



Pauline Lapointe-Chiragh
Fondatrice du centre de formation Luminergie,
auteure et conférencière-animatrice:

Écriture-thérapie et ateliers de création-méditation
Pour s'ouvrir à soi comme aux autres

Mai 2020 En ces temps de confinement et de distanciation sociale imposés, l'écriture, la méditation et la « journal-thérapie » sont une bonne façon de se reconnecter à soi, à ses émotions et au monde. C'est à cette belle plénitude que nous invite la Deux-Montagnaise Pauline Lapointe-Chiragh, fondatrice du centre de formation Luminergie, détentrice d'un doctorat en naturopathie et auteure de l'ouvrage thérapeutique bilingue *Au seuil d'une porte / On the way in*. Privilégiant une approche holistique, Pauline Lapointe-Chiragh propose, avec ses livres, ateliers et conférences, des outils créatifs et méditatifs pour aider chacun à se retrouver, à guérir ses blessures de l'être et à réaliser son rêve par le pouvoir des mots. Elle y ajoute une philosophie d'enseignement acquise au cours de ses voyages et de ses années de vie en Orient, ainsi que l'art du Feng Shui auquel elle a été initiée par le Grand Maître Peter Leung de Toronto.

Mariée pendant plus de trente ans à un Pakistanais, Pauline Lapointe-Chiragh a intégré à sa pratique les éléments les plus bénéfiques des cultures de l'Orient et de l'Occident. Agréée par les gouvernements du Québec et du Canada en 1996, son école Luminergie lui a permis de prodiguer des conseils et de conduire des formations en lien avec ce qu'elle appelle « les lois des énergies ». En 2001, elle a obtenu un doctorat en naturopathie reconnu par l'Académie des Sciences et Recherches de Montréal. Elle a ensuite enseigné en Suisse et animé des ateliers en Gaspésie. Après le décès de son conjoint en 2005, Pauline Lapointe-Chiragh a repris la route des découvertes, notamment en Europe de l'Est, en Asie et aux Caraïbes, pour s'ouvrir à d'anciennes méthodes thérapeutiques. En 2020, à l'heure du confinement et de l'isolement de nombreuses personnes, aussi bien jeunes qu'ainées, en détresse ou en souffrance physique ou mentale, c'est à la fois avec abondance et bienveillance, et riche de tous ces enseignements, que Pauline Lapointe-Chiragh propose ses ateliers, conférences et activités créatrices et introspectives où le corps, l'esprit, les émotions se reconnectent. Ses ouvrages en français (*Au seuil d'une porte*), en anglais (*On the way in*) et bilingue (*Au seuil d'une porte / On the way in*, dont l'édition unique en son genre permet de pratiquer l'une ou l'autre des deux langues) offrent de s'initier à ces pratiques. En plus d'y faire la rencontre réconfortante de cette thérapeute et grande voyageuse inspirée par l'Orient et Carl Jung, chacun pourra y découvrir le réel potentiel physique et psychique des « mots mis sur des maux » par l'écriture créative, le dessin ou le collage photographique.

Au seuil d'une porte / On the way in (disponible aussi en versions unilingues)

Pauline Lapointe-Chiragh - Les Éditions de l'Apothéose

222 p. - ISBN : 978-2-89775-308-5 - Prix spécial **40 % rabais de confinement : 11.97 \$**

Disponible en librairie et au www.leseditionsdelapothose.com

– 30 –

Contact: Pauline Lapointe-Chiragh – 514 680-6318

www.heritageducoeur.com

