

Catalogue :

Les ouvrages de Jérôme Zenastral



Liste des ouvrages

Introduction.....	3
Astrologie et Pleine Conscience	4
Les douze états de félicité.....	5
Le Soleil en Astrologie	6
L'Ascendant en Astrologie	7
Astrologie : 144 dialogues Soleil-Ascendant.....	8
La Lune en Astrologie	9
Mercure en Astrologie	10
Vénus en Astrologie.....	11
Mars en Astrologie.....	12
Cérès en Astrologie.....	13
Jupiter en Astrologie.....	14
Les Silences de Saturne	15
Uranus, Neptune et Pluton en Astrologie.....	16
Uranus en Astrologie	17
Neptune en Astrologie	18
Pluton en Astrologie	19
Les Aspects en Astrologie Tome 1 et Tome 2	20
Les planètes rétrogrades en astrologie	21
Astrologie : Les signes interceptés.....	22
Les Nœuds de la Lune en Astrologie.....	23
Lilith en astrologie.....	24
Les Astéroïdes en Astrologie.....	25
Chiron en Astrologie.....	26
Nessus en astrologie.....	27
Vesta en Astrologie.....	28
Psyché en astrologie.....	29
Junon en astrologie	30
Pallas en astrologie	31
La Planétoïde Éris en astrologie.....	32
Astrologie et élixirs floraux	33
Astrologie et métiers.....	34
Astrologie Quantique.....	35
Astrologie et culture.....	36
L'Astrologie pour comprendre un enfant.....	37
Que dit l'astrologie sur votre animal de compagnie ?.....	38
Astrologie Mondiale	39
Astrologie et Célébrités.....	40
Manuel d'Astrologie Cours et ateliers	41
Essai sur L'Harmonie Universelle.....	42

L'Arche Quantique	43
Le Retour de Candide	44
La dualité masculin-féminin	45
Les Enseignants de la Non-Dualité	46
Mon cahier de rencontres	47
Le Monde est ce que nous sommes	48
La trinité heureuse	49
Fraternité entre l'homme et l'animal	50
Le chant de l'instant	51

Introduction

Astrologue, écrivain et essayiste, je me consacre depuis près de cinquante ans à l'exploration de l'astrologie sous un prisme novateur, liant cette discipline millénaire à la pleine conscience. Mon parcours a débuté en 1975 avec une formation à l'école de Jacques Berthon, et s'est enrichi au fil des années par l'étude approfondie des travaux de Stephen Arroyo, Liz Greene, Robert Hand, Fritz Riemann et Alexander Ruperti. Depuis 1980, mes recherches m'ont conduit à revisiter l'astrologie non comme un système d'influence des astres, mais comme un langage symbolique résonnant avec la synchronicité et notre propre regard sur le monde.

J'ai écrit plusieurs essais et une quarantaine d'ouvrages d'astrologie, explorant divers aspects de cette discipline : l'astrologie psychologique, l'astrologie mondiale, l'interprétation des planètes et des maisons, l'astrologie appliquée au développement personnel et à la compréhension des grandes dynamiques de la vie. Mon travail se veut accessible à un large public, des néophytes aux praticiens confirmés, en offrant des clés de lecture adaptées aux questionnements contemporains.

Afin de rendre ces ouvrages disponibles à un lectorat international, ils ont été traduits en anglais, allemand et espagnol grâce à l'outil DeepL, certaines traductions ayant été suivies d'une relecture. Ce document a pour vocation de vous présenter ces livres, leur ligne éditoriale et leur pertinence dans le paysage actuel de l'astrologie et du développement personnel.

Je vous invite à découvrir ces titres et à partager cette vision de l'astrologie, porteuse de sens et d'ouverture vers une meilleure compréhension de soi et du monde.

? Une question ?

Si la lecture d'un de ces livres fait émerger en vous une interrogation, une remarque ou un besoin de clarification, vous pouvez m'écrire à : [jerome\(at\)zenastral.fr](mailto:jerome(at)zenastral.fr)

Astrologie et Pleine Conscience

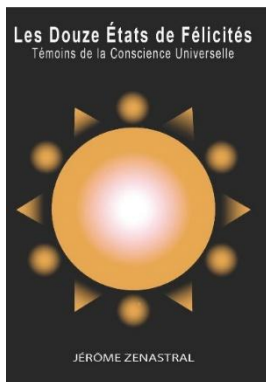


L'approche cartésienne du monde est insuffisante pour répondre à nos questionnements **existentiels**. **La science** ne peut pas nous éclairer sur le sens et la raison de l'existence humaine. Si elle répond au "comment", en procédant rationnellement et en rendant compte des phénomènes en fonction des causes, elle n'apporte pas de réponse satisfaisante à la question : qui suis-je ?

Ce traité d'astrologie invite le lecteur à mieux se comprendre et à définir des projets de vie adaptés à sa personnalité. Il donne tous les ingrédients pour interpréter sa carte du ciel et révéler son caractère.

[Disponible en version papier ici](#)

Les douze états de félicité



Cet ouvrage explore le lien intime entre la pleine conscience et la quête universelle du bonheur. Un autre objectif de cet essai est d'aider le lecteur à comprendre comment le concept de la chute en tant que perte de l'harmonie initiale ou séparation de notre véritable nature, présent dans de nombreuses traditions spirituelles, est lié à notre quête incessante du bonheur et de l'épanouissement. Ce livre fait également référence aux 12 signes du zodiaque, ce qui suggère une connexion entre ces signes astrologiques et les "12 félicités". En explorant les signes astrologiques et leurs qualités lumineuses en synchronicité avec les félicités fondamentales, l'auteur révèle comment la connaissance de soi à travers l'astrologie, la pleine conscience et l'attention portée sur soi peuvent servir de correcteur naturel pour surmonter les obstacles et revenir à notre essence véritable.

[Disponible en version papier ici](#)

Le Soleil en Astrologie



Le Soleil est le cœur vivant de votre thème astral. Il représente votre centre, votre capacité à vous affirmer et à créer votre propre destinée.

Dans ce livre, vous découvrirez l'interprétation détaillée des 144 combinaisons que forment le Soleil dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques. Cette lecture est enrichie par l'étude de ses aspects aux autres planètes, offrant une vision globale et nuancée de votre force vitale.

Dans la continuité des ouvrages précédents — *Astrologie et pleine conscience*, *Les Noeuds de la Lune*, *Les Aspects en astrologie*, *Mercurie en astrologie*, et bien d'autres — cet ouvrage s'inscrit dans une approche de l'astrologie fondée non sur une causalité mécanique des astres, mais sur la synchronicité. L'astrologie est ici conçue comme un miroir vivant de votre psyché : une cartographie intérieure au moment de votre naissance, reflet symbolique de vos potentialités.

Que vous soyez étudiant en astrologie ou praticien confirmé, ce livre se veut un guide clair, inspirant et accessible, pour approfondir la connaissance de soi à travers la lumière solaire de votre thème natal.

[Disponible en version papier ici](#)

L'Ascendant en Astrologie



L'Ascendant est le point de naissance de notre identité, l'espace où nous nous manifestons au monde. Mais comment les différentes énergies planétaires interagissent-elles avec cette expression ? Ce livre explore en profondeur les aspects entre l'Ascendant et les dix planètes, offrant 120 interprétations pour mieux comprendre les forces en présence dans notre psyché. Plutôt qu'une influence exercée par les astres, l'astrologie repose sur un principe de synchronicité : les aspects ne dictent pas notre destin, ils révèlent des interférences internes, des tensions et des harmonies entre différentes dimensions de notre être. Un aspect de détente indique une cohabitation fluide entre deux tendances psychiques, tandis qu'un aspect de tension reflète une dynamique plus contrastée, mettant en lumière un défi à intégrer. Accessible à tous, que vous soyez passionné d'astrologie ou praticien expérimenté, cet ouvrage vous invite à explorer votre propre thème avec discernement et curiosité. Il ne s'agit pas d'enfermer votre expérience dans des définitions rigides, mais de vous offrir des pistes de réflexion pour mieux vous connaître et affiner votre regard sur l'astrologie.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie : 144 dialogues Soleil-Ascendant

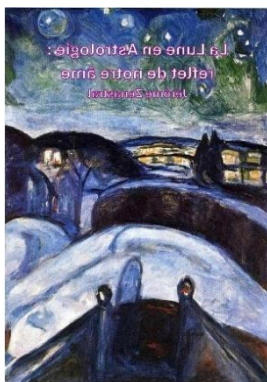


Découvrez la dynamique complexe entre l'Ascendant et le Soleil dans ce livre, un complément à "Astrologie et Pleine Conscience". Grâce à ces 144 combinaisons possibles entre ces deux éléments clés d'un thème astral, il est possible à toute personne d'approfondir sa compréhension d'elle-même et de son parcours de vie. Ce livre offre une exploration détaillée de la manière dont l'Ascendant et le Soleil peuvent entrer en conflit ou en harmonie, et comment l'interaction se manifeste dans notre vie. Au-delà de la dynamique évoquée entre le signe solaire et l'ascendant, il est essentiel de prendre en compte les aspects de tension associés au Soleil en signe. Ces aspects dissonants, ajoutent des nuances subtiles et des complexités supplémentaires à l'interprétation du soleil en signe. Et pour une lecture encore plus approfondie, pour chaque combinaison, cet ouvrage décortique également la position du Soleil en maison, offrant ainsi une vision holistique et complète de votre identité et de votre destinée.

Plus d'une centaine de célébrités, ainsi que des personnages issus de romans, de séries télévisées et de films, ont été choisis pour illustrer ces combinaisons astrales.

[Disponible en version papier ici](#)

La Lune en Astrologie



La Lune est le miroir de notre monde intérieur, révélant nos émotions et notre rapport à la sécurité. Elle répond à notre besoin d'intimité, de confort, de bien-être et de tranquillité.

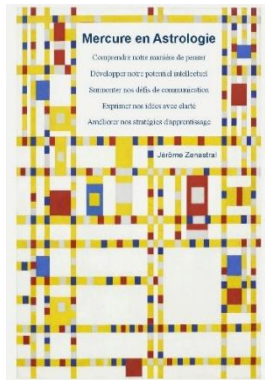
Dans cet ouvrage, chaque position de la Lune est explorée en détail :

- **Les 12 signes** du zodiaque, qui colorent notre sensibilité et nos réactions spontanées.
- **Les 12 maisons**, qui révèlent les domaines de vie où notre âme cherche à s'exprimer et à se sécuriser.
- **Les aspects aux autres planètes**, qui affinent et nuancent notre manière d'éprouver et de ressentir.

Ce livre offre des clés pour mieux comprendre notre nature lunaire et vivre en harmonie avec elle. Chaque interprétation est accompagnée de pistes de réflexion et de psychosolutions pour intégrer pleinement cette énergie dans notre quotidien.

[Disponible en version papier ici](#)

Mercure en Astrologie



Ce livre propose une exploration complète des 144 combinaisons possibles de Mercure en signes et en maisons astrologiques, révélant les nuances infinies des manières de penser, de parler et d'entrer en relation avec le monde.

Chaque configuration éclaire une sensibilité cognitive particulière, une manière de percevoir, de raisonner, d'apprendre ou de transmettre. L'analyse des aspects de Mercure vient enrichir cette lecture, en révélant les tensions ou les harmonies internes qui influencent la fluidité des échanges, la clarté des idées ou la capacité à faire passer des messages.

Ancré dans une approche symbolique fondée sur la synchronicité, ce livre ne repose sur aucune croyance en une influence astrale directe. Il propose plutôt une lecture psychologique et intuitive du thème natal, dans lequel Mercure devient un miroir de votre intelligence singulière.

Un guide essentiel pour toute personne désireuse d'utiliser l'astrologie comme outil de connaissance de soi, afin de développer une pensée plus consciente, une parole plus alignée, et une compréhension plus fine de son propre univers mental.

[Disponible en version papier ici](#)

Vénus en Astrologie



Découvrez le mystère de Vénus, planète de l'amour, de la séduction et de l'harmonie, à travers une exploration complète de ses 144 combinaisons en signes et maisons astrologiques. Ce livre vous guide pour comprendre comment cette énergie unique colore votre manière d'aimer, de séduire et de vous relier aux autres dans différents domaines de la vie.

Au-delà de la simple position de Vénus, vous apprendrez à décrypter les aspects qu'elle forme avec les autres planètes, révélant les dynamiques internes qui influencent vos relations affectives, vos désirs et votre quête d'équilibre émotionnel. Ces interférences planétaires, qu'elles soient harmonieuses ou conflictuelles, éclairent les richesses et les défis de votre manière d'attirer et de vous connecter.

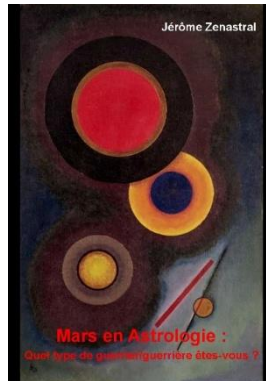
Grâce à une approche fondée sur la synchronicité, ce livre propose une lecture symbolique et psychologique de Vénus, loin de toute idée d'influence astrale directe. Il vous invite à mieux vous connaître, à accueillir vos forces et vos ombres, et à cultiver votre pouvoir d'attraction avec conscience et authenticité.

Un guide essentiel pour tous ceux qui souhaitent approfondir leur compréhension des subtilités de l'amour et des relations humaines à travers l'astrologie.

[Disponible en version papier ici](#)

Mars en Astrologie

Quel type de guerrier/guerrière êtes-vous ?

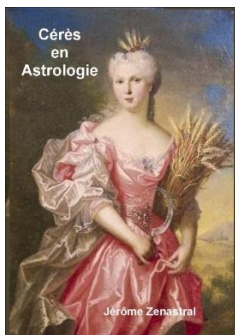


Dans cet ouvrage, Zenastral vous invite à découvrir votre "guerrier intérieur" à travers l'astrologie.

Grâce à une analyse détaillée des 144 combinaisons possibles de Mars en signe et en maison, enrichie par la signification des aspects qu'elle forme avec les autres planètes, cet ouvrage dévoile comment notre force et notre agressivité peuvent être canalisées de manière constructive pour relever les défis de la vie.

[Disponible en version papier ici](#)

Cérès en Astrologie



Dans le vaste univers de l'astrologie, chaque astre nous livre des clés pour mieux nous comprendre. Parmi eux, Cérès, ancienne déesse de l'agriculture, revêt une importance particulière. Au-delà de la symbolique des récoltes, Cérès incarne un puissant principe de purification. Elle nous invite à un voyage intérieur. Elle nous encourage à explorer nos profondeurs, à identifier nos points faibles et à travailler sur nous-mêmes avec humilité. Ce travail personnel est essentiel avant de pouvoir établir des relations harmonieuses avec les autres, représentées par le signe de la Balance.

Dans cet ouvrage, nous explorerons en détail la signification de Cérès en fonction de sa position dans votre thème astral. Nous analyserons également ses relations avec les autres planètes, révélant comment ces interactions reflètent des périodes de transformation profonde ou de paix intérieure.

Que vous soyez un astrologue averti ou simplement curieux de mieux vous connaître, ce livre vous propose des outils concrets pour intégrer l'énergie purificatrice de Cérès dans votre quotidien.

[Disponible en version papier ici](#)

Jupiter en Astrologie

*Le Principe d'Expansion, La Force de Cohésion et d'unification,
La Quête de Sens:*

Le Guide Complet des 144 Combinaisons de Jupiter en Signes et en Maisons



Depuis près de cinquante ans, Jérôme Zenastral explore l'astrologie comme un langage symbolique, une voie de connaissance de soi, un art de l'écoute intérieure. Dans ce nouvel ouvrage, il consacre son regard à Jupiter, planète de l'expansion, de la cohésion et de la quête de sens.

À travers les 144 combinaisons possibles de Jupiter dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques, ce livre propose une lecture subtile et vivante de cette force intérieure qui nous pousse à grandir, à croire, à relier.

Mais Jupiter ne s'exprime jamais seul : il entre en relation avec les autres planètes du thème natal. C'est pourquoi une troisième partie est consacrée aux aspects à Jupiter — ces dialogues intérieurs qui enrichissent ou mettent à l'épreuve notre élan de croissance. Trigones harmonieux, carrés exigeants, conjonctions puissantes... chaque aspect devient une clé pour mieux comprendre notre dynamique de développement personnel.

[Disponible en version papier ici](#)

Les Silences de Saturne



"Les Silences de Saturne" explore en profondeur la signification de Saturne à travers les signes et les maisons du thème astral, offrant une compréhension unique et nuancée de cette planète de maturité et de stabilité. Saturne, symbole de la réflexion et de l'introspection, nous pousse à évaluer chaque épreuve avec sagesse et à tirer des enseignements précieux des défis que nous rencontrons.

Dans ce livre, chaque combinaison de Saturne dans les 12 signes et les 12 maisons astrologiques (soit 144 combinaisons) est minutieusement analysée pour révéler comment cette force stabilisatrice est révélatrice de notre capacité à discerner ce qui convient le mieux à notre nature, à connaître nos limites et à déterminer nos véritables capacités. En cultivant le silence intérieur, Saturne nous aide à rejeter ce qui est devenu insuffisant ou contraignant, et à conserver ce qui est le plus utile pour nous.

"Les Silences de Saturne" nous aide à évaluer les situations conflictuelles et à prendre des décisions plus judicieuses et authentiques. En nous connectant à cette sagesse intérieure, nous apprenons à assumer nos responsabilités avec clarté et discernement, alignant nos choix avec notre véritable nature.

[Disponible en version papier ici](#)

Uranus, Neptune et Pluton en Astrologie



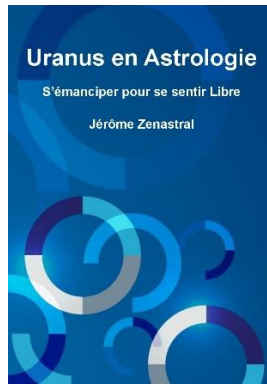
Ce livre constitue un complément indispensable au traité "Astrologie et Pleine Conscience". L'auteur vous invite à plonger dans une exploration détaillée des différentes dimensions d'Uranus, Neptune et Pluton, de leur signification en chaque signe du zodiaque et à leur résonance dans chaque maison astrologique.

Ce livre fournit des clés de compréhension pour mieux appréhender la dynamique de ces trois planètes dans notre vie et nous donne des outils pour intégrer leur énergie d'émancipation, d'immersion et de transformation.

Il se veut un guide précieux pour tous ceux qui aspirent à se sentir libre, unifié et délivré. La lecture de ce livre est une expérience qui, je l'espère, vous inspirera et vous accompagnera dans votre quête de vérité.

[Disponible en version papier ici](#)

Uranus en Astrologie



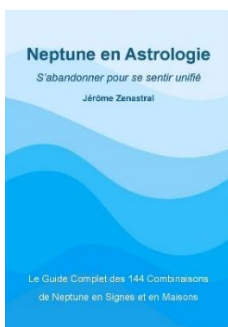
Ce livre constitue un complément indispensable au traité *Astrologie et Pleine Conscience*. L'auteur vous invite à plonger dans une exploration sensible et approfondie des multiples dimensions d'Uranus, cette planète symbolique de l'éveil, de la liberté intérieure et des ruptures libératrices. À travers les 144 combinaisons formées par la position d'Uranus dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques, il propose une vision nuancée et vivante de cette force d'émancipation à l'œuvre en chacun de nous. Chaque configuration met en lumière une manière particulière de remettre en question l'ordre établi, de sortir des schémas conditionnés et de suivre sa propre voie, dans un monde en constante mutation.

Cet ouvrage offre des clés pour comprendre les dynamiques d'Uranus dans votre thème natal et des pistes pour intégrer son énergie avec conscience. Il s'adresse à toutes celles et ceux qui ressentent un appel à se libérer des enfermements intérieurs, à vivre plus authentiquement, à transformer leur relation au monde avec audace et lucidité.

Ce livre se veut à la fois un outil d'interprétation précis et un compagnon de chemin. Il accompagne les astrologues, les étudiants comme les chercheurs de vérité, dans leur aspiration à mieux se connaître et à honorer la puissance de changement qui sommeille en eux.

[Disponible en version papier ici](#)

Neptune en Astrologie



Ce livre constitue un complément indispensable au traité *Astrologie et Pleine Conscience*. L'auteur vous invite à une exploration subtile et profonde de Neptune, planète de l'invisible, de la fusion et de la quête d'unité intérieure.

À travers les 144 combinaisons formées par la position de Neptune dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques, il propose une vision nuancée et vivante de cette énergie qui nous relie à des plans plus vastes que l'ego. Chaque configuration met en lumière une manière singulière de percevoir le monde à travers le prisme de l'intuition, de la compassion ou de l'inspiration, mais aussi les pièges de la fuite, de l'illusion et du flou identitaire.

Cet ouvrage offre des clés pour comprendre les dynamiques de Neptune dans votre thème natal et des pistes pour intégrer cette énergie avec discernement. Il s'adresse à toutes celles et ceux qui ressentent un appel à s'ouvrir à la dimension spirituelle de l'existence, à cultiver l'empathie et à cheminer vers une paix plus profonde, enracinée dans l'acceptation de ce qui est.

Ce livre se veut à la fois un outil d'interprétation précis et un compagnon intérieur. Il accompagne les astrologues, les étudiants comme les chercheurs d'absolu, dans leur désir d'habiter pleinement l'instant, d'écouter les mouvements de l'âme et de tisser, dans la conscience, le lien invisible qui nous unit au tout.

[Disponible en version papier ici](#)

Pluton en Astrologie



Ce livre vient enrichir le traité *Astrologie et Pleine Conscience* en vous invitant à une plongée sensible et profonde dans l'univers complexe de Pluton, planète symbolique de la transformation radicale, de la régénération et de la rencontre avec l'ombre.

À travers les 144 combinaisons formées par la position de Pluton dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques, l'auteur propose une vision nuancée et vivante de cette force intérieure qui nous pousse à renaître, à dépasser nos limitations, et à guérir les parts cachées de nous-mêmes. Chaque configuration éclaire une manière spécifique d'embrasser le changement profond, souvent difficile, mais toujours porteur d'une puissance libératrice.

Cet ouvrage offre des clés pour comprendre les dynamiques platonniennes dans votre thème natal et des pistes pour accueillir cette énergie avec conscience et discernement. Il s'adresse à toutes celles et ceux qui ressentent l'appel à se confronter à leur vérité intérieure, à se transformer authentiquement et à cultiver une force renouvelée dans leur vie.

Ce livre est à la fois un guide d'interprétation précis et un compagnon sur le chemin de la métamorphose. Il accompagne astrologues, étudiants et chercheurs de vérité dans leur quête de connaissance de soi et dans l'accueil respectueux de la puissance de transformation qui sommeille en chacun.

[Disponible en version papier ici](#)

Les Aspects en Astrologie Tome 1 et Tome 2

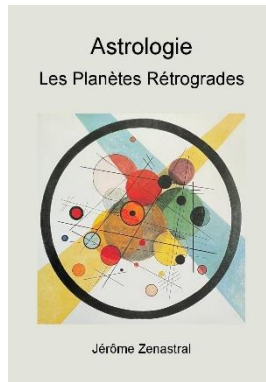


Qu'est-ce qu'un aspect entre deux planètes ? Une simple distance angulaire sur la roue du zodiaque ? Ou bien le reflet d'un dialogue profond entre deux forces de notre psyché ? Dans ce livre, Jérôme Zenastral – astrologue, écrivain et chercheur en pleine conscience – nous invite à explorer les aspects planétaires, ces liens invisibles mais puissants qui tissent la trame de notre thème natal. À travers une approche claire et vivante, l'auteur distingue les aspects de tension (Tome 1), révélateurs de conflits intérieurs, mais aussi d'évolutions possibles et les aspects de détente (Tome 2), porteurs d'harmonie et de fluidité. Chaque aspect est interprété en tenant compte du signe occupé par les planètes, offrant ainsi une lecture fine et personnalisée. Ce livre se distingue par son approche consciente de l'astrologie : les tensions ne sont pas des malédictions, mais des invitations à la présence et à l'intégration. Pour chaque aspect de tension, l'auteur propose des psychosolutions concrètes, destinées à transformer le mal-être en compréhension, et la lutte intérieure en ouverture de cœur. Un guide précieux pour tous ceux qui souhaitent aller au-delà des interprétations figées et découvrir l'astrologie comme outil de connaissance de soi et de libération intérieure.

[Le Tome 1 disponible en version papier ici](#)

[Le Tome 2 disponible en version papier ici](#)

Les planètes rétrogrades en astrologie



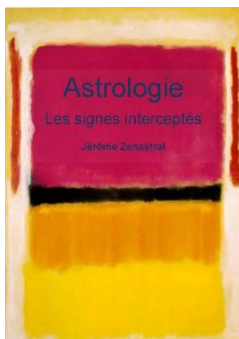
Quand une planète est rétrograde dans un thème astral, son mouvement apparent semble aller à rebours. Ce phénomène n'est pas un défaut ni un blocage, mais une invitation à tourner le regard vers l'intérieur. L'énergie planétaire cesse de se projeter immédiatement dans l'action extérieure pour devenir introspective, révisant, questionnant, approfondissant.

Dans cet ouvrage, Jérôme Zenastral explore la signification des planètes rétrogrades à travers 144 combinaisons détaillées : les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques. Chaque interprétation éclaire une dimension particulière du travail intérieur que la rétrogradation nous invite à entreprendre : revisiter nos élans, réexaminer nos attitudes, retrouver une cohérence plus profonde avec nous-mêmes.

Fidèle à sa vision de l'astrologie fondée sur la synchronicité, Jérôme Zenastral rappelle qu'il n'existe pas d'influence directe des astres, mais un langage symbolique qui reflète nos dynamiques intérieures. Les planètes rétrogrades deviennent alors des clés d'introspection précieuses, non pas des obstacles, mais des passages intimes vers une conscience plus large et plus authentique de soi.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie : Les signes interceptés



Dans un thème astral, une interception ne désigne pas un défaut ni une fatalité. C'est un espace intérieur encore voilé, une énergie silencieuse en attente d'éveil. Comme une chambre fermée dont la clé n'a pas encore été trouvée, le signe intercepté ne demande pas d'être corrigé, mais reconnu et accueilli.

Cet ouvrage explore en profondeur ces zones de conscience cachées. Chaque signe intercepté est étudié en relation avec chaque planète, puis décliné dans toutes les maisons du thème, offrant plus de 1400 interprétations originales. Chacune de ces combinaisons ouvre un chemin singulier vers une libération intérieure, révélant comment l'énergie interceptée peut devenir source de présence, de créativité et d'élargissement de soi.

Ici, l'astrologie n'est pas prédiction mais synchronicité. Elle ne décrit pas un destin figé, mais un langage symbolique qui reflète notre vie intérieure et nous invite à l'éveil. Les interceptions, loin d'être des prisons, deviennent alors des invitations à la conscience, des miroirs qui révèlent des ressources insoupçonnées.

Que vous soyez curieux, étudiant en astrologie ou déjà praticien expérimenté, ce livre vous propose une approche novatrice : celle d'une astrologie de la pleine conscience, où chaque interception se transforme en clé d'ouverture et en voie de liberté intérieure.

[Disponible en version papier ici](#)

Les Nœuds de la Lune en Astrologie



Dans cet ouvrage, nous vous invitons à découvrir la richesse symbolique du Nœud Sud et du Nœud Nord, non pas comme des concepts ésotériques liés à des vies passées ou à un futur lointain, mais comme des repères essentiels de votre voyage personnel dans le moment présent et la pleine conscience.

Le Nœud Sud, loin d'être une simple zone de confort ou un rappel d'un passé révolu, est ici présenté comme le reflet de vos actions, de vos talents et de vos habitudes accumulées au fil du temps. Il témoigne de ce que vous avez accompli, des compétences que vous avez développées, et des défis que vous avez déjà relevés.

Le Nœud Nord, quant à lui, représente l'appel à incarner pleinement vos qualités et à vivre en accord avec les potentialités de votre présent. Il ne s'agit pas d'un objectif lointain, mais d'une direction claire pour votre évolution immédiate, un chemin sur lequel vous êtes déjà engagé, ici et maintenant.

[Disponible en version papier ici](#)

Lilith en astrologie



Lilith incarne la part de nous-mêmes la plus authentique, radicale et profonde, souvent occultée, rejetée ou bannie. Loin d'être une énergie négative à fuir, elle est une force de désobéissance sacrée qui nous invite à reconnaître la blessure originelle de la séparation d'avec la Conscience universelle. Ce livre explore ses 144 combinaisons en signes et maisons astrologiques, révélant comment Lilith agit comme un seuil intérieur, une mémoire vivante d'un absolu inviolable.

Au-delà de cette double lecture, vous découvrirez également l'interprétation des aspects que les planètes forment avec Lilith, véritables dialogues symboliques qui modulent la manière dont cette part profonde s'exprime et interagit avec d'autres dimensions de notre être.

À travers cette exploration, Lilith devient un guide vers une conscience nue, au-delà des illusions, invitant à accueillir pleinement cette part de soi bannie mais essentielle à l'intégrité de l'être.

[Disponible en version papier ici](#)

Les Astéroïdes en Astrologie



Les astéroïdes sont des messagers subtils de l'astrologie. Ni planètes majeures, ni lumineuses, ils dessinent pourtant une carte intérieure précieuse, révélant des forces discrètes mais décisives qui orientent notre chemin de conscience.

Dans ce livre, Jérôme Zenastral explore quatre figures essentielles :

- **Psyché** : l'art de franchir les seuils irréversibles, habiter l'impermanence sans se perdre,
- **Pallas** : la clairvoyance stratégique, voir au-delà des blocages apparents,
- **Juno** : la légitimité intérieure, reconnaître en soi ce qui demande à être honoré
- **Vesta** : le sanctuaire du feu sacré, garder vivant le lien avec l'essentiel.

Si **Cérès** est parfois associée à la Vierge et considérée comme sa maîtresse, son statut de planète naine l'écarte de ce groupe. Quant à **Chiron**, bien qu'il soit en réalité un centaure, il joue un rôle symbolique si fort qu'il a toute sa place dans ce parcours.

Loin des prédictions et du déterminisme, cet ouvrage propose une approche sensible et consciente. Chaque astéroïde y devient un guide intérieur, une clé de reconnaissance, un espace de transformation.

[Disponible en version papier ici](#)

Chiron en Astrologie



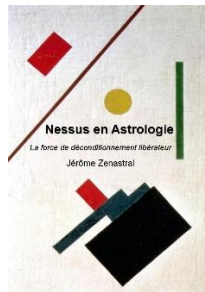
Découvrez la puissance de Chiron, symbole de la brèche intérieure, de la résilience et de la sagesse partagée, à travers une exploration complète de ses 144 combinaisons en signes et maisons astrologiques. Ce livre vous guide pour comprendre comment cette énergie subtile révèle vos zones de vulnérabilité, vos appels de conscience et votre potentiel de transformation profonde.

Au-delà de sa position dans le thème, vous apprendrez à interpréter les aspects que Chiron forme avec les autres planètes, mettant en lumière les dynamiques psychiques qui jalonnent votre parcours de guérison intérieure. Ces interférences, qu'elles soient harmonieuses ou conflictuelles, dévoilent les tensions, les ouvertures et les prises de conscience qui permettent à la souffrance de devenir chemin de présence et de compassion.

Grâce à une approche fondée sur la synchronicité, ce livre propose une lecture symbolique de Chiron, affranchie de toute notion d'influence astrale. Chiron n'agit pas sur vous ; il reflète une force en vous — celle qui fait de la douleur une ouverture à plus grand que soi, et de votre expérience une source de lumière pour les autres.

[Disponible en version papier ici](#)

Nessus en astrologie



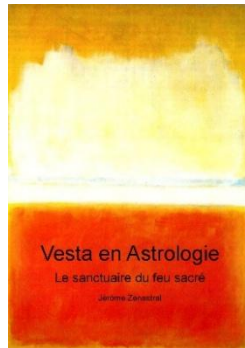
Dans la mythologie, Nessus incarne le poison transmis comme un don, une fausse sécurité qui finit par consumer. En astrologie de la pleine conscience, il ne symbolise pas une fatalité extérieure, mais un révélateur intérieur : là où il se trouve dans le thème, il met en lumière les conditionnements hérités — familiaux, sociaux, collectifs — qui nous sécurisent en surface mais nous enferment dans des rôles et des fidélités inconscientes.

Nessus invite au courage du déconditionnement : voir sans juger ce qui a été transmis, se désidentifier de ce qui n'est pas notre être, et cesser de perpétuer des formes qui ne rendent personne heureux. Ce passage exigeant ouvre la voie à une transmission nouvelle : non plus l'empreinte du poison, mais une présence libre, accordée à la conscience vivante.

Dans cet ouvrage, Jérôme Zenastral explore les 144 combinaisons possibles de Nessus en signe et en maison, afin d'offrir des repères clairs pour reconnaître et traverser les illusions de sécurité. Plus qu'une étude technique, ce livre est une invitation à la lucidité radicale : lâcher prise avec le poids des conditionnements pour retrouver une liberté intérieure qui ne dépend plus de rien.

[Disponible en version papier ici](#)

Vesta en Astrologie



Vesta est la gardienne silencieuse de notre feu sacré. Elle veille en nous, même dans l'oubli, même au cœur du tumulte, et nous rappelle que l'essentiel ne s'éteint jamais. Dans une société marquée par la dispersion et l'urgence, Vesta nous invite à revenir à l'essentiel, à préserver en nous un espace clair, pur, immobile — un sanctuaire inviolable, hors d'atteinte du monde profane.

Dans cet ouvrage profondément symbolique et ancré dans une astrologie de la pleine conscience, Jérôme Zenastral explore la fonction de Vesta comme flamme de veille, point fixe intérieur, mémoire vivante de la Conscience.

Vous découvrirez ici :

- les 144 combinaisons de Vesta dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques,
- l'interprétation des aspects que Vesta forme avec les autres planètes du thème, révélant les alliances ou tensions entre le feu sacré et les dynamiques psychiques de l'individu,

une approche sensible, non déterministe, où l'astrologie devient un outil de recentrage, d'alignement et de fidélité à l'être.

[Disponible en version papier ici](#)

Psyché en astrologie



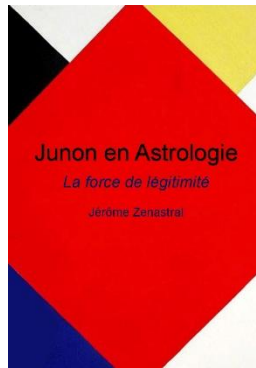
Psyché est la gardienne de nos passages irréversibles et de notre capacité à traverser les métamorphoses de la vie sans perdre notre axe intérieur. Elle nous accompagne dans les changements, les pertes et les renaissances, nous invitant à accueillir l'inévitable avec intelligence, persévérance et curiosité. Dans un monde en constante mutation, Psyché nous rappelle que la transformation n'est pas un danger, mais une opportunité de réinvention et d'ouverture intérieure.

Dans cet ouvrage profondément symbolique et ancré dans une astrologie de la pleine conscience, Jérôme Zenastral explore la fonction de Psyché comme médiatrice de la métamorphose et révélatrice de notre intelligence adaptative. Vous découvrirez ici :

- les 144 combinaisons de Psyché dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques,
- l'interprétation des aspects que Psyché forme avec les autres planètes du thème, révélant les affinités ou résistances entre la fonction adaptative et les dynamiques psychiques de l'individu,
- une approche sensible, non déterministe, où l'astrologie devient un outil de compréhension, d'acceptation et de transformation consciente.

[Disponible en version papier ici](#)

Junon en astrologie



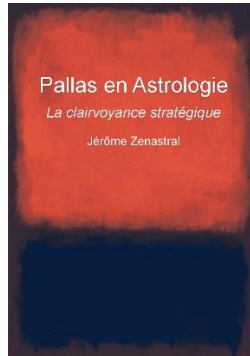
Junon est la gardienne de votre légitimité intérieure. Elle veille sur votre droit d'être pleinement vous-même, même lorsque l'ego vous invite à vous restreindre, à vous juger ou à vous conformer aux attentes extérieures. Dans un monde où la peur de ne pas être à la hauteur ou de ne pas être reconnu peut dominer, Junon vous rappelle que rien en vous n'est illégitime et que chaque facette de votre être mérite d'être accueillie.

Dans cet ouvrage profondément symbolique et ancré dans une astrologie de la pleine conscience, Jérôme Zenastral explore la fonction de Junon comme révélateur de l'authenticité, médiateur entre sécurité intérieure et expansion de l'être, et guide vers la réconciliation avec vos parts refoulées ou éclipsées. Vous découvrirez ici :

- les 144 combinaisons de Junon dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques,
- l'interprétation des aspects que Junon forme avec les autres planètes du thème, mettant en lumière les tensions et harmonies entre votre légitimité intérieure et vos dynamiques psychiques,
- une approche sensible et non déterministe, où l'astrologie devient un outil de conscience, de réconciliation et de respect de votre intégrité profonde.

[Disponible en version papier ici](#)

Pallas en astrologie



Pallas est la clairvoyante, la stratège et la tisseuse de solutions. Elle incarne en nous la faculté d'observer sans réagir, de discerner l'ouverture dans l'impasse, et d'oser emprunter une voie nouvelle là où tout semblait bloqué. Dans un monde souvent dominé par la précipitation et les automatismes, Pallas nous invite à cultiver la lucidité, la créativité inventive et l'art de la résolution juste.

Dans cet ouvrage profondément symbolique et ancré dans une astrologie de la pleine conscience, Jérôme Zenastral explore la fonction de Pallas comme intelligence intuitive et créatrice, catalyseur de transformation et gardienne de la voie claire au cœur de la complexité. Vous découvrirez ici :

- Les 144 combinaisons de Pallas dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques.
- L'interprétation des aspects que Pallas forme avec les autres planètes du thème, révélant les alliances ou tensions entre la clairvoyance intérieure et les dynamiques psychiques de l'individu,
- Une approche sensible, non déterministe, où l'astrologie devient un outil de discernement, de libération et de créativité vivante.

[Disponible en version papier ici](#)

Les planétoïdes

La Planétoïde Éris en astrologie



Éris est la révélatrice, la perturbatrice lumineuse et la confrontatrice des vérités cachées. Elle incarne en nous la faculté de percevoir les fractures, de mettre en lumière les tensions invisibles et d'oser accueillir ce qui dérange, afin de transformer la discorde en conscience et en maturité intérieure. Dans un monde souvent dominé par les illusions, les automatismes ou la peur du conflit, Éris nous invite à cultiver le discernement, la responsabilité et la capacité à intégrer les tensions comme moteurs de croissance et de lucidité.

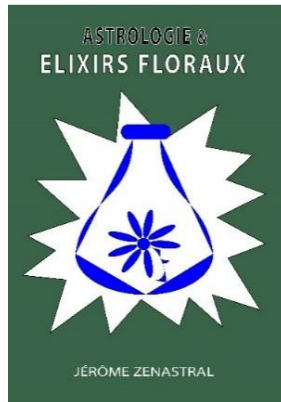
Dans cet ouvrage profondément symbolique et ancré dans une astrologie de la pleine conscience, Jérôme Zenastral explore la fonction d'Éris comme énergie révélatrice et initiatrice, catalyseur de transformations et gardienne de la vérité intérieure au cœur des dynamiques relationnelles et personnelles. Vous découvrirez ici :

- Les 144 combinaisons d'Éris dans les 12 signes du zodiaque et les 12 maisons astrologiques.
- L'interprétation des aspects qu'Éris forme avec les autres planètes du thème, révélant les conflits ou harmonies entre la force révélatrice et les autres dimensions psychiques de l'individu.

Une approche sensible, non déterministe, où l'astrologie devient un outil pour accueillir les tensions, développer la conscience de soi et transformer les crises en vérités constructives.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie et élixirs floraux



Ce livre, de Jérôme Zenastral, établit un lien entre le thème astral d'une personne et les élixirs floraux les mieux adaptés à son caractère.

Les élixirs floraux sont obtenus par macération ou infusion de fleurs et de plantes. Ces élixirs sont imprégnés de l'énergie de la plante. Après leur absorption, ils interagissent avec nos propres forces. Ce sont de puissants catalyseurs d'évolution et de transformation qui favorisent l'éveil de la sensibilité et qui font remonter à la conscience une demande intérieure impérative.

Utilisés avec discernement, ces élixirs floraux sont des alliés essentiels pour faire ressurgir les qualités qui sont en nous et pour améliorer notre relation au monde.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie et métiers

L'astrologie, une réponse à la question : Quels métiers me correspondent ?



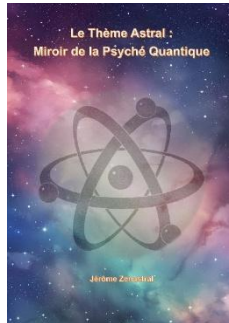
Ce livre établit une corrélation entre votre thème astral de naissance et votre profil professionnel. Il représente un atout précieux pour éclairer vos choix de carrière. Il vous permettra de découvrir une sélection de métiers en adéquation avec votre personnalité et adaptés à vos compétences.

Vous y trouverez des professions auxquelles vous n'auriez peut-être jamais pensé, mais qui sont en harmonie avec votre caractère. Les métiers pour lesquels vous avez le plus de prédispositions sont ceux dans lesquels vous aurez la plus grande chance de vous épanouir.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie Quantique

Le Thème Astral : Miroir de la Psyché Quantique



Plongez dans un voyage audacieux où la science rencontre la spiritualité, où le microcosme rejoint le macrocosme, où la mécanique quantique éclaire les mystères de la psyché humaine à travers le prisme de l'astrologie de la pleine conscience.

Que vous soyez un chercheur passionné, un sceptique curieux, ou simplement un esprit ouvert en quête de sens, ce livre vous invite à redéfinir vos perceptions et à embrasser la magnifique danse entre science et spiritualité, mécanique quantique et astrologie, particules et psyché.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie et culture



L'astrologie évoque souvent des horoscopes mystiques et un destin écrit dans les étoiles. Pourtant, son influence va bien au-delà de ces clichés.

Dans cet ouvrage, découvrez comment cette pratique millénaire façonne de manière profonde et variée notre ère contemporaine.

De sa représentation dans les médias à son influence dans les arts, la littérature, la musique, la mode, le design et même le monde académique, ce livre révèle les multiples visages de l'astrologie dans la société d'aujourd'hui.

L'auteur aborde avec perspicacité les controverses et débats actuels entourant l'astrologie, et nous emmène dans une exploration fascinante de la synchronicité de l'astrologie à l'heure de la physique quantique.

[Disponible en version papier ici](#)

L'Astrologie pour comprendre un enfant



Et si vous compreniez votre enfant sous un jour nouveau grâce à l'astrologie ? Ce guide unique vous offre l'opportunité de découvrir le caractère, les besoins et les comportements de votre enfant en fonction de son thème astral.

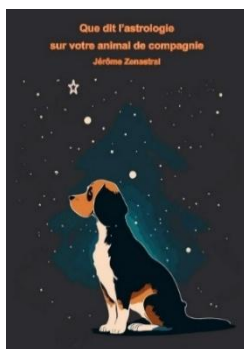
À travers des interprétations détaillées du signe solaire, de la Lune, de Mercure, de Vénus, de Mars, et même de l'ascendant, ce livre vous dévoile comment les planètes révèlent la personnalité de votre enfant.

Vous y trouverez également des éclairages sur la compatibilité entre vous et votre enfant, en prenant en compte vos thèmes astraux respectifs.

Plongez dans cet ouvrage et apprenez à éduquer votre enfant sous un nouvel angle pour cultiver une relation plus harmonieuse et enrichissante.

[Disponible en version papier ici](#)

Que dit l'astrologie sur votre animal de compagnie ?



Et si vous compreniez votre animal de compagnie sous un jour nouveau grâce à l'astrologie ?

Ce guide unique vous offre l'opportunité de découvrir le caractère, les besoins et les comportements de votre compagnon en fonction de son thème astral.

À travers des interprétations détaillées du signe solaire, de la Lune, de Mercure, de Vénus, de Mars, et même de l'ascendant, ce livre vous dévoile comment les planètes révèlent la personnalité de votre compagnon. Vous y trouverez également des éclairages sur la compatibilité entre vous et votre animal, en prenant en compte vos thèmes astraux respectifs.

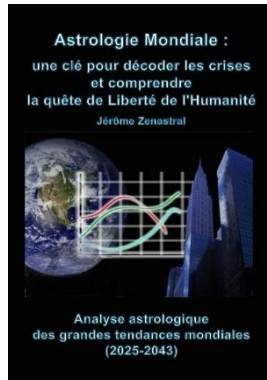
Plongez dans cet ouvrage et apprenez à observer votre compagnon sous un nouvel angle pour cultiver une relation plus harmonieuse, fraternelle et enrichissante.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie Mondiale

Une clé pour décoder les crises et comprendre la quête de Liberté de l'Humanité.

Analyse astrologique des grandes tendances mondiales (2025-2043)



À travers l'histoire, l'humanité a constamment cherché à donner corps à ses idéaux de liberté, d'égalité et de fraternité. Mais ces principes, souvent célébrés, sont aussi mis à l'épreuve par des crises, des révolutions et des évolutions technologiques. Comment comprendre les moments de transformation qui bouleversent nos sociétés ? Ce livre propose une exploration unique, mêlant histoire, philosophie et astrologie, pour éclairer les grandes étapes de cette quête universelle. Des révolutions politiques aux défis de la démocratie contemporaine, en passant par l'impact des transits planétaires comme ceux de Pluton en Verseau, il met en lumière les cycles qui façonnent notre monde. À l'heure où le populisme, les inégalités et la désinformation fragilisent nos démocraties, l'astrologie offre une grille de lecture précieuse pour décrypter les défis de notre époque. Elle nous invite à voir au-delà des événements immédiats pour comprendre les dynamiques profondes qui sous-tendent nos choix individuels et collectifs.

[Disponible en version papier ici](#)

Astrologie et Célébrités



Comment l'astrologie se manifeste-t-elle dans la vie de ceux et celles qui marquent leur époque ? Quelles sont les configurations planétaires chez les figures du cinéma, de la musique, de la politique, de la littérature, de l'histoire ou encore de la spiritualité ?

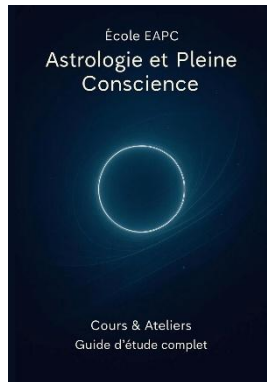
Dans cet ouvrage accessible et inspirant, Jérôme Zenastral explore les thèmes astrologiques d'une centaine de personnalités célèbres – de Victor Hugo à Lady Gaga, de Gandhi à Rihanna, de Léonard de Vinci à Emma Watson – pour illustrer concrètement les multiples façons dont les énergies astrales peuvent s'exprimer.

Chaque portrait devient une occasion d'observer, avec bienveillance et lucidité, la richesse d'un chemin de vie. Au fil des pages, l'astrologie se révèle comme un langage symbolique capable de refléter les forces à l'œuvre dans la psyché humaine.

Pédagogique, positif et respectueux, ce livre s'adresse aussi bien aux curieux qu'aux praticiens avertis. Il offre des clés pour mieux comprendre la vocation de chacun, les épreuves traversées, les dons mis au service du monde — et, peut-être, un miroir pour approcher plus profondément sa propre destinée.

[Disponible en version papier ici](#)

Manuel d'Astrologie Cours et ateliers



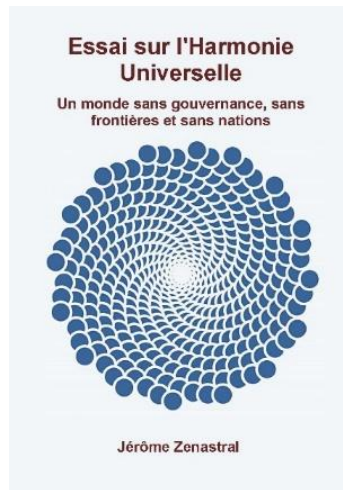
Ce livre rassemble l'intégralité des cours proposés par l'École d'Astrologie et de Pleine Conscience (EAPC), fondée par Jérôme Zenastral. Il constitue un parcours complet, progressif et accessible, destiné à toutes celles et ceux qui souhaitent apprendre à interpréter une carte du ciel avec justesse, profondeur et clarté.

Chaque leçon explore un aspect fondamental de l'astrologie : signes, planètes, maisons, aspects, transits, et bien plus encore. Une attention particulière est portée à la pleine conscience, à la symbolique vivante et à l'intégration intérieure, loin de toute recette figée.

Ce livre peut être suivi à votre rythme, en autonomie, comme un chemin d'étude et de transformation. Il s'adresse aussi bien aux débutants qu'aux praticiens désireux de renouveler leur regard. Un guide de progression, des exemples, des ateliers et un examen final sont inclus. En cas de validation, un diplôme personnalisé peut être obtenu sur simple demande.

[Disponible en version papier ici](#)

Essai sur L'Harmonie Universelle



Imaginez un monde sans frontières ni nations, où les besoins de chacun sont comblés et où règnent la paix, l'harmonie et la compassion.

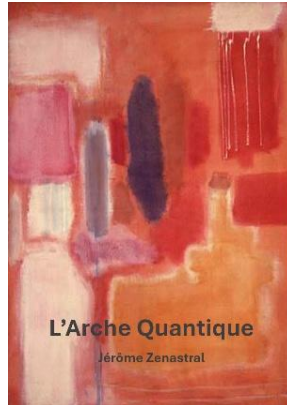
C'est ce monde que décrit ce livre, où l'écologie, l'éducation, la technologie, la culture et bien d'autres aspects de la vie sont repensés pour servir le bien commun.

À travers une série de chapitres traitant de différents sujets, le lecteur est invité à découvrir cette utopie réalisable, où la sagesse collective et l'acceptation de l'impermanence mènent à un bon équilibre entre l'humain et la nature.

[Disponible en version papier ici](#)

L'Arche Quantique

Roman de science-fiction métaphysique et initiatique



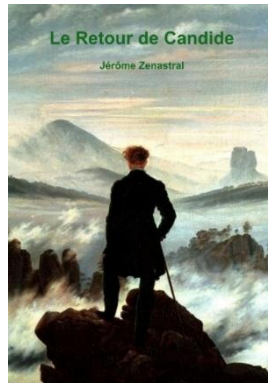
Et si le monde ne tenait qu'à un regard ? Et si notre réalité n'existait que par l'acte même de la conscience qui l'observe ?

Ce roman imagine une humanité en mutation, appelée à se délester du connu pour s'ouvrir à l'inconnu. À travers une écriture sensible et visionnaire, *L'Arche quantique* conduit le lecteur dans les étapes d'un passage : celui qui mène de l'ancien monde, pétri de forme, de mémoire et de séparation, vers une réalité vibratoire, unifiée et quantique.

L'Arche quantique est un roman initiatique, une fiction métaphysique qui propose un voyage intérieur. Plus qu'une histoire, c'est une expérience, un passage vers une conscience nouvelle — un récit où la science-fiction se déploie non à travers la technologie, mais à travers les mutations de l'esprit et la dissolution des repères anciens.

[Disponible en version papier ici](#)

Le Retour de Candide



Candide est de retour.

Mais cette fois, ce n'est pas le jardin qu'il cultive, c'est le cœur de l'humanité qu'il explore. Ce personnage intemporel, né de la plume de Voltaire, traverse les bouleversements du monde moderne avec son regard candide et lumineux. Entre les révoltes de Mai 68, la chute du Mur de Berlin, l'essor des technologies et les défis climatiques, Candide est un témoin silencieux, un miroir qui reflète les contradictions, les espoirs et les absurdités de notre époque.

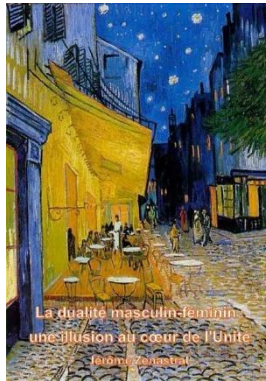
Avec une candeur qui n'est pas une faiblesse, mais une sagesse universelle, il observe sans juger, questionne sans condamner. À travers ce voyage, Candide nous invite à revisiter notre propre humanité et à repenser notre relation au monde.

Le retour de Candide n'est pas un simple récit, mais une fresque vibrante où chaque page éclaire les paradoxes de notre condition humaine. Entre joie et désillusion, progrès et pertes, espoirs et désenchantements, ce livre nous appelle à regarder le monde avec un regard neuf et à réaffirmer notre quête de lumière et d'harmonie.

Et si, à travers Candide, nous trouvions un écho de nous-mêmes ?

[Disponible en version papier ici](#)

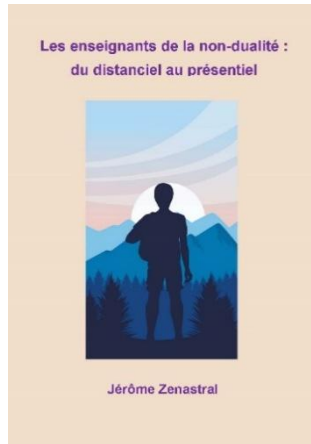
La dualité masculin-féminin



Dans un monde en quête d'équilibre, les relations hommes-femmes sont souvent perçues comme un terrain de tensions et de luttes. Ce livre propose une approche inédite et profondément transformatrice pour transcender ces divisions. De l'analyse historique des conditionnements qui ont forgé les inégalités entre les sexes, à l'exploration des crises contemporaines, chaque chapitre éclaire les racines des conflits et offre des clés pour envisager un avenir où l'harmonie est possible. Mais l'ouvrage ne s'arrête pas aux constats. Il met en lumière une dimension souvent ignorée : celle de l'union des principes masculin et féminin en soi. Cette quête intérieure, à la fois psychique et spirituelle, est présentée comme la véritable clé d'une transformation durable, dépassant les luttes extérieures pour embrasser une réconciliation profonde, individuelle et collective. Dans un style accessible et richement documenté, ce livre s'adresse à tous ceux qui cherchent à comprendre, guérir et transcender les clivages, qu'ils soient individuels ou collectifs. Ce livre est une invitation à se réconcilier avec soi-même pour bâtir un monde où l'être humain, au-delà de son sexe ou de son genre, peut pleinement s'épanouir.

[Disponible en version papier ici](#)

Les Enseignants de la Non-Dualité



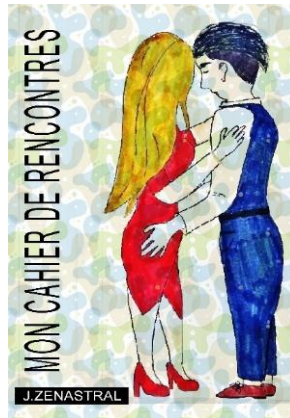
Dans un monde en constante évolution, de plus en plus de gens sont en quête de spiritualité.

Cet ouvrage offre un aperçu des grandes figures spirituelles contemporaines, véritables phares guidant notre quête.

Il fournit des informations précises sur ces enseignants, leur parcours, leur approche de l'enseignement, et comment les contacter ou suivre leurs enseignements, que ce soit par le biais de webinaires, de visioconférences, ou de retraites et rencontres en présentiel.

[Disponible en version papier ici](#)

Mon cahier de rencontres

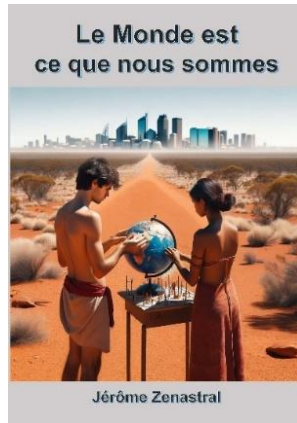


Ce livre est un guide de rencontres, sorte de carnet de voyage, véritable compagnon de route, pour celles et ceux qui souhaitent consigner les moments forts, les mises au point et les changements importants dans leur vie amicale, sentimentale, conjugale, maritale et professionnelle.

L'auteur de ce livre s'interroge sur ce que signifie la rencontre dans son sens le plus noble et le plus large. Il nous ouvre une vision synthétique et idéale du monde des relations humaines. Il tente de mettre un peu d'ordre dans un sujet qui nous touche tous. Il met l'accent sur la manière dont s'opère le passage d'une rencontre fortuite à une rencontre établie ainsi que sur les dimensions qui lui semblent fondamentales pour vivre des rencontres satisfaisantes et épanouissantes.

[Disponible en version papier ici](#)

Le Monde est ce que nous sommes

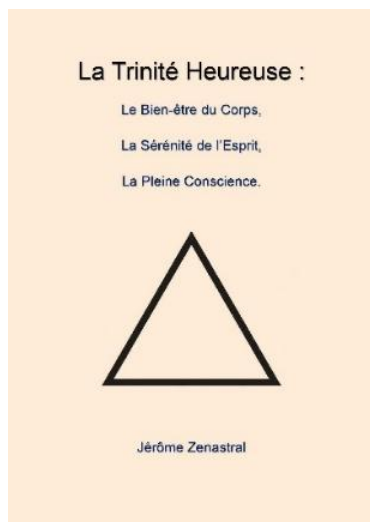


De l'aube de l'humanité, avec ses sociétés égalitaires vivant en harmonie avec la nature, jusqu'aux complexités de notre monde moderne marqué par les conflits et les inégalités, ce livre révèle comment l'histoire humaine a été le miroir des états d'esprit collectifs de son temps.

Zenastral nous incite à reconnaître notre rôle dans la création et le maintien des structures sociales et à nous engager dans la construction d'un avenir plus harmonieux. Il plaide pour une transformation intérieure comme point de départ pour un changement sociétal véritable, soulignant la nécessité de cultiver l'empathie, la compassion et une compréhension de notre interconnexion.

[Disponible en version papier ici](#)

La trinité heureuse

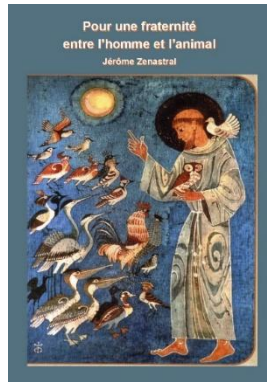


Dans ce livre découvrez une approche holistique pour harmoniser le corps, l'esprit et la pleine conscience. Ce guide explore les méthodes pour cultiver le bien-être à travers une alimentation équilibrée, des exercices physiques adaptés, des exercices de méditation et une connexion profonde avec la nature. Il offre des conseils pratiques pour gérer le stress, améliorer les relations sociales, et trouver l'équilibre dans la vie professionnelle.

En intégrant la pleine conscience au quotidien, vous apprendrez à vivre une vie plus sereine et épanouie, en respectant votre corps et en nourrissant votre esprit. Ce livre est un compagnon pour tous ceux qui cherchent à améliorer leur qualité de vie et à embrasser une existence plus consciente et joyeuse.

[Disponible en version papier ici](#)

Fraternité entre l'homme et l'animal



Depuis les premiers jours où l'humanité a observé le monde naturel, une question essentielle s'est posée : qu'est-ce qui nous distingue des autres formes de vie ? Cet ouvrage explore la frontière souvent floue entre l'homme et le reste du règne vivant, en interrogeant notre perception de l'intelligence, de la conscience, et des rapports de force qui nous unissent ou nous opposent aux autres êtres.

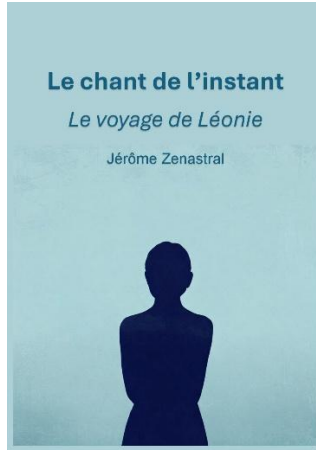
Ce livre examine les facettes méconnues et captivantes du monde vivant. De la communication subtile des animaux aux extraordinaires réseaux de symbiose des plantes, des pratiques ancestrales de chasse aux défis éthiques posés par la domestication et les spectacles animaliers, il jette un regard critique sur la relation de l'homme avec la nature.

En ces temps marqués par des préoccupations environnementales et éthiques grandissantes, ce livre invite le lecteur à repenser la place de l'homme dans un monde interconnecté. Il pose des questions essentielles : Sommes-nous réellement supérieurs aux autres formes de vie ou faisons-nous partie d'un tout plus vaste et harmonieux ? La domination est-elle le seul modèle possible, ou existe-t-il une voie plus respectueuse, marquée par l'empathie et la cohabitation ?

[Disponible en version papier ici](#)

Le chant de l'instant

Le voyage de Léonie



Léonie traverse des lieux — le Cachemire, Paris, l'ermitage silencieux — des rencontres, des regards, des souffles.

Elle parcourt les chemins, mais ce qu'elle cherche n'est nulle part, car tout est déjà là, dans le frémissement de l'instant.

Le chant de l'instant n'est pas une histoire à suivre, ni une quête à achever.

C'est une présence à traverser.

[Disponible en version papier ici](#)

Merci pour votre attention et votre intérêt pour mes ouvrages !