesquels chacun pourra se reconnaître, Jacques Salomé nous interpelle au plus vif de nous-mêmes. Il nous met en garde contre les autosaboteurs qui conduisent à dire ou à faire ce que nous ne souhaitons pas. La fonction la plus évidente des autosaboteurs est de nous amener à produire des comportements, à prononcer des paroles, à s'engager ou à se lancer dans des projets qui ne correspondent pas du tout à nos aspirations réelles, à notre être profond. C'est en les reconnaissant, en recherchant à quel moment de notre histoire, dans quelle relation significative et avec quel enjeu caché ils sont entrés dans notre existence que nous pourrons nous en libérer et accéder ainsi au meilleur de nous-mêmes. (Ed. de L'Homme, 217 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



SCHILLINGER Stephan – DIALOGUES AVEC LE MAÎTRE INTÉRIEUR

A travers des dialogues insolites et subversifs, riches en enseignements, il nous invite à remettre en question nos certitudes et à explorer le Grand Mystère de notre passage sur terre et des relations que nous y nouons. Dans cet ouvrage, l'élève incarne notre quête incessante de vérité et de compréhension, tandis que le maître symbolise cette sagesse intérieure qui réside en chacun de nous et qui, bien au-delà de l'accumulation de savoirs intellectuels, attend d'être éveillée. (Ed. Guy Trédaniel, 160 pages)



SEGUIN Valérie – ET SI JE LIBÉRAIS MON INTELLIGENCE INTUITIVE ET SPIRITUELLE ?

L'intelligence intuitive et spirituelle est l'une d'entre elles. Elle offre une nouvelle vision de soi et du collectif, permet de se sentir plus aligné avec ses convictions profondes et apporte une réponse face à la démotivation et au burn-out. C'est aussi une source d'espoir. À travers de nombreux entretiens, mais aussi les parcours de managers et de dirigeants d'entreprises, et les avis d'experts et médecins, cet ouvrage vous dévoile tous les axes d'amélioration sur lesquels l'intelligence intuitive et spirituelle va pouvoir agir. Découvrez tous ses bienfaits et comment elle peut vous permettre d'accéder à une vie intérieure plus confiante. (Ed. Eyrolles, 184 pages)



SEGUIN Valérie – ALLER À LA RENCONTRE DE SON ÂME

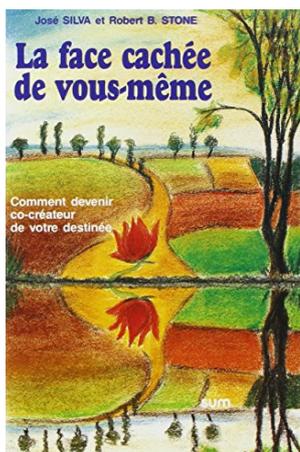
Jeune femme active et rationnelle, Valérie Seguin ne se doute pas, lorsqu'elle consulte une magnétiseuse à l'âge de trente ans, que débute alors un long cheminement spirituel qui va modifier sa vie entière et sa perception de ce qui l'entoure. Dans cet ouvrage, l'auteure partage son exploration des mondes invisibles, depuis la rencontre avec ses guides au contact avec les défunts en passant par des expériences saisissantes d'expansion de conscience. Accompagnée de neuroscientifiques, médecins, psychologues, philosophes, elle apporte un éclairage sur le chemin qui mène à notre âme et esquisse des pistes pour se relier à cette intériorité apaisée et apaisante, incroyable source d'énergie et de joie.



SERVAN-SCHREIBER Florence – 3 KIFS PAR JOUR

Un kif, c'est un événement, une rencontre, une sensation ou une image qui nous fait du bien et qui permet de cerner ce qui nous rend heureux. Formée à la psychologie humaniste, l'auteure présente dans cet ouvrage des idées, des conseils et des exercices qui proposent de voir les choses avec optimisme, de développer nos qualités plutôt que de corriger nos défauts, de nous rapprocher des autres et, surtout, de savourer la vie. (Ed. Poche-Marabout, 329 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



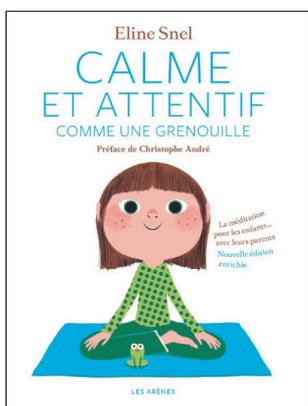
SILVA José & Robert B. STONE – LA FACE CACHÉE DE VOUS-MÊME

Seulement dix pour cent d'entre nous utilisent les deux hémisphères cérébraux d'une manière équilibrée. La plupart des individus cultivent l'hémisphère gauche, logique, du cerveau, et ignorent les prodigieuses ressources de l'hémisphère droit, créatif. Vous disposez maintenant de la clé vous permettant d'atteindre l'épanouissement complet de votre mental - et une stupéfiante transformation de votre existence ! Ce livre vous apprend à activer l'hémisphère droit de votre cerveau - et accéder à votre Intelligence Supérieure, à votre créativité et à vos ressources énergétiques. Vous découvrirez les techniques éprouvées de la Méthode Silva. Ce livre incroyable contient le programme simple et progressif qui mettra à votre service le pouvoir impressionnant de votre face cachée - et d'aborder un domaine créatif nouveau et palpitant. (Ed. Sum Le Hameau, 224 pages)



SINGER Christiane – OÙ COURS-TU ? NE SAIS-TU PAS QUE LE CIEL EST EN TOI ?

Où cours-tu ? Ne sais-tu pas que le ciel est en toi ? « *Il est difficile au milieu du brouhaha de notre civilisation qui a le vide et le silence en horreur d'entendre la petite phrase qui, à elle seule, peut faire basculer une vie : "Où cours-tu ?" Il y a des fuites qui sauvent la vie : devant un serpent, un tigre, un meurtrier. Il en est qui la coûtent : la fuite devant soi-même. Et la fuite de ce siècle devant lui-même est celle de chacun de nous. "Où cours-tu ?" Si au contraire nous faisons halte - ou volte-face alors se révélerait l'inattendu : ce que depuis toujours nous recherchons dehors veut naître en nous.* » (Ed. Albin Michel, 173 pages)



SNEL Eline – CALME ET ATTENTIF COMME UNE GRENOUILLE (+ Audio)

Les enfants d'aujourd'hui sont souvent agités, dispersés, stressés. Comment les aider à s'apaiser ? Comment leur apprendre à se concentrer ? La méditation est un outil simple et efficace. Elle s'adapte parfaitement aux besoins des petits et leur procure des bénéfices immédiats. Ce livre original et plein de charme propose de brefs exercices pour tous les jours. Il est destiné aux enfants de 5 à 10 ans et à leurs parents. (Ed. Les Arènes, 132 pages)



TANGUAY Virginie – L'APPEL DE L'ÂME

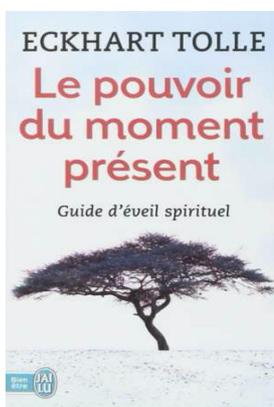
Virginie Tanguay, 35 ans, au parcours de vie compliqué, s'interroge sur sa Vérité, sa véritable nature. Elle nous livre son expérience et sa prise de conscience qui l'ont menée à un éveil spirituel. Cet ouvrage explore avec une grande honnêteté toutes les étapes de cet éveil : de la découverte de ses démons intérieurs à celle de sa mission de vie. Un chemin de l'ombre vers la lumière... Par son écriture sans filtre et sa méthode très personnelle ponctuée par des exercices réguliers, l'auteur nous invite à réaliser un voyage au cœur de la spiritualité. Un voyage au cœur de l'exploration de soi, qui transformera votre regard sur la vie, sur vous-même et sur les autres. (Ed. Flammarion, 333 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



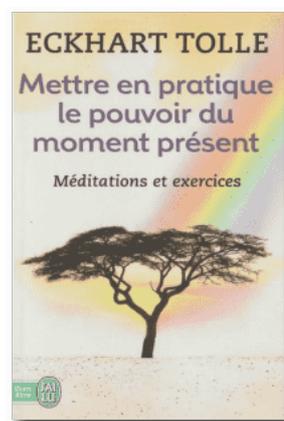
TLINASSIAA – PRATIQUER LA LOI DE L'ATTRACTION

Comprendre le fonctionnement de la loi de l'attraction pour mieux l'employer et enfin voir des changements dans sa vie... Qu'est-ce que la manifestation ? Qu'est-ce que le taux vibratoire ? Comment se libérer de nos blocages ? La loi de l'attraction est un sujet vaste et il peut être difficile de savoir par où commencer... Ce livre vous guidera dans votre découverte de la loi de l'attraction et de ses mécanismes. Pas à pas, l'auteur vous accompagne grâce à : - Des explications claires - Des exercices à réaliser dans le livre - Des vidéos de méditation Ce livre vous permettra de trouver vos méthodes et vous aidera à déterminer vos ambitions et vos objectifs. Vous saurez enfin comment mettre en place un plan d'action et vous y tenir ! (Ed. Nouvelles Energies, 175 pages)



TOLLE Eckhart – LE POUVOIR DU MOMENT PRÉSENT

Le pouvoir du moment présent est probablement l'un des livres les plus importants de notre époque. Son enseignement simple et néanmoins profond a aidé des millions de gens à trouver la paix intérieure et à se sentir plus épanouis dans leur vie. Au cœur de cet enseignement se trouve la transformation de la conscience: en vivant dans l'instant présent, nous transcendons notre ego et accédons à "un état de grâce, de légèreté et de bien-être". Ce livre a le pouvoir de métamorphoser votre vie par une expérience unique. (Ed. J'ai Lu, 253 pages)



TOLLE Eckhart – METTRE EN PRATIQUE LE POUVOIR DU MOMENT PRÉSENT

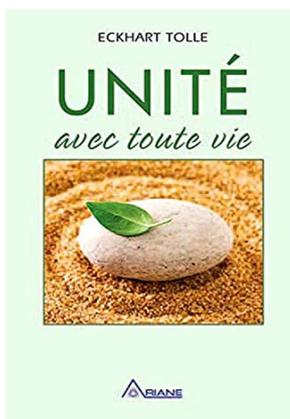
Le pouvoir du moment présent a aidé des millions de personnes à sortir de la prison de leurs pensées négatives et à vivre plus sereinement. Mettre en pratique le pouvoir du moment présent propose des exercices et des méditations essentielles qui vous aideront à ne plus tomber dans les schémas automatiques de la souffrance, des peurs et des jugements. Avec ce livre compagnon, vous apprendrez à devenir un observateur de vos pensées, à calmer votre esprit et à "habiter" votre corps. En pratiquant cette conscience du moment présent, vous accéderez à une source d'amour, de beauté et de joie qui vous libérera. (Ed. J'ai Lu, 151 pages)



TOLLE Eckhart – L'ART DU CALME INTÉRIEUR

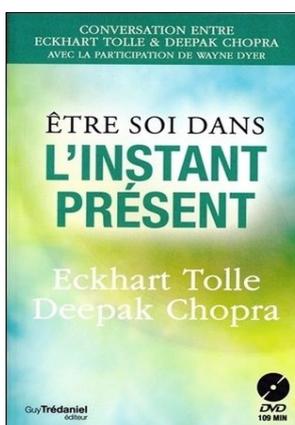
Pour Eckhart Tolle, le calme ne consiste pas en une simple absence de bruit. "Il est l'essence de toutes les galaxies et de tous les brins d'herbe ; de toutes les fleurs, de tous les arbres, de tous les oiseaux et de toutes les autres formes." En accédant à ce calme intérieur, nous nous alignons sur le pouvoir et l'intelligence de la vie elle-même. Dans cet état, il n'y a ni souffrance, ni peur, juste une source d'amour, de joie et de paix intensément vivante. L'art du calme intérieur nous connecte, quelque soit le moment de la journée, à notre essence en nous rappelant qui nous sommes et ce qui compte réellement. (Ed. J'ai Lu, 120 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



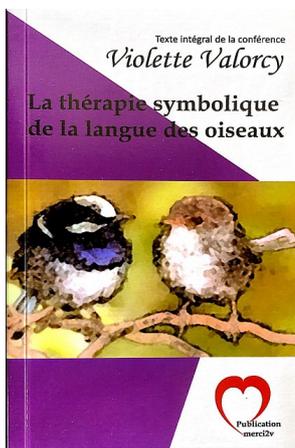
TOLLE Eckhart – UNITÉ AVEC TOUTE VIE

Dans "Nouvelle Terre", Eckhart Tolle décrit admirablement le fonctionnement de notre état de conscience actuel, fondé sur l'ego. Ce livre a pour but de susciter une transformation de la conscience, un éveil. Une part essentielle de cet éveil est la reconnaissance de l'ego et de notre attachement aux choses, à notre passé et à nos ennemis. Pour cette nouvelle édition, l'auteur a choisi les passages et les paragraphes essentiels et précieux, ceux auxquels il accorde la plus grande importance. (Ed. Ariane, 161 pages)



TOLLE Eckhart et Dr Deepak CHOPRA – ÊTRE SOI DANS L'INSTANT PRÉSENT

Comment s'immerger dans l'instant présent ? Comment être soi à chaque instant ? Ce livre vous invite à suivre une conversation des plus captivantes entre Eckhart Tolle et Deepak Chopra. A travers un passionnant dialogue, ils nous exposent leurs points de vue sur des thèmes aussi essentiels que l'amour universel, le dépassement de l'ego ou encore le lien corps-esprit, nous offrant des réponses claires et accessibles à bon nombre des questions que nous nous posons. Nous enjoignant à mieux nous ancrer dans le présent, ils nous livrent de précieuses clés pour une vie plus harmonieuse, plus authentique et, surtout, plus en accord avec qui nous sommes vraiment. (Ed. GuyTrédaniel, 74 pages)



VALORCY Violette – LA THÉRAPIE SYMBOLIQUE DE LA LANGUE DES OISEAUX

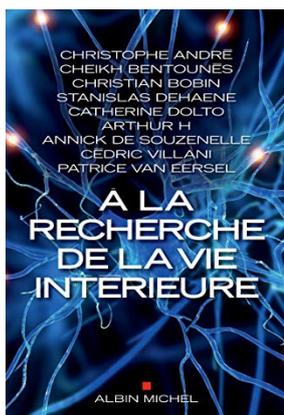
La langue des oiseaux, langage alchimique par excellence, verbe originel, celui où tout commence et tout finit. Derrière les mots se cachent les maux. La thérapie symbolique de la langue des oiseaux, c'est l'art de décoder les symboles en jouant avec les mots, en quête du graal, Saint bol alchimique pour enfin se gai-rire et cesser de se soi-nier. (Ed. merci2V, 69 pages)



VALORCY Violette – QUAND ON N'A QUE L'ÂME-OUR – Le lien Divin énergétique des Civilisations

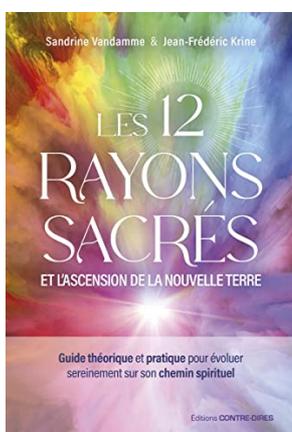
Quand on n'a que l'Âme-our – Le lien divin énergétique des civilisations vous offre une opportunité de réfléchir profondément au sens de la vie. Il illuminera votre compréhension sur la signification de l'existence et vous guidera vers un nouveau paradigme de bien-être. (Ed. Le Lys Bleu, 186 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



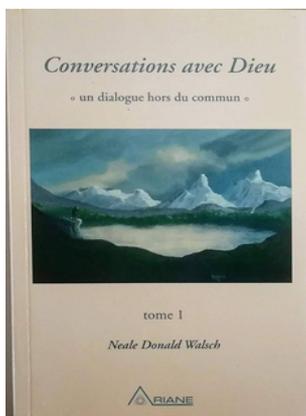
VAN EERSEL Patrice – A LA RECHERCHE DE LA VIE INTÉRIEURE

Qu'est-ce que la vie intérieure ? En avez-vous une ? Si oui, peut-on la cultiver ? N'est-elle pas à la fois la source de nos pensées, de nos sentiments et de nos intuitions, mais aussi de toute création et de toute spiritualité ? Patrice van Eersel nous guide à travers enquête passionnante, qui progresse au fil de ses dialogues avec huit personnalités remarquables. Un voyage inédit vers ce que chacun porte d'essentiel et d'unique. (Ed. Albin Michel, 218 pages)



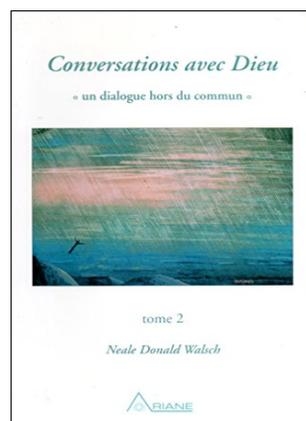
VANDAMME Sandrine & Jean-Frédéric KRINE – LES 12 RAYONS SACRÉS et l'ascension de la Nouvelle Terre

Laissez-vous emporter dans une aventure initiatique, et développez vos capacités psychiques et spirituelles afin de devenir la meilleure version de vous-même. Au fil des pages de ce guide à la fois pratique et théorique, vous découvrirez ou redécouvrirez des enseignements parfois oubliés, de nouvelles pistes de réflexions, des exercices et des pratiques énergétiques ou spirituelles, qui vous aideront à acquérir toutes les connaissances utiles au quotidien et essentielles au développement d'une spiritualité saine. Vous comprendrez ainsi tous les mécanismes de l'évolution spirituelle afin de vous reconnecter au divin qui réside au plus profond de vous. (Ed. Contre-Dires, 283 pages)



WALSCH Neale Donald – CONVERSATIONS AVEC DIEU – T1

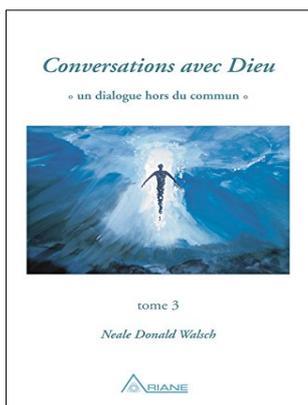
Neale Donald Walsch approche la cinquantaine et fait le bilan de sa vie : il vient de perdre son travail, ses quatre mariages se sont soldés par des échecs et sa santé est défaillante. Pris de colère, il écrit une lettre pleine de doutes à Dieu. Et là, le miracle se produit ! "Dieu" lui répond de façon claire et compréhensible. Un entretien qui durera plusieurs années, où les questions les plus intimes et les plus énigmatiques trouveront réponse : Pourquoi l'homme doit-il souffrir ? Qu'est-ce que le bien et le mal ? Les interrogations troublantes que pose cet ouvrage ne doivent pas faire oublier sa haute teneur spirituelle. (Ed. Ariane, 214 pages)



WALSCH Neale Donald – CONVERSATIONS AVEC DIEU – T2

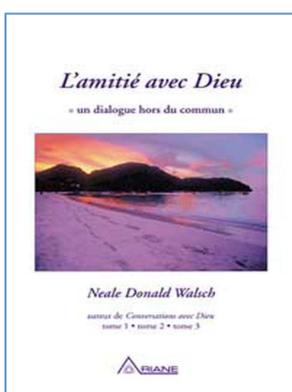
Constitué de trois tomes indissociables, Conversations avec Dieu aborde des sujets essentiels comme l'amour, le bien et le mal, la sexualité, la politique, les guerres, l'éducation..., et éclaire d'un jour nouveau les injustices, les inégalités et les jeux de pouvoir qui divisent les hommes depuis la nuit des temps. Dans ce deuxième tome, découvrez des idées bouleversantes et passionnantes qui changeront radicalement votre façon de voir la vie et le monde qui vous entoure. Conversations avec Dieu est une trilogie dont le succès a eu un retentissement mondial. (Ed. Ariane, 265 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



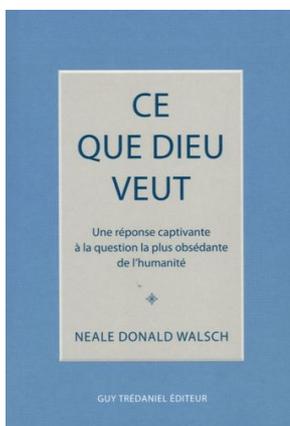
WALSCH Neale Donald – CONVERSATIONS AVEC DIEU – T3

Neale Donald Walsch poursuit dans ce troisième tome de Conversations avec Dieu son incroyable dialogue et nous livre un message sacré et spirituel. Alors que les deux premiers volumes traitent de sujets personnels et planétaires, ce dernier tome de la série nous offre des vérités universelles et répond à des questions brûlantes : Que se passe-t-il lorsque nous mourons ? Sommes-nous seuls dans l'univers ? Existe-t-il d'autres dimensions ? Qui est Dieu ? Écrit dans une langue limpide et profonde, Conversations avec Dieu-3 vous réconciliera avec vous-même et avec la vie. (Ed. Ariane, 401 pages)



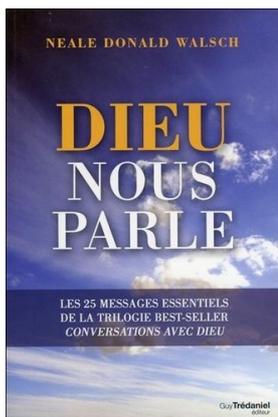
WALSCH Neale Donald – L'AMITIÉ AVEC DIEU

Votre relation avec moi n'est pas différente de vos autres relations. Chacune d'elles commence par une conversation. Si cela se déroule bien, vous formez une amitié. Et si cela aussi se passe bien, vous éprouvez un sentiment d'Unité - de communion - avec l'autre personne. Avec moi, cela se déroule exactement de la même manière. Chacun de vous vit ses conversations avec Dieu à sa façon. Ce peut être une conversation " dans votre tête ", ou sous la forme de la prochaine chanson que vous entendrez ou dans les propos inattendus d'un ami que vous venez tout juste de croiser " par hasard " dans la rue. Une fois qu'il sera clair pour vous que nous sommes toujours en conversation, nous pourrons alors passer à l'amitié. En définitive, nous connaissons la communion. (Ed. Ariane, 327 pages)



WALSCH Neale Donald – CE QUE DIEU VEUT

La plupart d'entre nous en ont assez de la violence, de la terreur et des querelles qui agitent notre monde. Nous en avons également assez de nos relations imparfaites, de nos carrières qui ne décollent pas ou des rêves que nous ne réalisons pas. La race humaine est à bout de souffle. Pourquoi l'Homme en est-il arrivé-là ? Existe-t-il une autre voie ? Ce que Dieu veut est un livre qui transforme profondément ceux qui le lisent. Il prouve que nous pouvons faire de nouveaux choix et réorienter le cours de nos existences pour devenir enfin libres et heureux. (Ed. Guy Trédaniel, 258 pages)



WALSCH Neale Donald – DIEU NOUS PARLE

Après le succès phénoménal de la trilogie "Conversations avec Dieu" - des millions de livres vendus à travers le monde ! -, beaucoup de lecteurs de espéraient une œuvre plus concise éclairant l'essentiel de sa spiritualité et, surtout, permettant de la mettre en pratique. C'est enfin chose faite. Dans ce livre, l'auteur nous dévoile 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. (Ed. Guy Trédaniel, 385 pages)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL – QUÊTE INTÉRIEURE (Livres réservés aux adhérents)



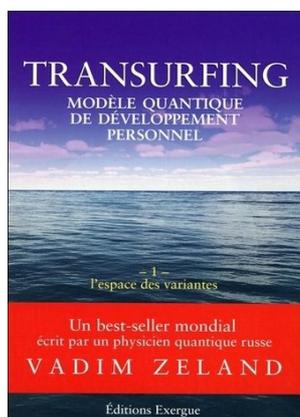
WALTER Gaëtan – 7 PROPOSITIONS D'ÉCRITURE THÉRAPEUTIQUE

L'égo est, selon les Anciens, la somme de nos émotions et la source de toutes nos souffrances. L'auteur a trouvé sa méthode : "meta hodos" (suivre une voie pour le perdre en chemin). C'est avec humour, amour et sagesse que Gaëtan WALTER a conceptualisé sept exercices littéraires, inspirés du Grand-Œuvre alchimique, pour notre libération et notre Bonheur. Sept exercices agrémentés de petits "mets sages" (messages) qui sauront sans nul doute égayer votre appétit d'intelligence bien comprise : celle du Petit Prince. Celle du cœur (voie du milieu). L'auteur vous emmène donc en voyage, en vous-mêmes... (Ed. Edilivre, 105 pages)



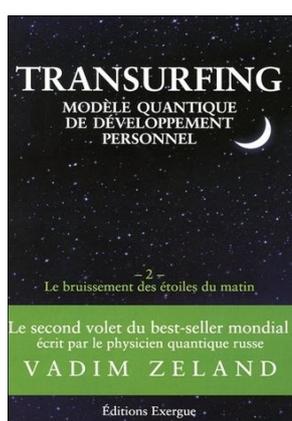
YOUNG Jeffrey E. & Janet S. Klosko – JE RÉINVENTE MA VIE

Avez-vous parfois l'impression que vos proches ne vous aiment pas suffisamment ou ne vous comprennent pas autant que vous le souhaiteriez ? Eprenez-vous un sentiment d'imperfection ? Croyez-vous qu'on ne peut vous aimer et vous accepter tel que vous êtes si on connaissait vraiment ? Dans ce cas, vous êtes sous l'emprise d'un schéma qui vous fait adopter des conditions d'échec. Un schéma a son origine dans votre enfance et influence toute votre vie. Dans cet ouvrage, les auteurs font appel à la thérapie cognitive dans le but de aider à identifier et à modifier vos pensées, vos sentiments et vos comportements inefficaces. Ils décrivent onze schémas fondamentaux, élaborent pour chacun un test diagnostique et proposent des méthodes progressives pour vous aider à surmonter vos anciennes blessures, vos croyances nocives et vos comportements négatifs. (Ed. de L'Homme, 361 pages)



ZELAND Vadim – TRANSURFING – TOME 1

Transurfing, c'est une technique révolutionnaire de développement personnel mise au point par le physicien Vadim Zeland. La première fois que cette idée lui est apparue, c'est au cours d'un rêve ordinaire. Depuis, l'auteur a écrit ce livre qui a transformé la vie de millions de personnes. Transurfing, nous apprend que nous pouvons créer nous-mêmes la réalité que nous souhaitons et que nous aimons. Pour cela, il suffit d'appliquer une technique simple et rigoureusement scientifique, fondée sur les lois de la physique quantique. Cette méthode, qui réunit nos aspirations à la fois matérielles et spirituelles, vise à transformer nos vies ! Transurfing jette un regard neuf sur notre condition d'humains et nous invite à toujours plus de liberté. (Ed. Exergue, 292 pages)



ZELAND Vadim – TRANSURFING – TOME 2

À partir des conclusions les plus récentes de la physique quantique, la physique de tous les possibles, Transurfing nous explique comment visualiser à quel point nos pensées "inconscientes" ont un effet décisif sur notre réalité, et comment choisir librement ce que nous voulons, comme dans un gigantesque supermarché. Ce second volet, nous plonge dans une dimension à la fois plus profonde et plus pragmatique, orientée vers la compréhension des liens entre nos rêves et la réalité. Vadim Zeland nous apprend à identifier et à définir notre but véritable - en accord avec notre individualité et nos aspirations profondes - ainsi que le moyen d'y accéder. À vous d'explorer en quoi Transurfing est une extraordinaire technique de création de votre propre réalité... (Ed. Exergue, 299 pages)