



Institut Privé de Sciences Humaines  
3 rue Siméon Foucault  
44000 NANTES - 02 40 48 42 76

**Graines de Sagesses**



**pour la vie intérieure \***

**Coaching Psycho-spirituel  
avec Jean-Pierre Le Gouguec**

\* A l'origine, les textes proposés dans cette Newsletter sont des réponses à des questions vivantes posées par des personnes en formation à l'IPSH (formation à la Psychologie Transpersonnelle animée par Aruna et Jean-Pierre Le Gouguec). Les thèmes évoqués dans ce contexte ont une portée universelle. Ils intéresseront toute personne concernée par la psychologie des profondeurs et par la spiritualité.

### **Graine de sagesse n°9 – Avril 2009**

## **"Résoudre l'équation : moi et les autres"**

**P**our résoudre l'équation "moi" et les "autres" dans la vie quotidienne, la clé majeure est de découvrir comment **respecter et conjuguer les "désirs" de chacun** (tout particulièrement dans la vie "maritale"), ce qui n'est possible que par la "parole" et une "**bonne communication**" entre les partenaires ...

A cet égard, entreprendre un travail intérieur est très précieux ... car plus on apprend à se connaître soi-même, plus on parvient alors à exprimer clairement ses vrais besoins et ses vrais "désirs", tout en aidant autrui à en faire autant ... ce qui contribue à créer une communication profonde et authentique entre chacun, pour le plus grand bien de tous ! (...soi-même, ses proches, etc.).

... Dans la vie conjugale, une telle communication est une des conditions essentielles pour une vie amoureuse longue et bienheureuse !...

 **Prochaine Graine de sagesse : "Amour et méditation" ...**

PS : Si vous avez aimé ce petit texte, faites le circuler ! ...