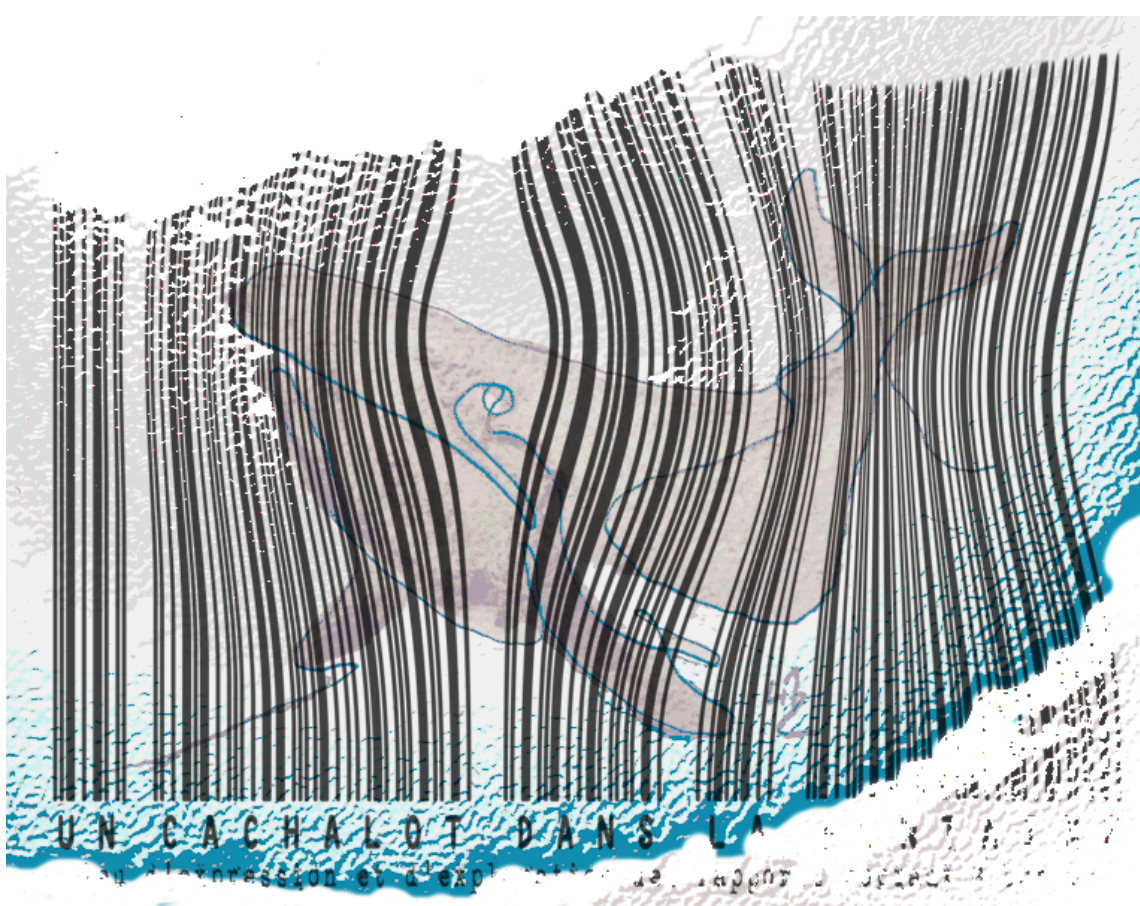




Bonjouuuuur ^^

Je ne sais pas par où commencer

J'ai eu envie de cette bulle chaque jour mais je n'en voyais plus la forme, elle ne me semblait plus aussi rassurante, chaude et douce, confortable

Grâce à quelques messages déposés par quelques-uns, grâce à tous les détails qui m'ont chahuté dans le maelstrom des 10 derniers jours, je crois que j'ai envie de partager avec vous ... Le "[Golden Circle](#)" qui a été rédigé avant la création de l'association "Un Cachalot dans la Fontaine". Eh oui, aussi flou que peut sembler ce projet aujourd'hui, il a été pensé longuement, très longuement ... Autour de **l'identité et de l'altérité** ! (Vous saviez, vous, que ces 2 mots sont classés comme des antonymes, l'Individu et l'Autre !) ... Et ça tombe bien, parce qu'avant la [11ème newsletter](#), j'avais demandé de l'aide à Nagar pour sa rédaction (toute en retard que j'étais 😊) ... En retard, il l'était un peu aussi alors son texte est arrivé après l'envoi de ladite newsletter mais je vous l'offre aujourd'hui : Il tombe tellement bien !

L'autre,

Je ne vais voir dans l'autre qu'une confirmation de moi. (Nietzsche)

C'est vrai que l'autre est passionnant, il est bouleversant obsédant, il fait peur et il fait mal aussi. Mais que serions-nous seuls? Besoin d'être touché et vu pour exister pour avoir des frontières claires de nous même. Merci pour ce beau voyage qu'est le cachalot. Nous nous rencontrons sans mode d'emploi, sans injonction. Mu juste par l'envie d'être là et la liberté de partir quand on veut.

On fréquente l'autre et il nous éclaire. Peut-être même sur nos ombres mais ça nous permet de savoir. Ignorer n'est pas une solution. D'ailleurs il n'y en a pas dans l'ignorance. Se connaître, cette phrase à double sens dit tout. Se connaître (nous) pour mieux se connaître (soi). Je vous dis à toutes et à tous à très bientôt pour partager un bout de vie ensemble.

Merci Nagar !

A ces ingrédients-là, j'aimerais en ajouter 2, découverts éparpillés dans le maelstrom que j'évoquais plus haut : La **conscience** et le **sacré** (pas le religieux hein, le petit 2 du dictionnaire : "*Qui est digne d'un respect absolu*"). Vous comprendrez peut-être pourquoi si vous avez le courage de lire touuuuuuut ce qu'il y a à lire dans cette newsletter et dans les liens qu'elle contient ! 💕

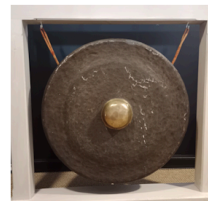


Aloooors, quand et pour quoi on se retrouve bientôt ???

ça y est, c'est déjà dans 3 jours
Joëlle et moi, on est prêtes !!! 🥳👏

**MERCREDI PROCHAIN,
le 19 NOVEMBRE, de 15h30 à
16h30**

Aura lieu l'atelier de Sieste Sonore
Électro-Acoustique "*Voyage à travers
les 5 éléments : Terre, Eau, Air, Feu,
Éther*"



5 PLACES

PREMIERS ARRIVÉS, PREMIERS SERVIS
LE 19 NOV DE 15H30 À 16H30

Si vous souhaitez vous inscrire,
envoyez nous un message au 06.64.96.75.95



***Places limitées : Pensez à
réserver la vôtre !!!***

L'atelier de sieste sonore électro-acoustique est né du désir de créer un espace où le son devient matière, vibration, lien. À travers les cinq éléments — Terre, Eau, Air, Feu, Éther — nous explorons les dimensions sensibles de l'écoute, du relâchement et de l'expression intuitive.

Chaque participant est invité à se déposer, à ressentir, à jouer, à chanter, à vibrer. Les instruments acoustiques (gongs balinaï, gender, carillon) dialoguent avec des textures électroniques choisies pour leur capacité à ouvrir des paysages intérieurs. Le corps se relâche, la voix s'invite, le silence devient présence.

Ce voyage sonore est aussi un moment de partage : un rituel contemporain où l'on se connecte à soi, aux autres, à l'invisible. Le thé final est l'ancrage, le retour à la parole, à l'expérience vécue.



Puisque 15 jours se sont écoulés, Solen revient normalement ce mercredi pour les Ateliers Matisse !

Elle a dû annuler le dernier, mais on croise les doigts pour qu'elle soit toute rétablie pour se réjouir avec vous **ce Mercredi à 18h30** 🤞

Si tu n'as pas lu les [précédentes newsletters](#), que tu n'as pas eu la joie de découvrir les Ateliers Matisse, tu peux te renseigner [là](#) (ou venir mercredi à 18h30 😊)

.....

Avec Lydie, on a enfin convenu d'une première date pour se retrouver et se motiver à coudre ensemble 🥰👏

Ce sera **dimanche 23 novembre**
à partir de 13h30

Cet atelier n'est ni un cours, ni une animation mais il est ouvert à tous ^^



.....

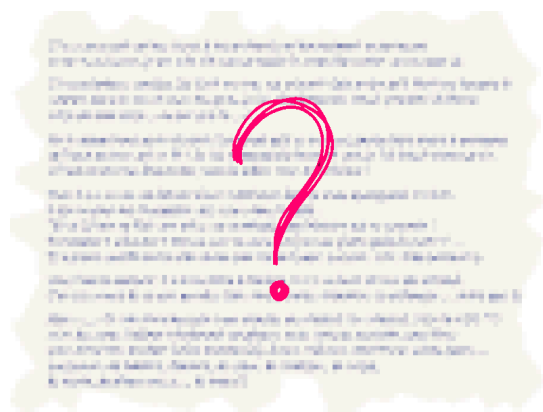
Je vous ai parlé, dans la [dernière newsletter](#) de la "**soirée soupe/projection de film**" qu'on espère proposer. ça y est, on a fait une petite réunion et on a mis une option sur la date du 6 décembre 😊👉

La dernière fois, à ce sujet, j'avais ajouté : *Au risque de vous saouler avec mon patchwork et mes coussins, on va être en manque de plaids chauds et de carrés moelleux pour être douillettement blottis pendant le film !* Et on s'est dit qu'on allait demander au réseau si certains auraient des transats, des trucs pliants ou gonflables (bouées, matelas, poufs) un peu confortables à nous prêter, On doit tester les vidéos-projecteurs des copains, inventer des moyens pour nos corps d'être vraiment vraiment bien et détendus et zou Dodo sera au taquet pour régaler nos papilles 🤤🤤

Si vous pouvez nous aider à organiser une soirée vraiment sympa, contactez-nous [là](#) ou [là](#) 🙏

.....

La dernière chose, très importante pour moi, dont je voulais vraiment vous parler c'est un gros projet !
Mes projets "[fil rouge](#)" n'ont pas eu beaucoup de succès jusqu'à présent et il est possible que je manque de ... projet d'envergure, concret, à mener avec une équipe engagée. Peut-être est-il temps de vous en suggérer un autre ... Je le raconte dans le [dernier article](#) que j'ai écrit pour le site aujourd'hui !



Ce projet attend depuis bien avant le Cachalot et je sais qu'il verra le jour avec les bonnes personnes quand ce sera le bon moment ... Et si ça se trouve, c'est **maintenant** et **avec vous** ! 😊💕

.....

Wow, eh ben, ça y est !!!

On dirait pas comme ça mais j'ai chéri cette bulle pendant plus de 12 heures !!!
Depuis 9h ce samedi matin (*il est 22h*), je ne me suis arrêtée que pour manger 😊

Si plein de joli m'attend aussi ailleurs, j'ai presque de la peine de m'en extraire ...
Pourtant il le faut ! Parce que c'est le seul moyen qu'elle arrive enfin à vous au petit déjeuner demain matin ! 😊

En nourrissant l'espoir de vous retrouver en vrai bientôt et de créer avec vous, je vous invite, encore une fois à nous rejoindre sur le groupe WhatsApp pour nos rendez-vous improvisés, nos apéros/goûters, nos séances de tricot/couture à la dernière minute (quand on trouve un créneau commun), vous pouvez laisser votre numéro [ici](#) !

Pour les incompréhensions, les renseignements, les doléances, mots d'amour, encouragements ben ... On vous lira toujours par [là](#) ou [là](#) ! 😊

De mes nageoires qui, étrangement ce soir,
ressemblent à des bras,
je vous embrasse, tendrement,
A très vite 😊💕



Un cachalot dans la fontaine
25 rue des fontaines à Lorient
contact@jesuisuncachalot.fr 06.64.96.75.95