



Les nouveaux guérisseurs

Intuition, don, état de conscience modifié : il y a un petit plus qui se glisse dans ces pratiques pour nous aider à guérir, nous apaiser, nous retrouver.

Journaliste : Marie-Élise Cobut

Voir la vie en couleurs mais pas n'importe lesquelles : celles reliées à nos chakras (nos centres énergétiques) pour se rééquilibrer et rétablir l'harmonie du corps... et de l'esprit.

Mise en beauté des mains by Elsa Deslandes, améthyste Sahasrara (chakra Couronne), Sentara Holistic. A gauche : coiffe Galerie Vibrations ; manteau Etro ; collier Rivka Nahmias.



C'

C'est indéniable, les médecines dites parallèles ont le vent en poupe. Aides et alliées de la science – mais en aucun cas substituts –, elles permettent de débloquer le corps et l'esprit, parfois même sans toucher la personne. Fil rouge ? Une partie inexpliquée, une énergie vitale et une étincelle de magie. Si certaines sont connues et reconnues, la médecine chinoise traditionnelle par exemple, d'autres sont encore

considérées comme proche de la magie voire de l'occultisme. Elles gagnent pourtant à être (re)connues. Mais les mentalités évoluent, les consciences s'éveillent et nous sommes de plus en plus nombreux à nous tourner vers ces techniques (ancestrales) de guérison qui n'ont qu'un seul but : rééquilibrer les énergies pour éliminer les blocages, les prévenir et assurer un bien-être durable. Une quête ô combien d'actualité. ➔



LE CHAMANISME

Connu au XVIII^e siècle grâce aux explorateurs, il est en réalité bien plus ancien puisqu'on parle de 40 000 ans pour le chamanisme primitif. Son origine est complexe mais universelle car on le retrouve dans tous les pays du globe. C'est une manière de vivre en communion avec la nature au sens large.

Qu'est-ce qu'un chaman ? C'est quelqu'un d'humble et de bienveillant qui possède certains dons. Il communique avec l'invisible, se relie aux esprits de la nature, puis revient dans le monde visible pour aider les autres. Il guérit les maladies, règle les conflits, fait voyager les morts dans l'autre monde. Mais surtout, il restaure l'équilibre. On a tous en tête le chaman avec une coiffe qui représente son animal totem (qui le guide et le protège) ; pourtant, de nos jours, tous les chamans ne sont pas habillés ainsi, certains sont de véritables citadins même. « Aujourd'hui, il faut distinguer le chamanisme traditionnel et le néo-chamanisme, explique Audrey Fella, historienne et auteure de *Femmes chamanes*. Le chamanisme traditionnel est issu des peuples premiers. Dans celui-ci, le chaman est désigné par les esprits ou un autre chaman de sa communauté. S'en suit une initiation. Le néo-chamanisme, quant à lui, est apparu en Occident dans les années soixante-dix. Inspirées du chamanisme traditionnel, ses pratiques ont été adaptées aux Occidentaux. L'anthropologue Michael Harner a, par exemple, mis au point le voyage chamanique à visée thérapeutique, qui utilise le son du tambour, sans aucune substance psychotrope », précise l'historienne.

Comment ça peut m'aider ? Cela débloque des situations intérieures délicates. Un voyage intérieur ciblé sur votre problématique. Ça met en lumière les nœuds afin de les accepter et de s'en libérer. Il existe aujourd'hui des chamanes psychothérapeutes qui allient les deux savoirs pour un travail intérieur global.

Est-ce que ça peut être dangereux ? Au pire, pendant un voyage chamanique il ne se passe rien ! Sachez cependant que la version chamanique avec prise l'ayahuasca (breuvage aux effets psychotropes) est interdite en France.

Comment le trouver ? Laissez parler votre intuition, et si vous ne le « sentez pas », n'y aller pas. On dit qu'on le trouve si on doit le trouver... Sinon fiez-vous au bouche à oreille.

Ça se passe comment ? Cela dépend de ce que l'on cherche. Ce peut être des stages pour se retrouver intérieurement, des guidances chamaniques d'une heure, des voyages d'une heure.

Coiffe Harpo.



Pendant le voyage chamanique, il est possible de rencontrer son animal totem : un guide, une sorte d'ange gardien qui va se manifester dans nos rêves pour nous passer un message. Chaque animal totem a une signification pour nous. Une signification souvent très parlante et très utile pour gérer des situations de stress.

Comes Jean-Pierre Pautou, Atelier 41 ; manteau Acne Studios. A gauche : boule en Cristal de roche, Goossens.