

*Tout d'abord, je tiens à remercier tout particulièrement ma promotrice, Marichela Vargas, pour son accompagnement, sa disponibilité, son intérêt pour le sujet, ses conseils avisés et précieux, son écoute et son soutien dans chaque étape de ce mémoire.*

*Je voudrais également remercier Anne-Michèle (mamicou) pour sa disponibilité, son écoute attentive et ses mots rassurants et encourageants.*

*Je remercie aussi Julien et Claire d'avoir pris le temps et le plaisir de me faire partager leur pratique.*

*Je remercie Anne-Michèle, Julien et Dominique, qui toujours avec une attention bienveillante, m'ont permis d'aller plus loin dans ma réflexion et de me remettre en question quand cela était nécessaire. Je suis fortement reconnaissante du temps qu'ils ont consacré pour lire, modifier et me conseiller sur l'agencement de ce mémoire.*

*Je remercie également Julien, Claire, Sabine, Nicole et Dominique qui, avec enthousiasme m'ont partagé leurs expériences et ont fait preuve d'une grande disponibilité pour répondre à ma demande.*

*Merci à ma maman et ma sœur Valériane pour leurs corrections et pour m'avoir permis de me changer les idées quand cela était nécessaire.*

*Merci à l'opportunité d'avoir pu prolonger d'une année, la réalisation de ce mémoire.*

*Enfin, je remercie tous ceux qui, avides d'en savoir plus sur le sujet, prendront le temps de lire ce mémoire.*



# TABLE DES MATIERES

Introduction générale .....	1
Chapitre 1 : Pensée scientifique et psychologie .....	9
1. Evolution de la pensée scientifique et de la psychologie en Occident.....	9
1.1 Psychothérapies .....	18
1.2 Pensée scientifique et conséquences .....	21
2. Conclusion .....	23
Chapitre 2 : Les thérapies alternatives.....	25
1. Thérapies alternatives : définitions .....	25
2. Thérapies alternatives : les chiffres.....	26
3. Les raisons de cet attrait.....	28
4. Conclusion .....	30
Chapitre 3 : Le chamanisme .....	33
1. Origine du chamanisme.....	33
2. Etymologie.....	34
3. Le chamanisme traditionnel .....	35
3.1 Définitions .....	35
3.2 Idéologie.....	36
3.3 Maladie.....	38
4. Implantation du chamanisme en Occident.....	39
5. Vers une pratique chamanique intégrée à la pensée occidentale .....	45
6. Conclusion .....	49
CONCLUSION : PARTIE THEORIQUE .....	51
1. La méthodologie .....	55
1.1 Objectif de la recherche .....	55
1.2 Méthodologie de recherche.....	55
1.3 Procédure .....	56
2. Présentation des psychologues .....	58
2.1 Julien Dupuis .....	58
2.2 Sabine Mozelsio.....	59
2.3 Nicole Bernard.....	59

2.4	Dominique Besso .....	60
2.5	Claire Marie.....	61
3.	Analyses .....	62
3.1	Processus exploratoire menant à la pratique chamanique .....	62
3.2	En pratique : Intégration du chamanisme en psychothérapie .....	73
3.3	Pratique chamanique et pratique psychologique.....	85
CONCLUSION : PARTIE PRATIQUE.....		89
Discussion .....		91
Conclusion générale .....		99
Bibliographie.....		101
Annexes .....		105
1.	Interview - Sabile Mozelsio .....	105
2.	Interview – Dominique Besso .....	115
3.	Interview – Julien Dupuis .....	127
4.	Interview – Claire Marie.....	143
5.	Interview – Nicole Bernard .....	153

## INTRODUCTION GENERALE

Au cours de ce mémoire nous nous questionnerons sur le contexte qui a incité des psychologues à se distancier de l'approche scientifique et psychologique propre à l'Occident, en vue de s'intéresser à des prises en charge thérapeutiques alternatives. Plus précisément, nous nous centrerons sur des psychologues qui ont pris l'initiative d'intégrer des pratiques chamaniques au cours de leur pratique clinique. Une telle situation nous amènera à nous interroger sur la culture occidentale et les différentes pratiques de soins qui lui sont associées.

Au départ, l'intérêt pour cette thématique provient d'un questionnement personnel. En effet, comme nous avons le sentiment de ne pas être en concordance avec les quelques séances d'une thérapie classique précédemment suivies, nous nous sommes tournées vers les thérapies alternatives. Nous avons rencontré des praticiens qui nous ont ouvert à une autre façon de concevoir la vie, une conception qui paraissait surprenante et qui pourtant, semblait mieux correspondre à nos attentes. Cette recherche en tant que demandeur de soins s'est ensuite modifiée en tant que questionnement par rapport à notre future profession de psychologue. Dès lors, nous nous sommes aperçus que nous n'étions pas un cas isolé. Il nous a semblé qu'autant de demandeurs, que de professionnels de soins s'intéressaient à des pratiques thérapeutiques alternatives. Ce contexte nous a amené à préciser notre recherche en nous centrant sur l'utilisation d'une thérapie alternative en particulier : le chamanisme.

Ainsi, tout au long de ce mémoire, nous tenterons de mettre en évidence deux situations. La première prend en compte le contexte qui a incité des psychologues à s'intéresser au chamanisme. La seconde analyse la façon dont ils associent le chamanisme à leur pratique clinique. En vue de suivre cet objectif, ce mémoire sera séparé en deux grandes parties : une partie théorique et une partie pratique.

La partie théorique est divisée en trois chapitres distincts. Le premier chapitre sera consacré au développement de la psychologie expérimentale et clinique, au travers de l'évolution de la pensée scientifique. Dans le second chapitre, nous présenterons les thérapies alternatives ainsi que leurs positions au sein des différentes approches thérapeutiques occidentales.

Ces points nous amèneront au troisième chapitre consacré au chamanisme. Dans celui-ci, nous énoncerons d'une part quelles sont les caractéristiques qui forment la pratique chamanique. D'autre part, nous avancerons comment celle-ci a été appréhendée par les occidentaux au fil de l'histoire. Enfin nous introduirons la partie pratique, en expliquant quelles sont les difficultés qui entravent la compréhension des pratiques chamaniques en tant qu'individu occidental issu d'une société qui prône une pensée logique et rationnelle. Ces propos seront ensuite complétés par l'avis de différents auteurs nous incitant à nous pencher plus attentivement sur l'utilisation des pratiques chamaniques dans un cadre thérapeutique.

En vue de réaliser la partie pratique, nous avons rencontré des psychologues qui se sont initiés au chamanisme. Dès lors, celle-ci reprendra la présentation des psychologues ainsi que l'analyse détaillée des entretiens. Au cours de cette analyse nous nous centrerons sur deux phases essentielles qui caractérisent leur travail. La première reprendra les éléments qui ont conduit les psychologues à s'engager dans la pratique chamanique. La seconde approfondira la manière dont ils intègrent la pratique chamanique aux entretiens cliniques.

Enfin, nous terminerons ce mémoire par un retour sur la théorie, en établissant des liens entre la théorie et la pratique.

Avant d'aborder ces points, il nous semble essentiel d'introduire les pratiques thérapeutiques auxquelles nous nous consacrerons durant ce mémoire. Nous nous exprimerons au sujet de différentes pratiques thérapeutiques, certaines reconnues comme la psychologie et d'autres plus contestées, comme les thérapies alternatives et en particulier le chamanisme. Avant de s'attarder en profondeur sur chacune de ces disciplines, nous présentons une brève définition des différentes pratiques de soins qui forment la thérapeutique actuelle.

Du latin *Medicina*, la médecine est *l'ensemble des connaissances scientifiques et des moyens de tout ordre mis en œuvre pour la prévention, la guérison ou le soulagement des maladies, blessures ou infirmités* (Larousse dictionnaire encyclopédique, 1997, p.6043). Selon cette définition, la médecine s'attarde principalement sur le corps physique.

La psychologie se définit comme étant une discipline qui  *vise la connaissance des activités mentales et des comportements en fonction des conditions de l'environnement* (Larousse dictionnaire encyclopédique, 1997, p.6043).

Dans l'histoire, cette discipline a été de nombreuses fois débattue, notamment en ce qui concerne son rapport à la science. Cela a entre autres influencé l'élaboration de plusieurs écoles au sein même de la psychologie. Dès lors, il est communément admis qu'il n'existe pas une psychologie unique, mais bien plusieurs psychologies dont il est possible de distinguer deux grandes catégories : la psychologie expérimentale et la psychologie clinique.

La psychologie expérimentale, s'appuie sur la recherche. Elle  *vise à étudier expérimentalement les comportements, surtout individuels (mémoire, apprentissage, intelligence) et parfois collectifs (communication dans les groupes restreints) (psychologie génétique et psychologie du développement, psychologie sociale)* (Larousse dictionnaire encyclopédique, 1997, p.6043).

Tandis que la psychologie clinique se concentre majoritairement sur le côté thérapeutique. Elle se définit comme étant  *une branche de la psychologie qui étudie, évalue et traite ceux qui souffrent de troubles psychologiques* (Myers, 1997).

Les thérapies alternatives envisagent l'homme dans sa globalité et se développent en marge des pratiques de soins occidentales dominantes. Elles sont propres à différentes cultures et ne proposent pas toujours des explications rationnelles. L'étiologie de la maladie n'est pas considérée comme un agent extérieur mais comme la conséquence d'un déséquilibre, qu'il est possible de traiter grâce à différents rituels.

Dans ce mémoire, nous nous attarderons en particulier sur le chamanisme<sup>1</sup>, qui est considéré comme  *un ensemble de pratiques comportant un état de transe, propres à certaines sociétés de l'Asie centrale et de l'Arctique.*

En outre, comme nous tenterons d'établir des liens entre la pratique chamanique et la pratique clinique psychologique, il nous semble pertinent de mettre en évidence les éléments qui rassemblent toutes formes de pratiques de soins.

---

<sup>1</sup> Encyclopédie Larousse. (s.d).  *Dictionnaire français Larousse.* En ligne : <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/chamanisme/14512>, consulté le 4/04/2017

Dès lors, bien que les diverses disciplines thérapeutiques (médecine, psychologie, thérapies alternatives) aient des champs d'action différents, elles ne sont pas pour autant antagonistes. Ainsi, nous avons distingué trois éléments communs à toutes formes de pratique de soins. Il s'agit des fondements sur lesquels les thérapeutiques se développent, des objectifs vers lesquels elles s'orientent, ainsi que des situations dans lesquelles celles-ci s'initient

En premier lieu, toutes formes de thérapies, qu'elles soient médicales, psychologiques ou alternatives, sont basées sur des croyances (Kiefer, 2007). Celles-ci diffèrent selon les cultures, car chacune d'elle présente sa propre vision du monde, sa propre manière de concevoir l'homme, ainsi que son interaction avec l'environnement (Celestin-Lhopiteau & al. 2011). Dans ce contexte, chaque système de pensées met en place une pratique de soin qui dépend des croyances élaborées par la société. Celestin-Lhopiteau & al. (2011) mentionnent également que pour bénéficier d'un changement thérapeutique favorable, il est nécessaire de consentir aux idées prônées par la communauté. En effet, les auteurs complètent :

*Chaque époque et chaque culture pense le soin en fonction de croyances et de métaphores auxquelles il semble essentiel d'adhérer si l'on veut bénéficier de l'efficacité de remèdes inventés. Le système occidental est lui-même pris dans ce fonctionnement. Au sein même de cette nouvelle religion qu'est la science médicale, le placebo rappelle à quel point les soins, quels qu'ils soient, sont pris dans des systèmes de croyance dans lequel la relation médecin-malade est primordiale. Chaque thérapie a ses rituels : les gestes du thérapeute, sa façon de diagnostiquer, les vêtements qu'il porte (blouse blanche ou bonnet à plume), les objets qu'il utilise (stéthoscope ou tambour), il faut les connaître et y adhérer pour guérir. (Celestin-Lhopiteau & al., 2011 p.23)*

Une seconde caractéristique commune aux thérapies est le fait qu'elles s'implantent toutes vers un objectif commun : l'évolution, le retour à un état salubre de la personne en souffrance. En effet, les thérapeutes vont tous tenter d'entrer en relation avec un individu qui se trouve bloqué dans sa vie par des situations (une maladie, un traumatisme, un symptôme, etc.) qui impactent sur la manière dont ce dernier échange avec lui-même, avec les autres et avec son environnement (Celestin-Lhopiteau & al., 2011).

Dans ce contexte, l'objectif du thérapeute est de nouer une relation avec le patient dans le but de promouvoir une amélioration pour introduire une nouvelle adaptation au changement. Il s'agit pour le thérapeute de créer une alliance avec son client et d'induire une collaboration avec ce dernier, afin que le patient détenteur d'un savoir sur son mal-être puisse être aiguillé par un praticien qui le guidera vers le soin qu'il aura choisi (Celestin-Lhopiteau & al. 2011).

Enfin, la dernière caractéristique analogue aux différentes thérapeutiques, concerne le fait qu'elles s'articulent toutes selon une situation commune. Celle-ci consiste en la rencontre de deux personnes : l'une en souffrance et l'autre aidante, au travers d'un rituel (Hengerhann, 2006).

Les rituels ou les traitements proposés diffèrent en fonction des croyances, de la culture et de la période temporelle dans lesquelles la maladie apparaît. Cependant, dans tous les cas, le praticien élabore un cadre qui permettra d'aider la personne à trouver un meilleur équilibre (Celestin-Lhopiteau & al., 2011).

Le point précédent avance qu'il existe des similitudes au sein de pratiques thérapeutiques se présentant comme étant différentes les unes des autres. Dans la continuité d'établir des ressemblances, nous pourrions également nous questionner sur le degré d'efficacité d'avoir recours à une thérapie plutôt qu'une autre. Pour ce faire, nous nous appuyons sur l'étude de Lambert et al., réalisée en 1986.

Lors de l'étude de Lambert et al. (1986), il est mis en avant que les techniques utilisées au cours d'une thérapie ne représentent que 15% de l'efficacité d'une thérapie. L'étude attribue un taux de 40% aux facteurs extra-thérapeutiques, c'est-à-dire à des éléments qui ne dépendent pas du thérapeute, mais de la manière dont le patient interagit avec son environnement (événements de vie, ressources, temps, etc.). Par ailleurs, 30% de l'efficacité d'une thérapie est attribuée aux éléments de la relation thérapeutique (alliance, l'empathie, etc.). Enfin les attentes du patient (la motivation au changement) agissent sur 15% de l'efficacité de la thérapie (Zech, 2015).

Dès lors, puisque la technique en tant que telle n'influence qu'une faible partie de l'efficacité thérapeutique, et que près de la moitié des facteurs (40%) ne dépendent pas de la thérapie elle-même, cela nous amène à rester attentifs et tolérants par rapport aux nombreuses thérapies.

De même, il est alors question de relativiser quant à la croyance selon laquelle, une thérapie peut-être plus efficace qu'une autre et en particulier, vis-à-vis des techniques que celles-ci utilisent. (Celestin-Lhopiteau & al., 2011).

Au cours de cette introduction, nous remarquons qu'indépendamment du fait qu'il existe des définitions, des techniques et des formes différentes de thérapies, il est également possible d'établir des similarités. Celles-ci peuvent se résumer de cette façon. Tout d'abord, les thérapies tendent vers un objectif commun qui consiste en la rencontre d'une personne aidante et d'une personne en souffrance, dans le but d'améliorer l'état de cette dernière.

Ensuite, les thérapies se sont toutes élaborées en fonction de croyances culturelles, d'une époque et d'un lieu spécifique. Dès lors, il est important de contextualiser les différentes thérapies, car elles dépendent d'un cadre spécifique.

Finalement, nous avons également énoncé que ce n'est pas principalement la technique d'une thérapie qui influence son efficacité et que d'autres facteurs sans lien avec les thérapies sont également en jeu.

Tous ces éléments nous encouragent à rester ouverts et respectueux envers les thérapies qui paraissent moins adéquates ou plus originales. En effet, puisque les techniques spécifiques à une thérapie influencent faiblement son taux d'efficacité, et puisque les pratiques de soin ont des points communs, pourquoi ne pas aller à leur rencontre ?

De même, selon Celestin-Lhopiteau & al. (2011), étudier d'autres formes de pensées, d'autres conceptions du monde ne peut être qu'un avantage, car cela encourage le praticien à être plus ouvert et à observer sa pratique thérapeutique d'une autre façon. C'est dans cette optique que nous entamons ce mémoire.

# I. CADRE THEORIQUE



# CHAPITRE 1 : PENSÉE SCIENTIFIQUE ET PSYCHOLOGIE

L'objectif de ce chapitre est de mettre en évidence le contexte dans lequel se sont établis la pensée scientifique et l'approche psychologique. Pour ce faire, nous présenterons l'évolution de ces deux approches au cours de l'histoire. Cela nous permettra par la suite, de nous attarder sur les éléments principaux qui forment la psychothérapie. Enfin, nous dégagerons les caractéristiques essentielles en lien avec la pensée scientifique.

## 1. Evolution de la pensée scientifique et de la psychologie en Occident

Depuis toujours, l'homme ressent le besoin de percer les incompréhensions de son environnement. En tentant d'éclaircir sa méconnaissance, l'individu s'est appuyé sur des explications tantôt rationnelles, tantôt irrationnelles. Au fil du temps, ces démonstrations pour comprendre, prévoir et dompter la nature se sont affinées, jusqu'à arriver aux différentes conceptions que nous avons de l'homme, de la science et des différents systèmes de soins occidentaux, dont l'approche psychologique.

Au début de l'histoire de l'humanité, il n'existait pas encore d'outils méthodologiques, ni d'explications rationnelles pour comprendre le monde. Les hommes avaient alors recours à des explications animistes et anthropomorphistes (Hengerhann, 2006). Les éléments de la nature étaient considérés comme des êtres vivants, animés par un esprit et ayant des facultés humaines. Dès lors, les changements naturels pouvaient s'expliquer par la colère des esprits de la montagne ou par la vengeance des esprits de l'eau.

Pour avoir un impact sur leur destin, les hommes ont alors, mis en place des pratiques pour rentrer au contact avec ces esprits. Ils pensaient qu'en réalisant un certain nombre de rites et d'incantations, ils pouvaient influencer leur avenir. Ainsi, ces différentes pratiques avaient un impact sur leur qualité de vie, tant du point de vue de ce que la nature pouvait offrir, que de celui de la santé (guérir un malade ou soulager sa mort prochaine) (Hergenhann, 2006). Selon ces différentes caractéristiques, les hommes semblaient avoir recours à un mode de pensées chamanique pour élucider leurs incompréhensions.

Au V et VI<sup>e</sup> siècle avant J-C, les premiers philosophes de la Grèce Antique commencent à envisager le monde au travers d'explications plus rationnelles. Pour les philosophes de l'époque, comme Socrate et Platon, la connaissance du monde ne s'appréhende qu'au travers de l'observation de faits, à l'aide d'une méthode de raisonnement : la dialectique (Parot & Richelle 2013).

Bien qu'une vision du monde logique et ordonnée se mette en place, ce n'est pas pour autant qu'elle s'implante dans les mœurs quotidiennes. Il arrive encore régulièrement d'avoir recours à des idées irrationnelles, comme c'est le cas pour les méthodes de guérison. Dès lors, si quelqu'un est atteint d'une maladie d'origine organique, il existe à l'époque des thérapies dites médicales, plus objectives. Néanmoins, pour toutes autres maladies, il existe également des *cures de l'âme*. Parot et Richelle (2013), décrivent ces cures :

*Le malade se couche dans un grotte, plus tard dans une chambre souterraine, à même le sol, par la suite sur un kliné (qui signifie lit en grec, d'où le terme clinique : qui se pratique au chevet du malade) ; on le prépare à la cure en lui faisant boire de l'eau de la « source de la mémoire » ou de celle de l'oubli, en lui faisant peut-être prendre quelque drogue ou en le mettant dans un état comparable à l'hypnose, et là, en contemplant dit-on le spectacle des fresques décorant la chambre, le malade a une « vision onirique ». Ensuite, sous la conduite du prêtre guérisseur, le malade prend place dans la « chair de la mémoire » et raconte ce qu'il a « vu ». Cette cure rassurait le malade (Parot & Richelle, 2013 p.19).*

Dans notre vision des choses, cette pratique thérapeutique se rapproche fortement des méthodes de guérison de type chamanique, telles qu'elles étaient effectuées à la préhistoire. En effet, nous verrons au cours du chapitre trois que certaines particularités, comme le fait d'être dans un état non ordinaire de conscience dans une caverne à contempler des fresques, s'apparente fortement aux pratiques chamaniques.

Ensuite, au début du Moyen-Age, certains philosophes commencent à s'intéresser à la religion (Hengerhann, 2006). Saint Augustin (354-430) figure parmi eux. Il est considéré comme l'un des pères fondateurs de l'église catholique et a une influence considérable sur le mode de pensées de l'époque. Selon l'Augustinisme, la connaissance du monde ne peut s'appréhender qu'au travers de la foi (Parot & Richelle, 2013). Le catholicisme connaît un succès magistral, à tel point que l'église catholique et les membres du clergé finissent par prendre une place prépondérante et déterminante au sein de tous les secteurs de la vie (politique, relationnel, familial etc.). La religion devient garante de toutes explications. La recherche de connaissance se retrouve englobée et même bloquée par la théologie (obscurantisme religieux), le savoir devant être conforme aux idées prônées par la religion (Hengerhaan 2006).

Du point de vue thérapeutique, seuls les prêtres étaient qualifiés à opérer lors des *maladies de l'âme*. Selon les croyances de l'époque, lorsqu'une souffrance ou une pathologie apparaît, cela est dû au fait que l'individu cache quelque chose. Dès lors, pour bénéficier des bienfaits thérapeutiques, il est nécessaire d'avouer son secret à un prêtre, qui se doit de ne pas révéler les dires du malade.

Ainsi, la pratique thérapeutique se déroule comme suit : le souffrant se rend chez un prêtre pour se confesser, pour se libérer de son secret. Si la révélation n'améliore pas l'état du malade, son sort sera remis au diable. Par la suite, le malade sera accusé de sorcellerie et sera incinéré (Parot & Richelle, 2013).

Du XVe siècle au XVIIe siècle, l'Europe se retrouve dans une période de transition. De grands changements économiques encouragent la vision de l'homme et du monde occidental à se modifier. Par ailleurs, les textes bibliques ne sont plus en accord avec les mutations de l'époque. Les idées prônées par Saint Augustin et l'église catholique perdent de leur importance. Luther (1483-1546), va entraîner de grandes modifications, tant sur le plan théologique que philosophique, en remettant en question l'autorité de pape et en affirmant que l'arrivée au paradis ne dépend pas de ce que le peuple fait sur Terre, mais plutôt de la manière dont le peuple a foi en Dieu. Luther et ses disciples initient une nouvelle manière de pratiquer la religion : le protestantisme (Hengerhann, 2006).

Dès lors, avec Luther la religion devient une activité personnelle, au cours de laquelle chacun peut trouver une vérité intérieure propre à soi et non une vérité extérieure mise en avant par l'église. Bien que le changement ne soit pas radical, il s'en suit que certaines institutions qui étaient précédemment tenues par la religion, rompent avec elle et deviennent laïques (Parot & Richelle, 2013).

C'est également à la Renaissance que la science fait de grandes avancées et cherche à supprimer tous les mystères du monde (Gondard, 2013). Des scientifiques comme Newton (1643-1727) ou Galilée (1564-1642) vont mettre en place des explications rationnelles régies par les mathématiques et des méthodes d'observations précises concernant le monde physique (Hengerhann, 2006). La nature n'est plus considérée comme création du divin sous-tendue par une vision animiste, mais comme un objet matériel pouvant être étudié et mesuré. Désormais, le monde physique se découvre tel une machine dont nous sommes capables de percevoir ce qu'elle produit.

Ainsi, la science se doit d'être coupée de toute sacralisation pour pouvoir être objective. Cette dernière rentre également dans une vision mécaniste, car la connaissance des choses ne s'obtient qu'en décomposant les éléments qui façonnent ce même objet (Parot & Richelle, 2013).

La vision du monde physique se modifie et s'accompagne également d'un changement de perception à l'égard de l'homme. Descartes (1596-1650) établit ainsi une distinction entre le corps et l'âme. L'âme produit la pensée et est sacrée, divine. Le corps, comme la nature, n'est qu'un objet qui doit être étudié par la physiologie (Parot & Richelle, 2013).

Les idées de Descartes vont contribuer à l'élaboration d'une psychologie et induire maintes réactions. D'une part, les chercheurs vont accentuer les études sur le corps animal en vue de mieux comprendre le corps humain et son organisation. D'autre part, comme Descartes accorde de l'importance à l'expérience subjective, cela engendre un regain d'intérêt pour l'étude scientifique de la conscience. Enfin, puisque Descartes tire principalement ses idées dans l'introspection, il peut être considéré comme un des premiers à étudier la phénoménologie, l'étude de l'expérience vécue et des contenus de la conscience. Ainsi, l'introspection devient à nouveau un outil de connaissance. (Hengerhann, 2006).

Le siècle des lumières est dans la continuité des avancées scientifiques du XVIIe siècle. La médecine devient plus rigoureuse et prend en compte une méthode d'observation systématique basée sur des faits. Les pathologies sont classées dans une nosographie psychiatrique, grâce à Sydenham (1624-1689). Ce système de classement permet une autre conception de la maladie mentale. En effet, désormais la maladie n'est plus considérée comme provenant de l'extérieur sous-tendue par des forces incontrôlables mais, elle se situe à l'intérieur de l'individu (Parot & Richelle 2013). Petit à petit, le corps commence à être considéré comme un outil qui fonctionne en termes de cause à effet. Ainsi, l'être se positionne comme un *corps-objet* et devient le seul dépositaire de ce qui lui arrive (Rossi, 2007).

A l'issue de toutes ces avancées, les philosophes vont commencer à étudier les phénomènes humains. Dès lors, toutes les études sur l'homme comporteront deux parties : l'une appelée physiologie, basée sur le corps physique, l'autre, nommée au XVIIe siècle métaphysique ou psychologie, qui étudie l'âme, les phénomènes psychiques et la raison (Parot & Richelle 2013).

Plusieurs philosophes vont se questionner sur l'origine de la pensée humaine, dont Locke (1632-1704) et Hume (1711-1776). Ces derniers proposent une nouvelle métaphysique<sup>2</sup> qui s'établit dans un cadre mécaniste basé sur la physique de Newton. En ce sens qu'ils tentent d'extraire des lois empiriques, en s'appuyant sur l'étude de l'expérience psychologique pour comprendre l'émergence des idées.

Une nouvelle vision de l'homme et de la science apparaît. L'homme est libre, exempt de tous dogmes. Son bonheur ne dépend que de lui et de la connaissance qu'il peut trouver dans l'éducation. C'est un individu à part entière qu'il est possible d'étudier à condition de le mettre à distance, de le considérer comme un objet extérieur.

Bien qu'une certaine psychologie ait toujours été présente, les auteurs considèrent que le siècle des Lumières, au travers de cette nouvelle conception de l'homme, a fait émerger la psychologie à visée expérimentale (Parot & Richelle 2013).

Toutefois, cette promesse de bonheur grâce à la connaissance, n'a pas réussi à être tenue. L'Europe se révolte contre ces philosophes en s'exprimant à travers l'art. C'est l'époque du romantisme. Cette période permet l'émergence, longtemps mise de côté, du mystique et de l'irrationnel. Cette forme d'irrationalité se retrouve dans la thérapie de Mesmer : le magnétisme<sup>3</sup>. Mesmer (1734-1815) pense que tous les êtres vivants sont dotés d'un fluide invisible qui dépasse la vision mécaniste de l'homme du XVIIIe. Dans ce contexte, la maladie serait le résultat d'une mauvaise distribution du liquide et la guérison viendrait en équilibrant ce fluide dans le corps, à l'aide d'un aimant ou par après, d'un simple toucher. Néanmoins, la pratique de Mesmer n'est pas acceptée et décrite comme non thérapeutique, Mesmer doit quitter Paris.

Malgré tout, le magnétisme continue d'être pratiqué. De Puységur (1751-1825) est un disciple de Mesmer et travaille sur l'aspect curatif de la volonté du praticien, en s'abstenant de tout fluide magnétique, c'est le sommeil magnétique. De Puységur incite ses patients à rentrer en état de transe pour les soulager. Comme Mesmer, les scientifiques ont tenté de supprimer ses recherches et ses pratiques. D'ailleurs, les travaux de Mesmer et De Puységur n'ont jamais été reconnus à l'époque.

---

<sup>2</sup> URL : Alquié, F., *Métaphysique*, <http://www.universalis.fr/encyclopedie/metaphysique/>, consulté le 20/03/2017

<sup>3</sup> URL : Chertok, L., *Mesmer Franz Anton*, <http://www.universalis.fr/encyclopedie/franz-anton-mesmer/>, consulté le 20/03/2017

Cependant, leurs partisans ont continué à s'intéresser au magnétisme et à *l'influence de l'esprit sur les maladies du corps* (Parot & Richelle, 2013, p.95) jusqu'à ce que James Braid transforme le concept de *sommeil magnétique* en hypnose. S'en suivent différentes recherches et utilisations de cette technique, entre autres par Charcot (1825-1893), qui utilisera l'hypnose comme médication pour des femmes hystériques (Parot & Richelle 2013).

Le XIX et XXe siècle continuent de s'implanter dans l'idéologie scientifique prônée par le siècle des lumières. Ainsi, l'homme s'en remet à la science. Il pense qu'elle peut régler tout problème et qu'elle est la seule à détenir la vérité. Il y a une idée constante de progrès, d'ordre et d'efficacité. C'est le *scientisme* (Hengerhann, 2006). Les nombreuses avancées scientifiques vont modifier la vision de l'homme. Ainsi, Parot et Richelle (2013), définissent l'homme du XIXe siècle comme :

*L'image d'un homme maître de lui comme de l'univers, dont la puissance se résume à des activités productives, utiles, efficaces, d'un homme auquel peu importe de le comprendre pourvu qu'il puisse intervenir, maîtriser, contrôler le monde. Le sens des choses et le sien propre, les valeurs et les théories ne définissent pas l'homme positif ; il n'a pas l'explication du monde mais il sait s'en servir* (Parot & Richelle, 2013 p.120).

C'est dans cette nouvelle conception de l'homme, que va pouvoir se déployer pleinement la psychologie dite scientifique, celle basée sur des faits observables. Mais avant, il est nécessaire que l'homme devienne véritablement un objet d'étude. Cela va se produire grâce à la biologie, aux différentes recherches physiologiques et en particulier, grâce aux travaux de Charles Darwin (Parot & Richelle, 2013).

Les théories proposées par Darwin, mettent en avant l'idée que l'homme est un animal, car il descend lui-même d'un seul et unique animal. Ce dernier a évolué et s'est diversifié. Tous les membres de notre planète sont soumis à une sélection naturelle, c'est-à-dire qu'en fonction des besoins nécessaires à la survie de l'espèce, des modifications de caractéristiques auront lieu au sein de cette même espèce. C'est la théorie de l'évolution (Parot & Richelle 2013). Cette théorie engendre d'autres questionnements qui s'implantent d'une part, autour de l'épreuve du temps. L'homme veut comprendre son origine, s'interroge sur son rôle dans le système. D'autre part, la théorie de l'évolution l'amène à se questionner sur l'esprit. Si l'homme descend de l'animal, qu'en est-il de son esprit ? du cerveau ? L'être humain devient un objet de recherche (Parot & Richelle 2013).

Jusqu'alors, la psychologie consistait principalement à avoir recours à l'introspection pour comprendre les processus mentaux. Toutefois, cette méthode était considérée comme non fiable scientifiquement. Ainsi, c'est dans cette valorisation de la vérité par la science, principalement basée sur la biologie, que va s'étudier et s'étendre à la fin du XIXe siècle, la psychologie. Certes une psychologie différente selon les pays dans lesquelles elle progresse, comme c'est le cas en France, aux Etats-Unis et en Allemagne (Parot & Richelle, 2013).

Au cours de cette période, la psychologie se retrouve partagée entre deux conceptions. La première, tient compte de l'individu comme un tout dont il est possible d'analyser, de trouver un sens à ses attitudes, à son discours, et également de comprendre une partie plus invisible (la conscience, la mentalisation, etc.). Pour l'époque, cette psychologie dite *clinique*, ne s'appuie pas sur des méthodes scientifiques de mesure et se retrouve alors dévalorisée. Néanmoins, c'est grâce à cette forme de psychologie qu'émergera la psychothérapie, notamment à l'aide de Rogers et de Freud (Parot & Richelle, 2013).

La seconde par contre, a recours à une observation rigoureuse des faits et à de nombreux outils de mesure. Cette dernière s'appuie sur l'étude des animaux pour comprendre le comportement de l'homme, comme l'a réalisé Pavlov en étudiant le comportement des chiens ou Watson, sur des rats. Cette psychologie appelée *expérimentale* est valorisée, car elle s'implante dans la vision du monde et de la science du XIXe siècle. Ce grand intérêt s'illustre notamment par l'apparition d'un grand nombre de laboratoires de psychologie expérimentale au cours du XXe siècle, dont le premier est fondé en 1875 en Allemagne par Wundt (Parot & Richelle 2013 et Hengerhann, 2006). Il s'en suit les avancées les plus notables en psychologie durant cette période.

En France, Binet (1857-1911) et Simon établissent en 1905 une échelle de mesure de l'intelligence. C'est le début de la psychométrie. Ces différents tests permettent d'établir un profil de l'individu en fonction de sa personnalité, de ses caractéristiques et de ses compétences. Ce processus favorise l'idée que les individus sont différents les uns des autres (Parot & Richelle 2013).

Aux Etats-Unis, Watson (1878-1958) se centre sur l'étude des comportements des animaux pour comprendre l'homme. C'est le début de la psychologie behavioriste. Les behavioristes ne prennent pas en compte la conscience ou l'esprit. Ils les considèrent comme une *boite noire* et ne s'attardent que sur la manière de maîtriser les comportements (Parot & Richelle 2013).

Dès 1920, cette méthode va donc rejeter tout ce qui ne peut être étudié scientifiquement, comme la conscience, l'intention, les émotions etc., c'est-à-dire tout ce qui a trait à la compréhension imperceptible de la conduite humaine.

A nouveau, la perception de l'homme se modifie : son comportement est réduit aux compétences visibles de l'animal, l'esprit de l'homme n'est pas pris en compte, au profit d'une compréhension mécanique de l'humain (Pelletier, 1994).

Toutefois, même si l'analyse du psychique n'est pas mise en avant, elle continue d'intéresser certains chercheurs. Ainsi, Janet en France, propose de se mettre à *l'écoute du sujet, en l'observant au cours de nombreuses séances, de façon approfondie* (Parot & Richelle 2013 p.166). Tout comme Janet, Witmer aux Etats-Unis désire comprendre quels sont les principes psychologiques en jeu pour soulager les malades, et par conséquent, étudier un individu unique. Il propose en 1896 le terme *psychologie clinique* (Parot & Richelle 2013).

De ces essais sur la pratique clinique émergea la psychanalyse. Freud (1856-1939) désirait étudier scientifiquement des phénomènes qui étaient considérés à l'époque comme irrationnels ou confus (le psychisme, les délires, les névroses, les rêves, etc.) (Pelletier, 1994). En pratiquant l'hypnose, il s'aperçut que certaines pathologies n'avaient pas toujours une cause organique mais qu'elles pouvaient également avoir une source psychologique. Pour Freud, les troubles psychologiques sont le résultat de conflits inconscients entre *trois niveaux de conscience : le ça, le moi et le surmoi* (Huffman, 2007). Ces conflits tiennent généralement leurs origines dans la petite enfance. Dès lors, pour libérer le patient de ces troubles, Freud mis en place une thérapie dont l'objectif est de conscientiser le patient sur ses mécanismes inconscients. Pour ce faire, Freud a élaboré divers outils permettant à l'inconscient de s'exprimer au travers de l'association libre, de l'interprétation des rêves, de la résistance et du transfert (Huffman, 2007). De cette façon le thérapeute peut mettre en exergue les fondements inconscients associés au trouble et permettre au patient de libérer ses sentiments qui étaient auparavant refoulés (Myers, 2004).

Jung (1875- 1961) est également une figure importante dans l'histoire de la psychologie. Il était au départ un partisan de Freud. Estimant que les hypothèses de celui-ci se rapprochaient trop de la sexualité, il décida de se séparer de ces idées. Il mit en place notamment le concept d'inconscient collectif<sup>4</sup> (Hengerhann, 2006). L'inconscient

---

<sup>4</sup> Par manque d'espace, nous décidons de parler d'un seul aspect de la théorie de Jung.

collectif peut être considéré comme une base de données commune à tous les êtres humains et accessible par chacun de nous (Pelletier, 1994). C'est un principe qui connecte l'homme à toute l'humanité (Godefroi, 2011).

Après la deuxième guerre mondiale, il est nécessaire de redorer la place de l'homme en société. Dès lors, une autre école se développe : la psychologie humaniste. Selon ces partisans, le behaviorisme et la psychanalyse n'envisagent pas tous les aspects qui composent l'existence humaine. Pour Maslow (1908-1970) et Rogers (1902-1987), l'homme est envisagé comme un être fondamentalement bon et se comprend au travers de sa réalité subjective. L'homme est un sujet vivant des expériences, c'est un être pensant qui ne peut être réduit à ses comportements ou à son inconscient. Ce sont les bases de la thérapie centrée sur le client (Hengerhann, 2006).

La psychologie humaniste laisse place à la question de l'esprit et à une dimension transcendante. Par exemple, selon la pyramide de besoins de Maslow, une fois que tous les besoins sont assouvis, l'homme va chercher à s'actualiser, c'est-à-dire de s'accepter tel qu'il est, dans son entièreté en s'écartant des satisfactions purement matérielles. Il s'agit d'acquérir une certaine sagesse (Pelletier, 1994).

Aujourd'hui, il n'existe pas en psychologie une conception de l'homme universellement reconnue, mais bien plusieurs approches se divisant ensuite en diverses écoles. Chacune d'elles introduit une manière de comprendre l'homme moderne ainsi que son interaction avec l'environnement. Il s'agit principalement des approches comportementale, psychanalytique, humaniste, cognitive, psychobiologique, évolutionniste, socioculturelle, etc. (Huffman, 2007).

Par ailleurs, nous avons vu qu'au cours de l'histoire, deux façons de pratiquer la psychologie se sont constamment chevauchées. C'est pourquoi, à présent il est communément admis de distinguer deux champs d'activités en psychologie.

Le premier s'appuie sur des méthodes expérimentales en vue de réduire la complexité de l'environnement, et cela en établissant des théories générales. L'objectif de cette démarche est de réaliser des expériences dans le but de reproduire des hypothèses, qui se sont elles-mêmes élaborées sur base des observations du chercheur.

Ce domaine de la psychologie est fondé sur une démarche scientifique et s'appelle la psychologie expérimentale (Fraise, 2005).

Le second constitue la psychologie clinique et se centre sur des individus *souffrant de troubles psychiques ou affectifs* (Huffman, 2007, p.9). Cette partie de la psychologie<sup>5</sup> tente de *reconnaître des structures de personnalité, de poser des diagnostics cliniques et d'orienter le traitement des perturbations affectives, des désordres du comportement et des problèmes d'adaptation*. Elle n'implique pas forcément une méthode scientifique rigoureuse, contrairement à la psychologie expérimentale.

Par ailleurs, la psychologie clinique rapporte un nombre d'interventions considérables, dépendantes des approches dans lesquelles celles-ci ont été fondées. Ces différents modes d'interventions se regroupent sous le nom de psychothérapies. Selon Meyers (2004), les psychothérapies consistent en une *interaction émotionnellement chargée entre un thérapeute entraîné et une personne présentant des problèmes psychologiques*. Dans ce domaine, il existe une diversité de psychothérapies présentant de multiples techniques de prise en charge (Sinelnikoff, 2006).

Enfin, au cours de cet historique, nous avons pu éclaircir comment l'approche scientifique et l'approche psychologique se sont mises en place dans la société occidentale. Ces dernières ont constamment tenté de mieux comprendre l'homme et de répondre à certaines questions existentielles. D'autre part, l'émergence de la science a modifié la façon de considérer l'individu en société. Elle a également influencé la manière de prendre soin des personnes en détresse, que ce soit par l'établissement de la médecine ou pour l'agencement de la psychologie clinique ainsi que de ces nombreuses psychothérapies.

À présent, dans la continuité de l'analyse du paradigme occidental et en vue d'appréhender le chamanisme, il est nécessaire de mettre en évidence quels sont les fondements de la science et de la psychothérapie, ainsi que leurs conséquences sur la conception de l'homme moderne.

## 1.1 PSYCHOTHÉRAPIES

Le champ des psychothérapies est un terrain vaste qui propose de multiples approches thérapeutiques, mettant en avant diverses étiologies et manières d'appréhender l'homme en souffrance. Delourme et Edmond (2014), complètent :

---

<sup>5</sup> URL : Office québécois de la langue française. (1999). *Le grand dictionnaire terminologique*. En ligne : [http://gdt.oqlf.gouv.qc.ca/ficheOqlf.aspx?Id\\_Fiche=8383068](http://gdt.oqlf.gouv.qc.ca/ficheOqlf.aspx?Id_Fiche=8383068), consulté le 3/4/2017

(...) à l'intérieur de cette unité disciplinaire [la psychothérapie] se développe des modalités théorico-pratiques différenciées, allant de la mise à jour des phénomènes inconscients à la recherche des modifications comportementales en passant par la mobilisation de forces énergétiques, l'analyse des jeux transactionnels, l'exploration d'enjeux contextuels et systémiques, et bien d'autres focalisations possibles, toutes aussi pertinentes et utiles les unes que les autres (Delourme & Edmond, 2014, p.2).

Les auteurs continuent en donnant des exemples :

(...) à côté des psychanalyses (freudienne, jungienne, kleinienne, lacanienne...), il existe des démarches thérapeutiques qui relèvent d'autres paradigmes ; citons les thérapies hypnotiques (hypnose traditionnelle et hypnose éricksonienne), les thérapies corporelles et émotionnelles (bioénergie, thérapie primale, rebirth...), les thérapies comportementales et cognitives (fondées sur les théories de l'apprentissage), les thérapies de la communication (approche rogérianne, gestal, analyse transactionnelle, démarche systémiques et stratégiques...) (Delourme & Edmond, 2014, p.6).

Dès lors, établir des principes communs à toutes psychothérapies parmi une aussi grande diversité, s'avère être une tâche ardue, bien que nécessaire pour élucider ce à quoi les thérapies occidentales accordent de l'importance, et pouvoir ensuite faciliter la compréhension de l'usage du chamanisme par des psychologues. Ainsi, nous développerons une idée qui semblent être au cœur des psychothérapies occidentales et qui est nommée par Delourme et Edmond comme étant *une situation de communication interpersonnelle*.

Delourme et Edmond (2014), soutiennent que nos comportements, mais aussi *nos modes de relations, nos émotions, nos sentiments, nos façons de penser*, etc., résultent d'un apprentissage constant avec notre *système interactionnel*, qui consiste en un *réseau de relation et de communication*. Par ailleurs, les auteurs ajoutent que la majorité des psychothérapies s'entendent sur le fait que ces apprentissages s'instaurent principalement dans la petite enfance, au travers du contexte familial notamment (relations parents-enfants, relations frères-sœurs, etc.). Dès lors, si un individu présente un comportement inadéquat, cette conduite proviendrait du *contexte d'apprentissage* de l'individu, et par conséquent du mode de communication dans lequel celui-ci s'est développé. Ainsi, les auteurs continuent : *dans cette perspective, on peut considérer les troubles du comportement comme la résultante d'une communication perturbée ou pathologique* (Delourme & Edmond, 2014, p.115).

Les auteurs en concluent que si nous partons du postulat que le trouble tient son origine dans un certain type de communication, dès lors, induire un autre mode de communication peut entraîner la modification du trouble. Ainsi, le cadre thérapeutique offre un contexte différent qui permet la conception d'une nouvelle forme de relation, dans laquelle d'autres modes de communication seront utilisés et ce, dans un but d'induire un changement chez le patient (Delourme & Edmond, 2014).

Les auteurs complètent :

*Ainsi la communication est (...) le vecteur, car c'est à partir de la relation et de la communication qui s'établissent entre le patient et le thérapeute que vont être saisis les conflits, les défenses, les comportements répétitifs constitutif de la névrose ; enfin l'outil, car c'est par la parole que le thérapeute s'efforce de modifier les schèmes relationnels dans lesquels le patient est enlgué (Delourme & Edmond, 2014, p.118).*

Dans ce contexte, le rôle du thérapeute peut pleinement se déployer. Par conséquent, il lui revient d'être attentif à la façon dont le patient communique avec lui, tant dans le verbal que dans le non verbal (expressions corporelles, émotionnelles, postures, etc.). Pour cela, il est nécessaire que le patient se sente libre de s'exprimer. C'est pourquoi, il revient au thérapeute d'avoir une écoute active et bienveillante.

Dans un second temps, le *thérapeute encourage et stimule l'expression du patient ; il s'efforce de lui transmettre sa compréhension et son soutien ; il tend à jouer pour lui un rôle de miroir en lui reflétant les aspects les plus saillants de ce qu'il exprime (Delourme & Edmond, 2014, p.128).* Par la suite, le thérapeute a recours à différentes interventions pour initier un changement chez le patient. Celles-ci dépendent généralement de la psychothérapie dans laquelle le thérapeute est affilié. Il s'agit notamment de l'exploration, la clarification, l'interprétation, le soutien, le conseil, les prescriptions, etc. Enfin, nous résumerons cette démarche, commune à toutes les thérapies avec les dires de Delourme et Edmond (2014) :

*Ainsi l'expression, la parole et la communication sont au centre du processus thérapeutique, processus transitionnel entre un hier assumé et un demain en projet. L'écoute empathique du thérapeute est la condition d'une parole authentique où vont se défaire les nœuds d'une communication passée aliénante (Delourme & Edmond, 2014, p.136).*

Ces différents éléments qui forment en partie la thérapeutique occidentale nous permettent de nous rendre compte que les psychothérapies accordent une grande importance à la communication verbale et non verbale, ainsi qu'à la compréhension de l'individu par le thérapeute, lors des entretiens. En retour, le thérapeute intervient lui aussi principalement par la parole, en vue de mobiliser le changement chez l'individu.

Mettre en exergue ces différents points est essentiel pour comprendre la pratique chamanique, de même que pour établir des liens entre cette pratique et la pratique psychologique occidentale. Cela s'explique en partie, parce que les chamanes et les psychologues n'accordent pas la même importance aux dispositifs thérapeutiques, et notamment aux outils comme la parole et la compréhension mentale des évènements.

## 1.2 PENSÉE SCIENTIFIQUE ET CONSÉQUENCES

Outre certaines caractéristiques importantes qui forment les psychothérapies occidentales, il n'est pas inutile d'établir les grands points qui forment la pensée scientifique, ainsi que leurs conséquences sur la société occidentale et la perception de l'homme moderne.

Nous voudrions premièrement souligner que la science s'est mise en place à l'issue d'une révolution socio-culturelle. Rappelons en effet, qu'au 18<sup>ème</sup> le peuple ne se sent plus en accord avec les idées de l'église catholique, tout comme avec celles de l'Etat. Il ressent le besoin de contrôler son destin et son environnement. Il désire acquérir du pouvoir pour ne plus être dépendant de la religion et de l'église. Dès lors, des philosophes mettent en place une méthode de recherche capable de déterminer des lois universelles au moyen d'outils scientifiques expérimentaux (observations, hypothèses, vérification au travers de protocoles rigoureux de recherche scientifique, validations statistiques, etc.). Dans ce contexte, le peuple assiste à un changement de paradigme, au cours duquel la raison devient un outil d'opposition face aux croyances avancées par la religion (Vargas, 2015).

L'aménagement de ce nouveau paradigme a eu notamment comme conséquence la suppression et la discréditation de toutes formes de croyances irrationnelles et toutes formes de spiritualités. Dans ce contexte, la recherche de vérité ne s'appréhende qu'au travers d'un unique fondement : la méthode scientifique (Ghins, 2008). Par conséquent, tous les autres dispositifs (intuition, imaginaire, divinités, etc.) qui ne suivent pas le protocole scientifique communément admis, sont dévalorisés. Les pratiques chamaniques en ont notamment fait les frais, comme nous le verrons au cours du chapitre trois.

De même, avoir recours à un système de pensées basé sur la raison, a influencé la perception de l'individu et son interaction avec l'environnement. Entre autres, la pensée scientifique a introduit une vision selon laquelle l'homme occidental affirme son altérité par rapport aux autres et à la nature, en occupant une position individualiste (Celestin-Lhopiteau & al., 2011).

Par ailleurs, au travers de ses diverses répercussions, il ne faut pas omettre de souligner que la science a permis de grandes améliorations dans notre mode de vie, en particulier grâce à l'évolution des technologies, ainsi que dans le cadre de la santé, au travers à la médecine.

Dès lors, la science a été essentielle, car elle a permis de faire évoluer l'homme et son environnement. De par son édification, elle est devenue *signe d'un savoir inquestionnable* et reconnue comme étant capable de détenir la vérité (Vargas, 2015).

Toutefois, dès les années 60, la science commence à être remise en doute. En effet, de plus en plus d'occidentaux sont déçus par la science. Ils s'aperçoivent qu'elle n'est pas toujours constructive pour l'homme et qu'elle n'empêche pas des événements néfastes d'arriver (guerres, etc.) (Vargars, 2015).

De même, ils constatent que la science n'explique pas tout et que les valeurs auxquelles la pensée scientifique se réfère, à savoir la raison et le souci constant de progrès (Rossi, 2007) ne semblent pas toujours adaptées. En effet, pour Gondard, la science se base sur un paradoxe qui suppose que *le futur sera toujours meilleur que le passé car nous sommes toujours plus rationnels* (Gondard, 2013, p.130). Ainsi, en mettant en avant cette conception de progrès, la société occidentale a instauré un système de pensées qui implique une *perfectionnabilité infinie* (Gondard 2013, p.130), nous croyons que grâce à la raison, nous pouvons sans cesse arriver à quelque chose de mieux, de plus adéquat, de plus performant (Gondard, 2013). Toutefois, la population se rend compte que ce postulat est incorrect, car la science n'a pas pour autant percé tous les mystères du monde et parce que, la connaissance n'apporte pas nécessairement le bonheur (Vargas 2015).

Ainsi, une déception générale se développe et celle-ci ne fait que s'accroître avec *l'apparition de l'histoire sociale de la science* (Vargars, 2015). En effet, nombreux sont ceux qui se rendent compte que les découvertes scientifiques se sont élaborées en fonction d'un contexte personnel, social et culturel propre aux scientifiques.

Par conséquent, cela modifie le regard porté sur les méthodes scientifiques et d'autres questionnements émergent quant à celles-ci : qu'en est-il de l'objectivité de la science ? Quid des critères de scientificité ? Est-il réellement possible de fonctionner dans un système qui implique un progrès sans fin ? (Vargas 2015). Dès lors, les occidentaux se rendent compte que la science a ses limites. Ils s'interrogent sur celle-ci et son dispositif. Tous ces questionnements s'établissent dans un nouveau mouvement : la crise de la raison (Vargas 2015).

## 2. Conclusion

Au cours de ce chapitre, nous avons tout d'abord retracer historiquement l'évolution de la science et des différents systèmes de soins qui en découlent, en donnant une attention toute particulière à l'évolution de la psychologie expérimentale et clinique.

Ensuite, nous nous sommes attardés sur la psychologie clinique et ses différentes psychothérapeutiques, en tentant d'établir quels sont les principes connexes à celles-ci. Ainsi, nous en avons conclu que les psychothérapies accordent une importance considérable à la communication et la compréhension de l'individu.

Le moteur de changement se fait essentiellement par la parole, entre ce que le patient exprime au psychologue et ce que ce dernier lui reflète à son tour, par différentes techniques qui dépendent des approches dans lesquelles le psychologue est affilié.

Enfin, nous avons dégagé quelques points importants de la pensée scientifique. L'apparition des sciences est le résultat d'un besoin socio-culturel qui a favorisé par la suite, une modification de la culture occidentale et par conséquent, un remaniement de la perception de l'homme ainsi que de diverses institutions (religieuses, politique, systèmes de santé, etc.). Dès lors, la science a mis de côté la question de la subjectivité au profit de l'objectivité.

Les avancées scientifiques ont réalisé de grandes choses. Elles ont notamment permis d'élever l'homme et de le rendre davantage maître de lui-même et de son environnement. Toutefois, la science semble perdre de sa popularité. En effet, de plus en plus celle-ci fait face à ses limites, et cela accentue une certaine remise en question de ses valeurs et de ses méthodes. Ces doutes favorisent également certaines réactions, notamment dans le cadre de la santé. En effet, comme de nombreuses institutions émanent du modèle scientifique, celles-ci se retrouvent, elles aussi remises en cause et contestées par les occidentaux, comme nous le verrons dans le chapitre suivant.

Pour conclure, ce chapitre accorde une meilleure compréhension de la pensée scientifique ainsi que de ces conséquences sur la société occidentale. Par ailleurs, s'intéresser aux psychothérapies dans le cadre de la psychologie clinique, nous permet de dégager ce qui est primordial parmi les différentes approches thérapeutiques.

Ces différents éléments sont essentiels pour faciliter la compréhension d'une autre pratique, à savoir le chamanisme. Dès lors, il semble que nous soyons près à éclaircir celle-ci. Toutefois, cela se fera premièrement au travers de la découverte des thérapies alternatives.

## CHAPITRE 2 : LES THÉRAPIES ALTERNATIVES

Les thérapies alternatives semblent obtenir une plus grande attention ces dernières années, tant de la part des thérapeutes que des usagers. En effet, on entend régulièrement parler de l'utilisation de « nouvelles » thérapies (l'acupuncture, la médecine chinoise, le shiatsu, le chamanisme, etc.), aux côtés de pratiques conventionnelles (médecine et psychologie).

Concrètement qu'en est-il ? Y a-t-il réellement une hausse d'utilisation de ces thérapies chez les thérapeutes ? Qu'en est-il alors, du nombre d'adhérents qui ont recours aux thérapies alternatives ? Avant de répondre à cette question, il est utile de définir ce qu'est une thérapie alternative.

### 1. Thérapies alternatives : définitions

Bien que les auteurs aient recours à l'utilisation d'un vocabulaire varié, lorsqu'il s'agit de s'exprimer au sujet des thérapies alternatives<sup>6</sup> (aussi appelées : médecines non conventionnelles, médecines *douces*, *naturelles*, *complémentaires* ou *parallèles*), l'Organisation Mondiale de la Santé (O.M.S.) s'accorde sur deux termes, à savoir : « les médecines complémentaires et alternatives » et « les médecines traditionnelles ».

L'O.M.S. définit les médecines traditionnelles comme,

*la somme de toutes les connaissances, compétences et pratiques reposant sur les théories, croyances et expériences propres à différentes cultures, qu'elles soient explicables ou non, et qui sont utilisées dans la préservation de la santé, ainsi que dans la prévention, le diagnostic, l'amélioration ou le traitement de maladies physiques ou mentales* (O.M.S. 2013, p.15).

En outre,

*les termes « médecine complémentaire » ou « médecine alternative » font référence à un vaste ensemble de pratiques de santé qui ne font pas partie de la tradition, ni de la médecine conventionnelle du pays et ne sont pas pleinement intégrées à son système de santé prédominant. Dans certains pays, ils sont utilisés de manière interchangeable avec le terme « médecine traditionnelle* (O.M.S. 2013, p.15).

Ainsi, selon l'O.M.S. (2013), les thérapies alternatives regroupent un certain nombre de pratiques de soins de santé qui se développent en dehors des traditions académiques ou en marge des connaissances médicales dominantes en Occident.

---

<sup>6</sup> Comme nous nous centrons dans ce mémoire principalement sur les thérapies dans le cadre psychologique et non médical, nous utiliserons préférablement les termes « thérapies alternatives » plutôt que « médecines alternatives ».

Par ailleurs, il existe deux grands principes propres aux thérapies alternatives. Premièrement, elles envisagent une représentation globale, holistique et intégrative de l'être humain. Les thérapies alternatives prennent en compte l'homme ainsi que tous les aspects qui le constitue, tels qu'une dimension physique, émotionnelle, intellectuelle et spirituelle. Par la suite, ces dimensions sont intégrées dans un système élargi : le monde qui nous entoure (Berghmans & Torres 2012).

Le deuxième principe découle du premier. En effet, les thérapies alternatives n'envisagent pas la maladie comme étant inhérente à la personne ou émanant d'une pathologie distincte. Pour celles-ci, la maladie est source d'un déséquilibre entre soi (corps, pensées, émotions, etc.) et avec son environnement (Berghmans & Torres 2012).

## 2. Thérapies alternatives : les chiffres

L'O.M.S. (2013), affirme que les thérapies alternatives sont *largement employées à travers le monde et appréciées pour un certain nombre de raisons* (O.M.S., 2013, p. 16). De la même manière, l'O.M.S. (2013) qualifie le recours aux thérapies alternatives comme étant un *phénomène véritablement mondial*.

En effet, dans son dossier de 2002, l'O.M.S. annonçait que dans la population africaine, 80% avaient recours aux thérapies alternatives et 40% en Chine. De même, dans certains pays, comme en Asie ou en Amérique latine, l'usage des thérapies non conventionnelles a toujours existé, et cela s'explique entre autres, parce que ces méthodes de soins s'implantent dans un contexte historique et dans des valeurs culturelles.

En Occident par contre, L'O.M.S. souligne un intérêt grandissant pour les thérapies alternatives. En effet, selon les statistiques de l'O.M.S. (2002), le pourcentage de la population dans les pays industrialisés qui ont eu recours aux thérapies complémentaires au moins une fois, s'estime à 48% en Australie, 70% au Canada, 42% aux Etats-Unis et 38% en Belgique et 49% en France.

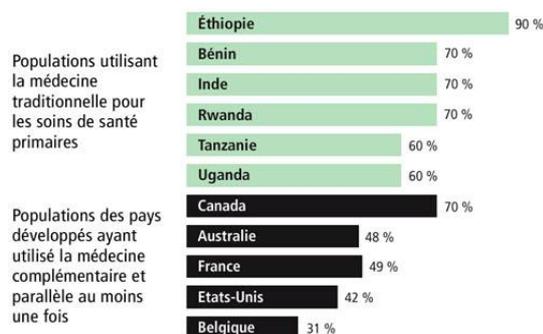


Figure 1 : Sources : Médecine traditionnelle : Besoins croissants et potentiel - Perspectives politiques de l'OMS sur les médicaments, No. 02 mai 2002. In Eisenberg DM et al, 1998; Fisher P & Ward A, 1994; Health Canada, 2001; Organisation mondiale de la Santé, 1999; et rapports de gouvernements soumis à l'OMS.

De même, le dossier du C.A.M.D.O.C.<sup>7</sup> (*The regulatory status of Complementary and Alternative Medicine for medical doctors in Europe*) publié en 2010, annonçait qu'en Europe, 65% de la population rapporte déjà avoir eu recours à une forme de médecine alternative et complémentaire. Par ailleurs, environ 30 à 50% d'européens mentionnent utiliser les thérapies alternatives de façon autonome. Tandis que 10 à 20% reportent s'être adressés à un praticien alternatif dans le courant de l'année précédente.

En outre, à ces quotas s'ajoute une redécouverte des thérapies alternatives en Occident, entraînant une multiplication de ces services de soins. En effet, selon Sinelnikoff, *on assiste maintenant à une vague, une prolifération, et une diversification des techniques [thérapeutiques], phénomène marquant de notre époque* (Sinelnikoff, 2006, p.9). Plus de 400 thérapies différentes seraient répertoriées dans le monde entier. Pour Sinelnikoff (2006), ce déferlement pourrait s'expliquer par le contexte sociétal occidental. Elle approfondit son propos :

*Ce « marché » des psychothérapies s'est développé dans nos sociétés occidentales au moment où certaines circonstances semblent l'avoir favorisé : bien être matériel et prospérité suscitant une recherche hédonique, malaise par rapport au sens avec déclin des croyances religieuses et politiques, tendance à l'individualisation au détriment d'engagements dans la vie sociale et collective, désir de connaissance et de maîtrise sur le modèle des démarches scientifiques, problèmes d'identité avec les nombreuses migration de population et l'uniformisation culturelle des sociétés d'accueil* (Sinelnikoff, 2006, p.10).

Ainsi, bien que les thérapies alternatives aient toujours existées dans certains pays, il semble qu'en Europe, un intérêt croissant se développe pour elles. Cette situation doit nous questionner, car les thérapies alternatives se basent sur un tout autre postulat que celui avancé par les systèmes de soins occidentaux, qui reposent principalement sur la pensée scientifique et se manifeste au travers de l'exercice de la raison.

<sup>7</sup> URL : The regulatory status of Complementary and Alternative Medicine doctors in Europe. (2010). *The regulatory status of Complementary and Alternative Medicine doctors in Europe*. En ligne [http://www.camdoc.eu/Pdf/CAMDOCREgulatoryStatus8\\_10.pdf](http://www.camdoc.eu/Pdf/CAMDOCREgulatoryStatus8_10.pdf), consulté le 26/04/2017

Dès lors, plus précisément quelles sont les raisons de cet attrait dans les pays occidentaux ?

### 3. Les raisons de cet attrait

Le point précédent nous apprend que les occidentaux ont de plus en plus recours aux thérapies alternatives. Quels sont les causes de cet engouement ? Seraient-elles en lien avec certaines conduites occidentales comme l'avance Sinelnikoff (2006) ?

Tout d'abord, Escot et Duzuz (2015), avancent que la pratique clinique occidentale offre des visions fragmentées de l'homme. En effet, les multiples approches thérapeutiques mettent en avant diverses étiologies et manières d'appréhender l'homme en souffrance, qui ne facilitent pas l'élaboration d'une représentation intégrative. Pour Escot & Duruz (2015) : *le soin y est soumis à une série de procédures d'expertise, de contrôle et d'évaluation, écartant de plus en plus la réalité de l'Homme souffrant en quête de son humanisation* (p. 29). Par conséquent, l'individu n'arrive plus à donner un sens à la condition humaine, à la vie, à la mort et à la maladie (Gondard, 2013 & Rossi 2007) ; ce qui engendre un *désenchantement du monde* (Weber cité par Gondard, 2013).

Selon Kiefer, ce désenchantement s'accompagne d'un doute, généré par le fait que certains occidentaux ne pensent plus que le *progrès sauvera l'humanité, ni même qu'il suffit de savoir pour guérir et que le mal découle de l'ignorance scientifique* (Kiefer, 2007, p.33). Ces ressentis engendrent une *nostalgie de croire* (Kiefer, 2007).

Dès lors, un des facteurs qui favorise l'attrait aux thérapies alternatives se trouve dans le fait qu'elles s'appuient sur un postulat différent que celui prôné par la société occidentale. Jean-Dominique Michel (2015) ajoute que les pratiques de soins alternatives ne réduisent pas le corps à ses manifestations physico-chimiques, comme en médecine, mais envisagent le corps, la santé et la maladie comme étant en lien avec une autre représentation de la réalité, une conception qui considère une part d'immatérialité. Chaque thérapie alternative met en avant sa propre définition concernant cette vision immatérielle, en fonction du système de croyances sur lesquelles celle-ci s'est fondée.

Jean Vernet et Claire Moncelon (1999) complètent cette idée de conception différente de la réalité en mentionnant qu'au cours des thérapies alternatives, le somatique, le psychologique et le spirituel sont indissociés.

Ainsi, toutes les strates de la vie individuelle, relationnelle (famille, amis, voisinage, etc.) mais également tout ce qui a trait à l'environnement (la nature, le cosmos, l'univers, etc.), sans oublier l'aspect religieux sont intégrés à la problématique de l'individu. Cette connexion avec le monde qui nous entoure, permet d'offrir une nouvelle conception du corps, plus globale, reliée et harmonisée tant avec le sacré qu'avec le matériel.

Les données de l'O.M.S. (2002) sont en cohérence avec les réflexions avancées par les deux auteurs précédents. En effet, selon l'O.M.S., la popularité croissante des médecines non conventionnelles dans les pays développés, s'explique par le fait qu'elles s'implantent dans des doctrines plus globales. Les thérapies alternatives proposent des approches différentes des pratiques de soins mises en place dans les systèmes de soins occidentaux, suscitant aujourd'hui certaines appréhensions et remises en question.

Ensuite, selon le National Health Statistic report (2008), les utilisateurs américains ont recours aux thérapies alternatives lorsqu'ils tentent soit d'améliorer leur santé et leur bien-être, soit d'atténuer des symptômes associés à des maladies chroniques ou en phases terminales. Ainsi, les thérapies alternatives suscitent un grand intérêt lorsque la guérison du patient n'est plus possible (O.M.S. 2014-2023).

Cet attrait pour les thérapies alternatives lorsque les personnes sont atteintes de maladies incurables, peut s'expliquer par le fait qu'elles permettent de donner un sens à la condition humaine, à la mort et à la vie. En effet, les thérapies alternatives permettent d'aborder *non seulement une pédagogie de la guérison mais aussi une pédagogie de la vie tout entière face à l'aléatoire et à l'incommensurabilité de la mort* (Rossi 2007, p.25). De plus, Nicole Durish (2007), ajoute que cette recherche de sens se retrouve dans le sacré, la spiritualité, car, elle permet de ritualiser les différents moments de la vie.

Dans le même cadre d'idée, le National Health Statistic report (2008) affirme que les personnes qui ont recours aux thérapies alternatives veulent devenir acteurs de leur santé. Cela s'explique en partie parce que dans la société occidentale actuelle, la population a plus facilement accès aux informations sur la santé, ce qui lui permet d'être plus autonome dans sa manière de maîtriser sa santé ainsi que d'avoir une meilleure conception des différentes possibilités de soins.

Jean-Dominique Michel, ajoute que cette volonté de contrôle vient du fait que l'homme se rend compte des limites de la médecine. Celles-ci s'expliquent en partie par le *caractère mécanique du nombre de ses interventions laisse souvent le patient désemparé, et conduit à une forme de déshumanisation à laquelle la population se montre sensible* (Michel, 2015, p.13).

En outre, pour Kiefer (2007), ce qui favorise l'intérêt des thérapies alternatives se trouve dans le fait que la science médicale est constamment remise en doute. Alors que dans les thérapies non-conventionnelles, la connaissance n'est pas remise en question, car elles se positionnent hors du champ scientifique. Dès lors, il est question de croire ou de ne pas croire plutôt que de vérité ou de non vérité.

Par ailleurs, Ellen Corin, (2000), psychanalyste clinicienne, avance qu'avoir recours aux thérapies alternatives serait issu d'un choix personnel parmi plusieurs options. C'est une sélection qui serait plus adaptée à l'identité et à la culture à laquelle la personne appartient. Selon elle, les thérapies alternatives questionnent la personne en souffrance. Elles se sont fondées sur des problématiques sociales et culturelles qui représentent notre société actuelle. Ces difficultés sociétales se retrouvent en particulier dans le champ du savoir et de la pratique.

Pour Corin (2000), les thérapies alternatives se sont mises en place pour répondre à un manque dans les différents services déjà existants. Cette carence peut se manifester par une accessibilité réduite des services de soins de santé dans un milieu particulier, par le sentiment que certains besoins ne sont pas pris en charge par les interventions déjà existantes, ou alors, parce que certaines personnes sont insatisfaites des différentes approches thérapeutiques ou du fait que ces dernières confèrent peu de place à l'être, à la personne dans sa singularité.

#### 4. Conclusion

Pour conclure, nous retiendrons qu'en Occident, il semble qu'un intérêt non négligeable grandit pour les pratiques de soins autres que celles validées scientifiquement. Cet attrait pour les thérapies alternatives soulignerait certaines lacunes dans les systèmes de soins occidentaux, eux-mêmes établis selon la pensée scientifique.

Les personnes qui ont notamment recours aux thérapies alternatives reprochent aux pratiques de soins de santé, et en particulier à la médecine, de penser l'individu selon une vision mécaniste et non intégrative. Par conséquent les demandeurs n'arrivent pas à donner un sens à ce qui leur arrive.

Par ailleurs, l'individu n'a plus foi aux éventuels progrès de la science et se retrouve face à une désillusion qui l'incite à retrouver des croyances qui lui permettraient de combler ces manques.

Dès lors, les personnes ont recours aux thérapies alternatives car, elles veulent pouvoir contrôler leur santé, donner un sens à ce qui leur arrive sans constamment douter des interventions qui sont réalisées. Les thérapies alternatives attirent d'une part, parce qu'elles se basent sur un postulat différent, non remis en cause. D'autre part, parce qu'elles envisagent l'homme et son environnement comme une unité.

A présent, nous comprenons davantage que les avancées scientifiques, bien qu'elles aient permis de réaliser de grandes choses, ont également délaissé certains aspects, en particulier dans le cadre du soin à l'autre. Toutefois, remarquons que la plupart des éléments remis en cause dans ce chapitre concerne la médecine et non la psychologie clinique. Dès lors, qu'en est-il de la psychologie clinique et des thérapies alternatives ?

Il semble qu'il existe des liens différents entre la psychologie clinique et les thérapies alternatives. Par ailleurs, certains cliniciens semblent aussi attirés par des pratiques plus alternatives, et ce en prônant une vision intégrative de la pratique psychologique et alternative. C'est pourquoi, dans la suite de ce mémoire nous continuerons d'approfondir ce sujet en se centrant sur une thérapie alternative en particulier : le chamanisme.



## CHAPITRE 3 : LE CHAMANISME

Maintenant que nous avons développé la position des thérapies alternatives en Occident, nous pouvons nous consacrer à la compréhension de la pratique chamanique. Dès lors, nous retracerons d'abord les débuts du chamanisme. Ensuite, nous énoncerons les principales caractéristiques qui forment la pratique chamanique et comment celle-ci a été appréhendée par les occidentaux au fil de l'histoire. Enfin, nous finirons ce chapitre en relevant les difficultés qui peuvent se présenter en tant qu'Occidental, découvrant la pratique chamanique.

### 1. Origine du chamanisme

Alors que des chercheurs découvraient des fresques picturales représentant diverses espèces animales et créatures mythiques dans des grottes reculées et difficiles d'accès, d'autres interprétaient ces dernières comme l'expression de rites chamaniques. De ce fait, certains chercheurs remontent les prémises du chamanisme à la fin du paléolithique (Lafitte, 2013 et Mouge, 2014).

Toutefois, d'autres hypothèses concernant l'expression de ces peintures ont été élaborées. Par exemple, certains auteurs ont avancé l'idée d'œuvres à dessein purement artistiques. D'autres, comme Henri Breuil, ont imaginé un culte pour la chasse et la fécondité. Parmi ces deux propositions, une troisième hypothèse se révèle et semble être la plus envisageable : ces fresques seraient le résultat de rites chamaniques (Mouge, 2014). En effet, pour Jean Clottes, les hommes préhistoriques se rendaient dans des grottes pour avoir des visions, lesquelles étaient ensuite représentées sur les parois des cavernes. Ces expéditions étaient réalisées en état de transe ou après un long séjour dans des cavernes souterraines (Lafitte, 2013).

Pour Clottes, les fresques permettaient d'une part, d'illustrer les voyages entrepris par les hommes préhistoriques. D'autre part, d'acquérir les pouvoirs des différents personnages rencontrés lors des visions (animaux, créatures mythiques, etc.) (Lafitte, 2013).

Les forces captées lors de ces « voyages », assuraient la communion entre l'homme et les esprits du monde invisible.

Ces dernières permettaient également d'avoir un impact sur les contraintes que l'homme subissait. En effet, les pouvoirs acquis contribuaient à avoir un sentiment de contrôle sur la maladie, les intempéries ou l'apport de nourriture (Mouge, 2014).

De plus, il faut souligner que dans de nombreuses cultures, le monde souterrain est associé au monde des esprits. Dès lors, certains ont émis l'hypothèse que les hommes préhistoriques ne s'induisaient pas obligatoirement un état modifié de conscience pour avoir des visions. En effet, le simple fait de se rendre physiquement sous terre et d'être au contact de la roche, permettait aux hommes préhistoriques d'entrevoir sur les reliefs des parois, des esprits représentant des animaux (Lafitte, 2013).

Ces grottes étaient considérées comme un lieu intermédiaire entre le monde des esprits et le monde connu des humains (Mouge, 2014).

Par ailleurs, des peintures murales du même ordre ont été recensées dans le monde entier, et notamment en France. Ces illustrations favorisent l'hypothèse selon laquelle les peuples ont un moment ou à un autre, tous eu recours à un système de pensées chamanique. Par conséquent, les chercheurs en déduisent que le chamanisme est universel (Mouge, 2014 et Vallet, 2013).

Le chamanisme a évolué au fil du temps et des cultures. Progressivement, il s'est distancé de la culture occidentale et n'a plus été pratiqué. Néanmoins, il reste présent dans des cultures traditionnelles comme en Sibérie, en Asie centrale, en Amérique latine, etc. (Mouge, 2014).

## 2. Etymologie

Le terme Chamane (Shaman ou Saman) dérive des peuples de Sibérie et plus précisément des Toungouzes. Il se traduit par *s'agiter, bondir, danser* (Perrin, 2014 et Marie, 2016) ou par *celui qui sait* (Berghmans & Torres, 2012 et Perrin, 2014).

Dans ces régions, le chamane est considéré comme l'un des personnages-clé de la collectivité : un homme-médecine. C'est à lui que revient le rôle de rétablir l'équilibre entre trois mondes : le monde des esprits, le monde des hommes et leur environnement naturel. Cela, en s'aventurant dans des mondes invisibles, grâce à une technique qui leur est indispensable : la transe. Ainsi, les chamanes modifient leurs états de conscience pour passer dans un autre état et accéder au monde des esprits (Lesourd, 2012).

Le chamane est régulièrement sollicité pour écarter les diverses menaces qui pourraient nuire à la collectivité (famines, intempéries, épidémies, etc.) (Laugrand, 2013, Michel, 2011 et Perrin, 2014). Entre autres, le peuple consulte le chamane pour ses capacités divinatoires concernant la chasse ou les récoltes, pour calmer des conflits entre les habitants, ou encore pour guérir les malades (Lesourd, 2012).

### 3. Le chamanisme traditionnel

En vue de faciliter la compréhension des pratiques chamaniques, il nous semble nécessaire de dégager les points essentiels qui forment le chamanisme traditionnel. Dès lors, nous développerons dans cette partie d'abord, quelques définitions qui nous permettront d'apporter un cadre au chamanisme. Ensuite, nous présenterons l'idéologie à la base du chamanisme. Par après, nous décrirons comment les sociétés chamaniques conçoivent la maladie et comment les chamanes agissent sur leurs patients.

#### 3.1 DÉFINITIONS

Michel Perrin (2013) envisage le chamanisme comme *l'un des grands systèmes imaginés par l'esprit humain, dans diverses régions du monde pour donner un sens aux événements et pour agir sur eux* (Perrin, 2013, p.35). Selon Odont Vallet (2013), le chamanisme peut être considéré comme une des premières formes de religion.

À défaut que celle-ci ne possède ni créateur, ni dogme, ni doctrine (Laugrand, 2013). Jean-Dominique Michel (2015) le décrit plus comme une vision du monde. Alors que Audrey Mouge (2014), le conçoit comme :

*Le plus ancien système spirituel, art de guérison le plus ancien, c'est un système qui ne sépare pas l'approche spirituelle, l'approche thérapeutique, comme dans notre culture. Au contraire, il intègre les deux* (Mouge. 2014, p.26).

L'anthropologue Michael Harner, confirme cette idée en affirmant que *le chamanisme représente le plus répandu et le plus ancien système méthodologique de guérison du corps et de l'esprit* (Harner, cité par Torres, 2012, p.200).

Dès lors, le chamanisme semble être aux confins de plusieurs systèmes tels que le système spirituel, thérapeutique ou philosophique.

En outre, les pratiques chamaniques ont été recensées aux quatre coins du globe : en Afrique, en Australie, en Amérique, en Asie et au Moyen-Orient (Vallet, 2013, Mouge, 2014 & Laugrand, 2013). Malgré que les régions soient éloignées les unes des autres, les chercheurs ont retrouvé des concepts et pratiques assez semblables que pour les définir comme faisant toutes partie du chamanisme. Toutefois, certains de ces aspects (rites, chants, méthodes pour rentrer dans un état modifié de conscience, cartographie et esprits des mondes invisibles) sont propres à chaque culture d'implantation. Néanmoins, il existe plusieurs caractéristiques communes aux sociétés chamaniques (Mouge, 2014).

### 3.2 IDÉOLOGIE

Tout d'abord, les auteurs semblent d'accord sur le fait que le chamanisme ne se réduit pas simplement à une pratique ou à des outils. Il s'agit plutôt une manière d'appréhender le monde, qui tient son origine dans une volonté commune : celle d'agir sur le bien-être du corps et de l'esprit ainsi que sur le bien-vivre de la communauté. Cela en expérimentant le pouvoir de l'esprit humain, au travers de la transe (Mouge, 2014).

De même, les auteurs s'accordent sur le fait que le chamanisme s'établit selon une vision animiste : les composantes de la nature sont animées par des forces invisibles (Michel 2011). En d'autres termes, les êtres humains, ainsi que les éléments qui composent notre monde, que ce soit la faune, la flore ou la nature dans son ensemble, sont composés d'une âme (ou énergie), quelque chose d'intrinsèque qui émet la vie.

Ces âmes ou énergies peuvent communiquer entre-elles. Dès lors, dans ce système les éléments de la nature (minérales, végétales et animales) dépendent des humains et inversement (Lafitte, 2013).

La vision chamanique est une conception où tout se tient, se lie et où l'ensemble forme un tout. C'est une compréhension du monde qui l'envisage comme étant *holiste*, *holographique* (Michel, 2015, p.127).

Ensuite, les sociétés chamaniques ont également en commun leur rapport à la réalité. Selon celles-ci, l'univers est composé de deux réalités dépendantes l'une de l'autre. D'une part, il y a une réalité matérielle, celle que nous voyons et sur laquelle nous agissons. Autrement dit, il s'agit du monde occidental. D'autre part, il existe une réalité immatérielle, composée d'esprits, dotés de forces surnaturelles invisibles (divinités, mythologies, ancêtres, animaux de pouvoir, forces naturelles) (Michel, 2015).

En fonction de leurs croyances, chaque civilisation élabore des particularités spécifiques à ces existences invisibles (qui sont-elles ? quels sont leurs facultés ?) (Michel, 2015).

Dans ce système, il est également important de mentionner que ce qui se joue dans ces parties invisibles a un impact sur la réalité visible. Ainsi, il est possible d'interagir avec des esprits dans les mondes invisibles, pour influencer le quotidien et en particulier, le bien-être individuel ou collectif de la communauté. Tout est interdépendant (Michel, 2015).

Toutefois, tout le monde n'a pas la faculté d'accéder et de voyager entre ces différentes réalités. C'est pourquoi, il faut recourir à un expert en la matière : un chamane. C'est au gré de nombreuses initiations et d'apprentissage que ce dernier a pu acquérir ce statut. Le chamane se décrit comme un personnage capable de modifier son état de conscience<sup>8</sup>, de se mettre en état de transe pour pouvoir intervenir dans la réalité immatérielle (Michel, 2015). En s'aventurant dans cet autre monde, le chamane va tenter, à l'aide de forces invisibles, de trouver la cause de l'altération. Par après, il va essayer de rétablir l'ordre qui était initialement présent entre les esprits des mondes invisibles et les humains de la réalité visible, de façon à réinstaurer l'harmonie et à régler le problème de la communauté ou de l'individu (Mouge, 2014).

Tout au long de ce voyage, le chamane est accompagné d'être bienveillants, des *esprits protecteurs* (Lafitte, 2013), des *alliés de pouvoirs* (Michel, 2015), qui aideront le chamane dans sa quête. Ainsi, le chamane fait le pont entre la réalité visible et la réalité invisible (Mouge, 2014).

En fonction des cultures, le chamane utilise différentes méthodes pour se mettre dans un état de conscience, pour accéder cette autre dimension. Par exemple, les chamanes de Sibérie s'aident du tambour pour rentrer en transe. En Amérique du sud, les chamanes utilisent préférentiellement des psychotropes comme l'ayahuasca. D'autres régions ont également recours à des chants, des danses, des surstimulations sensorielles, des tentes de sudations, etc., qui permettront au chamane de s'induire dans un état modifié de conscience et de percevoir une autre forme de réalité, dans laquelle se trouve des informations qui permettront d'aider les membres de sa communauté.

---

<sup>8</sup> « Tout état à la conscience diffère de l'état « vigile », c'est-à-dire de celui qui nous permet d'appréhender « l'immédiat » grâce à un mode « adapté et rationnel » (Déthiollaz & Fourrier (2011), cité par Berghmans & Torres (2012), p.228)

### 3.3 MALADIE

Comme énoncé précédemment, dans les cultures chamaniques, les hommes et autres éléments de la nature sont composés d'une âme, d'un quota d'énergie. Ce quota d'énergie/d'âme peut fluctuer et influencer l'état de santé de l'individu (Michel, 2015). Dès lors, peut tomber malade un individu qui a subi un vol ou une perte d'âme et qui par conséquent retient des énergies qui ne lui appartiennent pas.

Plus précisément, souffrir d'une perte de son âme s'explique de deux façons. Soit, un être extérieur (invisible ou non) s'est emparé d'une partie de l'énergie de la personne (Michel, 2015). Soit, l'être humain s'est volontairement séparé d'une partie de son âme (Claire Marie, 2016). En effet, au cours de sa vie, l'homme est confronté à des événements plus ou moins difficiles (deuils, traumatismes, accidents etc.). Si ces derniers sont trop éprouvants, c'est-à-dire si les chocs émotionnels, mentaux ou physiques sont insurmontables, une partie de l'âme de la personne se sépare de son corps. Cette énergie s'échappe dans un but de survie, car rester après cet événement traumatisant serait encore plus douloureux. Pour Claire Marie, cette explication se rapproche de ce que nous nommons en psychologie, la dissociation.

Dès lors, l'individu souffre d'une perte d'une partie de son âme ce qui crée un vide. Cette brèche se remplit de mauvaises énergies. Ces dernières peuvent provenir du monde immatériel (un mauvais esprit), mais peuvent également être des énergies émotionnelles négatives (la culpabilité, le dégoût, etc.). Dès lors, l'homme se retrouve en complet déséquilibre avec d'énergies qui ne lui appartiennent pas (Claire Marie, 2016 et Michel, 2015).

Pour rétablir cette disharmonie, le malade se rend chez un chamane. Celui-ci devient capable de voyager entre les différents mondes pour pouvoir nettoyer les énergies négatives qui composent le malade. Ensuite, le chamane retrouve l'énergie égarée dans les mondes invisibles et la restitue à son propriétaire. Au cours de cette pratique, le chamane permet au malade de retrouver un équilibre énergétique et de guérir.

Cette vision peut nous sembler étrange, et pourtant Jean-Dominique Michel (2015), nous rappelle que dans la médecine occidentale, il existe également des formes de vies vivant sur un autre plan d'existence. Par exemple, les virus et les bactéries existent mais ne peuvent se voir qu'à échelle microscopique. Dès lors, le médecin va tenter de supprimer ces agents étrangers en utilisant différentes substances (Michel, 2015).

Ainsi, pour les sociétés chamaniques la maladie, qu'elle soit physique, émotionnelle ou mentale, provient d'un déséquilibre entre l'homme et son environnement. Ce déséquilibre prend sa source dans deux interprétations. La première explication est que le malade souffre d'un manque, d'une perte d'énergie. Tandis que la seconde consiste en un surplus d'énergie étrangère (Michel, 2011). Pour tenter d'échapper à la maladie, l'individu se rend chez un chamane, qui au travers d'un état modifié de conscience, voyage dans des mondes invisibles pour rééquilibrer l'énergie du patient, en vue de le rétablir.

#### 4. Implantation du chamanisme en Occident

Après avoir expliqué les concepts essentiels à la compréhension du chamanisme et en vue d'envisager comment les pratiques chamaniques s'intègrent à une pratique clinique. Il est important de prendre en compte l'évolution de la perception des occidentaux au sujet des chamanes et du chamanisme.

Au fil des siècles et des explorations géographiques, les chercheurs ont tenté de comprendre les coutumes traditionnelles. Toutefois, ces pratiques que nous appelons aujourd'hui chamaniques, n'ont pas toujours été considérées positivement ou étudiées de manière neutre (Narby & Huxley, 2009). Cette partie retrace un bref aperçu de l'implantation étymologique et conceptuelle du chamanisme en Occident à partir du XVI<sup>e</sup> siècle.

Au XVI et XVII<sup>e</sup> siècle, toutes les idées spirituelles non conformes à celles de l'Eglise catholique sont dévalorisées et rejetées. C'est notamment le cas pour la sorcellerie. Dès lors, tous les individus qui se disent capables de converser avec des esprits sont considérés comme des partisans du diable qu'il faut exécuter : c'est la chasse aux sorcières (Narby & Huxley, 2009).

C'est dans ce contexte que les premières explorations géographiques ont lieu. Les occidentaux découvrent de nouvelles terres et se confrontent à des habitants, qui semblent avoir des coutumes bien étranges aux yeux des occidentaux (Narby & Huxley, 2009). En effet, ils rencontrent des êtres se disant capables d'échanger avec des esprits pour protéger le peuple et guérir les malades. Les explorateurs tentent de comprendre ces indigènes, mais cela se réalise dans l'imprégnation du filtre culturel, des croyances et de la morale occidentale.

De ce fait, d'innombrables curieux vont rédiger des comptes rendus sur des mœurs qui seront généralement incomprises, rejetées et même dénigrées en faveur des idées prônées par l'Eglise (Narby & Huxley, 2009).

C'est par exemple le cas d'André Thévet, un prêtre franciscain français qui partit plusieurs mois au Brésil à la rencontre des indigènes. En 1557, il publie un livre qui décrit des conduites de personnages nommés *pagés*. Voici ce qu'il en retire :

*Ces pagés ou charaïbes sont gens de mauvaise vie qui se sont adonnés à servir au Diable pour décevoir leurs voisins. Tels imposteurs, pour colorer leur méchanceté et se faire honorer entre les autres, ne demeurent ordinairement en un lieu, ainsi sont vagabonds, errant çà et là par les bois et autres lieux, ne retournant point avec les autres que bien rarement et à certaines heures, leur faisant entendre qu'ils ont communiqué avec les esprits pour les affaires du public, et qu'il faut faire ainsi et ainsi, ou qu'il adviendra ceci ou cela ; et lors ils sont reçus et caressés honorablement, étant nourris et entretenus sans faire autre chose* (Thévet cité par Narby & Huxley, 2009, p.24).

En 1672, dans les écrits autobiographiques d'Avvakum Petrovitch, le mot *chamane* apparaît pour la première fois en Occident. Avvakum Petrovitch est un membre du clergé russe. Il se rend en Sibérie orientale chez les Toungouzes et retrace sa rencontre avec un chamane sibérien qu'il décrit, tout comme ses précurseurs, comme un praticien démoniaque (Perrin, 2014, Mouge, 2014 et Torres, 2012).

Par la suite, au cours de leurs voyages, les chercheurs rencontrent d'autres individus qui se disent capables d'acquérir des pouvoirs curatifs et de médiumnité en parlant à des esprits, et ainsi de prémunir le peuple contre les infortunes (Mouge, 2014). Toutefois, bien que ces personnes semblent avoir une même profession au sein de différentes communautés, elles ne sont pas pour autant désignées de la même façon en fonction de l'endroit et de la culture dans lesquels elles vivent. Entre autres, ces individus sont nommés par la collectivité *pagé*, *piayé*, *angakut*, *arendiouannens* ou encore *shaman*. A contrario, les occidentaux les traitaient de magiciens, sorciers, devins, jongleurs ou prestidigitateurs (Narby & Huxley, 2009). Malgré ces nombreuses appellations, les explorateurs tentent de trouver un mot approprié, mais préférant éviter de se questionner en profondeur sur ces êtres particuliers, les occidentaux ont recours à un terme général pour les désigner : le mot *chamane* (Mouge, 2014). Van Genep (1903) développe ce sujet :

*En se servant du substantif chamanisme et des adjectifs chamaniste, chamanique, on a accepté des termes forgés par les explorateurs en Sibérie des XVIIIe et XIXe siècles qui, dénués presque tous de connaissances d'ethnographie et d'ethnopsychologie générales, ont cru trouver en ces pays une forme spéciale, caractéristes, de croyances et de pratiques religieuses. Puis le mot a eu du succès auprès du grand public ignorant et en même temps amateur d'exotisme euphonique* (Van Genep, 1903, cité par Narby & Huxley, p.64).

Durant le siècle des lumières, les chamanes ne sont plus considérés comme des partisans du mal, mais comme des mystificateurs. En 1765, Diderot est le premier à définir dans son Encyclopédie le terme *chamane*. Dans cette description, ces derniers sont encore fortement dévalorisés. Néanmoins, Diderot identifie déjà quelques éléments intéressants de la profession de chamane. Entre autres, il distingue une des manières dont les rites chamaniques s'exercent, à savoir avec un tambour et des danses (Narby & Huxley, 2009) :

*Schamans, m.pl., c'est le nom que les habitants de Sibérie donnent à des imposteurs, qui chez eux font les fonctions de prêtre, de jongleur, de sorcier et de médecin. Ces schamans prétendent avoir du crédit sur le Diable, qu'ils consultent pour savoir l'avenir, pour la guérison des maladies, et pour faire des tours qui paraissent surnaturels à un peuple ignorant et superstitieux : il se servent pour cela de tambours qu'ils frappent avec force, en dansant et tournant avec une rapidité surprenante [...] (Diderot, cité par Narby & Huxley, 2009, p.45).*

À la seconde moitié du XIXe siècle, une nouvelle façon de considérer les coutumes chamaniques émerge, grâce à l'apparition de l'anthropologie sociale (ou ethnologie) (Mouge, 2014 et Narby & Huxley, 2009). Jusqu'alors les occidentaux étudiaient les rites chamaniques ainsi que les chamanes au travers du filtre culturel occidental, et par conséquent au travers des pratiques religieuses et intellectuelles européennes, ce qui entravait la compréhension du chamanisme. Toutefois, grâce à l'émergence de l'anthropologie sociale, les ethnologues décident d'abolir leurs aprioris et de considérer sérieusement l'homme étranger et ses coutumes comme une source d'information pertinente (Mouge, 2014).

Ainsi, une première définition théorique du chamanisme voit le jour en anthropologie et se décrit comme *un système de croyances et de pratiques observées exclusivement dans les sociétés sans Etat, ni théologie, ni panthéon fixé, ni corps de doctrine transmis par des experts* (Lozonczy & Mesturini Cappelletti, 2012, p.8).

Par la suite, au cours du XXe siècle, un grand intérêt pour les pratiques chamaniques se développe et de ce fait, déloge ce terrain des mains exclusives des anthropologues. Ainsi, des écrivains et artistes recueillent des témoignages de chamanes qui retracent avec nostalgie leurs pratiques, avant que celles-ci ne soient opprimées par les sociétés modernes. Une littérature abondante sur les rites chamaniques commence à se populariser et captive la population nord-américaine, à tel point que certains rituels oubliés comme le fait de rentrer en transe pour avoir des visions, vont à nouveau être pratiqués. Par de ça, la population américaine commence à respecter les pratiques amérindiennes et surtout à leur attribuer une nouvelle identité (Lozonczy & Mesturini Cappelletti, 2012).

À partir de 1960, un nouvel engouement s'établit. Les jeunes américains rêvent d'un monde différent et se révoltent contre la société occidentale et ses valeurs consuméristes. Alors, beaucoup partent à la rencontre des peuples chamaniques en Amazonie. Ces jeunes occidentaux commencent à expérimenter le chamanisme et à essayer les plantes hallucinogènes dont l'ayahuasca (Costa, 2001). De ces expériences, deux travaux vont se distinguer et faire connaître à grande échelle le chamanisme. Il s'agit de *L'herbe du diable et la petite fumée*, publié en 1968 par Carlos Castaneda et de *La voie spirituelle du chamane*, publié en 1980 par Michael Harner (Costa, 2001).

Carlos Castaneda est ethnologue et réalise une thèse sur *l'emploi des plantes hallucinogènes au Mexique*. Il évoque dans sa publication ses prises d'hallucinogènes et les nombreuses conversations qu'il aurait eu avec un chaman yaqui, Don Juan. Toutefois, par manque de preuve concernant l'existence de ce chaman, les anthropologues sous-estiment la véracité de ses écrits. Néanmoins, ce qui intéresse plus le public, c'est qu'à travers de cette histoire, Castaneda met en exergue que le mal-être de l'homme occidental de 1960 peut se comprendre au travers des traditions chamaniques amérindiennes. Ainsi, selon Castaneda, les plantes hallucinogènes *libèrent la conscience* et informent l'homme qu'il détient en lui une *force intérieure* qui se rattache *aux forces mystérieuses du monde* (Costa, 2011).

De même, Michael Harner est également ethnologue et va inspirer nombre d'occidentaux. Il réalise des études de terrain chez les Indiens Shuar (Jivaros) et chez les Shipibo-Conibo au Pérou pour réaliser son livre. Dans celui-ci, il évoque différentes situations lors desquelles il se met dans un état modifié de conscience soit par la prise de psychotropes, soit grâce à d'autres méthodes qui ne tiennent pas compte des plantes, à savoir le son du tambour. Dans ses écrits, Harner adapte et simplifie le chamanisme. Il développe la transe chamanique en lien avec le son du tambour. Il affirme également que nous sommes tous capables de s'induire dans un état modifié de conscience, à condition que l'on suive certaines techniques spécifiques, comme le battement d'un tambour à 180 coups par minute (Costa, 2011). L'engouement est tel, qu'en 1972 il crée la Foundation for Shamanic Studies (FSS) en Californie. Il enseigne aux occidentaux le « Core Shamanism »<sup>9</sup>, qui est un mixte entre diverses techniques chamaniques provenant de différentes traditions chamaniques. Son objectif est de préserver les traditions chamaniques mais également de les rendre accessibles à tous (Costa, 2011).

---

<sup>9</sup> URL : The foundation for Shamanic Studies. (SD). *The foundation for Shamanic Studies*. <http://www.chamanisme-fss.org/fss.html>, consulté le 02/03/2017

Selon Costa (2011), depuis les 30 dernières années, environ 20.000 occidentaux ont suivi les enseignements de la FSS.

Les publications de Castenada et Harner, encouragent les occidentaux à expérimenter le chamanisme. Dès lors, ces deux auteurs peuvent être considérés comme des initiateurs d'une nouvelle façon de pratiquer le chamanisme : le néo-chamanisme.

Selon ceux-ci, le chamanisme s'apparente à une pratique individuelle, au cours de laquelle chacun peut au travers de techniques, réaliser une quête intérieure (Costa, 2011). Dans ce contexte, la pratique chamanique s'associe à des techniques de développement personnel.

Par ailleurs, Laflamme (2000) décrit le néo-chamanisme comme *un mouvement de redécouverte des traditions chamaniques par les occidentaux* (Laflamme, 2000, p.74). En effet, selon Lesourd, le néo-chamanisme s'est formé en rassemblant des pratiques traditionnelles comme la méditation ou d'autres thérapies alternatives modernes, avec des pratiques chamaniques traditionnelles (Lesourd, 2012).

Aujourd'hui, le chamanisme s'est popularisé et deviendrait un produit de consommation (Costa, 2011). En effet, de plus en plus d'occidentaux partent effectuer des voyages pour réaliser des rituels, stages ou soins chamaniques (Losonczy & Mesturini). De même, beaucoup veulent tester les plantes psychoactives utilisées par les chamanes, comme l'ayahuasca ou le peyotl. Selon ces traditions, ces plantes ont des vertus curatives tant au niveau physique que psychique. Aujourd'hui, l'ampleur est tellement grande que ces séjours chez les autochtones sont appelés : tourisme chamanique (Laflamme, 2000). Selon Mouge (2014), ces expéditions intéressent *une nouvelle génération de postmodernes en quête de sens, aspirant à un retour aux sources, désabusés par le matérialisme, et trouvent dans le chamanisme et les cultures prémodernes un antidote au désenchantement* (Narby, 1995, cité par Mouge, 2014, p.27).

Néanmoins, le tourisme chamanique n'est pas sans danger. En effet, voyant les attraits économiques de ce marché, de nombreux autochtones s'autoproclament chamanes et pratiquent un chamanisme « à leur sauce », avec comme objectif d'intéresser un public de plus en plus important (Costa, 2011). Outre cette forme de charlatanisme, il existe des chamanes compétents qui ont recours à un ensemble de rites, culturellement établis.

Or, ceux-ci ne sont pas toujours adaptés au mode de vie occidental. En effet, les croyances traditionnelles ainsi que la place de l'individu dans la collectivité sont si différentes de celles de nos sociétés, que l'homme occidental risque de se retrouver désorienté, dans l'incapacité de traduire en ses termes ce qu'il a vécu ou ce qui lui a été dit lors de la rencontre avec un chamane. L'homme moderne se voit dans l'impossibilité d'établir une vision synthétique de son histoire (Michel, 2015).

Enfin, il faut également mentionner que l'ingestion de plantes psychoactives traditionnelles n'est pas sans risque. En effet, dans les cultures traditionnelles, les plantes sont intégrées à un système symbolique et culturel qui leur sont propres. Dès lors, si l'occidental en a recours sans être dans un cadre prédéfini et avec un guide non fiable, cela peut devenir une très mauvaise expérience (Michel, 2015).

C'est pourquoi, au cours de ces diverses excursions touristiques et même lors de rencontres de praticiens chamaniques en Occident, il est nécessaire de faire preuve d'une grande prudence et de réfléchir à la manière dont le paradigme occidental et traditionnel, peuvent s'accorder ensemble (Michel, 2015).

Ainsi, le terme « chamane » et ses concepts ont traversé les temps et les époques. Au cours de cette rétrospective, nous nous sommes aperçus que les pratiques chamaniques ont sans cesse perduré. D'abord mises en place par les hommes préhistoriques et ensuite, implantées dans les cultures traditionnelles (Sibérie, Amazonie, Asie, etc.), les rites chamaniques ont toujours intéressé les occidentaux. Avant tout, en les dévalorisant. Ensuite, en adoptant un regard plus neutre et enfin, en devenant une attraction touristique. Aujourd'hui, la pratique chamanique n'est plus réservée aux sociétés primitives. Elle s'est généralisée et s'adapte à l'homme occidental, en quête de sens et de spiritualité, vivant dans une société individualiste (Losonczy & Mesturini, 2012).

## 5. Vers une pratique chamanique intégrée à la pensée occidentale

Les façons de considérer le chamanisme dans la société occidentale ont évolué au cours du temps. Depuis quelques années, de plus en plus d'occidentaux partent à la rencontre des pratiques chamaniques dans le but de les rendre accessibles à l'homme moderne. Bien qu'il y ait une volonté d'intégration, cela ne se fait pas sans difficulté. Nous présenterons dans cette partie les principaux éléments qui entravent à la compréhension des pratiques chamaniques tout en expliquant pourquoi il est pertinent de s'y intéresser. Enfin, nous finirons ce chapitre par un précédent essai d'intégration entre les pratiques chamaniques et la psychologie, réalisé par Claude Lévi-Strauss.

En tant qu'occidental, découvrir et comprendre les pratiques chamaniques n'est pas toujours simple. Cela s'explique en partie parce que la société occidentale et les sociétés chamaniques ont élaboré des croyances différentes par rapport à l'appréhension de la réalité (Narby & Huxley, 2009). En effet, la société occidentale s'est principalement fondée sur la pensée scientifique, qui a recours à la raison et à l'utilisation d'une méthode rigoureuse et objective pour comprendre la réalité. Les sociétés chamaniques quant à elles, ne cherchent pas à être objectives, ni à prouver certains événements. Ainsi, chaque culture a élaboré des façons différentes de saisir la réalité. Les auteurs ajoutent :

« De nombreux observateurs, spécialement ceux issus du monde scientifique, sont des matérialistes philosophiques. Ils croient que tout ce qui existe est fait de matière physique ou dépend de la matière pour exister. Les chamanes voient les choses différemment : ils croient aux esprits » (Narby & Huxley, 2009, p.15).

Ces difficultés de compréhension du monde chamanique s'accroissent par le fait que le chamanisme se rapporte à une certaine subjectivité, un rapport à soi. Alors que la science s'enracine dans des études qui s'établissent au-delà du subjectif. Le chamanisme serait plutôt une *autologie* et la science quant à elle, développerait une *hétérologie* (Narby & Huxley, 2009, p.16).

Enfin, en réalisant ce mémoire nous avons distingué un troisième obstacle à la compréhension des pratiques chamaniques. Celui-ci s'inscrit dans le fait que les occidentaux ont tendance à fragmenter la connaissance. Pour Escot & Duruz (2015), *le monde actuel de la psychiatrie et de la psychologie clinique, à l'instar d'autres domaines scientifiques, ne cesse de s'atomiser en diverses spécialisations* (Escot & Duruz, 2015, p.4).

Ainsi en Occident, nous distinguons d'abord deux approches thérapeutiques : l'approche médicale et l'approche psychologique. Au cœur de chacune d'elles il existe des spécialisations influencées par des écoles de pensées. Or, dans les traditions chamaniques, ces spécialisations et catégories n'existent pas. Il n'y a pas de différence entre médecine et psychologie, entre maux physiques et maux psychiques. Tout est en lien, le corps et le psychique sont considérés globalement.

Dès lors, venant d'une société occidentale où tout se doit d'être catégorisé et cadré, il semble que le chamanisme ne trouve pas sa place dans une seule et même catégorie, ou du moins dans celles que nous avons créées. Ce qui peut complexifier la compréhension de cette pratique.

Pourtant, malgré ces difficultés de compréhension, Claude Lévi-Strauss notamment, nous incitent à prendre les pratiques chamaniques au sérieux. En effet, pour celui-ci la pensée chamanique et la pensée occidentale peuvent être toutes les deux considérées comme scientifiques.

En effet, bien qu'elles utilisent des voies différentes, elles arriveraient toutes les deux à ce qu'*est l'objet de toute science* (cité par Narby & Huxley, p.256). La première étant plus de l'ordre de la perception, l'imagination et l'intuition et la seconde, plus éloignée de ces aspects-là. Il complète :

*Au lieu d'opposer magie et science, il vaudrait mieux les mettre en parallèle, comme deux modes de connaissance, inégaux quant aux résultats théoriques et pratique (car, de ce point de vue, il est vrai que la science réussit mieux que la magie, bien que la magie préforme la science en ce sens qu'elle aussi réussit quelque fois), mais non par le genre d'opérations mentales qu'elles supposent toutes deux, et qui diffèrent moins en nature qu'en fonction des types de phénomènes auxquels elles s'appliquent.* (Lévi-Strauss 1962, cité par Narby & Huxley, 2009, p.256)

Dans ce contexte, d'autres auteurs nous encouragent à accorder de l'importance aux pratiques chamaniques, et en particulier dans le cadre thérapeutique. En effet, pour Narby et Huxley (2009), les occidentaux n'auraient pas assez de connaissance de la *guérison par l'esprit* pour cerner les pratiques chamaniques. Les deux auteurs considèrent notamment les chamanes comme des *pionniers de l'exploration de la conscience humaine*. Dès lors, ils nous encouragent à approfondir la compréhension de la pratique chamanique et par conséquent, d'éviter d'émettre des stéréotypes négatifs quant à leur pratique de guérison.

De même, pour Celestin-Lhopiteau et al. (2011), les thérapies alternatives et les thérapies modernes occidentales ne doivent pas être considérées comme antagonistes. Certes, elles sont basées sur des croyances culturelles et des postulats différents.

Elles s'inscrivent également dans une méthodologie différente. Néanmoins, toutes les deux évoluent selon le même objectif : la relation de soin avec l'autre. Dès lors, considérer les thérapies traditionnelles et modernes comme des outils, pouvant s'allier les unes avec les autres, serait la démarche la plus enrichissante, tant pour les occidentaux que pour les praticiens alternatifs. Evidemment, il s'agira de les articuler de façon pertinente et adéquate, sans les dénigrer, ni les dénaturer (Celestin-Lhopiteau, 2011).

Ainsi, au cours de la partie pratique, nous allons soutenir le point de vue de ces auteurs, en décrivant comment certains psychologues intègrent les pratiques chamaniques dans leur clinique quotidienne. Toutefois, nous ne pouvons entamer cette partie sans nous exprimer au sujet d'un anthropologue qui avait déjà tenté de faire des liens entre pratique chamanique et psychologie. Nous pensons évidemment à Claude Lévi-Strauss, qui a introduit le concept d'efficacité symbolique et qui a permis de mettre en relation le chamanisme avec la psychanalyse.

Pour Claude Lévi-Strauss, il est possible d'établir des liens entre la cure psychanalytique et la cure chamanique. En effet, bien que dans les cures chamaniques, le chamane s'exprime, alors que dans les cures psychanalytiques, le psychanalyste a tendance à principalement écouter, toutes les deux ont un objectif commun. Celui-ci consiste à *provoquer une expérience*, et cela en *reconstituant un mythe que le malade doit vivre ou revivre*. En psychanalyse, c'est au malade d'élaborer à partir des éléments de son passé, un *mythe individuel*. Dans le chamanisme par contre, le chamane façonne un *mythe social*, qui est partagé par le malade, mais également par tous les membres de la communauté, en lien avec *la conception indigène de l'univers*.

Selon Lévi-Strauss ce mythe a toute son importance, car il permet une verbalisation cohérente et consciente d'un état qui était précédemment inconscient ou incontrôlable par le malade. Dans ce contexte, ce qui est salvateur dans la cure chamanique et psychanalytique n'est pas tant la connaissance du mythe, mais plutôt que *cette connaissance rend possible une expérience spécifique, au cours de laquelle les conflits se réalisent dans un ordre et sur un plan qui permettent leur libre déroulement et conduisent à leur dénouement*. Ce mécanisme porte le nom d'abréaction<sup>10</sup> en psychanalyse.

---

<sup>10</sup> Abréaction : « elle a pour condition l'intervention non provoquée de l'analyste, qui surgit dans les conflits du malade, par le double mécanisme du transfert, comme un protagoniste de chair et de sang, et vis-à-vis duquel ce dernier peut rétablir et expliciter une situation initiale restée formulée » (Lévi-Strauss, 1949, cité par Narby & Huxley, 2009, p. 256).

Lévi-Strauss explique :

*Le chamane a le même double rôle que le psychanalyste : un premier rôle – d’auditeur pour le psychanalyste, et d’orateur pour le chamane – établit une relation immédiate avec la conscience (et médiante avec l’inconscient) du malade. C’est le rôle de l’incantation proprement dite. Mais le chamane ne fait pas que proférer l’incantation : il en est le héros, puisque c’est lui qui pénètre dans les organes menacés à la tête du bataillon surnaturel des esprits, et qui libère l’âme captive. Dans ce sens, il s’incarne, comme le psychanalyste objet du transfert, pour devenir, grâce aux représentations induites dans l’esprit du malade, le protagoniste réel du conflit que celui-ci expérimente à mi -chemin entre le monde organique et le monde psychique. Le malade atteint la névrose liquide un mythe individuel en s’opposant à un psychanalyste réel ; l’accouchée indigène surmonte un désordre organique véritable en s’identifiant à un chaman mythiquement transposé (Lévi-Strauss 1949, cité par Narby & Huxley, 2009, p. 255 à 256).*

À présent, nous avons pris connaissance que malgré les difficultés qui constituent la connaissance d’une pratique telle que le chamanisme, il n’est pas pour autant nécessaire de ne pas y porter attention. Au contraire, comme la pratique chamanique et la psychologie clinique s’implantent vers un objectif commun : le bien-être de l’autre. Il serait même pertinent de s’y intéresser.

Par ailleurs, Claude Lévi-Strauss des années plus tôt, envisageait déjà d’établir des liens entre la pratique chamanique et pratique psychanalytique. Selon ce dernier, le point commun de ces deux cures est la création d’un mythe, permettant de libérer l’individu de ses traumas. Est-ce que cette vision est-elle encore d’actualité ?

## 6. Conclusion

Au cours de ce chapitre, nous avons pu introduire les concepts essentiels qui forment la pratique chamanique. En l'occurrence, le chamanisme est une pratique animiste à laquelle se joint des idées spirituelles, philosophiques et thérapeutiques. Ces idées reposent sur le postulat qu'un chamane est capable de voyager dans d'autres réalités (immatérielles et invisibles) pour venir en aide aux membres de sa communauté, notamment sur le plan thérapeutique. Dès lors, des individus souffrant d'un mal-être psychique ou d'une blessure physique se rendront chez un chamane, qui au moyen de la transe essaiera de restaurer l'état de l'individu.

En outre, au travers de l'histoire de l'implantation du chamanisme en Occident, nous avons remarqué que les occidentaux ont toujours accordé une certaine attention aux pratiques chamaniques. Toutefois, depuis les années 60, cette attention a pris une plus grande ampleur et s'est généralisée à une partie de la population occidentale avide d'une recherche de sens et désireuse de découvrir d'autres modes de vie, loin des valeurs sur lesquelles se base la société occidentale (notamment l'hyper-consommation et la nécessité constante de progrès).

Dans ce contexte, des anthropologues ont pris l'initiative de partir à la rencontre des pratiques chamaniques et de les rendre accessibles pour l'homme moderne. Dès lors, ces derniers envisagent une nouvelle façon de pratiquer le chamanisme : le néo-chamanisme. En rassemblant leurs connaissances, ils ont permis de traduire le chamanisme en des termes plus assimilables. Dans leur quête, ils ont réussi à trouver un terrain d'entente entre leur parcours occidental et la vision chamanique.

Aujourd'hui encore, cette découverte des pratiques chamaniques par les occidentaux continue. Certains professionnels ont même décidé d'utiliser ces connaissances au quotidien. C'est par exemple le cas de quelques psychologues cliniciens, qui après s'être formés au chamanisme, ont décidé de l'intégrer à leurs savoir-faire psychologiques.



## CONCLUSION : PARTIE THEORIQUE

Au cours des précédents chapitres nous avons présenté trois thématiques. La première s'est centrée sur l'évolution de la pensée scientifique au travers de l'établissement de la psychologie expérimentale et clinique. La seconde nous a fait part de la situation des thérapies alternatives en Occident. Enfin, la dernière s'est intéressée à décrire les concepts essentiels des pratiques chamaniques et à expliquer l'évolution du regard occidental à l'égard de ces pratiques.

Ces thématiques ont également été contextualisées dans un cadre historique au cours duquel un mouvement semble se distinguer. En effet, nous avons énoncé que depuis les années 60 les occidentaux, guidés par une remise en question des valeurs de leur société (recherche de sens, proximité de la nature, retour aux sources, etc.) sont amenés à envisager et à explorer d'autres modes de pensées et de fonctionnements en partant à la rencontre des cultures chamaniques, qu'ils conçoivent comme une façon de renouer avec des valeurs plus essentielles. Ce sentiment se retrouve également dans le cadre de la santé et surtout par rapport à la médecine. Ainsi, de plus en plus d'occidentaux sont attirés par des prises en charge alternatives, qu'ils considèrent comme un potentiel recours aux inconvénients de la médecine occidentale.

Ces différents éléments nous permettent de souligner qu'aujourd'hui, les occidentaux ont modifié leurs rapports avec les pratiques chamaniques. Les observateurs ne sont plus des anthropologues, mais des personnes en demande et des professionnels en recherche. De même, il ne s'agit plus de participer à des pratiques chamaniques pour les étudier et les expliquer au regard occidental. Mais de se rendre compte qu'il y a une demande sociale grandissante, incitant les occidentaux à s'intéresser à des thérapies alternatives comme le chamanisme.



## II. PARTIE PRATIQUE



Dans un premier temps, nous présenterons la méthodologie de notre recherche et les différents psychologues que nous avons interviewés. Dans un deuxième temps, nous analyserons en profondeur les entretiens réalisés avec ceux-ci.

## 1. La méthodologie

### 1.1 OBJECTIF DE LA RECHERCHE

En vue de réaliser ce mémoire, nous nous sommes appuyés sur quatre objectifs qui se résument comme suit :

1. Rencontrer des psychologues qui utilisent le chamanisme au cours de leur pratique clinique
2. Comprendre ce qui amène les psychologues à s'intéresser au chamanisme
3. Dégager quels sont les facteurs qui incitent les psychologues à intégrer les pratiques chamaniques dans leur pratique clinique
4. Décrire la façon dont les psychologues associent la pratique chamanique au cours d'un suivi clinique

Afin de répondre à ces objectifs, nous nous sommes référés à méthode de recherche : la recherche qualitative exploratoire.

### 1.2 MÉTHODOLOGIE DE RECHERCHE

Ce mémoire prend en compte une recherche qualitative exploratoire. Mucchieli (1996) décrit la recherche qualitative comme étant :

*Toute recherche empirique en sciences humaines et sociales répondant aux cinq caractéristiques suivantes : 1) la recherche est conçue en grande partie dans une optique compréhensive, 2) elle aborde son objet d'étude de manière ouverte et assez large, 3) elle inclut une cueillette de données effectuée au moyen de méthodes qualitatives, c'est-à-dire des méthodes n'impliquant, à la saisie, aucune quantification, voir aucun traitement, ce qui est le cas, entre autres, de l'interview, de l'observation libre et de la collecte de document, 4) elle donne lieu à une analyse qualitative des données où sont analysés directement par l'entremise d'autres mots, sans qu'il y ait un passage d'opération numérique, et 5) elle débouche sur un récit ou une théorie (et non sur une démonstration) (Mucchieli, (1996), p.196).*

Ce dispositif nous a semblé le plus adéquat étant donné les objectifs de cette recherche énoncés ci-dessus. Ainsi, il s'agit d'approfondir une compréhension singulière d'individus façonnés par un contexte social précis.

### 1.3 PROCÉDURE

L'exploration de cette thématique s'est réalisée en trois temps. Premièrement nous nous sommes informés auprès de personnes qui avaient précédemment eu recours à des pratiques chamaniques. Ces échanges nous ont permis de nous introduire à la pratique chamanique. Ensuite, nous avons continué notre recherche au travers de diverses documentations (livres, vidéos, etc.). Enfin à la suite de cette documentation, il nous a semblé pertinent de comprendre les pratiques chamaniques de l'intérieur. Dès lors, nous sommes partis en Suisse réaliser un weekend d'introduction aux pratiques chamaniques (initiation aux états-modifiés de conscience, induits par le son du tambour et exploration de la pensée chamanique) organisé par la Foundation Shamanic Studies<sup>11</sup>. Quelques mois après, nous sommes partis un week-end en France rencontrer Claire Marie pour découvrir comment elle pratiquait le chamanisme lors d'une *cérémonie du feu*<sup>12</sup>.

Ces expériences et ces diverses documentations, nous ont permis d'élaborer un questionnaire repris à la fin de la méthodologie. Celui-ci est l'unique support sur lequel nous nous sommes appuyés pour réaliser les entretiens semi-structurés.

Dans ce contexte, nous avons trouvé après quelques recherches sur internet, cinq psychologues qui mentionnaient pratiquer le chamanisme. Dès lors, nous les avons contactés pour les interviewer. Après avoir fixé un rendez-vous, nous avons rencontré quatre des cinq psychologues dans leur cabinet de consultation en Belgique. Les interviews ont été enregistrées et duraient généralement deux heures.

En ce qui concerne la cinquième psychologue choisie pour ce mémoire, Claire Marie, nous n'avons pas pu réaliser d'entretien de prime abord. En effet, par manque de disponibilité et de proximité géographique, nous nous sommes principalement appuyés sur son livre *comment je suis devenue chamane : initiation d'une psychologue (2016)* pour répondre à nos questions. Ensuite, nous sommes partis à sa rencontre en France, lors de la cérémonie du Feu. Enfin, nous avons réalisé un Skype en vue de répondre aux dernières questions laissées en suspens.

---

<sup>11</sup> URL : Foundation Shamanic Studies (SD). *Foundation Shamanic Studies*. En ligne : <http://chamanisme-fss.org/seminaires.html>, consulté le 12/01/2017

<sup>12</sup> Cérémonie où un groupe est assis autour du Feu, lors de laquelle Claire a recours à ses outils chamaniques (hochet, tambour, voix, danse), dans le but d'encourager un voyage intérieur et éventuellement favoriser un travail sur l'individu.

Par la suite, nous avons retranscrit littéralement les enregistrements, que nous avons ensuite envoyés aux psychologues de façon à ce qu'ils puissent les relire et les corriger si nécessaire. Au cours de cette procédure, nous avons notamment été amenés à revoir deux fois Julien.

Une fois la récolte des données réalisée, nous avons procédé à l'analyse des contenus des entretiens. Pour se faire, nous avons réalisé trois tableaux qui deviendront par la suite les trois principales catégories sur lesquelles se fondent notre analyse, à savoir :

1. Processus exploratoire menant à la pratique chamanique
2. En pratique : intégration du chamanisme en psychothérapie
3. Pratique chamanique et pratique psychologique

Enfin, afin de clôturer l'analyse des entretiens, les psychologues ont eu l'occasion de vérifier l'analyse qui figure actuellement dans ce mémoire.

1. Comment vous êtes-vous intéressé à la psychologie ?
2. Comment vous êtes-vous intéressé au chamanisme ?
3. Y a-t-il des points de connexions entre pratique psychologique et pratique chamanique ?
4. La pratique chamanique et psychologique peuvent-elles s'allier l'une à l'autre ?  
Comment le faites-vous dans votre pratique de soin ?
  - Dans quelle situation proposez-vous un travail chamanique ?
  - Qu'en est-il du lieu, du cadre ?
  - Qu'en est-il du psychologue qui pratique le chamanisme ?
  - Qu'en est-il de la patiente ? Donner un exemple clinique (comment la psychologue agit, rituel, etc.)
  - Qu'en est-il du rôle du verbal et du mental ?
5. Est-il possible d'être psychologue et chamane en même temps ?  
Qu'est-ce que le chamane apporte au psychologue et le psychologue apporte au chamane ?
6. Avez-vous une déception ou une limite par rapport au chamanisme ?
7. Qu'est-ce que le chamanisme apporte à notre vision occidentale ? Du point de vue de la maladie ? De la guérison ?

Figure 2 : Questionnaire pour les entretiens semi-structurés

## 2. Présentation des psychologues

En vue de pouvoir mieux comprendre ce qui a amené les psychologues à intégrer le chamanisme dans leur pratique clinique, il est pertinent de réaliser une courte présentation de ceux-ci. Ainsi, nous développons premièrement dans quels contextes les psychologues travaillent (formations et lieux où ils pratiquent). Ensuite, nous décrivons comment les psychologues ont été initiés au chamanisme et quelles sont les caractéristiques propres à chacun des psychologues qui pratiquent le chamanisme (clientèle, outils chamaniques spécifiques). Ce dernier point est énoncé brièvement, car il sera approfondi au cours de l'analyse des entretiens.

### 2.1 JULIEN DUPUIS

Julien Dupuis est psychologue diplômé de l'UCL depuis 2005. Il ancre sa pratique dans une vision intégrative tranche-disciplinaire au cours de laquelle il s'appuie sur de nombreuses formations : hypnothérapie, thérapie brève, EMDR, ethnopsychiatrie, systémique et thérapie familiale, phénoménologie herméneutique clinique, transe « chamanique », méditation et bouddhisme.

Il travaille comme psychologue indépendant à domicile ou dans son cabinet, ainsi que pour diverses institutions (Independent Counselling and Advisory Services, Fedasil, CPAS/OCMW, Médecins du monde, Croix-Rouge, Samusocial, TJ, SPJ, SAAE, IMP). Julien est également formateur et superviseur.

En ce qui concerne la pratique chamanique et ce qu'il nomme plus précisément la *psychologie première*, Julien s'y intéresse dès 1999 en participant à des cérémonies « Candomblé » (rites selon la tradition afro-brésilienne) à Paris. Ensuite, après ses études il part s'initier au chamanisme népalais pendant deux ans. À son retour, il continue de se former au chamanisme au travers de diverses traditions (notamment amérindienne) et au cours d'apprentissages en Belgique, en Europe et en Amérique du Sud (Brésil et Pérou).

Ainsi, Julien n'a pas recours à une tradition en particulier lorsqu'il pratique le chamanisme, mais plutôt à une pratique influencée par les cultures et les traditions auxquelles il s'est affilié formant dès lors, une pratique néo-chamanique (ou « traditionnelle évolutive »).

Au quotidien, Julien reçoit principalement des adultes et explique que les consultations purement « chamaniques » ne sont pas les plus courantes. Toutefois, Julien estime que même lorsqu'il a recours à des outils plus conventionnels lors d'un suivi, il reste dans un état d'esprit qui se rapproche du chamanisme, à savoir être détacher du mental en vue de favoriser l'intuition, tout en envisageant une approche globale de l'individu en privilégiant d'autres aspects que le mental comme le corporel, l'émotionnel, l'inconscient, etc.

## 2.2 SABINE MOZELSIO

Psychologue diplômée en 1982 de l'ULB, Sabine s'est également formée à la communication non violente, l'EMDR, les constellations familiales et systémique selon B. Helliger et réalise actuellement une formation en hypnose Ericksonienne.

Sabine est psychologue clinicienne indépendante. Elle travaille également en tant que formateur et superviseur d'équipes dans l'aide à la jeunesse (Spets-j), mais aussi pour l'asbl Duo for a job (rencontres de jeunes issus de l'immigration en vue de promouvoir un projet professionnel) ainsi que pour l'Envol adoption (accompagnements de familles adoptives).

En outre, Sabine a réalisé de nombreuses formations chamaniques au cours de l'organisme Tetra, présentés par Claude et Noëlle Poncelet, précédemment formés par Michael Harner aux Etats-Unis. Ces formations se sont ensuite complétées par des voyages, au Pérou notamment. Par conséquent, Sabine pratique depuis 2002 le chamanisme, se référant à divers traditions et enseignements adaptés pour les occidentaux.

Lors de ses consultations dans son cabinet, Sabine reçoit principalement des enfants adoptés. Elle ne propose pas directement un travail chamanique. Toutefois, comme son cabinet est décoré de tambours, cela lui permet d'introduire un questionnement chez l'enfant et instaure par conséquent, ce sujet de manière implicite.

## 2.3 NICOLE BERNARD

Nicole est psychologue clinicienne indépendante, diplômée de l'ULB depuis 25 ans. Prônant une vision unifiée de l'individu, Nicole a réalisé de nombreuses formations en vue d'approfondir ses connaissances pour intervenir globalement sur celui-ci. En l'occurrence, elle a suivi des formations comme l'analyse bioénergétique (Sobab), le Rebirth (Association Renaitre) et les énergies subtiles (M. Clermont).

Elle a également assisté pendant 5 ans, aux enseignements chamaniques proposés par Claude et Noëlle Poncelet, auprès de l'organisme Tétra. Ainsi, depuis une quinzaine d'années Nicole utilise dans ses consultations des pratiques chamaniques. Outre ses consultations, elle anime aussi des ateliers de développement personnel sur des thèmes spécifiques.

Nicole reçoit dans son cabinet principalement des adultes et adapte son suivi en fonction de la demande du patient. Plus précisément, si la personne présente des maux qui concerne l'âme de celui-ci, Nicole proposera préférentiellement un travail chamanique.

#### 2.4 DOMINIQUE BESSO

Diplômée de l'ULB depuis 1978, Dominique travaille en tant que psychologue clinicienne indépendante depuis plus de 27 ans. Au cours de ses consultations, elle est amenée à recevoir une clientèle diversifiée (adultes, adolescents, enfants, familles et couples).

C'est au contact de nombreux voyages (Tibet, Amérique du Sud, du Nord et en Afrique) que Dominique s'est familiarisée et formée aux traditions chamaniques. Elle a ensuite complété ses connaissances lors de séminaires réalisés par Claude et Noëlle Poncelet avec l'organisme Tetra. Dans ce contexte, cela fait 25 ans que Dominique intègre le chamanisme à sa pratique clinique.

Sa démarche s'inscrit dans l'idée que chaque individu possède en lui les connaissances pour répondre aux questions qu'il se pose. De cette façon, en suivant son intuition et en ayant confiance en soi, chacun a les capacités de trouver sa voie. Toutefois, ce processus n'est pas pour autant simple, car au travers de cette démarche, Dominique incite l'individu à s'écarter de codes imposés notamment par l'éducation, la culture et la raison logique propre à l'individu.

Lors de ses consultations, Dominique a recours à des techniques qui lui sont venues par intuition ou lors de ses rêves. Dans la plupart des cas, les consultations se réalisent en forêt et incitent par conséquent l'individu à s'ouvrir à une autre dimension, une dimension plus proche des valeurs prônées dans le chamanisme (la nature, la simplicité, prendre du temps pour être à soi, etc.).

## 2.5 CLAIRE MARIE

Psychologue clinicienne depuis une quinzaine d'années, Claire travaille avec des adultes dans un hôpital du Sud-Ouest de l'Angleterre en oncologie et santé générale. Elle réalise également des consultations en tant qu'indépendante. Claire a suivi des études à l'IED (Institut d'étude à distance affilié à Paris VIII) et s'est également formée en ethnopsychiatrie. Depuis qu'elle a été initiée à la médecine aztèque, il y a 10 ans, Claire intègre ses connaissances chamaniques lors de ses psychothérapies. Cette initiation s'est ensuite complétée par des expériences spirituelles personnelles et des voyages au Népal et au Mexique.

Lors de ses consultations, Claire a recours à des techniques chamaniques traditionnelles qui lui ont été enseignées. Elle peut également utiliser des méthodes intuitives qui s'imposent à elle lors d'un travail chamanique.

Pour finir cette présentation, il nous est important de souligner que tous les psychologues que nous avons rencontrés ont recours à des pratiques dites néo-chamaniques, dans le sens où ils ne sont pas affiliés à une tradition spécifique, mais s'entendent plutôt sur un mixte de différentes traditions chamaniques, complété par des techniques venues par intuition. Par ailleurs, précisons également que lors des rites chamaniques, tous les psychologues ont recours à un même outil pour s'induire dans un état modifié de conscience : le tambour.

### 3. Analyses

Au cours des entretiens nous avons récolté des données qui nous ont permis de réaliser à une analyse approfondie des différents échanges. Dès lors, nous avons distingué trois thématiques communes aux psychologues, à savoir : quels sont les facteurs menant à la pratique chamanique ? Comment la pratique chamanique s'intègre à la pratique clinique ? La pratique chamanique et pratique clinique ont-elles des points communs ?

#### 3.1 PROCESSUS EXPLORATOIRE MENANT À LA PRATIQUE CHAMANIQUE

Pour les psychologues interviewés, le processus menant à la pratique chamanique semble se diviser en trois parties. Ainsi pour comprendre ce procédé, il est d'abord nécessaire de dégager quels éléments ont motivé les psychologues à réaliser des études de psychologie. A ces paramètres, s'ajoutent des expériences personnelles (sentiment d'inadéquation, ressentis hors du commun et visions étranges) qui ne trouvent pas de réponse parmi les explications rationnelles et par conséquent, s'éloignent du modèle occidental. Dans ce contexte, un troisième facteur va inciter les psychologues à s'intéresser aux pratiques chamaniques. Celui-ci s'établit dans un questionnement vis-à-vis de la psychologie clinique, influencé par une remise en question du parcours académique et professionnel des psychologues.

Ces trois éléments réunis semblent former les prémices d'une exploration qui pousseront les psychologues à s'intéresser à d'autres cultures et à d'autres interventions. Deux objectifs semblent interférer dans cette recherche : d'une part, il s'agit de donner du sens à leurs vécus ; d'autre part, de répondre à leurs questionnements vis-à-vis de la pratique psychothérapeutique.

##### 3.1.1 Intérêt vers des études de psychologie

Claire et Nicole se sont toutes les deux rediriger professionnellement vers des études de psychologie après avoir fait d'autres études. Toutes les deux considéraient ces études comme une évidence. Après un essai infructueux en tant que journaliste, Claire annonce : *je retournais à mon premier amour, la psychologie...*

De même, Nicole, mentionne : *Quand j'étais en humanités, j'ai voulu faire psycho et puis finalement, je me suis dirigée vers le cinéma et puis vers ma vocation première qui était la psycho.*

En ce qui concerne Dominique, Sabine et Julien, les études de psychologie s'inscrivent dans une nécessité de compréhension du fonctionnement de l'Homme et de son système. En effet, Dominique raconte s'être *toujours intéressée aux gens, nourrie par un profond désir de comprendre leurs fonctionnements.* De même pour Sabine, son intérêt pour la psychologie concerne la connaissance de l'individu. Néanmoins, ce désir de compréhension tiendrait plus précisément son origine dans sa famille. Elle continue :

*Parce que j'étais dans une famille dysfonctionnelle et malade. Il fallait que je comprenne ce qui se passait. Je me disais : « je veux comprendre ce qui se passe dans la tête des gens, je veux comprendre ce qui se passe dans les cerveaux, je veux comprendre comment on peut aider » parce que j'étais dans une famille où pour moi, il y avait beaucoup de souffrances...*

Pour Julien, comme pour Sabine les relations familiales ont également impacté sur son choix d'étude. Toutefois, il complète son propos en mentionnant qu'il lui était aussi nécessaire de mettre du sens dans ce qu'il faisait ainsi que dans le système dans lequel il était. Sens qu'il ne trouve pas et le questionne, dès la fin de ses primaires. Il ajoute :

*Moi ce qui m'a amené aux études de psycho... Il n'y avait pas de transmission spirituelle ni psychologique dans le système scolaire ou familial, mais de ma part une grosse recherche de sens surtout au secondaire. D'autant plus qu'il y avait beaucoup de souffrances dans ma famille et de violences... Violences psychologique surtout.*

À cette nécessité de comprendre l'être humain, s'ajoute pour Julien et Nicole un questionnement très précis sur l'Homme. Nicole se questionne sur l'âme, à *ce qui nous empêche d'être pleinement nous-mêmes.* Par contre Julien lui, s'intéresse à la conscience de l'Homme. Voici ses motivations :

*La conscience on ne peut pas la prouver mais on peut bien l'éprouver. Elle est bien là. Et donc la psychologie me paraissait vraiment fondamentale à ce niveau-là. C'est une question primordiale. Mais ce que j'aimais de la psycho, c'est son côté empirique : on n'est pas juste à la recherche du « beau bien vrai », ou en tout cas alors dans la matière, dans l'humain. Voilà c'est l'humain.*

En mettant en évidence qu'est-ce qui a motivé les psychologues à étudier et à pratiquer la psychologie, nous soulignons principalement l'importance de la compréhension de l'Homme et du soin. Ces éléments seront en partie, la base de l'exploration d'autres pratiques de soin.

### 3.1.2 Questionnements et/ou vécus personnels qui ne trouvent pas de réponse via la pensée rationnelle occidentale et incitent les psychologues à voyager pour partir à la rencontre d'autres cadres de référence

Suite, à ces différentes motivations qui encouragent les psychologues à effectuer des études de psychologie, vont s'ajouter des ressentis et des expériences personnelles qui ne peuvent s'expliquer selon la pensée rationnelle occidentale. Ces expériences les inciteront à se questionner sur les valeurs de la société occidentale et son système de soin. De manière réciproque, ils ressentiront le besoin d'élargir leur cadre de référence.

Pour Julien, il s'agit surtout d'un sentiment général d'inadéquation. Julien ne se sent pas adapter à la société occidentale. N'arrivant pas à trouver du sens dans ce qu'il fait, il a le sentiment d'une fracture avec l'humanité et s'isole souvent. Il complète :

*Première candi psycho, ce n'est pas que je rate, je me fais rater. Je ne comprends plus ce système. J'ai l'impression d'être en décalage, marginal et certains plus conformistes et sans doute apeurés par mon attitude « drop-out » me renvoient cette image, vu que je ne rentre plus dans le système.*

Ainsi, cette *désillusion* l'invite à s'investir dans quelque chose qu'il le prend *aux tripes*. Lors de sa première année à l'université, il rencontre par hasard un « Pai de Santo »<sup>13</sup> dans une librairie ésotérique à Bruxelles et est invité à participer régulièrement aux cérémonies à Paris. Ensuite, durant ses études il part au Tibet et y séjourne pendant 6 mois. Ce voyage sera comme une révélation pour lui. Par après il continuera ses études, tout en s'absentant à deux reprises dans cette région himalayenne où il s'initiera au Bouddhisme. Voici ce qu'il en retire :

*Quand j'ai fait mon premier voyage au Tibet en première (seconde 1<sup>ère</sup> candi), je me suis dit : « tiens, ce monde, je ne l'ai pas que rêvé, il existe. Il est peut-être en perdition, mais il existe ». Ça a été un grand soulagement. Je me suis dit : « ce n'est pas juste un trip d'ado, cet autre monde existe ». Il n'est pas parfait, mais il existe. Et là ça a été la rencontre sur le terrain avec le Bouddhisme et avec soi-même.*

Ensuite, après ses études, Julien décide de partir deux ans au Népal et s'initie au chamanisme.

Pour Claire, Dominique et Sabine, il s'agit plus d'expériences personnelles incompréhensibles selon un cadre rationnel et pragmatique, qui vont les inciter à découvrir d'autres cultures, et d'autres façons de concevoir le monde et l'individu.

---

<sup>13</sup> Un PAI est un maître de cérémonie dans le Candomblé, qui pratique la transe selon la tradition afro-brésilienne (explication donnée par Julien)

En effet, Dominique mentionne que très tôt, elle avait une perception différente de son environnement social. C'est en particulier ce facteur qui va stimuler son désir de voyager et de découvrir d'autres cultures. Celle-ci complète :

*J'ai réalisé très jeune, qu'il y avait tout un monde qui existait, qui n'était peut-être pas visible par tout le monde, dont on ne parlait pas. J'ai eu pas mal de rêves qui m'ont inspirée ou instruite sur des domaines qui n'étaient pas abordés culturellement. Notamment lors de décès dans ma famille, j'avais l'impression de sentir ou de voir et de dialoguer avec le défunt. Alors que ça n'apparaissait pas clairement de la même façon pour mon entourage. Très jeune j'ai appris à me taire car je voyais qu'il n'y avait pas d'écho. On me disait que je rêvais, que j'imaginai. C'est pour ça qu'assez rapidement, assez jeune, j'ai eu envie de partir à la découverte d'autres cultures pour comprendre par exemple, comment le thème de la mort était abordé.*

Quant à Claire, celle-ci évoque plutôt des impressions étranges après avoir rencontré des patients. Elle continue :

*Au début de ma carrière, j'avais commencé à exercer comme psychologue. Souvent, après avoir passé une heure avec un nouveau patient ou une nouvelle patiente, je ressentais des choses bizarres. Je voyais sans voir. J'avais le sentiment de pénétrer à l'intérieur de mes patients mais sans pouvoir véritablement verbaliser ni conceptualiser ce qu'il se passait, ou encore je voyais des images flotter autour d'eux. Après leur départ, il me semblait qu'une partie d'eux restait autour de moi sans que je puisse m'en défaire.*

En outre, Claire se forme également en ethnopsychiatrie. Ces études lui ont d'ailleurs permis de prendre conscience que la culture impacte sur la manière dont l'individu se perçoit dans le monde et comment celui-ci envisage la maladie. En effet, elle explique : *la diversité et la richesse des cultures ont un impact central dans la manifestation des maladies, les êtres humains sont fabriqués pas des mondes culturels différents. L'expression de leur vie intérieure prend des formes qui varient suivant les cosmologies et la compréhension que la culture a du monde.*

Dès lors, ses études en ethnopsychiatrie ainsi que ses expériences étonnantes après avoir réalisé des consultations avec ses patients, vont encourager Claire à s'intéresser à d'autres façons de prendre en compte l'individu. Elle complète :

*Mon métier de psychologue était de penser les gens, et peut-être que je ne m'en tirais pas si mal. Je donnais sens à leur histoire en me basant sur les modèles avec lesquels j'avais été formée, psychodynamique, systémique, narratif, voir cognitif. Et pourtant, il me semblait que ce n'était pas suffisant. Il me fallait chercher de nouveaux modèles, ailleurs que dans les livres.*

Ainsi, alors qu'elle ne savait pas ce qu'était un chamane, une amie lui propose de rencontrer une chamane aztèque lors d'un week-end en France.

Le cas de Sabine semble toutefois légèrement différent. En effet, elle n'avait auparavant jamais ressenti des choses. D'ailleurs, elle explique qu'elle a toujours été rationnelle mais que ça lui ait *vraiment tombé dessus*, après avoir eu une grave infection et être resté dans un coma pendant 40 jours.

Une fois réveillée de son coma, Sabine se retrouve sans repère pour interpréter ce qu'elle a vécu lors de celui-ci. Ci-après, Sabine nous dévoile son expérience :

*Je ne comprenais pas ce qu'il m'arrivait, j'avais des visions. (...) Je ne pouvais pas donner du sens à ce qu'il m'arrivait. Je ne sais pas si c'était les drogues. Je sais juste que j'ai entendu des choses, notamment étonnantes. Je sais que j'ai entendu le médecin dire : « elle va mourir ». À ce moment-là, j'ai vraiment eu une vision, qu'on ne peut pas décrire autrement que deux grandes ailes d'anges comme ça, qui se sont mises autour de ma cage thoracique et une voix qui m'a dit : « ne crains rien, tu ne vas pas mourir ». Je ne peux pas expliquer ce qu'il m'est arrivée, mais je sais que ça a fait partie à un moment de mes visions. (...) Enfin c'était complètement hallucinant. Donc, il y avait un peu de tout dans ces visions, je ne pouvais pas trier, je pouvais pas comprendre. Quand je me suis réveillée (...) 40 jours après, dans un état physique complètement épouvantable. (...) J'ai commencé à un petit peu parler en disant : « il m'est arrivé des drôles de choses dans le coma ». On m'a envoyé un psychiatre. On m'a dit troubles post-traumatiques, hallucinatoires. Je me suis dit : « ici tout va bien, tu vas bien. Tu n'en parles à personne parce que c'est impossible, personne ne peut entendre ce que tu vas raconter ». Donc j'ai gardé ça. Ne sachant toujours pas ce qu'il m'est arrivé. Mais il y a eu un effet secondaire psychologique. J'avais vraiment l'impression que je n'étais pas revenue, que j'étais morte. Physiquement ça se voyait, j'avais l'air d'une vieille femme, j'avais l'air complètement éteinte comme si en réalité, j'avais perdu mon étincelle de vie.*

Cette expérience et ce sentiment de ne pas être revenue, vont encourager Sabine à prendre en compte d'autres façons de percevoir l'Homme. Ainsi par les conseils d'une amie, elle va rencontrer en Belgique Claude et Noel Poncelet, deux praticiens en chamanisme qui ont appris aux Etats-Unis avec Michael Harner.

Nicole quant à elle, n'exprime pas de ressentis étranges, mais raconte avoir été déçue par ses études de psychologie, car *s'il y a bien un mot qu'on a jamais prononcé, c'est le mot âme*. Dans cette *quête d'âme*, Nicole va commencer alors, à s'intéresser à d'autres formations, qui vont petit à petit l'amener à découvrir le chamanisme.

### *3.1.3 Questionnement par rapport à la pensée rationnelle occidentale et la psychologie clinique*

Dans le point précédent, nous avons mis en évidence que les psychologues interviewés ont vécu des situations personnelles qui les ont encouragés à élargir leur cadre de référence. Il s'agit notamment d'un sentiment d'inadéquation par rapport à la rationalité moderne, de vécus étranges qui ne trouvaient pas de réponses selon la pensée rationnelle occidentale, ou d'attentes non comblées, après avoir réalisé leurs études de psychologie. À cela s'ajoutent une remise en question par rapport aux valeurs de la culture occidentale et à la psychologie clinique, qui ne fait qu'accentuer la nécessité de découvrir d'autres façons de concevoir le monde et les pratiques de soins.

Tout d'abord, Dominique avance qu'une des caractéristiques de la société occidentale concerne le fait que les occidentaux se sont coupés d'eux-mêmes. Elle donne deux principales explications. La première concerne le fait que *dans nos cultures, on nous a surtout appris à être de bonnes éponges, on nous a appris à lire dans le regard de l'autre ce que l'autre attend de nous et à répondre à cette demande*. La seconde découle de la première, en effet puisque ce qui est catégorisé comme « bien adapté » provient du regard extérieur, l'environnement incite à donner plus d'importance au regard qui est porté sur soi, qu'à son propre ressenti ; son intuition. Cela impacte grandement sur le bien-être de la personne. Elle continue :

*Nous sommes beaucoup trop enfermés dans des murs et des maisons, nous courrons après le temps et nous n'avons plus le temps de nous déposer, d'être dans l'instant présent. (...) Par ailleurs, dans cette société de consommation on nous enseigne que les bons repères sont les repères extérieurs. On ne nous a pas appris à faire ce voyage à l'intérieur de nous-mêmes et c'est pour ça qu'il y a tellement d'anxiolytiques, d'antidépresseurs et de craquages au fil du temps.*

Dès lors, l'individu n'apprend plus à se faire confiance. Ce contexte a pour conséquence de minimiser des éléments comme l'intuition, l'imaginaire, les perceptions et tout ce qui fait partie de l'individu lui-même et qui crée sa singularité. Elle explique :

*Donner du crédit à ce que tu sens, à ta perception, à ta sensibilité et donc à la limite, c'est naturel. À la naissance on est tous avec ce quota là, mais comme on est dans une culture où on ne donne pas de crédit à l'intuition et où l'on doit correspondre au schéma qui nous est donné (...).*

Par ailleurs, pour les psychologues cette dépréciation de l'intuition ne se retrouve pas seulement dans le fait que les occidentaux ne prennent pas le temps d'être à soi, elle se jouerait également dans le cadre de la psychologie clinique, et en particulier lorsque les psychologues ont recours à un système de connaissance axé sur le mental et la parole.

Or, rappelons que nous avons vu dans l'histoire de l'évolution des sciences, que la rationalité est une des valeurs subalternes de la science sur laquelle s'est fondée la société occidentale ainsi que les différentes pratiques de soins comme la médecine et la psychologie. De même, nous avons également énoncé précédemment que la parole est un des principaux outils utilisé lors des psychothérapies.

Dès lors, les psychologues en viennent à se questionner sur les méthodes cliniques qui accordent une place importante au mental et à la parole, émanant elles-mêmes de la pensée scientifique. Ainsi, dans ce contexte, les psychologues nous exposent les risques d'avoir recours uniquement à cette démarche, notamment au travers de l'utilisation des théories psychologiques.

Selon Julien, en Occident *la connaissance est fortement liée à l'état de conscience verbal-mental* et la plupart des courants psychologiques (sauf l'hypnose, et en partie la systémique) prône un état ordinaire de conscience. Ce que Julien qualifie *d'état de « monsieur tout le monde », dans le mode bêta. Bêta c'est une fréquence cérébrale qui est le mode « problem solving », un état de conscience basé sur la résolution de problème.* Généralement en clinique, les thérapeutes qui pratiquent dans cet état, vont travailler par hypothèses, *comme s'il fallait d'abord savoir pour pouvoir, comme s'il fallait toujours réfléchir à l'avance à ce que l'on va pouvoir faire...*

Julien mentionne entre autres, que pratiquer de cette façon comporte plusieurs risques. Premièrement, cette démarche peut *colorer le réel*. C'est-à-dire, qu'en voulant vérifier ses hypothèses de départ, les perceptions et les croyances du thérapeute peuvent influencer le réel et le patient. Il explique : *le thérapeute a tendance à vérifier ses théories dans sa pratique clinique pas parce qu'elles sont vraies, mais parce que le réel et le patient ont été soumis quelque part à sa vision des choses, à ses croyances.* Deuxièmement, dans le cas où le thérapeute interpréterait uniquement le comportement d'un individu en fonction de théories thérapeutiques, cela peut amener le psychologue à avoir une vision réduite de l'individu. En effet, Julien explique qu'*avoir une grille d'analyse trop rigide nous fait courir le risque de ne pas rencontrer la personne, de n'appliquer en fin de compte qu'une procédure standardisée...*

Nicole semble également en cohérence avec les deux idées avancées par Julien. En effet, pour celle-ci, *notre cerveau au fond n'est pas très objectif, il cherche toujours à se repérer dans le monde donc il va vers quelque chose qu'il connaît, plutôt que quelque chose qu'il ne connaît pas.* Dès lors, comme le mental a tendance à se rattacher à ce qu'il connaît tel que des théories, ce dernier risque d'influencer la perception qu'il a de l'individu et de sa réalité, et par conséquent, de limiter l'individu. Elle complète :

*Quand on fait appel à des théories psy et autres, on a besoin d'un savoir, mais le savoir n'est jamais la vérité, ni la réalité de la personne. Le piège c'est de vouloir ramener la personne à ce qu'on sait, ça c'est le boulot du mental. Il est tellement habitué à ramener à quelque chose qu'il connaît, ou à cette théorie ou autre que ça fige, parce qu'on ne peut voir de la personne qu'un aspect qui colle à la théorie, qui colle à ce qu'on connaît.*

De même, rattacher à des situations ou des théories que l'on connaît, peut également impacter sur la manière d'intervenir avec un patient parce que, le mental peut *faire état de « faudrait que j'aie vu là » ou « ça doit être ça sûrement ».*

Par ailleurs, Claire ajoute qu'avoir recours à des théories, au mental et au verbe risque d'enfermer tant le thérapeute que le patient, dans un système de pensées, dans une manière de faire. Elle explique :

*Je sentais que la parole, le mental n'étaient pas les bonnes portes d'entrée pour approcher l'âme de cette jeune femme. Mais elle et moi étions prisonnières des cultures qui nous avaient fabriquées : moi, formée comme psychologue occidentale et payées par un système pour faire ce métier, avec la parole comme outil de travail et elle, envoyée par le même système qui lui avait appris à se décrire comme droguée, déprimée, anxieuse.*

Ci-dessus nous avons mis en lien le rôle du mental avec le thérapeute. Toutefois, Julien et Dominique nous informent également qu'avoir recours principalement au mental et au verbal, peut également mettre à mal le rétablissement du patient et minimiser le changement chez cet individu. En effet, Dominique explique :

*Quand la compréhension d'un processus ne passe que par le mental, c'est une construction mentale qui n'induit aucun changement concret. Pour que le changement soit intégré, il faut qu'il y ait une sensation corporelle associée à la pensée. Une sensation de grandir, de mieux respirer, de se rassembler, d'être plus fort, d'être plus doux quelle que soit la sensation. Il faut une sensation associée à la pensée. C'est ça qui permet de faire la différence entre la construction mentale ou l'intégration du changement.*

De même, Julien rejoint Dominique en disant :

*Ventiler ainsi émotionnellement, mais ça ne règle rien. (...) En général ça ne suffit pas, de comprendre pour libérer... Parce que comprendre ce n'est qu'une partie de l'être (la conscience mentale). Si tu as compris au niveau intellectuel, cela ne veut pas dire que t'as lâché au niveau du corps, la thérapie purement verbale, ça ne joue pas sur les différents plans...*

Dès lors, selon les différents psychologues, si les thérapeutes s'appuient lors de leurs suivis essentiellement sur des outils émanant d'une recherche de connaissance basée sur le cérébral (théories, catégorisations, écoles psychologiques) et s'ils ont principalement recours à la parole et la réflexion mentale pour initier un changement chez le patient, cela cadre la thérapie et n'encourage notamment pas l'utilisation de l'imaginaire, de l'intuition ou de l'inconscient.

Selon Dominique cette minimisation de l'imaginaire s'explique par le fait que la société occidentale n'y accorde pas d'intérêt. Elle annonce : *chez nous l'imaginaire c'est du vent, alors que pour les traditions chamaniques, c'est la voie d'accès au plan non ordinaire, c'est-à-dire à l'énergie qui anime la matière. Changer l'imaginaire, c'est changer le regard qu'on porte sur soi-même et sur le monde.*

Julien quant à lui, trouve qu'il faudrait laisser *l'inconscient s'exprimer* lors des thérapies, car l'inconscient offre une perception en dehors du mental. Julien parle de la psychologie académique et rapporte que *la psychologie académique manque clairement de symbole voire même de fantaisie en voulant trop faire science.*

En conclusion selon les psychologues, la pensée scientifique occidentale et la plupart des psychothérapies<sup>14</sup> qui en découlent, mettent bien souvent en avant une recherche de connaissance basée sur des méthodes pragmatiques qui n'encouragent pas l'utilisation de l'intuition, l'imaginaire et l'inconscient pour faire face à certaines situations. Au contraire, la psychothérapie a plutôt recours à la réflexion mentale en vue d'élaborer des hypothèses, pour appréhender la connaissance de l'individu et ensuite façonner des théories. Toutefois, selon les psychologues cette démarche n'est pas sans risque, car elle influencerait les interventions du thérapeute, réduirait la perception de l'individu, ce qui impacterait sur le processus de changement du patient.

Ainsi, une des conséquences de cette situation s'établit dans la difficulté d'envisager d'autres façons de prendre soin de l'individu que celles mises en avant par la société occidentale. Claire développe :

*[En parlant d'une perte d'âme au niveau chamanique] : Cette perte d'âme, personne dans notre système culturel ne sait ni la voir, ni la soigner. Pire, éduqué dans et par le système occidental, son système de pensées à lui [au patient] l'empêche aussi de jamais pouvoir penser sa pathologie sous cette forme.*

Dans la suite de la partie pratique, nous verrons que les psychologues se sont inspirés de la pratique chamanique pour pallier aux inconforts qu'ils ressentaient dans la thérapeutique occidentale. Entre autres, ils vont accorder plus d'importance à l'intuition et envisager une vision plus globale de l'individu, en ne se centrant par uniquement sur le mental et la réflexion mais également sur le corporel, l'imaginaire et ce qu'ils nomment l'énergétique.

#### 3.1.4 Affinité spécifique pour le chamanisme

Dans leurs tentatives de découvrir d'autres façons de prendre en compte l'Homme et le soin, des psychologues ont décidé de découvrir pleinement le chamanisme. Dès lors, qu'est-ce qui les poussent à s'arrêter précisément sur le chamanisme ? Pour la plupart des psychologues, deux facteurs semblent rentrer en jeu. Le premier pourrait s'expliquer par un évènement qui induit ce que Julien nomme un *paradigme shift*. Tant dis que le second facteur, naît d'un désir progressif au fur et à mesure d'être au contact des cultures chamaniques.

---

<sup>14</sup> Notre propos est évidemment à modérer, il ne s'agit pas de toutes les psychothérapies. Pensons notamment à la psychanalyse.

D'une part pour Julien, Claire et Sabine, il semblerait que l'expérience chamanique qu'ils aient vécue soit inconcevable par la pensée rationnelle occidentale, mais trouve des explications dans la pratique chamanique, ce qui les incitent dès lors, à s'intéresser pleinement à cette pratique. En effet Julien par exemple, a fait face à l'impuissance médicale lorsque sa fille est tombée malade quand il vivait au Népal. Il a donc décidé d'aller voir un chamane. Il explique :

*Ma fille, alors âgée de 1 an et demi, était tombée gravement malade. (...) En une semaine, elle avait perdu près de 2 kilos... elle était fortement déshydratée... Les médecins occidentaux (dans une clinique type américaine pour expatriés) n'arrivaient pas à la soigner, malgré les différents traitements successivement prodigués, à chaque fois sans effet. Au bout de dix jours d'un tel enfer, on nous préparait finalement au pire (...) Mais quand j'ai vu le médecin devenir blanc de peur en nous disant que nous pouvions l'appeler à n'importe quel moment même la nuit, j'avais compris que nous ne pouvions plus compter sur eux... que nous faisons fasse à l'impuissance médicale... Désespérés, on a été voir sur le champ un chaman... et là, grande surprise, en un « claquement de doigt » (au sens littéral), c'était fini. Ma fille est descendue de chez lui pleine d'énergie pour se ruer sur de la nourriture qu'elle a ingurgitée d'une traite. (...) ma jeune fille ne partageait nullement le référent culturel de cet officiant, elle était physiquement présente lors du rituel mais clairement pas consciente de ce qui se passait, des enjeux, ni de la raison pour laquelle nous étions là.*

*Concrètement, le chamane, il a juste soufflé un mantra dans du riz qu'il a mis dans le biberon de l'enfant et c'était fini, non seulement fini mais fini tout de suite. Ça a été pour moi l'événement qui a forcé un « paradigm shift » (car événement non-intégrable ou intelligible dans mes référents culturels occidentaux).*

*Cela m'a amené à dire « guru » à cet humble homme qui venait apparemment de sauver ma fille alors qu'elle était, semble-t-il, condamnée selon mon système d'appartenance, impuissant face à ce cas. J'ai d'ailleurs voulu combler ces lacunes en apprenant aux pieds de cette personne pendant 1 an...*

Sabine quant à elle, s'initie au chamanisme en suivant les stages donnés par Claude et Noëlle Poncelet. Lors d'un de ceux-ci, elle rencontre une dame qui lui propose de « ramener son âme ». Lorsque celle-ci lui explique ce qu'elle a vu et fait quand elle était dans un état modifié de conscience pour récupérer son âme, il s'avère que cela coïncide parfaitement avec les visions que Sabine avait lors de son coma. Après cet événement, Sabine a le sentiment d'aller mieux et ce de manière fulgurante. Elle développe :

*Tout le monde autour de moi l'a vu, tout le monde me demandait ce que j'avais fait, ce qu'il m'était arrivé... Je suis rentrée dans le cabinet de mon médecin traitant qui m'a dit : « qu'est-ce que vous avez fait ? » j'ai dit : « juste un petit truc énergétique » il a dit : « je ne sais pas ce que vous avez fait, mais en tout cas... » Donc tout le monde a vu, tout le monde a vu qu'il y avait quelque chose qui était entre guillemet revenu. Là je me suis dit : « okay, cette fois-ci c'est bon, ça c'est vraiment pour moi » et donc j'ai été me formée au recouvrement d'âme (...) Depuis 2002 je n'ai jamais cessé d'apprendre les soins chamaniques, d'aider, de pratiquer et donc j'ai fait tous les séminaires des Poncelet. J'ai rencontré d'autres pratiquants en chamanisme. J'ai fait des cérémonies etc...*

De même, après avoir été initiée par le chamanisme aztèque lors d'un weekend, Claire décide de mettre en pratique ce qu'elle a appris avec une de ses patientes. Au départ, elle n'avait pas prévu de réaliser des soins chamaniques, mais suivant son intuition le matin même, elle décida de couper des hortensias et de réaliser son premier rituel.

Ci-dessous, elle mentionne son ressenti, après avoir réalisé le rituel :

*La profondeur de ce dont j'allais être témoin fut un moment charnière où quelque chose de l'édifice occidental qui m'avait construite allait commencer à se fissurer. Quelque chose de plus grand, de plus fort s'était passé, qui ne relevait pas uniquement de nos constructions symboliques ni de la façon dont j'avais cru intervenir.*

D'autre part, Nicole et Dominique mentionnent qu'elles se sont retrouvées dans le chamanisme, parce qu'elles se sentaient en adéquation avec ces idées. En effet, alors que Nicole suivait une formation sur les énergies subtiles, elle raconte :

*[En parlant du formateur] Lui il travaillait avec la nature et dans la dimension du cœur. Là pour moi, ça a été comme si le ciel s'ouvrait, comme si enfin tout ce que je percevais quand j'étais enfant, commençait à prendre sens, quelque chose qui me parlait.*

Ainsi, elle prit la décision de continuer dans cette voie et de s'initier au chamanisme, avec Claude et Noëlle Poncelet.

De même, Dominique explique que son envie de mieux comprendre le chamanisme s'est fait au cours de ses voyages, parce qu'elle était considérée comme une personne entière, elle continue :

*« J'ai mis longtemps à comprendre pourquoi j'étais bien là-bas et mal quand je revenais, ou moins bien. En fait je me suis rendu compte que dans ces traditions, pas les grandes villes mais les tribus forestières, les petits villages, etc., qu'en fait, (...) quand tu arrives, c'est comme si on te perçoit à travers la beauté qui t'habite, en lien avec ce que tu es réellement, profondément. C'est très agréable, parce qu'on se sent tout de suite accueillie, reconnue, dans ce qu'on est profondément et réellement. »*

En résumé, selon les différents psychologues, l'attrait pour la pratique chamanique semble être au cœur d'un processus qui s'illustre d'abord, par une expérience personnelle qui ne trouve pas d'écho selon la pensée rationnelle occidentale et qui par conséquent, les incite à chercher des éléments de réponse autre part. Ensuite, il y a une remise en question de la méthode utilisée en psychothérapies qui ne fait qu'accentuer ce désir d'aborder d'autres conceptions du soin. Enfin, c'est au travers de leurs recherches, que les psychologues finissent par trouver appui en abordant le paradigme chamanique.

Maintenant que nous avons mis en évidence les motivations des psychologues à s'investir dans la pratique chamanique, nous allons détailler comment ceux-ci allient la pratique chamanique avec la pratique psychologique lors de leurs entretiens.

### 3.2 EN PRATIQUE : INTÉGRATION DU CHAMANISME EN PSYCHOTHÉRAPIE

Selon les psychologues, la psychologie clinique implique dans sa méthodologie, un rapport à la parole et à la compréhension des événements pour induire la libération des événements traumatiques. Cela se confirme également dans ce que nous avons avancé au cours du chapitre premier, alors que nous présentions les éléments connexes aux différentes psychothérapies. Or, dans les traditions chamaniques, la parole et la compréhension verbalisée des événements ne sont pas prépondérants. Dès lors, deux modes de fonctionnement semblent se dresser et de ce fait, complexifie l'intégration des deux pratiques.

En effet, Nicole explique que la difficulté de suivre un rituel chamanique traditionnel en tant qu'occidental, réside dans le fait que les chamanes ne donnent pas d'explication à celui-ci. Elle ajoute : *chez des chamanes purs et durs, pour eux c'est évident que c'est comme ça et donc ils n'en parlent pas, ils n'expliquent rien. Evidemment nous, occidentaux, on est très frustrés.*

Par ailleurs, Sabine ajoute que si les chamanes ne s'expliquent pas au sujet de la pratique chamanique, c'est parce qu'ils ont suivi un enseignement lors duquel, eux-mêmes ne recevaient pas d'explication. Elle complète :

*Traditionnellement, les pratiquants chamaniques, ceux qui sont reconnus chamanes quand ils font des initiations dans les pays d'origine (...), rien n'est expliqué, ça dure des années et c'est par la pratique. Alors bien évidemment, ce n'est pas pour notre culture, ça ne va pas, ça ne respecte pas notre désir de comprendre (...).*

De même, Julien nous fait part de sa difficulté de parler de la pratique chamanique, tant qu'on ne l'a pas soi-même expérimenté. Il rapporte :

*Traditionnellement, les chamanes, ils ne parlent pas, ils n'analysent pas d'où ma difficulté à t'expliquer ma démarche qui ne m'a pas été véritablement expliquée non plus par mes « maîtres ». Les chamans, ils chantent plutôt... ils pratiquent, ils sont dans le faire, dans le pragmatisme qui permet d'agir sur et par « l'envers du décor ». Mais ce dernier ne peut fondamentalement être révélé que dans l'expérience intérieure, intime... c'est un peu (disent les Tibétains) comme demander à un muet de décrire le goût du miel à quelqu'un qui n'aurait jamais goûter ce nectar... Il ne te reste donc plus qu'à...*

Ainsi, nous remarquons déjà qu'intégrer le chamanisme à la pratique clinique occidentale confronte deux fonctionnements qui se mettent en œuvre de façons distinctes. L'un est plus axé sur la parole et la compréhension des événements, alors que l'autre s'appréhende par la pratique, et par conséquent, par une connaissance implicite.

Dès lors, comment ces psychologues arrivent-ils à associer le chamanisme au cours de leurs entretiens psychologiques ? Lors de cette partie, nous mentionnerons deux méthodes de travail qui semblent essentielles chez chacun des psychologues. En effet, tous semblent minimiser la participation du mental et interagir sur plusieurs facettes de l'individu. Ensuite, nous nous attarderons plus en profondeur sur la méthode utilisée lors de la réalisation des entretiens ainsi que sur la place qu'occupe le thérapeute et le patient durant les séances.

### 3.2.1 *Minimiser l'investissement du mental*

Précédemment, nous avons mis en évidence le fait que les psychologues se sont questionnés sur le fonctionnement verbal-mental principalement utilisé lors des psychothérapies. Ces interrogations se retrouvent également au cœur de la manière dont ils intègrent les pratiques chamaniques à leur pratique clinique. En effet, les psychologues vont justement essayer d'atténuer l'investissement du mental et de la réflexion logique pour promouvoir l'intuition, les ressentis corporels et émotionnels. Cela tant chez le patient que chez le thérapeute.

Tout d'abord, se mettre dans un état d'esprit où le mental est moins présent permet au thérapeute entre autres, de favoriser le processus d'état modifié de conscience qui encourage le psychologue à agir de manière intuitive par rapport à ce qui lui semble adéquat de faire ou de dire au patient. En effet, Julien explique que *la base, que ce soit la transe hypnotique ou chamanique, c'est la relaxation du corps, la détente du corps et le calme mental. La relaxation et la concentration sont la piste de décollage et d'atterrissage de la méditation profonde, mais de l'hypnose aussi.* Il adopte donc une manière de travailler lors de laquelle il tente de ne pas privilégier le mental, au risque de ne pas toujours comprendre la portée de ses actes, et cela dans le but de favoriser son intuition. Il développe : *bien souvent, on peut faire de grandes choses sans trop savoir pourquoi on les fait comme si poussés par une force, une intuition, un pressentiment diraient certains (...).*

Les dires de Julien sont complétés par les explications de Nicole, selon lesquelles lors d'un travail chamanique, la compréhension intelligible n'est pas toujours possible, d'où l'importance de suivre son intuition.

*Dans le voyage chamanique de guérison, quand on va voyager pour quelqu'un. On va aller demander un diagnostic ou qu'est-ce qu'il faut faire, on reçoit une réponse qu'on ne comprend pas toujours nous-mêmes. C'est notre mental évidemment qui ne comprend pas. Il ne décrypte pas du tout pourquoi on nous demande de faire ça.*

*Si on le pratique, alors la personne souvent va vous dire « mais oui, je me sens mieux, maintenant je fais ci, je suis plus ouverte à ça ». Ou bien, parfois ça lui parle tout simplement parce qu'elle reçoit l'information, elle reconnaît quelque chose en elle et alors elle peut, mettre des mots dessus. Le plus souvent, le chamane ne sait pas toujours ce qu'il fait. Ça paraît bizarre mais c'est le côté intuitif des choses. On est dans un autre monde. On est dans un monde un peu plus quantique je dirais.*

Enfin, pour tenter de mieux comprendre cette méthode de travail qui accorde une grande importance à l'intuition, Claire nous éclaire un peu plus sur son état d'esprit lors de la transe chamanique :

*Je ne vois rien et ne sens rien de particulier non plus. Je suis juste guidée à faire ces gestes. (...) Ainsi, bien que mes gestes chamaniques semblent guidés et complètement intuitifs, je suis capable au même moment de prendre des décisions tout à fait rationnelles. Des pensées très pragmatiques peuvent me venir à l'esprit telles que : « bon, c'est bien joli, ça, mais la séance finit dans dix minutes.*

Ensuite, en ce qui concerne le patient, le thérapeute va lui permettre de s'*habiter*, d'*être plus au cœur de lui-même*, et par conséquent d'engendrer un processus de changement se centrant sur d'autres outils que ceux issus de la réflexion mentale. En effet, Julien explique que *le but c'est de les faire sortir du mental, je tente de les amener à se relaxer au mieux sinon, ils vont juste radoter...* Ainsi, l'objectif est de s'écarter du mental pour entamer un processus de changement qui implique le corps, les sensations. En cela Julien se rapproche de la méthode de Dominique, Nicole et Sabine.

Pour Dominique, les occidentaux ne prennent plus le temps d'être avec eux-mêmes, car ils doivent constamment s'adapter aux demandes de la société et à l'autre pour paraître. Dès lors, il s'agit de permettre à ses patients de se déposer, d'aller à la rencontre de soi pour renouer un lien avec soi-même. Cela implique de s'écarter du mental et d'être plus à l'écoute de ses propres sensations, d'*être en cohérence avec soi-même*. Dans ce contexte, elle propose à ses patients de se rendre ensemble en forêt, au contact de la nature. Elle explique :

*C'est-à-dire qu'on sort du mental. D'abord la personne, quand c'est un adulte, elle prend sa voiture pour aller en forêt. La personne est au volant de sa voiture comme elle est au volant de sa vie. Quand c'est un enfant, on va avec ma voiture ou celle des parents. Dans la nature, on est debout, on marche, on est dans son corps, on se met en mouvement, on est à l'écoute de ses sensations, c'est comme si on va utiliser un autre monde. On va être dans son corps et moins dans sa tête. Ça permet de privilégier plus la sensation et moins la construction mentale. Sortir des murs des maisons, pour aller dehors et se mettre en lien tout ce qui nous entoure, éveiller nos sens : auditif, visuel, olfactif, kinesthésique, gustatif en lien avec notre pensée. C'est ça la démarche chamanique.*

De même, selon Nicole, *notre société est coupée, elle s'est coupée du corps, de toute cette dimension de reliance*. Ainsi, elle lui semble également nécessaire d'éloigner l'individu de son mental et de renforcer les sensations et les émotions de celui-ci. Elle complète :

*Moi, je travaille à faire sentir le corps aux gens, à faire sentir leurs sensations parce que ça parle beaucoup plus vite que le mental. Il y a des choses qui vont court-circuiter un peu toutes les croyances, ou les idées qu'on a sur soi, ou sur la situation. Quand on se met à sentir la personne, quand la personne commence à se sentir elle-même et que les choses commencent à lui parler parce que ce qu'elle évoque réagit au niveau du corps et des émotions et tout ça. Si on commence à parler de ça, elle est déjà plus au cœur d'elle-même.*

Sabine quant à elle, explique que la parole n'est pas au premier plan lors de ces entretiens. En travaillant avec des enfants traumatisés, elle a appris que la parole n'était pas l'outil le plus adéquat pour interagir avec eux. Dès lors, elle développe sa façon de faire :

*Avec certains enfants je vais leur dire : « écoute, je vais jouer du tambour ; parce que le tambour ça permet de s'ancrer, de sentir les vibrations et la terre, alors je vais jouer un peu de tambour, juste ça et tu vas me dire ce qui se passe ». Ce n'est pas « voilà je vais vous faire un soin chamanique » non je ne fais rien, mais j'utilise une sensibilisation.*

Ainsi, selon les psychologues, atténuer la participation du mental permet au patient de se rapprocher de lui-même, de ses sensations et dès lors, d'introduire une démarche de changement différente que celle établie sur la parole.

### 3.2.2 *Intervenir globalement sur l'individu*

Si les psychologues prennent l'initiative de se détacher du mental, c'est également parce qu'ils promeuvent une vision globale de l'individu. Dès lors, ils vont mettre en place des méthodes qui agissent sur différents aspects de l'être et par conséquent, privilégier un processus de changement qui s'appuie sur ces différentes facettes.

C'est pour cela qu'en favorisant la rencontrer de soi-même, en allant en forêt, Dominique allie le plan émotionnel, sensitif et réflexif. Par ailleurs, Elle mentionne notamment que :

*Pour recréer du lien avec soi-même. Tous les modes sont bons, (...). On peut le faire par le biais de nos 5 sens... Dans toutes les traditions spirituelles, tous les modes sont utilisés. Il y a l'imaginaire, vu qu'on va visualiser les divinités, il y a l'auditif, puisqu'il y a des chants, des musiques. Il y a l'olfactif puisqu'il y a des encens etc., il y a le kinesthésique puisqu'on va tourner les pages, égrainer un chapelet ou un Mala, il y a même des rituels où tout le corps est en mouvement. Ce qui est intéressant c'est d'utiliser tous les modes.*

Ensuite, selon Nicole, *le chamanisme a une dimension beaucoup plus inscrite globalement.* Dans cette optique, elle explique à ses patients qu'elle travaille *avec le corps, avec les émotions, avec l'esprit et avec l'âme.*

Par ailleurs, pour Claire l'individu se développe au travers de ce qu'elle nomme : les quatre niveaux de manifestation (corps, mental, imaginaire/mythique et énergétique). Durant le travail chamanique, elle réunit ces 4 niveaux.

Voici son explication concernant ceux-ci :

*Dans l'univers, il existe quatre niveaux de manifestation. D'abord le corps. Vous voyez, aujourd'hui vous avez mal à la tête : le corps, la matière est le premier niveau. Ensuite, il existe le niveau mental : nous communiquons, nous parlons, il s'agit de nos concepts, notre langage, par exemple, je raconte votre histoire avec des mots, et les pensées que vous entretenez sur vous. (...) Il existe ensuite le niveau imaginaire et mythique. Ce sont nos rêves, les images, notre culture... Et enfin, il existe un niveau énergétique. Tout est énergie : en fait, ce niveau contient tous les autres. Nous, les êtres humains nous fonctionnons avec ces quatre niveaux, et notre histoire est une danse permanente entre ces quatre niveaux.*

Pour finir, Julien met en avant la nécessité de trouver une psychologie *intégrative*, capable d'agir sur différentes facettes de l'individu. Il complète :

*J'apprécie ainsi personnellement les traditions amazoniennes par exemple, qui vont toucher tous les plans en même temps : corps physique, émotionnel, énergétique, spirituel. Tant qu'on n'aura pas une psychologie intégrative comme ça et même reconnue officiellement, je pense qu'on trompera les gens.*

Ainsi, d'une part, les psychologues prônent une vision globale de l'être humain. D'autre part, ils encouragent le patient ainsi qu'eux-mêmes, à ne pas se fier complètement à leur mental et à être également ouvert aux sensations, à leur instinct et à ce qui se passe dans l'ici et maintenant. Après avoir mis en avant ces deux idées, nous pouvons à présent rentrer plus en profondeur dans la démarche d'intégration entre la pratique psychologique et la pratique chamanique.

### 3.2.3 En entretien

Les psychologues qui ont décidé d'intégrer la pratique chamanique avec la pratique psychologique ont finalement une méthode assez semblable. Néanmoins, la méthode dont Dominique à recours est légèrement différente ; c'est pourquoi, nous ne l'expliquerons qu'après avoir présenté celle des 4 autres psychologues.

Nous avons déterminé trois étapes lors d'un travail psycho-chamanique. Premièrement, les psychologues réalisent un entretien psychologique qui consiste à rencontrer l'individu et à le préparer à un éventuel travail chamanique. Deuxièmement, les psychologues effectuent le travail chamanique. Troisièmement, un entretien psychologique est réalisé pour permettre d'intégrer le travail chamanique.

Entretien psychologique pour introduire au travail chamanique

Au départ de tout travail chamanique, Julien nous annonce que le chamane *rencontre avant toute chose la personne*. Dès lors, dans cet optique, les psychologues réalisent des entretiens au préalable qui leur permettront d'abord, de rencontrer la personne et ensuite, de déterminer s'il est nécessaire de réaliser un travail chamanique.

Ainsi, nous présentons dans cette partie, comment les psychologues introduisent à leurs patients l'idée d'un travail chamanique. Dans un second temps, si le thérapeute et le patient sont d'accord pour réaliser un travail chamanique, le psychologue se doit alors, de tout mettre en œuvre pour faciliter ce travail.

Nicole souligne l'importance de rencontrer la personne dans son parcours actuel et d'analyser la demande de celle-ci. S'il y a éventuellement une *dimension plus subtile*, Nicole peut proposer d'entamer un travail chamanique. Pour se faire, il est avant tout nécessaire d'identifier si la personne souffre d'un trouble qui concerne « l'âme ». Selon Nicole, cela concerne des interrogations par rapport au sens de la vie ou si l'individu évoque qu'il ne sent plus lui-même. Un travail chamanique peut éventuellement se réaliser si la personne explique qu'elle a déjà tout essayé pour faire face à ses problèmes, mais que rien n'a fonctionné, ou encore si c'est en lien avec des deuils ou des personnes décédées. Ensuite, après avoir identifié si un travail chamanique pouvait éventuellement être adéquat, le thérapeute se centre sur l'alliance thérapeutique.

Nicole nous fait par plus en détail de ses premiers entretiens :

*Je laisse parler la personne, j'écoute ce qu'elle dit et j'écoute aussi si elle est prête à, si éventuellement elle peut entendre où elle en est. L'idée c'est de rencontrer d'abord la personne là où elle est. (...) Puis de voir un peu, en la rencontrant plusieurs fois et en travaillant ne fus-ce-que sur les ressentis ou des choses comme ça... De voir s'il y a une dimension plus subtile. Dans la pratique vous utilisez les deux. Vous utilisez le côté relationnel, parole, comprendre où en est la personne et vous lui offrez aussi l'alliance de travail. L'alliance de travail, ça suppose qu'on se mette d'accord et qu'on soit d'accord plus ou moins où on va, comment on va, avec quels outils. J'explique toujours ça avec la personne.*

En outre, Sabine précise que lorsqu'un patient vient à sa rencontre, elle *propose rarement d'emblée quelque chose de chamanique* à moins qu'il y ait une demande spécifique. Dès lors en fonction de la problématique, elle présente un panel d'outils alternatifs (EMDR, hypnose Eriksonienne, constellations, somatic experiencing) qu'elle explique au patient.

Après avoir présenté ces différentes méthodes de travail, deux cas de figure se présentent. Soit la personne ne se sent pas en cohérence avec les outils proposés, soit le patient questionne Sabine sur les tambours qui sont présents dans son cabinet. Selon ces deux options, la psychologue va proposer un travail chamanique ou inciter l'enfant à utiliser sa sensibilité (frapper sur les tambours). Dans le cas où le patient s'intéresserait aux pratiques chamaniques, voici notamment comment Sabine l'introduit à celui-ci :

*Il existe un soin traditionnel – je ne dis pas chamanique – traditionnel, ancestral qui permet vraiment de chercher cette partie qui vous manque. Est-ce que ça vous intéresse ? Est-ce que vous aimeriez recevoir ce soin, tenter cette expérience ?*

Julien rejoint Sabine en affirmant qu'*en consultation, c'est plutôt rare au final de mettre sur pied un dispositif chamanique traditionnel*. Néanmoins, il remarque que même s'il ne pratique pas toujours le chamanisme, il l'utilise régulièrement au travers d'autres techniques thérapeutiques. En effet, il complète :

*Il est évident que le chamanisme, comme dans ta question : comment en êtes-vous arrivé à l'utiliser dans votre pratique de soin, je ne le fais pas avec tout le monde tout le temps, mais quelque part je le fais tout le temps ne fût-ce qu'implicitement, en filigrane. Donc je vais appliquer cette approche de manière exclusive ou complémentaire ; en tant que telle, de manière traditionnelle ou à travers des approches plus modernes comme avec les outils que sont la résonance systémique. Cette approche va donc de toute façon avoir un écho sur une façon de travailler qui soit plus émotionnelle, corporelle que mentale, et au niveau du thérapeute, plus de l'ordre de l'intuitif...*

Ensuite, pour déterminer si un travail chamanique peut éventuellement se mettre en place, Julien questionne le patient : « *est-ce que pour vous le 'monde invisible ou spirituel' a du sens, est-ce quelque chose de tangible, quelque peu du moins ?* ». L'objectif de cette question est de *s'adapter au mieux au référentiel du patient sans essayer pourtant de le changer*. Selon Julien, souvent les patients sont soulagés par cette demande, car alors ils se sentent plus libre de parler de ce sujet, en particulier en ce qui concernent leurs proches récemment décédés.

Enfin, pour Claire également, avant de proposer un travail chamanique, il s'agit de questionner son patient en lui demandant : « *Pourquoi sommes-nous sur terre ?* ». À partir de cette interrogation, elle tente de traduire en termes chamaniques, le mal-être que le patient ressent. Elle souligne que c'est par rapport à cette phrase qu'elle peut *définir comment la personne se conçoit dans le monde* et adapter son explication. Elle ajoute :

*[Je] vais pouvoir traduire le concept de perte d'âme. (...) Ce qui est intéressant cliniquement, c'est de savoir si expliquer le vide que cet homme ressent par le concept de perte d'âme résonne pour lui. Il gagne alors un potentiel thérapeutique en soi, car il pourrait se l'approprier.*

Par ailleurs, Claire souligne que les premiers entretiens permettent également de préparer la personne à la tradition chamanique, en travaillant par exemple sur l'alliance. En effet, selon celle-ci pour approfondir l'efficacité d'un rituel (ici ramener l'âme d'un patient), il est essentiel que la personne se sente en sécurité et donc de travailler plus en profondeur sur les traumatismes qui pourraient nuire au fait que l'âme ne veuille pas revenir. Elle continue :

*C'est là que le travail psychologique entre en jeu, pour démêler l'histoire post-traumatique et comprendre quelles sont les parties du patient qui ne servent plus et celles qui servent encore. Ce travail dans la relation thérapeutique permet aussi – et peut-être surtout – de créer un cadre rassurant pour que l'âme se sente en sécurité et veuille revenir. [...]*

En résumé, les psychologues notent que réaliser un travail chamanique en tant que tel n'est pas encore très commun. Toutefois, quand ils sentent qu'un travail chamanique est nécessaire, ils vont d'abord voir si la personne est ouverte à cela, en la questionnant sur ses croyances par rapport à l'invisible ou par rapport à comment elle se représente sur terre. Les psychologues peuvent également proposer d'essayer des outils chamaniques, comme les tambours ; ou encore, expliquer en des mots simples ce qu'est un travail chamanique. De cette façon les psychologues initient la possibilité d'un travail chamanique et n'oublent pas de mentionner l'importance de l'alliance entre le psychologue et le patient, en vue de préparer aux mieux ce travail.

Travail chamanique

Le travail chamanique en tant que tel se divise en plusieurs étapes. Lors de la première étape, les psychologues s'induisent dans un état modifié de conscience. Ils se détachent du mental et se laissent guider par leur intuition. En général, lors de cet étape, les psychologues jouent du tambour, un des outils qui favorise la transe chamanique.

Par après, ceux-ci vont émettre une intention claire et précise, en fonction de la demande du patient. Dès lors, ils seront guidés par faire tel geste, tel chant, etc., qui permettra soit d'aller chercher l'âme perdue, soit d'extraire les mauvaises énergies qui ne font pas partie de l'individu, ou d'autres rituels nécessaires au rétablissement du patient. Voici comment les psychologues expliquent leurs démarches.

Ainsi, Julien approfondit :

*Intérieurement, il s'agit d'apprendre à avoir se lâcher prise. En consultation, je me mets dans une forme d'autohypnose. Quand je pratique mon métier, je demande à un « Tiers » de m'assister (que l'on l'appelle Dieu, l'Univers, la Source, etc., peu importe). J'é mets une intention claire, d'être au service. (...) Dans le paradigme chamanique, il est bon de le rappeler, tu t'adresses, tu demandes « là-haut », que toi et le patient soyez épaulés et aidés lors de la consultation elle-même ainsi qu'entre celles-ci. La prière ou l'intention claire, couplée à l'action et l'engagement sincère, est donc fondamentale.*

Par ailleurs, Julien ajoute que le monde réel et le monde invisible *s'interconnectent*. *Ce n'est pas parce qu'on agit à travers de l'autre monde, que ça reste dans l'autre monde.* Dès lors, pour Julien agir dans le monde invisible a un impact dans le monde visible.

Par ailleurs, Nicole souligne l'importance de l'intention et met en avant l'idée que ce qui se passe durant le travail chamanique s'éloigne du contrôle du psychologue. En effet :

*Si on est dans le côté chamanique, tout est ouvert. Vous essayez simplement d'avoir l'intention de découvrir qu'est-ce qui est sa vérité à elle [de la personne], qu'est-ce qui se passe pour elle. Juste. Même si ça ne colle pas du tout à mes convictions à moi, il y a quelque chose qui m'est dit et je le soumets.*

Sabine quant à elle, explique plus en profondeur l'utilisation du tambour. Pour celle-ci, *le tambour va ouvrir un espace de conscience modifié* et elle va lui permettre de *travailler avec l'hypnose, avec l'énergie et aussi avec les mots*. En outre, Sabine nous énonce ci-dessous sa façon de travailler. Mais avant, il est important de mentionner que selon la pratique chamanique à laquelle elle a été instruite, il est nécessaire d'être minimum trois, le praticien chamanique (la psychologue), le patient et un *témoin*, un tiers qui bat le tambour pendant que le praticien chamanique se met dans un état modifié de conscience pour aller chercher l'âme du patient :

*Dans un cercle chamanique, dans un travail chamanique, on se met en cercle. J'ai déjà un autel, il est là. On brûle un peu de sauge. On joue du tambour pour ouvrir le champ, c'est-à-dire sacraliser. Sacraliser ça veut dire quoi : on est dans un espace sacré, éthique, particulier, dans lequel on va faire appel à des forces qui ne sont pas visibles dans le monde ordinaire. Donc on les convoque, on les appelle, on demande leur aide et leur soutien, on ouvre le champ au tambour. Une fois que c'est fait, on propose à la personne de jouer au tambour, pendant que moi je vais chercher la partie d'âme perdue. Puis la souffler dans le cœur ou dans la fontanelle, comme je le sens et puis, raconter à la personne le voyage que j'ai fait.*

Claire est dans le même état d'esprit que ses collègues. Ainsi, elle mentionne d'abord l'importance de l'intention : *l'intention est au cœur du travail chamanique, c'est l'intention du patient qui l'amène chez le guérisseur. C'est l'intention de mes chants qui dirige et fait bouger les maux*. Ensuite, elle nous explique en détail comment elle procède lors d'un travail chamanique :

*J'entre dans une transe légère, bien que je garde toute ma conscience. Je ne vois pas où est l'âme de mon patient avec des images. Non, durant la prière, toute mon attention est portée sur le verbe, je sens que mon cerveau de psychologue fonctionne à cent pour cent. Pourtant, je suis aussi un canal pour les Esprits qui se chargent de la grammaire et de la sacralité du verbe. Cette prière, plus ou moins courte suivant la loquacité du chaman est pour moi la plate-forme, l'espace où le verbe se mêle à l'énergétique, où le verbe, créateur de l'espace mythique, se fond dans l'imaginaire pictural et permet d'intégrer de façon parfait les différents niveaux de manifestation.*

Lors des démarches présentées jusqu'alors, nous identifions que le thérapeute est plus actif que le patient. En effet, il revient au psychologue qui s'induire dans un état modifié de conscience pour être guidé intuitivement et suivre certaines instructions. Pourtant Dominique a mis en place une autre méthode, semblable dans les étapes à suivre (minimisation du mental, importance de l'intention etc.), à la différence que c'est l'individu qui est actif et non le thérapeute. En effet, elle explique : *moi j'apprends aux gens à voyager par eux-mêmes, tant dis qu'il y a des chamanes qui voyagent à la place des autres*. Voyons plus précisément quelle est sa méthode.

Tout d'abord, Dominique part *du principe que tout est en nous, la personne sait, même si elle ne voit pas clair*. Ainsi, lors d'un entretien préalable, elle propose à ses patients de clarifier au mieux les questions qui les ont amenés à la rencontrer. Une fois que la question est élaborée, Dominique part en forêt pour *marcher sa question, consteller sa réalité*. Là, elle propose à la personne de s'arrêter devant un endroit qui la touche, *qu'elle aime ou qu'elle n'aime pas* et de *disposer dans la nature, tous les éléments de sa question* (les membres de sa famille, motifs de son quotidien qui posent problème, etc.). Dans ce cas-ci, la personne ne rentre pas dans un état de conscience modifié, toutefois pour Dominique être dans la nature c'est déjà s'ouvrir à une autre dimension puisque la personne se détache du mental. Pour mieux clarifier sa démarche, nous présentons un extrait de celle-ci :

*La technique de base, c'est de partir avec une question ou une intention et d'être dans la sensation de tout ce qui nous entoure, ce qu'on entend, ce qu'on voit, ce qu'on perçoit. Si on met en lien toutes nos perceptions avec notre question, une réponse qui émerge. C'est très simple. (...) Si on dispose toute sa réalité autour de soi et on est surpris de constater qu'on se raconte tout simplement soi-même. (...)*

*Ce qui est intéressant, c'est que la réponse qu'on obtient, est une réponse qu'on connaît déjà, donc on n'apprend rien mais on redonne du crédit à l'intuition qu'on a des choses. On se dit : « je peux croire à ce que je ressens ».*

Dès lors, bien que les psychologues aient des méthodes de travail différentes, nous remarquons qu'ils soulignent les mêmes aspects. En effet, ils insistent d'une part, sur l'importance de s'écarter du mental pour pouvoir être ouvert à son intuition et à ce qui se passe dans l'ici et maintenant. D'autre part, ils précisent l'importance d'avoir une intention claire concernant la problématique de l'individu, pour entamer de manière efficace un travail chamanique.

Intégration au niveau psychologique du travail chamanique

Après avoir réalisé un travail chamanique, le thérapeute et le patient entament une intégration verbale de ce qui s'est réalisé durant la séance. Comme le lecteur s'en est aperçu, la procédure qui se déroule durant la séance s'éloigne du cadre clinique habituel. Les patients se retrouvent parfois confrontés à des expériences qu'ils ne comprennent pas et qui peut les questionner notamment parce qu'au travers d'un travail chamanique, ils se retrouvent devant un nouveau rapport à la réalité. En cela, les psychologues laissent place contrairement à la pratique chamanique traditionnelle, à la parole. Ils verbalisent ce que le thérapeute et le patient ont ressenti, sans pour autant interpréter l'expérience que les patients ont vécue.

Ainsi, Nicole explique en détails sa façon de procéder :

*Durant le voyage on ne se parle pas, mais après je lui explique ce qu'il s'est passé et elle m'explique ce qu'il se passe pour elle. Très souvent, c'est vrai que les gens voudraient avoir des compréhensions « ça veut dire quoi ceci ou cela ? ». Je dis : « je ne peux pas parler pour vous ». C'est vous qui avez ces informations. Ça va se décoder ou ça va pas se décoder, mais ces informations c'est pour vous. On ne conseille pas justement d'analyser les choses, comme on le ferait dans le cas d'une analyse classique psy. On ne donne pas d'interprétation. On ne dit pas « ça c'est le symbole de ça ».*

De même, Dominique rejoint Nicole en disant : *ce ne sont pas les croyances qui sont importantes, mais les expériences qui nous enseignent.*

Ces idées sont également complétées par Julien lorsqu'il avance qu'il n'interprète pas le ce que le patient a vécu. Il continue :

*(...) C'est-à-dire qu'ici, je n'ai pas besoin de croire ou de faire croire aux esprits, je ne rentre pas dans une guerre idéologique stérile : est-ce que les esprits existent ou pas ? La seule vérité fondamentale et inaliénable, c'est celle de l'expérientiel. (...)*

*Ainsi, pour résumer, je pense que le truc sain, c'est de ni renforcer, ni amoindrir les croyances de l'autre et de ne pas en faire de simples outils conceptuels ou cliniques. On ne se prononce pas sur le Réel qui nous échappera toujours de toute façon (et tant mieux !) et on invite le patient à en faire de même quant à son expérience de vie ou thérapeutique.*

Place du psychologue et du patient

Après avoir mis en exergue les méthodes de travail des différents psychologues, nous nous sommes aperçus que ceux-ci décrivent de façon semblable la place que tiennent le thérapeute et le patient.

En effet tout d'abord, les psychologues se considèrent comme un *miroir*. Dans le sens où lors de la séance chamanique, le thérapeute n'a pas le sentiment de faire réellement quelque chose, mais plutôt de transmettre et de mettre en pratique les informations que le psychologue à capter dans le monde invisible. Dès lors selon ceux-ci, il s'agit pour les psychologues de renvoyer à une demande qui provient de l'invisible.

Dans un second temps, nous avons également remarqué que les psychologues se rejoignent sur le fait qu'ils considèrent que lors de la pratique thérapeutique, c'est le patient qui se guérit et non le psychologue pratiquant le chamanisme qui rétablit le patient. Les extraits suivants illustrent ces deux idées.

En effet, Nicole explique en détail cette notion d'auto-guérison du patient. Par ailleurs, en ce qui concerne le rôle de *miroir*, Nicole elle utilise préférablement le mot *catalyseur*, toutefois l'idée reste fondamentalement la même.

Elle s'exprime :

*(...) je pense aussi qu'une des beautés du chamanisme, c'est aussi de dire que c'est la personne qui se guérit à 90%, c'est-à-dire que c'est son âme, c'est ça volonté intérieure qui va faire qu'elle guérit et ce que fait le chamane, c'est simplement soutenir cette volonté intérieure, ce qu'on appelle le guérisseur intérieur. Nous on ne fait pas grand-chose, mais on est un peu un catalyseur, où on révèle à la personne ce qu'elle a en elle ses capacités, ses ressources internes.*

Sabine rejoint Nicole, en disant :

*Ça c'est vraiment la vision chamanique et du pratiquant en chamanisme qui dit, d'abord ce n'est pas moi, ce sont les ancêtres, ce sont les esprits, les forces (...) Moi je vais juste permettre le lien, la mobilisation, l'aide et le soutien de ces énergies non ordinaires.*

De même, pour Julien en tenant ce rôle de *miroir*, il s'agit de se détacher de sa propre singularité pour se rapprocher au mieux de celle de son patient, de façon à comprendre pleinement l'essence de la problématique de ce dernier. Il continue :

*[Relaxer le mental et se mettre dans un état modifié de conscience] ça me permet de me désapproprier l'acte de guérison et de soin. Je me décharge de la responsabilité d'autrui. Ce n'est plus moi. Je me mets juste à disposition.*

*Le thérapeute est comme un miroir qui doit être sans cesse poli et lustré pour que le reflet y soit de plus en plus net et précis... permettant au patient de se voir enfin tel qu'il est sans faux-fuyants...*

Dominique rejoint ces idées, à la différence que comme elle incite le patient à trouver les réponses en lui avec l'aide de la nature, c'est cette dernière qu'elle va considérer comme *miroir*. Elle explique :

*J'utilise des supports, je pars du principe que les réponses sont en nous et j'utilise des supports, qui sont des supports miroirs de la personne. La personne vient avec une question, une intention et grâce aux supports, elle se donne par elle-même ses propres réponses. (...) La nature est un support miroir, on peut également utiliser les pierres comme support. On met en lien avec notre question, avec les images qui se dessinent sur la pierre. La pierre et la nature font apparaître.*

Pour finir, Claire utilise également cette position de miroir quand elle décrit sa manière d'agir lors d'un travail chamanique :

*En prononçant ces paroles, je propose à mes patients un point, une narration nouvelle de leur mal. Les paroles servent aussi comme une sorte de tuteur qui permet à mon corps de tenir ma position de miroir, les concepts eux-mêmes possèdent une énergie qui contribue à modifier la réalité.*

Ainsi, les psychologues mettent en avant que l'acte de guérison ne revient pas seulement au thérapeute, mais plutôt qu'en s'induisant dans un état modifié de conscience, celui-ci canalise, transmet et met en pratique des informations pour le patient, qui sont nécessaires pour le rétablissement de ce dernier. Il s'agit donc d'agir tel un miroir centré sur le patient, permettant de faire apparaître et transmettre des éléments que le patient n'avait auparavant pas conscience ou qui n'y prêtait pas attention.

### 3.3 PRATIQUE CHAMANIQUE ET PRATIQUE PSYCHOLOGIQUE

Les points précédents, nous ont permis de nous familiariser un peu plus avec la démarche des psychologues concernant l'intégration de la pratique chamanique dans le cadre d'une thérapie clinique. À présent, afin d'approfondir plus amplement cette analyse, il semble nécessaire de se questionner par rapport aux liens entre la pratique chamanique et les différentes psychothérapies qui bordent la psychologie clinique. En effet, est-ce que les psychologues arrivent à trouver un terrain d'entente entre les différentes psychothérapies<sup>15</sup> et la pratique chamanique ? À cette question les avis sont plutôt mitigés et progressent entre deux perceptions distinctes. Soit les psychologues estiment que la pratique chamanique n'est pas tout-à-fait comparable à certaines psychothérapies, comme c'est le cas de Claire. Soit, les psychologues considèrent que les psychothérapies sont complètement équivalentes à la pratique chamanique, comme c'est le cas de Sabine.

Pour Claire, bien qu'il existe des théories occidentales qui peuvent être en lien avec la pratique chamanique, aucune ne permet une réelle équivalence qui puisse éclairer l'entièreté de l'expérience chamanique. Elle s'explique :

*À chaque question, on pouvait répondre par une théorie différente, en essayant d'intégrer logiquement les concepts occidentaux des techniques de soins aux observations anthropologiques. Sachant qu'il n'existait pas de modèle qui puisse entièrement rendre compte de la profondeur de l'expérience.*

Par ailleurs, pour Nicole et Julien il est possible d'établir des liens entre la pratique chamanique et certaines psychothérapies, bien que comme Claire, selon les deux psychologues, ces liens ne transparaissent pas complètement la pratique chamanique. Nicole par exemple, établit des liaisons avec la thérapie de Jung. Elle continue en faisant référence à l'âme :

*Je n'ai jamais vu cela ailleurs que dans le côté chamanique. (...) Jung parle de ça, il y a beaucoup de trucs très chamaniques chez Jung. Pour moi, les archétypes ça ressemblent beaucoup aux esprits, aux animaux de pouvoir et tout ça. On peut retrouver ça chez Jung, en psychologie.*

Pour Julien, la pratique thérapeutique et chamanique s'allient principalement l'une à l'autre parce qu'elles s'établissent dans un même contexte qui consiste en la rencontre d'un individu avec lequel il est nécessaire, pour comprendre sa problématique, de s'éloigner de sa propre singularité. Il complète :

*J'ai envie de dire qu'il y a un lien possible et même inévitable par des concepts et des approches à la fois différentes et semblables sur un même phénomène irréductible qu'est l'humain. L'amorce du lien, c'est d'abord de comprendre l'Autre (que ce soit une tradition ou une personne) selon sa vision.*

---

<sup>15</sup> Il nous est important de faire remarquer au lecteur que les thérapeutes font des liens en fonction des psychothérapies qu'ils connaissent. Par conséquent, il est évident qu'ils n'ont pas connaissance de tous les suivis thérapeutiques présents actuellement.

*C'est la démarche anthropologique fondamentale de décentrement. Si l'on reste deux êtres séparés, la relation n'est pas possible et n'évoluera jamais, du moins positivement et de manière constructive. Il faut créer un lien qui soit même réciproque avec l'autre.*

En ce qui concerne les psychothérapies, Julien perçoit surtout des liens avec la psychanalyse et la systémique. Il fait notamment référence aux symboles présents dans ces deux thérapies, tout comme dans le cadre chamanique. Il ajoute :

*La psychanalyse utilise beaucoup de symboles, dans sa lecture et dans sa cure. En systémique, on utilise aussi allègrement la métaphore, le langage imagé, mais ce n'est pas suffisant. Dans les traditions, on parle de manière symbolique, analogique plutôt que digital. Il ne s'agit plus de décrire, d'analyser ou d'expliquer mais d'évoquer voire plutôt d'invoquer : c'est le langage performatif...*

Cependant, selon Julien la pratique thérapeutique qui se rapproche le plus de la pratique chamanique est l'hypnose, parce que celle-ci invite le patient à sortir d'un état ordinaire de conscience. Il explique :

*Il y a des liens avec une certaine hypnose, c'est ce qui s'en rapproche le plus parce qu'en restant purement dans le verbal-mental, on restera très limité voire on aggravera le problème. Il faut engager aussi et même prioritairement le corps et quelque part aussi mettre en veilleuse le cerveau gauche, pour avoir accès plus à l'intuition et l'émotionnel voire l'irrationnel (qui ne l'est qu'en apparence d'ailleurs, bien souvent. C'est même le langage de l'Inconscient !).*

Enfin, pour Sabine, la pratique chamanique peut allègrement s'interpréter selon des concepts et théories psychologiques. Plus particulièrement pour Sabine, les concepts psychologiques et les concepts chamaniques sont égaux dans leurs fondements, mais les mots pour les décrire sont différents. Elle complète :

*Puisqu'en psychologie on parle de dissociation... C'est quoi la dissociation ? Pour moi, c'est le nom moderne de : il y a une partie de toi, de tes émotions qui est sur un autre plan. Tu vas la chercher pour redevenir entier. En termes chamaniques on appelle ça le recouvrement d'âme. L'extraction ça signifie qu'il y a de l'énergie, quelque chose qui ne t'appartient pas, qu'on va retirer. Le recouvrement d'animal de pouvoir quelque part ça veut dire : je n'ai plus accès à mes ressources. Où sont-elles ? Où est-ce que je peux aller les chercher ?*

Dans ce contexte, Sabine évoque que la pratique chamanique se retrouve dans les thérapies comme l'hypnose, l'EMDR, les constellations familiales et systémiques. Elle continue :

*Ça a des liens avec l'hypnose et l'EMDR, on reconstruit au niveau du cerveau des nouvelles images. Ça a des liens avec les constellations familiales et systémiques. On ne peut décemment pas faire une constellation familiale et systémique sans travailler avec les ancêtres. Qui est-ce qui travaille avec les ancêtres ? Les pratiquants en chamanisme. Pour moi c'est juste, une autre lecture, un autre modèle, d'autres mots sur des mêmes pratiques. Ça a le même sens.*

*(...) Je n'ai pas trouvé jusqu'à présent, une pratique chamanique qui ne se connecte pas à une pratique psychologique d'aujourd'hui. Notamment, aussi, la somatique experienc'ing de Leving qui traite le trauma. La somatique experienc'ing travaille sur la décharge énergétique bloqué au niveau du corps. Bien sûr que la psychologie travaille avec l'énergie. Comment elle pourrait faire autrement ?*

Ainsi, établir des liens entre les pratiques psychologiques occidentales et la pratique chamanique, nous permet de nous rendre compte que l'agencement de certaines psychothérapies (hypnose, psychanalyse, constellations familiales), peuvent se rapprocher de la pratique chamanique. Dès lors, bien que ces deux pratiques s'inscrivent dans des cultures différentes, il est peut-être possible d'envisager une complémentarité entre ces deux pratiques ?



## CONCLUSION : PARTIE PRATIQUE

L'analyse des entretiens réalisés avec les cinq psychologues distingue trois sections qui participent à la compréhension de l'intégration du chamanisme avec la pratique clinique.

La première prend en compte les éléments qui mènent à la pratique chamanique. Ainsi motivés par un intérêt fondamental envers l'Homme, les psychologues ont été amenés à faire l'expérience de situations difficilement interprétables, selon les explications rationnelles du paradigme occidental dans lequel ils avaient évolué. Conjointement à un questionnement relatif à la profession de psychologue clinicien, les thérapeutes ont pris l'initiative de partir à la rencontre d'autres cultures, partageant des rapports au monde et aux soins thérapeutiques différents de ceux mis en place par le système occidental. Dans ce contexte, les psychologues ont perçu dans le chamanisme un modèle convenant à leurs interrogations et leurs attentes liées à leurs expériences de vie.

La seconde section s'intéresse à la manière dont les psychologues intègrent les pratiques chamaniques au cours de leurs entretiens cliniques. De façon générale, les psychologues n'accordent pas une place prépondérante à la réflexion mentale dans le but d'une part, de privilégier entre autres l'intuition, l'imaginaire et l'inconscient ; et d'autre part, de prendre en compte un aspect plus global de l'individu en s'appuyant sur le corps, les émotions, les sensations et le spirituel. Concrètement lors des entretiens, les psychologues réalisent d'abord un entretien psychologique en vue de promouvoir l'alliance thérapeutique, d'analyser la demande du patient et de percevoir si un travail chamanique est nécessaire. Dans le cas d'un travail chamanique, les psychologues soulignent l'importance d'une formulation claire, d'une intention ainsi que de suivre son intuition, que ce soit pour les thérapeutes étant dans un état modifié de conscience, ou pour le patient en recherche de ses propres réponses. Pour terminer l'intégration personnelle du travail chamanique se réalise en verbalisant l'expérience chamanique que les patients ont précédemment vécue.

La troisième partie de l'analyse tente, selon l'avis des psychologues, de rapprocher des psychothérapies occidentales avec la pratique chamanique. Ainsi, ils évoquent des liens avec des pratiques qui favorisent d'autres aspects que l'utilisation de la réflexion mentale, comme par exemple le recours aux symboles avec la psychanalyse et l'application d'états non-ordinaires, comme l'hypnose.



## DISCUSSION

L'objectif de cette discussion est de faire le lien entre la partie théorique et l'analyse des différents entretiens. Pour ce faire, nous avancerons d'abord quels sont les éléments qui semblent favoriser l'attrait au chamanisme et aux thérapies alternatives. Ensuite, nous prendrons position sur la manière la plus optimale d'intégrer les pratiques chamaniques dans un cadre thérapeutique. Enfin nous finirons sur une réflexion personnelle et un questionnement concernant la situation des thérapies alternatives en Occident. Sans oublier de mentionner les limites de ce mémoire.

L'analyse des entretiens, ainsi que ce qui a été avancé dans la partie théorique, nous incite à penser que la situation actuelle en Occident favorise une recherche vers d'autres modes de pensées et de fonctionnements, s'illustrant en partie par la découverte de thérapies alternatives et notamment du chamanisme. Trois contextes semblent contribuer à l'émergence de cet attrait. Le premier s'inscrit dans une remise en question de la pensée scientifique. Le second s'établit dans le cadre des soins de santé. Le troisième tient son origine dans un questionnement général des valeurs de la société occidentale et de la profession de psychologue.

Parmi les situations qui favorisent l'attrait aux thérapies alternatives et au chamanisme, une ce doit d'être particulièrement soulignée, car nous la considérons comme l'amorce de toutes les autres. Cette situation consiste en une remise en question grandissante de la pensée scientifique. Comme nous l'avons observé dans le chapitre premier ; depuis les années 60, les occidentaux se rendent compte des limites de la science et remettent en doute son dispositif, s'appuyant principalement sur l'exercice de la raison et de l'objectivité.

Cette remise en cause de la pensée scientifique, s'illustre notamment par des questionnements concernant la profession de psychologue. En effet, durant l'analyse des entretiens, les psychologues expliquent les risques d'avoir uniquement recours à un système de connaissances qui s'appuie sur la réflexion mentale et sur l'élaboration des théories. Selon les psychologues, ce contexte n'encourage pas l'utilisation d'outils considérés comme moins valables scientifiquement, tels que l'intuition ou l'imaginaire.

Ainsi, ces positions ne font qu'inciter les psychologues à s'intéresser à d'autres pratiques de soins. Au cours de cette quête, le chamanisme semble être en accord avec leurs attentes, en favorisant un état d'esprit détaché du mental, qui promeut l'utilisation de l'intuition et qui envisage l'individu de façon globale.

Dans un second temps, la théorie avance qu'il y a un intérêt croissant pour les thérapies alternatives et en particulier dans le cadre des soins de santé. En effet, nous avons vu que les demandeurs de soins sont réceptifs aux thérapies alternatives parce que celles-ci se basent sur un postulat non remis en cause, qui envisage l'homme dans son unité. De même, les thérapies alternatives permettent d'introduire une compréhension différente et donnent un sens nouveau vis-à-vis d'expériences de vie (maladies, décès, etc.) qui selon une lecture scientifique et rationnelle, envisageraient plutôt des explications mécanistes et positivistes.

Concevoir d'autres façons d'être au monde, c'est également cela qui a encouragé les psychologues à suivre les enseignements chamaniques. En effet, souvenons-nous de l'exemple de Sabine, qui après être revenue de son coma tente d'expliquer ce qu'elle a vécu. Toutefois, elle se rend compte que les médecins ne peuvent concevoir ce qu'elle a traversé et lui renvoient des explications qui lui semblent erronées, ne l'incitant pas à exprimer réellement les expériences qu'elle a vécues et son état d'esprit après être revenue de son coma. Ainsi, cet exemple favorise l'idée selon laquelle la curiosité envers les thérapies alternatives est influencée par un sentiment d'incomplétude à l'égard des systèmes de soins occidentaux. Dans ce contexte, les occidentaux trouvent dans le chamanisme et dans les thérapies alternatives des concepts plus adaptés à leurs expériences et par de ce fait, y sont plus réceptifs.

Par ailleurs, remarquons que les demandeurs de soins ne sont pas les seuls à s'intéresser aux thérapies alternatives, c'est également le cas de professionnels en questionnement sur leur pratique. En effet, les psychologues interviewés énoncent qu'ils ressentaient le besoin de découvrir d'autres formes de prises en charge. Soit, parce qu'ils avaient des ressentis étranges durant leurs consultations, soit parce qu'ils leur étaient nécessaire de trouver des formations qui envisagent d'autre conception de l'individu. Dès lors, les thérapeutes ont été appelés à s'intéresser au chamanisme parce que cela répondait à leurs attentes en tant que professionnels.

Une troisième situation favorisant l'attrait aux thérapies alternatives et au chamanisme, s'inscrit dans des questionnements généraux concernant les valeurs mises en avant par la société occidentale. Dans le chapitre trois nous avons mis en évidence que depuis les années 60 les occidentaux encouragés par une recherche de sens, s'intéressent à d'autres modèles sociétaux plus en accord avec le développement de la nature et éloignés des valeurs consuméristes et capitalistes de la société occidentale.

Ces questionnements sur lesquels reposent les valeurs de la société occidentale se retrouvent également dans le parcours des psychologues interviewés. En effet, nous avons souligné que certains ressentent un profond sentiment d'inadéquation avec le système éducationnel, tant au niveau scolaire que familial. En particulier, ils ne trouvent pas de sens, ni de transmission spirituelle dans ce qui leur est adressé dans le milieu familial et éducationnel. De même, ils ne se retrouvent pas dans ce système occidental, qui accorde plus d'importance à l'environnement social externe et qui par conséquent, encourage l'individu à délaissier sa propre singularité. Dès lors, cette inadéquation de valeurs est un facteur qui va inciter ces psychologues à s'ouvrir à d'autres cultures. Dans cette optique, la rencontre avec les traditions chamaniques leur ont permis de trouver un système qui leur font sens, plus proche de leur conception de l'individu et de la vie.

Ainsi, nous distinguons trois facteurs qui semblent encourager une remise en cause de la société occidentale et qui pourraient être en lien avec la reconnaissance des thérapies alternatives et du chamanisme en Occident.

Dès lors, cette situation nous amène à nous questionner quant à la modification actuelle de la culture occidentale. Comme nous l'avons mentionné dans ce mémoire, l'émergence des sciences provient d'une demande culturelle et plus précisément d'une nécessité d'avoir plus de contrôle sur sa vie et son destin, et ce en acquérant des connaissances sur le monde et en s'éloignant de toutes spiritualités. Ainsi, aujourd'hui la tendance ne serait-elle pas en train de s'inverser, incitant la culture à se modifier à nouveau ? En effet, d'une situation prônant l'objectivité et le rationnel séparé du spirituel, ne sommes-nous pas en phase d'une recherche de spiritualité et dans une quête de sens ? Et ce, car l'objectivité et le rationnel ne répondent plus à aux besoins de l'homme moderne. Selon cette idée, les occidentaux manifesteraient des besoins différents de ceux de leurs prédécesseurs qui ont à partir du XVIIe siècle, révolutionné la société occidentale.

Après avoir pris en compte les éléments qui favorisent l'attrait aux thérapies alternatives et au chamanisme, nous pouvons nous centrer sur l'intégration de la pratique chamanique en psychologie clinique. Rappelons qu'il n'est pas toujours évident en tant qu'Occidental participant à un rituel chamanique, d'intégrer cette prise en charge. Cela s'explique notamment parce que les croyances et la place de l'individu dans les sociétés chamaniques s'éloignent fortement des conceptions occidentales. De même, au cours des entretiens les psychologues expriment que beaucoup de chamanes n'expliquent pas leurs actes et qu'ils agissent selon une connaissance implicite. Or dans chapitre premier, nous précisons que les psychothérapies confèrent une importance privilégiée à la compréhension des événements et à l'explication verbale des expériences personnelles.

Dès lors, puisque les cultures diffèrent et que les pratiques thérapeutiques accordent des importances différentes, cela peut engendrer une frustration chez l'individu qui n'arrive pas à comprendre ce qu'il a vécu avec le chamane. Comment envisager une intégration optimale de ces pratiques ?

Nous pensons que se référer à des psychologues qui ont recours au chamanisme facilite l'intégration des deux pratiques. Cela s'explique notamment parce qu'ils représentent précisément la rencontre entre la culture chamanique et la culture occidentale. En effet, le fait d'être issu de cette dernière et de découvrir la culture chamanique, permet d'avoir une meilleure connaissance de la façon dont il faut organiser et intégrer les rites chamaniques. Cela s'illustre notamment dans la manière dont les psychologues proposent un travail chamanique, au cours duquel ils accordent autant d'importance à la parole et à l'explication des ressentis qu'à des aspects moins contrôlables ou interprétables qui ne nécessitent pas forcément d'explications, hormis celles de l'expérience personnelle.

Pour ce faire, les psychologues proposent dans leur dispositif en entretien avant et après le rite chamanique. Le premier se concentre sur la rencontre du patient, sur l'explication de sa problématique et sur l'aménagement des futures consultations. Ensuite après le rite chamanique, les psychologues laissent place à la communication des ressentis, sans pour autant interpréter ce qu'il s'est passé durant le travail chamanique. Par la suite, cette expérience deviendra un outil sur lequel les psychologues et le patient peuvent travailler durant les prochaines séances.

Accorder de l'importance à la parole est pour nous essentiel en vue d'une intégration efficace. Selon notre point de vue, la parole en tant que telle est une des principales caractéristiques du fonctionnement de la culture occidentale. Elle se retrouve d'ailleurs au cœur de nos principales institutions (la politique, les thérapies, etc.). De même, l'utilisation de la parole a toujours été présente, elle fait partie de notre histoire culturelle et thérapeutique, pensons par exemple aux membres du clergé qui écoutaient les pêcheurs en vue de les libérer de leur mal. Toujours selon notre réflexion, avoir recours à la parole est nécessaire car, c'est au travers de celle-ci que les individus représentent leur propre singularité. Or, l'individualité est un aspect marquant de la culture moderne. Ainsi, si les psychologues n'avaient pas assigné une place à la parole au cours de leurs entretiens thérapeutiques, il y aurait alors, un risque de nier une partie du bagage culturel occidental. On ne peut faire sans la parole.

Dès lors, en ayant recours à un dispositif qui allie la parole avec des pratiques chamaniques, les psychologues semblent avoir trouvé un terrain d'entente entre deux modes de fonctionnements et tirer les avantages de ces deux pratiques thérapeutiques. Ainsi, les psychologues sont dans un métissage de pratique, en se référant tant à des psychothérapies reconnues, qu'à des pratiques plus atypiques comme les pratiques chamaniques.

Enfin, envisager une intégration de la pratique chamanique dans les thérapies occidentales impose que ce soit au demandeur ou au psychologue, de se détacher du cadre de pensée conféré par les sciences sociales. Selon nous, il s'agit d'une part, de se distancier de cette vision fragmentée de l'Homme sur laquelle s'appuie les sciences humaines. En ce sens, nous pensons que l'Homme n'est pas réductible. Par conséquent, envisager l'individu comme un être fractionné ne serait pas en accord avec la perception selon laquelle un individu est plus que la somme de ses parties. Les psychologues interviewés font notamment référence à l'âme et à la conscience qui sont des aspects propres à l'Homme qui ne peuvent être divisés en catégories. Si c'était le cas, elles ne rendraient pas compte de son aspect global et par de ce fait, négligeraient certains de ceux-ci. D'autre part, il semble aussi nécessaire prendre conscience que tout ne peut s'expliquer par la science. Il y a des phénomènes peuvent être étudiés scientifiquement, d'autres pour lesquels la science n'a pas encore trouvé d'explication et enfin, il existe des situations qui ne seront peut-être jamais démontrées scientifiquement.

Dès lors, il s'agit donc de prendre du recul sur son système de pensées, de s'apercevoir que nous avons évolué dans un système qui a principalement recours à une méthodologie scientifique et qu'il existe d'autres cultures qui envisagent des conceptions différentes.

Nous clôturons ces idées en rappelant qu'au vue des difficultés d'intégration, il est nécessaire de faire preuve de prudence. Il ne faut pas hésiter à prendre connaissance des personnes qui pratiquent le chamanisme et de la situation dans laquelle cela se réalise, car il y a toujours un risque que ce ne soit pas bénéfique pour la personne. De même, il est important de ne pas idéaliser les traditions chamaniques, comme partout il y a des dangers. Entre autres, n'oublions pas les risques du tourisme chamanique ainsi que l'éventualité d'un mauvais usage des plantes traditionnelles psychoactives.

Enfin, les échanges avec les psychologues nous incitent à nous rendre compte que la découverte du chamanisme s'inscrit avant tout, dans des histoires de vies personnelles distinctes et cela a son importance, parce qu'elles ne trouvent pas d'écho selon un modèle de pensées rationnel. En effet, tous les psychologues avancent des expériences qui leur sont propres, que ce soit un membre de sa famille atteint d'une maladie, des expériences dans le coma, ou des ressentis étranges auprès de ses patients, et de personnes décédées. Ces expériences sont cruciales, parce qu'il s'agit d'expériences sensibles personnelles qui ne rentrent pas à ce jour, dans un modèle théorique rationnel et logique et qui dès lors, deviennent un facteur de recherche vers le chamanisme.

Par ailleurs, en vue d'approfondir la réflexion selon laquelle la culture occidentale serait en train de se modifier, nous pourrions envisager que ces personnes soient les acteurs et les initiateurs d'un changement culturel. En effet, les choix des psychologues se sont établis dans une histoire personnelle ainsi que dans un système culturel qui les a encouragés à chercher d'autres modèles, engageant par conséquent un changement de comportement, qui influencera possiblement la modification de certaines institutions occidentales, comme par exemple dans la prise en charge thérapeutique.

L'éventualité de cette situation nous fait notamment penser à l'émergence de la psychologie transpersonnelle, une forme de psychothérapie initiée par les idées de Jung et Maslow (Godefroi, 2001). Celle-ci envisage l'homme et son univers, au travers *les aspects mystiques et spirituels de la nature humaine* (Hengerhann, 2006).

Godefroi (2001), mentionne que ce nouveau champ :

*va dès lors s'intéresser aux enseignements des grandes traditions antiques et orientales (bouddhisme, taoïsme, yoga, alchimie, etc.), aux phénomènes observés par les anthropologues au sein des cultures dites « primitives » (chamanisme, pratiques spirituelles de guérison, transe, capacités paranormales, etc.), aux expériences psychédéliques réalisées sous contrôle, aux recherches portant sur l'étude des phénomènes psi<sup>16</sup>, ou encore aux expériences vécues par de nombreux individus, au seuil de la mort (Godefroi, 2001, p.79).*

Ces nouvelles approches semblent effleurer de très près le cadre des thérapies alternatives. Elles s'inscrivent à l'encontre des conceptions de la psychologie scientifique qui conçoit les hommes comme des entités séparées, interagissant dans un monde matérialiste.

L'objectif de la psychologie transpersonnelle est de considérer les hommes et le monde comme unité. Il s'agit de relier l'homme au monde, à la nature, au cosmos (Godefroi, 2001). L'objet d'étude de la psychologie transpersonnelle met en avant des expériences atypiques, encore difficilement explicables par notre paradigme scientifique. De ce fait, elle n'est pas encore vraiment reconnue et rencontre une certaine opposition, en particulier de la part des psychanalystes et des thérapeutes cognitivo-comportementalistes. En effet, ces derniers estiment que cette approche thérapeutique ne serait pas en lien avec les difficultés que vit la personne au quotidien et renverraient une image chimérique de la guérison de l'homme souffrant (Godefroi, 2001).

Finalement, nous voudrions faire part au lecteur que cette recherche aurait été impossible si nous n'avions pas considéré sérieusement ces psychologues qui pratiquent le chamanisme. Nous avons fait le pari de croire en leur propos. De même, en vue de comprendre son essence nous avons également été amené à participer personnellement à des pratiques chamaniques. Dans cette optique, nous devons nous rendre à l'évidence que ce mémoire s'inscrit dans une certaine subjectivité. Par conséquent, notons que cette recherche aurait inévitablement été différente si nous avions occupé une autre position.

Par ailleurs, le choix d'une recherche qualitative s'inscrit dans l'intérêt d'analyser des cas singuliers. Toutefois, nous avons conscience qu'en contrepartie, la généralisation des analyses s'avère plus difficilement concevables.

---

<sup>16</sup> Psi : « Se dit de l'ensemble des phénomènes paranormaux de communication non sensori-motrice d'un sujet avec l'environnement passé, actuel ou futur (perception extrasensorielle, psychokinésie) » URL : Dictionnaire Larousse Français. (SD). *PSI*. En ligne : <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/psi/64768>, consulté le 1/12/2016



## CONCLUSION GÉNÉRALE

L'objectif de ce mémoire était d'interroger des psychologues qui intègrent des pratiques alternatives au cours de leurs entretiens cliniques. Plus particulièrement, nous avons réalisé une recherche qualitative exploratoire au cours de laquelle nous avons réalisé des entretiens semi-structurés avec cinq psychologues européens qui intègrent les pratiques chamaniques à un travail clinique. Dans ce contexte nous avons exploré d'une part, les motifs qui les ont incités à découvrir la pratique chamanique et d'autre part, la manière dont ils intègrent les pratiques chamaniques à leur clinique.

Pour cela, nous avons élaboré un cadre théorique en vue de contextualiser l'intérêt pour le chamanisme en tant que psychologue occidental. Nous nous sommes d'abord centrés sur le développement de la psychologie au travers de l'évolution de la pensée scientifique. Ensuite, nous avons présenté les thérapies alternatives que nous avons mis en lien avec les différentes approches thérapeutiques occidentales. Enfin, nous avons décrit les pratiques chamaniques selon leurs caractéristiques communes et au travers de l'évolution des relations que les pratiques chamaniques ont entretenues vis-à-vis des occidentaux.

Nous avons conclu ce mémoire par une discussion au cours de laquelle ont été repris les éléments principaux de la théorie en lien, avec les informations mises en exergue lors de nos précédents entretiens. Ces données réunies nous ont amené à émettre l'hypothèse selon laquelle, une remise en question de la société Occidentale favoriserait un attrait envers les thérapies alternatives. Ces questionnements s'illustrent au travers d'interrogations à l'égard de la pensée scientifique, des valeurs prônées par la société Occidentale ainsi que dans le cadre de la santé. Nous avons ensuite complété cette hypothèse en posant l'éventualité que ces psychologues qui pratiquent le chamanisme, soient les initiateurs d'un changement culturel. Ce changement s'établirait par une recherche vers d'autres modes de pensées et de fonctionnements plus appropriés à leurs conceptions de la vie.



## Bibliographie

Barnes PM, Bloom B & Nahin RL. (2008). *Complementary and alternative medicine use among adults and children: United States, 2007*. National health statistics reports; no 12. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics.

Berghmans, C. & Torres, J. (2012). *Spiritualité et santé : un pont thérapeutique*. Paris : InterEditions

Celestin-Lhopiteau, I. et al. (2011). *Changer par la thérapie : du chamane au psychothérapeute*. Paris : Dunod

Corin, E. (2000). Le paysage de l'alternatif dans le champ des thérapies. *Lecomte Y, Gagné J. Les ressources alternatives de traitement*. Montréal: Édition conjointe du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec et de la revue Santé mentale au Québec dans le cadre de son XXVe anniversaire, 17.

Costa, J. (2007). *Les chamanes hier et aujourd'hui*. Editions Alphée.

Delourme, A. & Edmons, M. (2014). *Pratiquer la psychothérapie*. Paris : Dunod

Durish, N. (2007). Introduction. In N. Durish, I. Rossi, & J. Stolz, *Quêtes de santé. Entre soins médicaux et guérisons spirituelles* (pp. 7-14). Paris : Edition du Cerf/SODIS.

Escots, E. & Duruz, N. (2015). *Esquisse d'une anthropologie clinique*. Psychopathologie clinique PSN volume 13, n3/2015

Fraisse, P. (2005). *La psychologie expérimentale*. Paris : PUF que sais-je ?

Godefroi, J. (2011). *Psychologie : science humaine et science cognitive*. Deboeck

Ghins, M. (2008). *Le soir : Nous avons besoin de vérités*. Consulté le 18/03/2017.

URL : [http://archives.lesoir.be/carte-blanche-nous-avons-besoin-de-verites\\_t-20080206-00EU94.html?queryand=MICHEL+GHINS&firstHit=0&by=10&when=-1&begYear=1989&begMonth=01&begDay=01&endYear=2017&endMonth=04&endDay=23&sort=date desc&rub=TOUT&pos=5&all=16&nav=1](http://archives.lesoir.be/carte-blanche-nous-avons-besoin-de-verites_t-20080206-00EU94.html?queryand=MICHEL+GHINS&firstHit=0&by=10&when=-1&begYear=1989&begMonth=01&begDay=01&endYear=2017&endMonth=04&endDay=23&sort=date desc&rub=TOUT&pos=5&all=16&nav=1)

Gondard, E. (2013). *Visages de la médecine*, sociétés 2013/3 (n°121°), P. 127-135. DOI 10.3917/soc.121.0127

Hergenhann, B.R. (2006). *Introduction à l'histoire de la psychologie*. Paris : Modulo.

Huffman, K. (2007). *Psychologie en direct*. Québec : Modulo

Kiefer, B. (2007). La guérison dans la médecine scientifique. In N. Durish, I. Rossi, & J. Stolz, *Quêtes de santé. Entre soins médicaux et guérisons spirituelles* (pp. 31-36). Paris : Edition du Cerf/SODIS.

Laflamme, C. (2000). Les stratégies sociales des groupes néo-chamanistes occidentaux. In *religiologiques*, 22, (pp 73-83).

Lafitte, S. (2013). Une religion de la nature. In collectif, *20 clés pour comprendre le chamanisme* (pp 27-33). Paris : Albin Michel.

- Laugrand, F. (2013). La logique chamanique et ses rituels. In collectif, *20 clés pour comprendre le chamanisme* (pp 27-33). Paris : Albin Michel.
- Larousse dictionnaire encyclopédique. (1997). Larousse dictionnaire encyclopédique.
- Lesourd, F. Tourisme spirituel et pluralisme thérapeutique : enjeux éducatifs, IN G. Brougère et G. Fabbiano (dir.), *Tourisme et apprentissages, Actes du colloque de Villetaneuse (16-17 mai 2011)*, Villetaneuse, EXPERICE – Université Paris 13, [En ligne], mis en ligne le 02 février 2012. URL : <https://experice.univ-paris13.fr/actes-coll01/lesourd/>
- Losonczy, A. & Mesturini Cappo, S. « Introduction », *civilisation* [En ligne], 61-2 2012, mis en ligne le 14 juin 2013. URL : <http://civilisations.revues.org/3265>
- Marie, C. (2016). *Comment je suis devenue chamane, initiation d'une psychologue*. France : Foyard.
- Michel, J-D. (2015). *Chamans, guérisseurs, médiums : les différentes voies de la guérison*. Paris : Editions Favre SA.
- Mouge, A. (2014). *Le chamanisme*. Paris : Edition de La Martinière
- Mucchielli, A. (1996). *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines et sociales*. Paris : Armand Colin/Masson
- Myers, D. (2004). *Psychologie*. Paris : Flammarion
- Narby, J & Huxley (2009). *Anthologie du chamanisme*. Albin Michel – Espace libre
- Organisation Mondiale de la Santé. (2013). *Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023*. En ligne : [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/95009/1/9789242506099\\_fre.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/95009/1/9789242506099_fre.pdf)
- Organisation Mondiale de la Santé. (2002). *Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2002-2005*. En ligne : <http://apps.who.int/medicinedocs/pdf/s2298f/s2298f.pdf>
- Parot, F. & Richelle, M. (2013). *Introduction à la psychologie : histoire et méthodes*. Paris : PUF
- Pelletier, P. (1994) *psychothérapie retour de l'esprit*. Théologiques , vol. 2, n° 2, p. 41-62. URI: <http://id.erudit.org/iderudit/602406ar> DOI: 10.7202/602406ar
- Perrin, M. (2014). *Le chamanisme*. Paris : PUF – Que sais-je ? 5 édition
- Rossi, I. (2007). Quêtes de spiritualité et pluralisme médical : reconfigurations contemporaines. In N. Durish, I. Rossi, & J. Stolz, *Quêtes de santé. Entre soins médicaux et guérisons spirituelles* (pp. 15-29). Paris : Edition du Cerf/SODIS.
- Sinelnikoff, N. (2006). *Dictionnaire critique des psychothérapies*. ESF éditeur.
- Vallet, O. (2013). La première religion de l'humanité ? In collectif, *20 clés pour comprendre le chamanisme* (pp 27-33). Paris : Albin Michel.

Vargas, M. (2015). Clinique biographique et méthode du récit de vie (LPSYS2742). Université Catholique de Louvain. [Cours].

Vernette, J & Moncelon, C. (1999). *Les nouvelles thérapies : mieux vivre et guérir autrement*. Paris : Presse de la Renaissance.

Zech, E. Méthode d'intervention. (LPSYS2733). Université Catholique de Louvain. [Cours].



## ANNEXES

### 1. Interview - Sabile Mozelsio

Sabine : La première chose que je voudrai dire, c'est que j'ai été formée par Claude et Noëlle Poncelet qui sont des praticiens en chamanisme. Noëlle est psychologue, Claude est astrophysicien. Ils ont rencontré Michael Harner tout au début de son trajet, à l'école de Palo Alto. Ils ont été formés par lui et sont vraiment à la base de cette diffusion occidentalisée du chamanisme. Ce sont des gens extrêmement humbles.

La première chose qu'ils nous ont dit est qu'on ne peut pas se déclarer chamane. C'est la communauté dans laquelle vous êtes qui vous reconnaît des pouvoirs chamaniques. Donc, je ne vais jamais dire à quelqu'un que je suis chamane. Je vais dire à quelqu'un que je suis psychologue et que je pratique le chamanisme. Si la personne veut me reconnaître comme chamane, si ma communauté veut me reconnaître comme chamane, elle peut, mais moi pas. Dans les sociétés primitives, personne ne va dire « bonjour, je suis chamane », mais plutôt : « je suis reconnu par ma communauté Inuit ou autre, comme ayant des pouvoirs chamaniques ».

Avoir des pouvoirs chamaniques, c'est justement la capacité de pouvoir faire le lien entre le monde non ordinaire et le monde ordinaire. Donc, nous on nous a vraiment dit : « quand vous vous présentez, vous dites que vous êtes pratiquant en chamanisme. » Si maintenant, dans la communauté dans laquelle je pratique, les gens disent que je suis assez douée, entre guillemet. Donc ils me reconnaissent, ils me font confiance, m'envoient des gens. Voilà c'est une chose qui pour moi, est vraiment importante dans l'éthique.

Comment vous êtes-vous intéressée à la psychologie ?

Comment j'en suis venu à la psychologie ? J'ai envie très humblement, parce que j'étais dans une famille dysfonctionnelle et malade. Il fallait que je comprenne ce qui se passait. Je me disais : « je veux comprendre ce qui se passe dans la tête des gens, je veux comprendre ce qui se passe dans les cerveaux, je veux comprendre comment on peut aider ». Parce que j'étais dans une famille où pour moi, il y avait beaucoup de souffrances. Ça c'est certainement une chose qui m'a amenée à ça.

Puis, j'ai commencé des études de médecine et je me suis vite rendu compte que ça ne me plaisait pas, ce n'était pas ce que je voulais faire. Donc j'ai fait une première candi médecine et puis une première deuxième candi psycho à l'ULB.

J'ai fait des études de psychologies cliniques que j'aimais beaucoup et de psychologies sociales, j'adorais. Ce lien entre les communautés, les sociétés, etc.

Et puis j'ai eu mon diplôme. Je n'ai pas commencé comme thérapeute. Je me suis dit que sans une certaine expérience de la vie, je ne m'autorisais pas à recevoir des gens, à soigner des gens. Ça me semblait complètement incongru. Donc, je n'ai pas fait du tout de pratique clinique, au début. En fait, j'ai beaucoup travaillé comme formateur, comme superviseur d'équipes. Le hasard fait bien les choses et m'a amenée plutôt des boulots pédagogiques, d'enseignement. C'est ce que j'ai fait et que je fais toujours.

Par contre, comme ça faisait partie de mon boulot, j'ai été amenée à continuer à me former et je continue encore à faire beaucoup de formations permanentes, à rencontrer des domaines un peu particuliers au niveau de la psychologie, comme l'énergétique. Ce qui veut dire que la formation permanente, et la découverte d'autres domaines aux côtés de la psycho, ont toujours été nécessaire dans ma pratique de formateur. J'ai donc une grande curiosité pour ce qui se fait dans la large sphère de la psychologie.

Comment vous êtes-vous intéressée au chamanisme ?

Moi, j'étais tout-à-fait rationnelle, spiritualité, chamanisme... Ça ne m'intéressait pas. Peut-être par peur, je n'avais pas envie de rentrer là-dedans. Je n'étais vraiment pas intéressée.

Puis un jour, je suis tombée gravement malade. J'ai eu une pneumonie. Je suis rentrée à l'hôpital en urgence et les médecins m'ont mis dans un coma artificiel, parce que j'avais une très grave infection... Sauf qu'on n'a pas pu me réveiller et je suis restée 40 jours dans le coma.

Je pense vraiment avoir fait des expériences extra-sensorielles, donc avoir vécu des choses complètement étonnantes. J'ai failli mourir, j'ai dû être ranimée. Je pense avoir fait une initiation chamanique par le passage, et je pense que cette initiation m'a projetée contre mon gré dans un monde complètement inconnu, étrange.

Si je n'avais jamais eu cette expérience, je n'aurais pas découvert le chamanisme, jamais. Je ne m'y serais jamais intéressée comme je m'y suis intéressée. Alors c'était une expérience pas drôle du tout, moi je ne vais pas vous raconter des choses magnifiques. Je ne comprenais pas ce qu'il m'arrivait. J'avais des visions que je ne comprenais pas. Je ne pouvais pas donner du sens à ce qu'il m'arrivait. Je ne sais pas si c'était les drogues. Je sais juste que j'ai entendu des choses, notamment étonnantes. Je sais que j'ai entendu le médecin dire : « elle va mourir ». Il a fallu me ranimer trois fois. A ce moment-là, j'ai vraiment eu comme une vision, qu'on ne peut pas décrire autrement que deux grandes ailes d'anges comme ça, qui se sont mises autour de ma cage thoracique et une voix qui m'a dit : « ne crains rien, tu ne vas pas mourir ». Je ne peux pas expliquer ce qui m'est arrivée, mais je sais que ça a fait partie un moment de mes visions. Enfin c'était complètement hallucinant. Donc, il y avait un peu de tout dans ses visions, je ne pouvais pas trier, je pouvais pas comprendre.

Quand je me suis réveillée 40 jours après, dans un état physique complètement épouvantable. Tous mes muscles avaient fondu. Les médecins ont dit : « il y aura sans doute des séquelles, en tout cas physiques. » J'ai commencé à un petit peu parler en disant : « il m'est arrivé des drôles de choses dans le coma. » On m'a envoyé un psychiatre. On m'a dit trouble post-traumatique, hallucinatoires. Je me suis dit : « ici tout va bien, tu vas bien. Tu n'en parles à personne parce que c'est impossible, personne ne peut entendre ce que tu vas raconter. »

Donc, j'ai gardé ça. Ne sachant toujours pas ce qui m'est arrivé. Mais il y a eu un effet secondaire psychologique. J'avais vraiment l'impression que j'étais pas revenue, que j'étais morte. Physiquement ça se voyait, j'avais l'air d'une vieille femme, j'avais l'air complètement éteinte, comme si en fait, j'avais perdu mon étincelle de vie.

J'avais une amie avec qui je faisais de la communication non-violente, mais qui faisait du chamanisme. Un jour, on se promène et elle me demande comment je vais, qu'elle ne me trouve pas bien. Je dis : « je ne sais pas ce qui m'arrive, j'ai l'impression que je suis à moitié morte, comme si j'étais pas là, comme si j'étais plus vivante, comme si j'avais perdu mon étincelle de vie » Elle me regarde et elle me dit « je peux t'expliquer, ça s'appelle une perte d'âme, ça veut qu'il y a une partie de ton âme qui est restée dans un autre plan... Tu sais quoi, tu devrais aller voir Claude et Noëlle Poncelet. »

Claude et Noëlle Poncelet faisaient des initiations chamaniques chez Tetra, et je suis allé les contacter. Ils m'ont dit qu'ils ne donnaient pas de consultations, mais que je pouvais faire deux journées d'initiation chamanique, que ça allait probablement déjà m'éclairer et répondre à mes questions.

J'ai fait une initiation chamanique et effectivement je me suis dit « tient, ça ressemble, ça ressemble à ce que j'ai traversé, ça ressemble à des visions que j'avais, des mondes que j'ai visités. » Je me suis dit : « oui effectivement, à mon avis j'ai dû aller dans des mondes non ordinaires, sans le savoir. » Ça commençait à faire sens, mais je n'allais toujours pas très bien.

En partageant mes ressentis aux formateurs, je leur explique que je crois avoir perdu mon âme dans un des mondes non ordinaires. Ils m'ont dit « oui bien sûr, c'est évident qu'après un coma...

Mais nous on ne fait pas de recouvrement d'âme, on ne fait pas de soin. On ne veut pas mélanger soin et formation.

J'ai continué avec eux, une autre formation qui s'appelait extraction. Extraction ça veut dire qu'on va chercher chez le patient une énergie, quelque chose qui se trouve là et qui n'est pas appropriée pour l'extraire. En faisant cette formation-là, les formateurs nous ont proposé de nous exercer à l'extraction et de pratiquer en petits groupes. Dans mon petit groupe à moi, il y avait une personne qui avait fait le recouvrement d'âme avec la grande spécialiste du recouvrement d'âme qui est Sandra Ingermann. Donc moi j'étais son cobaye et elle fait un voyage et elle me dit qu'elle ne doit pas faire d'extraction avec moi, mais qu'il faut aller rechercher ta partie d'âme perdue. Qu'est-ce que tu en penses ? ». J'ai accepté.

On pouvait le faire puisque on était là, dans un cercle de pratique chamanique – on fait ça en général avec un témoin, il y a quelqu'un ici qui pouvait être mon témoin.

Elle m'a tendue un miroir et elle m'a dit : « regarde tes yeux, regarde ton visage ». Puis on fait le soin. Le plus extraordinaire, c'est que pendant le coma, j'avais une vision qui était : j'arrivais dans une île, ça devait être en Crète. Il y avait des espèces de Pop comme ça, j'arrivais chez eux, et ils disaient : « tu as perdu quelque chose de très important. On sait où c'est, il faut que tu plonges dans la mer et là se trouvera une dalle. Il faut que tu soulèves cette dalle et là ce trouve ce que tu as perdu. » Je plongeais, j'allais devant cette dalle, j'essayais de la soulever et je me noyais. Je n'arrivais pas. Et je faisais ce rêve ou cette vision de manière récurrente et évidemment je ne comprenais pas ce dont il s'agissait. Un moment j'ai cessé de le faire, je me suis dit que cette vision n'avait aucun sens.

Au moment du soin du recouvrement d'âme, le pratiquant chamanisme va chercher la partie d'âme perdue, la ramène, la souffle ou dans le cœur et puis te raconte le voyage qu'elle a fait.

Donc elle me raconte son voyage et m'explique exactement la même vision que j'ai eu de nombreuses fois auparavant : « Dans une île, j'ai plongé dans la mer, je me suis retrouvé devant une dalle, j'ai soulevé la dalle... » Je me suis dit : « mais ce n'est pas possible ça, comment tu sais ? c'est le rêve que j'ai fait des dizaines de fois. » Et puis elle m'a dit de regarder mon visage.

Il n'y avait pas photo, du coup il y avait de la lumière dans mes yeux, la vie était de nouveau revenue. Tout le monde autour de moi l'a vu, tout le monde me demandait ce que j'avais fait, ce qu'il m'était arrivée... Je suis rentrée dans le cabinet de mon médecin traitant qui m'a dit : « qu'est-ce que vous avez fait ? » j'ai dit : « juste un petit truc énergétique » il a dit : « je ne sais pas ce que vous avez fait, mais en tout cas » Tout le monde l'a vu, tout le monde a vu qu'il y avait quelque chose qui était entre guillemet revenu.

Là je me suis dit que cette fois-ci c'est bon, que c'était vraiment pour moi. J'ai été me former au recouvrement d'âme et j'ai continué à apprendre. C'était il y a 12 ans. Depuis 2002 je n'ai jamais cessé d'apprendre les soins chamaniques, d'aider, de pratiquer et donc j'ai fait tous les séminaires des Poncelet. J'ai rencontré d'autres pratiquants en chamanismes. J'ai fait des cérémonies. J'ai essayé pour me faire ma propre opinion. Voilà, c'est comme ça que le chamanisme, j'ai été projeté dedans, j'ai pas choisi, j'ai pas réfléchi, ça m'est vraiment tombé dessus. Bien évidemment je me suis dit qu'il y a des liens entre psychologie et chamanisme.

Y a-t-il des points de connexions entre pratique psychologique et pratique chamanique?

En psychologie on parle de dissociation. Pour moi la dissociation, c'est le nom moderne de : il y a une partie de toi, de tes émotions qui est sur un autre plan. Il faut aller la chercher pour redevenir entier. Ça peut être comparé au recouvrement d'âme.

L'extraction c'est de l'énergie, quelque chose qui ne t'appartient pas, qu'on va retirer. Il y a recouvrement d'animal de pouvoir, qui est quelque part : je n'ai plus accès à mes ressources. Où sont-elles ? Où est-ce que je peux aller les chercher ?

Ça a évidemment pour moi des liens avec l'hypnose, Milton Erikson a toujours travaillé avec l'énergie. Quand il dit : « ma voix t'accompagnera ». C'est les mots qu'il dit mais c'est l'énergie qu'il y met, c'est cet espèce d'accompagnement subtil de l'autre.

Ça a des liens avec l'hypnose, l'EMDR, on reconstruit au niveau du cerveau des nouvelles images. Ça a des liens avec les constellations familiales et systémiques. On ne peut décemment pas faire une constellation familiale et systémique sans travailler avec les ancêtres. Qui est-ce qui travaille avec les ancêtres ? Les pratiquants en chamanisme. Pour moi c'est juste, une autre lecture, un autre modèle, d'autres mots sur des mêmes pratiques. Ça a le même sens.

Aussi avec la somatique experiencinng de Leving qui traite le trauma. La somatique experiencinng travaille sur la décharge énergétique bloqué au niveau du corps.

Dans les constellations familiales, on représente les membres d'une famille, d'un système. Alors si on regarde ça au niveau chamanique, on dit qu'on travaille sur un autre plan, oui énergétique évidemment. Il y a une connexion avec les âmes, puisque le chamanisme traverse l'espace et le temps. Il y a une connexion avec les âmes des personnes qu'on est sensé représentées. La preuve c'est qu'on ressent ce qu'elles ressentaient et que les personnes vont ressentir les mêmes choses que la personne qu'on lui a assignée (par exemple : représente mon père). Alors le chamanisme va dire qu'il est là, sur un autre plan énergétique, il vient aider à la résolution du problème. Sur un plan purement constellations psychologiques, on va dire : vous créez un plan morphogénétique selon le Sheldrake. Très controversé d'ailleurs. Il y a qui disent : « fumisterie ». Il y a qui disent : « bien sûr ça existe ». Les constellations travaille avec ce champ-là. Les pratiquants en chamanisme vont dire que c'est un champ purement chamanique.

Ce n'est pas pour rien que Bert Hellinger, qui est le fondateur des constellations familiales et systémiques, a travaillé 16 ans avec les Zoulous. Il a observé les pratiques ancestrales de guérisons. Avec ça, il a fait les constellations familiales et systémiques. Alors dans les constellations familiales et systémiques, on fait des extractions, du recouvrement d'âme, des recouvrements de l'animal de pouvoir entre guillemet parce qu'on va chercher des ressources. On travaille avec les ancêtres, on fait des guérisons transgénérationnelles. On dégage une énergie qui est restée bloquée comme on le fait dans d'autres pratiques. On ne dit pas qu'on le fait comme ça, avec des mots entre guillemet chamaniques, mais on fait exactement la même chose. Je suis de plus en plus convaincue que c'est juste une question de modèle auquel on se réfère. Les bons psychanalystes, les bons psychiatres, les bons psychologues, l'ont toujours fait. Ceux qui obtenaient des résultats, ont utilisé cette énergie chamanique. Ils ne savaient peut-être pas mettre les mots, mais je pense qu'ils le faisaient intuitivement. Ça c'est moi, comment je vois les choses aujourd'hui.

Je n'ai pas trouvé jusqu'à présent, une pratique chamanique qui ne se connecte pas à une pratique psychologique d'aujourd'hui. Bien sûr que la psychologie travaille avec l'énergie. Comment elle pourrait faire autrement ?

Si la psychologie ne s'en tient uniquement au mot, ben ça marche pas, ça ne marche jamais. Ça marche avec des gens qui sont capables de symboliser, et d'idéaliser. Moi je travaille avec des enfants traumatisés, ils ne sont pas capables, si ça passe pas par l'énergie bloquée dans leur corps, aucun changement. Je travaille dans l'aide à la jeunesse, je travaille dans l'adoption et à force d'avoir travaillé avec des enfants qui ont été blessé tellement précocement au niveau du lien, j'ai dû trouver d'autres choses avec eux. Parler avec un enfant, on oublie. Il te regarde et il se disant « cause toujours tu m'intéresse. J'vais pas te raconter mon histoire que j'ai déjà expliqué 150 fois à 150.000 psy, tu me proposes quoi d'autres ? » « Bon bah des pratiques psycho-énergético-chamanique ? » Je leur donne un tambour, je leur dis « vas-y est ce que tu veux bien frapper ta colère ? »

Bon qu'est-ce que je fais ? Un peu des deux parce que je sais que taper le tambour va ouvrir un espace de conscience modifié, j'vais pouvoir travailler avec l'hypnose, avec l'énergie et aussi avec les mots j'vais pouvoir leur dire : « tu sais pourquoi tu es en colère ? ... Ha j'vais t'expliquer un peu », Psycho-éducation : « Bah parce qu'à un moment tu étais très en colère et c'était juste, sur quelqu'un qui t'a fait du mal. Mais tu étais tout petit, alors tu n'as pas su.

Qu'est-ce qu'on fait quand on est en colère ? On s'en fuit, parce que c'est insupportable ou on se bat. Tu n'as pu faire ni l'un, ni l'autre quand tu étais en danger ».

Bien sûr qu'au départ, et ça m'a beaucoup aidé et c'est indispensable, il faut une compréhension des mécanismes psychologiques. Mais alors, pour les accompagnés, il y a plein d'autres trucs y compris parler et donner du sens.

Pour moi, pour le moment, je pense que tous les diagnostics, toutes les observations qu'on peut faire avec les modèles de la psychologie, se rattachent à une pratique ancestrale.

La pratique psychologique et chamanique peuvent-elles s'allier l'une à l'autre ?  
Comment le faites-vous dans votre pratique de soin ?

### **Dans quelle situation proposez-vous un travail chamanique ?**

Il y a deux façons. Maintenant que les gens me reconnaissent ou me connaissent, on peut m'envoyer quelqu'un en me disant : « il a besoin de ». Alors, c'est ici, dans mon cabinet. Je dis « bon bah très bien, on va faire un recouvrement d'âme, mais pour faire un recouvrement d'âme il faut un témoin, tu viens avec un témoin. Donc voilà comment ça va se passer, je vais demander à ton témoin de faire du tambour. Je vais me coucher à côté de toi. Je vais envoyer mon animal totem ou mon animal de recouvrement d'âme, chercher ton âme puis je vais te le raconter, etc. »

Violaine : Et le témoin n'a pas besoin d'être initié ?

Sabine : pas du tout, juste comment il faut battre le tambour. Dans un cercle chamanique, dans un travail chamanique, on se met en cercle, j'ai déjà un autel. On brûle un peu de sauge et on joue du tambour pour ouvrir le champ, c'est-à-dire sacraliser. Sacraliser ça veut dire quoi : on est dans un espace sacré, éthique, particulier, dans lequel on va faire appel à des forces qui ne sont pas visibles dans le monde ordinaire. Donc on les convoque, on les appelle, on demande leurs aides et leurs soutiens, on ouvre le champ au tambour. Une fois que c'est fait, on propose à la personne de jouer au tambour, pendant que moi je vais chercher la partie d'âme perdue. Puis la souffler dans le cœur ou dans la fontanelle, comme je le sens et puis raconter à la personne le voyage que j'ai fait. Donc ça c'est facile, évidemment puisque le cadre est clair et déterminé.

Je sais que ça donne confiance aux gens, le fait que je sois psychologue. Je sais ce que je fais. Je sais que le recouvrement d'âme, c'est de la dissociation traumatique. Ça veut dire que quand on a eu un choc, on a une partie d'âme, qui est partie dans un autre plan. Je sais qu'au niveau des conséquences, on ne ramène pas une partie d'âme comme ça. Il faut que la personne soit prête. J'ai quand même un entretien avec elle en disant : « ok, tu es venue jusqu'à moi, quelque part ça veut peut-être dire que tu es prête mais je vais le vérifier ». Je ne fais jamais de recouvrement d'âme comme ça. C'est les Poncelets qui nous l'on appris, on va toujours demander l'autorisation à mes esprits. Je vais demander est-ce que je suis la bonne personne ? Est-ce que je peux faire ça aujourd'hui ? Est-ce que je suis habilitée à le faire ? Est-ce qu'il y a des conseils pour accompagner la personne ? Et si les esprits – je ne sais pas ce que c'est les esprits – disent : non pas aujourd'hui, tu n'es pas habilitée à faire ça. Ça m'est déjà arrivé. Je le dis à la personne : « Ha je suis désolé, je n'ai pas reçu l'autorisation » La personne est très surprise. Non, éthiquement sans avoir l'autorisation du monde non ordinaire, je ne le fais pas.

Bon donc là, le cadre est clair, si le cadre l'est moins.

Violaine : Si je peux me permettre, du coup vous demandez aux esprits, mais en même temps vous avez également un entretien au préalable, pour savoir à quoi elle s'engage, etc.

Sabine : oui, un entretien quand elle vient.

Je dis bon voilà « tu viens pour un recouvrement d'âme, est-ce que tu sais ce que c'est ? ok, je vais t'expliquer. Tu sais quand on vient pour un recouvrement d'âme, il faut vraiment être prêt. Quand tu récupères une partie perdue, c'est un vrai choc. Ça veut dire que c'est une partie de toi qui est vraiment importante mais que tu n'as peut-être plus apprivoisée depuis des années, il va y avoir des changements dans ta vie. Je ne sais pas ce que ça va être, mais ça peut être spectaculaire.

De ramener l'âme, ça va faire un choc peut-être, peut-être pas. Donc il y a des conséquences, j'informe la personne. Si elle est non plus elle n'est pas prête, parce que le recouvrement d'âme c'est simple, mais après, la personne doit garder cette partie, elle doit ré-accueillir cette partie en elle. Si elle ne le fait pas, la partie repart et donc il faut recommencer. Après il a des choses que tu vas devoir faire avec conscience et l'énergie que tu vas devoir mettre. Tu vas devoir aller voir, rentrer en dialogue avec cette partie perdue, la respectée, l'accueillir, la rassurée. Si c'est une petite fille qui a été abusée et qui s'est dissociée à ce moment-là, tu vas devoir la rassurée, la maternée, l'accueillir, c'est un gros boulot. Donc il y a une conscience à avoir et donc il y a un dialogue effectivement avec la personne. Si la personne me dit « ho j'avais pas pensé à ça », bon bah il va falloir y réfléchir, va peut-être falloir revenir parce que faut vraiment que tu sois prête. C'est rare en quand la personne vient et qu'elle vient spécifiquement pour un recouvrement d'âme. L'entretien permet de faire le recouvrement avec son témoin. Mais ça veut dire qu'il faut prendre deux heures minimums pour faire ça.

Si la personne vient pour un soin psy normal, je fais un entretien psy : « qu'est-ce qui vous amène aujourd'hui ? Quelle est votre demande ? Qu'est-ce je peux faire pour vous ? » Alors en général je propose toujours déjà quelque chose d'un peu alternatif, c'est-à-dire : « Par rapport à ce que vous me dites là, on pourrait travailler en EMDR, par rapport à ce que vous me dites là on pourrait travailler en hypnose Ericksonienne, par rapport à ce que vous me dites là on pourrait travailler avec les constellations » et j'explique un peu. En général, la personne ne connaît pas, donc j'explique et puis je vois. « qu'est-ce qui vous parle dans ce que je viens d'expliquer ? » « ho peut-être l'EMDR » l'EMDR est maintenant de plus en plus connue, maintenant il y a des gens qui viennent, parce qu'ils savent que tu fais de l'EMDR ; donc plus facile aussi. Ceux qui ne savent rien, je propose et je dis « est-ce qu'il y a quelque chose qui vous parle ? »

Quand c'est des enfants, je dis « voilà j'ai différentes choses, peut-être je vais te montrer » et je dis aux parents : « vous allez faire une séance d'EMDR avec moi, comme ça votre fils-fille voit et comme ça elle peut décider si ça lui convient ». Alors, on travaille sur un truc entre guillemet, pas trop trash et je fais une séance d'EMDR avec le parent. Du coup, l'enfant voit comment je travaille et je lui dis « qu'est-ce que tu en penses ? Bah tu vois la prochaine fois j'essaierai avec toi ». Ça se passe assez bien.

Je propose rarement d'emblée quelque chose de chamanique mais alors qu'est ce qui se passe c'est qu'effectivement dans mon cabinet, il y a des tambours. Donc pas la première séance, mais la deuxième séance, la troisième, les gens finissent par dire « c'est quoi ces tambours ». « Ha bah c'est des tambours qui servent à faire des soins ». Quels genres de soins ? » « des soins qu'on appelle chamaniques » Parfois.. rien.. Parfois.. et puis ça fait son chemin. Puis avec certains enfants je vais leur dire « écoute, je vais jouer du tambour ; parce que le tambour ça permet de s'ancrer, de sentir les vibrations et la terre, alors je vais jouer un peu de tambour, juste ça et tu vas me dire ce qui se passe ». Voilà on commence comme ça, j'apprivoise, c'est le renard et le petit prince, j'utilise une sensibilisation.

Quand la confiance est vraiment établie avec la personne, je peux dire : « vous savez, la dissociation vous le vivez parce que vous avez connu un viol, parce que vous avez connu un grave accident ou parce que..., il existe un soin traditionnel – je dis pas chamanique – traditionnel, ancestral et qui permet vraiment de chercher cette partie qui vous manque. Est-ce que ça vous intéresse ? Est-ce que vous aimeriez recevoir ce soin, tenter cette expérience ? »

Alors, je l'utilise aussi dans mes formations. Quand les gens me disent « holala c'est difficile quand même, d'accompagner quelqu'un qui part en vrille » je dis « écouter, je peux vous expliquer comment vous ancrer, comment faire, ça va prendre une heure et peut-être vous n'allez pas comprendre, mais seulement si vous avez un jardin, on va aller près de l'arbre, on va aller s'ancrer dans la terre, on va sentir, grâce à l'arbre qu'est-ce que ça veut dire s'enraciner, il n'y a pas mieux qu'un arbre pour expliquer ce qu'est qu'une racine, et on va faire ça. Ça vous dit ? » Alors ça dépend parfois c'est « elle est complètement fêlé cette formatrice-là » Parfois, ça fait plof. Parfois, ça fait « pourquoi pas ». Alors bien sur je fais ça avec les équipes avec lesquelles je travaille depuis longtemps.

Et puis maintenant, grâce à internet, il y a des gens qui vont taper mon nom et qui vont dire « ha vous faites du chamanisme ! » « oui ! » « et c'est quoi ? » et qui disent « ha je peux venir vous voir en individuel ? Voilà pas là en plein milieu de mon équipe mais y'a des choses qui me parle, il y a des choses qui m'intéresse, j'vous amènerai bien mon fils, etc. »

Alors dans les enfants adoptés, parce que je travaille à l'envol, qui est un organisme d'adoption. Il y a beaucoup d'enfants qui viennent de ces pays-là et qui ont ça dans leurs gènes. Des enfants qui ont travaillé avec des pratiques vaudous dans leur village, des enfants qui viennent d'Amérique du sud et dans lequel il y avait une guérisseuse un guérisseur, et puis voilà il y a des parents adoptifs qui me disent « vous n'auriez pas un petit rituel ? » Peut-être oui. Donc c'est un peu comme ça. Mais par précaution, je commence toujours par des choses assez classiques mais toujours de la psychologie alternative. Moi je ne fais pas de la psychanalyse, très vite je fais autre chose que parler. Voilà c'est comme ça que ça s'intègre vraiment très facilement dans la pratique.

### **Qu'en est-il du rôle du verbe et du mental ?**

En fait on est dans une culture ou on a beaucoup besoin de comprendre, donc c'est indispensable. Il faut faire avec. Pour moi, traditionnellement, les pratiquants chamaniques ceux qui sont reconnus chamanes quand ils font des initiations dans les pays d'origine ou quand ils prennent des disciples, rien est expliqué, ça dure des années et c'est par la pratique.

Je connais des praticiens, notamment un Français qui est Jean-Pierre Mérand, qui a appris comme ça. Alors bien évidemment, c'est pas pour notre culture, ça ne va pas, ça ne respecte pas notre désir de comprendre, donc c'est très important d'expliquer, de donner du sens, de rassurer le mental et de donner une place au mental et si possible alors de rattacher à des modèles connus. Quand on parle de dissociations, les gens qui ont déjà été chez des psy, ils savent un tout petit peu ce que c'est.

Violaine : J'ai cru comprendre qu'il y a peut-être aussi un rôle de préparer, c'est peut-être aussi là le travail psychologie, c'est justement de préparer la personne à un recouvrement d'âme. J'veux dire à un moment vous avez dit que vous avez gardé quelqu'un pendant un an, je doute que dans une pratique chamanique, que ça s'étale sur un an, alors que chez nous en tant que thérapeute, on a l'habitude que ça dure beaucoup plus longtemps. Je pense que le rôle du psy, dans les pratiques chamaniques est de préparer la personne, de le préparer à recevoir son âme.

Sabine : oui je pense que c'est vrai, sauf quand ça ne l'est pas. J'veux dire parfois c'est tellement évident. Il m'est arrivé avec des enfants, juste de dire : « j'ai l'impression que tu es cassé en mille morceaux, qu'il y a des morceaux un peu partout qui volent dans la pièce et que ça serait bien si on les remettait ensemble. » et l'enfant fait : « ha ouais ! » Okay, c'est bon vas-y, tu as pris une image. Tu dis « tu sais quand on fait un puzzle, quand on recolle les morceaux, ce qu'on peut voir après ça peut être un peu perturbant » et donc on prépare avec les mots et c'est pour ça le verbe. Donc en fait, c'est pas la longueur de la préparation, c'est la qualité de préparation et c'est pour ça les mots. Quand on parle à un enfant, on parle avec des images et quand on dit à un enfant : « tu sais j'ai l'impression que quand il y a eu ce truc-là, tu as volé en éclat, tout s'est éparpillé dans la pièce » et l'enfant fait : « Ha ouais alors » c'est le cri du cœur ! il le sait, il le sait qu'il y a des morceaux partout, qu'il est en mille morceaux. Il le sent, il le sait et tu viens juste mettre des mots sur quelque chose qu'il vit. Est-ce que tu vas attendre ? non

Est-il possible d'être psychologue et praticien chamanique en même temps ? Qu'est-ce que le chamane apporte au psy et le psy au chamane ?

Je pense avoir répondu en disant que le psy, il apporte la connexion avec nos modèles, le rationnel, avec la compréhension et avec toute la culture occidentale et c'est indispensable ici. Qu'est-ce que le chamane apporte, bah des outils, des outils formidables, extraordinaires, puissants. L'un enrichit l'autre.

Est-ce que vous avez une déception ou une limite que vous avez par rapport au chamanisme ?

Il y en a une, c'est pas une déception, mais quand même... Le chamanisme est une pratique collective. Alors pour moi, le chamane en chambre, c'est quand même pas ça quoi. Donc le plus possible, quand on fait des soins chamaniques, on le fait avec un réseau. Si possible on dit à la personne pour un vrai soin : « est-ce que vous pouvez attendre qu'on convoque la communauté, plusieurs personnes pour faire le soin ». Alors ça pour moi, c'est l'idéal.

Ça veut dire qu'on n'est pas tout seul avec son égo à faire ça, qu'on a garantie collective et que on sait bien pour moi que, la puissance du soutien collectif, ça fait un plus. Ce qui fait que pour moi, c'est pas une déception, mais la pratique chamanique en cabinet, c'est moins bien. C'est moins bien, vraiment, c'est moins bien que les pratiques collectives.

Alors Bert- hellinger qui fait des constellations, le savait. Il est venu il y a quelques mois et il y avait 500 personnes dans la salle pour consteller, pour soutenir le champ. Bon c'est quand même quelque chose. Ce champ d'énergie, il y a comme une trame. Vraiment, quand il y a un rituel collectif ou un soin collectif, il y a vraiment une trame énergétique qui est comme un berceau. On est obligé de prendre des images parce que ça fait pas partie de nos perceptions au niveau de nos sens, mais c'est vraiment ça, c'est comme s'il y avait un filet de sécurité qui vient se mettre autour de la personne qui demande le soin. Alors ça quand on travail individuellement avec une personne, bah il n'y a pas. Puis on est beaucoup plus influencé par son égo. Donc autant que faire se peut, moi j'aime bien mettre un autre cadre, travailler avec le soutien d'une collectivité. Ça je regrette que c'est très peu... c'est pas facile d'abord, avec les agendas, les rendez-vous... Puis alors, en principe un soin chamanique c'est gratuit. Il n'y a pas d'argent quoi qu'on en dise.

Violaine : Mais il y a quand même un échange ?

Sabine : il y a un échange. Alors, après ça demandé un remboursement mutuelle après la consultation, ça fait bizarre. Quoi demander ? Quand on a convoqué dix personnes, qu'on a pris deux heures pour faire un soin, combien on demande ? Ça n'a pas de prix. Alors parfois on demande, c'est-à-dire que quand une personne vient en disant : « je veux un soin chamanique », on lui dit qu'on ne va pas la faire payer, que ce sera gratuit. Donc j'ai 5 personnes qui font ça avec moi, on s'appelle, on se dit tel jour on sera tous les 5 et on fait le soin chamanique. On dit à la personne, c'est gratuit. En fait non, c'est un échange énergétique c'est-à-dire que ce que vous avez reçu aujourd'hui n'a pas de prix, mais vous allez, vous, vous engager à faire quelque chose qui n'a pas de prix, pour quelqu'un, un jour. On ne sera pas là pour contrôler, mais vous prenez cet engagement avec nous. Peu importe ce que c'est, vous allez aider un enfant, vous allez soutenir quelqu'un, financièrement, affectivement, vous allez offrir un repas à un SDF, etc. Vous allez rendre énergétiquement, ce don que vous avez reçu.

Voilà, ça c'est le prix du soin. Parce qu'en fait, on a tous les 5, la chance et c'est un privilège, de pas avoir besoin de ça pour manger. Donc il y a cet échange là et on lui dit : « après le soin, on va prendre un moment pour partager, un moment convivial, et c'est toi qui apporte des douceurs à partager » une tarte ou quoi, et on prend ce moment, pour partager. Elle a amené quelque chose et elle va rendre quelque chose à l'univers. Donc je ne peux pas dire, que c'est un problème ou une déception mais il y a quelque part un souhait que ça ne devienne pas un business.

Qu'est-ce que le chamanisme apporte à notre vision occidentale ? Du point de vue de la guérison et de la maladie ?

Mais ça apporte je pense une autre manière de voir les choses. Je pense que le chamanisme, ne parle pas de maladie, elle parle de déséquilibre. C'est un peu comme dans la médecine traditionnelle chinoise, on rétablit un équilibre.

La grande différence, je crois, c'est le principe d'auto-guérison, c'est la personne qui mobilise ses ressources pour retrouver son équilibre. C'est une tout autre vision, il n'y a aucun pouvoir dans une pilule, alors c'est quand même assez différent de la vision occidentale et psy qui guérissent. Pour moi un psy qui guérit, il me fait peur. Heureusement, il y a des psychologues qui disent, je vais juste aider la personne à mobiliser ses ressources d'auto-guérison, j'accompagne, je donne l'appui nécessaire pour que la personne, même c'est un appui très solide et fort. Mais en attendant, si la personne ne mobilise rien, il ne se passera rien.

Ça c'est vraiment la vision chamanique et du praticant en chamanisme qui dit, d'abord c'est pas moi, c'est les ancêtres, c'est les esprits, les forces, etc... Moi je vais juste permettre le lien, la mobilisation, l'aide et le soutien de ces énergies non ordinaires. J'aime beaucoup d'ailleurs parfois les chamanes sibériens qui sont bourrés à mort, complètement pétés mais quand ils sont connectés, c'est comme s'ils n'avaient pas une goutte d'alcool dans le sang. Il y a une espèce d'humilité au niveau de l'égo qui devrait être là. Maintenant, il y a des espèces de charlatans-chamanes qui se prennent pour dieu le père. Ils disent deux mots, c'est bon à compris. Ceux qui disent moi je prends la médecine, parce que c'est la médecine, la grand-mère ayahuasca qui parle à travers moi. Quand quelqu'un dit moi je sais ce que vous avez et ce qu'il faut faire, on regarde et c'est dangereux. Il y a une humilité, une impeccabilité que le chamanisme apporte et puis une conscience que c'est un vrai partenariat, c'est la personne qui va mobiliser ses propres ressources. C'est pour moi, le plus extraordinaire c'est, parce que le grand enseignement de toutes ses pratiques chamaniques.



## 2. Interview – Dominique Besso

Comment vous êtes-vous intéressée à la psychologie ?

Je me suis toujours intéressée aux gens, nourrie par un profond désir de comprendre leurs fonctionnements. J'ai beaucoup voyagé pour essayer de comprendre comment dans d'autres pays ça fonctionnait et comment on abordait les gens, comment on abordait leur problématique. A l'université, je me suis lancée dans ces études-là mais sans savoir très bien ce que j'en ferai et de quelle façon j'allais travailler. Directement après mes secondaires j'ai fait la psycho à l'ULB.

Comment vous êtes-vous intéressée au chamanisme ?

C'est au travers de mes voyages. J'ai réalisé très jeune, qu'il y avait tout un monde qui existait, qui n'était peut-être pas visible par tout le monde dont on en parlait pas. J'ai eu pas mal de rêves qui m'ont inspirée ou instruite sur des domaines qui n'étaient pas abordés culturellement. Notamment lors de décès dans ma famille j'avais l'impression de sentir ou de voir et de dialoguer avec le défunt ; alors que ça n'apparaissait pas clairement de la même façon pour ceux de mon entourage.

Très jeune j'ai appris à me taire car je voyais qu'il n'y avait pas d'écho. On me disait que je rêvais, que j'imaginai. C'est pour ça qu'assez rapidement, assez jeune, j'ai eu envie de partir à la découverte d'autres cultures pour comprendre par exemple, comment le thème de la mort était abordé. C'est après mes études, dès que j'ai eu mon premier salaire que j'ai commencé à voyager. Chaque année je gardais mon argent pour pouvoir faire un grand voyage et aller voir dans d'autres parties du monde s'il y avait des personnes qui pensaient comme moi, si j'étais vraiment isolée, ou s'il y avait des cultures qui abordaient les choses différemment.

Le premier voyage que j'ai fait c'est au Tibet, pendant un mois un trek dans les montagnes pour aller d'une oasis à l'autre. Là, ça m'a fort marqué parce que d'abord j'ai beaucoup rêvé des chemins du Tibet. Sur place, je me suis rendue compte que finalement c'était la même chose que dans mes rêves. J'ai découvert ce que c'était la spiritualité intégrée à la vie quotidienne.

Une dimension sacrée vraiment intégrée à la vie quotidienne, qui n'en n'est pas séparée. Notamment quand on est arrivé je me souviens, il y avait un moine qui avait été appelé pour prier, pour appeler le vent pour séparer la lie du grain et au moment où on est arrivé, au lieu de le déranger comme on dérangerait dans un office ici. On est arrivé finalement comme une abondance et comme si on allait renforcer la qualité de ses demandes et ses prières, par notre venue. Donc il était tout heureux de nous accueillir et de voir que sa prière allait porter encore plus que si nous n'étions pas venus. Comme un signe de bon augure. C'est comme si tout était intégré à la vie quotidienne.

Puis j'ai été beaucoup en Amérique du sud, un moment donné je suis même partie pendant 6 mois. C'est simplement le fait de vivre avec les gens... En Afrique aussi. De respirer l'odeur des lieux, de se mettre au rythme des gens, de voir que l'essentiel c'est d'abord de boire, de manger, de se laver. Et alors, l'amour ... L'entraide, le partage.

Je n'ai pas dit que c'est partout comme ça. On n'est pas dans un monde de bisounours. J'ai surtout été dans des tribus forestières, dans des petits villages reculés. Au Tibet, je suis partie avec un groupe et des guides parce que dans les montagnes il est indispensable d'être accompagné par des locaux. C'est le seul voyage organisé que j'ai fait. Par exemple, le guide qui nous guidait, n'arrêtait de réciter des mantras pour nous souhaiter la protection et la bienveillance. Les drapeaux à prière aussi... Je trouvais ça beau que le vent continue à réciter les

prières. Toute la vie est jalonnée d'une conscience sacrée. En Amérique du Sud, je n'ai pas vraiment cherché à rencontrer des gens particuliers comme des shamans, Ce qui était important pour moi était d'être en contact avec les gens et vivre avec eux. On dit que les voyages forment la jeunesse car à l'étranger, les références sont différentes ce qui nous permet d'élargir notre propre référent, d'avoir une autre vision des choses. Tout ce côté sacré, toute cette dimension de la vie... que la mort n'existe pas finalement, que la vie continue éternellement. Les rituels qui sont fait pour les défunts, les rituels qui sont fait pour la naissance.

Violaine : Comment vous avez réussi à rencontrer des gens ?

Dominique : Je suis simplement partie en avion avec un aller-retour, mon compagnon et le guide du routard. Le fait d'avoir le temps, de suivre son intuition, ... D'ailleurs dans ces pays-là, si on veut être dans une logique, il n'y a rien qui fonctionne et si on suit plus son intuition, ce que les gens vous disent et ce qu'on ressent ; les choses se mettent naturellement en place. C'est une autre façon de fonctionner.

Au Canada, j'ai eu aussi eu l'occasion d'aller dans une tribu forestière où ils enseignaient les rituels aux jeunes. Dans ces tribus, Avec la télé, il y a toute une envie du modèle des Etats -Unis, des pays dits civilisés. C'était une période où les anciens essayaient de réintroduire, d'enseigner les rituels aux jeunes, à ceux qui en avaient envie en tout cas. On a eu l'occasion de participer aux enseignements et comme ils parlaient français, c'était très intéressant.

Pour donner un exemple, j'ai pu assister à un rituel de naissance... Toutes les mamans portent les bébés de l'année, un grand feu qui est allumé, qui représente la force de vie. Ils tendent les enfants vers l'ouest, le coucher du soleil. Ils disent que comme le soleil qui se couche, ces enfants ont déjà eu plusieurs vies, qu'ils sont déjà morts plusieurs fois. Ensuite, il les tourne vers le nord ; le nord c'est l'hiver. Ils disent : « grâce à tous nos rituels, tu as pu t'élever dans la lumière et être un ancien qui a veillé sur nous ». Ensuite, il les tourne vers l'est ; l'est c'est le soleil qui se lève et disent : « aujourd'hui avec le soleil qui se lève tu nous fais l'honneur d'être revenu parmi nous ». Et le sud, c'est la pleine manifestation, les fleurs, les fruits, les légumes. Ils disent : « nous en tant que groupe, nous allons t'aider à manifester pleinement le potentiel pour lequel tu reviens ».

Si nous avons été regardé avec ces yeux-là, depuis notre naissance, on aurait peut-être une autre image de nous-même, on aurait peut-être fonctionné différemment. On aurait été l'expression de ce potentiel. Ce qui m'a surtout marqué, c'est que dans nos cultures, en fait, on nous a surtout appris à être de bonnes éponges, on nous a appris à lire dans le regard de l'autre ce que l'autre attend de nous et à répondre à cette demande. Finalement en tant qu'enfant comme si on ne connaît rien et que l'adulte doit nous enseigner, nous éduquer, nous apprendre tout. Dans cette tradition, l'enfant qui vient au monde est une vieille âme donc en partant du principe qu'il est passé de multiple fois d'un plan à l'autre, toute la connaissance est en lui. A la naissance, c'est comme si on venait avec son sac-à-dos rempli de tout son potentiel et qu'on va le déployer tout au fil de sa vie. Il y a une écoute très grande des enfants, de ce qu'ils disent, de ce qu'ils ressentent, de ce qu'ils appellent leurs visions.

Chez nous l'imaginaire, c'est du vent. Alors que pour les traditions chamaniques, c'est la voie d'accès au plan non ordinaire, c'est-à-dire à l'énergie qui anime la matière. Dans les traditions chamaniques, il y a des règles très strictes : l'enfant ne peut pas tout faire. Je veux dire qu'il est cadré, ce n'est pas un enfant roi bien au contraire mais il y a une écoute et c'est ça qui est très intéressant.

Le chamanisme c'est simplement des traditions qui au lieu de s'attarder à la matière elle-même, donne plus d'importance à l'énergie qui anime la matière, qu'à la matière elle-même. Si l'on considère que dans une relation on est à 80% dans le non verbal : l'intuition, la perception, le ressenti ; c'est donc cette dimension-là la plus importante à prendre en considération.

Violaine : Donc en rentrant de ces voyages, vous avez eu envie d'intégrer ça ?

Chez nous, on nous a appris à être de bonnes éponges et chez eux rien déjà que par les rituels de naissance et l'état d'esprit dans lequel ils sont, ils s'habitent. On apprend aux jeunes à s'habiter, à être eux même et par des rituels parfois de passage qui peuvent être physiquement très durs, on leur apprend à réveiller une dimension plus intime, une force intérieure, une conscience des choses, un élargissement de leur conscience qui va bien au-delà de la matière elle-même. D'ailleurs, par exemple ici on dit : comment tu vas ? ça va ? on se fait la bise. Là-bas, je me souviens en Afrique, quand on dit bonjour, la personne te donne la main et elle garde ta main jusqu'au moment où tu es là, parce qu'elle a envie de rentrer en relation avec toi. Donc si tu es ailleurs, tant que tu n'es pas redescendu là, et que tu n'es pas pleinement présent dans l'instant la personne garde ta main, parce que son but, si tu lui dis bonjour, c'est d'entrer en relation avec toi. Pareil quand il y a une question, parfois il y a un silence de dix minutes et puis la personne te répond parce qu'elle cherche à comprendre ce que tu lui as demandé et quelle est la réponse la plus adéquate.

Violaine : c'est hors de nos codes

Dominique : c'est tout-à-fait différent. J'ai mis longtemps à comprendre pourquoi j'étais bien là-bas et mal quand je revenais, ou moins bien. En fait je me suis rendu compte que dans ces traditions, pas les grandes villes mais les tribus forestières, les petits villages, etc. qu'en fait, quand on arrive c'est comme si on est lu à travers ce qui nous habite. Tandis que chez nous, c'est comme si on est lu à travers l'image qu'on donne. Quand tu arrives, c'est comme si on te perçoit à travers la beauté qui t'habite, en lien avec ce que tu es réellement, profondément. C'est très agréable, parce qu'on se sent tout de suite accueillie, reconnue, dans ce qu'on est profondément et réellement. Alors que chez nous, c'est comme si on est reconnu à travers notre diplôme, notre statut, ce qu'on dit, l'image qu'on donne, les vêtements qu'on a mis, etc.

Violaine : c'est vrai que j'ai du mal avec la notion 'tu es lu à travers' et 'comment tu t'habites'.

Dominique : Par exemple, je me souviens que lorsque je suis partie en Amazonie, le guide qui nous accompagnait avait déjà un nom prédestiné vu qu'il s'appelait Julio Angeles : 'jules les anges'. C'était un gars qui ne payait pas de mine et donc qui était payé un peu d'argent justement par des gens qu'il emmenait en Amazonie. Puis je me suis rendu compte après qu'il allait bien plus loin que ça

Avant le départ, cet homme, nous avait dit : ' il faut prendre du riz, il faut prendre des boissons, parce que en chemin il n'y a rien'. Je lui avais répondu : " moi j'ai envie de vivre comme vous, nous ont n'a pas envie d'emmenner des choses'. Plutôt que de dire oui ou non, Il m'a littéralement ouvert en deux, il a été vraiment comme lire à l'intérieur de moi comme tu vas ouvrir un livre. C'est très impressionnant, on a l'impression que ça dure une fraction de seconde, comme une éternité. Le temps s'arrête. Même j'avais l'impression qu'il lisait des choses dont moi je n'étais pas consciente mais que je sentais qui était juste et dont j'étais porteuse. Après il a dit ok, parce qu'il a sans doute perçu que ce voyage était important pour moi, pour tout le devenir et pour tout ce que je pratique maintenant, c'était vraiment une quête personnelle, une quête intérieure.

Un autre exemple, une des nuits il m'avait réveillée pour me parler. J'ai un souvenir très nette, je me suis assise pour lui parler. Puis un moment donné, il m'a demandé de tourner la tête pour regarder et je voyais que mon corps dormait et que moi j'étais assise pour lui parler. En fait, c'est ces enseignements qu'on reçoit là, parce que on les reçoit pour nous dire 'mais regarde tout ça existe'. Du coup on a plus conscience qu'effectivement, il y a une dimension qui va bien au-delà de ce que notre culture nous enseigne... L'idée c'est qu'on a un corps et une conscience qui habite ce corps. C'est notre corps qui est notre maison d'habitation. Quand on meurt le corps se dissout mais la conscience, dans ces traditions-là est éternelle, elle reste.

Dominique : On vit avec les gens de la région, le temps que déjà le groupe se forme, parce qu'on a le temps. Donc c'est simplement aussi le fait de dire on s'arrête et on prend le temps, on prend le temps de se regarder, de marcher, respirer. On prend le temps d'accueillir simplement, ce qui vient à nous, parce qu'ici on a pas le temps dans nos cultures. Il n'y a que les enfants qui ont le temps, et encore de moins en moins... et les personnes âgées, et ces gens-là ont des visions. On dit, chez les enfants : c'est l'imaginaire parce qu'ils sont petits et chez les personnes âgées, c'est parce qu'elles ont perdu la tête. Dans cet entre-deux on croit qu'il n'y a généralement pas de visions parce que c'est tabou d'en parler donc on exprime pas, mais en fait, tout le monde a des choses à raconter concernant le monde non ordinaire.

Tout le monde à quelque chose à raconter par rapport à la mort. Un signe, une vision, quelque chose... Alors qu'on dit ' si ça lui fait plaisir, s'il a envie de penser comme ça'.

En pleine Amazonie lorsqu'on s'arrête, on coupe une branche de bananier et on s'endort dans les cris de la jungle. Ça nous donne déjà un référent complètement différent. Même si on dort à la belle étoile, notre sommeil n'est pas le même que si on dort dans une maison avec les fenêtres et les volets fermés parce que il y a une double conscience. Le corps est au repos mais on a une vigilance. Déjà le fait de vivre dehors toute sa vie, c'est pas du tout la même chose que de vivre dans une maison. Vivre dans une petite hutte fragile, ce n'est pas la même chose que de vivre dans une maison en dur avec des verrous et des volets. C'est déjà un autre rapport. On a tous cette double conscience en nous... Si on va dormir dans son jardin à la belle étoile ou si on va faire des ballades de nuit en forêt, on a tout une autre dimension, une autre conscience des choses. Tout le monde peut le ressentir.

Violaine : Donc si je comprends bien, vous êtes rentré de ces voyages en vous rendant compte qu'il y avait une autre façon de voir les choses, une autre façon de comprendre le monde et en même temps ça répondait à vos expériences personnelles par lesquelles vous n'arriviez pas à trouver de réponse.

Dominique : Voilà, je me suis rendu compte qu'il y avait un même mode de pensée et donc du coup j'ai eu une appartenance culturelle. C'est quand on a une appartenance culturelle qu'on se sent plus à l'aise aussi d'avoir soi-même une reconnaissance sociale

Quand quelqu'un vient me consulter, ce n'est pas l'image de la personne qui compte, c'est d'abord d'aller voir comment elle s'habite. Dans beaucoup de tradition que ce soit le yoga, la méditation, on va voir au-dedans. Par exemple, on a 80 pourcent d'eau en nous, on va voir l'eau qu'on boit si elle est propre ou impropre à la consommation, on va voir l'eau avec laquelle on se lave, mais on ne va jamais voir la nature de l'eau qui nous habite. Nos os ils grandissent, ils vieillissent, on ne rentre jamais en dialogue avec nos os. On agit dessus s'il y a une fracture matérielle. Entrer en dialogue avec ce qui nous habite, c'est être conscient de la dimension énergétique qui anime la matière

Violaine : Comment vous vous êtes dit : 'ok ça, c'est du chamanisme, c'est ça qui me parle'. Comment vous avez réussi à mettre ce mot sur ces concepts ?

Dominique : J'ai eu l'occasion de faire une formation avec une chinoise, qui venait en France pour faire ce qu'elle appelle : " la lecture psychique" Par un système de rêve éveillé. Elle nous induisait une série de consignes pour nous apprendre à nous lire nous-mêmes et à nous lire les uns des autres. C'était assez stupéfiant parce que c'est très facile de se lire les uns les autres. C'est un peu comme un grand livre et suffit d'aller lire dans la personne. Je me suis rendu compte à la fin de ce séminaire-là, si la personne en a envie et qu'elle ouvre son livre et qu'elle est en demande, c'est très facile, mais en tout humilité. J'avais comme balise que les choses que je percevais n'étaient vraies que si ça avait une parfaite résonance pour la personne et qu'elle me confirmait qu'effectivement c'était sa réalité. Donc quand j'ai quitté ce stage-là, aussi bien l'animatrice que les gens m'ont dit que je devais me lancer là-dedans donc voilà. Le fait d'expliquer à la personne où elle en était, ses blocages, sa réalité, son potentiel, c'est

comme si on donnait un feu vert aux gens d'être reconnus et de dire « oui, finalement pour une fois on reconnaît qui je suis réellement et on m'autorise à être, à faire ».

Après une dizaine d'années, j'ai eu en consultation plus des gens qui n'avaient jamais fait de travail sur eux-mêmes, pendant la consultation c'était très intéressant. Pour eux c'était comme une retrouvaille avec eux-mêmes, mais ils n'arrivaient pas à mettre en pratique dans leur vie quotidienne les clefs qui étaient données durant la consultation, ils retombaient dans leurs vieux schémas. Alors je me suis dit que ça n'avait aucun sens, parce que le but ce n'est pas de dire aux gens les choses mais que ça puisse leur être utile. A ce moment-là, il y a eu tout un virage professionnel dans ma vie où je me suis dit en synthèse que si moi je pouvais lire dans leur livre et qu'il y avait un livre, pourquoi est-ce qu'ils n'iraient pas le lire eux-mêmes. J'en suis encore là aujourd'hui. C'est-à-dire que j'utilise des supports, je pars du principe que les réponses sont en nous et j'utilise des supports, qui sont des supports miroirs de la personne. La personne vient avec une question, une intention et en fait grâce aux supports, elle se donne les réponses par elle-même.

Si tu as vu sur mon site, par exemple on peut faire la lecture de pierre. Dans les pierres il y a plein d'images qui apparaissent, comme les images dans des nuages, seulement dans les nuages ça se dissout très vite. Si tu prends une pierre, ou un morceau de bois, tu peux voir apparaître plein d'images. L'idée c'est de partir avec une question et en fonction des images qui apparaissent, de faire un lien entre les images et la question, un moment donné tu obtiens ta réponse. La réponse qu'on obtient, c'est ça qui est intéressant, c'est une réponse qu'on connaît déjà, donc on n'apprend rien mais on redonne du crédit à l'intuition qu'on a des choses en fait. La technique de base, c'est de partir avec une question ou une intention et d'être dans la sensation de tout ce qui nous entoure, ce qu'on entend, ce qu'on voit, ce qu'on perçoit. Si on met en lien toutes nos perceptions avec notre question, une réponse émerge. C'est très simple.

Violaine : Ça, c'est des choses que vous avez apprises ?

Dominique : Alors non, ce sont des choses qui me sont venues parfois dans mes rêves, en forêt. Cette technique, elle existe certainement mais voilà j'étais avec mes enfants, j'ai proposé ça comme un jeu. En disant on part chacun avec une question, j'ai lancé ça comme ça et quand j'ai vu les résultats de ce jeu, je me suis dit que c'était stupéfiant.

A un moment donné, là où j'habitais dès qu'il faisait beau, je faisais mes consultations dans le jardin, plutôt que de les faire à l'intérieur. Je me rendais compte qu'il y avait comme des synchronicité entre les éléments de la nature et ce que la personne disait. Par exemple, le soleil qui apparaissait ou le vent qui se levait, je trouvais ça surprenant. Petit à petit, j'ai commencé et maintenant avec 90% des gens, je pars en forêt avec eux. Parce que je pars du principe que tout est en nous, la personne sait, même si elle ne voit pas clair. Il y a tout un temps pour préparer la question et puis après on va se balader, pour marcher sa question. Sinon moi ce que je fais quand j'accompagne des personnes, c'est qu'on va en quelque sorte consteller sa réalité. La personne s'arrête à un endroit qu'elle aime ou qu'elle n'aime pas, parce que ça la touche et là elle va consteller sa réalité. C'est-à-dire qu'elle va disposer dans la nature, tous les éléments de sa question. Si par exemple c'est un problème de couple, on va voir où se situe la personne, elle peut être tel ou tel arbre, telle fleur. Elle va situer son mari ou son conjoint, des enfants, son environnement ; tout ce qui relie de près ou de loin à la question. C'est comme si on dispose toute sa réalité autour de soi et on est surpris de constater que ce qu'on se raconte simplement soi-même. Accompagner la personne et simplement lui répéter ce qu'elle dit, lui permet de comprendre sa réalité.

Violaine : Donc là, la nature est un réel outil de travail

Dominique : La nature est un support miroir, comme la pierre, qui fait apparaître des images.

En fait, c'est ça le chamanisme. C'est de dire « mais tu sais, quelque part au fond de toi tu as les réponses et il faut faire ce chemin à la rencontre de toi-même ». Donner du crédit à ce que tu sens,

à ta perception, à ta sensibilité, c'est naturel. A la naissance on est tous avec ce quota là, mais comme on est dans une culture où on ne donne pas de crédit à l'intuition et où on doit correspondre au schéma qui nous est donné ; si tu es toi, mais tu es taxé de méchant, d'impoli, de pas gentil et donc c'est très mal noté en fait, quand on est l'expression de qui on est. Comme on est éduqué par des adultes qui eux-mêmes ne s'habitent pas parce qu'ils ont été éduqués dans un système éponge, dès que l'enfant va peut-être dire une vérité et qu'il rencontre la peur du parent, il va se mettre une balise des choses qu'on peut dire ou ne pas dire parce qu'on touche à quelque chose qui peut être dangereux au niveau de l'amour, au niveau de la reconnaissance où au niveau d'une charge émotionnelle, qu'on fait mieux d'étouffer ou d'occulter. C'est très naturel, voilà le chamanisme c'est pas une peau de bête sur le dos et des chants ou des cris, c'est la vie en fait. C'est notre nature profonde.

C'est très très gai, parce que je fais ça avec des adultes, des enfants. Déjà une consultation c'est deux heures, parce qu'en une heure on n'a pas le temps de se déposer, d'aller à la rencontre de soi et d'avoir un outil après qu'on va utiliser au quotidien. Les enfants, par exemple pendant 1h ils vont courir, ils vont passer la rivière, sauter sur les pierres, pour pouvoir d'abord se remettre en lien avec eux-mêmes et puis un moment ils vont trouver un endroit, c'est parfois une touffe d'herbe et chaque herbe représente un membre de leur famille. La façon dont les herbes se touchent, c'est vraiment la réalité de ce qu'ils vivent. Consteller sa réalité. Quand c'est des petits parfois les parents accompagnent, parfois pas. Parfois ils demandent aux parents de venir parce que c'est l'occasion pour eux de s'exprimer et aussi de pouvoir leur faire comprendre qui ils sont alors qu'ils ont déjà essayé mais qu'ils n'y sont pas parvenus.

C'est intéressant parce que les parents disent parfois « tu as entendu que tu devais t'arrêter » et je dis « oui ils ont entendu mais ils ont besoin d'abord de prendre du temps pour eux. C'est aussi une façon de voir comment le parent réagit ». Ça demande un investissement, parce que je pars en forêt, ça me prend deux heures et ça, c'est tous ces pays-là qui me l'ont appris, qu'en fait rien ne peut se passer si on ne se dépose pas. Ce n'est pas marginal, c'est la sagesse populaire.

Nous, je pense que notre problème c'est qu'on est beaucoup trop enfermé dans des murs et des maisons et qu'on court après le temps et qu'on a plus le temps de se déposer et de prendre le temps d'être dans l'instant présent. C'est très simple. C'est culturel, comme on ne fait pas ce chemin à l'intérieur de soi, et que dans cette société de consommation on nous a dit que les bons repères étaient les repères extérieurs : avoir une bonne maison, télévision, une voiture, gagner sa vie. On ne nous a pas appris à faire ce voyage à l'intérieur de nous-même et c'est pour ça qu'il y a tellement d'anxiolytiques, d'antidépresseurs et de craquages au fil du temps.

Par exemple, j'ai eu une petite fille de deux ans et demi. Les parents m'avaient demandé si je pouvais la voir, mais souvent je vois des enfants un peu plus grands, si c'est des bébés, là je travaille plus avec les parents. Là j'avais accepté, ils m'avaient dit « elle était comme un rayon de soleil avant et tout à coup, on a l'impression qu'elle est en dépression, elle pleure, elle n'est pas bien, elle ne veut plus manger ». On était parti du dessin. En fait, elle m'avait expliquée qu'elle avait dessiné comme ça une grande porte toute noire fermée et elle m'avait dit que la porte s'était refermée. En parlant avec elle, elle m'expliquait qu'avant la porte était ouverte et qu'elle voyageait régulièrement dans une autre dimension, pour retrouver tous ceux qu'elle avait aimé, qu'elle avait connu et que là, la porte c'était fermée et qu'on lui avait dit qu'elle ne pouvait plus passer de l'autre côté. A ce moment-là, je lui ai expliqué qu'au lieu elle, d'y aller, il suffisait de les appeler pour leur demander de venir auprès d'elle dans sa vie et l'épauler dans sa propre vie, poser ses questions, avoir ses réponses et se sentir entourée par cette dimension-là. C'est ce qu'elle a fait et sa dépression s'est arrêtée sur le champ.

Ce n'est pas eux qui ont décidé de fermer la porte, c'est-à-dire que dans la vie, le monde de l'invisible a des règles et des lois aussi. Il y a des gens qui peut-être toute leur vie pourront voyager, et elle dans son système à elle, c'était comme un apprentissage, à ne pas quitter ce monde-ci pour se sentir plus nourrie sur un autre plan, mais d'appeler l'autre plan à venir

l'accompagner dans cette vie-ci. Sinon tu risques de ne pas bien t'ancrer et de vivre dans ta réalité coupée de la vraie réalité.

Ce qui est intéressant c'est d'avoir la certitude que la personne sait, aussi loin qu'elle soit dans sa maladie, ou dans son questionnement et en lui faisant confiance, en étant à l'écoute de son fonctionnement, en ne se projetant pas soi-même, je vois que les gens se connaissent, qu'ils ont leur réponse mais qu'il faut leur donner les moyens et le temps de trouver leurs réponses. Ce temps n'est pas long, 99 % des gens je ne les vois qu'une fois. Comme on irait voir un voyant en fait, mais au lieu moi, de leur donner ma réponse, il se la donne à eux-mêmes. C'est beaucoup plus puissant, parce que le fait de le dire, de l'entendre, de le partager, on ne sait plus le nier. Tandis que si quelqu'un te le dit, tu peux toujours dire « c'est elle qui me l'a dit ».

Les enfants parfois révèlent des secrets de famille, pour les parents ce qui est intéressant c'est que pour la première fois l'enfant est vu de manière positive. Les parents se disent « mais comment il a pu voir ça sur une pierre, dans la nature, comme s'il avait un don particulier » et donc c'est très intéressant parce que le regard que les parents vont porter sur l'enfant est très positif, quel que soit le discours qui est tenu par l'enfant, même si ce sont des choses en théorie secrètes dont on ne peut pas parler, qui seraient peut-être réprimées.

Violaine : Il vous arrive aussi parfois de vous mettre dans un état modifié de conscience ? De faire des rites chamaniques, par exemple les extractions, les recouvrements d'âme, ramener l'âme dans quelqu'un. Il vous arrive aussi de faire ça ?

Dominique : J'ai déjà eu des cas de personnes qui ne s'habitaient pas bien et donc de pouvoir aller rechercher une partie d'âme qui n'a pas envie d'être là, parce que quelque part, le mode de vie de la personne n'est pas en cohérence avec ce qu'il devrait être. Il y a une part d'elle qui n'a pas envie de redescendre dans le corps, parce que c'est comme si, on va décider finalement de se contenter de quelque chose qui n'est pas en cohérence avec nous-même. Au moment où l'âme descend, où on peut reconnecter cette partie-là et comprendre ce que la personne devrait faire dans sa vie pour pouvoir s'habiter pleinement, parfois changer tout son mode de vie, la personne a le sentiment de peser plus lourd !

Finalement ce ne sont pas les croyances qui sont importantes, mais les expériences qui nous enseignent. Je peux par exemple parler des expériences qui m'enseignent mais je ne peux pas parler du futur. Si demain ça ne fonctionne pas, je ne vais pas essayer de prouver à la personne que ça fonctionne.

Violaine : vous arrive -t-il de mettre les personnes dans un état de conscience modifiée ?

Dominique : Oui, quand la situation le nécessite. Par exemple, pour les voyages chamaniques. Qu'est-ce que c'est un voyage chamanique, la personne est assise, allongée on travaille avec un tambour pour provoquer cet état de conscience modifié. Ce qu'on fait, on provoque l'état de rêve conscient. On rêve tous toutes les nuits, c'est quelque chose qui fait partie de nous, mais souvent on oublie le rêve ou une partie, et là grâce au tambour, à la frappe du tambour maintient la personne en éveil et en même temps par le voyage qui est proposé, on stimule l'hémisphère droit qui libère des images, des émotions, des sensations. On provoque la balance des deux hémisphères pour être dans ce qu'on appelle un rêve lucide, ou un rêve conscient, dont on a la mémoire. Ça permet aussi d'aller visiter les mondes non ordinaires pour avoir des réponses à nos questions.

J'apprends aux gens à voyager par eux-mêmes tandis qu'il y a beaucoup de chamanes, c'est pas du tout un jugement ou une critique, qui voyagent à la place des autres.

Je trouve qu'on est à une époque où il est intéressant de se réapproprier tous ces outils, parce qu'on est capable de le faire. Maintenant, si je me trouve face à une personne qui se trouve dans le coma, ou qui n'aurait pas la capacité de le faire, ou qui est tellement débordé émotionnellement qu'elle n'arrive pas à trouver la réponse à sa question... Oui dans des cas exceptionnels on peut voyager à la place de la personne.

Moi je vais dire que ma ligne de conduite c'est donner des outils d'autonomie aux gens, de façon ludique, très simple, amusante. Finalement, il a des gens qui viennent avec de grosses problématiques et au lieu de partir mal et pendant X semaines, mois ou années, de devoir subir un mal-être pour pouvoir en sortir, chaque séance, apporte des outils. Je pense qu'en thérapie, chaque séance doit nous nourrir de quelque chose, sinon ça n'a pas de sens. Au lieu d'aller voir la faille, le problème et de creuser dans le problème pour le comprendre, c'est d'aller voir le potentiel et de se dire si la personne est mal, c'est parce qu'elle n'est pas en phase avec son potentiel, donc on va aller d'abord voir son potentiel et comment être l'expression de son potentiel. A ce moment-là, toutes les discordances, les désaccords même s'ils ont existé font partie de l'histoire de la personne, mais elle ne se vit plus à travers sa faille, ou ses difficultés puisqu'elle va pouvoir enfin se réaliser.

Violaine : Je pense aussi que le faire de façon ludique, de dire on va aller en forêt, etc. Ça change la perception qu'on a du problème.

Dominique : C'est-à-dire qu'on sort du mental. D'abord la personne, quand c'est un adulte on prend sa voiture. La personne est au volant, comme elle est au volant de sa vie. Quand c'est un enfant, on va avec ma voiture ou celle des parents. Dans la nature, on est debout, on marche, on est dans son corps, on se met en mouvement, on est à l'écoute des sensations, c'est comme si on va utiliser un autre monde. Ça permet de privilégier plus la sensation qu'uniquement la construction mentale. C'est cette idée de sortir des murs des maisons, pour aller dehors et pour se mettre en lien avec tout ce qui nous entoure, éveiller nos sens : auditif, visuel, olfactif, kinesthésique, gustatif en lien avec avec notre pensée. C'est ça la démarche chamanique.

Je me suis rendue compte que dans notre culture finalement on est des scanners de failles. Dès qu'on voit quelqu'un, on va aller voir ce qui ne va pas et ce qu'il faut corriger. C'est terrible et finalement c'est très aliénant, parce qu'alors on est perçus à travers quelque chose qui ne fonctionne pas et qu'on devrait améliorer ou corriger. Alors que dans certaines traditions où j'étais (et je n'ai pas dit que tout est bon, il faut nuancer), on va voir la personne au travers de son potentiel. C'est beaucoup plus riche en fait parce qu'on sait très bien qu'il y a des failles chez tout le monde, qu'il y a de l'ombre et de la lumière. Par exemple, en Inde on ne se fait pas la bise mais on salue, on dit « je salue le bouddha qui est en toi » et l'autre répond pareil. Ça veut dire je salue l'être éveillé qui est en toi, donc on va se parler au travers de la partie éveillée qui est en nous, même s'il y a de l'ombre aussi. Ça change toute la dynamique et toute la sphère relationnelle.

J'avais été voir un Lama tibétain au centre tibétain, le Lama Carta qui parlait de la psychologie dans la tradition tibétaine. Une thérapeute disait « oui voir le potentiel c'est très bien, mais quand il y a des problèmes il faut quand même creuser le problème, il faut aller jusqu'au fond des choses » et il a répondu : « chez vous quand votre sac à dos est lourd, vous le déposez, vous videz les pierres qui sont dedans, vous les regardez puis vous les remettez et vous reprenez votre sac. Chez nous, quand le sac à dos est lourd, on dépose le sac et on continue le chemin libre ». C'est une image, c'est une autre façon d'être.

J'organise des groupes en forêt, avec des enfants de 6 à 12 ans, chacun à sa petite tente. On est dans une prairie bien sécurisée avec un bois à côté, et l'idée c'est d'appriivoiser le fait de dormir seul, d'être dans sa tente. Parfois on nous demande ce qu'on fait, on prend simplement le temps de vivre l'instant présent ! Le matin il faut allumer un feu, faire à manger. C'est un peu comme un camp scout sauf qu'il n'y a pas d'activité. On vit simplement, s'il fait beau on va à la rivière mais on sait qu'il y a quand même toute une gestion de vie. Il faut couper du bois, pour manger, pour avoir du feu etc. Tout est relié, comme dans les traditions ancestrales, aux éléments de base

qui est dormir, ne pas avoir froid, manger, se laver et s'amuser et être responsable, on fait partie du groupe. Tout le monde fait la vaisselle, etc... c'est tout simple et en fait les enfants veulent revenir chaque année, les parents sont surpris des changements, des enfants qui ne mangent pas chez eux et qui là engloutissent. C'est simplement une remise en lien avec soi-même, c'est arrêter le temps.

Avec les adultes, ce que je fais c'est qu'on part sous tente, le fil conducteur du séjour c'est le feu. On fait un feu permanent et on se relaye, toutes les deux heures on entretient le feu et celui qui reçoit le feu l'accueille et le réaménage à sa façon. On se rend compte que le feu nous renvoie, comme dans la nature à nous-même, parce que par moment il est plus grand, plus petit, il va s'éteindre, la buche est bien mise, mal mise et le fait d'être seul avec le feu et de le gérer c'est comme si on rentre en dialogue avec lui et rentrer en dialogue avec le feu, c'est rentrer en dialogue avec nous-même et avec notre feu intérieur. Il n'y a besoin de personne, simplement de prendre le temps de le faire. Et c'est ça le chamanisme en fait.

Je me suis rendue compte que par exemple, dans tous les pays du monde entier, avec ces pratiques intérieures justement, que ce soit la méditation, la prière, le recueillement, dans toutes ces traditions c'est partout pareil. C'est : je m'arrête, je me mets en sécurité, je vais à la rencontre de ce que j'idéalise. Bouddha pour les bouddhiste, le Christ pour les chrétiens, le soleil pour ceux qui honorent le soleil, un animal de pouvoir pour ceux qui travaillent avec ça, un ange, etc. Chacun avec sa tradition culturelle, je m'arrête je vais à la rencontre du plus beau. Puis, j'observe et je m'alchimise. Si c'est plus grand, je me grandis, si c'est plus lumineux, je m'éclaire, pour me mettre dans la même musique. Parce que si je suis différent, ça veut dire que je suis dans l'état de séparation. C'est plus beau dehors que dedans et donc si j'idéalise cet archétype là, ce qui est intéressant, c'est qu'au lieu d'être dans l'état de séparation je sois dans l'unité que ce qui est beau dehors, soit beau dedans. A ce moment-là, dans l'unité on peut commencer à s'aimer soi-même, parce que s'aimer soi-même c'est aimer ce qui nous habite. Les jours où on se trouve moche, ce n'est pas notre physique, c'est parce qu'en fait on est pas en cohérence avec nous-même et les jours où on est en parfaite cohérence avec soi-même on va se trouver belle ou beau...

Toutes ces pratiques partent de là, moi souvent je démarre avec ça c'est ce que j'appelle dans mes intitulés « l'hygiène énergétique », c'est d'abord d'aller voir comment on s'habite. Nous comme on est dans une culture éclatée, parce que comme il n'y a plus de référent figé, tout le monde peut finalement se réapproprier son propre référent. L'idée c'est de se dire, mais qu'est-ce qui a de plus beau pour moi ? Une montagne ? Un arbre, un paysage, un guide ? Ce qu'on veut. S'arrêter, se mettre en alliance, s'alchimiser et sentir qu'on peut grandir, dans l'imaginaire, on peut s'éclairer... il y a toute une alchimie imaginaire possible. A un moment donné, quand on passe de l'état de séparation à l'état d'unité, le mental s'arrête et il y a une sensation de confort. Ce qui est intéressant c'est d'entretenir cet état par la répétition quotidienne.

La pratique psychologique et chamanique peuvent-elles s'allier l'une à l'autre ?

Comment le faites-vous dans votre pratique de soin ?

**Dans quelle situation proposez-vous un travail chamanique ?**

Violaine : j'ai l'impression que dans le fond, il ne s'agit pas vraiment d'un travail chamanique, tel que je le vois. On intègre cette philosophie chamanique dans le quotidien c'est-à-dire, s'intégrer avec la nature, trouver ses propres réponses. Ce n'est pas pour autant, que vous allez faire un rituel pour la personne.

Dominique : Ton propre guide c'est toi, et toute ta problématique vient justement des attentes extérieures, qui ont fait en sorte que tu t'es coupée d'une partie de toi-même. La première chose à faire, c'est de te remettre en lien avec toi-même, sans heurter pour autant les autres. Il n'y a aucune violence.

## Qu'en est-il du lieu, du cadre ?

Je fais certaine de mes consultations dans mon bureau, par exemple quand on fait un voyage chamanique, les gens s'allongent. Il y a également des personnes qui ont envie de travailler leurs rêves. Justement c'est intéressant, nos rêves nous donnent également des réponses. C'est un support de départ et donc j'apprends aux gens à travailler eux-mêmes, leurs propres rêves. Donc ils vont venir une fois ici, et puis après ils vont se débrouiller par eux-mêmes. Mon but c'est de ne pas créer de dépendance, c'est donner aux gens ce qu'ils ont besoin. Parfois, il y en a qui vont revenir, parce qu'ils ont besoin de quelques séances mais la majeure partie des gens se sont nourris de l'outil et se le sont approprié.

La plus grosse difficulté n'est pas de comprendre les choses, mais après, d'entretenir une pratique. On est dans une culture où la pensée collective, nous pousse à être de bonne éponge et nous voit à travers nos failles et pas à travers nos potentiels. En plus, on est très souvent dans des rapports dominés-dominants. Ce qu'il faut pour sortir de là, c'est d'avoir une hygiène quotidienne.

On nous a appris à nous laver, à nous habiller, on ne nous a jamais appris à nous habiter. Nous habiter ça veut dire être diffusant de la beauté qui nous habite et pas éponge des musiques extérieures. Comme tout à une musique : la joie, la tristesse, la fatigue, la forme, chaque chose dégage une musique. Un chêne, ne dégage pas la même énergie qu'un bouleau. Pour ne pas être éponge de cette musique, il faut être diffusant de sa propre musique et ça on ne nous l'a pas appris. Chaque jour, si on a pas un petit temps pour faire un chemin à la rencontre de soi, pour prendre un recul par rapport au monde et pour pouvoir avancer après dans sa journée, en étant diffusant de sa nature et pas éponge du monde extérieur ou du regard des autres, si on ne prend pas ce temps-là, on est repris par la pensée collective et on perd cet acquis.

En consultation, les gens ressentent le bienfait des méthodes proposées. Mais s'ils ne pratiquent pas quotidiennement, l'outil se perd. Tous les modes sont bons pour s'habiter, on peut le faire par le biais de nos 5 sens. On peut utiliser les modes visuels ou les modes auditifs, par exemple les bols tibétains. Si on est en forme, le son qu'on va donner est l'expression de la beauté qui nous habite. Si on n'est pas en forme, ou qu'on est mal aligné, le son qu'on va donner est l'expression de ce qui nous habite. On va avoir l'impression que ce n'est pas harmonieux. Répéter le son jusqu'au moment où il devient harmonieux nous permet de nous aligner, de nous habiter correctement. On peut s'aligner par l'imaginaire, par le mode olfactif, kinesthésique, auditif, gustatif... Dans toutes les traditions spirituelles, tous les modes sont utilisés. : il y a l'imaginaire, vu qu'on va visualiser les divinités, il y a l'auditif, puisqu'il y a des chants, des musiques, il y a l'olfactif puisqu'il y a des encens etc., et il y a le kinesthésique puisqu'on va tourner les pages, égrainer un chapelet ou un Mala, il y a même des rituels où il y un mouvement. Ce qui est intéressant c'est d'utiliser tous les modes. Le rituel consiste à associer un geste et une pensée. Le but du rituel c'est d'ouvrir le cœur et de nous mettre en fête, ce n'est pas quelque chose de figé. C'est quelque chose de vivant.

Dans notre culture, on est beaucoup dans des rapports de dominés dominant et orienté plus vers la matière ; on va te dire : « les arbres sont plus grands que toi, le vent est plus libre, le soleil plus lumineux » mais dans la traditions chamaniques ou animistes, qui part plus de l'énergétique, ils vont par exemple dire à un petit enfant « si l'arbre est beau, s'il est grand, il te rappelle qu'il est temps de grandir comme lui ». Physiquement il restera toujours à sa taille physique, mais dans l'imaginaire il va avoir la sensation d'être grand comme un arbre, et donc d'avoir une place. Il ne va pas être réduit par l'image physique qu'on lui donne.

Je travaille beaucoup avec les gens le rapport de confort et d'inconfort. Quand tu es dans l'inconfort avec quelqu'un, c'est que tu as l'impression que la personne est plus grande ou plus petite que toi. Et pourtant, on reçoit tous la même lumière venant du soleil, il n'y a donc pas de plus grand ou de plus petit, de dominant ou de dominé. Si par le biais de notre imaginaire, on rétabli un équilibre des tailles, il y a un sentiment de confort qui s'installe.

Dans les traditions ils disent : " Le jour où tu seras brillante comme le soleil, vaste comme les océans, vivante comme l'eau des rivières, solide comme les montagnes, etc. Alors tu seras une femme libre, parce que quel que soit l'impact des circonstances extérieures, rien ni personne ne peut t'empêcher d'être soleil avec le soleil, d'être océan avec l'océan... Personne ne peut t'en empêcher puisque c'est de l'imaginaire et rien n'y personne ne peut agir sur ton imaginaire. Or, ton imaginaire est l'expression de la musique qui chante en toi. C'est ça le chamanisme, c'est le travail de l'imaginaire.

Si tu changes ton imaginaire, tu changes toute la musique qui chante en toi et tu changes le regard que tu as de toi-même et du monde. Par exemple, on a 80% d'eau en nous, va voir l'eau qui t'habite. Imagine la plus belle eau et habite-toi de la plus belle. L'idée c'est de s'habiter, pour être diffusant de la beauté qui nous habite et c'est seulement là que tu vas pouvoir t'aimer toi-même puisque s'aimer soi-même c'est aimer ce qui nous habite. Une fois qu'on est près on rentre en relation avec le monde et dans le rapport au monde, il faut trouver la distance juste pour que notre vêtement intérieur ne s'altère pas, pour que ce qui nous habite soit comme un point fixe et stable, puisque ce qui nous habite va nous permettre de ne plus être éponge mais diffusant. On va jouer en même temps sur la distance et sur les tailles, ça veut dire que le monde entier est à même taille. On sort des rapports dominant-dominé. En disant le plus beau, ton mental à matérialiser la beauté qui t'habite.

Par exemple, si un enfant s'est fait gronder chez lui et puis qu'il va dans le jardin et commence à galoper comme un cheval. A un moment donné il va penser qu'il est cheval avec le cheval et il s'est remis dans une autre musique. A l'adolescence on va dire « mais tu n'as pas vu l'âge que tu as, à faire le singe à galoper comme un cheval comme ça ». Tu vas te figer et là tu te coupes de ton corps et tu commences à ressasser parce que tu n'arrives plus à sortir de cette musique-là. C'est pour ça par exemple, que dans les traditions on a souvent dit que les chefs étaient comme des enfants, des 'attardés' parce qu'en fait ils continuent à galoper comme des chevaux, à ouvrir les bras pour voler en imaginaire, comme des oiseaux. C'est ça qui leur permet tout le temps de lâcher et de se mettre dans un état d'esprit de joie, de fête, positif et ça ne les empêchent pas pour autant d'être bien conscient des problèmes et de voir comment les régler. Au départ évidemment c'est un peu surprenant, mais c'est ça qui leur permet de se générer tout le temps.

### **Qu'en est-il du rôle du verbe et du mental ?**

Quand la compréhension d'un processus ne passe que par le mental, c'est une construction mentale qui n'induit aucun changement correct. Pour que le changement soit intégré, il faut qu'il y ait une sensation corporelle associée à la pensée. Une sensation de grandir, de mieux respirer, de se rassembler, d'être plus fort, d'être plus doux quel que soit la sensation. Il faut une sensation associée à la pensée. C'est ça qui permet de faire la différence entre la construction mentale ou l'intégration du changement.

**Est-ce que vous avez une déception ou une limite que vous avez par rapport au chamanisme ?**

Qui me dérange non, parce que c'est tout une hygiène de vie. On a tous des cycles des moment où la vie est plus facile, plus difficile. Ça m'arrive encore par moment d'avoir un moment d'inconfort ou de malaise, mais la différence c'est qu'au lieu qu'il perdure dans le temps, c'est comme si j'ai un réflexe où instantanément je vais vérifier si je suis habitée, si la distance est juste et si les tailles sont identiques. Il y a comme une correction instantanée qui se fait et qui fait qu'au lieu d'être en réaction de l'inconfort, je redeviens créative et en lien et en cohérence avec moi-même. Ça n'enlève pas le fait que la vie nous apporte son lot avec des choses plus faciles et plus difficiles. Il y a des moments il faut augmenter sa vigilance et d'autres moments, les choses paraissent simples et naturelles. Il y a des moments, ça demande une rigueur, comme se laver, tu

vas devoir le faire tout ta vie, t'habiller et te brosser les dents aussi. Il n'y a pas de raison qu'en une fois le tour soit joué. C'est parce qu'on entretient cette hygiène intérieure, qu'à un moment donné on arrive à avoir une autre vision de soi et du monde, à avoir la sensation que ce qu'on est, ce qu'on a fait est juste en toute humilité et donc à ne pas être dans l'inconfort parce qu'on est éponge de circonstances extérieures ou des autres.

Qu'est-ce que le chamanisme apporte à notre vision occidentale ? Du point de vue de la guérison et de la maladie ?

Ça permet d'être en cohérence avec soi-même, de pouvoir, d'apprendre à ne plus être en réaction par rapport à l'inconfort mais de se sentir libre d'être créatif, de ne pas avoir le sentiment que quelqu'un a raison ou à tort, parce que finalement chacun à sa réalité et on la partage et d'exister au travers de notre nature profonde, avec notre sensibilité qui est différente de celle de l'autre. De se dire que deux personnes, c'est deux chemins. On défusionne de l'autre pour entrer en relation avec l'autre.

Dans un couple, pour être plus proche de l'autre, plutôt que de fusionner à l'autre il faut apprendre à défusionner de l'autre pour fusionner à soi-même, l'autre va faire pareil c'est ainsi qu'on va entrer en relation. Ça veut dire que je te respecte et tu me respectes. Si tu peux t'habiter par quelque chose de beau qui ne change pas, que ce soit Dieu, la Vierge, le feu, l'arbre etc. Quel que soit le regard de l'autre que ton paysage ne s'altère pas, ça veut dire que tu es d'abord dans le respect de toi-même. En étant dans le respect de toi-même, tu vas être dans le respect de l'autre.

### 3. Interview – Julien Dupuis

#### Comment est-ce que vous êtes-vous intéressé à la psychologie ?

Considéré en primaire comme le « WonderBoy », Julien Dupuis posait beaucoup de questions. Il était également très bon élève, presque toujours premier de classe. Mais un jour, il a eu une première crise existentielle. Pour J. Dupuis, les choses qu'il apprenait n'avaient pas de sens.

« Mais en primaire, ce n'est pas pour me mettre en avant, c'est l'image qu'on me renvoyait. J'étais un peu considéré comme le wonderboy. Alors, c'est-à-dire, j'étais toujours premier de classe, ou deuxième. [...] Alors, j'avais des failles aussi mais il y avait cette recherche d'excellence et cette attente. Mais je me souviens clairement à 10 ans, en 4<sup>ième</sup> primaire en classe à l'école, moi j'ai déposé ma plume. Peut-être le vertige d'avoir l'impression d'être au sommet selon les critères qui m'étaient donnés : sport, théâtre, école. Un sentiment de grand vide, d'absence de sens. Première crise existentielle. Là, vertige, je me dis : « mince, il n'y a pas de sens en fait dans ce qu'on nous transmet. » On nous dit : « apprend les maths » mais on ne sait pas pourquoi, il n'y a pas de portée. En fin de compte, si je fais ou ne fais pas mes devoirs, eh bien, c'est le bâton-carotte derrière. Ce qui ne peut constituer un sens véritable à sa vie (à moins que l'on accepte d'être et de se traiter comme du bétail, des animaux domestiques ?). Quelque part, je rentrais un peu dans le bouddhisme peut-être sans le savoir. Donc, pour moi, ça a donné le tournis et clairement, à ce moment-là, ça été comme une prise de conscience : en fait les adultes ne nous transmettent pas la raison du pourquoi car ils semblent l'ignorer eux-mêmes. Sentiment d'absurdité et d'aliénation. Désillusion...

Puis à onze ans, on m'a envoyé deux ans en Angleterre. J'ai commencé à rentrer occasionnellement dans une spirale d'angoisse. Je devais être aussi bon (et même meilleur), réussir autant que les anglais, sans parler la langue à la base, à un niveau de plus pas facile car ils étaient plus avancés que nous en termes d'étude, et avec une pression familiale, parce que c'était un gros investissement, mon père me l'avait bien fait sentir, énorme.

L'environnement familial a également mené à ce choix :

« Moi ce qui m'a amené aux études de psycho... Il n'y avait pas de transmission spirituelle ni psychologique dans le système scolaire ou familial mais de ma part une grosse recherche de sens surtout au secondaire. D'autant plus qu'il y avait beaucoup de souffrance dans ma famille et de violences... Violences psychologiques surtout. Quelque part, malgré moi, je suis un peu devenu le psy de ma famille, mais un psy pas bienvenu. C'est-à-dire qu'on se tapait des disputes sans cesse, mon esprit pour ne pas tomber dans la folie, lui, il avait besoin de comprendre.

Ensuite plus tard, à l'âge du choix des études, J. Dupuis s'intéresse à la conscience :

« Ce qui paraissait le plus essentiel, c'est la conscience. La conscience on ne peut pas la prouver mais on peut bien l'éprouver. Elle est bien là. Et donc la psychologie me paraissait vraiment fondamentale à ce niveau-là. C'est une question primordiale. J'hésitais avec la philo, dans le sens que la philo, je m'y suis intéressé beaucoup notamment par rapport à la question du sens. Mais ce que j'aimais de la psycho, c'est son côté empirique : on n'est pas juste à la recherche du « beau bien vrai », ou en tout cas alors dans la matière, dans l'humain. Voilà c'est l'humain. »

« Pour résumer, après les secondaires, ce qui m'a fait tenir, c'est « je pars en inde ». Puis je me suis dit: « non j'vais quand même faire une année de psycho pour montrer à la famille que je peux réussir et après je pars quand même ». Je n'ai pas réussi à la faire, après avoir été trop « contenu » durant ces années de secondaire, j'avais été trop dans « l'explosion ». De plus, j'avais déjà initié un premier contact à Paris avec la culture chamanique pendant cette candi (dans la tradition afro-brésilienne du Candomblé) où la participation active semblait la seule manière véritable de comprendre les choses en les vivant de tout son être (et non plus seulement avec sa tête à travers des cours ex cathedra)... choses au combien essentielles et mystérieuses que le contact avec le « monde invisible » rendu tangible par ce genre de dispositif (rituel dit de « possession ou chevauchement par les Esprits »...)

Je t'avoue quand même que je n'aurais pas fait psycho et je n'aurais pas pu, si je n'étais pas rentré dans le Bouddhisme. Ça a été simultanément avec ma deuxième première année en psychologie et lui donnait véritablement sens. »

Julien Dupuis s'est donc lancé dans une première à l'ULB, l'ayant volontairement boycotté, il s'engage à nouveau en première en psychologie mais à l'UCL. Il accomplit alors jusqu'au bout ses études, tout en s'intéressant à la méditation. A la fin de ses études, J. Dupuis part au Népal.

« Tu ne pourras pas aborder vraiment l'autre paradigme, sans avoir déconstruit le premier. »

« Je parle souvent de la recherche parce que j'ai d'abord été chercheur à fond. J'ai fait mon stage à la salpêtrière en neurosciences et en psychologie de la religion (UCL) et je suis devenu clinicien après. J'ai l'impression qu'on ne peut pas être un bon clinicien si on n'est pas avant tout un chercheur. Il faut chercher avec le patient. Et prétendre à la vérité, à l'expertise, c'est tout coaguler ou alors prendre le rôle d'un gourou ou je ne sais pas quoi. Donc c'est plutôt : « on va cheminer ensemble ». Moi je suis le compagnon de mes patients. »

Ma question au départ c'était : « est-ce que les esprits existent vraiment ? ». Je suis heureusement depuis sorti de ce dilemme. C'était à un moment où j'avais tellement poussé la science, en psychologie de la religion notamment, que j'avais l'impression que je pouvais tout expliquer (tout ramener à la raison : quel orgueil !), en récupérant les phénomènes sps et même psis, spirituels et parapsychologiques, dans nos petites cases et théories psys... J'avais fait de la recherche en méditation, en neurosciences cognitives, en philosophie, etc. J'avais les outils intellectuels pour interpréter d'une manière peut-être un peu ethnocentriste, ce qui se passe dans les traditions, dans le chamanisme surtout et dans le Bouddhisme...

Je me souviens que lors de la clôture d'un rituel au Népal, lors d'une retraite d'une semaine, au moment précis où je vivais l'excitation - et en même temps la déception de me rendre compte que l'extraordinaire n'était en fin de compte que ce que le terme désigne : extra-ordinaire - d'avoir vraiment capté l'affaire, c'est là où j'ai été comme capté à mon tour par l'autre paradigme traditionnel : j'ai eu soudainement comme une « décompensation » (transe-possSESSION, attaque par un « esprit fantôme » ont dit par après les chamans auprès desquels je me faisais initier) où j'ai vu les esprits en même temps que mon corps semblait se liquéfier littéralement. Il y avait là une « réalité psychophysique » phénoménologiquement irréductible. »

Qu'est-ce qui vous a amené au chamanisme ?

Ce même parcours, ces différentes questions qui l'ont amené à la psychologie, l'ont également mené au chamanisme.

« Et je me dis « à l'école on ne nous apprend, ce qu'il faut apprendre, mais pas comment ni même véritablement pourquoi apprendre. ». Cette « perte de moyen par l'angoisse, l'anxiété » dans l'effort scolaire était peut-être une façon détournée de faire barrage, de se rebeller intérieurement, je me le dis après coup, à ce gavage intellectuel forcé et aveugle... Donc si j'essaie de synthétiser ce que je dis : perte de sens, sens non prescrit que ce soit dans ma famille, à l'école ou dans la société en général, pas du tout de perspective ou profondeur spirituelle authentique. C'est « terre à terre », matérialiste-hédoniste.

En rhéto aussi, j'ai attrapé une mononucléose, le médecin n'avait jamais vu un état aussi avancé dans l'amorce de cette maladie par une angine (je crachais littéralement des bouts de gorge...), ce qui fait que j'ai été contraint d'arrêter l'école et de rester six mois à la maison, seul. Pour moi, ça a été en quelque sorte ma maladie chamanique.

Ensuite, ouverture vers des pratiques plus traditionnelles comme la méditation dans un but de recherche de sens. Egalement, expériences autour de la transe.

Lorsque j'ai repris mes études de psycho à l'UCL, je me suis consacré plus entièrement à la méditation (« l'extase de l'Esprit par l'Esprit »). Là, je suis rentré dans quelque chose, de plus traditionnel, ce n'est pas la méditation comme je la pratique maintenant, c'était dans la tradition tibétaine. Seulement à partir de ce moment-là, la psycho m'a intéressé parce que j'ai pu commencer à faire des ponts. J'ai fait tous mes travaux, mémoires, stages de recherche sur la méditation, et quand c'était possible, je n'allais pas au cours et je partais six mois au Tibet par exemple. Le but n'était pas directement un métier, mais une recherche un peu initiatique, de/sur soi.

J'ai bien compris qu'il fallait être dans une forme d'état modifié de conscience pour avoir accès à ces « insights ». Que ce soit par la transe, plus une force centrifuge, ou la méditation qui est plus une force qui rassemble, une force centripète, qui apaise le mental en se recentrant. »

Ensuite, J. Dupuis se sent en marge, hors du système et il ressent le besoin de trouver quelque chose qui le rattache à quelque chose de plus fort. Il commence à s'intéresser fortement à « l'ésotérisme » et rentre dans des pratiques traditionnelles africaines.

« Première candi psycho, ce n'est pas que je rate, je me fais rater. Je ne comprends plus ce système. J'ai l'impression d'être en décalage, marginal et certains plus conformistes et sans doute apeurés par mon attitude « drop-out » me renvoient cette image, vu que je ne rentre plus dans le système. Je me souviens en milieu d'année (janvier 1999) que je me suis couché par terre et j'ai prié Dieu ou la source (je ne sais plus comment je l'ai appelé), qu'il se passe quelque chose. Démarche plutôt exceptionnelle de ma part (étant plutôt non religieux ni spirituel d'ailleurs à l'époque), née d'un espoir soudain mais confus nourri de désespoir et de déboires répétitifs... Peu après, je suis arrivé dans une bibliothèque ésotérique. Bizarrement, sans trop réfléchir, je suis venu voir directement le libraire, j'ai dit « ok, les livres c'est bien mais la pratique c'est mieux » - Il répond : « ha mais tu tombes bien, il y a justement un grand « Pai » qui est là de passage en Belgique » (Pai = maître de cérémonie dans le Candomblé, pratique de transe au Brésil).

Pour reprendre et résumer, comment je suis rentré dans le chamanisme, je ne sais pas trop exactement. Je pense que c'est une coagulation de différents facteurs de ce que j'ai vécu bon gré mal gré... Je pense que tant que tu ne touches pas le sommet (ni le fond d'ailleurs), tu peux toujours dire « quand je serai là, ce sera mieux » mais une fois que tu y arrives et que tu te rends compte que ce n'est pas aussi bien que tu l'avais imaginé ou que l'on t'avait fait croire, ça en devient vertigineux.

Mais j'voulais me donner à fond à nouveau dans quelque chose qui me prenne aux tripes et ça je ne connaissais plus depuis cette désillusion en primaire. J'avais perdu cette innocence. Ensuite un sentiment de fracture avec l'humanité...

Je me sentais très proche de la nature, j'ai rêvé d'un autre monde (dirait l'autre chanteur) et quand j'ai fait mon premier voyage au Tibet en première (Seconde 1<sup>ère</sup> candi), je me suis dit : « tiens, ce monde, je ne l'ai pas que rêvé, il existe. Il est peut-être en perdition, mais il existe ». Ça a été un grand soulagement. Je me suis dit : « ce n'est pas juste un trip d'ado, cet autre monde existe. ». Il n'est pas parfait, mais il existe. Et là ça a été la rencontre sur le terrain avec le Bouddhisme et avec soi-même

Ainsi, dans les soirées estudiantines, tu es heureux parce que tu es pété, t'es plus pété, t'es plus heureux. Ça m'a poussé à une certaine dépression en me disant « tient le bonheur ne peut pas être aussi fluctuant et fugace ». Quand tu es à l'école, tu te dis : « quand je pourrai tout le temps sortir, je serai vraiment heureux » et puis quand tu le fais, tu te dis : « bah en fait non ». Je sentais un grand vide intérieur. Et la logique que j'en ai retiré c'est que le bonheur ne peut pas par définition être éphémère. En psycho j'ai vraiment tenté d'approfondir cette question existentielle : la recherche d'un bonheur absolu qui ne dépende de rien ni de personne...

Avec vous, je ne dis pas tout car j'ai d'autres personnes de ma vie privée (ou professionnelle) qui sont liées à mon histoire personnelle, notamment au niveau médical...

Pourquoi je le cache ? Allez, « coming out chamanique"... Ma fille, alors âgée de 1 an et demi, quand nous vivions au Népal, était tombée gravement malade. Elle n'arrivait plus à ingurgiter ou garder en elle aucune nourriture ou même liquide. En une semaine, elle avait perdu près de 2 kilos... elle était fortement déshydratée... Les médecins occidentaux (dans une clinique type américaine pour expatriés) n'arrivaient pas à la soigner malgré les différents traitements successivement prodigués et à chaque fois sans effet. Au bout de dix jours d'un tel enfer, on nous préparait finalement au pire, c'est-à-dire

la possibilité de son décès mais sans le dire verbalement. Mais quand j'ai vu le médecin devenir blanc de peur en nous disant que nous pouvions l'appeler à n'importe quel moment même la nuit, j'avais compris que nous ne pouvions plus compter sur eux... que nous faisons fasse à l'impuissance médicale...

Désespéré, on a été voir sur le champ un chaman... et là grande surprise, en un « claquement de doigt » (au sens littéral), c'était fini. Ma fille est descendue de chez lui pleine d'énergie pour se ruer sur de la nourriture qu'elle a ingurgité d'une traite. Que ces « arm-chair anthropologists » ne viennent pas me parler de leur sacro-saint effet placebo ou d'efficacité symbolique... On est clairement au-delà : ma jeune fille ne partageait nullement le référent culturel de cet officiant, elle était physiquement présente lors du rituel mais clairement pas consciente de ce qui se passait, des enjeux, ni de la raison pour laquelle nous étions là.

Concrètement, le chaman, il a juste soufflé un mantra dans du riz qu'il a mis dans le biberon de l'enfant et c'était fini, non seulement fini mais fini tout de suite. Ça a été pour moi l'événement qui a forcé un « paradigm shift »... (car événement non-intégrable ou intelligible dans mes référents culturels occidentaux). Cela m'a amené à dire « guru » à cet humble homme qui venait apparemment de sauver ma fille alors qu'elle était, semble-t-il, condamnée selon mon système d'appartenance, impuissant face à ce cas. J'ai d'ailleurs voulu combler ces lacunes en apprenant aux pieds de cette personne pendant 1 an...

Voilà, il faut peut-être parfois un choc, de l'ordre du trauma initiatique pour permettre un basculement « psycho-épistémologique ». En science aussi, si tu étudies l'histoire des sciences, c'est souvent un choc qui permet de passer d'un paradigme à un autre, une révolution... alors plus forte que les résistances initiales de l'ancien paradigme incapable de métaboliser l'événement et finalement entrain de mûrir sinon de mourir...

Pour apprendre à être un véritable chaman, on dit dans certaines traditions, qu'il faut au moins dix ans d'apprentissage et de pratique. Moi j'ai dû revenir (pour raison familiale) après deux ans au Népal et j'ai dû continuer mon initiation ici en Belgique et Europe à travers d'autres traditions (notamment amazonienne), la tradition népalaise n'étant pas très connue ici. Après les traditions peuvent s'entrecouper pour devenir un néo-chamanisme hybride, ce qui est devenu forcément mon cas.

Je ne suis pas né chaman, il y a des initiations qui ont eu lieu.

Qu'est-ce que tu penses de la pratique traditionnelle en psychologie ou telle qu'elle est pratiquée en occident ?

Il n'y a pas une psychologie, déjà je ne connais pas tout donc je ne peux parler que de ce que je connais. Après mes études de psycho, je voulais commencer « les vraies études ». Dans ce sens-là, je ne suis pas antioccidental... mais faut pas se leurrer c'est une grosse farce, cette bureaucratie nous épuise, cette formalisation par le verbal mental...

Pour l'Occident, la connaissance est fortement liée à l'état de conscience verbal-mental, linéaire même. Enfin la systémique essaie de ne pas être linéaire et c'est vrai que parfois quand on voit certaines interventions systémiques, il y a un peu une forme de transe, qui rapproche un peu de l'hypnose. En général, la psychologie 99.9 %, on n'est pas dans un état modifié de conscience, sauf dans l'hypnose, la méditation. En général, on est dans un état de « monsieur tout le monde ». Béta c'est une fréquence cérébrale qui est le mode « problem solving », un état de conscience basé sur la résolution de problème.

Je critique le fonctionnement, quitte à me répéter ici, que ce soit en recherche ou en clinique qui nous force à travailler par hypothèse comme s'il fallait savoir d'abord pour pouvoir, comme s'il fallait toujours réfléchir à l'avance à ce que l'on va pouvoir faire... Alors que bien souvent, on peut faire des grandes choses sans trop savoir pourquoi on les fait comme si poussés par une force, une intuition, un pressentiment diraient certains... (La théorisation ne vient qu'après coup mais elle n'est à la limite plus nécessaire...).

[...] La plupart des thérapeutes travaillent ainsi par hypothèses. Moi, je ne travaille pas par hypothèses car cela va colorer le réel, il va y avoir une forme d'« autoréalisation de la prophétie » (cela devient tautologique presque : le thérapeute a tendance à vérifier ses théories dans sa pratique clinique par

parce qu'elles sont vraies, mais parce que le réel, et le patient, ont été soumis quelque part à sa vision des choses, à ses croyances).

### **Manière de travailler :**

Dans ma manière de travailler et d'être, je préfère être ouvert et qu'à un moment ça me surprend, ça s'impose à moi. Pour favoriser ces « insights », je tente de garder un mental le plus calme et neutre possible. A mes yeux, il n'y a pas besoin de travailler par hypothèse. C'est pour cela que j'ai beaucoup de respect pour les chamans ou la méditation, car il y a quelque chose de l'ordre de la « transe-pareance ».

Il y a des chamanismes où le chaman prend la maladie sur lui et la maladie ou l'esprit/l'énergie l'enseigne et puis après le chaman s'en libère (d'où pratique de purification, nettoyage). C'est-à-dire qu'il redevient lui-même si je puis dire : il « reprend ses esprits » comme dit très judicieusement l'expression commune pleine de bon sens. Il a libéré le patient (ou plutôt le patient s'est libéré dans la relation thérapeutique) et il a acquis une connaissance au passage et même, il peut dorénavant se faire un allié de cet « esprit de la mal-à-dit ». Il s'agit de voir temporairement le monde à travers les yeux du patient et de son « esprit-possédant ». « Non pas de souffrir avec dans une démarche empathique de commisérabilisme à la sauce judéo-chrétienne frelatée. »

[...]

[En psychologie] On est beaucoup dans le jugement. Il n'y a qu'à voir comment on traite le fou. « C'est un schizophrène ! ». Mais qu'est-ce que cela veut dire phénoménologiquement parlant ? Alors beaucoup de psy prennent du recul par rapport à cette démarche purement diagnostique avec son corollaire de prescription médicamenteuse. Mais rares sont ceux que je trouve, en tout cas c'est mon expérience en ayant travaillé avec les psychotiques, qui vont jusqu'à vouloir vraiment, emphatiquement, au sens plein du terme, se mettre quelque peu à la place de l'autre pour voir et ressentir le monde à travers lui. Pour après redevenir lui-même bien-sûr mais enrichi d'une nouvelle connaissance, d'une nouvelle vision.

Je crois, en terme chamanique, au guérisseur blessé (v. « Shaman, the wounded healer » de Joan Halifax). Pour moi c'est ça le vrai sens d'être empathique c'est-à-dire, dans le sens traditionnel, on parle même de maladie chamanique. Le psy va être le plus compétent, il va pouvoir soigner au mieux les patients souffrant de maladie dont lui-même a été atteint mais dont il a guéri. Donc il connaît les deux côtés, il a fait l'aller-retour. Même, et honnêtement je vous avoue que je le vois, les patients c'est parfois de l'ordre de la co-guérison. Il faut parfois lâcher prise pour le voir, faut que ça s'impose à soi : que comme par hasard la problématique du patient va faire étrangement écho à la vôtre passée ou du moment (voire du futur...). Et ça ressemble aux concepts plus modernes de la résonance, (qui ressemblent quand même un peu à la notion de contre-transfert...).

Tel que je vois la psycho, elle ne permet pas actuellement de pratiquer réellement comme les chamans. Cette manière de se laisser habiter par l'énergie de l'autre, puis s'en départir, c'est une façon de reconnaître...et de renaître à soi à travers l'autre. Ça a toujours été ma lecture, enfin de plus en plus. »

### **Autres approches :**

Je suis quand même content qu'il y ait des approches comme l'hypnose, qui se rapprochent des traditions anciennes, qui font comprendre qu'on peut avoir accès à certaines choses (ô combien essentielles) que dans un état modifié de conscience.

La libre association (de la psychanalyse), la vraie, c'est de l'ordre de l'hypnose. Quand on ne choisit pas ce qu'on pense. Comme un jour un chaman me disait « laisse toi penser ». Si ce n'est pas toi qui pense, c'est qui alors ? En tout cas c'est plus ton égo, quelque part tu laisses l'inconscient s'exprimer. C'est aussi une forme de transe. Mais le problème c'est qu'on n'a pas vraiment d'outils pour ça. On manque d'outils en Occident je trouve.

Même en hypnose où elle pourrait être potentialisée (par une certaine musicalité, un rythme par exemple). En effet, je pense que l'hypnose se limite dans le fait que les suggestions sont essentiellement verbales... donc comment vraiment faire travailler les deux hémisphères et toucher le

plan ineffable de l'Être, si on ne stimule véritablement que le cerveau gauche du mental ? C'est aussi pour cela que les méditations guidées de type mindfulness me semblent souvent une contradiction en elles-mêmes : d'un côté la méditation est censée vous permettre d'aller au-delà du mental et on vous donne d'ailleurs l'instruction de ne pas suivre les pensées, mais d'un autre côté simultanément on vous donne des instructions sur comment ou sur quoi méditer... en vous empêchant donc de le faire véritablement...

Erikson disait : « va là où ton inconscient de mène ». En fait les précurseurs m'intéressent parce que c'est des explorateurs, des gens qui n'ont pas peur du tâtonnement-erreur comme méthode de recherche fondamentale (base de la pédagogie active soit dit au passage), quitte à se faire des ennemis parce que l'on refuse de se soumettre aveuglement aux doctrines et aux bons usages (l'exemple de Jung qui était devenu l'ennemi de Freud car refusant de le suivre à un certain moment est très illustrant ici).

Mais généralement, on ne permet pas ça, dès qu'il y a des écoles, de l'administratif, du politique, et l'université est toujours lié au politique, on a de moins en moins de marge de manœuvre. Il y a des gens qui vont dire « mais ça ce n'est pas de la science » comme s'il n'y avait qu'une science, etc.

Alors c'est bien de permettre aux gens de reprendre leur vie, mais je pense qu'on a une psychologie qui a peur. On veut stabiliser les gens, les remettre dans le normal. On n'accompagne plus le symptôme jusqu'à son auto-résorption, on est dans la logique de l'assurance, la logique de la plainte, la logique économique-sectaire. Et là je suis totalement critique, mais c'est plus de l'ordre de la sorcellerie (v. A. Artaud), c'est-à-dire on est plus au service du thérapeute que du patient.

Donc j'ai parlé de deux choses, un l'état modifié de conscience, deux l'éthique qui est défaillante, qui fait qu'en fin de compte, dans un système capitaliste, malheureusement, on a plus des gens qui pensent à leurs intérêts ou qui sont mis sous tutelle, soumis à une certaine logique institutionnelle souvent paranoïaque d'ailleurs voire psychotisante elle-même...

« Je n'ai jamais (seulement) appréhendé la psychologie par la psychologie, j'ai abordé la psychologie (aussi) par le bouddhisme et le bouddhisme par la psychologie. Je n'ai pas abordé le chamanisme (seulement) par le chamanisme, mais le chamanisme (aussi) par le bouddhisme et le bouddhisme par le chamanisme. Il faut toujours quelque chose d'extérieur. Comme une main ne peut se saisir elle-même sans l'aide d'une autre... Évidemment ça dérange les gens. : « T'es avec nous, t'es pas avec nous ? T'es chamane ou bouddhiste ? T'es dans l'alternatif ou t'es psy ? On ne sait pas dans quelle case te mettre. ». Bah tant mieux ou tant pis mais il faut être prêt à un certain ostracisme ! Un référentiel ce n'est pas plus mal de l'aborder par un autre paradigme pas spécialement occidental d'ailleurs, sous peine de s'enfermer, de devenir tautologique. Mais quelque part avec les patients c'est pareil. Je pense que la systémique, c'est peut-être le moins mauvais des paradigmes occidentaux. Aborder le patient à travers soi et soi à travers le patient, dans une boucle rétroactive ouverte, c'est-à-dire une spirale évolutive...

De manière plus précise, au risque de paraître contradictoire, il y a quand même une certaine séquence à respecter. Si vous voulez vous intéresser au chamanisme, vous ne pouvez pas l'aborder par la science, la culture occidentale, abordez d'abord le chamanisme par le chamanisme en lui-même et par lui-même et après éventuellement revenez, essayer de traduire en mots et concepts occidentaux ce que c'est que le chamanisme, sinon c'est du colonialisme...

Je pense que nous occidentaux « détraditionnalisés » devons être très humbles. Faut-il rappeler que nous avons été coupés de nos racines judéo-chrétiennes qui ont-elles-mêmes coupé, étouffé ou enfoui nos racines plus ancestrales (celtiques et autres traditions chamaniques/païennes plus anciennes). Mesurons-nous les dégâts causés par l'Inquisition religieuse durant plusieurs siècles relayée jusqu'à nos jours par les « autres cols blancs » (prêtres, avocats ou médecins) avec leur Ordre respectif soutenu par l'appareil étatique : judiciaire et répressif, et prétendant être les gardiens de la pureté, du juste ou du sain ?

D'où mon intérêt pour les autres traditions de soin, de ce que j'ai appelé à travers ce terme respectueux la « psychothérapie première » dans le sens qu'elle précède et est même le parent de notre médecine ou thérapie moderne... Celle-ci a, par certains endroits du monde, pu se préserver jusqu'à nos jours, même si souvent à travers diverses mutations, et offre encore des contextes et dispositifs de transmission pour l'apprenti même occidental.

Mais ce dernier devra faire un certain travail de « déconditionnement », je pourrais dire de décolonisation intérieure préalable à l'ensemencement par d'autres traditions qui elles ont pu garder leurs racines et continuer à grandir...

Pour moi, s'intéresser aux autres cultures ce n'est pas pour en faire quelque chose d'exotique, c'est pour, sans les réduire, en faire quelque chose qui pourrait nous être utile dans notre clinique pratiquement parlant.

La psychologie, du positif ?

« Oui, non attendez, je ne suis pas polarisé, je peux parler du Diable tout comme de Dieu, du positif tout comme du négatif. Freud par exemple, mais je pense que lui il a bien vu le scientisme-matérialisme-technologisme arriver et il a dit quelque part qu'il fallait sauver le sujet, parce que c'est devenu le tout biologique. Introduire l'idée de l'inconscient c'est bien, c'est suffisamment nébuleux pour ne pas pouvoir le réduire. On ne peut pas réduire l'inconscient au conscient. C'est la partie immergée de l'iceberg. Il a bien senti lui en tant que médecin, le scientisme par lequel on est en train de tuer l'être, l'individu, en ramenant tout purement et simplement au somatique voire à la logique, au langage statistico-informatique (référence aux thérapies cognitivo-comportementales). Il a quelque part introduit une dimension, et j'apprécie beaucoup ça dans la psychanalyse, une dimension hautement symbolique. C'est extrêmement important et je pense que la psychologie académique (tombée largement dans les mains de ces cognitivistes) manque clairement de symbole voire même de fantaisie (c'est aussi de l'hypnose) en voulant trop faire science (toujours ce complexe d'infériorité des sciences humaines vis-à-vis des sciences dures !). Alors que la psychanalyse utilise beaucoup de symboles et dans sa lecture et dans sa cure. En systémique, on utilise aussi allégrement la métaphore, le langage imagé, mais ce n'est pas suffisant. Dans les traditions, on parle de manière symbolique, analogique plutôt que digital. Il ne s'agit plus de décrire, analyser ou expliquer mais d'évoquer voire plutôt d'invoquer : c'est le langage performatif... »

Comment en êtes-vous arrivé à l'utiliser dans votre pratique de soin ? Comment est-ce que tu t'es dit "je vais allier ça à mes connaissances en thérapie ? "

« Le premier outil c'est toi, tu te dois d'être toi. Au-delà du travail thérapeutique, ce que tu veux c'est que le patient puisse être lui-même. Si toi-même tu n'es pas toi-même en tant que thérapeute, comment tu peux permettre au patient de l'être ? Donc le chamanisme, ce n'est pas un outil, il y a des outils chamaniques oui mais ce n'est pas juste qu'un outil. C'est une manière d'être avant tout. Forcément quand tu es rentré dans le chamanisme, cela fait dorénavant partie de toi et quelque part tu n'as alors pas ou plus le choix de faire avec ce que tu es... »

J'ai eu des cas de « travail à distance ». Ce n'est pas mon paradigme de naissance donc j'ai dû rencontrer d'abord des gens qui disaient que c'était possible. J'ai accepté d'apprendre auprès de ces gens. C'était un travail de me dépouiller, lâcher le contrôle et après, à un moment, parce que demande ou urgence il y avait : je pense à une dame qui se faisait battre par son mari et qui menaçait de réaliser un meurtre suivi de son suicide. Parfois j'ai été amené à faire ce genre de travail à distance parce que dans l'exemple ici, ce n'est pas le mari qui allait venir en consultation... J'ai pu voir empiriquement qu'il se passe après « intervention » quelque chose de très clair, voire de radical... je pourrais détailler. Le seul paradigme en Occident qui semble se rapprocher et donner sens à ce genre de phénomène « non-local », c'est celui de la physique quantique. »

Comment est-ce que tu peux amener un travail chamanique ici, en tant qu'occidental : « voilà ce que je vous propose c'est de faire un travail chamanique ». Comment est-ce que tu l'amène ? Quels sont les genres de personnes à qui tu proposes ça ? Concrètement, comment ça se passe, quand tu dis que tu te mets en transe ?

« Je sens bien aussi, l'importance de remettre en question la notion de distance thérapeutique... Déjà quand on fait de l'hypnose ou de l'EMDR, on est obligé d'être physiquement et même émotionnellement proche (on se met en autohypnose en même temps que l'on met en hypnose le patient... créant ainsi une « harmonique thérapeutique » par synchronie de phase..., rentrant en « résonance » avec le patient). Le fait d'être proche, il y a une forme de connivence.

Moi, cette distance thérapeutique, je n'y crois pas vraiment, je crois plutôt à la pulsation thérapeutique (v. le courant de la phénoménologie clinique), je crois à la démarche du « wounded healer », blessure qui rejoint la notion de résonance en systémique. C'est-à-dire l'autre va toucher voire ouvrir une « blessure » ancienne ou actuelle en moi, consciemment-inconsciemment, qu'il s'agit de repérer et qui va me permettre justement de « com-prendre » l'autre et de lui donner ainsi le sentiment d'être enfin compris sans jugement ni même attente, ce qui est fondamental dans la relation thérapeutique et même déjà thérapeutique en soi... (comprendre : litt., prendre en soi). ».

Pour rappel, on rentre pleinement dans l'énergie de l'autre entre guillemet, on la ressent, même physiquement. On se laisse habiter par l'autre. Après on s'en départi bien-sûr. C'est cette pulsation qui permet de comprendre de l'intérieur l'autre, et d'avoir les intuitions thérapeutiques, et c'est cette prise de recul subséquente qui permet de faire sortir également de son état « hypnotique » la personne simultanément ou par après. Mais pour la faire sortir de son état de transe (la souffrance met toujours dans une forme de transe), il faut que nous-mêmes nous soyons rentrés dedans et que nous en soyons sortis. C'est expliqué ici en termes séculiers mais cela revient à travailler quelque part comme les guérisseurs le font...

Donc c'est un métier à risque ou en tout cas éprouvant (pour soi-même et son intégrité), le travail de guérisseur... Mais la parade prônée comme un dogme dans la plupart des écoles qu'est la distance thérapeutique, elle est dangereuse ou même maltraitance thérapeutique à un certain niveau me semble-t-il car elle fait passer le bien être du thérapeute, qui se protège ainsi de son patient, avant l'efficacité du travail de soin. Ça veut dire je m'empêche de rentrer véritablement dans la danse thérapeutique, je vais appliquer une procédure. J'adopte une démarche de contrôle, voire une position hiérarchique.

Mise en place sur le plan thérapeutique :

« Je t'avoue que, je me laisse porter par le flux. Je ne suis pas dans le copier-coller de telle ou telle idée ou procédure d'une école ou d'une autre et donc j'explore. Mais je n'utilise pas pour autant le patient comme cobaye. Du coup parfois j'utilise des choses inédites et applique une manière de faire inédite et que je ne referai peut-être jamais ou du moins à l'identique. J'avoue que j'adopte une telle attitude aussi, pas pour tester, mais parce que ça s'impose à tel moment de la rencontre et que ça me permet ainsi d'ouvrir de nouvelles portes. Il y a quelque chose d'initiatique, dans le fait de soigner, c'est évident. Ce n'est pas : une fois que tu es formé ou initié, ça s'arrête. Non le patient te forme... sans cesse.

Première chose que je fais, moi, avec mes patients c'est de leur dire : « asseyez-vous » dans tous les sens du terme, posez-vous ! Je tente de les amener à se relaxer au mieux (et je les encourage en leur donnant certains trucs à développer leur aptitude à la méditation aussi entre les consultations). Puis après, on envisage peut-être une forme d'hypnose ou méditation guidée s'ils sont ouverts à cela. Le but c'est de les faire aussi sortir du mental. Sinon, ils vont juste radoter... Alors ça fait parfois du bien de se « ventiler ainsi émotionnellement », mais ça ne règle rien. Je pense qu'il faut quelque chose de beaucoup plus global et j'apprécie ainsi personnellement les traditions amazoniennes par exemple, qui vont toucher tous les plans en même temps : corps physique, émotionnel, énergétique, spirituel. Tant qu'on n'aura pas une psychologie intégrative comme ça et même reconnue officiellement, je pense qu'on trompera les gens.

En général ça ne suffit pas, de comprendre pour libérer... Parce que comprendre ce n'est qu'une partie de l'être (la conscience mentale). Si tu as compris au niveau intellectuel, cela ne veut pas dire que t'as lâché au niveau du corps, la thérapie purement verbale, ça ne joue pas sur les différents plans... Alors que dans les traditions chamaniques, il n'y a même pas besoin de comprendre pour guérir, du moins intellectuellement et cela parce que ça travaille globalement sur l'Être...

Pour moi c'est difficile de parler de cette dimension en termes purement rationnel. Si j'adopte un langage purement traditionnel, c'est plus simple, on se comprend immédiatement entre « initiés » (une fois que les termes spécifiques employés ont été nourris aussi d'une certaine expérience). Il y a donc une forme de jargon chamanique comme il y a un jargon psy. Ce n'est qu'un langage de toute façon, qui n'est en fin de compte pas plus irrationnel que le nôtre d'ailleurs. Trouver un langage intermédiaire pour les personnes qui sont encore dans l'un ou l'autre paradigme ou système de pensée, ça c'est

encore compliqué. On peut facilement les égarer si on ne cible pas bien où les personnes se trouvent exactement. C'est d'ailleurs encore mon cas, moi qui me trouve ni complètement dans l'un ou l'autre système. J'essaie alors de trouver un langage qui fasse les ponts sans créer de chocs entre les traditions et les paradigmes...

Dans une bonne partie de mon boulot, je ne fais rien. Juste la présence, le non jugement, juste le fait d'être là (Dasein), même dans le non-verbal et j'invite la personne à en faire de même. On en fait même un outil thérapeutique qui est la méditation ou la Présence contemplative. C'est parfois quand on ne sait pas et qu'on a renoncé à agir que les choses viennent et se déploient, que l'ouverture se fait. Parce qu'on l'accepte d'abord la situation telle qu'elle est, elle peut évoluer spontanément même... »

Pourquoi c'est nécessaire de calmer ce mental ?

Intérieurement, il s'agit d'apprendre à avoir ce lâcher prise. En consultation, je me mets dans une forme d'autohypnose, quand je pratique mon métier, je demande à un « Tiers » de m'assister (que l'on l'appelle Dieu, l'Univers, la Source, etc., peu importe). J'émet une intention claire d'être au service et au moment où je le fais, ça me permet de me désapproprier l'acte de guérison et de soin. Je me décharge de la responsabilité d'autrui. Ce n'est plus moi. Je me mets juste à disposition. Cela invite aussi implicitement et indirectement le patient à ne plus devoir porter le poids de sa souffrance. »

La clientèle

Il y a des gens qui me choisissent pour mon ouverture à la psychologie orientale ou première, mais ce n'est pas la majorité. Par contre, je rencontre régulièrement de nombreux patients fatigués voire qui ont été abusés par des psys « classiques » souvent soit imbus de leur savoir ou insécurisés au point d'avoir voulu certifier/valider leur expertise en enfermant le patient dans leur manière de faire et de voir les choses.

« Il y a un moment (et je le fais tôt ou tard pour m'adapter au mieux au référentiel du patient SANS essayer pourtant de le changer) où je pose la question de manière très sobre : « Est-ce que pour vous le « monde invisible ou spirituel » a du sens, est-ce quelque chose de tangible, quelque peu du moins ? ». Souvent, quand je le leurs demande, les patients sont soulagés, parce que vis-à-vis de leurs médecins ou psy habituels, ils n'osent pas dire, pour prendre un exemple fréquent, que tel proche récemment décédé vient parfois leurs rendre visite dans les rêves, ou qu'ils l'ont carrément vu ou senti son odeur... voire qu'ils entretiennent un dialogue régulier avec lui (les phénomènes psi ou paranormaux sont, selon les études, vécus par la majorité de la population à un moment ou l'autre de la vie : v. par exemple, les travaux de V. Despret à cet égard). Ils ont peur d'être catégorisé psychotique. Ils ont raison d'être prudents d'ailleurs parce que certains thérapeutes classico-rationalistes pourraient trop facilement les psychologiser à outrance en disant qu'ils n'ont pas fait leur deuil par exemple... ou pire leurs donner directement des pilules car pensant qu'ils décompensent... psychotisent », tout cela parce que l'intervenant n'a pas accepté que le patient ne partage pas nécessairement ses (non-)croyances qu'il a abusivement prises pour des absolus... qu'il tente d'imposer au nom de la guérison...

Cet invisible, que dire aux patients ?

« Et puis aussi, je reste assez prudent et dans ce sens je reste bouddhiste : je tente de suivre la voie du milieu du « ni existant ni non existant », « ni vrai ni pas vrai » (v. à cet égard, la dialectique du sage Nagarjuna). C'est-à-dire qu'ici, je n'ai pas besoin de croire ou de faire croire aux esprits, je ne rentre pas dans une guerre idéologique stérile : est-ce que les esprits existent ou pas ? La seule vérité fondamentale et inaliénable, c'est celle de l'expérientiel. Je ne présente ainsi pas Dieu comme « réel » ni comme « irréel », d'ailleurs. Le Bouddhisme m'a appris à ne pas avoir de problème avec les paradoxes qui permettent de jongler avec la réalité au-delà de toutes contradictions apparentes. Ainsi, cette posture épistémologique fondamentale m'aide à ni enfermer les gens dans leur pensée traditionnelle voire New-Age, ni discréditer cette croyance-là en disant ou même juste en le pensant intérieurement (ce qui va quand même subrepticement influencer le déroulement de la thérapie) : « ok, c'est très bien vous croyez aux esprits, mais la vraie vérité elle reste ailleurs. Je vais quand même vous respecter parce que vous êtes mon patient mais... ».

Mais on ne peut tricher avec ses patients en adoptant une pseudo-posture d'ouverture : il ne s'agit pas de parler du diable ou de dieu, si ça ne veut rien dire pour nous au sens expérientiel du terme. Par

contre, même s'il s'agit d'avoir eu au moins une certaine expérience significative avec ces « êtres », de s'être laissé habité de tout son être par ce plan de réalité-là, on n'est pas obligé de croire en ces entités comme existant vraiment s'il s'agit de travailler avec eux au-delà de l'efficacité symbolique...

Ainsi, pour résumer, je pense que le truc sain, c'est de ni renforcer, ni amoindrir les croyances de l'autre et de ne pas en faire de simples outils conceptuels ou cliniques. On ne se prononce pas sur le Réel qui nous échappera toujours de toute façon (et tant mieux !) et on invite le patient à en faire de même quant à son expérience de vie ou thérapeutique. ».

Mise en pratique du chamanisme :

« Il est évident que le chamanisme, comme dans ta question : comment en êtes-vous arrivés à l'utiliser dans votre pratique de soin, je ne le fais pas avec tout le monde tout le temps, mais quelque part je le fais tout le temps ne fût-ce qu'implicitement, en filigrane. Donc je vais appliquer cette approche de manière exclusive ou complémentaire ; en tant que telle, de manière traditionnelle ou à travers des approches plus modernes comme avec les outils que sont la résonance systémique. Cette approche va donc de toute façon avoir un écho sur une façon de travailler qui soit plus émotionnelle, corporelle que mentale, et au niveau du thérapeute, plus de l'ordre de l'intuitif... »

Dans le paradigme chamanique, il est bon de le rappeler, tu t'adresses, tu demandes « là haut », que toi et le patient soyez épaulés et aidés lors de la consultation elle-même ainsi qu'entre celles-ci. La prière ou l'intention claire, couplée à l'action et l'engagement sincère, est donc fondamentale.

En consultation, c'est plutôt rare au final de mettre sur pied un dispositif chamanique traditionnel. Toutefois, depuis 2 ans, j'organise régulièrement un weekend de pratique chamanique multi-traditionnel : traditionnel dans la forme et la démarche mais moderne dans son côté syncrétique). Citons peut-être l'exemple lors d'un de ces « rituels de nuit », d'une dame qui se revivait comme la petite fille battue par son père... Tout à coup, en effet, tout son corps a commencé à se crispier et à se mettre en boule (position du fœtus) comme si elle subissait l'abus présentement. La personne est consciente mais dans sa transe, c'est la petite fille qui se convulse et subit. Je m'approche d'elle... Je pose une main et sens tous ses muscles durs comme de la pierre... spécialement ceux du dos le long de la colonne vertébrale... A un moment, allez savoir pourquoi, je prends possession d'un glaive reçu par mon guru du Népal et coagulant toute la transmission de pouvoir de cette lignée chamanique qui remonte jusqu'aux Mongols (pères du chamanisme tant asiatique que amérindien)... La personne n'est pas consciente de la « charge » de cet objet (excluant ainsi le simple effet placebo cher aux médecins ou l'efficacité symbolique, chère aux anthropologues). Pourtant, au moment précis où je le pose sur son dos, tous ses muscles se relâchent complètement... et la personne dépasse juste après et en conscience cette reviviscence traumatique... qui, selon ses dires, lui a permis de récupérer cette partie perdue d'elle-même pour une nouvelle et plus grande intégrité personnelle (« récupération d'âme » mise en œuvre ici par l'Autre Plan ?).

J'ai en effet l'expérience que oui, cela fini toujours par se résorber (« l'épanchement » psychique, voire traumatique), mais je dois parfois laisser le temps, sans couper le processus en cours, pour que la « libération » puisse se faire. En institution ou en privé, au nom du respect du cadre<sup>17</sup>, souvent on empêche un tel processus de transe qui lui a besoin parfois de dépasser justement ce « cadre » artificiel. Les chamanes ne respectent pas un tel cadre (ou en tout cas il est plus souple, à la « pleine lune » par exemple), c'est pour ça qu'ils travaillent souvent la nuit, la nuit c'est les « esprits » qui décident...

Comment permettre ou favoriser la transe ? La base que ce soit la transe hypnotique ou chamanique, c'est la relaxation du corps, la détente du corps et le calme mental. La relaxation et la concentration sont la piste de décollage et d'atterrissage de la méditation profonde, mais de l'hypnose aussi.

Ce n'est pas parce qu'on agit à travers l'autre monde, que ça reste dans l'autre monde, sinon ce serait de l'ordre du délire ou juste de la fantaisie. Les deux mondes s'interconnectent, mais il ne faut pas rester coincé ni dans l'un, ni dans l'autre. Fondamentalement, on n'a même pas besoin de l'acte chamanique pour que ça marche, c'est vrai. Mais la rencontre est nécessaire, elle est primordiale.

---

<sup>17</sup> Même si on le justifie par de multiples raisons psycho-sociales comme le respect des contraintes, de l'autorité, de l'engagement, etc... le cadre est avant tout pratique, purement temporel (la durée maximale d'une consultation est fixée d'avance) et est plus au service de l'institution et de ses intervenants sur le plan de la facilité organisationnelle voire du rendement économique que du patient, fallait-il le pointer.

Parfois il y a une forme d'ingratitude et on est tenté de penser que c'est juste l'effet placebo, ou que c'est parce que j'avais déjà travaillé sur moi, etc... Oui, tout cela participe de la guérison aussi (mais pas que... je pense). N'est-ce pas également à partir du moment que deux êtres se rencontrent humblement ou que l'on a posé tel acte « psycho-magique », que les choses ont commencé à bouger aussi et souvent d'ailleurs de manière radicale et soudaine ? Ça demande d'être reconnu aussi. La gratitude sans sentiment de dette ou de redevance est fondamentale aussi... pour nourrir la chance et clôturer le rituel...».

Point de connexion entre le chamanisme et la psychologie :

La pratique psychologique peut-elle s'allier avec cette pratique traditionnelle ?

« Tu peux t'intéresser à l'état de flux, il y a un psy qui a développé le concept c'est Csíkszentmihályi. S'il y a bien un lien intéressant entre le chamanisme et la psychologie, c'est ça. Il s'est intéressé aux artistes, aux gens tellement plongés dans leur créativité qu'ils se retrouvent dans un autre espace-temps tant intérieurement qu'extérieurement et de cet espace n'est une Œuvre inspirée, comme venant d'ailleurs, comme s'ils n'en étaient pas l'auteur... »

Je suis désolé pour les scientifiques crispés, les apôtres de « l'evidence-based medicine », la psychologie c'est avant tout et surtout un art créatif et heureusement d'ailleurs. Cela ne veut pas dire toutefois que c'est du grand n'importe quoi... bien au contraire...

C'est que oui effectivement le chamanisme, c'est pour ça que je dis que ce n'est pas juste un outil, ça me permet d'avoir accès à une autre psycho ou de voir et concevoir la psychologie autrement. Il y a un chamanisme intrinsèque à la psychologie. Comme il y a une psychologie intrinsèque au chamanisme. Le chamanisme n'est pas un outil de plus, ce serait une erreur de le voir comme ça.

Nous sommes ainsi très redevables à nos patients, car grâce à eux, à leurs problématiques, les nôtres peuvent revenir à la surface et être travaillées et nettoyées plus profondément. L'exigence pour le psy est qu'il doit en conséquence sans cesse ou presque se mettre au travail pour l'autre et pour lui-même. Ces deux sphères d'influence étant interdépendants... Le thérapeute est comme un miroir qui doit être sans cesse poli et lustré pour que le reflet y soit de plus en plus net et précis... permettant au patient de se voir enfin tel qu'il est sans faux-fuyants...

Après, traditionnellement, les chamanes, ils ne parlent pas, ils n'analysent pas d'où ma difficulté à t'expliquer ma démarche qui ne m'a pas été véritablement expliquée non plus par mes « maîtres »... Les chamans, ils chantent plutôt... ils pratiquent, ils sont dans le faire, dans le pragmatisme qui permet d'agir sur et par « l'envers du décor »... Mais ce dernier ne peut fondamentalement être révélé que dans l'expérience intérieure, intime... c'est un peu (disent les Tibétains) comme demander à un muet de décrire le goût du miel à quelqu'un qui n'aurait jamais goûté ce nectar... Il ne te reste donc plus qu'à...

Point de connexion avec la pratique chamanique et psychologique :

On en a clairement parlé, j'ai envie de dire qu'il y a un lien possible et même inévitable par des concepts et des approches à la fois différentes et semblables sur un même phénomène irréductible qu'est l'humain. L'amorce du lien, c'est de d'abord comprendre l'Autre (que ce soit une tradition ou une personne) selon sa vision. C'est la démarche anthropologique fondamentale de décentrement. Si l'on reste deux êtres séparés, la relation n'est pas possible et n'évoluera jamais, du moins positivement et de manière constructive. Il faut créer un lien qui soit même réciproque avec l'autre.

Comme déjà dit aussi, il y a des liens avec une certaine hypnose, c'est ce qui s'en rapproche le plus parce qu'en restant purement dans le verbal-mental, on restera très limité voire on aggravera le problème. Il faut engager aussi et même prioritairement le corps et quelque part aussi mettre en veilleuse le cerveau gauche, pour avoir accès plus à l'intuition et l'émotionnel voire l'irrationnel (qui ne l'est qu'en apparence d'ailleurs, bien souvent. C'est même le langage de l'Inconscient !).

Certains veulent des trucs, mais moi je ne crois pas à ça. Moi je pense que la meilleure chose qu'on a à faire, c'est de comprendre et d'expérimenter que paradoxalement le « non-faire », le « non-agir », cher au Taoïsme, « en conscience », soignent. Parfois quand la blessure est trop profonde, on a besoin

d'intervention bien-sûr (on ne peut pas juste miser sur le processus d'auto-guérison/cicatrisation, il faut suturer...). Il y a des trucs, mais tant que le patient lui-même ne s'est pas suffisamment sécurisé (ainsi que le thérapeute !), tu peux lui donner et appliquer de multiples trucs et astuces, ça ne va pas véritablement et profondément l'aider. Par contre, quand il s'est sécurisé, dans le sens qu'il a quelque peu appris à s'ancrer dans le corps et à stabiliser sa conscience (et même à faire face sans angoisse à ses « fantômes névrotiques », sans plus ni les fuir ni les combattre), c'est même à un certain moment lui qui va créer ou trouver de nouveaux trucs...

Les chamanes ont des techniques, des chants ou autres artefacts connotés culturellement, mais c'est avant tout les esprits qui les enseignent et les inspirent sur le moment... et font le travail de soin et de guérison... les trucs ne sont qu'une forme pour matérialiser une intention, un esprit, une « in-spiritualité »... et aussi parce que le patient a encore souvent besoin de s'accrocher à quelque chose, à un acte « réel » afin qu'il puisse aussi comme le chaman mobiliser ses ressources intérieures/extérieures...

Initiation

Au Népal, d'un certain point de vue certes radical, on ne m'a rien appris durant mon initiation. Si ce n'est que le guru et son dispositif m'ont mis en situation de pouvoir m'expérimenter moi-même selon mon propre référentiel, ce que je trouve très respectueux. L'initiation, c'est de l'ordre de l'ouverture de la connexion... Je pense que les gens qui sont connectés eux-mêmes te permettent plus facilement de te connecter non seulement à eux, à leurs « esprits » mais à tes propres fréquences, comme s'il y avait des « flux d'énergie » que le chaman dirigeait vers toi... Je ne sais pas. Du moins, ces personnes te montrent concrètement un autre plan d'existence possible tout aussi réel et même supra-/super réel et cela t'inspire à faire les démarches nécessaires, à traverser les épreuves initiatiques pour t'ouvrir à ton tour à cette possibilité jusqu'à ce qu'elle devienne actuelle, tangible... et stable.

Donc, en résumé, le chaman, ou du moins celui qui m'inspire, est celui qui ne t'initie pas dans le sens qu'il ne t'impose pas sa métaphysique ou ses visions (cela serait de la religion alors) mais plutôt te permet d'avoir tes propres « visions ». Il te met en situation de pouvoir t'auto-expérimenter en t'aidant à ouvrir ton propre canal, en t'apprenant à mobiliser tes propres moyens de connexion à tes propres esprits, imago spirituels ou archétypes (qui donc peuvent être différents de ceux de l'initiant).

C'est le « chamanisme démocratique » comme disait un autre chaman colombien... loin de la représentation du sage autoritaire... qui en jette et qui en impose...

On dit que tu peux apprendre les chants des chamans mais certains vont refuser que tu fasses un copier-coller, ils ne veulent pas que tu enregistres et captures leurs chants (comme si alors tu risquais de prendre la forme sans le fond et de confondre l'un pour l'autre, d'usurper leur art en réduisant le chant à son enregistrement sonore alors que la charge énergétique de celui-ci ne peut véritablement qu'être transmise que par contact direct, non-médiatisé. Ils ont bien raison je trouve. Ils disent que : « si tu veux apprendre, tu apprends à côté de moi. » Et puis à un moment, c'est plus toi qui chante, c'est les esprits qui chantent à travers toi. Par des diètes ou restrictions alimentaires et sexuelles, des périodes d'isolement, il y a des chants qui se composent tout seul dans ta tête, que tu peux figer, pérenniser en les écrivant ou en les mémorisant au moins pour toi-même. Ceux-ci pourront aussi être utilisés par après dans ton travail de chaman avec les patients...

Qu'est-ce que le chamanisme apporte à notre vision occidentale en général ? Au point de vue de la guérison ? Au point de vue de la maladie ? Et en tant que psychologue aujourd'hui ?

Comme dans toutes spiritualités, on sort du dualisme cartésien : esprit-corps, et cela a une grande influence sur notre approche clinique. Je pense aussi que, comme certains courants scientifiques nous le disent aujourd'hui, la matière c'est de la condensation de l'éther, de l'énergie, il y a un continuum entre esprit et matière et non plus opposition...

Ce que le chamanisme m'a apporté aussi, c'est la conscience sensible que la nature, la Création, sont belles. Il faut arrêter de croire que c'est mieux ailleurs ou autrement. Que ce soit dans l'Au-delà ou une fois pensionné voire en ayant gagné à la loterie, qui est l'équivalent matériel du paradis. Effectivement, il y a un enjeu écologique dans le chamanisme. Que la nature est savante, qu'elle nous parle, que l'univers n'est pas indifférent à notre sort...commun. Ça peut paraître très métaphorique

mais c'est-à-dire en tout cas, que ce soit au niveau des animaux, des plantes, on parle de l'intelligence de et dans la nature, du biomimétisme même où les scientifiques puisent des idées pour leurs dernières créations... ou plutôt copies... C'est que le dialogue est possible.

En fait le chamanisme, dans un sens anthropologique, c'est vraiment la rencontre de l'Autre, quel qu'il soit, que ce soit intra-espèce, plutôt comme mode de vie et de pensée, ou inter-espèces, le monde des animaux, le monde des plantes, des Esprits, etc., C'est intrinsèque au chamanisme en fait. Le chamanisme est un exemple, à mes yeux, de diplomatie et de collaboration qui ne perd pas de vue le « Plan global ou divin » que nous on a perdu de vue, en tant qu'humain.

Aussi, le chamanisme me procure aussi et nourrit une vision non-hiérarchique au niveau politique. Tout le monde a sa place, il n'y a pas d'hierarchie, personne n'est plus ou moins important. Les humains ne sont pas plus importants que les autres espèces animales... Mais chacun a une fonction et un rôle spécifique pour la communauté des vivants (et des non-vivants !) et mérite pour cela respect et reconnaissance. Cette vision non-hiérarchique est donc à lier à celle de l'écologie dont on parle tant maintenant. Les communautés chamaniques nous offrent de nombreux exemples d'agencement voire d'interactions symbiotiques que nous, on a perdu et dont on pourrait s'inspirer...

Je pense ainsi que la voie chamanique a beaucoup à apporter de manière très pragmatique, pratique pas juste au niveau de la vision d'esprit. Ce n'est pas juste un mouvement de plus de développement personnel... mais ce qui pourrait révolutionner même la société postmoderne dans sa globalité...

Donc, qu'est-ce que le chamanisme a et peut apporter ? Je pense peut-être certaines réponses à nos dilemmes écologiques, médicaux, c'est certain !

Il y a ces réponses pragmatiques que le chamanisme offre avant tout mais peut-être aussi une ouverture en arrière fond qui nous permet d'appréhender tout le vivant comme sacré. Par exemple, qu'une plante, comme je disais tantôt n'est pas qu'une plante mais un esprit incarné sous forme de plante... Néanmoins, sans sombrer dans un dualisme stérile, esprit-matière. Voilà, mais d'ailleurs c'est ce qu'on voit en science, apparemment la matière est une illusion des sens. C'est essentiellement des électrons en mouvement. On est essentiellement constitué de vide<sup>18</sup>... L'univers ne serait constitué que de 5 % de matière... Je pense que les chercheurs ont été plus ouverts que les cliniciens vis-à-vis de l'autre monde. Je pense que j'ai été content d'être un chercheur aussi. Les chercheurs n'ont pas de problème, ils sont (censés être) au service de la connaissance, je parle des chercheurs empiriques. Alors que les cliniciens sont pris dans des écoles de pensées, dans des chapelles. C'est dommage. Je pense que le bon clinicien est celui qui se permet le tâtonnement-erreur, celui qui cherche. Pour moi, ça c'est l'essence du chamanisme, quelque chose d'empirique, de vivant. Les traditions sont vivantes dans le chamanisme, les religions elles ont plus tendance à se scléroser, le chamanisme à évoluer quitte à se rendre invisible ou presque lorsqu'il est persécuté.

Du point de vue de la guérison donc le chamanisme peut être très pratique (et dans sa visée et dans son efficacité) même au niveau somatique. Au niveau psychologique, signalons que l'hypnose est une vieille pratique chamanique remise à la sauce du jour, je pense que cela doit être compris et reconnu. Tout le monde n'en parle pas pourtant (je ne l'ai entendu qu'une fois de la part d'un hypnothérapeute, J. Becchio) mais l'ancêtre de l'hypnose, c'est l'hypnotisme, avant l'hypnotisme, c'est le somnambulisme, avant c'est le magnétisme, avant le magnétisme, c'est le chamanisme. En fait, c'est une pratique qui a toujours existé. Une technique d'influence, l'influence qui guérit dirait Tobie Nathan. Bah oui, et c'est pour ça qu'on n'aime pas ça, alors qu'il faut juste le cadre éthique.

Le chamanisme te fait comprendre que l'univers n'est pas indifférent à ton sort, l'univers lui-même est un organisme, il est une totalité. Ça ne veut pas dire que tout est écrit, une vision fataliste. Non ! On a le libre arbitre (nous sommes inclus dans une totalité non-totalitaire !), on a une certaine marge de manœuvre et donc une responsabilité. Si tout est écrit, ou en terme séculiers, si on se cantonne à une vision déterministe-mécaniste stricte, on n'a plus de responsabilité et donc même apprendre à contrôler ses pensées, qui est la première mesure d'hygiène, que ce soit du méditant ou du chamane, ou du clinicien n'aurait plus de sens ou de portée réelle. Que les pensées agissent sur notre esprit, c'est évident, sur notre corps c'est assez évident, sur autrui une fois qu'on les verbalise ou les acte aussi.

Au point de vue de la maladie, Le chamanisme c'est du sur-mesure. Une bonne technique chamanique ou d'hypnose, c'est de concevoir la maladie comme la personnification d'un esprit (ayant donc son

---

<sup>18</sup> Le volume d'un atome serait constitué de 99,99 % de vide...

intentionnalité propre) et de tenter de rentrer en dialogue avec la maladie pour lui demander « qu'est-ce que tu es venu me dire, m'apporter même ? ». J'ai déjà eu des cas de guérison comme ça. Que la réponse ne soit pas créée artificiellement par un dictionnaire des symboles, des rêves ou symptômes dans une certaine « biologie totale »... ou dictée par un gourou, un thérapeute ou amenée de quelconque manière par un « prêt-à-penser » qui nous lobotomise et peut être cliniquement parlant si pas stérile, dangereux...

Dans la transe, cela s'apprend, à un moment, c'est plutôt la maladie elle-même qui nous parle, pas nécessairement en mot d'ailleurs, ça peut être d'une manière symbolique (ce qu'elle est déjà souvent...). Donc évidemment, rentrer dans un dialogue avec la maladie c'est déjà l'accueillir, l'accepter quelque part et une forme d'hypnose qui peut être assez déconcertante...

Je me souviens qu'un jour, j'avais trois orgelets récalcitrants aux antibiotiques... Je me retrouve dans un rituel chamanique et je décide consciemment de m'adresser au symptôme (car on garde généralement une partielle de conscience même en état modifié de conscience, on est même plutôt extra-lucide). Étonnamment, j'étais à mes débuts, j'entends très clairement dans ma tête la réponse, comme si c'était ma pensée mais inspirée d'ailleurs, comme si je ne l'avais pas créée moi-même ou réfléchi : « tu dois renoncer à toute prétention à l'objectivité. ».

Après coup, je tentais de déployer la signification de cette injonction. Les yeux étant quand même le sens premier, en Occident, pour saisir « objectivement » le réel. Ne dit-on pas : « je crois ce que je vois ». C'était juste à l'époque où j'hésitais encore à faire une thèse doctorat après mon retour du Népal... Cette prise de conscience avec le lâcher prise subséquent ont fait que le lendemain c'était fini. Comme si une partie, en terme psycho-rationnel, une partie inconsciente savait que je ne devais pas m'enfermer de nouveau dans le carcan de la recherche (à la recherche encore d'une quelconque vérité... relative). Il y avait autre chose qui m'habitait, que je voulais, qui comme je ne l'écoutais pas, s'est manifestée d'une manière inconsciente plus somatique. Cette chose était justement d'oser passer de la théorie à la pratique, de la casquette du chercheur à celui du clinicien...

Il y a donc bien une manière de parler de la « guérison spiritualo-somatique » sonne très psychanalytique. Comme je l'ai dit l'autre fois, je pense que ce courant non-scientifique (au sens strict du moins) et tant mieux !, même si je peux être très critique vis-à-vis de celui-ci, garde une force qui m'inspire un certain respect. C'est en effet cette école qui s'est historiquement le mieux articulée avec l'anthropologie<sup>19</sup> en laissant une grande place aux symboles<sup>20</sup>. La lecture symbolique notamment des maladies psychosomatiques a été malheureusement fortement perdue. Mais comme nous l'avons dit, il faut éviter non seulement les raccourcis, les dictionnaires qui systématiseraient tout alors que c'est du cas par cas mais même l'interprétation subjective d'un thérapeute qui penserait trop en amont selon ses théories apprises. C'est pour cela que le chaman va plutôt consulter ce qui se passe avec le patient « comme s'il ne savait rien », sans clé de lecture préétablie ni prétendre à l'avance de quoi il en retourne (c'est plutôt une démarche d'induction que de déduction). Il cultive plutôt une conscience claire et vide. Il rencontre avant toute chose la personne. Au contraire, avoir une grille d'analyse trop rigide nous fait courir le risque de ne pas rencontrer la personne, de n'appliquer en fin de compte qu'une procédure standardisée... Cela devient pour finir de la religion ou de la science (ce qui dans son aspect doctrinaire/dogmatique revient au même)...

Après je ne suis pas entrain d'opposer technique à intuition... mais comme on dit (Rabelais), « science sans conscience n'est que ruine de l'âme ». Plutôt, ce que je prône est une certaine technicité de l'intuition, c'est-à-dire qui la favorise... plutôt que de l'étouffer...

---

<sup>19</sup> Créant même un nouveau champ de recherche dit de l'anthropologie clinique.

<sup>20</sup> Et comprendre la puissance des transactions d'énergie psychique possibles autour du fait de se laisser habiter, transfigurer par un symbole « nourri » par des rituels divers, et dont la force est éventuellement décuplée par son aspect communautaire et transgénérationnel, c'est déjà comprendre quelque chose aux esprits... même s'ils ne peuvent pas être réduits à une symbole dans le sens de pure création imaginaire... à moins que l'on commence enfin à reconnaître le vrai pouvoir créateur de l'imaginaire (la « créalité » disait cet hypnothérapeute, Th. Melchior)... et à concevoir empiriquement que certains esprits semblent aussi avoir leur autonomie et existence propres au-delà de la conscience subjective qui les appréhende...

Faut-il le rappeler aussi, je me méfie de tous ceux qui prétendent à la vérité et à l'hygiène et ainsi de suite<sup>21</sup>. Le chamane, il rentre dans la personne. Comme un anthropologue, il ne vient pas avec la volonté de confirmer avant tout ses hypothèses. Ou alors c'est un mauvais anthropologue ou une entreprise coloniale qui ne dit pas son nom, comme ça a été parfois le cas dans le courant ethnopsy à ses débuts voire encore actuellement avec certains de ses adeptes qui par exemple adhèrent fièrement au projet officiel d'assoir la validité de la psychanalyse en lui donnant une portée universelle dans son pouvoir explicatif des phénomènes transculturels.

Le vrai anthropologue lui, il tend à devenir « comme eux » (même si ce n'est bien-sûr pas totalement possible) notamment en adoptant, temporairement du moins, leurs us et coutumes ; tout en redevenant dans un second temps lui-même (ce qui n'est aussi plus totalement possible après s'être ainsi laissé imprégné voire initié dans une culture parfois radicalement différente). Ces allers-retours seront réitérés, comme une pulsation de vie permise et entretenue par un tel ensemencement réciproque... L'anthropologue clinicien n'essaye pas non plus d'avoir les deux « identités » en même temps, ce qui l'empêcherait d'être à la fois l'un ou l'autre, l'amenant alors à la fracture... voire à subir le syndrome de personnalités multiples. C'est comme s'il fallait pouvoir renoncer momentanément à être soi pour devenir une version de l'autre et ainsi véritablement le rencontrer. Cela va aussi dans l'autre sens : il s'agit de sortir de cette « transe-figuration » pour redevenir soi, un soi alors sans cesse renouvelé et enrichi...

La meilleure posture du clinicien c'est pour moi, celui de ce genre d'anthropologue. Il rentre, il se laisse « coloniser » même à un moment par l'Autre, tout en ayant la flexibilité de redevenir lui-même. Ce n'est pas parce qu'on apprend une deuxième langue qu'on oublie sa langue natale...

Est-ce que vous avez eu quelque chose de décevant dans le chamanisme et une surprise ?

Je ne vais pas idéaliser l'affaire, les jeux de pouvoir existent. Mais je veux dire il y a quelque chose de sain dans cette guerre tribale. C'est un peu comme dans le sport : « Que le meilleur gagne ! ». C'est un peu darwiniste, c'est vrai. Au Népal, c'est comme ça, deux chamans qui se rencontrent, ils vont éventuellement se battre, se confronter dans une joute spirituelle, il n'y a pas de mise à mort (normalement), mais celui qui perd le « combat énergétique » traditionnellement prend l'autre pour gourou, ce qui m'est déjà arrivé personnellement, parce que s'il a perdu, c'est qu'il a encore quelque chose à apprendre. Quelque part cette lutte va permettre de clarifier les jeux de forces en les exacerbant d'abord et ensuite, il y a cette reconnaissance respectueuse...

Le danger ?, c'est cette éternelle recherche de pouvoir liée à l'ego... C'est le serpent, le serpent peut tuer ou soigner (v. notion ancestrale de « pharmakon »). Est-ce qu'il faut le rejeter, le diaboliser nécessairement parce qu'il peut tuer ? Non, parce qu'il peut se faire sérum aussi. Le chamane peut avoir cette ambivalence-là... c'est pourquoi, il est généralement à la fois craint et respecté...

Ce que j'apprécie du chamanisme, par rapport aux religions, c'est le fait que c'est quelque chose qui n'est pas figée dans des règles, moins en tout cas, et comme la nature, il évolue et se transforme sans cesse. Evidemment, il a une certaine structure, minimale en tout cas afin de garantir une certaine stabilité et survie ; mais c'est plus en phase avec l'ordre naturel des choses (plus organique que mécanique, plus immanent que transcendant, plus de l'ordre du rituel que du ritualisme).

Bref, dans le chamanisme, le cadre il est fixe et rigide, mais à l'intérieur du cadre, c'est ouvert ou non prédéterminé. Dans le chamanisme non, c'est les esprits qui décident en lien avec votre intention, les efforts voire les sacrifices que vous avez fait. La vision qui va venir, c'est celle qui doit venir. Quoique le chamane avec les chants par exemple, peut décider ou en tout cas influencer quelque peu ce que vous allez expérimenter, notamment le type de visions... Mais j'ai l'impression qu'il y a plus de respect pour l'unicité de l'expérience intérieure ou en tout cas, c'est plus fluide (c'est bien là dans cette exemple, la différence entre visualisation et vision).

---

<sup>21</sup> La religion avec ses missionnaires et les médecins, malgré parfois leurs intentions nobles, sont souvent les premiers à fissurer puis à fracturer un système alternatif de vie qui fonctionnait pourtant plutôt bien jusque-là ou en tout cas mieux avant d'être « contacté » au nom d'un pseudo-progrès de civilisation.



## 4. Interview – Claire Marie

### Comment je suis devenue chamane : initiation d'une psychologue (2016)

#### Tentative de réponse en fonction du livre

Comment vous êtes-vous intéressée à la psychologie ?

Au départ Claire Marie n'envisageait pas de commencer des études de psychologie, mais plutôt de journalisme. Ce n'est qu'après qu'elle fit ce choix.

Claire Marie est d'origine française, psychologue clinicienne depuis une dizaine d'année, elle pratique actuellement en Angleterre. Elle parle allemand, français et anglais.

Au départ, Claire Marie est photographe. A 22 ans elle réalise des études à Berlin en journalisme et décide de réaliser un voyage en Asie centrale pour réaliser une expédition.

Ensuite, n'arrivant pas à se développer en tant que journaliste, elle partit en Grande-Bretagne élever ses enfants, tout en suivant des études à distance de psychologie : « Après quelques autres tentatives infructueuses pour me lancer dans le journalisme, je partis habiter en Grande-Bretagne, j'y élevai mes enfants et, en suivant des études à distance, je retournais à mon premier amour, la psychologie... » p.62

Elle a également une formation d'Ethnopsychiatrie, qui la ouverte aux autres manières de considérer l'Homme, sa culture et la pathologie

« Je n'étais pas totalement étrangère à l'idée que la diversité et la richesse des cultures ont un impact central dans la manifestation des maladies et qu'il existait peut-être d'autres outils pour penser mes patients que ceux que mon apprentissage de psychologue m'avait offerts. Ma formation en ethnopsychiatrie m'avait appris que les êtres humains sont fabriqués par des mondes culturels différents. L'expression de leur vie intérieure prend des formes qui varient suivant les cosmologies et la compréhension que la culture a du monde. » p.25

Ces ressentis en tant que psychologue

« Mon métier de psychologue était de penser les gens, et peut-être que je ne m'en tirais pas si mal. Je donnais sens à leur histoire en me basant sur les modèles avec lesquels j'avais été formée, psychodynamique, systémique, narratif, voir cognitif. Et pourtant, il me semblait que ce n'était pas suffisant. Il me fallait chercher de nouveaux modèles, ailleurs que dans les livres ». p.26

« Au début de ma carrière, j'avais commencé à exercer comme psychologue. Souvent, après avoir passé une heure avec un nouveau patient ou une nouvelle patiente, je ressentais des choses bizarres. Je voyais sans voir. J'avais le sentiment de pénétrer à l'intérieur de mes patients mais sans pouvoir véritablement verbaliser ni conceptualiser ce qu'il se passait, ou encore je voyais des images flotter autour d'eux. Après leur départ, il me semblait qu'une partie d'eux restait autour de moi sans que je puisse m'en défaire. » p.25

« Ma solitude de praticienne, mon sentiment de n'appartenir à aucune lignée, chamane dans hôpital occidental... » p.145

« Puisque j'avais créé seule la sorte de guérisseuse dont j'avais besoin » p.145

« Je n'appartiens à aucune lignée. Je suis une étrangère dans mon clan et la société dans laquelle je vis ne parle pas ma langue. Pire, je n'ai pas de langue, pas de langue sacrée qui, comme le chaman devant moi, me lierait et relierait aux esprits. Les rares fois où j'ai cherché à m'affilier, les circonstances n'ont jamais été favorables. Et même là, le chaman ne m'a pas invitée à étudier avec lui. Non, je ne suis pas autorisée à m'arrêter et à entrer dans une tradition. » p.197

« Je comprends alors que c'est dans cet espace de liberté que réside ma loyauté. Ma lignée est justement de ne pas en avoir. » p.214

Comment vous êtes-vous intéressée au chamanisme ?

« Il y a environ 5 ans (2011), j'ai éprouvé le besoin d'élargir ma formation et d'explorer un mode d'intervention thérapeutique plus alternatif. Par le billet du hasard (ou peut-être pas) j'ai été initiée et me suis formée à la médecine traditionnelle mexicaine (aztèque). Au fil des mois et des années, les concepts et pratiques du système médical aztèque ont fondamentalement transformé ma vision du monde, puis petit à petit, ils se sont aussi imposés dans ma pratique clinique de psychologue occidentale. » p.17

Claire se fait donc initiée à la Médecine Aztèque

« - Claire, va voir cette chamane, elle m'a soignée de mes insomnies.

Je ne savais pas même pas ce qu'était une chamane. J'ai appelé par curiosité. » p.26

C'est ainsi qu'elle est partie à la rencontre de maîtres mexicains et se fait initier à la médecine des ancêtres aztèques durant un week-end, après qu'on lui ait donné quelques instructions (« habillez-vous tout en blanc, aller chercher des herbes aromatiques (4), apporter trois bougies, trois tortillas, trois œufs durs et 12 œufs frais. Un grand bouquet de fleurs blanches, un foulard et un sac rouge »).

« Ce sont dans tous les objets que se cachent l'esprit et la beauté de la médecine aztèque. Je ne le savais pas encore, mais c'étaient eux, les objets, qui allaient guider la transformation de ma pratique, créant un pont entre la matière et l'invisible. » p.33

Ce besoin est couplé aux ressentis qu'elle percevait lorsqu'elle rencontrait un patient, « ces choses bizarres ».

« Il me semblait que je pouvais sentir, percevoir dans l'aura d'Olivia, autour de son corps, de l'énergie. C'était assez épais et lourd, comme de l'énergie un peu noire. Auparavant cette énergie m'aurait laissé un sentiment étrange, celui d'avoir perçu quelque chose qui, ou bien n'existait que dans ma tête, ou bien ne pouvait être nommé. Dorénavant, j'avais été initiée à de nouveaux concepts qui me permettaient de nommer ce que je percevais. Le changement de perspective enclenchait alors une chaîne de modification sur ma pratique et sur le lien thérapeutique que j'entretenais avec mes patients. » p.34

Néanmoins, ce n'était pas aussi simple : Claire Marie se retrouve ensuite devant une problématique : d'être en même temps chamane et psychologue

« Je me vois usée par le système qui ne me laisse aucune porte de sortie. Je n'ai pas l'espace thérapeutique comme par exemple une 20aine de séances pour créer une autre forme de thérapie ou un cadre rassurant pour cet homme et doucement, avec des mots, du temps, lui permettre d'utiliser ses outils à lui, ceux qui font sens dans son monde, pour se réparer. Mais je n'ai pas non plus la liberté de me transformer en chamane, ni le temps de lui offrir l'énergie indispensable pour réanimer son corps. » p.24

« Je n'ai plus le courage de faire semblant. Je n'ai plus de compassion, je n'ai plus l'énergie d'être chamane dans un hôpital, sans objet, sans tambour, sans dieux à invoquer. Je n'ai plus envie de prendre des risques dans un système qui avec le temps a fini par épuiser mon feu intérieur. » p.24

La souffrance qu'elle ressentait était le fait de « pouvoir observer la lourdeur du réel et être témoin de l'impossibilité d'intervenir au niveau énergétique et spirituel. Aujourd'hui encore c'est un dilemme de chaque jour : prise entre les mondes, dois-je utiliser le mental pour explorer et alléger la souffrance, ou bien m'est-il permis de plonger dans l'imaginaire et le mythique pour travailler énergétiquement » p.46

Aujourd'hui, Claire Marie a dû apprendre à intégrer ses différentes pratiques et elle se définit comme une traductrice solitaire

« Aller chercher mes patients dans leur monde occidental et, avec amour, patience, comme une traductrice solitaire, de les amener à parler le langage énergétique des Esprits, les amener à entendre que leur mal peut se soigner par le souffle. Passeuse, tel était mon métier » p.25

« Ainsi, au fil des mois, je comprenais qu'un aspect central de ma nouvelle pratique résidait dans la traduction. Si les concepts chamaniques d'énergie ou de recouvrement d'âme me semblaient adéquats pour aider un patient, il s'agissait en fait de doucement les tisser à l'intérieur d'une panoplie de symptômes que la société avait poussé les patients à appeler dépression, anxiété, stress, mal de tête, mal de dos... » p.80

« Je ne pourrais expliquer avec des mots ce que la présence du Dalai-Lama me fait comprendre. Moi qui me débats depuis des années pour savoir qui je suis : une psychologue, une femme, une chamane, un « élue » des Esprits. J'ai la réponse devant moi, là, je n'ai pas besoin de chercher à me définir. Juste incarner mon histoire et me mettre au boulot. » p.240

« Je comprends pourquoi j'ai besoin de m'appeler chamane. Je n'ai pas trouvé d'autre mot pour décrire cette position entre les mondes, pour donner sens à ces ordres constants qui semblent venir des Esprits. Notre monde matériel est presque totalement aveugle à celui des esprits et le monde des esprits assaille les personnes comme moi qui ont la chance ou la malchance d'être suffisamment ouvertes pour les entendre. Certains deviennent fou, d'autres chamans, d'autres trouvent un langage mieux compris par la société occidentale, artiste, musicien, poète. » p.180

Au fil de ces expériences, tout son travail a été de réussir à intégrer des pratiques qui lui parlent tant dans sa vie qu'au niveau professionnel.

Elle a refusé un nom aztèque au Mexique en 2008 : « leurs énergies avaient certes transformé ma vie mais la narration et l'imagerie associées à ces énergies ne me parlaient pas à un niveau suffisamment profond pour m'affilier à leur lignée. L'énergie aztèque m'avait véritablement initiée et je serai éternellement reconnaissante à ma professeure pour cela. »

« J'avais refusé mon prénom aztèque, quitté ma professeure et compris que, même s'ils m'avaient donné le premier souffle, les dieux aztèques m'étaient étrangers. Ce qui n'avait pas empêché le dieu du feu de se cacher dans ma valise. » p.67

Elle se retrouve devant une difficulté, ayant du mal à s'affilier complètement à une forme de pratique, elle se rend compte qu'elle doit elle-même trouver sa propre pratique

« Au fil de mes années de découverte et d'intégration, je m'étais souvent posée la question de savoir si en empruntant des gestes, des symboles, des rites et en les mélangeant avec une complète intuition mais pas de règle, je violais énergétiquement les dieux. Je volais à des cultures des rites qu'elles ne m'avaient pas prêtée. Ma véritable difficulté et peut-être mon don, était d'être dans tous les mondes à la fois sans pouvoir donner la priorité à aucun. Et toujours j'étais dans le même dilemme : comment suivre les esprits tout en respectant les rites humains dictés par les communautés culturelles ? Étais-je un chamane authentique ou un charlatan ? Finalement la seule réponse trouvée à cette question est que tous les symboles et rituels qu'il m'a été donné de rencontrer, il me semble que je les utilise à des fins claires. Ils répondent à une demande de soin, ou à ma perception d'un besoin. Jamais il ne me semble manipuler ces énergies afin de gagner du pouvoir sur l'autre. » p.126

« Moi qui me débats depuis des années pour savoir qui je suis : une psychologue, une femme, une chamane, une « élue » des esprits. J'ai la réponse devant moi là, je n'ai pas besoin de chercher à me définir. Juste incarner mon histoire et me mettre au boulot. » p.240

Comment en êtes-vous arrivé à l'utiliser dans votre pratique de soin ?

Après ce séminaire concernant la médecine aztèque, Claire essaya d'intégrer physiquement ce qu'elle avait appris

« Après ce premier séminaire je n'avais pas cherché à penser le contenu de l'apprentissage, j'essayais plutôt d'intégrer physiquement ce que j'avais appris. Je faisais mes premières armes sur mon compagnon, et ce n'est que petit à petit que les concepts sont venus se glisser dans l'observation de mes patients » p.33

A ce moment-là, elle travaillait dans un service d'alcoologie en free-lance. C'est lorsqu'elle a rencontré Olivia que tout a commencé.

« Lorsqu'elle était petite, son père avait abusé d'elle. Cela avait duré de nombreuses années. Adolescente, elle a commencé à boire et l'alcool a bien sûr servi à étouffer la douleur, le dégoût. Ce dégoût d'elle-même. [...] Cela faisait plusieurs mois que je travaillais avec elle, et une grande partie du travail avait consisté à lui donner assez de confiance pour venir, être écoutée, raconter, simplement oser mettre des mots sur son histoire. Cela, c'était du travail de psychologue. Je savais le faire. » p.34

« En travaillant avec O., je commençais seulement, au fil des semaines, à articuler ce parallèle, à créer un espace où l'histoire de cette patiente pouvait être expliquée en termes chamaniques. Je pouvais aussi lui expliquer ce que je voyais, et lui parler de la forme de traitement chamanique que nous pourrions peut-être pratiquer. » p.36

« Un matin avant d'aller au travail, alors que je prenais mon café devant les hortensias, je les regardais, ils me regardaient. Je me vis poser ma tasse et partir chercher un sécateur. **Fort et subtil à la fois, quelque chose me poussait.** Je coupai un gigantesque bouquet d'hortensias. Je les mettrais dans un sac, personne ne me verrait, oui, j'allais nettoyer ma première patiente. » p 36/37

Elle s'étonne de faire confiance à un bouquet de fleur, mais suivant son intuition, elle décide de continuer. Elle réalise la cérémonie dans un hôpital de jour où elle pratique.

Pour la psychologue ce n'est pas ses gestes en soi qui avaient de l'importance mais l'énergie qui venait de se produire

« A ce moment-là, une énergie qui venait ni de moi ni d'O. avait habité mes paroles. Une énergie qui émanait directement du parfum, des pétales, des fleurs et aimait Olivia. Tout se passait comme si l'intentionnalité de mes gestes mêlée à l'énergie des fleurs avait véritablement créé un geste d'amour universel qui touchait Olivia. » p.40

« Une force m'avait poussée à lui donner un traitement, une force qui, bien qu'elle ait été canalisée dans le contexte de notre relation thérapeutique, était une force qui ne relevait pas du rationnel. Les mots que j'avais prononcés avaient un poids autre que simplement celui des mots, comme scellés par les fleurs, le parfum et l'investissement de mon corps. Je me souvenais maintenant : lorsque je tapais les fleurs sur son corps pour chasser l'esprit et la mémoire du père abuseur, j'étais investie. Pas seulement par la pensée bienveillante d'un thérapeute. Tout mon corps était impliqué dans la bataille. La colère que je ressentais, je n'avais pas besoin de la contenir comme j'aurais dû le faire si je n'avais été « que » thérapeute. Les fleurs, mes habits, la mise en scène me permettaient de vivre avec tout mon corps, mon propre dégoût et de me positionner en guerrière contre la perversion du père. [...] Le miracle de la cérémonie résidait aussi bien là-dedans ; les objets, les fleurs, le parfum, les gestes, les rituels contribuaient à créer un espace où nous étions toutes les deux vivantes à tous les niveaux, totalement impliquées énergétiquement, par le corps et les images que je véhiculais. Ensuite, c'est le verbe prononcé qui portait tous les niveaux de manifestations : mentale, physique (par le son), imaginaire et énergétique qui scellaient la transformation. Ce jour-là, j'ai compris que jamais plus je ne pourrais n'être « que » thérapeute. Le chamanisme n'était pas juste une technique qui allait m'aider à transformer mes patients, il était une force qui transformait absolument ma vie. » p.42

Olivia revint avec une étincelle dans les yeux la semaine d'après, durant les semaines et les mois qui suivirent Claire et elles ont répété la cérémonie en continuant à l'intégrer à un travail psychologique axé sur la parole.

### D'autres exemples

[En parlant d'Alice p.78] « cela faisait donc à peu près deux mois que nous travaillions. Après 4 séances, cette jeune femme avait fait un trajet thérapeutique qui, dans des conditions normales (disons une fois par semaine de psychothérapie par le parole), aurait au moins pris de six mois à un an. Bien sûr, je ne cherche pas ici à minimiser tout ce qu'un an de thérapie peut apporter, particulièrement en termes d'attachement à la figure suffisamment bonne du thérapeute, mais juste à témoigner de la fulgurance de la transformation psychique que la roue de la médecine a le potentiel de provoquer. La profondeur de ce dont j'allais être témoin fut un moment charnière où quelque chose de l'édifice occidental qui m'avait construite allait commencer à se fissurer. Quelque chose de plus grand, de plus fort s'était passé qui ne relevait pas uniquement de nos constructions symboliques ni de la façon dont j'avais cru intervenir. Les directions agissaient d'elles-mêmes et avaient même peut-être une conscience qui leur était propre. La notion de conscience occidentale ne pouvait survivre à ces événements. J'éprouvais, pour la première fois sans doute, qu'il était possible de développer une véritable relation avec ces forces énergétiques qui influencent les saisons et nos vies. Si on s'adresse aux Directions, elles répondent. C'est ce que les cultures ancestrales font depuis des millénaires. En abordant mon travail avec cette patiente dans une totale confiance, même si ma pensée était sous-tendue par ma culture occidentale, j'avais ouvert en moi un espace ou une autre forme de conscience pouvait exister. Une conscience que les mots ne pouvaient pas décrire. »

Dans quelle situation proposez-vous un travail chamanique ?

#### **En ce qui concerne le lieu**

« Le chaman n'agit jamais seul, il ne peut opérer sans créer un espace sacré, un espace où les quatre niveaux de manifestation, matière, pensée, imaginaire et énergie, puissent être en mouvance parfaite, où les éléments sont en interaction équilibrée [...] ainsi tout chaman ouvrira les Directions avant de travailler car la guérison d'un être n'est possible que dans un espace sacré. » p.32

#### **En ce qui concerne la psychologue-chamane**

« Je suis à la fois complètement dans mon corps et absente de mon corps. Je travaille en miroir en projetant le son qui sort de mes chakras dans ceux de ma patiente. » p 142

« Je ne vois pas où est l'âme de mon patient avec des images. Non, durant la prière, toute mon attention est portée sur le verbe, je sens que mon cerveau de psychologue fonctionne à cent pour cent. Pourtant, je suis aussi un canal pour les Esprits qui se chargent de la grammaire et de la sacralité du verbe. Cette prière, plus ou moins courte suivant la loquacité du chaman, est pour moi la plate-forme, l'espace où le verbe se mêle à l'énergétique, où le verbe, créateur de l'espace mythique, se fond dans l'imaginaire pictural et permet d'intégrer de façon parfait les différents niveaux de manifestation. [...] Contrairement aux autres traditions où le chaman s'abandonne totalement aux esprits, la particularité du recouvrement d'âme dans la tradition aztèque est à mon sens la place prédominante qu'il laisse au verbe à l'intérieur de l'énergétique. Tout en mettant en scène le corporel, le mythique et l'énergétique, ce sont les mots qui portent la puissance de l'appel à travers le fait que le chaman doit utiliser sa conscience pour s'adresser au patient. Ce sont ces mêmes mots qui, en touchant le conscient du patient, lui permettent de s'approprier énergétiquement l'intégration de son esprit dans les semaines, et les mois à venir. C'est, je pense, à travers ces qualités particulières que ma pratique de chamane a pu s'intégrer de façon aussi fluide et créative à la cosmologie occidentale. » p 92/93

#### **En ce qui concerne la patiente**

« Quand j'écoute l'histoire d'un patient, mon but est de lui permettre de se vivre en tant qu'être énergétique. Pour ce faire, je mets mon corps à sa complète disposition. Puis je ne sais pas exactement ce qu'il se passe, après un petit moment je peux commencer à parler. C'est alors que je lui explique

gentiment son histoire dans le langage des peuples indigènes : « voilà dans d'autres cultures, les peuples pensent que... » p.80

« En prononçant ces paroles, je propose à mes patients un point, une narration nouvelle de leur mal. Les paroles servent aussi comme une sorte de tuteur qui permet à mon corps de tenir ma position de miroir, les concepts eux-mêmes possèdent une énergie qui contribue à modifier la réalité. En cela ma pratique n'est pas différente de celle de tout bon psychologue ou thérapeute dont une partie de la fonction est d'offrir une formation alternative à l'histoire du patient, et, ce faisant, de provoquer des changements. » p.81

Claire explique : « Dans l'univers, il existe quatre niveaux de manifestation. D'abord le corps. Vous voyez, aujourd'hui vous avez mal à la tête : le corps, la matière est le premier niveau. Ensuite, il existe le niveau mental : nous communiquons, nous parlons, il s'agit de nos concepts, notre langage, par exemple, je raconte votre histoire avec des mots, et les pensées que vous entretenez sur vous. Tout cela, c'est le niveau mental. Il existe ensuite le niveau imaginaire et mythique. Ce sont nos rêves, les images, notre culture... Et enfin, il existe un niveau énergétique. Tout est énergie : en fait, ce niveau contient tous les autres. Nous, les êtres humains nous fonctionnons à ces quatre niveaux, et notre histoire est une danse permanente entre ces quatre niveaux. Quand l'énergie s'échappe de notre corps, elle s'en va et se cache parfois [...] Cette description résonne-t-elle en vous ? Vous savez, votre âme n'est pas perdue, il est possible de la récupérer. » p.82

« La subtilité de ma présence interne et le choix de mes mots sont essentiels. Je dois laisser agir mes mots comme des escaliers. Ils servent de lien, comme un fil invisible reliant les différents niveaux de manifestation auxquels je retourne toujours. [...] Mon corps sert de miroir et peut être quelque chose de ma capacité à voyager dans et à travers ces différents niveaux lui est prêté. Il me semble que mes paroles honorent tous les niveaux, et parfois semblent le connecter à quelque chose de plus grand qui ne relève pas uniquement du mental. » p.83

« Premièrement, je n'étais plus envahie par des forces étranges que mon cerveau de psychologue occidentale ne pouvait formuler. Ces forces prenaient un sens, elles existaient et portaient un nom. Deuxièmement, pouvoir en l'occurrence identifier ces forces comme des énergies négatives ayant contaminé Olivia de l'extérieur (celles du père) et de l'intérieur (ses propres pensées négatives) créait un pont immédiat entre la médecine aztèque et ma formation psychologie occidentale. Ma pensée se frayait un chemin dans la cosmologie de la médecine aztèque qui, en retour, transformait mon exploration clinique. [...] N'oublions pas que l'âme ne s'échappe pas uniquement sous l'effet d'un choc ou de la frayeur, mais aussi pour se protéger de l'effroi et de l'insoutenable réalité d'émotions trop fortes. [...] Les années peuvent alors s'écouler sans que l'âme retrouve son chemin, et l'individu non seulement s'habitue à ce déséquilibre mais développe un monde intérieur qui justifie le vide, l'explique où le nourrit. La haine de soi, les pensées négatives, la honte, la culpabilité, la peur possède une énergie à part entière qui, en remplissant la vacuité laissée par l'âme échappée, contribuent aussi à l'empêcher de revenir. » p35

### **En ce qui concerne le mental et le verbe**

Après avoir expliqué le rituel : « j'entre dans une transe légère, bien que je garde toute ma conscience. Je ne vois pas où est l'âme de mon patient avec des images. Non, durant la prière, toute mon attention est portée sur le verbe, je sens que mon cerveau de psychologue fonctionne à cent pour cent. Pourtant je suis un canal pour les esprits qui se chargent de la grammaire et de la sacralité du verbe. » p.92

### **L'importance de l'intuition**

« [...] Je ne vois rien et ne sens rien de particulier non plus. Je suis juste guidée à faire ces gestes. [...] Ainsi, bien que mes gestes chamaniques semblent guidés et complètement intuitifs, je suis capable au même moment de prendre des décisions tout à fait rationnelles. Des pensées très pragmatiques peuvent me venir à l'esprit telles que : « bon, c'est bien joli, ça, mais la séance finit dans dix minutes » p.137

« Lorsque j'utilise une technique apprise et transmise, elle possède une énergie qui lui est propre, c'est-à-dire qu'elle peut fonctionner même si je ne suis pas à cent pour cent concentrée. Un peu comme les offrandes Huichol ont une énergie qui appartient à la lignée. Tandis qu'une technique que j'invente repose sur l'intentionnalité : l'énergie qui lui est propre est créée par la profondeur de mon intention,

l'outil et la technique devenant alors le vecteur de l'intention thérapeutique. Je suis obligée de rester concentrée pour que cela fonctionne. » p.146

### Et après ?

« Je sais que les Esprits viennent si je le leur demande, mais comme je ne les vois ni ne les entends, il y a bien toujours la partie rationnelle de moi-même qui se dit : « Et si tout cela n'était que le fruit de ton imagination, Claire, juste une façon de décrire ton expérience, influencée par les cultures chamaniques auxquelles tu t'es intéressée ? » Ainsi, lorsque mes patients me confirment mes actions sans que j'aie partagé les détails de mon intervention, j'ai toujours un sentiment de joie et de gratitude mêlées d'incrédulité. » p.138

### Chamane ou psychologue ?

« Les chamanes ne sont pas réputés pour leur patience, et en l'occurrence, je filtrais le rituel, et en l'associant à une interprétation psychologique je ralentissais peut-être le rythme. » p.139

Quand un patient qui n'est pas prêt à recevoir son âme, ça peut être en lien avec plusieurs raisons. (Raccourci ici)

- Résidus et la contamination peuvent être encore trop présents, et intuitivement le patient ou la patiente sentira le besoin de se vider encore
- L'âme échappée du corps peut avoir pendant longtemps servi de protection, seul recours pour survivre à la douleur intolérable
- Les qualités développées pour remplir et survivre au vide peuvent être fonctionnelles. Le patient peut avoir le sentiment que s'il se vide, il perd son identité, ce qu'il est devenu.

C'est là que le travail psychologique entre en jeu, pour démêler l'histoire post-traumatique et comprendre quelles sont les parties du patient qui ne servent plus et celles qui servent encore. Ce travail dans la relation thérapeutique permet aussi – et peut-être surtout- de créer un cadre rassurant pour que l'âme se sente en sécurité et veuille revenir. [...] p.140

En travaillant avec les deux systèmes, chamanique et psychologique, j'ai appris à créer un espace avec mes patients où la négociation est verbalisée consciemment dans l'échange thérapeutique. Ce n'est qu'une fois que j'ai leur accord que je m'adresse aux Esprits. Par le verbe, nous démêlons ce que le patient s'est approprié du traumatisme et de l'expérience, pour pouvoir s'en détacher véritablement dire adieu aux énergies qui sont venues emplir le vide créé par le traumatisme. Ces énergies ayant pu prendre la forme d'addiction, d'hallucination, de pensées négatives, de haine projetée par l'abuseur, de culpabilité, de dégoût, etc. » p.140

« Ecouter les patients n'est pas le métier du chamane, il écoute les Esprit et il parle au patient » p.144

« Je ne suis pas toujours consciente du moment ni de la façon dont j'intègre mes deux métiers. Les deux pratiques sont devenues tellement mêlées au fil des années qu'elles semblent ne plus former qu'une. Mais ce soir-là, j'avais bien vu les deux mondes, comme des systèmes séparés. Je me souviens bien du moment où j'ai compris qu'avant de travailler comme chamane il me fallait négocier comme psychologue. » p.154

« Maintenant, j'étais véritablement devenue les deux : chamane et psychologue en même temps. Sans véritablement l'avoir cherché, j'avais développé un modèle d'intervention qui avait une forme particulière. Au fil des années il m'avait semblé que c'était surtout dans la prière chamanique du recouvrement d'âme que mon métier de passeuse avait pris et prenait forme : passeuse entre le monde occidental où la pensée, les cognitions, sculptent nos psychés de façon si profonde et le monde chamanique où tout est compris comme une manifestation énergétique de l'univers. Mais ce soir-là, je comprenais aussi combien le temps passé avec le patient avant d'entrer au service des Esprits et de les laisser guider mon travail était crucial. Non pas uniquement pour nourrir la prière, mais pour que mon corps aille véritablement ressentir à un niveau énergétique profond la nature de ce qui bloque autour de l'âme. » p155

## Le « Pouvoir » durant la séance

Même si je savais que le pouvoir n'était pas en moi » p.144

### Dans quelle situation proposez-vous un travail chamanique ?

Lorsque Claire Marie essaie de traduire un mal-être qu'elle définit comme étant chamanique, elle pose une première question : « pourquoi sommes-nous sur terre ? »

« Poser une diagnostique ne sert à rien si je ne peux l'expliquer avec des mots qui font sens pour le patient. [En parlant de la question : pourquoi sommes-nous sur terre ?]. D'habitude c'est ma phrase d'approche, celle qui me permet de définir comment la personne se conçoit dans le monde. C'est alors à travers sa description que j'adapte mon explication et vais pouvoir traduire le concept de perte d'âme. Certes, j'ai son diagnostic, mais impossible d'accéder à son monde mental pour le lui expliquer. Le diagnostic est donc banal et quasi sans intérêt. Non, ce qui est intéressant cliniquement, c'est de savoir si expliquer le vide que cet homme ressent par le concept de perte d'âme résonne pour lui. Il gagne alors un potentiel thérapeutique en soi car il pourrait se l'approprier. J'en doute dans son cas, mais comme sa douleur intérieure ne me laisse pas l'approcher différemment, je suis devant un dilemme. » p20/21

### Comment procédé : le rôle de l'intention

« Pourtant l'intention est au cœur du travail chamanique, c'est l'intention du patient qui l'amène chez le guérisseur. C'est l'intention de mes chants qui dirige et fait bouger les maux » p. 177

Que pensez-vous de la pratique traditionnelle en psychologie ou de la psychologie telle qu'elle est pratiquée en occident ?

« Je repense aux quatre niveaux de manifestation : la matière, le mental, l'imaginaire/mythique et l'énergie. Chaque homme, enfant d'une culture, fonctionne sans la danse de ces quatre formes de manifestations. Il me semble que chez les Népalais, c'est le niveau spirituel qui prédomine. [...] Ainsi, il existe une plus grande souplesse entre les niveaux énergétique et la vie matérielle. Cette souplesse nous manque, à nous, occidentaux. » p.184

« [...] j'ai le temps de penser aux théories ethnopsychiatriques : la société influence l'expression de la pathologie. Ainsi, cet homme est diagnostiqué déprimé, anorexique, anxieux par les systèmes thérapeutiques dans lesquels nous évoluons. Les interventions créées par ce système sont médicamenteuses ou bien encore des thérapies cognitives comportementales. Si j'étais cognitive, bien sûr, je pourrais formuler le mal de ce patient en ces termes... mais moi, je vois une autre histoire, qu'on peut expliquer par le vide. [...] Et pourtant le vide, la perte d'âme dont souffre cet homme ne peuvent être pensés dans cette société. Cette perte d'âme, personne dans notre système culturel ne sait ni la voir, ni la soigner. Pire, éduqué dans et par le système occidental, son système de pensée à lui l'empêche aussi de jamais pouvoir penser sa pathologie sous cette forme. Et moi aussi, clinicienne, je crée de la friction : si je pense sa pathologie en termes de pertes d'âme alors qu'il n'a pas accès à ces concepts, je coupe la communication. Une pathologie ne saurait être soignée si patient et thérapeute ne peuvent s'accorder sur son sens. » p. 22-23

Y a-t-il des points de connexion entre pratique psychologique et chamanique ?

Claire me propose de me renseigner sur le livre psy et chamane de O. Chambon

Selon vous, quelle forme de psychologie se rapproche le plus de la pratique chamanique?

« Mes différentes initiations, mes voyages mes longues conversations avec les arbres, les rivières que j'avais regardées couler, ma solitude de praticienne, mon sentiment de n'appartenir à aucune lignée, chamane dans un hôpital occidental... de nouvelles questions vinrent : ma pratique était-

elle éthique ? Qui pouvait la superviser si je cessais d'inventer et de répondre aux esprits tout en étant psychologue ?

A chaque question, on pouvait répondre par une théorie différente, en essayant d'intégrer logiquement les concepts occidentaux des techniques de soins aux observations anthropologiques. Sachant qu'il n'existait pas de modèle qui puisse entièrement rendre compte de la profondeur de l'expérience. »

Exemple de cas : Mère dévorante :

« Je sentais que la parole, le mental n'étaient pas les bonnes portes d'entrée pour approcher l'âme de cette jeune femme. Mais elle et moi étions prisonnières des cultures qui nous avaient fabriquées : moi, formée comme psychologue occidentale et payée par un système pour faire ce métier, avec la parole comme outil de travail et elle, envoyée par le même système qui lui avait appris à se décrire comme droguée, déprimée et anxieuse. J'étais observatrice passive de mon incapacité à véritablement atteindre cette jeune femme. » (...) p. 44

« La psychologue interprétait la blessure énergétique comme l'intrusion narcissique des parents ; la chamane, elle, ne voyait que le résultat, une aura contaminée par des énergies étrangères et en même temps vidée de ces énergies originelles. » p.45



## 5. Interview – Nicole Bernard

Comment vous êtes-vous intéressé à la psychologie ?

Je m'intéressais à la psychologie, parce que je m'intéressais à l'âme. En Grec, psychologie ça veut dire étude de l'âme. Malheureusement, quand j'ai fait mes études, j'ai été très déçue parce que s'il y a bien un mot qu'on a jamais prononcé, c'est le mot âme. La psychologie classique telle qu'on la connaît s'intéresse surtout aux comportements. Elle s'intéresse un peu aux motivations, à tout le psychisme profond, et à ce qui nous empêche d'être pleinement nous-mêmes... Mais ça ne parle pas vraiment de l'âme. Il y a des choses très intéressantes... Evidemment, mais j'ai été déçue par mes études de psycho. J'ai fait des études de cinéma. Ensuite je me suis mariée, puis j'ai repris mes études après. Quand j'étais en humanités, j'ai voulu faire psycho et puis finalement je me suis dirigée vers le cinéma et puis vers ma vocation première qui était la psycho... à l'ULB.

Comment vous êtes-vous intéressé au chamanisme ?

Justement dans cette quête d'âme, je n'ai pas trouvé de réponse, même dans les psychothérapies que j'ai pratiquées. Aussi, c'est vrai que je pense que les études universitaires, telles qu'elles sont actuellement ne préparent pas à être psychothérapeute. Il faut suivre un cursus après.

Donc j'ai suivi ce cursus après, en m'intéressant plus aux rapports entre le corps et le psychisme, le psychologique, parce que notre société occidentale néglige très fort le corps, en tant que sensation. Aussi il faut savoir que certains chocs ou traumatismes qu'on peut avoir, s'inscrivent dans le corps. Tout ça fait déjà un tout. J'étais toujours quand même en recherche et ce qui m'a amené finalement au chamanisme c'est de rencontrer un homme qui venait du Québec et qui travaillait avec les énergies subtiles. Moi j'avais fait des études en bio énergétique et l'énergie, je ne savais pas trop ce que c'était en réalité. Donc je me suis dit : « tient l'énergie subtile qu'est-ce que c'est ? » Là déjà, je rentrais dans une dimension plus subtile. Il avait déjà une approche un peu chamanique sans la nommer. Notamment il mettait en contact l'esprit de l'arbre, on devait jeuner comme ça on sentait mieux le côté subtil des choses, on commençait à prendre contact des choses. Particulièrement, il travaillait avec la nature et dans la dimension du cœur. Là pour moi, ça a été comme si le ciel s'ouvrait, comme si enfin tout ce que je percevais quand j'étais enfant commençait à prendre sens. À la fin de la formation, j'ai cherché à continuer à travailler dans ce subtil-là.

Il y a des personnes de la FFS qui sont venus des Etats-Unis en Belgique, donner des enseignements via Tetra. J'ai suivi tous leurs cursus et là, ça a été la découverte du chamanisme. J'ai suivi pratiquement tous leurs enseignements, une très longue initiation, pendant 5 ans.

Ensuite, comme j'étais déjà psychothérapeute depuis longtemps, dès que j'avais appris les techniques de guérisons chamaniques, et que je voyais que quelqu'un pouvait répondre à cette demande-là, à ce besoin-là, alors je le proposais aux personnes. Au départ le chamanisme, c'était vraiment... Maintenant, on en parle beaucoup et c'est plus dans les mœurs, mais à l'époque, il y a 10/15 ans, c'était mal vu. C'est tout juste si vous ne faisiez pas partie d'une secte ou je ne sais, enfin il ne fallait pas parler de ce genre de choses. Maintenant je pratique le chamanisme depuis une quinzaine d'années.

Durant les formations, je me suis mise aussi à découvrir qu'il y a des soins chamaniques qui travaillent sur l'âme. Le chamanisme travaille avec l'âme des choses. Nous avons une âme, mais dans la tradition chamanique tout a une âme. Travailler avec l'esprit des choses... Même au quotidien on peut travailler avec l'âme des choses. Ce sont des enseignements beaucoup plus subtils, beaucoup plus fins et beaucoup plus adaptés à la situation.

C'est un peu comme ça que je me suis mise à découvrir le chamanisme et à décrire que les soins, étaient beaucoup plus... Si vous voulez dans la pratique thérapeutique habituelle on a l'impression qu'on remue tout ce qui ne va pas. On donne quelques outils pour aller mieux, mais fondamentalement, c'est comme si tout est centré sur ce qui ne va pas et ça tourne un peu en rond.

Tant dis que le chamanisme a une dimension beaucoup plus inscrite globalement. Il y a l'idée que notre âme quelque part. Elle a un projet de vie aussi. Si on recontacte ça, si on se met en harmonie avec les soins, avec les autres et avec la nature qui nous entourent... Le monde. On retrouve notre ligne. Il y a des soins aussi au niveau de l'âme qui sont très importants. Je n'ai jamais vu cela ailleurs

que dans le côté chamanique. Je pense qu'après, je me suis un peu intéressée à tout ça. Jung parle de ça, il y a beaucoup de trucs très chamaniques chez Jung. Pour moi, les archétypes ça ressemblent beaucoup aux esprits, aux animaux de pouvoir et tout ça. On peut retrouver ça chez Jung, en psychologie

Y a-t-il des points de connexions entre pratique psychologique et pratique chamanique ?

Disons que dans ma pratique de soin, j'ai commencé à comprendre qu'il y a des choses qu'on peut soigner au niveau du corps, c'est la médecine traditionnelle, la médecine classique. Il y a des choses aussi qu'on peut soigner au travers des émotions, des relations, c'est la psychologie un peu classique aussi. Mais tous ces troubles qui viennent de l'âme, c'est-à-dire qui concerne le sens de la vie. La psychologie ne dit rien sur le sens de la vie. Quand on travaille sur le sens de la vie, on touche à l'âme. Les gens se demandent : « qu'est-ce que je suis venus faire ici sur terre ? » La psychologie ne sait pas répondre à ça. Tant dis que là oui, parce qu'on peut aller contacter une dimension plus subtile, au travers d'outils. On commence à découvrir qui on est plus profondément. Je pense que la psychologie, malheureusement classique, s'adapte plus au moi adapté. Comment être bien adapté dans ce monde. C'est nécessaire aussi, ce n'est pas ça... Mais il y a tout une autre dimension à laquelle elle ne répond pas du tout.

Ce qui m'a amenée à travailler en thérapie c'est aussi de voir un peu à quel niveau il faut soigner quelqu'un. On peut soigner au niveau de la sensibilité, de l'émotion, etc. Mais, s'il y a quelque chose qui concerne le sens de la vie, ou les morts. Des questions comme : « pourquoi je suis né ? Qu'est-ce qu'il s'est passé » Ce sont alors, des guérisons qui concernent l'âme.

Parfois, quand on a eu des chocs de vie l'âme peut partir. Ça peut aussi être le cas lors de notre naissance, si elle est vécue comme choc de vie pour l'âme qui s'incarne. Ou bien, si par exemple l'âme à un projet de vie et que les parents obligent l'enfant à faire ce qu'eux veulent qu'il fasse. Comme dans les familles où l'on est avocat ou médecin de père en fils et parfois, ça ne correspond pas du tout à ce que l'enfant veut. Parfois l'enfant ne se pose même plus la question de savoir si c'est ce qu'il a envie de faire ou non, mais il sent qu'à ce sujet il est mal, il n'est pas tout-à-fait à l'aise.

Alors, il y a quelque chose qui se déconnecte en lui et une partie de l'âme s'en va. Une des guérisons chamaniques concerne le fait de ramener l'âme de quelqu'un. On fait un voyage dans le monde subtil et on va rencontrer cette partie d'âme qui, pour se protéger à quitter le psychisme de l'individu, ou s'est dissimulée très loin... On ne peut plus l'atteindre. Donc dans un travail chamanique, une des guérisons chamaniques, consiste à aller chercher l'âme à la récupérer. Souvent les personnes qui vivent ça, se sentent plus complètes. Elles se retrouvent. Elles retrouvent une partie d'elle-même, et souvent l'âme explique aussi pourquoi elle est partie. La plupart du temps, les gens pour qui on va chercher l'âme, ils disent : « ha oui ».

Pour donner un petit exemple, c'était une personne pour qui on avait récupéré l'âme, en fait elle était partie cette petite âme parce qu'elle ne pouvait pas dessiner. La maman ne supportait pas de voir sa fille dessiner. Il lui était interdit de dessiner. L'âme avait alors posé comme condition de pouvoir dessiner.

Il faut également expliquer que quand on va chercher l'âme de la personne, on ne connaît rien de la personne, donc on vient avec des trucs qu'on ne connaît pas et effectivement la personne dit : « mais c'est vrai, j'ai un mal fou à dessiner, alors que j'adorais dessiner ». C'est un exemple un peu simple ici néanmoins parlant.

La pratique psychologique et chamanique peuvent-elles s'allier l'une à l'autre ? Comment le faites-vous dans votre pratique de soin ?

Déjà, ce qu'il y a c'est que dans la pratique chamanique classique, telle qu'elle est pratiquée, les gens ne font pas la distinction entre le mental, l'imaginaire, le corps, etc. En même temps, ils savent bien à quel niveau il faut soigner. Moi je ne suis pas chamane, je suis praticienne. Un chamane ça demande une initiation dans quelque chose de très traditionnel. Ils travaillent longuement et c'est parfois le travail de toute une vie, l'initiation. Je pratique le chamanisme, mais je ne m'autorise pas à me dire chamane.

### ***Dans quelle situation proposez-vous un travail chamanique ?***

Pour revenir à votre question, eux ils considèrent l'être comme un tout. C'est vrai que si vous vous cassez ou vous vous faite un bobo au genou, il n'y a pas lieu de faire des trucs très compliqués. Il faut soigner, mettre quelque chose, ce n'est pas grave. Mais si systématiquement vous vous faites quelque chose au genou, on peut commencer à se demander s'il n'y a pas un problème psy derrière. Qu'est-ce que ça évoque pour elle, etc. ?

Quoiqu'il arrive, il y a une relation entre une personne qui s'installe. Il y en certains qui vont détailler tout ce que vous avez. Moi je ne fais pas ça. Je laisse parler la personne, j'écoute ce qu'elle dit et j'écoute aussi si elle est prête à, si éventuellement, elle peut entendre où elle en est. L'idée c'est de rencontrer d'abord la personne là où elle est. C'est très pratique, je pense. Puis ensuite, de voir un peu, en la rencontrant plusieurs fois et en travaillant ne fut-ce-que sur le ressenti ou des choses comme ça... De voir s'il y a une dimension plus subtile. Dans la pratique vous utilisez les deux. Vous utilisez le côté relationnel, parole, comprendre où en est la personne et vous lui offrez aussi l'alliance de travail. L'alliance de travail, ça suppose qu'on se mette d'accord et qu'on soit d'accord plus ou moins où on va, comment on va, avec quels outils. J'explique toujours ça avec la personne.

Éventuellement, parfois je commence à parler qu'il y a des soins chamaniques, je dis que c'est au niveau de l'âme. Je ne dis pas ça tout le temps. Si quelqu'un vient avec des problèmes de couples, je ne vais pas commencer à parler de tout ça.

Quand est-ce que je commence à parler chamanisme avec une personne, c'est quand je commence à soupçonner qui a une question soit de sens de la vie, soit effectivement qu'on essaie tout et qu'il n'y a rien qui marche. Là, je soupçonne qu'il y a quelque chose de chamanique. Ou la personne évoque des symptômes qui expliquent qu'elle ne pense plus de la même façon, qu'elle n'est plus tout-à-fait elle-même, etc. Là on peut soupçonner qu'il y a quelque chose, comme une intrusion de quelque chose. Par exemple, dans le cas de personnes qui vivent un deuil, parfois il y a une partie de l'âme qui part avec la personne qui est décédée, parce qu'elle ne supporte pas d'être séparée. Il faut donc la ramener. Alors, quand on sent qu'il y a quelque chose comme ça, qui est plus de l'ordre du chamanisme et moins disons des recettes habituelles, des outils psychologiques habituels.

### ***Qu'en est-il du lieu, du cadre ?***

Le cadre, j'en ai déjà un peu parlé. C'est d'abord de demander à une personne de venir régulièrement, ou le temps qu'il lui faut et de préciser aussi comment je travail. Moi, je travaille à faire sentir le corps aux gens, à faire sentir leurs sensations, parce que ça parle beaucoup plus vite que le mental. Il y a des choses qui vont court-circuiter un peu toutes les croyances, ou les idées qu'on a sur soi, ou sur la situation. Quand on se met à sentir la personne, quand la personne commence à se sentir elle-même et que les choses commencent à lui parler parce que ce qu'elle évoque réagit au niveau du corps, des émotions, et tout ça. Quand on s'exprime à ce sujet, la personne est déjà plus au cœur d'elle-même. Moi je travaille un peu comme ça. J'explique à la personne que je travaille avec le corps, avec les émotions, avec l'esprit et avec l'âme. C'est un peu le cadre que je place. Je dis que je travaille sur ces 4 plans là.

Pour le reste, la plupart du temps ça se passe ici dans mon cabinet, ça c'est pour le lieu. Si parfois on doit faire un rituel ou d'autres choses dans un cadre chamanique, il se peut qu'on sorte. Si par exemple, il faut rituellement enterrer quelque chose, soit la personne va aller rituellement l'enterrer elle-même ; soit si elle le souhaite, on va faire les choses ensemble. Mais ce n'est pas très courant, ça c'est vraiment quand il y a un rituel qui est demandé et qui est nécessaire. Si je sens qu'il faut que je soutienne cette personne à ce moment-là, alors je l'accompagne.

Violaine : qu'en est-il du lit là-bas ?

Le lit là, c'est ce qui permet justement d'aller se sentir. C'est aussi l'endroit où l'on se repose quand on fait des voyages chamaniques. Le voyage chamanique souvent, se fait couché. La personne est plus relax. C'est aussi cette position qui permet que la personne commence à sentir ce qui se passe pour elle. Souvent, ils se couchent, ils sentent leur respiration est c'est un premier contact à l'intérieur de soi, de commencer l'intériorisation, de commencer à évoquer qu'est ce qui se passe. Il y a quelque chose qui vient plus dans les profondeurs et le mental il assiste à ça. Il observe et il est utile pour comprendre. Il y a aussi des outils d'expression, comme des coussins où des choses comme cela.

Maintenant je pose plus le mot chamanisme, mais je dis que c'est plus un travail sur l'âme ou que c'est un travail qui aide à dégager des entités négatives, des énergies négatives et souvent qu'on capte quand on est décentré, déstabilisé par quelque chose.

Violaine : La plupart des gens sont réceptifs quand vous leur proposé ça ?

Nicole : Oui la plupart des gens. Mais il y a des gens que je sens bien qui ne sont pas du tout réceptifs. Sur le site que j'ai, je marque je fais du chamanisme et il y a gens qui vont voir sur le site et qui voient ça, mais ils font savoir qu'ils ne veulent absolument pas parler de ça. Je respecte ça.

Violaine : Je me demande si le chamanisme est fait pour tout le monde... Si quelqu'un n'est pas réceptif, je doute que ça fonctionne

Ça ne fonctionnera pas, parce que je pense aussi qu'une des beautés du chamanisme, c'est aussi de dire que c'est la personne qui se guérit à 90%, c'est-à-dire que c'est son âme c'est ça volonté intérieure qui va faire qu'elle guérit et ce que fait le chamane, c'est simplement soutenir cette volonté intérieure, ce qu'on appelle le guérisseur intérieur. Nous on fait pas grand-chose, mais on est un peu un catalyseur, ou on révèle à la personne ce qu'elle a en elle, de capacités, de ressources internes. On la remet en contact avec ses ressources internes.

*Qu'en est-il pour la « psy-chamane » ?*

Vous vous faites ce que les esprits vous disent, vous le faites sans spécialement comprendre. Après vous expliquez à la personne et c'est plus la personne qui va interpréter ou non.

Si vous voulez, il y a plusieurs choses. Un, il y a un aspect diagnostic. On peut voyager avec l'intention de voir qu'est-ce qu'il y a lieu de faire pour la personne. Dans le diagnostic, après je renvoie ça à la personne. Je lui explique ce qu'il y a lieu de faire et elle est d'accord ou pas. La personne est toujours en charge d'elle-même, c'est pas nous qui sommes des espèces de tout-puissants qui font tout ce qu'il faut. Ce n'est pas du tout comme ça. Donc j'évoque cela à la personne, elle est d'accord ou elle est pas d'accord. Si elle est d'accord soit on le fait cette fois-ci, soit on le fait la fois suivante.

Durant le voyage on ne se parle pas, mais après je lui explique ce qu'il s'est passé et elle m'explique ce qu'il se passe pour elle. Très souvent, c'est vrai que les gens voudraient avoir des compréhensions « ça veut dire quoi ceci ou cela ? » je dis, je ne peux pas parler pour vous. C'est vous qui avez ces informations. Ça va se décoder ou ça ne va pas se décoder, mais ces informations c'est pour vous. On ne conseille pas justement d'analyser les choses, comme on le ferait dans le cas d'une analyse classique psy. On ne donne pas d'interprétation. On ne dit pas « ça c'est le symbole de ça ».

Violaine : Ce serait pour ne pas figer les choses ?

Nicole : Disons qu'on ne donne pas d'interprétation en générale parce que notre interprétation est toujours biaisée par notre mental, la vérité elle est pas toujours là.

Violaine : C'est difficile à entendre pour notre cerveau cartésien

Dominique : C'est pour ça que je vous ai demandé si vous aviez déjà une pratique chamanique, parce que quand on a eu une pratique chamanique, on comprend plus les choses. Il y a un autre type de compréhension qui se fait. Voyez notre compréhension ne se fait pas qu'à travers notre cerveau. On a parfois une sorte de compréhension intuitive des choses. Il ne faut même pas faire un voyage chamanique pour le sentir. En psy on fait ça beaucoup, je crois que les psy sont doués pour ça. C'est en même temps cette compréhension là et en même, vous sentez, vous tâchez le terrain. Si vous essayez, ou vous proposez parfois c'est étonnant ce qu'il se passe, mais c'est juste. Quand c'est une vraie intuition, c'est toujours juste.

Moi-même au début j'y croyais [au chamanisme] pas du tout, c'est-à-dire que j'étais aussi très rationnelle, je ne suis pas du tout une « fofolle ». Je crois que ce que je vois, je m'exerce et je fais l'expérience, si ça marche je me pose des questions, ou j'avance, je continue à explorer. C'est des choses qui moi, peut-être m'a convaincue que ce n'était pas de la blague, que ça ne jouait pas que sur le plan psychique. Donc parfois, il y a des choses qui relèvent plus d'énergie, de truc subtil qu'on a capté, ou bien parfois des problèmes d'âme.

### *Qu'en est-il du rôle du verbe et du mental ?*

Violaine : Comment vous faite pour mettre des mots, pour expliquer les voyages que vous avez-fait ? Expliquer comment ça s'est passé ? Je sais que dans la pratique chamanique telle qu'elle est, il n'y a pas cette valeur de la parole. Il y a une particularité de notre société qui est le mental, le verbe etc. et puis il y a la pratique chamanique où l'on explique pas, où l'on ne cherche pas à savoir.

Comment du coup, arrivez-vous à allier ces deux systèmes qui semblent au départ antagoniste ?

Nicole : Disons que le verbe, il peut être trompeur. Notre mental, il peut être trompeur. L'ennui c'est que notre société elle est coupée, elle s'est coupé du corps, de toute cette dimension de reliance, tout ce côté vibratoire, de ce côté que nous sommes des êtres relié à tout, à l'univers entier.

Tout cela vous ne pouvez pas le savoir, rien qu'avec le mental. Le mental il peut inventer tout et n'importe quoi. Nous-mêmes, sur nos propres histoires, on peut se réécrire notre histoire, on peut se la refigurer, tout est possible. Notre mental quelque part, ou la parole, à la fois elle peut révéler, à la fois elle peut trahir aussi. Donc elle peut servir à nous écarter encore plus de nous, ou d'autres trucs, ou bien parfois, elle ne peut même pas rendre compte de l'expérience. Il y a des choses pour lesquels on a pas de mots pour les dire. C'est bien de pouvoir mettre des mots dessus, c'est pas ça... Quand on peut, mais très souvent quand on fait des voyages chamaniques, on va poser des question, très souvent les guides, les esprits ils ne nous parlent pas, ou ils jouent. Ils nous expliquent des trucs de façon presque qu'on le comprend, mais qu'on le comprend avec quelque chose qui est dans le cœur. Parfois, on veut le rattacher, l'expérience qu'on a vécue ou l'enseignement, on essaie de le rattacher à ce qu'on connaît. Le problème de notre mental c'est qu'il est orienté pour toujours sélectionner ce qu'il connaît le mieux. C'est connu en psychologie, il y a eu des recherches là-dessus. Le cerveau va essayer de décoder et est tout le temps en train de décoder la réalité. Il va la décoder, mais quand quelque chose de complètement extraordinaire arrive, il ne peut pas le prendre, ça ne rentre pas dans ses catégories donc il va avoir tendance à se retourner vers quelque chose qu'il connaît. Ça c'est la nature du cerveau.

Notre cerveau au fond n'est pas très objectif, il cherche toujours à se repérer dans le monde donc il va vers quelque chose qu'il connaît plutôt que quelque chose qu'il ne connaît pas. Par contre, il y a parfois des choses qu'on ne connaît pas, alors qu'est-ce qu'on en fait ? C'est dur de se l'approprier. Tandis que le chamane, c'est un peu comme un rayon laser, il va direct où il faut, il ne sait pas pourquoi. Quand vous voyagez parfois avec vos guides pour soigner quelqu'un, quand vous voyagez pour une personne dont vous ne connaissez pas grand-chose, ou même si vous la connaissez, à la limite vaut mieux pas en savoir grand-chose parce que au moins le mental ne commencent pas à faire état de « faudrait que j'aïlle voir là » ou « ça doit être ça surement ». Tandis que dans le voyage chamanique de guérison, quand on va voyager pour quelqu'un. On va aller demander un diagnostic ou qu'est-ce qu'il faut faire, on reçoit une réponse qu'on ne comprend pas toujours nous-mêmes. C'est notre mental évidemment qui ne comprend pas. Il ne décode pas du tout pourquoi on nous demande de faire ça. Si on le pratique, alors la personne souvent va vous dire « mais oui, je me sens mieux, maintenant je fais ci, je suis plus ouverte à ça. Ou bien, parfois ça lui parle tout simplement parce qu'elle reçoit l'information, elle reconnaît quelque chose en elle et alors elle peut mettre des mots dessus. Le plus souvent, le chamane ne sait pas toujours ce qu'il fait. Ça paraît bizarre mais c'est le côté intuitif des choses. On est dans un autre monde. On est dans un monde un peu plus quantique je dirais.

Violaine : Est-ce que vous racontez quand même votre voyage, est-ce qu'il y a quand même quelque chose de la personne ? Est-ce que vous laissez place à la personne de s'exprimer ?

Nicole : Tout-à-fait. Ce qui se passe, c'est que le plus souvent on raconte le voyage qu'on a fait pour la personne et souvent c'est la personne qui a les informations que l'on a pas. C'est la personne qui va dire « ha oui, ça m'évoque ça ou ceci » ou ça lui évoquera rien du tout. Très souvent, ça lui évoque quelque chose. Le voyage se fait toujours sous forme très imagé. C'est un peu le principe des contes de fées, je crois. Vous recevez une histoire et ces histoires travaillent en vous. Ça vient vous chercher, vous ne savez pas très bien où, mais ça fait quelque chose. Ça veut pas dire qu'on ne parle pas, parce que de toute façon après on revoit la personne, ou après le soin on parle avec la personne. Je lui parle du soin et je dis que je vais lui faire ça, si elle est venue en générale pour ça, elle est d'accord. Après on fait le soin et après, je demande qu'est-ce qu'elle a elle ressenti ou éprouver. Parfois, elle peut éprouver des choses et évoquer qu'elle se sent plus légère, ça dépend du soin. Il y a un espace pour l'exprimer. Le sens parfois, on le comprend un an après et encore ce sens-là, ce n'est pas moi qui vais l'avoir, c'est la personne elle-même. Notre mental ne sera jamais vraiment sur. Mais, ce qui moi, m'a

fait croire à ça, parce que j'étais aussi une personne extrêmement rationnelle, c'est qu'on voit qu'il y a une efficacité, on voit que parfois il y a vraiment quelque chose de bouleversant et qui après on est changé.

Est-il possible d'être psychologue et praticien chamanique en même temps ? Qu'est-ce le chamane apporte au psy et le psy au chamane ?

Disons que ce que le psy apporte au chamane, ici en occident c'est justement de pouvoir parler de tout ça. C'est vrai que si vous allez chez des chamanes pures et dures, de tradition, pour eux c'est évident que c'est comme ça et donc ils n'en parlent pas, ils n'expliquent rien. Evidemment nous, occidentaux, on est très frustrés. C'est bien aussi de pouvoir parler et de pouvoir aussi franchir toutes les barrières qui empêchent d'y croire, c'est tout-à-fait normale de se poser ce genre de questions. La parole et le côté psy, c'est de faire le lien entre notre mentalité occidentale et cette mentalité autre, qui vient plus de l'intuition fulgurante.

Je crois qu'on a tous cette faculté, mais c'est comme les math. Il y en a sans doute qui sont plus doués que d'autres, mais en potentiel. Ce que vous dites, me fait penser que même parfois je me sens dans un état de transe et je ne le sais pas. C'est ça aussi qui est intéressant dans le côté à la fois psy et chamanique, c'est que parfois, vous pouvez faire appel à vos guides en séance, avec des gens qui ne pratique pas du tout le chamanisme. Par exemple avec des gens pour qui c'est difficile de comprendre ce qu'il se passe, ou vous êtes désespéré et vous ne savez pas quoi faire. Parfois, je fais appel aux guides de m'inspirer ce qu'il y a lieu de faire, mais dans un cas tout-à-fait psy, sauf que moi je suis dans un cas de transe chamanique. Donc j'écoute les guides qui parlent et j'écoute la personne qui parle, à la fois dans le monde ordinaire et dans le monde subtil, chamanique. Parfois, je me surprend en état de transe parce que le téléphone sonne et que je saute en l'air, je m'aperçois que je suis en état de transe alors, que je ne le sais pas.

Je crois que pour être vraiment psy, il faut faire appel à son intuition et pas juste à ses savoirs, bien que le savoir soit nécessaire. Cette dimension intuitive c'est la dimension que les chamanes utilisent.

Violaine : Qu'est-ce que du coup le chamane pourrait apporter au psy ? Est-ce que finalement on ne pourrait pas dire que le fait qu'il sorte de ce mental et qu'on ne puisse pas toujours tout interpréter, c'est aussi rendre la vérité à la personne, ne pas figer les choses, garder le fait que c'était son expérience.

Nicole : Ne pas figer est très important. Quand on fait appel à des théories psy et autres, on a besoin de ça. On a besoin d'un savoir, mais le savoir n'est jamais la vérité, ni la réalité de la personne. Le piège c'est de vouloir ramener la personne à ce qu'on sait, ça c'est le boulot du mental. Il est tellement habitué à ramener à quelque chose qu'il connaît, ou à cette théorie ou autre et ça fige, parce qu'on ne peut voir de la personne qu'un aspect qui colle à la théorie, qui colle à ce qu'on connaît. Si on est dans le côté chamanique, tout est ouvert. Vous essayez simplement d'avoir l'intention de découvrir qu'est-ce qui est sa vérité à elle, qu'est-ce qui se passe pour elle. Juste. Même si ça ne colle pas du tout à ma conviction à moi, il y a quelque chose qui m'est dit et je le soumet, il y a quelque chose qui est ouvert. C'est un outil formidable.

Est-ce que vous avez une déception ou une limite que vous avez par rapport au chamanisme ?

Pas vraiment. Je crois qu'il y a une dimension importante dans le chamanisme, c'est que le chamanisme ça rend joyeux. C'est tellement étonnant, on est tout le temps étonné parce que justement on ne va pas tout le temps dans ce qu'on connaît. Là, vous êtes toujours étonné, même parfois quand j'ai des doutes parce que ce côté mental, rationnel revient. Soudain, quand c'est juste, c'est tellement juste et adéquat, c'est étonnant. Justement il n'y a rien qui est figé.

Ce qui est un peu compliqué dans notre société c'est qu'il y a peu de nature réelle. Il y a peu de nature sauvage. Eux, ils travaillaient beaucoup avec la nature, donc dans le cadre d'un cabinet, on ne sait pas travailler vraiment avec la nature. Ça c'est une limite par rapport à la pratique psycho-chamanique. Il y a des gens qui proposent des stages dans la nature, ceux qui ont plus envie de ça, je les invite à réaliser un stage.

Violaine : À la limite c'est que le chamanisme est en lien constant avec la nature et là ici, dans un cabinet on perd ce lien

Dominique : Ce n'est pas qu'on perd ce lien, mais on ne l'a pas complètement. Nous sommes des êtres de nature, mais aussi des êtres de culture, donc on peut rattraper ça à travers ce qu'on est profondément. Aller parfois concrètement dans la nature, c'est formidable. C'est toujours l'idée que c'est l'expérience qui apprend, c'est de vivre quelque chose qui enseigne quelque chose.

Ce qui est aussi important dans la pratique chamanique c'est l'intention. Quand on est dans la pratique chamanique, on contacte un univers qui est infini, on est en contact avec tout et n'importe quoi. C'est impossible. Ce qui fait qu'on peut contacter quelque chose de précis là dedans, c'est notre intention. Notre intention si je veux contacter un guide, ou un arbre, j'ai une intention. Si je veux contacter un guide, c'est parce que j'ai une question où une demande, ça fait que je vais rencontrer le guide qui peut répondre à ma question. Si je veux rencontrer un arbre ami, alors je vais aller dans la forêt avec l'intention que je vais rencontrer un arbre allié. Alors, je vais me sentir en contact avec un arbre en particulier et au contact de cet arbre, il va se passer quelque chose. C'est notre intention qui guide les choses. C'est important de voir qu'il y a toujours une prise en charge. Nous sommes des êtres à la fois de chair, de sang et d'esprit, d'âme et cet être, se met en communication avec ce qu'il a envie. On est autonome, c'est notre intention qui fait que les choses se présentent à nous.

Qu'est-ce que le chamanisme apporte à notre vision occidentale ? Du point de vue de la guérison et de la maladie ?

C'est d'abord, d'apporter une dimension plus complète au niveau de la guérison. Comme je vous ai dit tout à l'heure, moi j'en suis arrivée à comprendre qu'il y a des choses qui soignent au niveau du corps, il y a des choses qui soignent au niveau relationnel, émotionnel, psychique. Il y a des choses qui soignent au niveau des croyances, on a parfois des croyances complètement aberrantes. Puis il y a des choses qui peuvent se soigner au niveau de l'âme. Le chamane sait à quelle dimension il doit s'adresser si quelqu'un n'est pas en harmonie avec sa communauté, il va travailler là-dessus. Si quelqu'un n'est pas en harmonie avec lui-même, il va travailler plutôt là-dessus aussi. Pour moi ça apporte une dimension supplémentaire à tout le panel de guérison qu'on a, tant dis que nous on morcelle un peu tout. On n'a pas une vision très claire je trouve, de ce qu'il faut soigner, comment... surtout que nous on a été, notre civilisation, notre science occidentale est plutôt quelque chose qui sépare. Ici, c'est quelque chose qui connaît qu'il y a des différences mais qui voit l'ensemble. Ça je trouve que c'est un grand apport à la guérison, savoir sur quel plan on va travailler déjà.

- Du point de vue de la maladie ?

Pour eux, la maladie, c'est parce qu'il y a une disharmonie. Toutes maladies viennent d'une disharmonie. Si on a besoin de mourir, parce que c'est juste pour l'âme, peut-être on va tomber malade et mourir. Notre société elle veut à tout prix, à n'importe quel prix... mais parfois la mort est une guérison. C'est un enseignement aussi chamanique. C'est de prendre la vie, la mort, comme une partie de la vie. Pour eux ce n'est qu'un passage en fait, parce que pour eux simplement on va joindre la dimension dans laquelle on était avant de s'incarner. Ça donne un plus grand apaisement, une plus grande sagesse par rapport à la vie, de savoir ce qui est juste, ce qui est dans l'ordre. Il y a les lois cosmiques, les lois de la vie profonde et puis il y a humaines, c'est-à-dire que les humains n'ont pas envie de mourir, d'être malade, du coup ils vont tout faire pour éviter tout ça, mais parfois ça n'a pas beaucoup de sens.

Violaine : C'est aussi parce qu'on donne une valeur négative à tout ça.

Nicole : La maladie partout n'est pas bienvenue, ce n'est pas ça. Mais se dire tient, est-ce que la maladie ne correspondrait pas à une étape de l'individu ou à quelque chose qu'il a besoin de traverser pour renaitre à autre chose ? Ou bien est-ce que c'est juste comme ça ? Je crois que la notion de sens n'est jamais exclue dans le côté chamanique des choses. Mais ça veut pas dire que la maladie ne peut pas être soignée, parfois il faut accompagner les gens dans ce qu'ils ont envie de vivre, qui sentent que c'est leur heure. Mais dans notre société personne va leur permettre de mourir. Je crois qu'il y a inscrit en nous une sagesse qui sait quand c'est le moment, notre âme le sait.

Violaine : Aujourd'hui vous pratiquez plus le chamanisme ou plus la psycho ?

Les deux, mais plus la psycho comme on est plus dans une société où il y a plus de psycho que de chamanisme. Mais je remarque qu'il y a de plus en plus des gens ouverts à ça.

