

Journées Tendresse : c'est où le bonheur ?

Bonne nouvelle. Lors des 6^es journées Tendresse, les intervenants sont tombés d'accord : le bonheur ne peut être trouvé qu'en nous-mêmes.

Qu'ils soient scientifiques, médecins, sexologues, psychothérapeutes, chacun avec ses mots, les nombreux conférenciers de ce long week-end Tendresse avaient un même leitmotiv : **« Cessez de courir, d'attendre, de chercher à l'extérieur de vous-même. Ne soyez pas un vase passif en attente d'être rempli, mais découvrez le noyau de bonheur qui est en chacun de vous et faites-le germer. »** Philippe Nicolas, Jean-Pierre Rellier et Liliane Reuter, médecins, se sont penchés sur la double influence entre l'esprit et le corps. Comment soigner l'un en agissant sur l'autre et prétendre au bonheur.

Catherine Solano, sexologue, a fait de même, mais davantage du

point de vue du plaisir et du sentiment. Les psychologues et philosophes se sont penchés sur le pouvoir d'autoguérison de chaque être humain et la puissance de la pensée, notamment de l'amour. Un très riche plateau de réflexion, pour une affluence correcte, et un public parfois trop studieux. Comme a conclu Sarah Seriévic, à l'issue de sa conférence, **« le bonheur, ça ne se mérite pas, ça se pratique ; c'est une discipline de chaque instant ».**

Gisèle et Laura, véritable cœur de ces journées Tendresses, tenaient la librairie spécialisée. Des ouvrages fournis par la librairie « Mots et images », à Guingamp.



L'affluence a été honorable, mais le public parfois trop sérieux, sans doute impressionné par la qualité des conférenciers.



Sarah Seriévic, ancienne comédienne renommée, enseigne le maîtrise du bonheur par la pratique thérapeutique du théâtre.