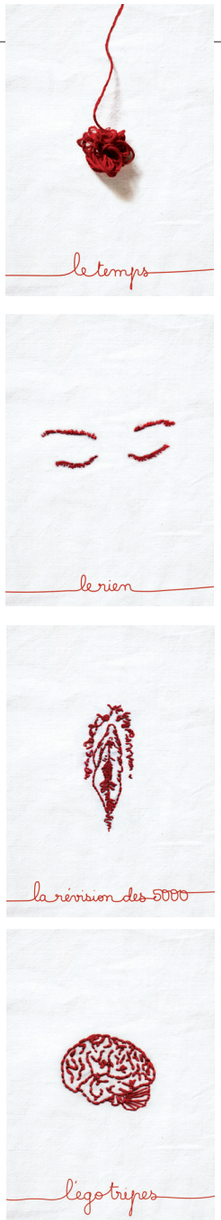

© LPB

LA BOUCLE EST BOUCLÉE

Les temps sont durs pour les préceptes socratiques clamés haut et fort sans qu'un écho réel atteigne le fond de la grotte, les entrailles de qui nous sommes. Mais, amis, sortons le champagne ! On dirait bien que l'une d'entre nous, une artiste pluridisciplinaire nommée Virginie Perrussel, s'est risquée à descendre l'interminable escalier, une bougie kaléidoscopique à la main, pour mirer le mystérieux "connais-toi toi-même" dressé en lettres de feu au beau milieu du clair-obscur de son antre intime. L'éclairage inédit lui a rendu visible le combat que se livrent à chaque instant ego et conscience, fragments d'elle-même s'entrechoquant dans un duel d'autos tamponneuses. Elzévir fantasque et sincère, recueil pétillant de circonvolutions émotionnelles bourrées d'humanismes et surtout rigolardes, son ouvrage *Les Petites Boucles* consigne ces conflits bigarrés qui font l'universalité de nos instants de vie, pour nous aider à retrouver une liberté et un sentiment d'unicité. D'un bestiaire à la plage à la révision des 5000 chez le gynéco en passant par le parcours d'une combattante dans une galerie commerciale ou encore le challenge du rien, un charmant programme vous attend, le tout enrobé d'illustrations brodées et de maximes inspirées.

Pour en savoir plus : www.lespetitesboucles.com

La déesse qui berçait les mères

© ALINE COMIGNAGHI

Autant vénérée que crainte, Mami Wata est connue dans les cultes d'Afrique de l'Ouest comme la déesse protectrice des océans. Claire Morinière, qui a longtemps vécu dans cette région et travaillé avec des sages-femmes et des guérisseurs, l'a rencontrée un jour de grossesse, alors qu'elle se tenait face à la mer, au sommet d'une falaise. Cet instant représente aujourd'hui pour elle le tournant décisif qui l'a conduite à enfanter d'elle-même bien avant de donner naissance à sa fille. Mais aussi à intégrer un merveilleux outil d'accompagnement holistique qu'elle a baptisé Mami Wata en l'honneur de cette figure mythique qui continue de lui enseigner et de soutenir ses transmissions au cours de séances individuelles bercées par ses chants. Forme d'ostéopathie aquatique, d'éducation physique et neurosensorielle, ce travail en eau chaude également inspiré de l'énergie des baleines vous offre un espace de ressourcement et de relaxation profonde. Des stages d'une semaine de transmission de savoirs traditionnels autour de la grossesse et de l'enfantement ont lieu tous les ans en France métropolitaine et en Guadeloupe. Il existe aussi un parcours initiatique en deux ans pour maîtriser cet outil et plonger au cœur de votre matrice originelle.

Pour en savoir plus : www.clairemoriniere.com

Voyage en soi

Durant ces mois d'incertitude qui ont vu s'installer une crise sans précédent, les créatrices de l'agence nouvelle génération Namastrip se sont interrogées : « *Quelle est l'essence même de nos voyages ?* » La réponse, évidente, n'a pas tardé à suivre : « *Faire vivre à chacun, en dehors d'une routine parfois étouffante, des instants suspendus à même de frayer un chemin inédit vers soi-même.* » Pour Marion Sibille et Séverine Bugeon, cette période allait prouver une chose : le voyage se déroule d'abord en nous. Elles ont alors lancé des retraites bien-être en ligne à vivre depuis le confort de notre home sweet home. Leur offre de contenus digitaux, aux programmes d'une qualité sans précédent, s'étoffe chaque mois de nouveautés qui répondent aux besoins de nos vies surmenées : la gestion du stress, la qualité du sommeil, la sexualité, le développement personnel et la découverte de nouvelles pratiques bien-être.

Pour en savoir plus : www.namastrip-retreats.com/

10_MAGHAPPJUN21_.indb 82 21/05/2021 10:15