

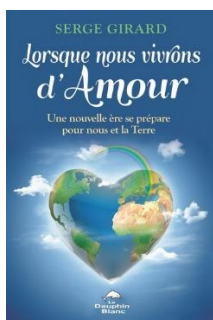
DOCUMENTAIRES ADULTES



Auteur : Beaulac, Lili-Anne
Titre : L'art d'apprivoiser l'énergie

Avez-vous déjà vu une entité dans votre chambre? Ressentez-vous l'énergie des lieux que vous visitez? Avez-vous déjà fait des rêves prémonitoires? Ces phénomènes parfois surprenants amènent notre mental à nous dire que tout cela fait partie de notre imagination. Pourtant, nous ressentons au plus profond de notre être que c'est bien réel. Quelle est cette réalité? Est-elle juste de l'ordre de la croyance? Depuis la nuit des temps, nous partageons ces expériences mystiques. De nos jours, de plus en plus de personnes se tournent vers l'énergétique et la spiritualité pour ressentir un sentiment de bien-être et meilleure connexion à soi. Qu'en est-il de ces approches? Dans ce livre inédit, l'auteur explore de manière surprenante comment

l'énergie circule et quels sont les baromètres personnels pour ressentir l'énergie en nous. À travers ces lignes, vous serez accompagnés vers les sept étapes pour vous aider à transcender vos mémoires et vos pensées qui viennent bien souvent masquer votre lumière et votre potentiel de manifestation. Vous aurez accès, en plus, à huit clés pour ouvrir les portes de votre conscience pour découvrir les codes universels. Par sa propre expérience avec le monde énergétique, l'auteur vous emmène sur les flots de l'univers qui se trouve en vous, guidés par les trois phares qui sont l'amour, la pensée vivante et l'humilité.



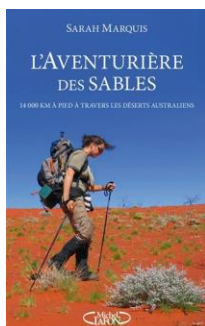
Auteur : Girard, Serge
Titre : Lorsque nous vivons d'amour : une nouvelle ère se prépare pour nous et la Terre

Serge Girard a reçu et compilé un nombre impressionnant de notes sur l'évolution des êtres humains et le devenir de l'humanité et de la Terre. Le présent ouvrage est le compte rendu de ses notes.



Auteur : MacLeod, Peter
Titre : Peter Mac Leod : l'homme de ma vie

Pendant quarante-six ans, j'ai cru que les hommes ne devaient pas vivre leurs émotions. Puisqu'on m'avait appris à toujours être fort et à ne jamais me plaindre, j'ai vieilli en me construisant une carapace, qui s'est métamorphosée au fil du temps en une véritable armure. Jusqu'à ce que celle-ci devienne trop lourde à porter. Certains proches ont pensé que je traversais une crise de la quarantaine. D'autres étaient persuadés que j'étais en peine d'amour. En fait, j'avais besoin de retrouver ma vraie nature, celle que j'avais perdue derrière mon armure. Ceci n'est pas une biographie ni un livre de croissance personnelle. C'est plutôt le récit de cinq mois qui ont changé le cours de mon existence. L'histoire d'un homme qui a choisi d'arrêter de se mentir, qui a revisité des pans de sa vie pour comprendre ce qu'il était devenu et qui a pris les grands moyens pour se transformer.



Auteur : Marquis, Sarah
Titre : L'aventurière des sables : 14000 kilomètres à pied à travers les déserts australiens

Tel est le premier grand défi que s'est lancé Sarah Marquis, en 2002. Un périple de 17 mois où elle devra affronter la faim, la soif, les feux de forêt, les dingos qui dévorent sa tente et les crocodiles qui la guettent! Mais les paysages inoubliables qu'elle traverse, les kangourous qui dorment près d'elle et les moments rares en compagnie des Aborigènes, ce peuple merveilleux et longtemps méprisé qui survit ici depuis 60 000 ans valent tous les sacrifices. Quant à D'Joe, ce chien sauvage qu'elle a arraché à la mort et qui va la suivre sur 10 000 kilomètres, vous n'y résisterez pas ! Mais le plus important, dans ce voyage au bout d'elle-même dont son frère a assuré la logistique, fut pour la jeune femme la découverte de sa " mission de vie " : relier l'être humain à Dame Nature, lui donner envie d'explorer la Terre, de la respecter et de la protéger. Ce sera le but de tous ses futurs livres et de ses nombreuses conférences à travers le monde.



Auteur : Meurois, Daniel,

Titre : Le labyrinthe du karma : déchiffrer et comprendre notre contrat d'âme

Qui aujourd'hui n'a pas entendu parler du karma, ce bagage que nous porterions au dedans de nous, de vie en vie, et qui justifierait la Réincarnation? Son principe, son fonctionnement et la fameuse notion de "contrat d'âme" qui l'accompagne demeurent cependant encore flous pour beaucoup d'entre nous. Voilà pourquoi, par cet ouvrage, Daniel Meurois nous livre le fruit de sa compréhension et de son vécu dans un domaine où abondent énigmes et questionnements, maillé d'anecdotes qui en rendent la lecture agréable tout autant que formatrice, "Le labyrinthe du karma" existe aussi pour répondre aux mille et une interrogations, aux peurs et au désarroi de celles et ceux qui se trouvent démunis face aux embûches de leur propre vie... Des embûches ou même des drames qui semblent parfois n'en plus finir, des injustices également qui ont le visage de l'inexplicable, de l'inacceptable, celui enfin de la maladie ou des pièges comportementaux. Un livre accessible à tous mais néanmoins profond pour mieux déchiffrer le sens de notre vie, nous déplacer et grandir en un monde où les repères se font de plus en plus rares. Une démarche éclairante et aidante...

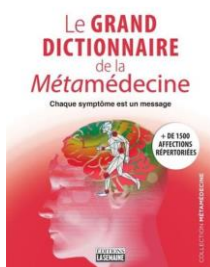


Auteur : Ortega, Sophie

Titre : Vaincre la fatigue et l'épuisement sans médicaments

Vous vous sentez constamment épuisé(e), vous n'arrivez pas à récupérer mais vous voulez éviter de prendre des médicaments? Découvrez comment retrouver votre énergie et prévenir la fatigue... tout naturellement! Dans ce guide très pratique: tout ce que vous devez savoir pour bien diagnostiquer votre épuisement; qu'est-ce que la fatigue? Quelles formes peut-elle prendre? Pourquoi êtes-vous épuisé(e)? Quels sont les signes qui doivent vous alarmer? Vos alliés à préserver pour lutter contre la fatigue; sommeil, alimentation, forme physique. Votre programme anti-fatigue en 7 jours destiné à vous rebooster vraiment et pour longtemps!

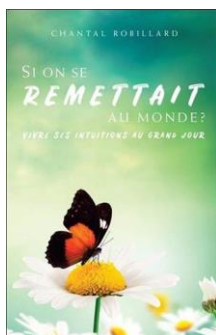
CLAUDIA RAINVILLE



Auteur : Rainville, Claudia

Titre : Le grand dictionnaire de la métamédecine : chaque symptôme est un message

Le grand dictionnaire de la Métamédecine : au-delà du conscient, il y a l'inconscient qui recèle l'explication aux perturbations intérieures manifestées par nos malaises et nos maladies. Médecine et Métamédecine sont complémentaires, comme le sont dans le cerveau l'hémisphère gauche (masculin) et l'hémisphère droit (féminin). La Métamédecine est le pendant féminin de la médecine. Elle met ainsi l'accent sur l'écoute en profondeur de la personne qui consulte afin de l'aider à prendre conscience de l'origine de ses souffrances pour s'en libérer. Grâce au nouveau Grand Dictionnaire de la Métamédecine, vous découvrez l'origine de vos maux, vous saurez quelle est la bonne question à vous poser vis-à-vis de vos symptômes ou de la maladie qui vous affecte. Vous y trouverez des exemples, des solutions et vous apprendrez à pratiquer l'auto-guérison. Si vous êtes médecin, infirmier, thérapeute, psychologue..., ce livre va vous aider à mieux comprendre la souffrance de vos patients et à mieux les guider dans leur démarche de guérison.



Auteur : Robillard, Chantal

Titre : Si on se remettait au monde ? : vivre ses intuitions au grand jour

Vous découvrirez dans ce livre une histoire semblable à la vôtre avec des joies, des peines, mais surtout, des réussites, des transformations. Cet ouvrage est un processus d'explorations de 12 rythmes au travers des expériences et des défis dans la vie de l'auteure. Elle transmet ses perceptions où elle découvre qu'il existe une autre vérité évoluant dans l'invisible habitat de différents êtres qui l'aime de manière inconditionnelle et qui l'accompagnent avec bienveillance au fil de ses découvertes. Tout au long des 12 chapitres, Chantal Robillard partage les états d'être des rythmes ainsi que les outils qui l'ont accompagnée dans les moments plus intenses de sa vie. Ce sont pour elle des périodes de vie charnière qui lui ont permis de se découvrir une force profonde innée. En quelque sorte, avec ce livre, elle sort d'un placard pour révéler la découverte de certaines blessures de son enfance qui ont saboté ses besoins fondamentaux en plus de ralentir son élan de s'épanouir à ses passions. Le processus des étapes traitées dans cet ouvrage s'inspire de la découverte des 12 rythmes selon le docteur Donald Epstein. Sa leçon première est de respecter et d'honorer le rythme qui se présente à vous. Une fois cette leçon acquise, tout devient plus clair, plus facile. Une souplesse s'installe dans votre corps et votre conscience. Les rencontres et les heureux hasards se font de plus en plus nombreux, ce qui rend votre histoire encore plus joyeuse, plus passionnée.



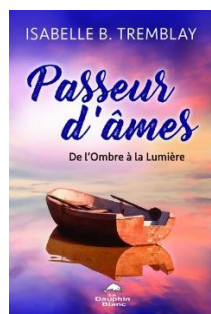
Auteur : Saldmann, Frédéric
Titre : Vital!

Réussir sa vie c'est important, mais réussir sa santé, c'est fondamental. Notre hygiène de vie a un poids crucial sur notre équilibre, mais pas seulement. L'énergie vitale, la joie, le bonheur dépendent aussi de la qualité de notre santé et surtout de notre hygiène. Voilà pourquoi le mental et le physique sont étroitement liés et rejaillissent l'un sur l'autre. En appliquant mes conseils, appuyés sur les toutes dernières découvertes médicales, vous augmenterez votre potentiel de bien-être et vous adopterez un nouveau mode de vie qui garantira votre capital santé ! Vital est votre meilleure carte ! »



Auteur : Siry, Florence-Léa
Titre : 1, 2, 3 vies, recettes zéro gaspi! : zéro reste, zéro déchet pour mieux manger

Une centaine d'astuces et de recettes pour éviter le gaspillage alimentaire et cuisiner de manière économe et gourmande ! Gaspiller la nourriture est une mauvaise habitude à laquelle vous pouvez remédier. Le mode de vie zéro gaspillage fait la démonstration qu'il est possible de réduire ses surplus et restes alimentaires au quotidien, et ce, en améliorant la qualité de ses recettes. Cet ouvrage va vous montrer comment facilement cuisiner sans gaspiller, accommoder ses restes et éviter de jeter des produits. Classé par famille d'aliments (légumes/fruits/protéines/féculents/produits laitiers), cet ouvrage propose pour chaque produit jusqu'à 3 vies possibles. Ainsi, avec des fraises, il est possible de faire un sirop que l'on utilisera pour sucrer une crème fouettée, puis on pourra congeler le reste de crème pour en faire une crème glacée, et le reste de glace pourra agrémenter un banana split... Et pour une cuisine zéro déchet, les queues de fraises seront également utilisées en sirop ! A partir de pâtes, on pourra les cuisiner en gratin, puis on transformera le reste de ce gratin en galettes de macaroni, qui deviendront de parfaits croûtons à salade ! Retrouvez ainsi des astuces et des recettes pour donner plusieurs vies gourmandes à vos plats pour un mode de vie éco-responsable.



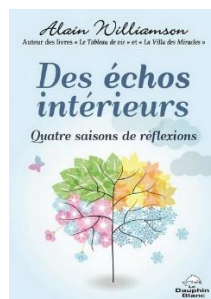
Auteur : Tremblay, Isabelle
Titre : Passeur d'âmes : de l'ombre à la lumière

Elle-même investie de la mission de passeur d'âmes, Isabelle Tremblay nous amène à découvrir un univers fascinant. Elle nous explique toutes les facettes du passeur d'âmes, nous permettant de mieux comprendre ce type de mission de vie et parfois de nous reconnaître nous-mêmes comme des passeurs d'âmes sans en avoir été conscients jusqu'ici.



Auteur : Wangyal, Tenzin
Titre : La créativité spontanée : manifestez vos qualités positives

La créativité spontanée est un livre unique. Aucun autre ouvrage sur le marché n'aborde la créativité sous l'angle proposé par l'auteur. Les lecteurs y trouveront une approche différente, rafraîchissante et évolutive de la créativité et de l'expression de soi. Pour tous les créateurs, affirmés ou à venir, ce livre sera une découverte libératrice et transformatrice.



Auteur : Williamson, Alain
Titre : Des échos intérieurs : quatre saisons de réflexions

Des échos intérieurs est un livre qui se déguste lentement, au fil des jours ou des saisons de notre vie. Les réflexions qu'il suscite et la pause qu'il instaure chez le lecteur sont autant de pistes d'intériorisation révélatrices et transformatrices. Car c'est dans le silence, la paix et la conscience que se dévoile la puissance qui habite le cœur de l'Homme.