



CATALOGUE DES LIVRES

Initiatiques *INSPIRANTS* **ECORESPONSABLES**

POUR PETITS & GRANDS

**Contact Éditions La Goutte
Créative**

Charlotte Cruz & Chilly Charly
contact@lagouttecreative.com
06 13 07 44 53

Diffusion / Distribution

Villa Amalia
contact@villa-amalia.fr

Gencod Dilicom :

3019000135909
Diffusion / Presse
julie.destouches.pro@gmail.com

**Informations spectacles,
expositions, ateliers créatifs et
d'écriture**

www.lagouttecreative.com

LA GOUTTE CRÉATIVE est une maison d'édition indépendante et bienveillante, dédiée à l'épanouissement de l'humain et du vivant.

Inspirés par la légende du colibri, les fondateurs Charlotte Cruz et Chilly Charly portent la conviction que le monde change d'abord à travers chacun de nous. Page après page, nos nouvelles générations d'auteur-ices s'engagent pour un monde plus conscient.

Née d'un élan de transmission, La Goutte Créative réunit plusieurs ouvrages de la jeunesse au récit initiatique en passant par les livres pratiques qui explorent les chemins du cœur, des traditions ancestrales et de la transformation personnelle.

Nos livres invitent à mieux se connaître, à s'apaiser et à s'ouvrir à la beauté du monde.

Ils parlent de nous :



INSPIRANT
Diffuse les
sagesses
du monde



SOLIDAIRE
Des Euros
versés à des
assos



ÉCOLOGIQUE
Livres imprimés
en France, label
Imprim'vert PEFC



Les Collections

JEUNESSE ÉVEILLÉE



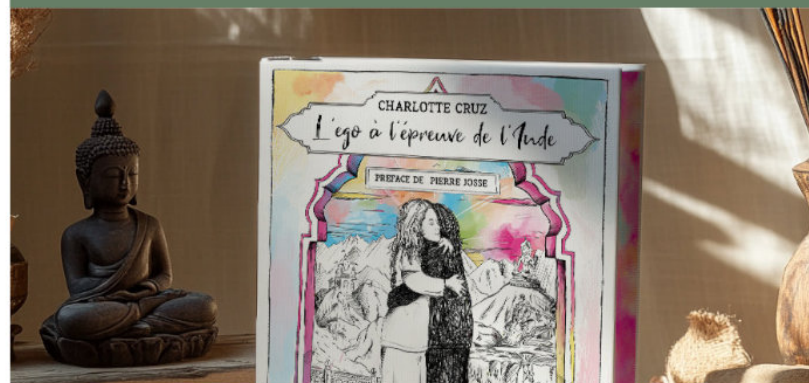
IMAGINAIRE CONSCIENT



SAVOIRS EN PRATIQUE

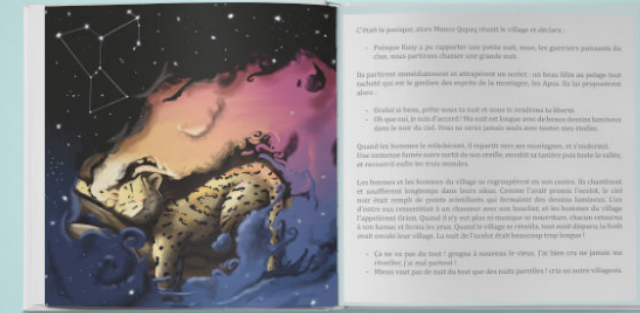


RÉCIT INITIATIQUE



TRÉSORS DE SAGESSE - ANDES

Charlotte Cruz - Chilly Charly



Cadeau du livre au lecteur : trouver sa place dans le monde en honorant ses talents uniques.

Notions expliquées : force intérieure, chamanisme, cercle sacré, légende du colibri, mondes invisibles...

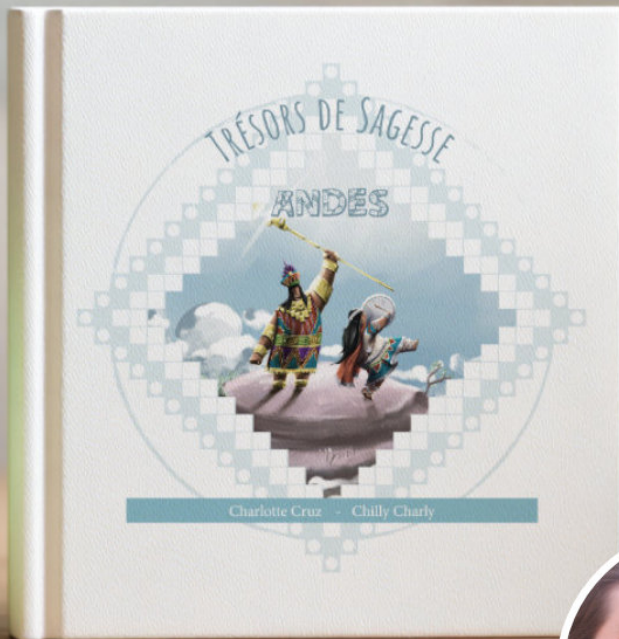
Réalisé en partenariat avec un conteur traditionnel, Nino Mirones. D'après ses spectacles joués dans son théâtre de la Vallée Sacrée des Incas, Cusco, Pérou

- Jeunesse Éveillée
- Contes et légendes
- à partir de 5 ans
- 21 x 21 cm – 96 pages

7 contes traditionnels illustrés pour voyager au cœur des légendes andines. Une initiation au chamanisme pour se connecter aux éléments, à l'esprit des animaux et à sa propre force intérieure.

- Couverture cartonnée
- 978-2-9578296-2-0
- Sortie : Juillet 2023
- 17 €

Charlotte Cruz & Chilly Charly se rencontrent en Inde et participent à la transmission des sagesse tibétaines avant de poursuivre leur route au Pérou, diffusant alors les traditions des curanderos. C'est suite à leur installation en Cévennes que, de cette union entre plume et pinceau, naît La Goutte Créative, leur maison d'édition dédiée aux quêtes du bonheur en tissant des ponts entre les sagesse ancestrales et le cœur des lecteurs.



TRÉSORS DE SAGESSE - BALI

Charlotte Cruz - Chilly Charly



5 contes traditionnels balinais illustrés, pour sillonner l'île de Bali. Accompagné•e•s du Barong, de la Rangda, du Gecko, des nagas, et de la tortue Bedawang Nala, plongez au cœur des légendes et de l'effervescence culturelle de l'île des dieux.

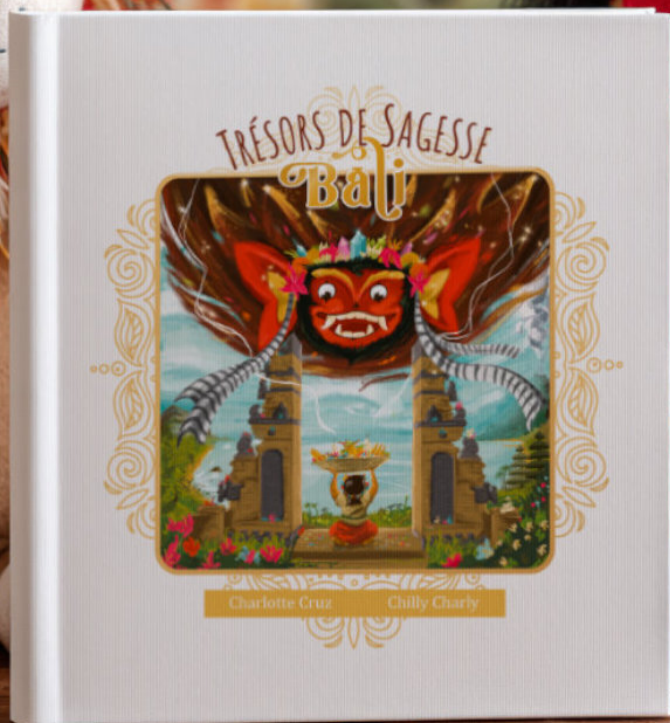
Cadeau du livre au lecteur : un voyage initiatique à partager en famille pour comprendre le monde dans lequel on vit, trouver sa place et s'épanouir.

- Jeunesse Éveillée
- Contes et légendes
- À partir de 5 ans
- 21 x 21 cm – 96 pages

Notions expliquées : lien aux ancêtres et à la famille, interconnexion de toutes choses, définition du bien et du mal.

Réalisé pendant une immersion de deux mois sur Bali et la rencontre de nombreuses figures culturelles emblématiques qui ont transmis ces contes de manière orale.

- Couverture cartonnée
- 978-2-9578296-7-5
- Sortie : Septembre 2025
- 17 €



TRÉSORS DE SAGESSE - TIBET

Charlotte Cruz - Chilly Charly



► Spectacles de contes

20 contes traditionnels illustrés avec poésie pour les petits et les grands afin de découvrir la culture tibétaine et les légendes racontées aux enfants sur le Toit du Monde pour les initier au bonheur.

Cadeau du livre au lecteur : découvrir, en famille, les sources du bonheur selon la tradition tibétaine et bouddhiste.

- Jeunesse Éveillée
- Contes et légendes
- À partir de 3 ans
- 21 x 21 cm – 96 pages

► Exposition disponible à la location

Notions expliquées : karma, impermanence, compassion, honnêteté, gestion de la colère et des conflits...

Réalisé en partenariat avec le Gouvernement Tibétain en Exil. Projet initial édité en tibétain pour le TCV (Tibetan School Village) sous le nom de *Treasures of Children's Stories*.

- Couverture cartonnée
- 3^e réédition : Octobre 2025
- 978-2-9578296-0-6
- Sortie : Septembre 2021
- 17 €



JEU DES 7 FAMILLES - CHAKRAS & ÉMOTIONS



- Jeunesse Éveillée
- À partir de 5 ans
- 57 cartes dont 7 cartes pédagogiques
- 3 cartes de notice
- Cartes bords arrondis
- 56 x 82 mm
- Boite étui carte
- Sortie : Février 2025
- 12 €



Cadeau du jeu aux familles : ouvrir un espace d'apprentissage autour des chakras et des émotions de façon ludique.

Le jeu des 7 familles avec des règles inédites pour s'initier à la magie

des chakras et à la découverte des émotions.

Colère, stress, peur, joie, sérénité et tristesse : accepte tes émotions pour aligner tes chakras et harmoniser toute la famille.





MÉMORACLE - JEUX DE CARTES - 3 EN 1

ILLUSTRATIONS ISSUES DE LA COLLECTION TRÉSORS DE SAGESSE



- Jeunesse Éveillée
- À partir de 4 ans
- 48 cartes (24 paires)
- 2 cartes de notice
- Cartes bords arrondis
- 6 x 6 cm
- Boîte étui carte
- Sortie : Janvier 2025
- 12 €

Des cartes fascinantes pour stimuler mémoire et imaginaire.

Cadeau du jeu aux familles : partager des moments inspirants pour développer la communication et la complicité en famille.

JEU 1 : Mémo pour stimuler la mémoire par le jeu en retrouvant les paires.

JEU 2 : Créateur d'histoires destiné à cultiver l'imaginaire, en inventant des récits reliant les éléments révélés par les cartes.

JEU 3 : Oracle pour ouvrir le dialogue avec l'enfant, décrypter des situations précises et s'entraîner à interpréter les cartes, en toute autonomie, car aucun texte n'est inscrit sur la carte.

OÙ SONT MES PIEDS, JE SUIS À MA PLACE

Estelle CALVIN



OÙ SONT MES PIEDS, JE SUIS À MA PLACE

Sasha porte une ode à la marche, à la nature, aux sens et au sens de la vie, des événements, des expériences. Pas après pas, son sac sur le dos, elle traverse les montagnes corses, à l'image d'une aventure bien plus grande et universelle : la Vie. Le trek et la nature la guident pour faire face à l'inconnu, en étant à l'écoute d'elle-même, de ce qui l'entoure et de cette autre réalité, plus vaste, qui ne la quitte jamais. Elle invite qui veut bien la suivre, à s'immerger dans des paysages hauts en couleur, plein de surprises et de découvertes. Marcher pour explorer le monde, s'approcher des

sommets, des vallées, des lacs, des forêts. Marcher pour explorer son monde intérieur et les grands défis que propose la vie à chacun de nous, avec ses hauts et ses bas, les deuils et les joies.

Cadeau du livre au lecteur : ce livre vous invite à oser rencontrer en conscience ce qui vous entoure et explorer votre monde intérieur. *« Rappelle-toi, tout ce qui t'éloigne de quelqu'un ou de quelque chose, te rapproche de ce qui est fait pour toi. N'oublie pas : où sont tes pieds, tu es à ta place. »*

- Récit Initiatique
- Thèmes : Trek, Quête Initiatique, empuancement

- 15 x 21 cm – 192 pages
- Sortie : Juillet 2022
- 978-2-9584715-0-7
- 18 €

Estelle Calvin est une exploratrice de la vie. Thérapeute, mentore et autrice. À ses côtés, ses lecteurs. ces osent suivre leurs élans et marcher leur chemin. À travers la marche en itinérance et des pratiques d'empuancement, elle guide chacun·e à rayonner ses reliefs, élever ses possibles, soutenir ses ambitions. Son univers : l'audace de l'aventure et surtout celle d'être soi !

► Ateliers thérapeutiques de reconnexion au corps

L'EGO À L'ÉPREUVE DE L'INDE

Charlotte Cruz

L'EGO À L'ÉPREUVE DE L'INDE

Préface de Pierre Josse, le Guide du Routard

ET SI L'INCONNU DEVENAIT UNE PORTE VERS SOI ?

Dans ce témoignage vibrant, Charlotte nous entraîne sur les sentiers escarpés de Dharamshala, au cœur de l'Himalaya. Deux hivers durant, cette jeune Occidentale plonge dans les traditions bouddhistes et chamaniques, rencontre des sages tibétains et explore les profondeurs de son être. Au fil de ce voyage initiatique, elle

déconstruit son ego, apprivoise ses peurs et revient transformée, prête à partager les précieuses sagesses qui ont changé sa vie... et pourraient bien changer la vôtre.

Cadeau du livre au lecteur :
dépasser la peur de l'inconnu, apprendre à oser et découvrir sa véritable identité.

- Récit Initiatique
- Thèmes : quête initiatique et spirituelle, voyage en Inde, enseignements bouddhistes
- Sortie : Octobre 2025

- 115 x 190 mm – 288 pages
- 978-2-9578296-3-7
- 17 €
- 21 dessins par Chilly Charly

Charlotte Cruz est autrice, éditrice, conteuse et conférencière, Elle puise son inspiration dans les sagesses du monde. Formée à Sciences Po Bordeaux, cette voyageuse passionnée a vécu entre l'Irlande, l'Inde, le Pérou et les Cévennes, où elle a collaboré avec moines, chamanes et artistes. À travers ses contes et récits initiatiques, elle transmet les enseignements reçus pour guider chacun vers son propre épanouissement.

► Conférence sur le voyage initiatique et les enseignements tibétains

► Ateliers d'écriture introspectifs



LA PLUME ÉROTIQUE

Arsenic Simone



LA PLUME ÉROTIQUE

Plongez dans ces 20 nouvelles érotiques courtes destinées à vous émoustiller tout en dégommant au passage les clichés véhiculés par le porno et le patriarcat.

La plume d'Arsenic Simone vous parle de désir et de sexualité avec des mots crus, avec le cœur, en respectant les valeurs de féminisme, d'inclusivité, de consentement et de bienveillance.

Ces nouvelles sont à mettre entre toutes les mains ou à écouter en

- Récit Initiatique
- Thèmes : Sexualité, Nouvelles Érotiques, Féminisme
- 13 x 20 cm – 116 pages

podcast pour ceux qui les auraient déjà occupées.

Arsenic Simone est la voix du compte Instagram : @la_plume_erotique.

Cadeau du livre au lecteur : ces récits vous embarquent dans des rencontres, des corps à corps, des moments de sexploration, en solitaire ou à plusieurs, sans tabou.

- Sortie : Novembre 2025
- 978-2-9578296-8-2
- 12.50 €

Arsenic Simone voit le jour à Paris le 7 mai 1981. Dès son enfance, elle aime écouter, lire et raconter des histoires. Aujourd'hui Arsenic Simone anime des ateliers d'écriture, des balades contées, des ateliers de gynémotion®. Elle est également effeuilleuse burlesque. Ne se retrouvant pas dans la plupart des récits érotiques qu'elle lisait, elle a eu envie de déconstruire les clichés véhiculés par le porno mainstream et le patriarcat. Certaines nouvelles du recueil La plume érotique sont le fruit d'une création inspirée et participative, avec les lectrices de son compte Instagram : @la_plume_erotique.

▶ Numéro d'effeuillage burlesque

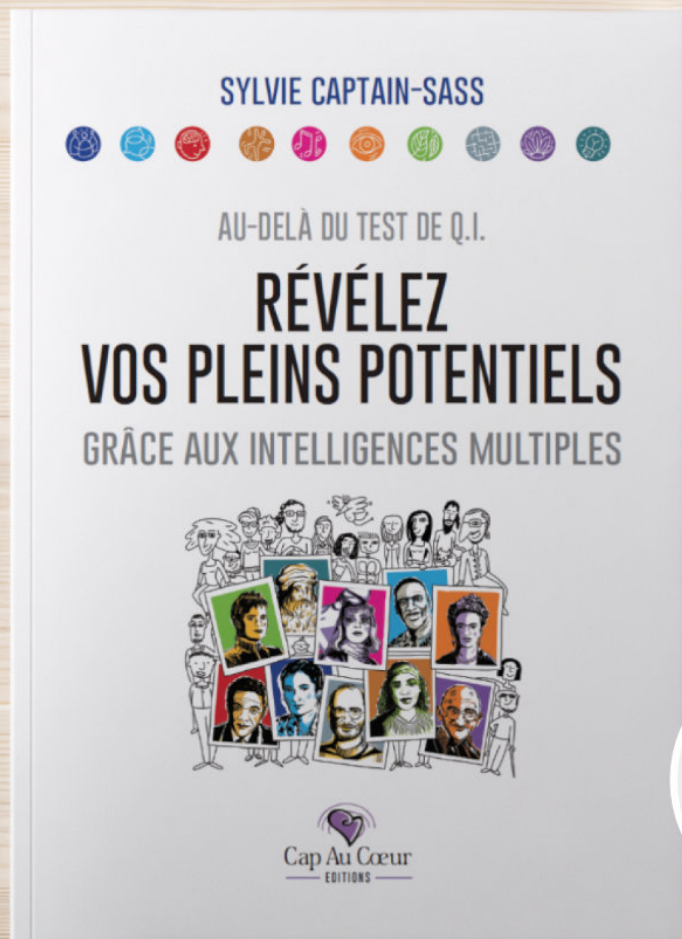
▶ Ateliers d'écriture



RÉVÉLEZ VOS PLEINS POTENTIELS

Grâce aux intelligences multiples

Sylvie CAPTAIN-SASS



RÉVÉLEZ VOS PLEINS POTENTIELS

Grâce aux intelligences multiples

D'après Howard Gardner, l'être humain vit sur son parcours de vie de nombreuses expériences qui mobilisent un certain nombre d'intelligences différentes et complémentaires. Le monde nécessite que chacun puisse s'adapter et acquérir de nouvelles compétences en s'appuyant sur elles. Nous pouvons compter sur la plasticité du cerveau pour accompagner nos besoins d'évolution et nos envies de nous

engager différemment.

Cadeau du livre au lecteur : En comprenant ce qui le rend unique et précieux dans l'activation de ses intelligences, le lecteur se donnera la légitimité de valoriser ses propres talents et de valider en toute confiance le choix de parcours de vie adapté et motivant.

BONUS : Livre carnet à personnaliser + exercices de réflexion

- Savoirs en Pratique
- Thèmes : Neurosciences, Développement personnel

- 17 x 22 cm – 128 pages
- Sortie : Avril 2025
- 978-2-95782-964-4
- 17 €

Sylvie Captain-Saas est neuro-artiste, docteure en Art et Sciences de l'Art, musicothérapeute et sonothérapeute. Elle forme managers et futurs designers à la posture créative et au design de la décision. Elle intervient aussi auprès de différents professionnels de l'orientation. Elle a développé et validé dans le cadre de ses accompagnements des outils et techniques pédagogiques qu'elle partage dans ce livre. Sylvie se définit en tant que formatrice à la créativité humaniste.

► Conférence : boostez votre créativité grâce aux intelligences multiples

► Atelier d'expérimentation : réaliser sa carte d'identité de vie

ÉCLOSION

Une invitation au voyage intérieur
pour harmoniser tes chakras

Anne Crevaux



ÉCLOSION

Une invitation au voyage intérieur pour harmoniser tes chakras

Éclosion est un voyage intérieur guidé par les fréquences bienfaisantes du son, la méditation guidée et la magie de l'art sacré des mandalas. Le lecteur est convié à revenir à l'essentiel : soi-même. Grâce à l'écoute des audios, les coloriations et les exercices d'écriture automatique, ce livre est une véritable invitation à laisser s'exprimer ton cœur, et accueillir ce qui émerge, tout en douceur.

Cadeau du livre au lecteur : Et si tu t'offrais un moment suspendu... rien que pour toi ? Un instant précieux pour ralentir, respirer, ressentir. Une initiation pour écouter ce qui vit au fond de toi.

Bonus : 9 pistes audio (accès QR Code) + 15 coloriations et modèles de Mandalas + 9 exercices d'écriture intuitive

- Savoirs en Pratique
- Thèmes : Méditation, Coloriage, Voyage Sonore

- 21,5 x 21,5 cm – 74 pages
- Sortie : Mai 2025
- 978-2-95782-965-1
- 25 €



Anne Crevaux est sonothérapeute, musicienne et autrice. Elle a trouvé, dans le silence, la méditation et les vibrations sacrées du son, de la couleur et des formes, le chemin vers sa vérité. Après avoir traversé l'ombre, elle choisit aujourd'hui de partager la lumière et d'accompagner celles et ceux qui souhaitent, à leur tour, emprunter la voie de l'éclosion intérieure.

► Atelier de reconnexion aux éléments : parfums, couleurs, sons

► Mandala Sonore

LAME DE LA FORÊT

Charlène LEFEVRE



LAME DE LA FORÊT

Seriez-vous prêts à partager la Terre avec une espèce destinée à la protéger ? Pour Lysia, la végétation est sacrée. Quinze siècles après son arrivée, la bretteuse doit affronter le plus grand des sacrifices : perdre sa lame végétale.

Pour la remplacer, elle choisira une nouvelle pointe d'aloé véra, une expérience douloureuse et bouleversante qui la liera plus intimement à la nature, mais qui lui révélera aussi des dangers insoupçonnés. Pour comprendre les

menaces qui pèsent sur la planète, Lysia devra aller à la rencontre de ce qu'il reste de l'humanité, dans un monde où l'équilibre n'a jamais été aussi fragile.

Cadeau du livre au lecteur : *Un récit de science-fiction court et captivant, alliant aventure et réflexion écologique. Un texte puissant qui nous invite à écouter la nature avant qu'il ne soit trop tard.*

- Imaginaire Conscient
- Thèmes : Écologie, Nature
- 13 x 18 cm – 204 pages

- Sortie : Juillet 2025
- 978-2-9578296-6-8
- 12.90 €

Charlène Lefèvre est autrice de littérature de l'imaginaire. Elle est ingénieure et correctrice. La science la passionne, la littérature la fait vibrer. Écrire de la science-fiction est une façon pour elle de concilier toutes les sciences et la poésie du monde. Elle écrit pour construire des ponts entre les imaginaires et éveiller les consciences. Ses romans proposent de faire découvrir la littérature de l'imaginaire au travers de textes courts et accessibles.

► Ateliers d'écriture

► Coaching d'écriture en groupe

LES ENGENDRÉS

Charlène LEFEVRE



LES ENGENDRÉS

Ugonie et Zach se retrouvent piégés sur Térance, une planète recouverte d'un immense océan, aux confins des territoires connus de la galaxie. Alors qu'ils cherchent un remède pour sauver l'humanité, leur mission tourne au drame. Isolés et vulnérables, les seuls alliés sur lesquels ils peuvent compter sont les animaux qu'ils engendrent sur place.

Cette fois, leur survie dépend de Célestia, une baleine prête à tout pour les aider. Mais les abysses sont loin d'être le seul danger qui les guette...

Un huis clos de science-fiction intense, mêlant tension et émotions. Une invitation à réfléchir à l'exploitation animale et à l'exploration spatiale.

Cadeau du livre au lecteur :

"Je voulais interroger nos liens aux animaux et explorer la notion de dépendance affective à travers des points de vue multiples : deux humains et une baleine. Les enjeux sont forts, car il s'agit pour chacun, à différents niveaux, de la survie de leur espèce. Je souhaitais créer un attachement profond à Célestia, donner voix à ses ressentis."

- Imaginaire Conscient
- Thèmes : Écologie, Nature
- 13 x 18 cm – 320 pages

- Sortie : Janvier 2026
- 978-2-9578296-9-9
- 14.90 €

Charlène Lefèvre est autrice de littérature de l'imaginaire. Elle est ingénieure et correctrice. La science la passionne, la littérature la fait vibrer. Écrire de la science-fiction est une façon pour elle de concilier toutes les sciences et la poésie du monde. Elle écrit pour construire des ponts entre les imaginaires et éveiller les consciences. Ses romans proposent de faire découvrir la littérature de l'imaginaire au travers de textes courts et accessibles.

► Ateliers d'écriture

► Coaching d'écriture en groupe



SPECTACLE DE CONTES : 3 contes tibétains mis en scène et en musique par Charlotte et Charly. Inspirés du livre *Trésors de Sagesse - Tibet*, ces spectacles ont été créés pour le **MeM de Cannes** dans le cadre de l'exposition *Merveilles du Toit du Monde*.

- **Voyage sur le Toit du Monde** : 30 min, à partir de 3 ans
- **Les secrets du bonheur en Himalaya** : 45 min - à partir de 5 ans, avec un rouleau de conteur géant inspiré des traditions indiennes du XV^e siècle
- Possibilité d'apporter une **fresque de 6 x 2 m** en fond de scène

ATELIER CRÉATIF POUR ENFANTS : en complément du spectacle, pour les initier à l'imaginaire du conte et de la création artistique d'un livre.

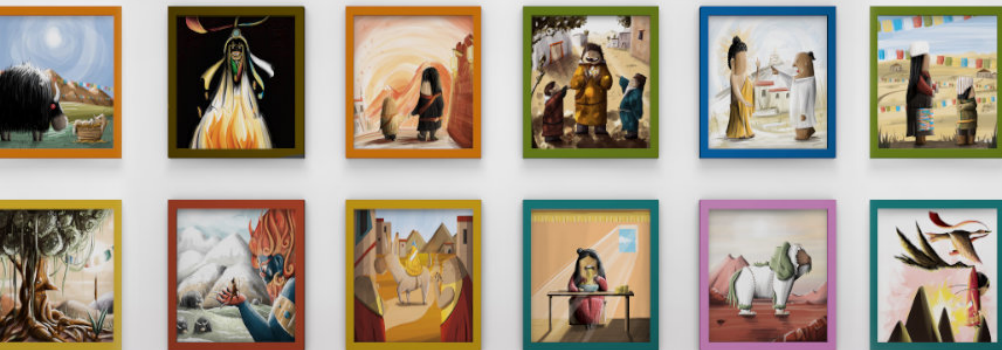
- 1 h 30 - Matériel inclus - Animé par Charly
- Réalisation d'un rouleau de conteur collectif
- Création de leur propre livre de contes

CONFÉRENCE : REPRENDRE LA RESPONSABILITÉ DE SON BONHEUR. Charlotte diffuse les savoirs transmis par le Geshe Lhakdor (conseiller spirituel du Dalai-Lama). Une conférence percutante de 1 h 30 qui va décrypter nos schémas de pensée et les mécanismes de nos émotions afin de nous permettre de comprendre et d'activer les leviers du bonheur.

Conférence relayée sur ABC Talks, France 2, Sagesses Bouddhistes, et de nombreux autres podcasts et émissions...

ATELIER D'ÉCRITURE POUR ADULTES : animatrice depuis plusieurs années des ateliers *Dédale de Mots*, Charlotte propose une exploration de notre monde intérieur via l'écriture. Libérons nos plumes et nos émotions par les mots posés sur les maux, dans une démarche accessible à tous.

- Possibilité de s'adapter au public cible
- Enfants à partir de 10 ans



LE DESSINARIUM DE CHILLY CHARLY - AU TIBET

Une exposition tout public pour plonger dans l'univers des voyages et des traditions du monde. Chilly Charly nous invite dans un monde ludique et imaginaire. En entrant, on rattrape notre enfant intérieur par la main, on imagine nos propres histoires et on retrouve notre innocence, le temps d'une visite au cœur des Trésors de Sagesse.

- 1 fresque narrative sur le voyage initiatique d'un moine tibétain : 6 x 2m. Œuvre originale créée pour le MeM, Musée des Explorations du Monde à Cannes en 2022 pour l'exposition *Merveilles du Toit du Monde*.
- 40 illustrations : carrées, 30 x 30 cm, cadres colorés
- 10 illustrations encadrées : Série Noir et Blanc, A4
- Rouleau de conteur géant, inspiré des traditions orales indiennes du XV^e siècle





WWW.LAGOUTTECREATIVE.COM

CONTACT@LAGOUTTECREATIVE.COM

06 13 07 44 53