

Sortie livre : "Ma vie est un labo... et la vôtre aussi", une immersion dans les profondeurs de soi-même, par Malou Moulis

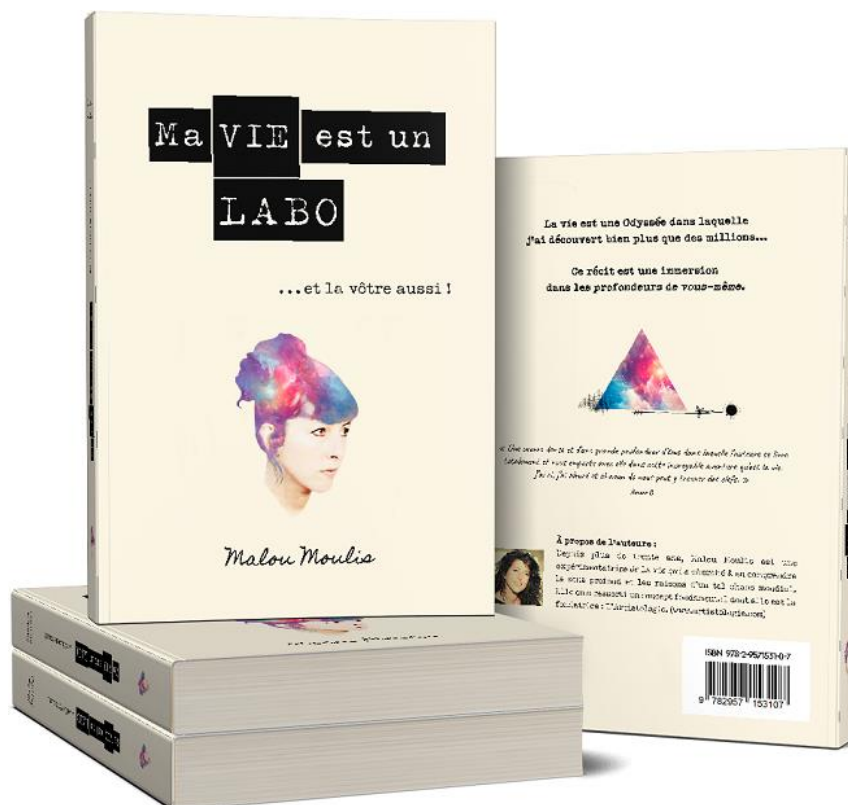
En pleine période de crise économique et sanitaire, le système mondial que nous connaissons semble s'effondrer de toutes parts. Il en résulte une profonde perte de repères, souvent déstabilisante et source de grandes inquiétudes.

De nombreuses questions se posent alors à tous : Comment appréhender un monde dans lequel plus rien n'est certain ? Comment donner du sens à son existence ? Comment élargir sa vision des choses ? Comment avancer tous ensemble ?

Dans son livre ["Ma vie est un Labo... et la vôtre aussi"](#), l'auteure Malou Moulis livre des outils précieux pour comprendre et traverser autrement cette période complexe.

Dans ce récit qui est une immersion dans les profondeurs de l'humanité, l'auteure part en quête de vérité et embarque le lecteur dans l'aventure de l'existence. Au fil des rencontres et de ses expériences, elle cherche à comprendre les raisons du chaos mondial et les comportements humains qui s'y rattachent.

De ce cheminement, l'auteure ressort le concept de l'ARTISTOLOGIE, une approche novatrice qui aide chacun.e à appréhender et créer le monde de demain.



L'Artistologie, une invitation à expérimenter le monde dans sa multiplicité

L'Artistologie est une nouvelle discipline globale qui place l'artiste au cœur de chaque expérience, qu'elle soit personnelle, professionnelle ou sociétale. Elle incite chaque être humain à explorer, à accéder à l'entièreté de lui-même en s'appuyant sur sa créativité.

Malou Moulis souligne :

« En réveillant l'artiste qui sommeille en lui, chaque individu peut trouver le lien commun entre chacune de ses expériences dans toutes les sphères de sa vie, même lorsque les éléments semblent opposés ou séparés. »

Grâce à cette façon de procéder, l'être humain revient à son humanité, va au-delà de ses propres limitations mentales, découvre des idées jamais explorées et peut ainsi tendre vers plus d'innovation.

C'est pour cela qu'il faut comprendre la notion "d'artiste" au sens large : il ne s'agit plus simplement d'un individu utilisant un médium artistique pour exprimer son art, mais d'un "artiste" qui fait corps avec tout ce qu'il touche (dans sa vie, son entreprise, sa façon de communiquer...).

L'artiste va toujours plus loin parce qu'il plonge dans la profondeur en cassant la forme, les codes, les conditionnements et les étiquettes. Il accède à sa propre liberté parce qu'il est vrai. La vérité n'est ni bonne ni mauvaise. Elle EST ! La vérité révèle des parties de soi et d'une façon plus élargie, elle révèle des parties de l'humanité qui se trouvent en chacun.

L'artiste est donc celui qui va à l'essentiel et au cœur des choses en faisant le pont entre l'intrinsèque et l'extrinsèque. C'est parce qu'il s'autorise à plonger dans l'existence de façon créative qu'il va au-delà de ses limitations mentales et peut découvrir de nouvelles idées pour les avancées du monde.

Malou Moulis précise :

« Nous sommes tous des artistes à part entière mais nous ne le savons pas. Positionner l'artiste au cœur de son existence est tout un art de vivre en soi. »

Sortir de la linéarité et de la cérébralité pour créer un monde différent

S'interroger sur les dysfonctionnements actuels va permettre une réelle avancée de l'humanité. À condition de le faire de façon globale et de ne plus tout séparer, à l'image de l'artiste qui rassemble en allant au cœur des choses en utilisant principalement son cerveau droit.

Après avoir dégagé le concept d'Artistologie, Malou Moulis a mis ses travaux en pratique durant ses accompagnements. Avec, à chaque fois, d'importants effets positifs pour les personnes suivies :

- création de bases solides pour s'ancrer dans le mieux-être ;
- ré-ajustement des déséquilibres ;
- développement de l'aspect collaboratif ;
- avancées plus impactantes dans tous les domaines.

C'est pour apporter plus d'harmonie, communiquer sa vision et participer à l'élaboration du monde de demain qu'elle a décidé de partager son cheminement et sa pédagogie au travers de son livre "Ma vie est un labo... et la vôtre aussi".

Elle confirme :

« Modifier la forme ne sert à rien car le véritable changement ne peut pas s'opérer pleinement tant que la plupart de nos actions sont mal positionnées. C'est pour cela que j'ai voulu partager des clés concrètes qui aident à révéler la complétude de chaque être humain et à résoudre ses souffrances en profondeur. »

Un exemple avec les problèmes de couple

Pour Malou Moulis, vouloir résoudre un problème de couple avec un conjoint revient à rester à la surface des choses. En tant qu'Artistologue, parce qu'elle relie tous les aspects de la vie de l'être humain, elle va aider la personne à explorer le rapport et la vision de l'amour que possède le couple.

Cela va permettre d'élargir le champ de réflexion, de mettre l'ensemble en perspective et de résoudre les fondamentaux. L'individu ne va pas agir en fonction d'un conditionnement mais en accord avec sa nature profonde.

Sommaire

1 - Les deux pieds dans la boue

- C'est quoi ce monde ?
- L'humour pour survivre
- Mon père, ce héros !
- L'autre versant de la vie
- L'ange qui était rebelle

2 - En quête du monde

- L'amour frappe à la porte
- Les problèmes aussi frappent à la porte
- La vie sexuelle n'est pas un porno
- Un métier à part
- Quand la mort devient ta pote
- Le Labo géant
- Au-delà de l'uniforme
- La fracture du crâne
- La chandelle qui brûle
- Celle qui était anxieuse
- Ma vie est un Labo

3 - En quête de soi

- Je t'aime mais je m'en vais
- Championne de l'anticipation
- Une autre façon de voir les choses
- Quand tu t'illuminés
- Le caméléon qui se voit est un kaléidoscope
- Sœur Marie-Thérèse et l'œil qui voit tout
- Celle qui ne lâchait rien
- L'art de dépasser ses peurs
- L'ange en exil

4 - Le chaos

- Quand la vie te dépouille
- Mōssieur mental
- Un outil qui sauve la vie
- Flirter avec la violence
- L'enseignement de l'ange déchu

5 - Destinée

- L'art du chemin tordu
- L'artiste, ce fabuleux diapason
- Celle qui vit toute nue
- Ma vie est un Labo

Référentiel

- Avons-nous peur de notre divine lumière ?
- Résoudre les problèmes ?
- Faut-il souffrir ?
- Au-delà des mots
- La meilleure façon d'apprendre
- Comment développer l'artiste ?
- La centrale de données

Extrait

"Pour la plupart des gens, l'exploration de soi est souvent perçue comme quelque chose de lourd ou de flippant, alors que la notion d'expérimentation apporte l'avantage d'écartier cette peur en retirant tout enjeu. Elle apporte une façon amusante et plus légère d'avancer et de se regarder.

Je trouve que c'est une magnifique manière d'enrayer le mental et de le ramener sur un terrain de neutralité. En lui expliquant que ce que nous entreprenons est une expérience, nous retirons les paramètres d'échec et de réussite. Nous nous permettons donc d'apprendre et d'évoluer. Je trouve que la richesse de la vie se situe dans son parcours, dans l'expérience et finalement très peu dans l'arrivée. Le simple fait de prendre les choses sous cet angle de vue (comme une expérience) permet de lâcher prise sur le résultat. Nous actionnons, nous lâchons et curieusement la réussite est là.

L'enjeu amène une notion de contrôle qui nous empêche de réussir parce qu'il nous tétanise dans tout ce que nous entreprenons. Et si réussite il y a, c'est bien souvent après de longues et douloureuses actions remplies d'inconfort, de hargne et sans rien lâcher. Mon dieu, que de souffrance. Pour ma part, cette façon de faire (vivre les choses comme une expérience) m'aide énormément"

Ce qu'en pensent les lecteurs

Voici un florilège des avis des lecteurs laissés sur Amazon :

"Cet ouvrage est une clé, pour ne pas dire la clé, pour comprendre tant de choses qui sont là, oui oui là, juste sous notre nez !!! Comme beaucoup, je me suis reconnue et questionnée à travers cette expérimentation... Parce que j'aime comprendre et analyser, et là le sujet, c'est nous...Qu'est-ce que c'est bon de se voir enfin, sous un autre angle, s'accepter, se découvrir en profondeur.... Un milliard de mercis Malou... N'ayez crainte, ça chamboule, tout comme la vie en fait, mais qu'est-ce que c'est bon !!!!"

"Ce livre est incroyable, une formidable aventure humaine. Je l'ai littéralement dévoré. Chaque chapitre est une aventure, on a l'impression de se retrouver dans chacun de ses mots. Ce livre est ouvert à tous qu'on soit lecteur passionné ou occasionnel, il parle à chacun d'entre nous, il s'adresse à chacun, et chacun le perçoit à sa manière et l'interprète comme il veut. Histoire vraie, sensible et incroyablement bien retranscrite. Lisez, riez, pleurez et surtout laissez-le vous surprendre et vous embarquer dans cette histoire d'une vie."

"Chaque paragraphe est un pan de la vie de Malou et une nouvelle expérience riche en apprentissages. La lecture de ce livre m'a permis de prendre conscience que, en suivant mon propre chemin, ma vie aussi est pleine d'enseignements. Vivre sa vie, comme une expérience, et apprendre grâce à cela, qui nous sommes au fond de nous, c'est ce que nous propose Malou, et elle nous montre l'exemple sans faux semblants, directement, c'est cash et ça "fracasse le crâne". Chacun y trouvera, selon son cheminement, des clefs de déchiffrement de sa propre énigme intérieure. Merci Malou. À lire plusieurs fois et à compléter par l'écoute de son livre audio, c'est elle qui prête sa voix à ce récit qui s'en trouve sublimé."

"La lecture de ce livre a provoqué chez moi des prises de conscience, des questionnements et des merveilleuses révélations. Une immersion dans les profondeurs de ce que l'on est. Souligné par passage tellement c'est impactant. J'ai enfin saisi à sa lecture que la vie est un labo et que l'expérience en vaut le détour. Merci Malou pour cet ouvrage."

À propos de l'auteure Malou Moulis



Née en 1976, Malou Moulis est une citoyenne de l'humanité qui part en quête dès l'âge de 12 ans.

Le décès simultané de ses grands-parents atteints du VIH lors de l'affaire du sang contaminé est un événement majeur qui l'invite à s'interroger sur le sens profond de son existence et les raisons d'un tel chaos mondial. Passionnée par la vie, l'humain et le secteur artistique, elle expérimente les moments forts de son histoire au travers de ces trois grands axes.

Le décès de la figure paternelle à l'âge de 22 ans, une illumination inattendue, un viol, de multiples rencontres culturelles et bien d'autres expériences personnelles lui font ressortir toute la substance de ses apprentissages.

Au niveau professionnel, elle a notamment eu l'opportunité d'aborder le management dans le secteur aérien, un microcosme où l'anticipation du danger et des conflits est fondamentale. Malou a aussi pu découvrir la diversité des comportements humains face à la peur du danger.

Elle a ensuite également travaillé au sein de l'éducation populaire, une expérience qui lui a permis de mesurer l'importance de la culture et de la créativité pour élargir la vision du monde, responsabiliser les individus, accepter les différences de chacun et mieux vivre ensemble.

Parallèlement à une existence intense, elle aborde l'art sous toutes ses formes (chant, danse, radio, comédie, impro, peinture, photo, vidéo...) depuis 30 ans. Elle l'utilise comme un moyen puissant d'exploration et d'expression corporel, émotionnel, vocal et spirituel. Malou s'appuie sur l'art pour faire un lien entre l'intrinsèque et l'extrinsèque. Peu importe le médium artistique qu'elle peut trouver, elle retranscrit ce qu'elle explore d'elle-même et du monde.

C'est au cœur de chacune de ses expériences, et grâce à sa multiplicité qu'elle constate que la pièce centrale du puzzle de l'humanité est « l'âme » qui se trouve en chacun et qui est pourtant délaissée depuis des millénaires.

Cette quête de vérité lui permet de privilégier la transparence en retirant les fioritures et les poids avec lesquels la société nous construit pour laisser place à l'âme de l'artiste dans tout ce qu'elle entreprend.

Elle retrace ses expériences et son cheminement dans son livre « *Ma vie est un Labo... et la vôtre aussi* » dont elle ressort le concept fondamental de l'Artistologie.

Aujourd'hui, ce riche parcours lui permet d'accompagner chaque être humain quelle que soit la sphère où il se trouve bloqué (personnelle, professionnelle ou sociétale).

Elle ambitionne désormais de faire connaître le concept d'Artistologie au travers d'accompagnements, de conférences et d'un spectacle.

Informations pratiques

"Ma vie est un labo...et la vôtre aussi" de Malou Moulis

- Broché : 358 pages
- ISBN-10 : 2957153106 et ISBN-13 : 978-2957153107
- Dimensions : 15,2 x 2,3 x 22,9 cm
- Prix : 22 € en format papier et 9,99 € en format Kindle

Pour en savoir plus

Commander le livre : <https://lecomptoirdelartistologie.com/le-livre-ma-vie-est-un-labo>

Site web : <https://lecomptoirdelartistologie.com/>

Facebook : <https://www.facebook.com/malou.moulis>

LinkedIn : <https://fr.linkedin.com/in/lecomptoirdelartistologie>

Contact Presse

Malou Moulis

E-mail : malou@artistologie.com

Tel : +33 6 86 70 55 38