Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 10 novembre 2026

Catherine Bugeon, mieux se connaître pour choisir sa vie



Au tout début, Catherine Bugeon vient d'une famille plutôt nombreuse, où, forcément la place de l'autre importe parfois plus que la sienne. Et ces autres, elle les aime. Tout d'abord infirmière puis cadre de santé, engagée en politique, sa vie s'est déroulée au contact de multiples personnalités des plus humbles aux plus connues et au cœur des collectivités où elle a exercé ses talents de manager et de médiatrice.

Et c'est ce talent du discernement de la relation à l'autre qu'elle propose désormais à tous ceux qui veulent reprendre en main, leur vie et leur destin. Sa technique ? L'écoute, l'analyse, et la recherche de solutions. On vous raconte.

Elle est celle qui désamorce les conflits,
et pacifie les terrains minés. De ceux aussi que l'on renferme parfois, au plus profond de soi. Elle éclaire

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 10 novembre 2026

d'une lumière tactique, l'épaisse ombre tapie, au cours d'un voyage intérieur où les pieds demeurent fermement sur terre et où la tête tutoie les étoiles. Alors le doute s'efface et l'on prend enfin son élan. La vie est un trésor très personnel qui requiert toute notre attention si l'on ne veut pas que d'autres s'en saisisse pour nous la ravir.

Expérience de vie
«J'ai toujours préféré la médiation qui fédère au combat qui divise. C'est ainsi que durant l'ensemble de ma vie professionnelle j'ai accompagné des équipes dans la santé comme les institutions publiques, des dirigeants d'entreprises, culturels et cultuels. J'ai ainsi été formée à de nombreuses techniques complémentaires émanant de l'Université du symbole avec Luc Bigé, l'Ecole du coaching en France avec Vincent Lenhart, au langage du tarot de Marseille avec Dora Bertini…»

Ce que je propose
«Le coaching permet l'accomplissement de sa vie et sa propre évolution vers un nouvel équilibre grâce à un accompagnement, comme un voyage, à la découverte de soi. Cela passe par ses perceptions, ressentis, intuitions pour reconnaître et décrypter les situations que nous vivons. Je préconise cinq à six séances de coaching associées à la symbolique du tarot et sur un suivi de trois mois. La première séance, offerte, a pour objectif de définir attentes, besoins et d'examiner les résultats attendus.»

L'interview
«J'exerce dans cette région du Sud-est où je vis depuis presque 25 ans maintenant, parce que j'adore cette Provence qui m'inspire beaucoup. J'ai pendant des années œuvré, travaillé auprès d'entreprises, de cadres de direction, d'équipes de santé, d'acteurs culturels et également dans la sphère publique, dans ce qu'on appelle une démarche d'accompagnement, c'est-à-dire de coaching.»

Le coaching
«J'ai eu la chance d'être certifiée coach à Montréal, au Canada, un pays très féru de nouvelles techniques de connaissance de soi, en avance dans le monde du leadership et de la dynamique d'équipe. Le coaching est une démarche qui va permettre à quelqu'un ou à des équipes de se concentrer sur un objectif de vie, un objectif professionnel, d'en repérer les blocages, les potentiels que l'on sent en nous, trop souvent enfouis.»

La grande idée ?
«C'est d'accéder à notre créativité, comme lorsque nous étions tout petits et que nous nous souvenions encore de l'imaginaire que généraient nos livres d'images, les marionnettes, tout ce que l'on nous présentait, mais qui dans le temps a été un peu atténué par un mental et un contrôle de plus en plus prégnants.»

Aujourd'hui
«Le coaching que je propose a aussi été nourri par mes passions, comme le travail des symboles qui relie des univers, au départ étrangers les uns aux autres comme la symbolique, la mythologie, la philosophie, la psychologie de Jung qui cependant fusionnent à merveille. Ainsi, le coaching que je propose est associé au langage symbolique du Tarot de Marseille.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 10 novembre 2026

A la découverte de soi
«Le coaching c'est aussi ouvrir les portes de l'inconscient, des potentiels et des possibles, repérant les répétitions de scénario de vie, et pourquoi, de générations en génération, dans une même famille, l'on rencontre les mêmes difficultés ou échecs.»

Un choix inconscient prédominant
«C'est souvent le résultat d'un inconscient prédominant dans notre cerveau. Pourtant c'est au travers de nos rêves, ces images qui se succèdent, que nous pouvons recréer notre vie. Et c'est grâce à l'imagerie du tarot de Marseille, puissant outil d'introspection, que l'on va y chercher du sens.»

Mon travail
«Mon travail aujourd'hui c'est un peu comme d'ouvrir une poupée russe, une matriochka, qui contient plusieurs versions d'elle de plus en plus petites. Celle qui m'intéresse est d'ailleurs la plus petite. C'est notre enfant intérieur car c'est à partir de lui que tout provient et que tout peut encore être transformé.»

Comprendre le tarot
«Le tarot est né de l'envie de riches marchands,les Médicis, à l'époque de la Renaissance italienne, durant le siècle des lumières, de fréquenter et d'accueillir chez eux des philosophes, alchimistes, scientifiques, artistes peintres, musiciens, artisans, maîtres graveurs, voyageurs... Ceux-ci créèrent, ensemble, un livre d'images à la symbolique immense, subtile et cachée. Un livre qui n'aurait pas la forme d'un livre de connaissances, ce qui le préserverait d'être un jour brûlé comme cela aurait pu se produire au moment de l'inquisition. Le tarot de Marseille est donc cet immense livre, composé de 78 chapitres -78 cartes-, dont nous sommes nombreux à ne travailler que les 22 arcanes majeures. Arcane qui signifie 'secret'.»

Comment l'on va travailler
«Je n'utilise pas le tarot de Marseille comme un outil de voyance, mais comme support à nos entretiens autour d'un questionnement pour clarifier les attentes et les objectifs de la personne qui consulte. Il s'en suit un ou plusieurs tirages de cartes avec une lecture, qui va permettre d'entrer en résonance avec la problématique de l'instant présent. »

Pas de conseils mais une compréhension de l'instant
«Je ne donne pas de conseils, je décode avec la personne ce que nous avons appris arcane par arcane, la vibration que cela vient apporter, chaque arcane délivrant ses propres messages. Évidemment, beaucoup de cartes nous disent à quel point nous sommes reliés et connectés à notre inconscient. En effet, les consultants arrivent toujours à un moment de leur vie où ils prennent des décisions importantes, abordent un nouveau chemin, sachant ce qu'ils veulent vivre et surtout ne plus vivre.»

Avec les cartes,
«nous travaillons, ensemble, des situations du quotidien, comment ouvrir des potentiels, à lâcher le mental, faire confiance à son intuition et à sa créativité. Les rendez-vous s'échelonnent de quinze jours à trois semaines pour prendre le temps de penser, d'intégrer ce qui a été dit, de traverser les obstacles, enfin, d'étudier des choix personnels, professionnels et, surtout, vivre des moments de joie.»

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 10 novembre 2026

Se centrer sur soi, et toujours apprendre

«C'est aussi se centrer sur soi, oser s'affirmer en paroles et en actes. Je réfléchis également à répondre à une demande forte des gens, enthousiastes à étudier et à mieux décrypter les cartes du Tarot de Marseille, lors de cours dispensés en individuel ou en collectif. Cette transmission de toute une vie d'étude des tarots pourrait prendre la forme de stages de deux jours, comme un clin d'œil à ceux qui auraient, chez eux, un tarot de Marseille.»

Les infos pratiques

Coaching et langage de la symbolique du tarot de Marseille. Catherine Bugeon. 06 08 50 64 62. 30 bis, rue du Général Leclerc à Villeneuve-Lès-Avignon**.**