



école de nutrition holistique
nourrir le corps, l'âme et l'esprit

DR. CATHERINE BENSAÏD

CATHERINE BENSAÏD a une double formation de psychanalyste et de médecin-psychiatre. Passionnée par les médecines et philosophies orientales, elle a également exercé l'acupuncture pendant quelques années, conciliant ainsi l'approche psychologique et corporelle.



Elle a l'**AMOUR** pour thème de prédilection. Considérant que ce qui se passe à l'extérieur est la représentation de ce qui se passe à l'intérieur, elle met l'amour au centre de toute relation, qu'il s'agisse des relations aux autres ou à soi-même.

Elle est l'auteure de plusieurs livres, tous des *Best Sellers*, traduit dans le monde entier, dont notamment « **AIME-TOI, LA VIE T'AIMERA** » dans lequel elle nous encourage à nous libérer de toutes les pensées négatives et « **QUI AIME QUAND JE T'AIME ?** ». Cet ouvrage co-écrit avec Jean-Yves Leloup nous invite à vivre l'amour dans le don et non dans la demande et le manque. Dans leur dernier livre « Qui aime, quand je t'aime ? », ils portent un double regard, psychanalytique et philosophique, clinique et poétique, sur la quête éternelle de l'amour. C'est ce double regard apportant des points de vue très variés sur l'amour, qui constitue justement un modèle d'intégration réussie, en particulier entre le domaine psychologique et le domaine spirituel, d'ordinaire séparés.

Ses objectifs :

- Que chacun puisse toucher un bonheur d'être au monde qui soit éternel, intemporel et non en relation avec les événements extérieurs et le comportement des autres.
- Remettre de la **Vie** dans la vie de ses patients. Qu'ils apprennent à aimer et pas seulement à être aimés.

Elle viendra le 04 mars prochain à Genève lors du colloque « **L'homme ne se nourrit pas que de pain** » nous parler de la relation entre ce manque affectif et l'acte de se nourrir dans sa conférence « **DE LA CONSOMMATION À LA COMMUNION** ». On peut se nourrir pour répondre au besoin de compenser et de combler des manques, pour étouffer un manque à être soi, à être en vie, détournant ainsi la nourriture de sa juste fonction. Mais il y a aussi une autre façon de se nourrir, en conscience de la relation qui se vit avec l'autre.

AUTRES OUVRAGES

JE T'AIME, LA VIE,
HISTOIRE D'AMOUR, HISTOIRE D'AIMER
LA MUSIQUE DES ANGES

Disponibles en Poche

L'AUTRE CET INFINI
LIBRE D'ÊTRE FEMME

Dr. Catherine Bensaïd participe régulièrement à des émissions Radio et TV.