

Cœur, Corps, Esprit.

Le Neuro-Training et l'Indien qui marche sa parole.



Mémoire Neuro-Training promo 2020/2023.

Mimosa.

Confidences pour confidences !

Si un jour on m'avait dit que j'allais écrire un mémoire, j'aurais dit : Heuuuuuu... Je ne crois pas non !

Il y a 2 ans j'ai choisi d'entreprendre cette formation en Neuro-Training (N-T) le seul moment de tergiversation qui s'est posé à moi était non pas dans le contenu de la technique, bien que ça me parût énorme, mais surtout l'examen final à l'issue des 2 ans et demi de formation. Je m'étais juré de ne plus jamais passer d'examen dans ma vie tellement cette mise en situation n'était que souffrance et me ramenait à l'échec !!! Je me revois aussi lire les pré-requis avant de m'inscrire, niveau bac souhaité, mon seul diplôme obtenu étant un CAP Bijouterie et pour l'examen il était demandé un mémoire + 6 cas de séances écrites + 3 heures de théorie + la pratique. Une épreuve comme jamais j'en avais passé dans ma vie ! mais pourquoi un examen aussi lourd ? ...

J'étais en colère car à travers cette pratique du Neuro-Training de nouvelles perspectives professionnelles s'ouvraient à moi mais en même temps je ne m'attendais pas à être confronté à un tel examen en fin de formation. Je ne trouvais pas ça juste et j'étais tiraillée entre oui c'est pour toi vas-y fonce ! et non ce n'est pas pour toi, tu n'as pas fait d'études, tu n'as pas le niveau, tu n'y arriveras pas, c'est trop ambitieux !

Après la conversation avec moi-même je me disais encore, mais quand même pourquoi la vie me remet-elle cette histoire sur mon chemin ?

Ok me dis-je...c'est pour enfin me donner l'occasion de relever ce défi, c'est pour enfin prendre ma revanche sur les études tant

désirées que je n'ai jamais pu faire, c'est pour me défaire d'une de mes plus grandes peurs et croyance limitante, je cite : l'échec scolaire ! (Liaison N-T Peurs Habitudes Croyances et Mental Optimum 1 Spirale de la Peur & Moi -). Ayant eu certains problèmes d'apprentissage à l'école, j'ai toujours cru que mon cerveau présentait une faille ou que je n'étais pas faite comme tout le monde en d'autres termes comme disaient mes professeurs au collège : c'est NUL Emmanuelle ! (Liaison N-T Impuissance Apprise Message Inconscient) mais pour terminer sur une note positive je me suis aussi dit que c'était certainement pour en sortir grandie, fière de moi et enfin en finir avec cette fausse croyance !

Alors j'ai écouté mon cœur voir un petit peu ce qu'il avait à me dire à ce sujet ?

.....

..... En septembre 2020 me voilà donc inscrite à la formation et suite au 1^{er} week-end il n'y avait plus aucun doute, j'étais à ma place ici, tout prenait sens et finalement l'examen je l'avais oublié c'était loin, j'avais le temps de m'y faire.

Durant 2 ans, j'ai emprunté les pas du N-T tel un « Indien » fidèle à sa parole qui marche avec son cœur, son corps, son esprit et son énergie, dévoué à cette pratique extraordinaire.

N'ayant aucune compétence en ce genre d'exercice d'écriture de mémoire, aucune notion de construction, de synthèse, de plan et ou autres styles de rédaction, je fais le choix aujourd'hui de le rédiger dans une écriture simple et spontanée sans trop de retour en arrière et afin de ne pas me perdre ni relecture et correction du regard extérieur d'une sœur ou d'un ami. Si je veux que ce mémoire me ressemble alors il faut que je vous le livre authentique avec mes mots, mes idées, mes capacités d'expressions écrites, mes limites et faiblesses, mes ressentis, mes émotions, mes souvenirs, mes expériences de vies... et par conséquent pas forcément conforme à

un cadre ou une forme, une couleur dans laquelle je ne me reconnaîtrais pas. Très souvent dans ma vie j'ai dû chercher la case à cocher qui me correspondait mais la plupart du temps je finissais par mettre une croix dans une case par défaut. Alors quitte à paraître hors cadre, j'assume ce choix d'une écriture spontanée mais sincère, sans sujet précis afin de me laisser la liberté peut être d'en traiter plusieurs chers à mon cœur un peu comme un cadeau que je m'offrirai.



Introduction.

Bhagti Akal Kaur/Princesse lionne sacrée.

Princesse lionne sacrée qui fait l'expérience de la nature éternelle de l'âme en servant Dieu avec une profonde dévotion.

Bhagti est dévoué, dévot. Akal signifie immortel, éternel, au-delà du temps et de l'espace. La princesse lionne de Dieu qui fait l'expérience de la nature éternelle de l'âme et qui marche avec grâce et force tout au long de sa vie.

Message de guidance : rechercher profondément en vous-même avec l'intention de découvrir votre véritable nature et de devenir un avec L'Un. Devenez une lumière radieuse pouvant guider tout le monde.

Il fallait bien que je commence ce mémoire par quelque part et une fois n'est pas coutume je vais parler un peu de mon histoire. Je suis née le 9 mars 1976 et je m'appelle aussi Bhagti Akal Kaur ce nom spirituel m'a été adressé en lien avec le jour de ma naissance. Si maintenant je me penche sur l'éthymologie de mon prénom *Emmanuelle* :

Issu du prénom Hébraïque Immanu'el signifiant « Dieu et avec nous » Emmanuelle est dévouée, fiable, fidèle et toujours à l'écoute. Tendance à se montrer protectrice, avec son grand cœur elle est émotive et généreuse. N'ayant pas la moindre crainte de l'engagement et du don De soi elle consacrera volontiers son temps et son énergie à des activités profitant aux autres. Souvent intransigente avec elle-même, n'aime pas l'échec et la médiocrité, ainsi elle mettra tout en oeuvre pour s'améliorer chaque jour ce qui démontre sa merveilleuse humilité.

Si je m'amuse à faire les liens entre les deux prénoms, je comprends peut-être mieux pourquoi j'ai choisi de m'incarner dans cette famille. J'ai grandi aux côtés de mes parents et de ma sœur aînée 6ans et ½ nous sépare. Face à mon histoire de vie je crois pouvoir dire aujourd'hui que les états de souffrance de ma sœur dû à un trouble bipolaire m'a permis dès petite de développer un grand sens de l'écoute. A l'époque de ma petite enfance et de l'adolescence pour ma sœur ont nommé cet état trouble maniaco-dépressif ou trouble de l'humeur qui se définissent par l'alternance d'épisodes dépressifs avec tous les symptômes de la dépression, des phases dites maniaques ou hypomaniaques qui se caractérisent par un sentiment d'euphorie, d'exaltation, d'une énergie créative décuplée et des phases de remissions. Bien sûr je pourrais développer bien plus sur

les symptômes de cette maladie et avec l'histoire de ma famille la lecture que je pourrais en faire à travers le N-T tel que les références en rapport avec le projet-sens, la transmission Génétique et l'influence transgénérationnelle, les héritages et programmes mais mon propos est ailleurs. (Liaison N-T Messages Inconscients). Toujours est-il que j'ai grandi aux côtés de ce trouble, à l'époque je n'y comprenais pas grand-chose, mes parents non plus d'ailleurs et ma sœur j'imagine encore moins mais nous avons tous certainement vécu à notre niveau dans un climat anxigène durant des années. De ce fait la petite fille que j'étais s'est faite toute petite et très discrète, je ne demandais rien car inconsciemment je devais me dire qu'il ne fallait surtout pas de débordement, mes parents avaient assez d'inquiétude avec ma sœur je ne pouvais pas en rajouter. Donc je pouvais passer des heures à m'occuper toute seule dans un coin avec trois fois rien dans les mains et aussi des heures à observer et à écouter. Ecouter tous les bruits qui m'entouraient, les conversations et celles des grands en particulier, écouter les cris, mes pleurs, les âmes errantes, les silences, mes ressentis, les histoires et les maux de ma sœur qui se livrait à moi, écouter sa respiration la nuit de peur que les médicaments l'emportent, écouter, écouter, écouter... j'étais donc une enfant qui consacrait beaucoup de temps à aiguïser ce sens d'une manière plutôt instinctive d'ailleurs et sans vraiment m'en rendre compte, j'étais de nature calme et contemplative et de ce fait j'étais l'enfant qu'il était facile d'oublier et c'est exactement ce qui s'est passé.

Ils m'ont et je me suis certainement un peu oublié !

Ce qui a découlé de tout cela, une enfant trop mature pour son âge toujours fourré avec les grands et dans les jupes de sa grande sœur. Habité par une profonde envie de mieux connaître la vie j'avais des questionnements existentiels d'adultes et une fascination sur la compréhension du fonctionnement de l'être humain et de la relation que nous avons à la vie. Partant de ce fait il était difficile pour moi d'accepter une seule vision des choses. Cela m'a valu des difficultés avec le système scolaire et un décalage avec ce qui m'y était proposé,

je n'étais donc pas très doué à l'école, je m'y sentais incomprise, mais j'avais foi en la vie et en l'amour avec un grand A ! Livrée à moi-même j'ai développé une écoute profonde de mes intuitions, qui m'ont guidé et apporté l'énergie nécessaire pour transformer mes souffrances en une vraie force créatrice afin d'accompagner ma sœur du mieux que je pouvais. Tout ceci m'a quand même conduit tout droit à l'échec scolaire qui a engendré un début de vie professionnel pas très facile mais qui par la suite m'a certainement permis de me diriger vers l'art des énergies subtiles et le pouvoir d'expression au moyen de la danse et la musique. Pour clore cette introduction à mon mémoire j'ajouterai que j'étais douée dans la relation, toujours très à l'écoute des messages de la vie et de mon entourage, fidèle amie, je dévoue mes talents à la vie et aux bénéfiques des autres.

Mémoire.

Proverbes.

« La vie est un défi à relever, un bonheur à méditer, une aventure à tenter. » Mère Teresa.

*« Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie d'y rester. »
Proverbe Indien.*

« Vous devez être le changement que vous voulez voir dans ce monde. » Gandhi.

« L'homme doit être lui-même afin qu'il soit mieux le serviteur de tous. » Carl Gustav Jung.

« Personne ne peut fuir son cœur c'est pourquoi il vaut mieux écouter ce qu'il dit. » Paulo Coelho.

« Il n'existe rien de constant si ce n'est le changement ! » Bouddha.

*« Le bonheur c'est quand nos actes sont en accord avec nos paroles. »
Gandhi.*

« Notre vie s'améliore seulement si nous prenons des risques et le plus grand de tous les risques est d'être honnête envers soi-même. » Albert Einstein.

Autant de belles paroles, proverbes et citations nous avons pour guide si nous le voulons pour cheminer, elles sont toutes puissantes et viennent délivrer un message qui fait écho dans nos vies à des moments propices. Pour ma part il y en a une qui résonne en moi depuis longtemps, c'est mon allié pour la vie et c'est par elle en particulier que j'ai voyagé à travers moi et continue encore à le faire aujourd'hui !

« L'Indien qui marche sa parole ».

(Respecter sa parole et sa pensée, accorder ses actes et son monde intérieur. Afin d'avancer sur cette route le présent est essentiel, il faut être en conscience pour ne pas manquer les indices tout en montrant une souplesse pour accepter la forme que prennent ces indices).

La 1ere fois que j'ai entendu ce proverbe j'étais adolescente, je n'en ai pas vraiment compris le sens tout de suite mais d'un autre côté je l'ai ressenti et cela a créé en moi une vibration très forte comme si mon corps avait tout compris bien avant que mon esprit ait eu le temps d'analyser le message.

Je sentais au plus profond de moi que ça venait de loin et que cette vibration était une des solutions à mon bien-être et c'est depuis ce jour que j'ai commencé à m'intéresser de plus près à la philosophie chamanique des peuples amérindiens.



Le monde du chamanisme voilà un sujet qui me fascine depuis longtemps, d'aussi loin que je me souviens, petite j'écoutais la nature et parlais aux fougères dans la forêt, je demandais l'autorisation et remerciais la terre pour les fruits que je trouvais et mangeais sur l'instant, je chantais et dansais pieds nus sur l'herbe fraîche pour invoquer le grand esprit, je faisais des cabanes en miniature pour y déposer des offrandes souvent de toutes petites fleurs et de la nourriture, j'enterrais des prières que j'avais écrites, je cueillais des plantes pour en faire des pansements aux cailloux que je considérais malades, je demandais aux arbres de me livrer les secrets de la forêt, les insectes étaient mes amis et je priais les soirs de pleine lune...

Plus tard à l'âge adulte petit à petit j'ai expérimenté et marché ma parole telle une « Indienne » avec d'abord comme véhicule mon corps puis j'ai ouvert mon cœur et mon esprit. Alors bien sûr tout au long de ce parcours initiatique avant que ces 3 corps se mettent au diapason, j'ai souvent perdu l'équilibre, trébuché, je suis tombée, à des moments je me suis même perdue en route et puis à force d'écouter, j'ai compris et j'ai rajouté la conscience à tout ça !

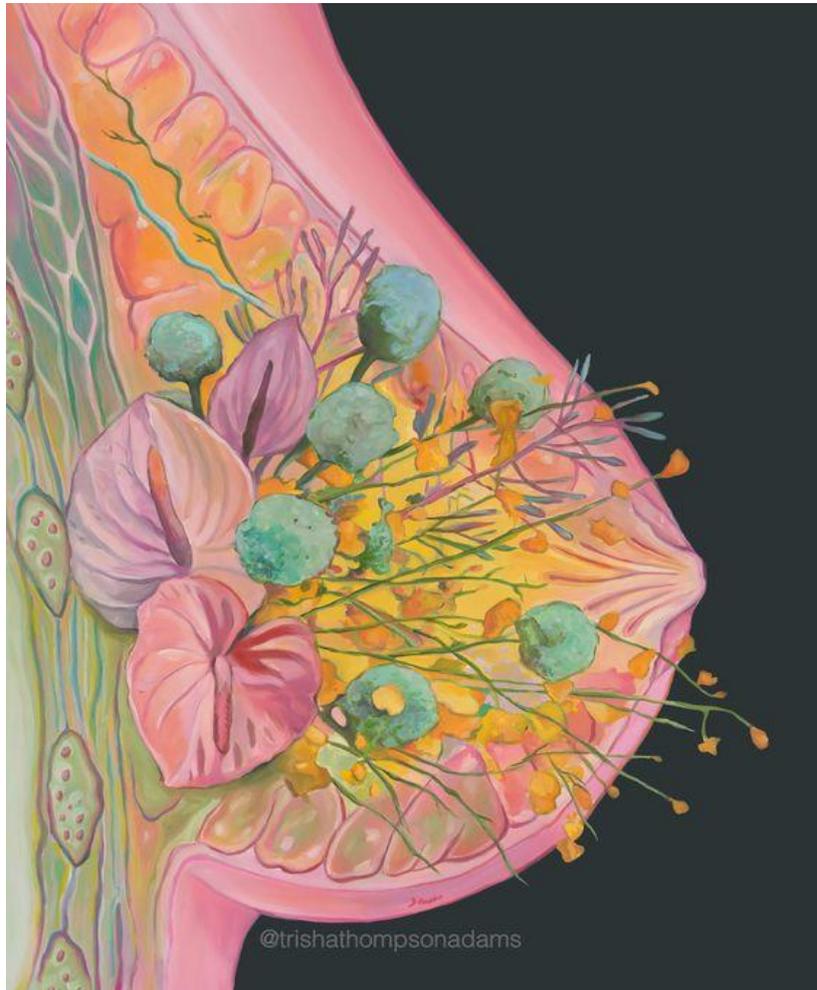
Cœur, corps, esprit pour marcher en conscience dans nos pas sur le chemin de la vie, nous voilà aligné et tel est le secret d'une vie qui rime avec santé, paix et amour !

Une fois le secret découvert j'ai évidemment de manière naturelle partagé mes expériences avec celles et ceux qui le souhaitaient. A travers cette philosophie de vie que je m'étais approprié de manière occidentale et que j'expérimentais dans mon quotidien, je faisais ma part, tel un petit colibri prenant quelques gouttes d'eau dans son bec pour éteindre le feu de la forêt. Je faisais découvrir à mon entourage la vision multidimensionnelle du chaman afin d'éveiller une conscience collective !

Comme je l'expliquais dans les confidences du début, mon chemin spirituel avait commencé assez jeune, étant très autodidacte dans ma manière d'apprendre et de vivre les choses, il a toujours été nécessaire d'éprouver complètement ce à quoi j'aspirais et essayer de me donner tant que possible les moyens pour cela. Toutefois malgré les nombreux échanges sur ce sujet et l'accompagnement altruiste que je menais avec mon entourage, je remarquais que c'était loin d'être évident pour tout le monde (y compris moi) de tendre vers un alignement de soi et qu'il était certain à mes yeux qu'il me manquait un ingrédient en vue de transmettre de manière plus concrète et de continuer sur cette voie de compassion et de soin à la personne.

Avant de rentrer dans le vif du sujet je souhaiterais vous partager une dernière expérience, celle qui m'a faite rencontrer le Neuro-Training et qui a révélé cet ingrédient manquant à cette recette magique du bonheur !

Le mal a dit ne t'égaré pas de ton chemin...



En 2017, mon corps essayait de me livrer un message, cela faisait déjà un certain temps qu'il tapait régulièrement à la porte mais bien trop occuper à « sauver » le monde je n'entendais pas ses toc-toc ? Je l'ai laissé sans réponse jusqu'à ce qu'il n'ait plus d'autres choix que de me créer un symptôme. (Liaison N-T CCI, les 7 causes d'un symptôme : projet-sens, non choix, peur, refoulement, inversion d'attitude, réactivité, accident)

En 2018 lors d'un voyage en Amérique du sud je ressentais à quelques reprises des douleurs au sein droit, Il m'était arrivé 6 mois auparavant un petit incident avec un flexible de douche et c'est après coup que nous avons fait le lien avec cette péripétie. Un tant soit peu

inquiète mais ne pouvant rien faire à l'autre bout du monde je prenais mon mal en patience me disant que nous verrons tout ça en rentrant.

De retour en France le message était tel que quelques jours après l'atterrissage les symptômes avaient redoublé de puissance ce qui m'envoya en urgence passer une série d'imageries et 2 biopsies. En attendant les résultats qui n'arrivaient jamais, il était clair qu'il suffisait de voir la tête des médecins et d'écouter les premiers diagnostics pour comprendre que l'heure était grave ! Très clairement on m'annonçait probablement un cancer du sein sans même avoir attendu les résultats des biopsies !

Durant toute cette longue attente j'étais évidemment bouleversée mais étrangement je n'y croyais pas, je sentais en moi que ce n'était pas ça et que c'était autre chose.

En essayant d'aller à l'essentiel de cette longue histoire le verdict tomba enfin. Comme à mon ressenti ce n'était finalement pas un cancer mais par contre on ne savait toujours pas ce que j'avais. Nous voilà donc parti pour 6 mois de tests et traitement antibiotique jusqu'à ce que la grosseur se transforme et se colore petit à petit en un rouge vif prêt à délivrer son message à la surface de la peau, au grand jour, c'était un abcès !

Sans rentrer dans les détails, je subis une 1 ère opération échouant à moitié, me renvoyant du coup 6 mois après une nouvelle fois au bloc opératoire. Entre les 2 opérations je me suis quand même demandé quel message mon corps tentait de me transmettre ? J'avais beau essayer de comprendre, vraiment je ne voyais pas précisément de quoi il s'agissait, je sentais bien que cette fois-ci je n'y arriverai pas toute seule, j'avais besoin d'aide pour déchiffrer ce message.

Quelque temps avant cet incident une amie proche m'avait parlé d'une kinésiologue qu'elle voyait régulièrement, je ne connaissais pas cette pratique mais en vue des résultats positifs que ça engendrait

chez mon amie, j'avais pris ses coordonnées afin de l'ajouter à mon A,B,C,D,R des thérapeutes aux bénéfiques de mes amis qui en auraient besoin.

Là le message commençait à s'éclaircir... mais pourquoi seulement pour mes amis ?... Et c'est finalement moi qui pris rendez-vous avec cette thérapeute !

Me voilà donc allongée sur cette table avec cette femme qui à travers un test musculaire (Liaison N-T Introduction au Neuro-Training) parlait à mon cerveau et mon corps lui répondait en lui livrant précisément les secrets de mon âme.

Wouawwwwwww, c'est magique mais quel est le secret de cette pratique me dis-je !!!

Je suis tombée immédiatement sous le charme de cette thérapie par le toucher, ça me ramenait à mes premiers amours : l'expression par le moyen du corps et je savais bien à travers la danse que le corps ne pouvait pas nous mentir !

J'ai travaillé avec cette femme à intervalles réguliers durant une année et nous avons très rapidement décodé ensemble le message de ce qui m'était arrivé et il était clair qu'être à l'écoute des autres, s'en soucier, « nourrir » la relation c'était très bien mais il y avait certaines limites à ne pas dépasser si l'on ne voulait pas finir complètement épuisé !

Voici donc un résumé du message à comprendre, ce qui l'en est ressorti la synthèse globale de nos séances :

- Qui dit Sein dit nourriture (Estomac / Mère) à droite liée à l'extérieur nourrir, mater, dévouer aux autres ...

- Abcès : à force d'avoir accumulé (lié à la lymphe se retenir d'exprimer quelque chose ...) « crevons l'abcès » allons de nouveau jeter un œil à l'intérieur de soi ! nous avons un muscle le grand pectoral sternal qui se situe sous le sein et qui est lié au Foie à la colère et la révolte donc dans cette boule de pus nous y trouvons une

colère enfouie non exprimée liée à une blessure émotionnelle de l'enfance. Cela a créé un profond découragement qui a induit une impossibilité de récupération.

- En ce qui concerne le flexible de douche : trop de flexibilité ! Adaptabilité à toutes épreuves, j'arrive à me mouvoir dans tous les sens afin de m'adapter à toutes situations. J'étais tellement forte que j'en étais devenu faible, principe d'énergie Yin/yang.

Et avec ma lecture d'aujourd'hui je rajouterai à tout cela qu'il y avait certainement l'implication de mon projet sens. Il revenait faire surface en attaquant un de mes organes féminins afin de donner du sens et du crédit au garçon que je n'étais pas.

Voilà l'histoire, il était temps de changer d'attitude et afin d'être sûr de pouvoir bien repartir et à nouveau marcher sur mes pas, il fallait pardonner ce qui n'était pas encore pardonné, il fallait au sein de ma famille et avec mon compagnon refaire un point sur le reste des non-dits de manière à pouvoir nettoyer tout cela et redéfinir notre relation à chacun. Il était toujours salutaire d'être à l'écoute, empathique et accompagnante mais seulement en redéfinissant les limites de la relation avec les autres et surtout remettre mon attention vers le dedans en regardant de plus près pourquoi je m'étais écartée de mon chemin. Redéfinir mes priorités, mes désirs et revenir à l'essentiel qui en langage des oiseaux nous dit « l'essence du ciel » l'esprit du tout, le grand wu chi.

(Liaison N-T les 5 Eléments : l'Energie, les Organes, les Méridiens, Message Inconscient : Langage du Corps, Projet Sens, Etre Soi : la Lymphe, Principe de Santé : Le Refoulement, Libération Emotionnelle 1 : Situations Inachevée, Deuil / Pardon, Harmonie Relationnelle : le Relationnel / Fractal)

Le Neuro-Training et L'Indien.



A travers ce proverbe de l'Indien qui marche sa parole, je vais tenter de faire quelques parallèles entre deux pratiques et philosophies de vie auxquels j'aspire et qui inspirent mon quotidien. La première que je cultive depuis un certain temps est celle de la vision des peuples racines au travers d'un Chamanisme Occidental, puis plus récemment le Neuro-Training qui vient faire caisse de résonance à tout ça.

Il m'est apparu comme une évidence qu'elles regardaient toutes deux dans la même direction et le premier lien fort qui les unit est l'approche énergétique, quantique et holistique qu'elles nous offrent.

Philosophie Chamanique comme une thérapie, un art de vivre, une métaphore qui nous guide vers un accomplissement de soi !

Le Chamanisme ne peut se réduire à une seule définition car il en existe d'innombrables formes et expressions. Dans ce mémoire je parlerai surtout de la vision du chaman des hommes médecines d'Amérique du Sud et du Nord.

Le Chamanisme est la pratique sacrée et spirituelle la plus ancienne du monde. C'est une tradition ancestrale de guérison et de communication avec le monde spirituel, on l'a rencontré sur tous les continents et à toutes les époques, parmi les peuples autochtones traditionnels.

Le Chamanisme s'affaire à relier l'âme, le corps et l'esprit, il n'est ni un dogme ni une religion c'est une voie d'unité, en relation avec le ciel et la terre. C'est une tradition orale qui enseigne et invite à tourner notre attention première dans la toile sacrée de la vie dont nous faisons partie. Les peuples racines vivent dans un monde vibratoire, ils s'intègrent dans une vision animiste qui consiste à croire en un esprit, une grande force vitale qui n'animerait pas seulement les êtres vivants mais aussi les plantes, objets et tous les

éléments de la nature telle que la roche, le vent, la pluie, les nuages... Dans cette cosmovision qui nous relie à l'âme du monde, les peuples racines considèrent avec respect tout ce qui est, toutes nos relations, tous les êtres, toutes les énergies, toutes choses et comment nous pouvons nous placer au centre de cet univers afin de commencer à établir des relations saines, réciproques et conscientes dans le plus vaste cercle de la vie.

Le Chamanisme au quotidien et ses attributs.

« Le Chamanisme s'explore avec un cœur d'enfant et une âme d'ancêtre. Le Chaman avance sur sa route avec la naïveté de l'enfant, le discernement du sage et l'intrépidité du guerrier. C'est un défi de tous les jours ! ». Extrait du livre d'Arnaud Riou « Réveillez le chaman qui est en vous ».

Pratiquer le Chamanisme ne veut pas dire que nous sommes chaman. Utiliser le Chamanisme comme plateforme de conscience qui nous permet de manifester la meilleure version de nous-mêmes, comment mettre tous nos dons au service de la créativité. Cérémonies, Chant, Danse, Symboles, Rituels de Guérison, Rêves Lucides, Tambours, Jeûne, Méditations, Transe, Animal Totem, Roue de Médecine, Purification, Offrande, Médecine par les Plantes etc. A travers tous ces attributs, la pratique Chamanique nous entraîne à éveiller notre conscience d'être multidimensionnel, se relier à soi, au tout afin de rétablir l'équilibre, l'harmonie de l'esprit et de révéler sa nature profonde. Il nous enseigne que Gaïa notre terre mère est un organisme vivant et conscient et que d'elle vient tout le pouvoir de transformation nécessaire pour guérir grandir et se développer en tant qu'êtres éveillés afin de retrouver son pouvoir et devenir autonome. C'est pour cette raison que cette pratique est associée à la guérison, puisque lorsque l'être humain s'éloigne de son essence et de l'état d'harmonie avec toutes ces relations, ses systèmes se désorganisent et la maladie apparaît. La guérison d'un point de vue chamanique porte en elle une dimension spirituelle, c'est un acte

alchimique qui s'inscrit dans un processus intime d'une personne, guérir c'est grandir ! La véritable guérison est la prise de conscience du malade, c'est une opportunité de transformation, un processus d'élimination, de purification et d'éveil à l'ouverture du cœur. Tout ce qui est visible émane de quelque chose d'invisible, la matrice de toute la vie est invisible c'est à travers ce principe de base et par le biais des états modifiés de conscience que les chamans viennent faire le relais dans cet invisible et avec ces ressources de l'univers ils retrouvent la source des choses ainsi que les solutions pour pouvoir évoluer. La pratique s'appuie aussi sur l'imagination, la métaphore de vie, la pensée positive, les valeurs des croyances dans le but d'augmenter le potentiel d'auto guérison. Les Chamans savent très bien que pour changer le monde extérieur il leur faut d'abord corriger les images intérieures en effaçant les empreintes laissées dans notre corps lumineux par les traumatismes, les esprits (entité / ancêtres) et la maladie. A mesure que ce corps lumineux, ces champs énergétiques, nos couches auriques s'assainiront, de nouvelles images remplaceront les anciennes afin de rétablir l'harmonie en nous et autour de nous. Nous retrouverons le sens même de notre vie, l'équilibre des pôles opposés de notre nature humaine et incarnerons la voie du milieu.

(Sources d'information, références et bibliographie : Internet, Gislaine Duboc : les 4 voies Chamaniques, le Sommet de la Conscience avec Arnaud Riou et François Breton).

Le Neuro-Training la voie royale vers son soi véritable.

La philosophie du Neuro-Training s'affaire elle aussi à nous relier au grand tout et de ce fait à aborder une personne dans sa globalité d'être multidimensionnel. Cette approche complète de l'être humain nous invite et nous enseigne à améliorer la qualité de notre énergie et de notre vie. Le Neuro-Training permet d'entraîner la neurologie à nous libérer de nos conditionnements et blessures de notre passé afin de développer notre capacité naturelle à exprimer nos valeurs dans toute situation. Le N-T s'appuie aussi sur le pouvoir de guérison la capacité à se guérir soi-même, recontacter sa magie personnelle afin de nous rendre autonomes. La philosophie du N-T nous rappelle aussi que nous sommes tous des êtres de lumière et si nous voulons exprimer qui nous sommes et fonctionner, toutes nos ampoules du corps lumineux doivent briller. La circulation d'énergie dans notre corps doit être libre et Harmonieuse afin de favoriser l'homéostasie.

« Tout être doit pouvoir (Energie) exprimer sa nature (Génétique) partout et à tous moments (Temps et Espace) pour se sentir (Etats Profonds) et vivre l'unité avec soi et les autres par choix. » José Chouraqui.

Utiliser le Neuro-Training comme plateforme de conscience qui nous permet de manifester la meilleure version de nous-mêmes, comment cette approche énergétique, globale et complète nous permet d'identifier et de rééquilibrer les énergies perturbées afin d'augmenter le niveau de récupération, d'énergie disponible, de puissance, de compétence de chaque individu et d'utiliser au mieux nos ressources naturelles. Pour ce faire cette approche recherche l'origine des troubles de fonctionnement afin de les éliminer et permettre à toute personne de s'adapter de la meilleure façon possible à toutes nouvelles situations. La pratique du N-T comme

le Chamanisme s'appuie aussi sur la pensée positive et la métaphore de vie, à l'image de l'eau qui s'adapte au contenant tout en gardant ses propriétés toute personne devrait être capable de vivre en restant elle-même et en exprimant ses valeurs profondes. Pour ce faire le N-T utilise ses propres techniques et inclut aussi d'autres principes et processus issus de la Kinésiologie avancée, la Médecine Traditionnelle Chinoise, le Décodage Biologique, l'Hypnose Ericksonienne, de l'Ostéopathie, de la PNL, de l'EMDR, des Fleurs de Bach, du Reiki, de la Psychothérapie etc... Mais si nous partons du principe que chacun est unique et que tout être est le résultat du grand tout et aussi de son Histoire, de son passé, de son arbre généalogique... Alors chacun à sa propre façon de se déséquilibrer et de se rééquilibrer c'est pour cela que nous pourrions rajouter à la liste du dessus toute technique efficace au service du bien-être de l'être humain. Nous pouvons alors complètement imaginer que la pratique du Neuro-Training et la pratique Chamanique peuvent être tout à fait complémentaire.

(Sources d'information, références et bibliographie, Neuro-Training José Chouraqui : Les clefs pour retrouver la santé et le bien-être. Site Internet Ecole Française de Neuro-Training).

Les outils communs de transformation.

L'Hypnose / Les Etats Profonds et la Transe Chamanique.

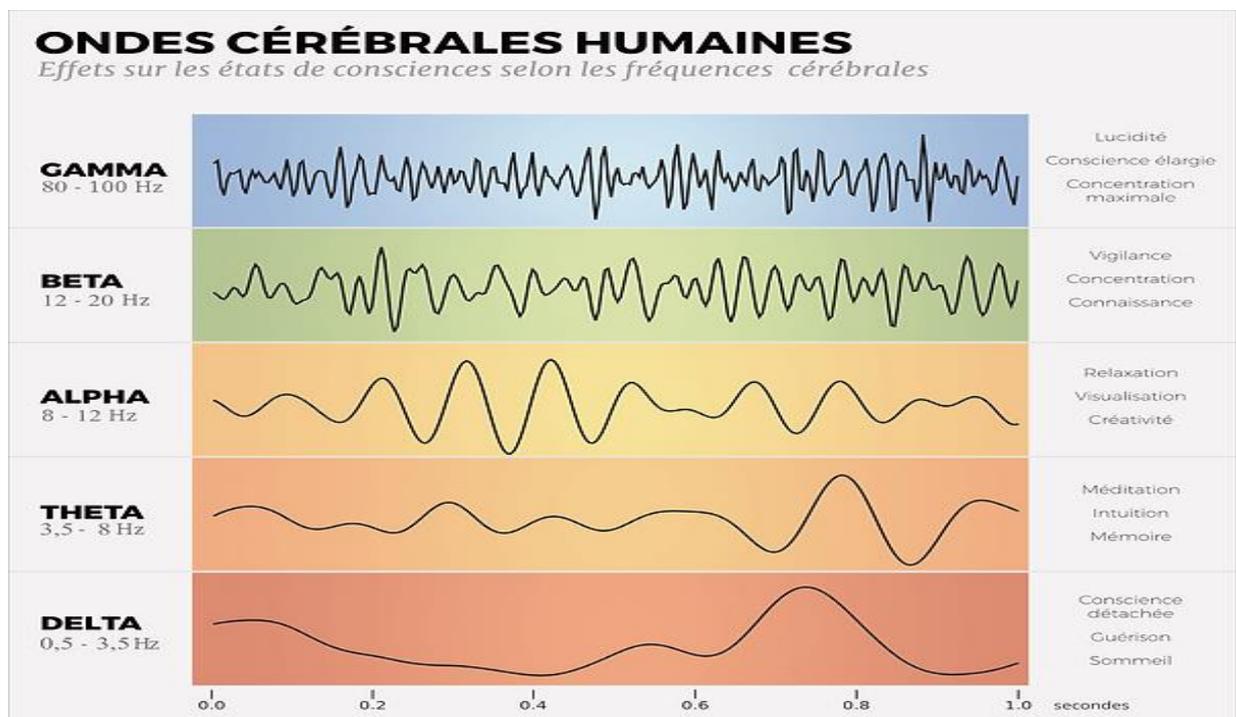


Les Etats Modifiés de Conscience (EMC) comme thérapie.

Nous expérimentons chaque jour de multiples états de consciences, chacun a pu faire l'expérience d'un bon livre dont la lecture permet de nous évader, ou celle d'une suspension hors du temps à force de contemplation. Les phénomènes d'EMC sont présents dans toutes les situations où notre esprit, notre imaginaire s'échappe ailleurs et l'on perd la notion du temps, le temps est alors modifié et l'on peut même avoir la sensation de ne plus savoir où l'on est.

Les EMC se caractérisent par une fréquence d'onde cérébrale différente de celle d'un état d'éveil ordinaire. Ils apparaissent comme étant un état intermédiaire entre la veille et le sommeil.

Nous avons la possibilité de modifier cette fréquence d'onde selon le type d'activité que nous effectuons. Ces changements de fréquences semblent impacter la façon dont le cerveau perçoit le monde et les informations, il est évident que nous ne pouvons pas recevoir les mêmes données si notre cerveau vibre à 6Hz ou à 40Hz.



Nous pouvons donc induire ce phénomène d'EMC de manière physique ou psychologique par différents moyens comme le jeûne, la méditation profonde, L'hypnose, la transe induite par la danse ou la musique, l'activité physique intense, certaines plantes, l'état extatique, la sophrologie, le rêve lucide etc...

Selon Steven Laureys (*Neurologue responsable du Coma Science Group de Liège*) la stimulation des états altérés de conscience serait « une protection psychologique dans une situation traumatisante » dans tous les cas,

l'EMC permet de mobiliser les capacités et ressources qui nous sont inhérentes et dont nous n'avons pas toujours conscience.

C'est un puissant catalyseur de changement, de résilience, de progression, d'intégration, il ouvre les possibilités illimitées de l'imagination pour modifier la perception de la souffrance et apporter un soulagement, voire même ouvrir une voie permettant d'établir un environnement favorable de guérison dans le corps et l'esprit.

Dans la pratique du Neuro-Training afin d'accéder à ses multiples transformations nous pourrions utiliser ces états profonds induits par de la visualisation, de l'EMDR (bien que la pratique ne soit pas reconnue clairement comme un EMC elle en est vraiment très proche) ou un état d'hypnose emprunté par le psychiatre Américain Milton Erickson. Son approche repose sur le fait que chacun possède en soi-même la solution à ses problèmes c'est donc à l'individu de mettre à profit l'état hypnotique pour accéder à ses ressources intérieures par le biais d'une série d'approches facilitant le lâcher prise.

(Sources d'information, références : Site Internet, Synapse pour Milton Erikson, Liaison N-T : Mental Optimum 1 et 2 : états profonds, relaxation, méditation guidée, visualisation, destruction du moi Négatif, suggestion hypnotique et infusion).

Pour ce qui est de la pratique Chamanique c'est par le biais de la transe et certaines plantes (mais là n'est pas notre propos) que chaque personne libérera ses potentiels et ses dons en dormances de manière à explorer les dimensions se trouvant au-delà de la réalité. En pratique la transe chamanique est généralement induite par des chants, la danse et le battement de tambour répétitif. Celui-ci permet de faire vibrer le cerveau en ondes Thêta (entre 3 et 7Hz). De ce fait plus la fréquence est basse moins le corps est géré par le cerveau conscient. Corine Sombrun Ethnomusicologue et reconnue Chaman par les Chamans de Mongolie, collabore depuis de nombreuses

années avec des spécialistes des neurosciences, les études nous montrent qu'en état de transe chamanique l'hémisphère droit qui exprime nos émotions s'emballent jusqu'à devenir prédominant, ces ondes Thêta lié au subconscient sont donc intensément sollicitées ce qui permet la liaison avec la créativité, l'intuition, la rêverie, les émotions, les sensations, la mémoire. Les deux grandes fonctions de la transe sont la transformation et l'interaction. La transformation de processus interne comme des traumatismes qu'ils soient physiques ou psychiques et l'interaction dans la mesure où la transe permet l'accès amplifié à l'autre, à notre environnement mais aussi un rapport modifié à soi, plus intuitif de façon à mieux percevoir ce qui est néfaste pour nous. Pour en conclure l'état de transe permet de ressentir un champ de perceptions qui ne serait pas accessible dans notre état de conscience ordinaire et d'entrer en contact intime avec tout le vivant dans le but d'accéder à ces informations dont parlent les chamanes sous le terme d'esprits.

Les EMC que ce soit à travers la pratique du Neuro-Training ou la pratique Chamanique et peu importe par quoi ils sont induits, sont reconnus comme étant un potentiel naturel humain nous donnant accès encore une fois de manière autonome à tous les possibles pour une meilleure version de nous-mêmes.

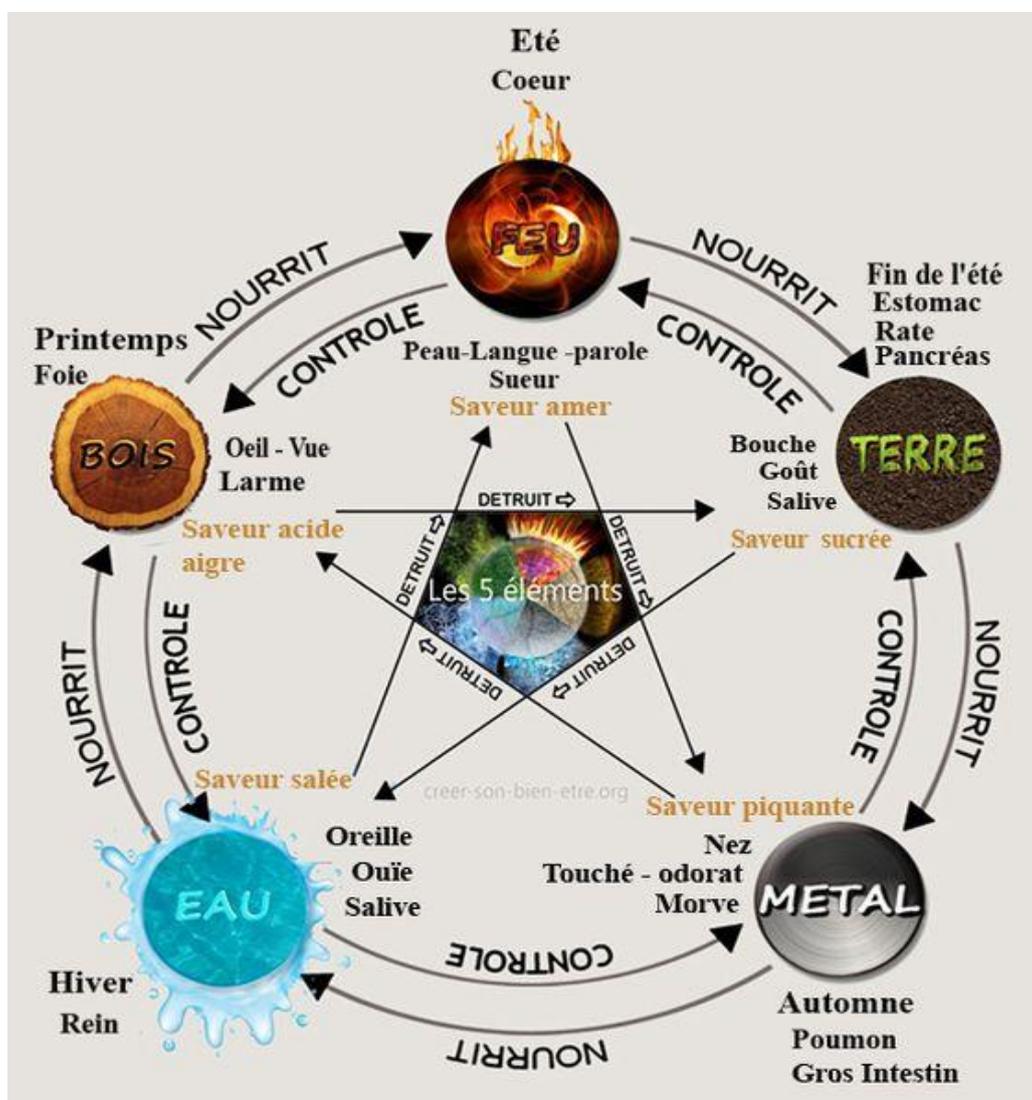
(Sources d'information, références et bibliographie : Site Internet : Trancescience Research Institute. Corinne Sombrun : La diagonale de la joie).

*Les 5 Eléments, le Modèle des Principes Universels (MPU)
et la Roue de la Médecine.*



Les 5 Eléments et la Roue Médecine sont deux principes universels, deux outils fondamentaux sur lequel s'appuient nos deux pratiques. Basés sur la même philosophie on les utilisera comme solutions à divers problèmes parce qu'ils ont le pouvoir de restaurer chacun à sa manière un équilibre physique, mental, émotionnel et spirituel. Etroitement liés à la nature et aux éléments ils nous permettent de prendre conscience que le potentiel de guérison se trouve à la fois en soi et autour de soi. A la manière d'une boussole ils nous permettent de repérer le manque et ou l'excédent de chaque chose dans n'importe quel domaine, ils remédient donc à de nombreux problèmes en y ramenant l'équilibre.

Les 5 Eléments.



L'homme vu par la philosophie Chinoise fait partie intégrante de l'univers et de ses phénomènes. La théorie des 5 éléments ou mouvements est une philosophie de Chine ancienne qui repose sur l'observation de la nature, de son fonctionnement et de ses changements perpétuels. En effet dans la nature rien n'est statique, tout évolue et se transforme en permanence. Ainsi, la graine (Yin) devient une plante (Yang) qui meurt et retourne à la terre (Yin). Ce pilier de pensée de la Chine ancienne prend forme dans la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC) et aujourd'hui dans le Neuro-Training.

Cette philosophie relie donc toute chose sur terre à un des 5 Eléments : Feu, Terre, Métal, Eau et Bois qui sont donc associés aux saisons, aux organes et viscères, aux cinq sens, à différentes parties du corps... et également aux émotions. L'énergie de ces 5 mouvements est transportée et circule dans notre corps à travers 12 méridiens qui assurent la transmission des influences extérieures comme l'alimentation, l'environnement, le relationnel vers l'intérieur les organes, les systèmes et fonctions en collaborant ainsi au maintien de l'équilibre et l'harmonie.

Ces 5 Eléments suivent 2 lois, celle de l'engendrement, le cycle Tchong : le Bois nourrit le Feu, le Feu nourrit la Terre qui engendre le Métal qui nourrit l'Eau, qui arrose le Bois.

Et la loi qui domine et contrôle celle du cycle Kô : le Bois retient la Terre, le Feu fait fondre le Métal, la Terre retient l'Eau, le Métal coupe le Bois, l'Eau éteint le Feu.

Chacun de ses éléments à ses propres caractéristiques, une fonction une direction dans l'espace, un cycle de temps en lien avec les saisons et à certaines périodes de notre vie telle que la naissance, la jeunesse, le vieillissement... et toute activité humaine a ce mouvement circulaire. Prenons un exemple avec le Bois : Il est associé au lever du soleil et au printemps de même que la plante sort du sol pour s'élever à la lumière, l'énergie du Bois représente ce qui grandit, l'expansion de l'ouverture vers l'extérieur, la naissance de l'univers. Son orientation est à l'est, l'organe du Foie et la couleur bleue/vert y sont associés, le sens de la vue et le 5^{ème} chakra aussi.

5 éléments	Bois	Feu	Terre	Métal	Eau
Couleurs	Cyan (bleu à vert)	Rouge	Jaune	Blanc	Noir
Saisons	Printemps	Été	Fin de l'été	Automne	Hiver
Orientation	Est	Sud	Centre	Ouest	Nord
Heures	Aube	Midi	Après-midi	Soir	Minuit
Climats	Vent	Chaleur	Humidité	Sécheresse	Froid
Sons	Cri	Rire	Chant	Pleurs	Gémissements
Caractères	Amitié	Gentillesse	Crédibilité	Courage	Intelligence
Sens	Vue	Goût	Toucher	Odorat	Ouïe
Saveurs	Acide	Amer	Doux	Piquant	Salé
Odeurs	Rance	Roussi	Parfumé	Viande crue	Putride
Organes	Foie	Cœur	Rate	Poumons	Reins
Entraîlles	Vésicule Biliaire	Intestin Grêle	Estomac	Gros Intestin	Vessie
Fonctions	Ligaments, tendons	Vaisseaux sanguins	Lymphes, chair	Peau	Os, moelle, dents
Sécrétions	Larmes	Sueur	Salive	Écouil. nasal	Glaire
Extérieur du corps	Ongles	Teint	Chair ou lèvres	Poils	Cheveux
Fonctions	Production, désintoxication	Assimilation, circulation	Nourrir, digérer	Récupérer, évacuer	Filter, éliminer
Énergies psychiques bénéfiques	Défense, combativité, réalisation	Satisfaction, intelligence, amour, sagesse	Équilibre, concentration, réflexion	Ordre, organisation, conservatisme	Courage, décision, volonté, "vouloir vivre"
Énergies psychiques destructrices	Colère	Insatisfaction	Soucis, ruminant	Tristesse, chagrin	Peur
En surtension énergétique	Vindictif, agressivité	Euphorie excessive	Obsession, instabilité	Imposition des idées	Autoritarisme, impulsivité, témérité
En sous-tension énergétique	Tempérament bileux, hypocondriaque	Dépression, "dégoût de la vie"	Déconcentration	Désordre, déstructuration	Panique

Rappelons-nous que tout est relation et que tout est dans tout, donc dans chaque élément il y a aussi les autres.

Le Modèle des Principes Universels (MPU) est une représentation de l'être dans tous les contextes de sa vie. C'est un des supports fondamentaux du neuro-training. Afin de compléter le puzzle il nous faudra toujours trouver le contexte d'origine du problème de la personne. Le MPU comme support de séance en complément des 5 Eléments nous permettra de détecter ce contexte prioritaire.

Nous pouvons constater sur ce schéma qu'il est influencé notamment par la sphère familiale, sociétale et les lois universelles tandis que le triangle de la santé représente la capacité d'intégration de la personne elle-même avec son mental/perception, son émotionnelle, son physique, son énergie, ses croyances, peurs, et habitudes. Nous avons aussi les facettes des contextes génétiques, temps et espace, états profonds et énergétique ainsi que tout ce qui constitue la qualité de son esprit notre Chi Vrai, le SHEN qui est représenté par le petit triangle du centre que l'on appelle notre Trésor !

Lorsque nous sommes en santé, les 3 côtés du triangle sont équilibrés ainsi que le triangle énergétique mais tout déséquilibre d'un des côtés entraînera des répercussions dans les autres domaines.

Par la pratique du Neuro-Training et au moyen du test musculaire nous pourrons donc identifier le contexte qui nous empêche de vivre ce que nous voulons dans le but d'exprimer notre perfection. C'est dire si la résonance entre l'homme, les symptômes et la nature sont la base du Neuro-Training.

(Liaison N-T : Les 5 Eléments Neuro-Training José Chouraqui , les clefs pour retrouver la santé et le bien-être).

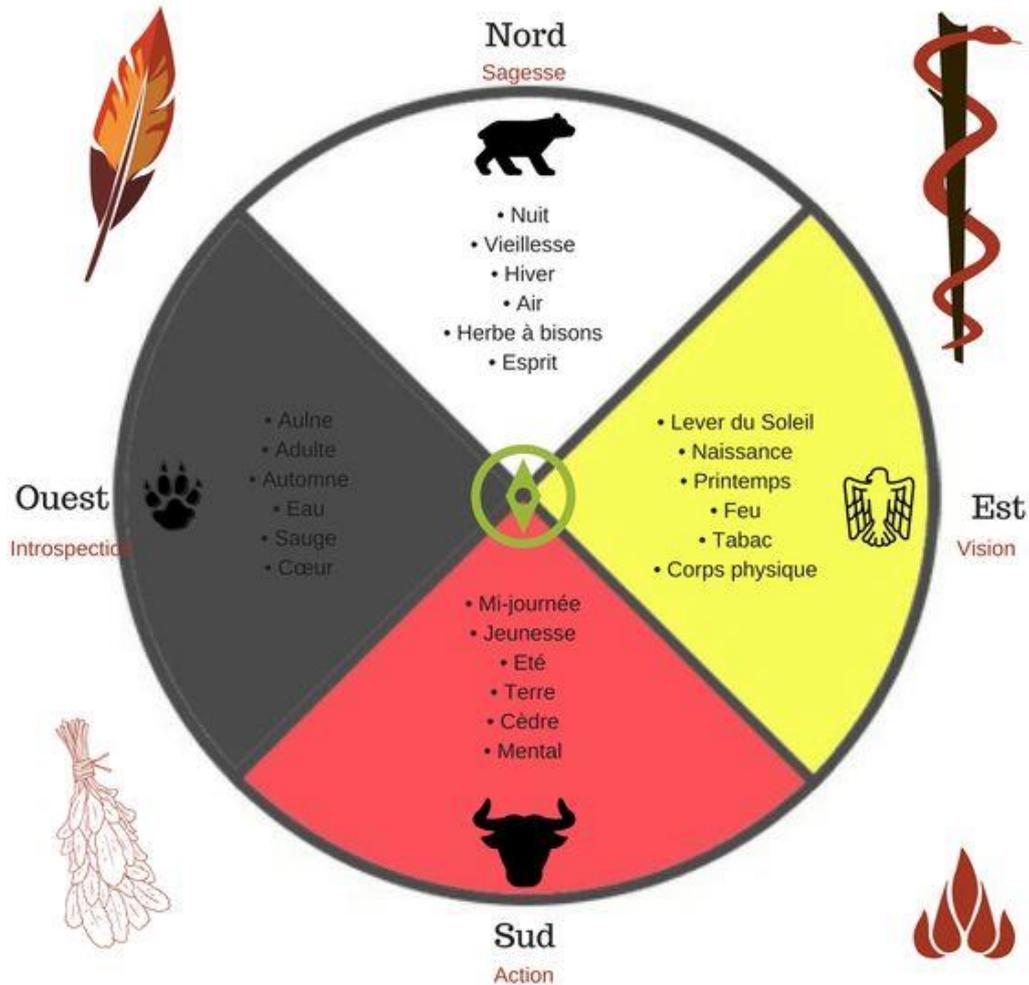
La Roue de la Médecine.



Pour commencer je tiens à préciser qu'il existe de nombreuses variations entre les Roues Médecines des diverses tribus, chaque tribu à une roue propre qu'elle a mise en place au fil des siècles en rapport avec son environnement, il semble donc logique que certains attributs comme les directions, le monde animal, végétal ou minéral ne soit pas les mêmes selon le pays de la tribu. Ce qui me paraît important c'est de prendre un système dans son ensemble et de ne pas essayer de comparer au détail près. Il en va de même pour les liens entre les 5 Eléments, le MPU et la Roue de Médecine l'idée est d'en faire ressortir la base commune de ces 3 grands principes.

Nous retrouvons ici un autre cercle tout aussi puissant car de part sa représentation symbolique du monde il est lui aussi intimement lié à la nature et aux éléments. Chez les peuples racines la roue de médecine est le schéma fondamental de l'univers c'est le grand cercle où tout commence et tout finit, le sens même de notre vie et il en est ainsi parce que le pouvoir de l'univers opère toujours en cercle. C'est une sphère magique qui peut nous reconnecter à notre environnement. Cette roue supporte la notion d'harmonie, de progression, de complémentarité en représentant la vie comme un cycle permanent où une direction en nourrit une autre, exactement à la manière des 5 Eléments notamment dans le cycle Tcheng. Cette roue dans son système complet et structuré nous offre entre-autres des méthodes de connaissance de soi, de changement et de réalisation pour permettre de progresser dans son développement personnel. La médecine d'une personne chez les indiens représente son énergie, l'expression de son organisme vital que l'on pourrait comparer au Shen, notre triangle d'or chez les Chinois. Les roues médecines sont toutes bâties sur le même schéma, elles sont constituées par une série de symboles se présentant sous la forme d'une croix inscrite dans le cercle. Divisées en 4 parties, les 4 rayons ou bras tracent les chemins vers le centre, celui-ci représente la source, la terre mais également la représentation de nous-mêmes. Les cercles selon les tribus symbolisent les énergies présentes dans l'univers, dans l'homme, la loi des octaves et les lois harmoniques, quel que peu similaire à notre modèle des principes universels.

Ainsi la Roue de la Médecine est composée de 4 cadrants représentant 4 directions, 4 couleurs, 4 saisons, 4 éléments, 4 stades de la vie Humaine et les différents niveaux de l'être, l'âme, l'esprit, le cœur et le corps.



A la manière des 5 Eléments chaque quadrant a ses propres caractéristiques. L'Ouest envoie les brises fraîches de l'automne, qui nous aident à entrer dans une période d'introspection afin d'y trouver nos forces et nos faiblesses. Les feuilles tombent des arbres, l'énergie vitale rentre dans la terre. L'Ouest est lié au cycle de l'adulte, à l'élément Eau et à notre cœur.

Dans la pratique du Chamanisme nous pouvons nous servir de La Roue Medecine comme un puissant outil de transformation. Au moyen d'exercice simple on entre dans sa roue, on y interroge les cycles et les rythmes, les directions, on explore l'intime au cœur de l'être afin d'y découvrir où se cachent nos blessures, les secrets de

notre histoire et pas après pas réaliser dans nos vies les changements dont nous rêvons. Recevoir l'énergie de la roue c'est retrouver notre pouvoir, cette façon juste d'inscrire notre chemin dans la vie.

Toujours à l'aide du test musculaire j'aime imaginer être susceptible de questionner cette Roue Medecine à l'image des 5 Eléments et du MPU comme outil complémentaire à la pratique du Neuro-Training.

Ces 3 principes universels : les 5 Eléments, le Modèle des Principes et la Roue Médecine sont comme une spirale sacrée qui se danse à l'infini, comme le symbole du cercle, un perpétuel recommencement.

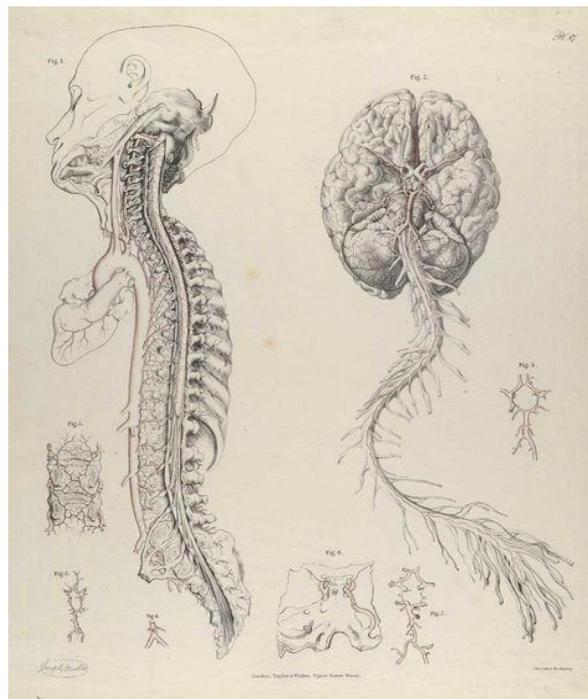
(Sources d'information, références et bibliographie : Kenneth Meadows : Médecine de la Terre, la Voie Chamanique, Maud Séjourant : La Spirale Initiatique voyage d'une Chamane dans le cercle de la vie, Arnaud Riou Réveillez le chaman qui est en vous).

Les Chakras.



Si nous évoquons le Neuro-Training et le Chamanisme nous parlons alors d'énergie. Si nous parlons d'énergie nous ne pouvons pas passer à coté des Chakras que l'on considère comme des courants énergétiques et qui sont eux aussi 2 supports à nos 2 pratiques. Dans le Neuro-Training on considère que les Chakras sont le 2^{ème} système après les figures 8 et avant les méridiens à être déséquilibrés par les stress physiologiques se développant dans le corps. La description des Chakras que nous connaissons le mieux nous vient du yoga de l'Inde mais comme pour la Roue de Médecine il peut exister plusieurs référentiels notamment sur les glandes et organes liés aux Chakras, le but de ce paragraphe une fois encore est de prendre l'enseignement dans sa globalité.

Les Chakras sont des véritables carrefours d'informations et points de rencontre entre le physique et le psychisme. Peu importe où nous sommes nés, nous avons tous un squelette doté du même nombre d'os et nous partageons tous la même anatomie lumineuse incluant les chakras et les méridiens. Ce sont des roues d'énergie tourbillonnantes, elles tournent à une distance d'environ 10 cm du corps et se rattachent à notre colonne vertébrale et à notre système nerveux central.



De la plus dense à la plus subtile chaque Chakra à une fréquence unique que nous pouvons percevoir comme l'une des 7 couleurs de l'arc-en-ciel correspondant aux 7 Chakras principaux. Dans le Chamanisme il faut que les Chakras soient libérés de leurs impuretés pour acquérir un « corps arc-en-ciel » au fil du temps les couleurs peuvent s'estomper en raison des résidus toxiques dus à nos traumatismes et à nos deuils. Les impuretés qui adhèrent à un Chakra l'empêchent de vibrer à sa fréquence pure et entravent le mouvement de rotation, c'est ainsi que le vieillissement physique s'accélère, entraînant des conséquences plus ou moins graves sur l'organisme pouvant aller jusqu'à la maladie. Les Chakras représentent des qualités humaines élémentaires où sont stockées les archives de l'univers. Tout dans la nature est sacré et chaque Chakra contient la graine de notre illumination et de la personne que nous sommes en train de devenir. Les Chakras sont en relation constante avec notre système biologique et ils sont donc intimement liés à notre système neuro endocrinien. Chaque Chakra est associé à un son, un méridien, une glande et une fonction particulière. Pour donner un exemple notre premier Chakra Racine/ Muladhara au son de LAM est lié aux glandes surrénales, la gestion du stress l'adrénaline et le cortisol, il reflète donc la survie, l'énergie de la tribu, il procure la sécurité, la force, la confiance et la capacité à se s'ancrer. Il permet la prise de conscience de soi sur le plan physique et d'être présent dans l'ici et maintenant, il est la connexion avec notre terre mère. Lorsqu'il est déséquilibré il peut entraîner l'anxiété, la peur et une insécurité profonde.

Les Chakras dans nos 2 pratiques donnent des informations supplémentaires sur l'état de santé de la personne que ce soit sur le plan physique émotionnel et énergétique, le blocage, l'excès ou le manque d'énergie sur une zone correspondant à un Chakra nous informe des déséquilibres liés à cette zone avec tout ce qu'elle représente dans la métaphore de vie et la symbolique du Chakra.

Si notre Chakra Cardiaque/Anahata en relation avec la puissance émotionnelle, l'amour et la compassion ne sont plus alignés il pourra impacter nos relations de « cœur » entrainer un sentiment de colère, de haine et de chagrin. Au niveau physique il pourra être la cause de problèmes respiratoire, cardiaque, de circulation sanguine et notre système immunitaire pourra être affaibli. Il faut bien comprendre qu'ils sont tous interdépendants les uns des autres, organisés dans un même système donc si l'un ou plusieurs sont déséquilibrés ils empêcheront les autres de jouer pleinement leur rôle pouvant donc affecter notre corps et nos pensées.

Plus nous allons remonter le long de la colonne, plus nous nous rapprochons de l'unité et du divin. Tel est le but de ce fleuve d'énergie qui permet la jonction entre le ciel et la terre.

En Neuro-Training on considère que nos hormones sécrétées par nos glandes sont notre manière chimique d'exprimer nos émotions d'où l'importance d'harmoniser nos Chakras, trouver la cause à ce dysfonctionnement afin qu'il ne puisse plus intervenir sur notre état de santé.

Les Chamans voient les glandes endocrines comme des cristaux qui émettent et reçoivent l'énergie de l'univers. Toutes cicatrices peuvent entraver cette énergie de circuler. Leurs processus de nettoyage et de guérison permet aux Chakras d'être libérés de leurs empreintes lié aux entités, aux traumatismes et aux impuretés facilitant l'énergie vitale de circuler et permettre la guérison. Que ce soit en Neuro-Training ou dans le Chamanisme retrouver la cohérence par l'alignement de ces centres énergétiques est un moyen de renforcer notre système nerveux et endocrinien. Il faudrait qu'ils soient solides et en forme afin d'être le relais à tisser des relations véritables et harmonieuses avec toutes les fréquences et informations reçues et transmises à l'univers.

(Sources d'information, références et bibliographie : Romulo Pelliza Yoga et Chamanisme et Sommet de la Conscience. Alberto Villoldo : Chaman des Temps Modernes, Site Internet l'éveil de l'aura, Liaison N-T Etre Soi : Figures 8, Intégration : Les Chakras)

Même s'il me semble que l'essentiel a été dit je clôturerai ce chapitre en faisant rapidement référence à quelques derniers liens liés à nos deux philosophies.

Notre système Lymphatique dans la vie et au sein du N-T est une base fondamentale à l'équilibre de notre bonne santé. C'est un système de nettoyage du corps, il évacue tout un tas de déchets cellulaires et toxines d'où l'importance d'en prendre soin. Etant associé à la rétention, faire circuler, bouger, réduire son stress, se détoxifier est primordial afin d'exprimer..., d'aller vers... d'attirer à soi ... D'engendrer le maintien de notre équilibre et optimiser l'homéostasie.

Dans le Chamanisme il y a aussi un intérêt particulier à se détoxifier et en partie pour les mêmes raisons, à travers la cérémonie de Hutte de Sudation en poussant le corps sous l'effet de la chaleur nous expulsions un maximum de sueur, l'eau s'échappant de nos pores comprend les déchets, les toxines dont nous n'avons plus besoin. La chaleur stimule ainsi notre circulation sanguine et nos défenses naturelles. La vapeur vient purifier également notre corps émotionnel permettant à nos émotions de couler, de s'harmoniser à nos pensées et préoccupations, de se calmer et à recevoir de la clarté dans nos croyances et schémas limitants. Tout cela favorise l'expression plutôt que la rétention.

Voilà pour le petit clin d'œil sur la lymphe et pour en finir quelques supports aux changements et derniers outils communs que je ne ferais que citer : les Essences, les Plantes, les Huiles Essentiel... Les Contes, les Symboles, les Cristaux, l'Alimentation, le Travail sur la Synchronicité, les Auras, les Cycles, sur la Connexion à la Source, sur nos Chemins de Vie sur l'Harmonie Relationnel, Vivaxis l'Axe de Vie, nos Défenses Primaires, nos Systèmes Innés ... Tant de manière pour nous accompagner au mieux vers un accomplissement de soi...

(Sources d'information, références : Loray Gwondé Ethnothérapie et Chamanisme. Liaison N-T Etre Soi : La Lymphe et les Figures 8, Récupération Physique 1 : Système Lymphatique).

Conclusion.

Notre marche sur terre est notre manière d'incarner la vie. Voilà comment sous le regard de l'indien « marcher sa parole » est une façon d'être authentique, de croire ce que l'on dit, de faire ce que l'on pense, d'exprimer ce que l'on ressent, s'ouvrir à la beauté du monde libère de la peur, s'ouvrir à une autre réalité permet de danser la vie !!! voilà le message commun, la relation forte qui unit le Neuro-Training et le Chamanisme et c'est à travers eux que j'ai envie de transmettre et continuer à véhiculer ce beau message.

Je suis consciente que ce mémoire peut présenter quelques maladresses et aussi quelques longueurs, il peut sembler également un peu désordre, il ne repose pas sur des études scientifiques détaillées, je n'ai pas eu non plus comme objectif de rentrer dans les détails techniques du Neuro-Training les cours sont là pour ça, ni du Chamanisme, en revanche comme je vous l'ai confié au début, ce mémoire me ressemble, j'ai voulu partager un parcours, un vécu, des expériences personnelles et mettre en lumière le lien existant entre le N-T et le Chamanisme. Ces ponts, cet axe important m'a permis de réfléchir différemment, d'enrichir ma boîte à outils afin d'incarner chaque jour une nouvelle posture.

Cette écriture a été également une sorte de retour en arrière sur le chemin parcouru et par conséquent comprendre à quel point cette formation en N-T prend tout son sens dans ma vie aujourd'hui. C'est un tremplin à tous les possibles et un peu aussi une sorte de revanche que je prends sur le système scolaire qui dès le début de mon parcours a coupé mes ailes et la possibilité de faire les études que j'aurais voulues.

J'insiste sur le fait que ce mémoire est livré avec sincérité, qu'il repose sur mes valeurs et qu'il a été écrit avec mon Shen.

Confidences pour confidences !

Et si l'on m'avait dit que j'arriverai à l'écrire et qui plus est que je prendrai du plaisir jusqu'au bout !!! j'aurais dit :

Heuuuuuu... Je ne crois pas non !

Hahaha ...

MERCI !!!

A défaut de paraître un peu long une fois encore je saisis cette chance car je n'aurais peut-être plus l'occasion à travers un mémoire de remercier toutes les personnes qui me sont chères à mon cœur.

Même si cela peut vous apparaître un peu égocentrique je commencerai ce thème par me remercier moi-même. Si nous suivons le message de tout ce mémoire je crois qu'il ne sera pas trop difficile de comprendre pourquoi.

Je me remercie donc d'avoir su me remettre en question, d'avoir su questionner mon enfant intérieur afin d'y trouver les bonnes réponses, je me remercie de m'avoir bousculé, d'avoir su prendre des risques et relever ce beau défi et je peux même vous confier que j'en retire aujourd'hui une certaine fierté !

Ensuite je voudrais remercier ma grande sœur avec qui je me sens intimement liée et envers qui je ressens une intense gratitude. Je lui dédie ce mémoire, car sans elle je n'aurais peut-être pas su trouver cette force qui m'amène à la vie depuis toujours. Sa sensibilité parfois extrême « à géométrie variable » comme elle le dit avec ses mots me touche profondément. Je la remercie encore profondément pour son soutien, ses encouragements, l'inspiration qu'elle me transmet et pour l'amour qu'elle me porte.

Une pensée pour ma grand-mère qui m'a relié à la nature dès ma tendre enfance et m'a initié à cette connexion avec la terre et l'art d'y découvrir ses secrets.

Du fond du cœur je remercie notre grand chef Indien que je nommerai « L'homme au cerveau qui court plus vite que son ombre » José Chouraqui. Merci pour tous ces partages de tes connaissances, savoirs et expériences transmis avec passion et humour, un vrai régal !

Une spéciale dédicace à Julie mon amie sans qui je n'aurais peut-être jamais découvert le Neuro-Training et Isabelle Spagnoli thérapeute que j'affectionne tout particulièrement.

Les Malagueta's cette aventure humaine incroyable que j'ai eu la chance de vivre. Ce groupe de femmes lié par le son du tambour m'a permis d'expérimenter des relations pures et authentiques, ce groupe m'a fait beaucoup grandir, il m'a donné l'occasion aussi de libérer mon potentiel et d'être moi à 100%. Muito Obrigada.

Un grand merci à mon compagnon de vie pour son amour, sa patience et sa bienveillance, je le lie à ma famille, ma tante Evelyne et mes parents que je remercie aussi profondément, ils ont fait du mieux qu'ils pouvaient, je le sais maintenant et je les aime.

Tous mes fidèles amis qui chacun à sa manière m'ont apporté un soutien, une attention particulière, une écoute, une parole, une énergie, une danse, des rires, et surtout beaucoup d'amour, vous êtes, mon miroir, mes piliers d'un quotidien.

Gros coup de cœur pour ma super promo avec toutes ces belles âmes rencontrées, riches partages et échanges, naissance de nouvelles amitiés, Lydie sœur de cœur « mon binôme » merci !

Je remercie aussi chaleureusement Marie-Hélène et Marion pour leur soutien et accompagnement particulier.

Daniel, Laurent, Franck, Annie, Sandrine, Corinne, Anièle et tous les autres superviseurs et Neuro-Trainer qui nous ont accompagné avec bienveillance tout au long de cette belle aventure, ainsi que mes super cobayes pour la confiance qu'ils m'ont accordés.

Merci!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! !

Je pense aussi à tous mes guides femmes et hommes médecines chamans que j'ai eus la chance de croiser sur mes chemins de voyages. Ils ont su éclairer mes pas et m'ouvrir la porte de la voie du milieu.

Je remercie l'univers, pour toutes ces merveilles qu'il nous offre et pour me permettre de faire briller la lumière qui vit en moi, la vie est magique !

Pour terminer je laisse les derniers mots à Jacques Brel avec ce texte qui a su et saura traverser toutes les époques.



Je vous souhaite des rêves à n'en plus finir
et l'envie furieuse d'en réaliser quelques-uns.

Je vous souhaite d'aimer ce qu'il faut aimer,
et d'oublier ce qu'il faut oublier.

Je vous souhaite des passions.

Je vous souhaite des silences.

Je vous souhaite des chants d'oiseaux au réveil,
et des rires d'enfants.

Je vous souhaite de respecter les différences des autres parce que
le mérite et la valeur de chacun sont souvent à découvrir.

Je vous souhaite de résister à l'enlèvement,
à l'indifférence et aux vertus négatives de notre époque.

Je vous souhaite enfin de ne jamais renoncer à la recherche,
à l'aventure, à la vie, à l'amour,

car la vie est une magnifique aventure
et nul de raisonnable ne doit y renoncer
sans livrer une rude bataille.

Je vous souhaite surtout d'être vous,
fier de l'être et heureux,
car le bonheur est notre destin véritable.





Notre chemin de transformation est la quête de toute une vie...