

## Témoignages Stages à la rencontre de son dauphin intérieur à Fouras .

### Hélène paris 43 ans.

"Le stage à la rencontre de son dauphin intérieur a eu lieu le week-end de mon anniversaire. Un beau symbole puisque les dates anniversaire permettent de re-choisir: qui l'on est et ce que l'on veut. Moi j'ai choisi de renouveler avec mon cerveau droit, celui de la créativité, du ressenti et de l'intuition, que j'avais si longtemps refoulé. Et aussi de renouer avec l'enfant que j'avais été, il y a des années. En mêlant relaxation et ateliers de développement de l'intuition, ce week-end a été un temps précieux à la rencontre de moi-même et de mon potentiel, le tout dans l'échange et le partage. Merci à Frédérique, pionnière de l'exploration des frontières du potentiel de l'être humain. Hélène "

### Catherine 47 ans Thérapeute Deux -Sèvres

Pendant les relaxations méditatives, je me suis vraiment sentie en reliance avec l'énergie de la mer, accueillie dans cet espace, comme si mon corps retrouvait des sensations subtiles et profondes.

Accueillie aussi par la communauté des dauphins et des baleines avec une très belle étonnante et douce Fraternité. Un Amour ouvert, immense, libre.

Pour moi, Frédérique est une merveilleuse guide vers l'univers des dauphins et baleines. Avec elle, notre reliance aux dauphins devient naturelle et évidente!

J'ai eu l'immense surprise aussi de sentir combien l'énergie des dauphins apaise les blessures de mon enfant intérieur et de façon subtile permet une nouvelle confiance profonde. Je sens une fluidité nouvelle dans ma vie, au delà de ma "volonté". Ça se fait, ça se vit! Surprise aussi d'ouvrir la connexion à l'univers des autres animaux.

Au cours du stage, j'ai beaucoup apprécié aussi l'Ecoute du Coeur et la capacité de Frédérique à ajuster le déroulement en fonction de la réalité de l'Instant

...quelques moi plus tard...

Nous avons eu une pensée vers toi cet après midi. Nous étions au bord de l'océan et avons retrouvé spontanément la méditation que nous avons vécue sur la plage avec toi, qui est un peu différente de celle que tu m'as envoyée ( je suis super en joie que tu m'aies envoyé la trame) et c'était un beau moment de retrouver l'énergie de l'océan et ses amis habitants!!! Gratitude vers toi!

### Aline Voggia 63 ans artiste peintre Vendée

Que reste-t-il d'un week-end passé avec Frédérique après 8 mois !!!!

Aller vers Frédérique c'est chercher un moyen de sortir d'une prison mentale de jugement, de certitudes, de compétitions , de cacophonies et de rugissements-----c'est un besoin de retrouver la langue divine des archétypes du ventre maternel ---- l'océan !C'est à 62 ans apprivoiser sa matrice d'eau au lieu de se tartiner de crèmes anti-rides, de régimes éreintant, de paroles mensongères et dégradantes----- c'est rencontrer quelqu'un de vrai, de fluide, de miséricordieux qui par son amour de la mer et des dauphins te connecte simplement avec ton cerveau droit---Et ce que tu assumais dans ta solitude ---intuitions, résonances, vibrations s'éclaircissent et se fortifient !!!

Donner une place aussi importante au Féminin Sacré qu'au masculin, prendre des forces pour équilibrer ces 2 polarités !

Cette rencontre m'a permis d'accepter colères et tristesses venant d'une non-reconnaissance de mes développements personnels -(sacrum douloureux, douleurs thoraciques lancinantes !!) Cette rencontre m'a poussé à agir ma création picturale , peaufiner mon atelier, et oser le monde sans crainte d'être chosifié (être rentable)--- peintre pour la Joie, la lumière, la force de vie !!!!!

### Emmanuel Paris Chirurgien-dentiste énergéticien 54 ans

Au printemps 2011, dans l'idée de partir l'été suivant aux Acores, j'ai rencontré Frédérique à Fouras

pour un stage de rencontre avec l'énergie des dauphins. J'ai tout de suite été séduit par la chaleur de son accueil et la capacité qu'elle a de se mettre au diapason de la demande intuitive ou verbale des participants.

La première initiation, réalisée sur la plage de Fouras, restera pour moi un grand souvenir. Sous sa guidance, je me suis enfoncé dans la mer pour aller découvrir cette vibration si particulière qui émane du fond des océans. J'ai pu rapidement apprécier toute la puissance et la beauté qui s'en dégagent. Il n'en fallait pas plus pour achever de me convaincre de m'inscrire pour la grande aventure aux Açores.

### Thibault 26 ans Lille Etudiant école vétérinaire

Je prends le temps de t'écrire ces quelques lignes pour te remercier une nouvelle fois pour cette très belle expérience que tu m'as permis de vivre à tes côtés durant ces quelques jours ...

Je ne m'étais pas trompé, c'était très important pour moi de vivre cette expérience et je suis sûr que ce que j'ai contacté et ce à quoi je me suis connecté durant ce stage me permettra d'avancer toujours un peu plus en conscience sur mon chemin de vie ...

Je suis également très content d'avoir été aux côtés de belles personnes durant ce week-end et cela me conforte dans le fait que je ne suis pas seul sur ce chemin et que les rencontres sont toujours plus belles les unes que les autres ...

J'ai été obligé de quitter "physiquement" Fouras ce dimanche mais je pense que mon esprit et mon énergie ne voulaient pas quitter ce lieu.. D'ailleurs, j'en ai oublié mon cahier de notes ...! donc mon adresse si dessous, au cas où il serait possible pour toi de me l'envoyer .

Je te remercie pour ce magnifique travail que tu fais au contact de ces Êtres merveilleux que sont les dauphins, et pour ton implication dans cette prise de conscience que tu permets aux personnes comme moi de vivre.. Ca change définitivement notre vision de la Vie..

Chère Frédérique, je t'envoie toute mon affection et ma bienveillance, et je te dis à très bientôt ..

### Julie Paris artiste sculptrice enseignante école Steiner 39 ans.

Merci de tout coeur Frédérique pour toute la beauté et la profondeur que j'ai vécue lors du stage.  
Joie, émerveillement, gratitude.

Joie de me sentir pleinement vivante, en harmonie, sereine, pleine d'énergie !

Émerveillement devant la beauté de l'instant présent.

Joie de me sentir infiniment reliée à la vie, à la mer, aux autres, d'être reliée à mon intuition, à ma créativité.

Émerveillement devant ce sentiment de plénitude, de paix intérieure

Gratitude pour l'accompagnement dans la douceur, la bienveillance, l'écoute, la confiance, la créativité

Joie de partager avec les autres, de voir les visages s'illuminer

Émerveillement devant la beauté et la profondeur de la vie

Gratitude pour la joie d'être

"LA JOIE EST LE SIGNE" Dialogues avec l'ange

### Caroline aide soignant 43 ans

Je m'appelle Caroline Henry, j'ai 40 ans. Je suis native et je vis dans le Calvados.

J'ai décidé de suivre un stage animé par Frédérique, suite à la visualisation du documentaire sur le dauphin ambassadeur nommé Dony.

Comme la plupart des êtres humains je trouve que les mammifères marins sont beaux, élégants, majestueux, qu'ils possèdent quelque chose d'attirant, quelque chose qui ne s'explique pas, quelque chose que je nomme "magique".

Ma vie quotidienne est terre à terre, fatigante, pleines d'obligations, de comptes à rendre, de stress

loin d'être ressourçante. J'ai besoin de voir de la beauté, de ressentir des émotions, d'échanges et d'Amour comme tout être vivant pour me sentir en vie et heureuse.

Alors, je suis allée faire un tour sur le site "Institutdony", j'ai tout lu, avidement, notamment le résumé d'un retour de voyage pour nager avec les dauphins... Un rêve de petite fille depuis les premières émissions sur la vie sous marine du Commandant Coustaud.

(Je tiens à préciser que le fait de "marquer" avec des puces électroniques, des balises ou autres appareils, les représentants de la faune marine me choqué déjà!)

Mais financièrement, ce n'est pas possible. Par contre rencontrer Madame Pichard, et suivre une formation animée par elle, c'est possible! J'ai tout de suite appelé, coup de chance, un stage avait lieu le week-end suivant et je ne travaillais pas. Hop, me voici partie pour Fouras..

Ce stage tout d'abord, m'a permis de rencontrer Frédérique "la sirène, Frédérique", et 3 autres personnes qui comme moi participaient, dont 2 pour la première fois, à cette formation. Depuis "nous sommes unis dans l'unité pour l'éternité". Une découverte ludique, interactive, de l'énergie des mammifères marins et des dauphins en particuliers. Bien sûr que mon rêve de petite fille de rencontrer mes frères et sœurs des océans s'en trouve d'autant plus décuplé. Mais le fait également d'avoir appris un peu sur leurs modes de vie, me confirme aussi mon point de vue d'origine:

Pourquoi, vouloir tout comprendre, tout mesurer, tout diriger, tout comptabiliser? Tout rencontrer?... En ce qui concerne la vie sur notre planète et dans les océans.. Ce n'est pas le plus important. Ce qui est important c'est de savoir que ces vies existent, qu'elles doivent être respectées et protégées. Car nous ne sommes qu'UN, sans les autres il n'y a pas de UN.

Protéger notre famille, d'êtres vivants, c'est nous protéger nous mêmes.

Ce stage, ces rencontres, cet apprentissage m'ont aussi permis, d'entrer en méditation (d'être en paix), de me pauser, de regarder et d'écouter, en conscience la nature, la mer, j'ai envie d'écrire La Mer!

Depuis, j'arrive à pratiquer la relaxation et même la méditation, chose que je ne pouvais atteindre jusqu'à alors. Il me suffit de me remémorer ce stage, les messages reçus, captés, les odeurs.. J'ai compris également, que si la vie est créée c'est juste pour qu'elle soit heureuse! Et oui, nous ne sommes en vie que pour être heureux! Simplement, sans autre but. Tout comme le sont les dauphins.

Mes pensées pour l'océan et ses habitants sont pleines d'amour et de paix, et chaque jour, elles me permettent, d'espérer que si chacun commence par avoir de belles pensées, positives respectueuses, pour la vie, et bien cela crée une force, une énergie auprès de laquelle chaque être vivant peut puiser à volonté..

Merci, les Dauphins, merci à Dony et à sa grande amie, Frédérique...