

VIVRE ET DIRE L'INDICIBLE

Rationalisations discursives d'expériences « liminales » de
praticien.ne.s d'hypnose, de néo-chamanisme et
d'imagination active jungienne en Suisse romande

Vol. II : annexe



<http://danslaforet.ch> : photographie et chamanisme

Thèse présentée par **Elodie Richardet**

Pour l'obtention du titre de Docteur en Sciences humaines et sociales
À l'Institut d'ethnologie, Faculté des lettres et sciences humaines
Université de Neuchâtel
Le 21 juin 2021

Sous la direction du Professeur Christian Ghasarian

Jury :

M. Eric Bonvin, Hôpital du Valais, Professeur titulaire, Faculté de biologie et médecine de l'Université de Lausanne

Mme Isabelle Celestin, Psychologue, Psychothérapeute, Directrice de l'IFPPC, Institut français des pratiques Psychocorporelles, Paris

M. Christian Ghasarian, Professeur titulaire, Faculté des lettres et sciences humaines de l'Université de Neuchâtel

M. Michael Houseman, EPHE (Paris), Directeur d'études, Ecole pratique des hautes études, Paris

Mme Nancy Midol, Université de Nice Sophia Antipolis, Chercheur associé au LAPCOS (habilitation à diriger les recherches), Université Côte d'Azur

Annexe : Retranscription des entretiens

PREMIER ENTRETIEN

Premier entretien : J1

État de conscience modifié : « En fait c'est un grand mot mais peut-être que des fois ça recouvre des choses très banales et quotidienne »

Nous, les jungiens « on est confronté régulièrement au monde du rêve... qui n'est pas un état modifié de conscience puisque c'est l'inconscient... fin à mon avis... (...) mais en fait je pense que quand on fait de l'imagination active, c'est comme ça qu'on l'appelle dans notre jargon à nous.. qui est prolonger somme toute les rêves, essayer d'imaginer comment ça pourrait se développer... ou par un dessin, ou par un jeu scénique, peu importe disons le médium utilisé, mais quand on prolonge le rêve par des images appelées consciemment... c'est quand même qui est en dehors du cursus normal... alors je sais pas si on peut parler d'état modifié de conscience... mais... c'est quand même entre deux, c'est pas... c'est pas une discussion, fin un état normal ou usuel parce qu'il y a un peu de rêverie là autour, fin, on rêve des images... »

Je précise que je demande plus formellement une « image » personnelle expérimentée dans le cadre thérapeutique, mais au fur et à mesure de la recherche il est apparu que les images les plus importantes ne sont pas apparues dans le cadre de la thérapie (sont reprises après ou émergent suite à...) mais les plus frappantes apparaissent hors cadre... lors d'un choc émotionnel, d'une rupture identitaire, mort imminente... donc à force ça m'intéresse aussi.

Exemple courant... quand on conduit sa voiture on est souvent en ECM... »on arrive à la maison on se rappelle par de chaque feu rouge, on se rappelle pas bien du parcours et de ce qui s'y est vraiment produit, le fait est qu'il y avait quelque chose en moi qui pilotait et qui m'a ramené à la maison... (...) je pense que c'est un ECM quand on conduit sa voiture... on se rend pas compte (...) c'est une conduite qui est instinctive, c'est une vision globale, c'est pas basé sur l'analyse... c'est vraiment quelque chose qui est à mettre en lien de la globalité... une perception vraiment comme ça aussi périphérique... (...) on est comme ça très ouvert au niveau des sens... on est en même temps tout à fait réveiller mais on n'est pas en train d'analyser une situation et des choses comme ça... c'est comme si c'était automatique.. on rentre chez soi... il s'est écoulé ¾ d'h, le temps c'est écoulé on ne sait pas comment... je me dis ça c'est aussi un exemple tout à fait banal... donc c'était intéressant d'ouvrir comme ça»

« Des choses auxquelles j'ai repensé, par exemple à l'hôpital (prothèse du genou) J'étais médiquée pour passer des nuits convenables après l'opération... (stilnox) (...) et j'ai vraiment eu une hallucination visuelle avec ce médicament... donc je voyais ma chambre... c'est comme s'il y avait une ouverture dans un coin près de la fenêtre... qui avait pas du tout donc, il n'y avait pas de porte c'était le mur... et je voyais les rideaux qui étaient en train de voler comme ça, de ci, delà, et tout, et c'était une image pas du tout arrondie, c'était une fantasmagorie... »

« Je fais de l'imagination active pour moi sous forme de masque justement... car je pense que ça en est quand on fait les masques... on est en lien avec une recherche qui a d'abord eu ses ancrages dans des lectures... tout un processus comme ça... et puis il y a dans cette phase où on crée le masque en papier mâché... dont la première étape consiste à faire un masque en terre... et bien dans cette première étape, quand on malaxe la terre pour la chauffer pour qu'on puisse la travailler.. en pensant à rien du tout... enfin.. on part pas d'un projet qu'on cherche à réaliser, on n'a pas une forme, ici, qu'on va faire passer dans la terre... c'est plutôt les mains, qui... tout à coup on se rend compte que ça part dans une direction... qu'on n'a pas cherchée à atteindre... on n'a pas un modèle préétabli.. donc on est là, on a ce bloc de terre devant soi... et puis on le chauffe donc là il y a tout ça... donc pas mal de rêverie par rapport à la matière, par rapport à la terre... et pis après quand on est dans le « laisser advenir » la forme qui... justement... à un moment donné on sent qu'on a le masque qui vient... mais c'est pas, c'est pas qu'on a voulu tel ou tel au départ, c'est que tout à coup ça prend en forme dans les mains, de manière autonome... (...) on n'est pas dans vouloir quelque chose... (...) là on se met... il faut du matériel, il faut du temps devant soi, et pis à part ça... ben voilà, adieu Berthes... on est là et puis on suit... alors c'est un état extrêmement agréable parce qu'on est vraiment très concentré... Moi je me laisse distraire par rien du tout alors quand je suis là en train de faire ça... (...) c'est un état d'extrême concentration et de l'attention flottante en même temps... parce que c'est pas de la concentration comme celle qu'on a lorsqu'on doit lire un manuel par exemple... c'est pas du tout la même chose.. c'est vraiment d'être ouvert... de pas avoir peur, de pas avoir de préoccupation (...) et puis on laisse cette forme venir et puis quand on sent qu'elle vient, à ce moment-là on essaye de l'amener dans sa meilleure expression possible... alors ça c'est encore... c'est une autre phase je dirai... qui est moins...où la volonté et le conscient sont plus activés... parce que... on aimerait obtenir tel effet alors il faut changer de rouge où il faut que ce soit moins sec, il faut rajouter de l'eau... on se trouve dans des histoires techniques.. là alors on commence à avoir des images plus précises qui s'impriment là et qu'on cherche à atteindre dans cette phase là... là je pense qu'on est plus dans le cerveau gauche dans la deuxième moitié de l'exercice que dans le cerveau droit... (...) ou dans une très forte communication des deux... alors ça c'est de l'imagination active dans le sens où on ne voit pas le temps passer...on est dans la sensation complètement... on est un peu comme un bébé avec un nouveau jouet... il y a rien qui le dérange,, il y a rien qui peut venir se mettre son jeu et lui... ses états fabuleux de concentration des enfants qui jouent... (...) on voit très bien que ça clique à tous les étages... et qu'ils sont absolument et magnifiquement concentrés... parce que ces ECM c'est entre autre une hyper concentration. J'ai lu une définition de l'hypnose que j'aime bien... (...) de Guy Letter (? → rien trouvé sur internet) (sinologue) il réfléchit sur les états de conscience, les passages... il appelle les changements de régimes»

On compare états de conscience en conduisant ou en créant : différent
→ pas vraiment de notion de plaisir en conduisant alors que oui en créant.
→ dans les deux il y a la dimension de l'automatisme

« L'idée de la beauté qui transcende la perception habituelle, l'analyse... »
« C'est un sentiment d'ouverture particulier, l'état de conscience modifié... c'est une fluidité entre le cosmos et l'individu... on pourrait dire ça comme ça... »

Le moi n'est plus aux commandes... très absorbé... « très contenu, en tous cas pas sur la défensive, plutôt dans l'accueil de ce qui se passe... »

Je réfléchis à haute voix à partir de ce qui est proposé :

Le moi est là mais attentif à ce qui se passe, dans l'accueil...

Alors que lorsqu'on conduit, le moi n'est plus aux commandes mais il n'est pas non plus dans l'accueil de ce qui se présente, ni en position d'observateur de ce qui émerge... il s'absente presque

« Les sensations font le boulot, on perçoit l'espace, on perçoit les dangers, on freine au bon moment... il n'y a aucun problème au niveau des sensations... l'appareil nerveux central fait son boulot... les sensations aussi... ça part des plus périphériques, ça va vers le cerveau, ça repart vers les muscles qui font ce qui faut... mais tout ça de manière absolument autonome... sans qu'on ait besoin d'y réfléchir...mais alors il n'y a pas du tout toute cette valeur qu'on commence à ressentir quand on parle de la beauté... »

Je réfléchis, et précise : intéressant de différencier et de préciser que les états de conscience modifiés qui m'intéressent, sont ceux qu'on rencontre en thérapie, et l'une des caractéristiques c'est peut-être que le moi est là, présent, en position d'accueil et même qu'il essaye dans une deuxième étape d'en faire quelque chose (au service de ce qui se présente).

« Chaque fois qu'on est dans un état de création, on est dans un état où le conscient laisse un peu la place à l'inconscient... et donc on est dans un état de conscience modifié, mais il ne se passe rien si l'artiste fait seulement ses premières esquisses, s'il ne va pas au bout d'un projet, à ce moment-là qui devient un projet du moi et puis qu'il met en œuvre à ce moment-là avec des techniques x, y ou z, et à ce moment-là le conscient reprend le relais... et puis donne forme... aussi avec une présence, et puis une intention à ce qui a surgit... c'est ces deux temps qu'on trouve (dans tous processus créatif) »

« Il y a un moment quand on fait un masque où on sent « voilà, cette forme elle est là, et c'est celle-là qu'on va travailler, qu'on va conduire à son terme, le plus loin possible... et là c'est un travail de créativité, d'ajustement, de rendre aussi bien que possible ce qu'on a ressenti. Mais on sait que la forme de base ne va plus changer parce que celle-là elle nous a percuté et c'est bon... on sait que c'est celle-là et pas une autre... à partir de là il se passe autre chose, on va choisir les matériaux, les couleurs... »

« Que la forme puisse s'accomplir, dans ce qu'on sent qu'elle veut venir... donc il faut beaucoup de travail pour qu'elle puisse venir et aller jusqu'au bout de ce qu'elle doit pouvoir vivre... »

État de création = forme très importante d'état de conscience modifié

Un masque, ou une image, un processus à partager... ?

→ va chercher plusieurs masques, photo...

→ je lui propose d'en choisir un

« Par exemple, ça c'est un masque qui représente le dieu Pan... et donc c'est conditionné par le fait que c'est une peau de daim qui est trempée dans la colle, comme matériau... donc il faut que ça trempe dans la colle très très longtemps, donc on est là, on malaxe la peau de daim dans la colle, enfin c'est... il y a tout ça qui commence à s'activer au niveau des doigts simplement... et donc la première étape c'était d'avoir confectionné en terre la forme sur laquelle j'ai posé cette peau de daim encollée... alors au moment où on est en train de malaxer la terre pour donner forme à ce qui sera le support, fin l'origine du masque... ben il y a un moment où on sent que c'est juste... enfin que la forme... que ce que je sais du dieu Pan que j'ai envie de rendre, ce qui m'a touché du dieu Pan s'y trouve... et puis il y a beaucoup de hasard, c'est aussi beaucoup de hasard. Tout à coup, là par exemple... j'ai senti que ces cornes étaient très chouettes... j'ai bien aimé ces cornes, là... parce qu'il avait une corne un peu ici... et puis comme ma peau de daim était grande et que je l'ai utilisée sans la couper... tout à coup j'avais matériellement toute cette partie de peau de daim encollée que je ne voulais pas couper dont il fallait que je fasse quelque chose, et donc... je l'ai un peu terminée comme ça, comme une barbe un peu... parce qu'il est souvent représenté comme un bouc Pan... donc je trouvais que ça collait assez bien... j'ai fait ça... Après... j'ai encollé, ça a séché, j'ai démoulé... et j'ai regardé ça... et j'ai trouvé... mais c'est incroyable, on dirait Moïse... et tout à coup ce dieu Pan avait des airs de Moïse et là ça aussi induit quelque chose... a ha c'est intéressant... Moïse... mais comment ça se fait que c'est ce... et puis je l'ai tourné l'envers, je l'ai porté comme ça... à ce moment-là c'est encore autre chose qui se passe ici en haut, si ça c'est les cornes et puis ça c'est autre chose ici... fin il y a plein de hasards dans la création... qui sont des hasards créatifs justement... ou tout d'un coup sont des points de démarrages, d'une prise de conscience dont on a envie de faire quelque chose... et on n'a pas voulu, c'est juste arriver comme ça... alors là voyez, il y avait de nouveau, il le fait d'avoir malaxer la terre à un moment donné puis de s'arrêter à un certain moment... après c'est aussi comment sont arrivées ces lignes des rides, enfin... la barre des yeux, le nez comment les choses se concrétisent, qui sont parfois des solutions bouts de bois pour des problèmes techniques et qui rajoutent quelque chose à l'expression... donc là encore je suis pas en train de réaliser quelque chose dont j'aurais fait une maquette et que tout à coup je reproduis à une échelle supérieure... pas du tout... c'est quelque chose qui arrive un peu comme ça sans demander son reste... et donc c'est extrêmement riche pour toutes ces raisons... et c'est en lien avec, je trouve, ce thème de l'état de conscience modifié... on ne peut pas se lever le matin et faire ça... »

« Les points de départ, c'est des choses qui sont de l'ordre de la mythologie... dans ce que je fais là (on est un groupe, ça implique de faire son masque avant d'aller retrouver les collègues thérapeutes, qui sont tous participants dans ce groupe)... et donc là le thème c'était Eros et Psyché... (Un groupe fermé, constitué, on choisit chaque fois un thème mythologique, on se réfère à une histoire)... La mythologie est une mine d'or, il y a tous ce que l'homme... Toutes les émotions, toutes les structures... c'est d'une richesse incroyable... donc quand on prend parti de rester dans la mythologie grecque on peut tout explorer de l'âme humaine par ce biais là... par le biais des héros et des dieux et de ces histoires fabuleuses, etc. Donc là dans cette histoire il y avait le dieu Pan, et moi j'avais envie de faire un Pan sauvage... donc je me suis dit je vais prendre une peau de daim... j'aurais pu prendre du papier mâché... mais non j'ai voulu faire avec une peau de daim... car il est dans la nature le dieu Pan, il est près des sources... donc là il y a un choix conscient d'aller acheter une peau de daim, de la colle à poisson... mais à partir du moment où on commence à malaxer la terre et tout... après malaxer cette peau de daim dans la colle c'est aussi extrêmement sensuel, il y a quelque chose... on n'est pas du tout dans un mode où la pensée est activée... on est dans un mode où c'est les sensations qui sont là... »

Tout le monde faisait un pan ? → non entièrement libre « moi j'avais envie d'explorer cette force de Pan, qui est une force brute dans la nature... et le dieu qui enchante la nature... quand on dit le vieux Pan, le grand Pan est mort par exemple, c'est tout à coup le désenchantement de la nature... donc j'avais envie d'explorer ça... »

« et justement, alors après, c'est le moment où le conscient rentre en contact avec la production de l'inconscient... où quelque chose se passe au niveau encore de différent... entre l'état de conscience modifié parce que vraiment très inconscient... »

« J'avais l'intention de faire un dieu Pan (...) sauvage et bienveillant parce qu'il est bienveillant dans le conte, il sauve la vie de psyché. J'avais envie qu'il soit bienveillant et qu'il soit sauvage... en même temps c'est un dieu qui a donné le Diable après... quand on a... les chrétiens ils ont gommé tout ce qu'il y avait de vital... de vitalité dans le dieu... pour en faire justement avec leur méfiance... d'en faire le diable... fin il y a peu de différences entre les représentations du diable, dans l'iconographie chrétienne, et les représentations de Pan. »

« Et tout d'un coup quand moi je retourne ce masque... que je le regarde d'une certaine manière et que je trouve qu'il a des airs de Moïse... il se passe quelque chose dans mon conscient... à ce moment-là... tout d'un coup je me dis alors ça c'est intéressant quand même que ce dieu de l'animation de la nature... enfin... pas du tout celui qui a... l'histoire des tables de la loi ça pouvait pas lui arriver à lui... n'est-ce pas... mais... mais le fait que tout à coup, par le renversement du masque, fasse apparaître Moïse avec ses tables de la loi... ça m'a fait rigoler... parce que tout à coup ça m'a fait rire de me dire, tiens ça pourrait être mes nouvelles tables de la loi à moi... et ça m'a emmené dans quelque chose de... fin c'était la manière dans ça m'a percuté, pis alors là c'est reparti pour un tour au niveau de la créativité... donc vous voyez ces allé et retour entre le conscient et l'inconscient... (fin l'inconscient à l'état de veille, pas à l'état de rêve) qui est intéressant. »

Je précise que j'ai utilisé le terme « image » pour pas utiliser les mots « symbole », « métaphore », « vision » mais au gré des entretiens, ça s'élargit à « ce qui apparaît en état de conscience modifié » parfois c'est une « image-son » (une chanson, une musique). Le fait est que quelque soit le canal, c'est associé en général à tous les sens. Associé en général à une émotion et souvent à une prise de conscience.

« C'est pas moi qui ai fait cette forme... et ou tous cas dans son premier état je peux pas dire que c'est moi ou le moi qui a fait ça... après oui, au niveau de la réalisation, et d'aller au bout... justement de faire en sorte que tout concourt à l'expression de... que à ce moment-là j'ai à cœur de faire apparaître... donc la se mêle un problème technique... se mêle des choses... fin... et là le vouloir, la conscience a tout à y faire... ça c'est sûr. »

Vous donnez de l'importance à cette phase de mettre en forme ?

« Oui bien sûr, c'est une coproduction... si on ne laisse pas se passer cette première phase un peu de confiance... au fond énorme dans le processus... parce qu'on est là avec zéro projet... on a juste le matériel... donc ça nécessite une confiance vraiment très grande dans le processus qu'on ne maîtrise pas... »

« Cette première phase elle est absolument nécessaire... on ne peut pas l'escamoter... mais si on en reste là... on n'a pas encore créé quelque chose... »

« Il y a une visée thérapeutique dans cette activité... ça c'est sûr... mais c'est un processus qui est lié... si on veut au besoin de l'âme... enfin c'est l'âme... c'est cette pulsion de l'âme qui a envie de se réaliser... qui a envie de se faire... et c'est dans ce sens que c'est créatif, que c'est thérapeutique... »

« Permettre à l'âme de se faire... de... c'est cet appel à... certain on dit à devenir soi-même... à l'individuation pour Jung... c'est ça la créativité profonde, enfin psychologique... »

→ c'est peut-être ça la part plus spirituel du travail jungien... on pense que l'âme doit s'accomplir, s'individualiser, a une mission, on cherche à accompagner la réalisation de quelque chose de plus grand, de quelque chose qui nous dépasse sur terre ?

(pratique l'hypnose comme patiente)

Ce que ça entraîne comme changement dans votre quotidien ?

« Ça diffuse... c'est comme un parfum... fin c'est quelque chose qui a besoin de... et qui... si on est pas en train de... si on n'est pas crispé sur l'objet à réaliser... fin sur la réalisation concrète... forcément que de créer quelque chose de concret mais qui a une forte résonance psychique, psychologique plutôt, fait que ça modifie ma perception au quotidien des choses... autrement je ne suis pas dans une recherche de sens ou de valeur... mais je suis dans une recherche de ou bien notoriété... production, consommation, je sais pas... autre chose... mais si véritablement c'est au niveau de la recherche de sens que ça se passe... de valeur, au sens vraiment le plus large possible... ça va aller où ça veut... on va ressentir des trucs qu'on n'avait pas forcément pensé ressentir... pis ça dure un certain temps et puis après plus... parce que ça veut dire que c'est entré dans le conscient... à partir du moment où c'est devenu... ou c'est plus à l'ordre du jour comme étant une problématique qui nous porte et en même temps nous emporte... nous oblige aussi à aller voir ce qui est au programme pour nous... le processus est activé... après ça peut nous porter pendant des mois ou des années

... on se sent plus maintenant avec une nouvelle donne... ces choses-là vont passer à l'arrière-plan... on n'en a n'avons plus besoin... c'est plus la nécessité intérieur que c'était... donc ça va passer un peu comme ça un peu à l'arrière-plan... pour permettre à d'autre chose... comme une vague voyez... ça va comme ça... pis ça revient après... pis ça laisse la place pour autre chose... donc bien sûr ça a... »

Je dis le fait de matérialiser, réaliser concrètement c'est important ?

« Oui je pense que c'est une phase très importante d'avoir quelque chose qui est sorti de moi et que je peux contempler de l'extérieur, qui est là... ça c'est vraiment une phase... et ça c'est très thérapeutique... mais ça peut être de l'avoir dit à quelqu'un... ça n'a pas forcément besoin de devenir un masque, une œuvre d'art ou n'importe quoi... mais déjà quelque chose que j'ai pu partager avec quelqu'un par exemple... acquiert une nouvelle existence... c'est pas la même chose avant que je l'ai partagé avec

quelqu'un ou après... parce que je l'ai mis en dehors de moi... et donc je peux être vivifié par quelque chose que j'ai là devant... qui a une existence... »

Je m'interroge _- partager, et pour d'autres... important de garder secret, sacré.

« Les deux sont vrais... on a besoin des deux... il y a des moments où c'est très important de pouvoir mettre quelqu'un dans la confiance... et des moments c'est très important... parce que le processus créatif n'est pas terminé... en l'occurrence c'est ça... »

Pourquoi ?

« Je pense que la vue elle a quelque chose de stérile... tout ce qui est... ou une trop grande lumière... on pourra parler de quelque chose de délicat... si on le met en pleine lumière il risque de crever... ou en plein soleil.. par contre s'il est dans une pénombre ou dans quelque chose de plus nuancé, il peut rester avec sa part de mystère... je pense que c'est la part qui n'est pas finie, ou la part de mystère... avec... tant que la valeur symbolique de l'objet est encore absolument... ça veut dire tant que la problématique amenée par tel ou tel objet de création... l'objet va fonctionner comme symbole... ça veut dire qu'il va fonctionner comme étant ce qui permet à l'ineffable d'apparaître... le symbole c'est... Jung dit... c'est la meilleure expression possible de quelque chose d'inconnu encore... quelque chose que le conscient ne peut pas appréhender... le conscient ne sait pas encore ce que c'est... ou n'arrive pas à mettre la main dessus... ou ça bloque... fin... et le symbole vient là pour... c'est aussi un transformateur d'énergie dit Jung... c'est quelque chose qui nous... qui crée... c'est le troisième terme qui remet en mouvement le tout... et donc c'est une manière qui échappe au rationnel... c'est la meilleure manière de décrire ce que le conscient ne peut pas appréhender... encore... alors à partir du moment où le conscient peut l'appréhender... parce que du temps a passé... par exemple... c'est plus d'actualité... c'est plus un truc qui me tord les boyaux chaque matin... si je reprends l'image (de la vague, de la mer) c'est reparti au fond... les choses, le symbole n'est plus actif... on n'est pas touché tous par les mêmes symboles... et puis on n'est pas touché ad vitam aeternam par le même symbole... après il se dévalise... parce qu'il avait à dire à été dit... a été intégré par le conscient... donc on le sait... donc on n'a plus besoin de cette forme symbolique pour l'exprimer et de lui donner vie... »

Vous croyez que ce qui devait prendre forme aurait de toutes façons aurait pris forme ? ou il y a de des symboles et on y est ou non attentif ? qu'est-ce que ça change d'y être prêter attention ?

« Alors là c'est la même question qu'on peut poser comme au sujet des rêves par exemple... Le fait de prêter attention... de respecter... d'être dans une sorte de respect... d'attendre que l'inconscient se manifeste... on va recevoir des cadeaux... c'est comme avec les personnes (...) l'inconscient il se comporte de la même manière, il ne va pas donner des perles aux pourceaux... ou bien alors il va faire des signes comme des portes de grange, de plus en plus grand pour qu'on prenne attention... et puis si vraiment on ne prend pas attention ça peut très mal se finir... mais si on est dans une situation disons idéale de dialogue entre le moi et l'inconscient... et bien ouais... il n'y a pas besoin d'être en analyse pour ça... on va être sensible à ces messages... fin c'est comme des messages... »

« Il y a des choses qui des choses qui sont de toutes façons du domaine de l'inconscient et qui seront jamais conscient... il y a des choses qui ont été conscientes pis qui n'ont plus assez d'énergie... elles ne sont plus assez importantes pour rester dans le conscient. Heureusement parce que autrement... il faut vider de temps en temps la valise pour mettre des nouvelles choses dedans... donc il y a des choses qui ne sont plus assez importantes, donc on les a oubliées parce que l'on n'en a plus besoin... et puis il y a des choses... qui, disons dans le déploiement de notre personne, de notre destinée humaine, sont appelée justement à advenir... et là le fait d'être attentif aux symboles, c'est absolument... c'est d'une importance cruciale pour... parce que c'est justement cette interface qui permet au conscient d'appréhender des choses... (...) si les choses restent au niveau symbolique et qu'il n'y a personne pour comprendre le symbole... il ne va rien se passer... (...) si je suis absolument bouché... et que malgré toutes les manifestations de l'inconscient, je ne bouge pas d'un jota dans mes erreurs d'orientations dans ma vie... ça fait souci parce que... justement qui est appelé à se développer qui peut pas se développer ou au contraire qui est laissé à lui-même, qui est pas pris en charge à un moment donné par un moi qui donne une forme. Parce que c'est aussi ça... il y a des forces tellement... de l'inconscient... (...) il y a des forces tellement énormes que c'est des tsunamis psychologique... »

A ce moment-là j'ai une image du rêve de la nuit précédente qui me « poursuit » :

Bush, Renaud et mon frère qui boivent des bières dans leur puissance masculine et une femme (de type indienne, la mère) vient avec un bébé, comme pour que Bush, le père puisse dire bonne nuit. Le bébé et la mère ont l'air mal nourri, atrophié. → qqch a besoin d'être vu, reconnu.

Préciser « conscient » « inconscient » « âme », Source des images ?

« L'âme pour les jungiens... On peut aussi parler de la psyché... qui est un terme à connotation religieuse... ça on a beaucoup reproché ça à Jung... ces connotations religieuses... que ce n'était pas scientifique, blabla... Donc la psyché est plus grande que le moi dans le système jungien. Il y a le moi, il y a le Soi et il y a les rapports entre le moi et le Soi. (...) alors la psyché n'est pas seulement le moi conscient... donc il y a tout ce qui est à l'intérieur... fin dans les rapports entre le moi et le Soi... on trouve la réalisation du moi... on parle du développement du moi, etc... et puis à un moment donné, que Jung place en général au milieu de la vie... il y a cette manifestation du Soi qui devient très présente... c'est un moment où... tel que lui le définit... où les devoirs de la vie, de se former, de trouver un compagnon, de fonder une famille, fin de s'établir dans la société, d'avoir un métier de se rendre utile, fin... si tout va bien en voie de réalisation... et puis tout à coup la personne est frappée par le fait que... elle n'est pas éternelle que la mort va forcément se profiler à un moment donné et que ça donne, tout à coup, l'émergence de... Jung a parlé d'Image de Dieu... pas de Dieu hein, mais d'image de dieu... de Soi, de centre et de périphérie... fin il a donné différentes images pour parler du Soi... mais comme étant à la fois la source de tout devenir et en même temps, à terme... (on n'atteint jamais le Soi, de son vivant, heureusement, mais...) comme aussi une réalisation jamais... enfin à laquelle on aspire... et qui dépasse la réalisation du moi... et c'est le moi qui est fécondé par cette présence du Soi... et la psyché accueille le Soi mais le Soi ne fait pas partie... on est pas... c'est pas quelque chose... on peut parler de son Moi, mais on peut pas parler de son Soi, on parle du Soi... on peut parler de son expérience du Soi... qui relève de l'expérience... le moi faisant l'expérience du Soi... mais on peut pas parler, dire « mon Soi » ça c'est pas possible. »

« Dans la conception jungienne du conscient et de l'inconscient... on peut en parler de différentes manières... il y a l'inconscient dont on ne saura jamais rien... qui est si vous voulez la force des Mariannes au fond de l'océan pacifique fin difficilement accessible... l'inconscient dont on ne saura jamais rien... et puis il y a des rapports qui peuvent s'établir entre le conscient de chacun et où l'inconscient vient visiter le conscient de telle ou telle personne, qui décide ou non d'y répondre... Jung a écrit un

livre qui s'appelle « Dialogue du Moi et de l'Inconscient » par exemple... Donc il y a dans l'inconscient différentes couches, j'exclus maintenant celles qui vont jamais... plus vastes que nous qu'on va jamais toucher. Puis il y a des couches de l'inconscient, qui entrent en contact avec le conscient, qui émergent à un moment donné... A la suite justement... Jung en parle en terme d'énergie, c'est-à-dire, est-ce que ces éléments de l'inconscients sont investis de suffisamment d'énergies psychiques pour qu'on les perçoive... »

« Il y a une couche de l'inconscient, qui s'appelle inconscient personnel qui ont à voir avec des... des choses de la journée, dont on rêve la nuit. Parce que tout à coup on a vu que là il y a avait quelque chose de... qui nous interrogeait particulièrement... fin on rêve pas... parmi toutes les choses dont on rêve la journée, il y a une partie infime dont on rêve la nuit... Donc il y a des bonnes raisons, pour lesquelles on rêve de ça plutôt que de ça... donc c'est toujours qu'il y a un point d'accroche quelque part qui fait que voilà, tiens... et ça c'est l'inconscient personnel... en rapport avec des choses assez... du tout-venant je dirai... et puis il y a ce que Jung a découvert... qui est proprement jungien... c'est cette notion d'inconscient collectif... ça c'est des structures... qui viennent vraiment du fond des âges... qui sont vraiment le fruit de l'expérience humaine... parce qu'en gros, l'homme... bon il y a beaucoup de choses qui changent... parce qu'il y a une évolution technologique incroyable... mais il y a aussi beaucoup de choses qui restent identiques... ou disons des forces qui vont s'exprimer différemment mais dont la fonction est la même qu'il y a 500 ans ou 100'000 ans... l'homme il a le même appareil psychique... fin il y a un peu d'évolution à ce niveau-là. Et puis les... les enjeux pour l'homme... manger, se reproduire, enfin... restent les mêmes... se défendre, attaquer pour aller à la chasse... enfin, il y a beaucoup de choses qui sont stables... et donc il y a tout un fond d'expérience de l'humanité, qui est là et qui sous-tend notre vie d'aujourd'hui... aujourd'hui on ressemble beaucoup à des humains qui ont vécu il y a très très longtemps... et tout ça fait partie du cerveau... fin de l'héritage... ça fait partie des cellules on dira... c'est ça cette notion d'inconscient collectif... au fon on est... il y a vraiment des choses qui ne ressortent pas de l'histoire de chacun mais qui sont que l'humain a apporté à des problèmes qui se sont posé depuis la nuit des temps... et donc de cette couche-là sortent aussi des choses... qui vont affleurer aussi au niveau du conscient... donc disons une structure psychologique saine c'est une structure fluide... où si on veut il y a une perméabilité entre le conscient et l'inconscient... où le conscient peut être nourri de l'inconscient... peut dans une certaine mesure donner forme, essence, à l'inconscient... s'il y a accueil... (...) Quand on est dans une situation de santé, on va pouvoir bénéficier de quelque chose d'un peu fluide. Plus il y a de rigidité, plus il y a de souffrance. Plus il y a de rigidité, de mouvements défensifs, qui peuvent être plus ou moins coûteux, selon les structures psychologiques des gens... »

Pour vous c'est à l'intérieur de vous où c'est dans une autre réalité ?

« Il y a toutes ces forces qu'on maîtrise pas et qui sont... il y a des parallèles qui ont été fait entre la physique et la psychologie de Jung par exemple... le monde chamanique, les images, les visions bibliques... c'est des réalités, dont on a connaissance justement... il y a des grands rêves dans la bible, il y a des animaux totem, il y a ... ça s'exprime de manière différente... mais bien sûr qu'il y a des... les réalités elles ne sont pas forcément à l'extérieur... c'est à dire que de la même manière que Jung parle de l'Image de Dieu... l'homme ne peut pas connaître autrement qu'à travers son prisme... fin on est là... on n'est pas en même temps pur esprit quelque part... (...) »

A propos des théories de la physique quantique, de plusieurs réalités : « Justement à chaque fois c'est des hommes qui disent ou qui écrivent que... on n'en sort pas de ça... c'est pour ça qu'on parle d'Image de Dieu, parce qu'on n'a pas d'expérience autre que dans notre psychisme... c'est une expérience... c'est des hommes qui éprouvent ceci ou cela, de telle ou telle manière... »

Premier entretien : J2

« J'ai une image qui est liée à un vécu intérieur... c'est pas qu'une image mais ça part d'une image... et c'est celle-ci que je pourrais partager... c'est peut-être pas la plus importante... mais elle a eu un impact... oui tout à fait, sur ma vie... »

« C'est un petit peu un déroulement spécial... ça c'est passé il y a maintenant... ouf... c'était peut-être en... 96-97, donc ça fait... plus que 15 ans... mais elle est toujours très vivante cette expérience là... j'avais fait pendant une certaine période... des rêves... donc les images c'est des images du rêve... où dans le rêve, je sentais, je voyais, plusieurs fois, un bébé, un très petit enfant qui s'étouffe... qui ne peut plus respirer... qui est vraiment dans un état difficile, très douloureux, et pour moi qui était observatrice adulte... je sais pas, c'était pas mon bébé, mais un bébé qui me préoccupait beaucoup et qui me touchait beaucoup... et je voyais comment ce bébé était dans un état d'étouffement... et ça m'a beaucoup touché... voilà ça c'est le rêve qui est revenu plusieurs fois, et je me suis dit « qu'est-ce que c'est ? Qu'est-ce que c'est » Donc c'était un peu comme ça une réflexion répétée « de quoi il s'agit avec ce bébé qui ne peut plus respirer... » »

« (...) un peu plus tard... à l'époque je faisais des études à l'Université ici (à Lausanne), mes études de psychologie, mes deuxièmes études... d'abord en Autriche j'ai fait des études de littérature et quand je suis venue en Suisse j'ai fait la psychologie. Donc j'étais à l'université, et puis... j'étais... j'avais passé la journée à l'université je crois et j'étais en train de rentrer en voiture et j'étais arrêtée devant un feu rouge... je devais m'arrêter parce qu'il y avait un feu rouge... et c'est un moment c'est vrai un peu où on déconnecte un peu de tout, un peu de détente comme ça... et dans ce moment-là... comment j'explique ça au mieux ? Dans ce moment-là, oui c'était un moment de détente, un peu de sentir ce qui se passe à l'intérieur... et je sentais mon corps et puis surtout la région des poumons, ouais je sentais pas très bien... j'avais fumé un peu beaucoup de cigarettes avec mes collègues à l'université... je sentais ouais c'est vrai, après on le sent... c'est vraiment qqch qui fait pas bien au corps... et j'étais là un peu avec mon vécu comme ça... et tout à coup, il y a qqch qui se connecte avec ce rêve... et puis j'étais convaincue... « ah oui ! c'est ça ce bébé... c'est ça le bébé, là, qui s'étouffe, c'est les cigarettes »... et qui font la même chose... voilà, je fais vivre ça à mes poumons, ce que je vois là dans le rêve avec ce bébé, c'est la même souffrance quelque part... tout à coup c'était congruent ces deux impressions, totalement ensemble... et c'était tellement fort que... à partir de ce moment là où il y avait qqch... où je me suis dit « non je peux plus faire ça à ce bébé... je peux plus faire ça à ce bébé... ou cette image-là, je peux plus lui faire ça » et c'est vrai, à partir de ce moment-là j'ai arrêté la cigarette, je n'ai plus fumé une seule cigarette... par contre avant, pendant, quand même 10 ans c'était régulier, j'ai fumé... pas énormément, mais surtout j'ai fumé en compagnie d'autres fumeurs... pour moi c'était impossible de ne pas fumer, s'il y avait d'autres qui fumaient... c'était vraiment la fumée sociale... je ne pouvais pas résister, c'était impératif de fumer avec eux... et puis voilà, à l'université avec les collègues, il y avait quand même quelques cigarettes comme ça... dans la journée et après ce vécu très fort... j'ai senti, voilà, il y a un engagement qui se fait en moi, pour ça... je veux plus faire souffrir ce bébé... j'étais pas sûre si j'arrive car il y avait quand même cette dépendance... dans certaines situations...

et puis c'était pas du tout un acte de volonté... pas du tout un acte où je dis « non maintenant je veux arrêter et je dois faire un effort pour arrêter... » j'ai fait aucun effort... c'était... vraiment cette image et ce vécu là... qui étaient si forts que chaque fois quand il y aurait eu l'occasion... voilà, parce qu'au début ça attire quand même... encore... mais c'était plus fort... c'était plus fort... et puis j'ai pensé à ça... et c'était la fidélité à ce vécu là qui a fait que je pouvais plus toucher à la cigarette... et donc voilà, ça a tenu... jusqu'à aujourd'hui... après avec le temps, les semaines, les mois, après une année, j'osais penser maintenant je ne vais plus fumer, je n'ai plus besoin... au début, comme ce n'était pas un acte de volonté, je ne savais pas « combien de temps ça va tenir... jusqu'à quand ça va rester cette image... et peut-être ça va repartir et je vais oublier et de nouveau la cigarette présente va me tenter » mais non c'était resté comme ça... un vécu tellement marquant, que c'était resté plus fort que les autres... et puis voilà après une année, deux ans, j'étais sûre... maintenant ça ne m'intéresse plus du tout la cigarette... voilà ! »

Je mentionne que les rêves ne sont pas des ECM volontaires... et demande si elle a une image apparue par ex dans le jeu de sable, dans un cadre volontaire... je dis aussi que souvent les personnes me parlent d'une image marquante, apparue hors cadre thérapeutique, hors cadre formel...

« Il y a cette différence... comme vous le dites... dans le rêve c'est totalement autonome... ça vient... mais aussi totalement incontrôlable... donc ça vient ou ça ne vient pas... donc il y a aucune influence sur les rêves... sur l'image du rêve... parfois on pense que... « oui par rapport à ça, je vais certainement avoir un rêve » mais pas du tout... donc c'est tellement une dynamique qui ne nous appartient pas du tout... dans le rêve... par contre effectivement les images... après il y a les images qui apparaissent dans un état de contemplation... je sais pas ou de détente... dans tous ces états là... même parfois dans des états de grande concentration... ça peut aussi venir, quand on a travaillé beaucoup sur qqch... on est très concentré et tout d'un coup, il y a comme ça une... une image qui... qui réunit des éléments d'une façon créative aussi... cette créativité de l'imaginaire... ça m'impressionne beaucoup... aussi toujours cette créativité... aussi autonome quelque part qui est là... »

« Donc dans le visuel, c'est surtout le visuel qui compte ? »

Je précise que c'est une de mes questions... il y a des gens qui m'ont livré des images sonores...

« Plutôt senties... dans le sentiment peut-être... »

Je souligne que c'est important de me laisser surprendre et de ne pas vérifier mes hypothèses...

« Bon bien sûr moi j'ai fait mes créations dans le sable aussi... c'est des images visuelles mais pas seulement... comme j'ai essayé d'expliquer (lors de la conférence à laquelle j'ai assisté et où je l'ai contactée) ça passe beaucoup à travers le corps, le toucher... le ressenti... c'est pas que visuel mais le visuel joue un grand rôle effectivement... »

Je relève que pour le moment c'est un des traits communs à toutes les personnes que j'ai interviewées, c'est visuel mais lié aux autres sens

« Oui, tout à fait... »

Je dis « Donc je crois que c'est un trait commun de ces images intérieures fortes... c'est comme un vécu... c'est pas seulement visuel... »

« Tout à fait, tout à fait... C'est pour ça que voilà, cette histoire avec la cigarette ça a pu changer qqch dans le corps... »

« Bon c'est vrai, c'est l'image du rêve... mais après elle intervient dans un autre... dans un état de veille... elle se réveille... elle est pas cherchée... elle s'est réveillée dans l'autre état de conscience... »

A l'époque était en thérapie, dans un processus personnel, mais n'a pas abordé cette image cependant « (...) j'étais assez... dans une démarche d'écoute intérieure, de sentir les choses... oui mais ça je ne l'ai pas retravaillé... »

Parce que ce qui m'intéresse c'est aussi dans le cadre thérapeutique... même si c'est un rêve, comment il est « travaillé » en thérapie...

« Disons une autre image que je pourrais peut-être raconté, qui a eu un impact qui m'a étonné aussi... par exemple... mais ça il y a aussi très longtemps... ça reste anonyme ? parce qu'elle est un peu très personnelle quand même... c'était... voilà il y a très très longtemps... encore plus longtemps que ce rêve là... c'était une histoire compliquée avec un homme à l'époque... ça je l'ai pourtant travaillé en thérapie... et c'était difficile pour moi de trouver une solution et de m'en sortir... et là, j'ai fait une image dans le sable... effectivement avec... voilà un couple... un couple qui se touche, comme ça assez proche et autour il y avait de plumes orange, rouge, comme le feu... c'était très chargé comme ça, des couleurs... et puis j'ai fait cette image, et puis je me rappelle qu'avec ça, c'était aussi comme dénoué l'histoire... c'était une fois quelque chose... voilà d'accompli dans cette image... de très beau, de très harmonieux... et puis... et puis ça m'a comme donné voilà... comment dire... une liberté par rapport à la situation réelle... je me rappelle que après ça... il y avait plus du tout de question, je pouvais lâcher cette histoire... Ça ressemble même un peu à l'autre... une histoire avec la cigarette... mais effectivement après... voilà c'était passé... mais l'image était importante... c'est pour ça qu'elle me revient encore aujourd'hui... comme voilà une permission de... de mettre qqch en scène... d'accompli, de beau, et puis ça a suffi pour lâcher l'histoire »

Qui, dans la vie, n'était pas accomplie, pas belle ?

« Qui était compliquée... compliquée et puis... disons... mais pas à résoudre... et je savais bien que ce n'était pas une histoire qui pourrait avoir de l'avenir... voilà, je voulais la terminer mais c'était trop difficile, très difficile... et c'est cette image-là qui a en fait permis de pouvoir terminer et lâcher... »

« C'était une image d'union et d'énergie positive... c'était même... comment dire... comme qqch qui s'accomplit d'une façon... voilà, très positive, très plein d'énergie, plein de couleurs... donc c'était même pas une image de séparation, c'était pas ça... c'était une image... comment dire... d'accomplissement... mais je l'ai faite par rapport à cette histoire compliquée... qui m'a après permis... ou disons, c'était clair après que... je savais me positionner et je savais que c'était terminé... »

Je fais le rapprochement avec ce que m'a dit Ulla... que l'important c'est de rêver, de donner une jolie fin à une histoire et que si dans le rêve ou dans l'autre réalité on arrive à terminer avec qqch de beau... et bien ça a un impact dans la réalité quotidienne...

« Ah elle disait ça ? »

Elle disait même que c'était ça son métier... terminer dans l'imaginaire ce qu'on n'arrive pas à terminer dans la vie quotidienne et que ça a un impact...

« Ca va dans ce sens je crois... »

« Parce que j'ai travaillé avant sur quitter, terminer, se positionner... j'ai travaillé ça en thérapie... et c'était toujours à moitié clair et pas clair, à moitié possible et pas possible... et donc à ce niveau-là de la réflexion et de la volonté... encore une fois... au niveau de la volonté, on est assez limité... »

« C'est une autre dynamique, c'est vraiment cette dynamique... oui je peux dire... ça me parle beaucoup si elle dit qu'elle cherche l'image positive qui réalise... ou qui permet la réalisation de qqch qu'on cherche probablement dans cette... dans un certain vécu et qui se réalise pas dans la réalité... mais si on le réalise à un autre niveau... ça dénoue... »

ECM en jeu de sable ?

« Ca c'est une bonne question... parce que moi je trouve qu'on est dans un état de conscience modifié... déjà... exposer qqch à ce matériel-là voilà... d'abord on dit toucher le sable, c'est qqch de très... qui induit déjà une certaine... comment dire... on relâche un peu tout ce qui est mental... c'est du sentir, c'est qqch qui évoque l'enfance... c'est une petite régression je trouve... disons dans le sens positif... et après voir toutes ces figurines... là aussi, on devient un peu enfant quand même tout de suite on commence à ... voilà à découvrir... à se rappeler des choses... à... à réagir « ah c'est bien, c'est beau, c'est terrible... » on est un peu dans, je trouve, dans une façon de... un vécu un peu primaire comme ça... plus direct qui incite à l'imaginaire... oui je crois que c'est vraiment ça... ça met dans cet état d'imaginaire ou d'imagination... voilà, ça évoque ça... et je trouve que, plus ou moins, c'est une façon de conscience modifiée, ça dépend comment on le définit certainement et... mais... en tous cas... je crois que c'est qqch, comme Jung dit « abaissement du niveau mental » donc on est moins dans cette concentration intellectuelle, logique, analytique... on est dans qqch qui... voilà qui vient, qui nous transporte un peu, qui nous mène... ouais par le ressenti, par des réactions d'associations... des... voilà moi je trouve on est vraiment dans ce registre là avec le matériel... c'est le matériel qui fait déjà beaucoup... après moi, c'est vrai, j'insiste beaucoup sur le fait que les gens touchent le sable, laissent faire les mains... ça je dis aussi toujours... « laisser faire les mains »... « les mains savent toutes seules ce qu'elles ont envie de faire... » donc ça aussi on va au niveau du toucher... de l'envie et de... de tout seul... ce qui se passe tout seul... et ça baisse vraiment... cette... cette conscience quotidienne vers qqch de beaucoup plus spontané, imaginaire, associatif... ça s'induit quand même avec le matériel le jeu de sable... »

« Si on a une feuille blanche disons... je veux pas comparer... mais c'est autre choses si on travaille sur une chambre blanche... bien sûr après il y a la couleur et on peut aussi très bien se mettre dans un autre état de conscience... mais ça passe par d'autres canaux... là on aussi le canal du toucher justement qui... qui ramène à des vécus corporels, qui font partie des vécus premier de l'être humain... donc vraiment cette sensualité, ce touché... et puis là... disons la suspension de la parole qui est possible... on peut travailler sans parole... donc c'est l'aspect non verbal qui permet aussi justement... qu'on entre dans un autre état... »

Les images, pour vous, elles viennent d'où ?

« Moi j'aime beaucoup la notion dans ce contexte... qui apparaît aussi chez Jung... la notion d'énergie psychique... je parlerai même pas tout de suite de conscient ou d'inconscient... cette idée de l'énergétique psychique, qu'il a évoqué, qu'il y décrit... ça me parle beaucoup en fait... que en fait le psychisme... est un système où il y a des énergies qui sont en mouvement si l'on veut... le dire de façon très simple... et qui sont en... en tension, en déséquilibre, en courant, en stagnation... en fuite... en blocage... donc moi j'aime beaucoup cette façon de voir les choses et que... au fond cette énergétique psychique, elle s'exprime, elle se manifeste de différentes façons... elle se manifeste par des sensations, par des émotions, elle se manifeste par des... aussi des comportements, des symptômes... elle se manifeste de plusieurs façons et aussi... et ça c'est le mystère quand même en fin de compte... et aussi elle se traduit, elle s'exprime en images... donc je vois les images un petit peu comme ça, comme des manifestations ou des expressions en images de cette énergétique psychique qui nous habite... qui nous habite bien sûr dans la conscience... on peut en prendre conscience... mais après il y a toute une énergie énergétique qui nous échappe... mais c'est cette faculté de... comment dire... de l'être humain, qu'il puisse percevoir cette énergétique sous forme d'images... et je vois beaucoup l'image un peu dans ce sens... et c'est aussi lié à ce matériel... parce que voilà, ça bouge aussi... dans la création... et j'observe beaucoup qu'est-ce qui bouge... qu'est-ce qui ne bouge pas... quels sont les gestes qui sont là... qu'est-ce que ça... qu'est-ce qui est présent comme énergétique là-dedans... ça se traduit beaucoup dans les mouvements et dans les blocages, dans les agglomérations... il y a plein de façons d'exprimer ces aspects-là dans une image... mais derrière... voilà, j'essaie de percevoir, ou de sentir l'aspect énergétique... et puis effectivement selon Jung, c'est comme l'énergie physique qui... qui est en déséquilibre, qui coule et qui crée des déséquilibres, qui essaye de se rééquilibrer et que en fait... ce travail psychologique c'est dans le but de trouver des équilibres... comment dire des équilibres un peu plus stable ou un peu plus... comment dire... vivable ou un peu plus... globaux... voilà, ce sera ça ce chemin de développement... mais toujours est-il qu'à travers l'image, on a accès à cette énergie psychique... »

Plus facilement qu'avec le langage ?

« Peut-être... oui... je trouve le langage... comme j'ai dit, mes premières études c'était la littérature, donc moi j'ai aussi beaucoup disons de... comment dire d'attrance pour le langage... et je crois qu'il y a des expressions langagière ou une façon de parler qui est très proche de l'image aussi... ou très proche de ce vécu là aussi... la poésie, les contes... voilà... tout ce qui est... ce langage de l'âme qui peut se traduire en paroles, je crois... autrement... mais j'aime beaucoup aussi la parole qui est proche de l'âme... »

Pour vous l'âme ce serait quoi ?

« Voilà maintenant j'ai dit qqch... faudrait dire beaucoup pour dire ce que c'est l'âme... pour moi l'âme... bon, qu'est-ce qu'on peut dire... »

Je parle d'Hillman, de Barbara Hannah... qui ont écrit sur les images et l'âme... je précise que ce qui m'intéresse ce n'est pas une définition, c'est son vécu.

« C'est qqch de vivant... intérieurement vivant... comment dire... oui... qui donne cette satisfaction du vécu... c'est un vécu intérieur global, qui donne une grande satisfaction parce que c'est personnel, c'est très personnel, individuel, c'est pas qqch qu'on reprend de quelque part... donc il y a cet aspect de l'individualité, du personnel, de l'intérieur, et du vivant... voilà c'est ça les mots que je peux peut-être dire comme ça mais d'une façon totalement non scientifique... et non systématique... c'est vraiment

de l'ordre d'un vécu qui fait sens... profondément sens... sens personnel... et qui est... justement qui n'est pas repris... qui est une production très personnelle ou un vécu très personnel... peut-être comme résultat de tout ce qu'on a intégré, travaillé, absorbé de l'intérieur... mais il y a une... une production vraiment authentique, dans qqch qu'on peut vivre comme... comme doté d'âme... et le vivant qui est là-dedans c'est ça qui est important je trouve... »

« Je ne sais pas si pas tout le monde le cherche... beaucoup de monde cherche aussi... on cherche beaucoup... et on essaye de satisfaire de cette recherche de plein de façons... qui est plus ou moins réussie... ou qui satisfait plus ou moins... après on continue à chercher... moi je crois qu'on cherche beaucoup quand même... l'être humain cherche beaucoup au fond... »

Je note que c'est surtout la raison qui est valorisée...

«... qui sont aussi importants... qui sont très importants... on ne peut pas... dans l'irrationnel... c'est aussi la question... bon c'est un peu banal de dire... comment trouver un équilibre... mais je crois que les deux sont importants... mais quand même la grande question est... « quel est ce vrai désir ? » Il est peut-être pas dans l'accumulation du savoir rationnel... je sais pas il y a encore une autre dimension qui peut... disons, il y a des chercheurs qui savent énormément de choses et on a l'impression ils ont métamorphosé ça en des choses qui leur appartient totalement, et qui les disent avec des mots très personnel... et c'est vraiment rendu vivant... et c'est ça je crois qui fait la différence... est-ce qu'on peut vraiment le... ouais le rendre vivant, personnel ou bien est-ce que ça reste qqch d'aliénant ou... d'étrange, qu'on véhicule... disons qu'on utilise et qui... mais qui reste toujours un peu dissocié de nous... je crois que c'est vraiment quel lien personnel on peut créer avec les choses pour que l'on soit, on aie cette satisfaction de l'âme... (...) Le lien tout personnel... et ce n'est peut-être pas ça qu'on apprend forcément à l'école... »

Vous associez l'imaginaire à l'irrationnel ? J'ai pas l'impression que ce que vous pensez... mais quand vous dites... équilibre entre rationnel et irrationnel...

Mais j'ai l'impression que les images justement elles peuvent créer ce lien entre rationnel et... l'âme (on va dire comme ça)

« Oui, tout à fait, exactement... oui effectivement c'est vraiment cette... c'est un travail aussi... de comment créer ce lien... on a eu l'année passée toute une conférence, un symposium, sur le jeu de sable, entre le monde intérieur et le monde extérieur... donc... oui c'est le monde intérieur si on veut qui est plus voilà, personnel, irrationnel, pour rester dans cette terminologie et le monde extérieur qui fonctionne, ou qui doit fonctionner selon certains critères, certaines règles, certaines données et que effectivement... C'est la question... comment l'image nous aide à trouver cet échange entre les deux registres... parfois c'est vrai, dans ces créations là... on a l'impression... il y a des séries et des séries d'images et c'est magnifiques, c'est fantastiques toutes ces créations.. et puis il y a tout ce qu'il y a dedans, et les symboles et les archétypes... on peut aller aussi un peu loin dans cette direction je trouve... ou bien il y a d'autres images qui sont très claires, la personne elle dit ça c'est mon père, ça c'est ma mère, ça c'est mon chien... et puis voilà, on voit la vie, ma vie comme je la vis... et c'est très proche de cette réalité là... donc pour moi dans cette méthode là j'essaie... et ça on a aussi essayé de voir dans ce symposium, comment... à partir d'un certain déséquilibre aller un peu dans l'autre sens... donc si qqch est très envahi par des images archétypales et puis il y a tout le temps la symbolique, et puis on se demande... et dans la vie, il fait quoi avec tout ça ? et puis alors on essaye de... voilà, de voir comment... oui comment approcher ça ou créer un petit lien avec ce qu'il vit dans sa vie... et dans l'autre sens ou qqch est très pragmatique ou un peu... à la surface avec les images... on peut aussi... avec des questions, essayer d'amener un élément un peu plus mythologique, un petit peu plus irrationnel si on veut rester dans cette terminologie... Aller plus dans ce sens... voilà de l'imaginaire... donc là je vois, effectivement ça peut aussi être un moyen d'équilibrer entre ces deux registres... »

Vous avez employé le terme « archétype », pour vous c'est quoi ?

« Comment dire... Il y a une définition, une première qui me vient, que je trouve assez parlante. Jung qq part, il dit, l'archétype c'est comme les organes du psychisme... donc comme le corps a des organes, le psychisme il a aussi des organes, centres de fonctionnement qui ont un certain type de fonctionnement, une certaine forme, une certaine façon... d'être en contact avec les autres, ou pas... et voilà qui... de nouveau qui font un certain travail, un travail d'un certain type... et l'archétype je le vois aussi un peu dans ce sens... c'est des... ouais des organes qui travaillent... donc on imagine, ça travaille, c'est actif, de nouveau parce que j'aime bien l'aspect énergétique... les archétypes c'est pas seulement des formes... parce que souvent on disait des formes primaires... un peu comme des structures de bases... oui, oui, c'est vrai... c'est tout ça... moi j'aime bien l'aspect aussi que ça travaille... l'énergétique qui est dans l'archétype... il est vivant... donc ce sont dans le psychisme des... comment dire, des patrons de fonctionnement, ouais des schémas de fonctionnement... d'un certain type qui nous habite ou qui habitent... Selon l'idée jungienne le psychisme humaine de façon collective... comme je sais pas, l'estomac... tout le monde a un estomac, tout le monde aurait aussi... certain type de fonctionnement psychologique... mais ce sont des types de fonctionnements qui se prêtent facilement à être personnifiés... donc on peut facilement... avoir la tendance à les percevoir comme des personnages... parce que justement ils ont un certain caractère, une façon d'être, une certaine énergie, comme personnage, comme animal, ouais... bien sûr après on est dans les symboles qui sont pas loin de tout ça... mais pour les archétypes classiques, on a tendance à les personifier comme personnage, comme animaux, il y en a d'autres... comme des principes de fonctionnement qui habitent la psyché humaine... »

Et le symbole ? Quelle différence

« Voilà, le symbole... le symbole de nouveau... c'est qqch... qui prend signification, qui prend vie pour nous, qui prend une signification vivante pour quelqu'un... alors... ça peut être tout... toute manifestation de forme qui prend une signification de forme vivante pour quelqu'un... oui ça c'est une vision du symbole... après comment est-ce que ça vient... ça appartient aussi un peu à ce registre de ce qui vient spontanément... donc le symbole c'est pas qqch qu'on peut faire ou qu'on peut fabriquer avec la volonté... voilà, il y a toujours qqch d'autonome... Jung dirait, le symbole, il y a un aspect inconscient et un aspect conscient pour que ce soit symbole... donc il y a les deux... et puis la spécificité du symbole jungien encore ça serait que... le symbole naît de la tension entre l'inconscient et le conscient... la tension des opposés, ça peut-être conscient-inconscient... Mais voilà... il y a dans la tension des opposés qui peuvent nous habiter... on les porte, on les travaille, on les réfléchit, on en souffre... et puis le symbole ce serait ce troisième qui peut tout à coup... naître pour les unifier... Pour créer une unité, pour créer qqch... voilà qui se centre, qui s'unifie, qui apaise la tension, dans qqch qui naît, une image qui naît de ça... ça serait aussi une approche typiquement jungienne du symbole, qui, c'est vrai... ça existe... c'est possible de le vivre comme ça le symbole aussi... donc il y a plusieurs approches du symbole... mais le plus important pour moi c'est vraiment cet aspect du... que qqch qui peut être totalement neutre ou objectif, peut prendre sens, sens personne pour soi... »

Pour vous l'image du bébé c'était un symbole ?

« Alors, l'image du bébé, dans le rêve... ouais c'était un symbole, dans le sens que il illustre un état intérieur... un vécu intérieur, sous forme d'image, très personnel, effectivement, ça a beaucoup touché, ça a beaucoup fait réfléchir... qui après le sens personnel... ça c'est encore ajouté, dans un état plus conscient... »

Au début vous n'aviez pas du tout de sens à mettre à l'apparition de ce bébé ?

« Tout à fait... donc pour moi effectivement, c'est toujours un peu une question aussi... donc quel sens l'image du rêve est déjà un symbole, parce que c'est totalement autonome... et puis... bon... parfois on sait vite... de quoi il s'agit ou quel lien personnel il y a avec un rêve, parfois on sait pas du tout... et qu'il y a... Moi je trouve, le vrai symbole c'est quand on sait faire qqch avec... quand on sait un petit peu... ouais ça ça veut dire ça... ouais ça correspond à cet endroit en moi, à ce vécu... ouais à cette réalité en moi... donc ça c'est venu avec ce bébé, c'est devenu très clair... dans un deuxième temps... »

Dans un deuxième temps... dans un premier temps vous ne l'appelleriez pas forcément « symbole » ?

« Pour moi c'est aussi encore une question... parce que c'est vrai, symbole... après on cherche, un bébé... collectivement c'est un symbole pour ça et ça et ça... il y a tout une symbolique autour du bébé... du petit enfant, qui est collective... voilà qu'on peut... évoquer... bien sûr le bébé est un symbole... dans le sens que les symboles sont aussi une production collective... mais... ouais, cette dimension personnelle elle est aussi importante je trouve pour que ça devienne vraiment un symbole pour quelqu'un... de donner un sens personnel... parce que oui... dès qu'on se pose la question « mais qu'est-ce qu'il signifie ce bébé » on est déjà à la recherche de symbolique, de symbole, de qqch de personnel... »

On peut trouver plein de signification mais tant que ça ne fait pas sens, ce n'est pas un symbole ?

« Je trouve c'est ça le moment où ça devient vraiment un symbole... dans le vécu personnel... après on peut étudier le symbole... je sais pas plein de symboles qui sont des symboles collectif... mais le vécu d'un symbole, ça je trouve il faut qqch de personnel, une signification personnelle... mais c'est peut-être pas tout le monde qui est d'accord avec ça... mais moi je trouve... »

Je relève que qq part c'est presque le sujet de ma thèse... qu'est-ce qui fait qu'à un moment donné une image fait sens et devient « symbole », c'est autonome, on peut pas le fabriquer, on peut mettre des conditions pour favoriser l'émergence d'un symbole, mais...

« Moi je trouve qu'il y a quand même cette dimension de rendre vivant, un thème ou une question ou une image... ou une... ouais... comment dire... soit de le travailler avec les mains... on peut aussi réfléchir, laisser venir des choses... de le rendre vivant... je trouve que c'est ça qu'on peut faire pour préparer le terrain pour que ça puisse se produire, pour que ça puisse... à un moment donner faire « tilit » comme ça... c'est vraiment ce travail intérieur je crois... de sentir tous ces terrains... de réfléchir mais pas trop avec la tête... se poser des questions, vivre avec des questions... oui oser poser les questions, avouer les désirs qui sont là-dedans... donc vraiment faire le tour de tout ça de façon vivante... je crois que c'est ça le travail qu'on peut faire, pour qu'à un moment donné ça se passe... et c'est aussi ce qu'on fait en thérapie au fond... de... voilà, de se promener dans ce domaine, dans ces zones, avec tout ce qui peut venir... tout ce qui peut être agréable, désagréable... »

On fait ça dans plein de thérapie mais pas toutes...

« Il y a des thérapies qui sont plus ou moins directives ou plus ou moins... aussi orientées vers un but... je trouve cette façon là qui utilise l'imagination et l'imaginaire, le symbole, c'est une attitude qui va pas tout de suite vers un but... on n'a pas tout de suite un objectif... on fait le terrain, on tâtonne un peu... oui on essaye de voir qu'est-ce qui vit, qu'est-ce qui est là, si ça va vers un but ou pas... on ne sait pas tout de suite si ça va arriver vers qqch ou pas... donc c'est cette ouverture là qui favorise... parce qu'on peut jamais l'attendre... mais qui peut un petit peu contribuer à l'accueil de qqch... »

Je dis oui toute n'ont pas recours aux images, à l'imaginaires, toutes ne s'en remettent pas à un processus autonome... donc c'est assez proche d'une spiritualité... d'ailleurs on parle d'âme...

« Tout à fait... oui... »

J'explore ce lien entre les images, l'imagination et s'en remettre à...

« Tout à fait... ouverture... si on veut le dire de façon très simple, une ouverture... oui... après on peut s'imaginer des choses qui agissent ou on peut moins s'imaginer des choses précises qui agissent depuis ce plus grand... voilà, après les spiritualités sont différentes... mais je crois que ce qui est vraiment là... du côté de l'être humain, c'est cet aspect de l'ouverture vers qqch d'inconnu... »

Et c'est pas nous qui maîtrisons... avec la volonté... je trouve intéressant que l'image permette cette ouverture...

« Effectivement c'est l'image... comme vous dites... le propre de l'image c'est que ça ne vient pas... on se met dans cette ouverture et ça ne dépend pas de nous... pas que de nous... mais on peut faire plein de choses pour le... effectivement... pour se préparer... »

Un sens irrationnel...

« ...qu'un être entier peut accepter, même si la raison dit « mais c'est vraiment contre tout ce qui est juste et bon, tout ce qu'on a appris, tout ce qu'on a intégré comme éducation... ça peut être très bousculant... ces vécus de sens dans l'image ou dans le symbolique... parce que ça peut parler tellement fort à l'être rationnel et que... ça peut fort perturber le rationnel... »

C'est peut-être pas rationnel mais c'est pas irrationnel, c'est pas rationnel mais c'est sain, c'est pas de la folie, du délire...

« Oui tout à fait... mais c'est toute une question, hein... C'est vraiment une question à laquelle on doit être vigilante... où est-ce que qqn se trouve dans son imaginaire... dans quel... ouais ça peut déraiper... l'irrationnel peut déraiper... Jung il dit... avec son livre rouge... à quel point il a dû tenir... à rester clair un minimum... à se rappeler quel nom il a, où il habite, quelle profession il a... il écrit à quel point ça peut être menaçant de tout envahir... et il dit qu'il n'y a pas qu'un seul qui est devenu victime de cette force-là, irrationnelle : Nietzsche, Hölderlin... donc il les nomme... et puis qu'il voulait, qu'il était conscient de ce danger aussi... et que effectivement il a essayé de toujours se tenir à l'autre réalité concrète... justement pour garder une lucidité... un lien avec le monde, avec la réalité terre à terre... on peut déraiper... »

Est-ce que ça fait sens quand on dérape ?

« Justement ça c'est une question très intéressante « faire sens »... pour quelqu'un qui est dans un délire paranoïaque, cet objet-là qui est dans le coin, il est convaincu que c'est une caméra qui l'observe tout le temps... il est convaincu... c'est une autre façon de faire sens... que ce sens profond d'une image... ou je sais pas quelque chose qu'on ait vraiment senti par l'âme... ça c'est une

obsession qq part... oui c'est des pensées obsessionnelles, qui ne rendent pas libre, il est tout le temps obsédé par ça... je crois que c'est ça aussi la différence... il y a un vécu profond de sens... il y a en même temps une certaine liberté intérieure... ouais peut-être c'est une différence... il y a une liberté, il y a une sérénité peut-être, qqch comme ça... si je parle de mon expérience avec la cigarette... il y avait comme une libération quand même... ou qqch qui est devenu... comment dire... qui ouvre... tandis que qqn qui est dans le délire il est vraiment obsédé, petit... dans le délire, on sent que c'est... et il souffre énormément... il y a une énorme souffrance et il n'y a pas de liberté justement... ils sont sous l'emprise d'une idée... dont ils sont convaincus d'ailleurs... mais ils ne sont pas libres... bon c'est une première idée de différenciation... mais c'est une question intéressante... »

« Moi je trouve que c'est la notion de liberté intérieure. Ca c'est vraiment un critère... est-ce que ça ouvre et ça donne une liberté ou bien, il est possédé par une idée, un archétype... on peut être possédé par un archétype... j'ai vécu des gens qui se sentaient le loup garou... c'est terrible, ils sont convaincus qu'ils le sont et ils agissent dans ce sens, alors c'est dangereux... et l'âme n'est plus dans cet imaginaire là... one est vraiment dans une possession par l'archétype... donc je trouve l'image qui guérit ou l'imaginaire sain... il y a une notion de liberté intérieure à mon avis... mais ça j'invente maintenant, j'ai pas... je ne m'appuie pas sur des théories... je combine des choses par rapport à mes expériences et observations... je trouve que c'est un critère important dans tous ça. A quel point quelqu'un est possédé par ces choses ou bien il a une liberté. »

Par rapport à favoriser l'ouverture

« Je crois que ça c'est vraiment important... dans chaque thérapie... de voir... on peut favoriser justement ça... cette ouverture, cette liberté... voilà... et puis... justement, de ne pas s'identifier à ces choses-là... de pas s'identifier dans le sens... pas laisser qqn aller parce que... on le fait pas exprès mais parfois ces images et ces symboles peuvent devenir tellement forts qu'ils... qu'on s'identifie ou qu'on se... ouais... qu'on n'a pas cette liberté, je sais pas de lâcher aussi... je crois que c'est important de le vivre mais de pouvoir aussi le lâcher... »

Je dis que dans le chamanisme c'est important de se sentir parfois faire un avec son animal de pouvoir par ex, mais que ce n'est pas pour autant qu'on est possédé ou sous l'emprise de cet animal... ça veut pas dire...

« qu'on l'est dans la vie de tous les jours... et je crois que c'est vraiment l'important de savoir qu'on est... à quel moment on est dans un autre état de conscience, et que c'est un autre état de conscience... il y a eu des mystiques qui ont dit « je suis Dieu » et c'était juste... dans un certain état de conscience... mais si quelqu'un en thérapie me dit « voilà, j'ai reçu le message, je suis la mère de Dieu... » ça peut être aussi de l'ordre du délire... »

Est-ce qu'avec cet état d'ouverture on peut fragiliser qqn

« Oui ça je le vis... et dans notre méthode on est conscient de ça... on est conscient par rapport à des patients où on sait qu'il y a un danger de psychose par exemple ou un petit peu une zone... une fragilité par rapport à la psychose... on regarde vraiment bien comment ils réagissent... ça peut être désorganisant... et il y a parfois des patients... j'ai décidé clairement, je ne vais pas le laisser (faire du jeu de sable)... il faut d'abord consolider un peu la structure intérieure... parce que c'est vrai, cette ouverture, comme on a dit... après on n'a pas la maîtrise... c'est une zone où le contrôle et la maîtrise sont un peu lâcher... volontairement... et si qqn a une grande fragilité là... effectivement... ça peut être trop envahissant après... ça peut ouvrir à des choses... je l'ai même... oui je l'ai observé dans des stages... où des personnes étaient après totalement pris dans des histoires psychotiques avec ces méthodes... »

Je pourrais me dire qu'on peut faire confiance, aussi, quand on s'ouvre, à cette force qui fait apparaître des images, que la personne pourrait accueillir des images qui peuvent l'aider...

« Tout à fait... et là il y a différentes théories aussi... parce que Hillman lui par exemple, il dirait que... c'est la structure de l'archétype qui nous vit... c'est ça l'important pour lui... pour lui c'était vraiment ce trans-personnel là... pour lui c'est... Moi je crois... Jung il dit quand même... Hillman il a mis ça en question après... Jung il dit qu'il faut quand même comme un contenant pour tout ça... il faut que le moi puisse contenir quelque part ces contenus... ces forces-là symboliques... il doit y avoir un minimum de structure ou de contenant pour que ça puisse être vraiment utile, ou vraiment transformer qqch ou amener qqch... sinon... oui je crois que... les images... suivant lesquelles hein... il y a des images plus digestes que d'autres... il y a des images très très fortes parfois... qui demandent je crois une certaine solidité... et si elle n'est pas là c'est soit le thérapeute qui doit aider à contenir ça... ou le chamane ou celui qui accompagne... je crois que c'est pas pour rien qu'il y a souvent un accompagnateur dans ces processus-là... et... c'est soit qu'il aide à doser tout ça, à intégrer mais disons... je l'ai vu... à quel point ça peut... ça peut être trop fort... trop d'énergie qui... qui écrase le psychisme... comme un torrent qui envoie trop... »

Et pour l'enfant... qui n'a pas un moi encore très fort... et pourtant j'ai pas l'impression que les jeux avec les personnages, les contes... puissent...

« Oui, tout à fait... Oui pour l'enfant c'est encore naturel aussi... pour l'enfant c'est naturel... »

J'ai l'impression que ça peut aider à construire ce contenant, chez les enfants par exemples ?

« Disons... bon les contes et les histoires... il y a déjà qqch qui dans l'histoire même se transforme et finit bien... c'est aussi tout un récit qui est complet et que... je crois que ça aide aussi à intégrer ou à pas rester sur qqch de trop choquant... mais comment dire... pour l'enfant... pour qui le moi n'est pas encore si solide... »

J'avais l'impression que ça pouvait aider...

« Oui tout à fait... »

Je soupçonne que Hillman va dans ce sens... oui tout à fait...

Je donne l'exemple de l'enfant qui joue avec une armure, et ça l'aide à s'affirmer...

« Oui tout à fait... »

« Oui après c'est de la psychopathologie, des questions de psychopathologie... comment qqn est structuré ou pas structuré... ça je crois ça joue un rôle... pour pas oublier cet aspect... mais en général... si c'est bien accompagné, guidé... ou dans le naturel je crois aussi... effectivement ça se passe dans le sens d'une construction... justement dans les exemples que j'ai aussi sentis... que j'ai racontés... oui ça vient aider, ça vient construire... oui forcément sans que je l'aie induit... je crois cette dynamique-là elle est très humaine... que ça vient justement construire... »

Premier entretien : J3

Besoin de se mettre d'accord sur le terme image, pour faire part de son expérience :

« Il y a bien sûr les images intérieures... les rêves, bon tout ce qui est le symbole... il y a ça comme forme d'image... après il y a aussi des expériences physiques dans mon cas qui m'ont amenées à Jung... donc je sais pas vous qu'est-ce que vous... qu'est-ce que vous visez plus, d'après votre discours j'ai l'impression que ce serait plus les images... et puis en même temps ces sensations physiques peuvent se développer en images après aussi bien sûr. »

Je dis que la discussion autour de ces 3 dimensions est déjà très intéressante.

Je dis que pour tous mes interlocuteurs l'image inclut les sens.

Je précise que j'ai pas employé les termes visions, symboles, métaphores mais « image ».

Je précise encore que si je m'intéresse aux images hors thérapies, j'essaie plus de focaliser sur ce qui se passe en thérapie.

→ comment dans le cadre thérapeutique on essaye de faire émerger ce type d'expérience

→ « ou où ces expériences viennent à nous ? »

« Alors je vais quand même partir sur la question des sensations physiques qui ont commencé chez moi assez tôt dans ma vie... notamment à l'âge de 20 ans où je savais pas encore ce qui se passait... où quand je dors, quand je dormais, je commence à avoir des vibrations intense au niveau du corps, et maintenant ce que je sais être un éveil de la Kundalini... Kundalini qui est donc une énergie en bas de la colonne vertébrale qui se met en action... qui normalement s'éveille après beaucoup de pratique au niveau du yoga... on recherche... enfin les yogi recherchent cette activation de la Kundalini au travers de leur pratique... et chez moi elle s'est éveillée spontanément... comme chez beaucoup de personne à l'heure actuelle... »

« (...) donc quand ça s'est passé consciemment à l'âge de 20 ans, il y a eu une très grosse rupture dans ma vie au niveau mental, avec une dépression, avec des attaques d'anxiété très dure, très difficile... donc voilà un peu, peut-être j'en reparlerai un peu quand on parlera de l'histoire de vie mais ça a commencé assez tôt... et... ça a continué petit à petit... notamment quand je travaillais à l'Université de Fribourg donc aussi pour faire une thèse de doctorat... et j'avais tout un pan de ma vie qui était très rationaliste au niveau de la recherche au niveau académique, dans un cadre assez dur, et au niveau de l'âme je ressentais une très grande sécheresse... et je me suis ouverte, grâce à une thérapeute en Reiki, à plein de lectures sur les mondes énergétiques... j'ai tout lu... j'ai pas tout avaler mais j'ai tout lu et je restai vraiment ouverte... que ce soit... comme je disais le reiki, les chakra, les crops circle, les walk-in, les extra-terrestres, les anges, enfin... puis ça ça m'a permis pendant l'élaboration de ma thèse, d'avoir un certain équilibre entre le monde rationnel et puis un monde qui me nourrissait, dont j'avais besoin... ça m'a permis je pense de finir ma thèse dans ce contexte là... et pendant cette période là, donc mes expériences de vibrations corporelles ont continué (...) »

« (...) c'est par la suite, quand j'avais déjà commencé ma formation jungienne, que ces vibrations pendant la nuit m'ont mis en contact avec des images de rêves que j'ai pu ressentir corporellement... alors c'est assez difficile à expliquer mais quand je dors... et que je commence à avoir cet éveil de la Kundalini et ces très grandes vibrations au niveau corporel, j'arrive à rentrer en contact physique avec les images de mes rêves, notamment avec des personnages et ça c'est notamment beaucoup... quand ça s'est manifesté... je dis pas que ça se manifeste toujours... mais quand ça s'est manifesté, j'étais en contact avec... alors je peux l'appeler une entité, l'animus selon Jung... enfin un homme qui au départ était très agressif avec moi... qui cherchait à me... il a essayé de m'étrangler, il y a essayé de m'étouffer, vraiment une sensation physique où il était sur moi, il m'étranglait, il m'étouffait, il essayait de me violer... enfin pas mal d'expérience comme ça... chose étonnante... j'ai réussi à ne pas avoir peur... c'est comme si je le laissais venir à moi tout en maintenant une certaine conscience... quand je suis dans cet état de vibration, je suis vraiment dans un état entre le rêve et l'éveil... cad que je sais que je suis dans mon lit, je sais où je suis et en même temps je suis en lien avec le monde des rêves... donc c'est vraiment un état liminal... et... j'ai beaucoup lu, j'ai recherché, notamment la théorie... la c'est une partie de mes bouquins... notamment la théorie et les explications des expériences d'incubes où des femmes sont visitées, par des entités, la nuit, qui cherchent à... »

« (...) mais tout ça j'ai essayé de le comprendre en termes jungiens bien sûr... que l'inconscient cherchait à rentrer en contact avec moi, au travers d'une figure, d'une image, d'un symbole, d'un archétype et... petit à petit j'ai voulu commencer à dialoguer avec cet homme très agressif... et petit à petit ça s'est transformé en qqch de plus doux je dirais... maintenant je n'ai plus de manifestations telles que celle-là. J'ai d'autres manifestations, plus de nettoyage du corps mais... donc voilà pour moi ça a été là une découverte entre les images du rêve... qui sont... à la frontière entre ce qu'on nomme l'inconscient et le conscient... qui permettent le dialogue entre les deux mondes... et en même temps j'ai découvert qu'en étant dans cet état de vibration... alors je sais pas si je peux parler de « conscience modifiée »... alors je dirai que c'est une conscience élargie plus que modifiée puisque j'ai vraiment pied dans chaque monde et que mon corps... à ce moment-là me permet d'entrer en contact avec ces images du rêve... notamment là beaucoup... sous la forme de cet homme... il y a eu des rêves très significatifs où je descendais dans le royaume des morts ou je... là j'avais pas conscience... c'est vraiment un grand rêve que j'ai eu pendant que j'étais en analyse avec mon analyste où je suis descendue dans le royaume des morts, et je me retrouve dans une cathédrale sous-terrain, je rentre dans une pièce circulaire... et dans cette pièce circulaire, je sais que je suis au royaume des morts, que c'est rempli d'esprits des morts... et à ce moment-là je vois qu'il y a des hommes qui se tiennent debout devant des pupitres... ouais ces pupitres quand on doit faire une conférence... et qui sont tous le long de... de cette cathédrale, enfin de cet endroit sous terre qui est rond... et je vais vers un de ces hommes et je lui pose une question, et là il me prend les mains et il me griffe et il me fait tellement mal... et là je me réveille... et j'ai mal... donc là je me suis dit, il y a vraiment un lien entre le physique et le rêve en fait... et puis après je l'ai... il m'a griffé quelques fois encore, dans d'autres contextes... jusqu'au jour où j'ai eu un rêve où on s'est pris la main... et j'ai senti qu'il y a eu de l'énergie qui passait entre sa main et la mienne et là c'était... donc voilà... mes expériences... »

Energie qui passe entre les mains, pas la première fois qu'on m'en parle, vous pouvez m'en dire plus ?

« Ca s'est passé, ben j'étais en plus en formation à Zurich dans un petit studio que j'avais loué pendant le semestre... j'avais fait une sieste l'après-midi... ces expériences arrivent assez souvent pendant la nuit mais aussi quand je fais des siestes... mais là j'ai juste un ressenti... j'ai même pas forcément d'image, où à un moment donné je tiens une main et je la sens physiquement, je la prends et je sens une énergie qui passe de sa main à ma main... et je sais que c'est un homme... et je sais que c'est... qu'à un moment donné je me dis « ben cette fois, il y a un rapport où je me fais plus agressé... » je pense que par là aussi, je m'ouvre et j'accepte... j'ai une image... vous savez ce tableau... enfin c'est une fresque de... c'est de... c'est dans la chapelle Sixtine... quand il y a Dieu qui touche une main de l'homme comme ça... vous voyez juste les doigts... pour moi ça m'a fait penser à ça... »

c'est vraiment une... une connexion... je dirai qu'il y a eu un processus de transformation.. et je le sens comme une adhésion aussi de ma part... à rentrer en contact avec l'inconscient... dont une peur... bien sûr que ça fait très peur... surtout dans le contexte où on a été... élevé ici.. je viens d'une famille tout ce qu'il y a de plus ordinaire... on allait à l'église, en même temps... voilà... pis en même temps on n'y croyait pas vraiment... c'est genre « il faut aller à l'église, il faut, il faut, il faut... »... Donc voilà c'était une vision de la vie assez rationnelle... matérialiste... quand même avec une certaine sensibilité partagée en famille... et voilà, une très grande peur de cette connexion... encore maintenant parce que ça va de plus en plus profond à l'inconscient... en même temps c'est une peur, en même temps c'est une envie... donc je suis vraiment partagée entre les deux... »

« Alors j'ai des expériences comme ça très forte... heureusement entre temps j'ai le temps d'intégrer... »

Qu'est-ce qui vous a fait à interpréter ça en termes jungiens en termes jungiens plutôt qu'en d'autres termes... vous avez parlé d'incubes... on peut parler d'esprit, d'être possédé ?

« Je pense que... ben déjà quand ça m'est arrivé, vraiment... j'étais déjà dans la voie jungienne au départ... (...) disons que moi je suis prête, parce que je me suis aussi intéressée au chamanisme, je suis allée en Mongolie, j'ai moi-même un tambour de chamane... ça m'intéresse aussi la voie chamanique, mais ce qui me plaît dans la voie jungienne c'est que... on parle du processus du vraiment de... de la conscience... et c'est vraiment la voie pour moi qui fait plus sens, qui est la plus complète... et je peux... je veux dire la voie jungienne c'est que... c'est une façon d'interpréter la réalité, ce qu'on vit, la réalité phénoménologique... parce qu'on est vraiment là-dedans... mais en même temps... par esprit j'entends... pour moi les esprits c'est des complexes jungiens... l'animus ça peut aussi être un esprit... ça peut être mon guide... voilà pour moi c'est qu'une question de mot pour parler d'une même réalité... mais je trouve que la voie jungienne c'est là... en tous cas celle que j'ai connue et puis les expériences que j'ai faites... en tous cas ici en occident, en Mongolie c'était différent, pour moi c'est la plus intelligente, et la plus... la plus complète parce qu'elle nous exhorte à vraiment prendre en compte notre ombre... je dirai que c'est ça le plus riche pour moi... mais il faut savoir que Jung... j'ai été appelé par Jung justement après... vers la fin de mes études de ma thèse j'ai reçu une bourse du Fond National... je suis partie une année en Australie, j'avais envie d'aller en Australie... et puis juste avant d'aller en Australie, moi l'idée c'était de partir en Australie puis d'essayer de trouver un job là-bas, pis pas de revenir en Suisse.. j'étouffais un peu ici... et puis avant de partir en Australie je suis tombée sur le livre de Jung, sur sa biographie.. et puis j'ai lu ça et ça a fait « Pff... » une sorte d'appel, une illumination en me disant « c'est ça que je vais étudier après ». Parce que pour moi Jung est vraiment la personne qui a fait le lien entre... plus ces approches ésotériques... je les nomme comme ça mais qui sont... un peu parallèle... et puis qqch de plus rationnel et plus scientifique... pour moi ça a vraiment été quelqu'un qui a fait une réunion de ces deux approches... et puis quand j'ai lu ça je me suis dit... « Ah... là, lui il va pouvoir m'apprendre, parce que je vais pouvoir un peu lier ces expériences que j'ai eues... » Donc je suis partie en Australie en sachant que voulais étudier Jung, donc ça a été... J'ai commencé l'institut Jung je ne connaissais rien de Jung à l'inverse de beaucoup de gens qui avaient déjà beaucoup lu... qui étaient passionnés... »

Votre thèse avant elle était en psycho ?

« Alors moi j'ai une licence en psychologie et la thèse je l'ai faite en pédagogie curative... mais plus orientée psychologie... »

Pour vous les esprits c'est des complexes et vous pouvez aussi dire, les complexes c'est des esprits ?

« Tout à fait »

Pour vous l'inconscient Jungien, il n'est pas forcément à l'intérieur ?

« Il est partout... c'est vraiment des facettes d'une même réalité. Et... la matière...

la matière est énergétique.. et quand on se connecte à l'énergie de la matière... j'essaye de l'expliquer comme je peux... on a accès à tout... j'ai pas envie de dire tout ce qu'il y a derrière puisque c'est la même réalité mais... c'est... parfois... je peux la contacter... plutôt sur le plan... Je sais pas... spirituel ou énergétique... j'ai déjà eu des matérialisations de mes complexes dans la matière... des synchronicités... ça c'est vraiment... »

Vous avez des exemples ?

« J'en ai une qui me vient maintenant... c'était quand j'étais à Zurich... un semestre hyper difficile au niveau de mon propre processus... dans une peur en même temps des émotions dépressives... faut savoir que c'est une voie qui est très difficile... mais il y a beaucoup de bénéfice aussi... mais voilà, un moment très difficile... du processus... ou je me sentais très vulnérable, et très à la merci des forces inconscientes... vous savez ces moments d'épreuve par le feu où on se demande si la conscience va tenir bon face à l'énergie qui monte en nous et autour de nous... donc très vulnérable... et j'ai pris un tram où j'étais avec une collègue et il y avait une femme... je n'oublierai jamais le visage de cette femme qui a pris le tram et puis qui était au début du wagon. Et puis je la regardais, je pouvais pas m'empêcher de la regarder... et elle avait un visage de... alors je voyais le visage normal... mais en même temps je voyais un visage démoniaque qui me fixait pendant tout le trajet... et... j'essayais de ne pas la regarder... à des moments je ne la regardais pas mais je ne pouvais pas m'empêcher de la regarder... ça par exemple ça m'est arrivé plusieurs fois... où il y a le visage de la personne mais tout à coup je vois comme un autre visage dans le visage de la personne... ça m'arrive souvent avec des visages assez... ça fait longtemps que ça ne m'est pas arrivé mais... quand ça m'arrivait je voyais comme une espèce de possession de la personne par qqch... et puis ça s'exprimait... »

« Après il y a eu plus dans la matérialisation... des messages qui arrivent... sous la forme de chanson... on se pose une question et puis paf on reçoit la réponse au moment dans la voiture... il y a une chanson à la radio et puis... et puis c'est vraiment qqch... on sent qu'il y a un lien... qu'on est en communication... c'est... on pourrait parler... souvent on entend « oui c'est un hasard, c'est... » mais là on le sent que c'est vraiment... qu'on est en lien avec... l'inconscient qui nous parle... »

« Dans mon parcours... beaucoup beaucoup de confrontation au mal... et au mal je dirai même parfois absolu... et en même temps pour moi la clé elle est là... et après des moments de... je sais pas si on vous a déjà parlé du processus alchimique... je m'intéresse beaucoup à l'alchimie... la formation de la pierre philosophale... la « solve » quand on est un peu dans un... une étape où on a une prise de conscience et un espèce de sentiment de sacré, de béatitude... et puis après de nouveau la « coagula » et on recommence à aller chercher des pièces de nous-même... »

« Dans l'alchimie tout est son contraire... »

« Il y a vraiment le moment où on va aller rechercher des parties de nous-mêmes... d'être en lien avec des complexes pour en devenir conscients... se laisser posséder par le complexe pour en être conscient... un moment de très grande souffrance parce

qu'on se confronte à... que ce soit des traumatismes personnels, je pense aussi des traumatismes collectifs... et pour pouvoir en être conscients on a besoin de les ressentir, émotionnellement, corporellement... et une fois qu'on en est conscient, il y a ce moment où notre conscience s'élargit parce que on a été récupéré de l'énergie qui avant était prisonnière dans des complexes... et puis pour moi cette conscience achevée... c'est la pierre philosophale... enfin pour moi... pas que pour moi... mais... donc c'est vraiment un processus... j'ai encore beaucoup beaucoup à découvrir là-dessus... mon rêve ce serait de pouvoir étudier tout ça au niveau académique... parce que je pense que c'est la clé pour le futur... »

« Je fais de la recherche ouais... je travaille à la Haute Ecole de Travail Social, donc... je travaille avec des jeunes en formation pour devenir éducateur social.. alors tout ça ça m'inspire quand je donne cours, quand je leur parle j'essaie d'utiliser tout ça... après la recherche je suis plus dans le domaine de la déficience intellectuelle, l'auto-détermination... »

« Je m'intéresserai à travailler... j'ai envie de commencer à travailler avec des personnes avec des déficiences intellectuelles... où il y a du matériel brut, où on n'est pas... il n'y a pas de persona, il n'y a pas de masque, tout de suite on est en lien avec qqch de... »

« J'ai eu des rêves qui m'annonçaient des choses... on verra comment ça prend forme... C'est là où plus j'avance, plus je me rends compte que je ne suis absolument pas aux commandes... c'est ça qui fait peur... parce que j'en ai aucune idée de quoi mon avenir sera fait... non mais sincèrement... c'est comme un appel à l'intérieur de moi (...) mais je sais pas où aller, je sais pas d'où il vient... je pense que c'est là la vraie foi... »

« Et je tiens quand même quand on parle de Jung, à rendre hommage aussi à toutes les femmes qui ont entouré dont il s'est approprié certaines idées... donc les femmes sont restées dans l'ombre... l'alchimie, faut pas oublier, Marie-Louise Von Franz qui l'a énormément aidée... »

« Donc aussi dans cette recherche replacer la femme, le féminin, au centre de la démarche... je pense que ça... c'est ultra important... (...)»

L'impact de ces images ?

« Je dirai que ce processus là c'est devenu le noyau de ce qui donne sens à mon existence... »

Lien entre ces expériences et la thérapie et le quotidien ?

Vous étiez en analyse et en formation lorsque vous avez vécu ces expériences...

« Dans mon propre processus analytique, oui, j'ai ramené ce matériel, ces expériences... que ce soit les expériences comme je vous ai dit dans ces rêves où j'étais un pied dans chaque monde. Des rêves normaux, où là j'ai des images dont je me souviens et on en parle et les synchronicités... tout ça oui j'ai amené au niveau de l'analyse... maintenant tout ce qui est de l'ordre de la Kundalini, j'ai une analyste qui ne connaît pas... donc... mais c'est intéressant aussi... parce que l'idée c'est d'avoir un endroit où je puisse parler de mon vécu, être entendu, et puis valider... pour moi ça c'est très thérapeutique... d'avoir un espace pour... alors je sais pas si c'est du partage... en même temps oui c'est du partage et puis c'en n'est pas parce que je n'ai pas encore pu discuter avec qqn qui avait vécu les mêmes choses... je cherche désespérément... je suis allée en Mongolie pour ça... je pense que là il y a quand même eu des connexions... mais euh... »

« (...)pour moi le processus analytique il est... ça se fait... et euh... il y a aussi eu des rêves très significatifs que j'ai eu pendant mon parcours et puis j'en ai encore où euh... ou on montre qu'est-ce que c'est la prochaine phase, où on montre ce à quoi je suis en train de faire face maintenant... pis des fois c'est pas évident parce qu'on a un rêve... très difficile d'analyser ses propres rêves parce que les rêves des autres on a quand même une distance... on arrive à... mais ses propres rêves quand on est pris dedans... souvent ils prennent sens bien quelques semaines, quelques mois, quelques années plus tard... il y en a où il y a une compréhension assez immédiate mais il y en a qui sont... donc... »

« (...) pour moi le rêve est ultra important et ça a été un peu une découverte parce qu'avant de commencer mon analyse je m'attachais pas trop sur mes rêves en tous cas en termes... d'essayer de comprendre la valeur de ces images, puis de ces histoires, puis de ces ressentis... parce que c'est tout ça dans des rêves c'est pas que des images les rêves... c'est... des expériences pour moi... parce que une image ça... une image pour moi ça présuppose qu'on regarde... tandis que dans le rêve on est dedans... on participe à l'image, on fait partie du tableau, donc il y a une partie de nous qui est... c'est ça qui fait du rêve vraiment ce lieu entre deux, donc... les expériences nocturnes, elles sont... très riches... mais les expériences diurnes elles sont aussi très riches... je pense qu'à partir du moment où on commence à se poser la question pourquoi on retombe tout le temps sur les mêmes situations, pourquoi on retombe tout le temps sur les mêmes personnes, la vie nous parle qu'on dorme ou qu'on soit éveillé... donc c'est... en tout cas un peu comme moi j'avance... j'essaie de... donc c'est pour ça que le terme d'image me... Symbole, déjà c'est déjà plus vivant, c'est plus vibrant parce que c'est des vibrations, c'est vivant quoi... l'image c'est un peu comme si on regard ce livre là... mais imaginez-vous tout à coup rentrer dans l'image et être en lien avec ce symbole qui est derrière... c'est différent... »

« Mais on en parle aussi beaucoup (d'images)... Dans l'analyse jungienne on parle beaucoup de... on parle plus de symboles, mais images... imagination active ça montre l'aspect... moi ce qui m'intéresse beaucoup dans cette approche là... et là je pense, dans ce cas là je suis plus sur une voie chamanique, c'est l'aspect énergétique de l'âme, dynamique... et là qui permet de prendre un peu tout en compte... »

Vous arriveriez à illustrer un peu ce que vous entendez par là ?

« Quand on rêve, même sans avoir ces manifestations physiques (parle des expériences relatées plus haut)... quand on se réveille, on a des images mais on n'a pas que des images qui nous restent du rêve... on a tout un vécu, soit des émotions qui ont été rebouillies, soit on va être mal toute la journée, on ne sait pas dans quelle zone on est tombé... et là on est par exemple au contact d'une énergie mais qu'on va ressentir aussi du corps, au niveau émotionnel, pour moi c'est ça qui témoigne de l'aspect vivant du processus, de l'aspect énergétique... ça ça m'intéresse énormément... de pas rester sur un plan... bon de 2D comme je l'ai dit avant... à un moment donné je crois plus on avance dans ce processus-là, moins on va pouvoir l'exprimer avec des mots... Parce qu'après on est dans une... c'est comme si le processus allait parler à travers de nous... voyez ce que je veux dire... c'est super difficile de mettre des mots dessus et en même temps c'est important d'essayer... »

Pour vous la source ? L'inconscient ? Avec quoi vous vous mettez en relation ?

« Alors c'est marrant parce que vous me dites ça et j'ai une image qui me monte à l'intérieur de moi... je vous une fontaine... et cette fontaine elle est le cœur de tout ce que vous dites là... chamanisme... inconscient collectif... Tout il y a vraiment ce centre auquel on est tous relié qui est... qui 'exprime de milliards de façons mais qui... le centre, ce que Jung a appelé le Soi... qui est très difficilement... c'est là où les mots manquent, où à un moment donné on a besoin d'images et de symboles pour parler des choses parce que au niveau des mots... c'est là où quand je parle de la fontaine, je vois la fontaine, mais je sens la fontaine, ce n'est plus un concept, c'est un ressenti, de nouveau phénoménologique... et qui... qui ne peut être compris que lorsqu'il est ressenti... et c'est là peut-être ce que je n'aime pas chez beaucoup de thérapeutes, même chez des jungiens... ça se sent quand qqn parle d'un concept et quand qqn vit le concept... je suis allé voir des gens qui travaillaient en énergétique... alors au niveau théorique ils savaient tout.. mais au niveau physique et tout alors il n'y avait aucune incarnation de ce qu'ils disaient et tout... c'était... c'est là ce qui est bien dans la formation jungienne c'est qu'à côté vous faites 300h d'analyse personnelle... c'est un processus long, donc tout ça c'est éprouvé... c'est ça qui m'intéresse aussi dans cette voie... je pense qu'après au niveau du chamanisme... après la FSS je sais pas trop comment ça se passe, je suis allée une fois à un de leur stage... bon, c'est pas pour moi... mais je sais que par exemple en Mongolie quand il y a qqn qui est appelé à être chamane, les épreuves par lesquelles ils doivent passer, c'est énorme. Je pense qu'il y a beaucoup de gens qui s'autoproclament chamanes qui... je dis pas qu'ils n'ont pas vécu d'épreuves... j'en ai encore pas rencontré... sincèrement j'en ai encore pas rencontré, qui me donnent... j'ai pas beaucoup investigué au niveau suisse le chamanisme... j'ai fait une fois un stage d'un we... pour expérimenter et à chaque fois quand il y avait... on a fait des exercices... ensemble... par exemple avec le son... moi je trouve que le son c'est très intéressant, parce que justement c'est une vibration, c'est qqch qui monte, c'est qqch qui nous prend... et à chaque fois que... à chaque fois que j'ai senti qu'il y avait une porte qui s'ouvrait, la personne qui manageait le groupe, a cessé l'activité... et je me suis dit, peut-être que la personne qui manageait le groupe n'est pas assez forte pour contenir l'expérience collective qui est en train de se faire... voilà... mais quand vous allez en Mongolie, vous discuterez avec les chamanes, ils ne vous expliqueront rien hein... c'est ça que j'aime... »

« C'est très intéressant... ça me fait penser... je pense qu'à partir du moment où la 2D se transforme en 3D ou en je sais pas après il y a plein de dimension... il y a l'énergie... parce que si l'énergie vient dans l'image 2D ça prend vie, et c'est peut-être là qu'on peut se connecter avec... et que... à partir du moment où on est connecté avec on se connecte aussi avec son essence, avec son sens, avec... comment ça s'exprime dans notre vie... et après en même temps ce que je me rend compte, c'est que les archétypes qui sont derrière... ça c'est dans la terminologie jungienne... les dieux, les... c'est des énergies tellement puissantes qu'on n'envoie pas n'importe qui se confronter à ça... c'est des moments... et j'ai discuté avec des collègues jungiens qui ont vécu la même chose... moi j'ai eu... je sais que j'ai un moi, qui est une conscience qui est solide... mais j'ai eu des épreuves où j'ai cru que j'allais perdre la raison... parce que... juste il faut tenir... maintenant là, je vais même pas chercher pour savoir à quoi je fais face... je dois juste tenir pour pas perdre la raison... c'est des moments... difficiles ouais... j'aimerais bien rencontrer un maître... une gourou... je suis aussi en quête de ça... j'ai jamais trouvé, et j'ai été loin, hein... mais j'ai jamais trouvé. J'ai trouvé des inspirations, des gens qui m'ont énormément inspirée... c'est pour ça que maintenant j'en suis à me dire que le gourou il est vraiment intérieur quoi... que je vais pas... je sais pas... en fait j'en sais rien... »

« C'est une immersion là... on a commencé à discuter de ça... la matinée commence, on prend le petit déj et tout à coup... pchchch... on est dans... Je sens que là, on est justement dans un moment... quand on parle comme ça, on est dans un entre deux... je le sens... souvent après il me faut du sucre physiquement, parce que je sens qu'il y a cette chaleur-là qui s'active en moi, le corps qui commence à... »

Je dis que pour moi ces rencontres c'est des cadeaux... en hypnose aussi... et c'est vrai qu'après j'ai besoin de sucre... plutôt parce que j'ai l'impression d'être frustrée de ne plus être dans cette dimension...

« Je sens que par exemple quand on a une qualité d'échanges comme ça, il y a une connexion avec cette énergie... très forte... je dirai l'énergie de ce qui est là, du rond, et c'est fort... et après il y a aussi besoin... comme c'est des choses que le corps intègre, le corps est au contact de ces énergies là... après il faut que le corps puisse... intégrer ça, c'est fort quoi... énergétiquement... il y a Etienne Perrot... moi j'ai tous ces livres... justement qui parle de l'alchimie, et puis dans des termes très simples... et qui dit que « le futur de l'homme c'est d'intégrer au niveau psychique l'équivalent de la bombe atomique » Pour lui il voit la bombe atomique comme étant l'expression externe de ce que l'homme va devoir intégrer au niveau psychique et interne... voilà, je pense qu'on est encore dans des centaines d'années dans le futur mais... ouais c'est vraiment cette force... don le corps ramasse beaucoup... je sais pas si vous vous le sentez, des moments de fffffff... C'est bien d'avoir des pauses... »

On parle comment les enfants nous ramènent sur terre... comme on a besoin de ces racines... sinon on pète... sinon on ne peut pas s'éveiller plus loin, plus haut... éveil de la Kundalini, coincé au niveau des chakras, colonne, enceinte douleur...

Ouvrage de référence de Etienne Perrot : Les trois pommes d'or → ouvrage clé

Premier entretien : J4

Analyste jungienne... pratique le jeu de sable... mais pas beaucoup de patients qui l'utilisent... plutôt des enfants mais après une ou deux fois passent à autre chose... jeux, peinture...

Je dis que pour moi que du moment où il y a peinture, jeux de sable, il y a image
Je dis que aussi intéressée à faire le lien avec les autres pratiques mentionnées dans le mail..

Je dis que j'avais hésité à inclure les jungiens à cause des ECM, mais que plusieurs jungiens pratiquent chamanisme ou hypnose, et qu'il y a des liens.

« Alors ça je suis convaincue qu'on fait beaucoup des mêmes choses mais qu'on les dénomme d'une autre manière... »

« J'ai pas vraiment d'images qui m'ont marquées comme ça... ou alors c'est possible que j'en aie eu mais je m'en souviens plus... parce que c'est vrai qu'après on... on avance et puis on voit aussi... comme... somme toute du monde... en tous cas ça n'a jamais été assez fort pour que je me dise.. houah... voilà, il y a eu des, ce qu'on appelle en termes jungiens, des synchronicités... donc oui ça m'est arrivé d'avoir des événements comme ça marquants... oui alors éventuellement on pourrait traiter de ça... sinon j'ai

une image d'un rêve qui à mon sens a été effectivement marquant... mais je dirai peut être plus... personnellement ou en tous cas dans mon parcours de thérapeute qui était en devenir à ce moment-là, en formation... et puis on avait émergé un tout petit peu les images émergeant du Reiki où je me suis formée en partie... là aussi je dirai ça a été une émergence... j'ai plus exactement en tête la description précise des images mais j'ai ce souvenir effectivement de quand j'ai été initiée... il y a vraiment la personne qu'on appelle le maître Reiki, qui nous fait des manœuvres, des symboles, et là il y a vraiment eu justement des images qui me sont venues... des choses comme ça »

« J'ai eu une patiente, que j'ai toujours, qui est en train de terminer sa thérapie, maintenant ça fait plus de 4 ans que je la suis... donc c'est quelqu'un que je connais très bien... on a fait vraiment un long parcours... je l'ai accompagnée pendant toutes ces années... après moi je suis partie vivre à l'étranger donc on a continué par skype... après quand je suis revenue ici, elle se déplaçait pour venir jusqu'ici... donc voilà il y a vraiment un long cheminement avec elle... et c'est quelqu'un avec qui, assez rapidement j'ai eu l'impression que elle me sentait comme ça... cad, qu'il y avait qqch de son inconscient à mon inconscient qui était relié... et... par exemple, quand je suis tombée enceinte la première fois... c'était le premier mois, personne ne le savait à part évidemment mon mari... elle a rêvé que j'étais enceinte par exemple... il y a eu comme ça des choses et j'avais le sentiment qu'elle... absorbait inconsciemment... sans elle-même sans rendre compte parce que moi je n'ai pas commenté ça non plus... j'ai laissé parler du rêve sans donner crédit que c'était le cas ou pas... et qu'à plusieurs reprises, ça c'est un souvenir que j'ai, mais je sais qu'il y a eu plusieurs événements comme ça où j'ai eu l'impression qu'elle captait qqch de ma sphère à moi... la chose la plus étonnante qui se soit passée en terme de synchronicité ça été une supervision de groupe avec d'autres collègues... chez un superviseur... on est toujours un groupe... et puis chaque personne présente à tour de rôle, et puis ce jour là c'était à moi de présenter et puis j'ai présenté cette patiente là... donc on a parlé d'elle peut-être pendant 2h... et puis cette supervision elle avait lieu en suisse allemande dans une autre ville... à cette époque j'habitais à Genève... et avec mes collègues on termine la supervision, puis on va pqqh notre train... un train bombé, ça devait être un vendredi je pense... donc beaucoup de monde, et on monte dans le train, et puis ma collègue... avance devant moi, et puis d'un coup elle va s'asseoir et au moment où elle s'assied je vois qu'elle s'assied à côté de cette patiente... qui se trouvait là... voilà qu'on soit dans le même train, qu'on soit monté dans le même wagon et qu'en plus ma collègue... on s'est dirigé les 3... elle a choisi de s'asseoir à côté d'elle... j'ai eu comme ça un choc... c'est qqch qui m'est resté... et puis surtout qu'est ce qui se passe souvent ben après les supervisions... ben on débrieфе un, on parle... et puis vu que je venais de parler d'elle... j'avais tout à coup extrêmement peur qu'il y ait des éléments qui ressortent comme ça... mais bon, mes collègues étant fines et intelligentes, ont senti qu'il y avait qqch... parce que je pense que j'ai vraiment fait une tête comme ça... j'étais vraiment choquée... et puis après... au début ma patiente ne m'a pas vu, elle était en train d'écouter de la musique... elle était un peu dans son monde... tout à coup elle a levé la tête puis elle m'a juste dit « ah bonjour... » J'ai dit « Bonjour » sans dire plus... parce que de nouveau... moi je peux pas dire que c'est ma patiente... j'ai un peu tenu le crachoir pour... contrôler la discussion, je suis partie sur d'autres choses qui étaient aussi neutre car j'avais pas envie qu'il y ait des éléments de ma vie privée qui soit évoqué devant ma patiente, je voulais pas non plus que mes collègues reviennent sur la supervision qui parlait de ma patiente... et puis tout à coup elles ont du sentir, il y a des places qui se sont libérées à côté, et elles m'ont dit vient on se met là... puis du coup il y avait déjà une distance... (...) entre guillemet ça pouvait être avec elle, ça m'a pas étonné que ce soit arrivé avec elle et pas avec un autre patient ou une autre patiente... (...) j'en avais reparlé à la supervision de groupe après au fait parce que c'était aussi intéressant pour le superviseur d'avoir ces éléments là et puis de se dire « eh ben tiens il y a des choses qui sont sorties qui nous ont accompagnées » et puis tac, il fallait qu'on la revoie dans le train... »

« Voilà, il y avait des éléments comme ça... je suis partie en Afrique, avant qu'elle le sache elle rêvait d'Afrique... il y a vraiment eu régulièrement des choses qui m'arrivaient dans ma vie privée et qu'elle rêvait... je me disais c'est dingue, ça ressort... »

Pour vous le lien entre image et synchronicité, car vous n'êtes pas la première à faire le lien mais je suis intéressée à faire le lien... « Alors la synchronicité c'est quand il y a deux événements qui émergent dans la réalité, qui... qui semblent être due au... à la chance, au hasard... mais qui ont un lien... et qui ont un sens... et pour moi ce sens il vient vraiment des strates profondes de l'inconscient... et je pense que les images, elles émergent de ce même terreau pour moi... l'origine des images elles viennent aussi de cette même matière première... pour moi... et ça se traduit... ça peut se traduire justement en images en symboles... et puis ça peut se traduire justement par ces synchronicités, donc ces hasard comme ça d'événements... mais qui au final n'en sont pas... ce ne sont pas des hasard, il y a un logique ou en tous cas un sens... »

Vous parlez de ce terreau, de l'inconscient... votre définition de ce terreau, de l'inconscient, cette source des images ? (J'explique que ça m'intéresse les différences entre les jungiens et l'inconscient, chez les néochamanes on parle des esprits, etc.) « Ca c'est Jung qui parle de la position dialectique du thérapeute... ou lui il dit effectivement le... a contrario de Freud au d'autres thérapeutes qui se situent en dehors du patient... Jung dit ben on est face à face... et au final, le thérapeute est autant transformé que le patient... donc c'est vraiment qqch qui se situe dans les deux sens... pourquoi, parce qu'il y a les personnes conscientes... donc le patient nous parle, on lui répond... il y a des choses qui se passent à ce niveau là... il y a aussi des choses où le thérapeute dans ce qu'il dit ça va toucher l'inconscient du patient et a contrario, ce que le patient évoque ce qu'il laisse émerger, peut être à travers aussi les images, les jeux de sable, tout ce qu'il produit ça va aussi toucher l'inconscient du thérapeute mais en plus... donc c'est conscient, conscient, conscient inconscient et vice versa, mais il y a aussi cette strate justement plus profonde où il y a les deux inconscients qui communiquent ou qui peuvent communiquer... et je crois que dans le cas de cette patiente en particulier il y avait qqch de très ouvert là, il y avait vraiment qqch qu'elle venait chercher... son inconscient était très connecté avec le mien... donc oui pour moi il y a vraiment... c'est cette image là qui m'est revenue en parlant de synchronicité c'est que de dire, il y a vraiment des chose qui... dans ces profondeurs... et je pense effectivement, il y a cette frontière entre l'inconscient personnel et puis l'inconscient collectif et puis là il y a des choses qui se jouent, qui travaillent et qui émergent sous forme d'image, de symbole ou/et de synchronicité... voilà, pour moi je le vois de cette manière là. »

« On a un petit peu étudié le chamanisme dans notre parcours de formation, j'ai fait un travail là dessus d'ailleurs... et effectivement, ben oui, ça serait... ce que le chamane aussi évoque quand ils sont en transe, quand ils sont dans ces... états de conscience modifié... qui rentrent dans ce que Jung appellerait « l'inconscient collectif »... et qui viennent capter des images, des choses de cet inconscient collectif... »

« Quand vous dites... chaque thérapeute... je crois qu'il y a de ça aussi, c'est une... c'est tellement complexe aussi la théorie... qu'une fois qu'on a... j'ai envie de dire qu'une fois qu'on a passé ses examens et qu'on a répondu, qu'on a appris tout ça... Jung disait toujours... être un bon thérapeute c'est oublier la théorie... et je crois que effectivement à un moment donné on lâche... et moi je travaille beaucoup à l'instinct, à ce que je ressens, et... »

Je précise que ce qui m'intéresse c'est pas la théorie mais c'est comment vous le vivez.

Je demande de développer à propos de sa représentation de l'inconscient

« Moi je vois comme un continuum... cad, je vois... c'est comme des... je vois justement... c'est pour ça que je vous parlais aussi du terreau, c'est parce que je vois comme des couches comme ça... de toujours plus profonde... et puis il y a la conscience, la conscience de soi, la personnalité, qui on est etc. et puis après.. voilà il y a cet inconscient personnel, lié à notre chemin, à notre histoire... mais en même temps on est pas tabula rasa, on n'est pas neuf de tout mais... quand un enfant naît, il porte en lui tout le patrimoine humain des générations précédentes tout ce cheminement de générations en générations, d'humanité, de culture, et puis ça ce serait les couches les plus profondes et qui serait l'inconscient collectif et qui seraient inscrites en chacun d'entre nous... et qui après... à mon sens... sont aussi accessible ou moins accessible, en fonction de la personne, de la personnalité, des troubles aussi des personnes... on sait que les personnes qui ont des schizophrénie, des psychoses, et ben justement, pouf ils tombent dans cet inconscient, le moi n'est pas assez fort, et du coup, ils se font prendre et du coup, tous les délires, les hallucinations, toutes ces choses elle sont vraiment... ils sont comme dans les flots de cet inconscient collectif... et puis voilà... et puis je dirai, l'opposé mais qui est tout près, c'est le sage... et lui alors effectivement, je pense qu'il aurait aussi accès à cet inconscient collectif, mais il sait nager lui, cad il sait se différencier, il sait la différence entre lui et l'autre, entre ce qui est la réalité et ce qui ne l'est pas... en même temps la frontière elle est fine, et en même temps c'est ça qui fait toute la différence... on est juste de l'autre côté de la boucle.. »

Quand vous dites « ce qui est de la réalité et ce qui ne l'est pas ? » (je vous embête... rires)

« J'entends... je vois où vous voulez en venir... parce effectivement la réalité c'est aussi quelque chose qui est au final est assez subjectif... mais euh... disons que si je vois un éléphant rose dans cette pièce et que vous vous ne le voyez pas il y a quand même un... un consensus général sur les choses qui sont tangibles extérieures et ce qui ne l'est pas mais évidemment après... »

« Voyez ça je pense que c'est aussi la différence entre une personne qui aura des troubles psychotiques, qui va penser que l'éléphant rose est vraiment dans la pièce... quelqu'un qui ne souffre pas de psychose va se dire « tiens, c'est une image, c'est une projection, c'est un fantasme, c'est mon monde intérieur qui se... qui s'exprime... peut-être le chamane dira c'est un esprit qui s'incarne, mais c'est quand même bien différent de hein... »

Oui on se comprend bien mais pour vous. ?

« J'ai jamais eu d'hallucination, donc j'ai jamais vu qqch que les autres ne voient pas. Et ça je pense qu'il faut garder ce terme d'hallucination, de visions à la limite mais... maintenant effectivement... notre monde intérieur est tellement riche... je crois que je mets plusieurs mots là-dessus... des fois je parle de fantasmes, de fantaisie, d'imagination, d'image, de symboles... oui, je pense qu'en tant que jungiens, le mot symbole est souvent sur notre langue parce que... oui »

« La deuxième image, c'est cette image de rêve que j'ai fait pendant ma formation.. je pourrais plus vous dire quand... d'ailleurs ce qui est assez bizarre c'est que je notais mes rêves... je suis sûre d'avoir noté ce rêve mais je ne l'ai jamais retrouvé dans mes cahiers... donc je sais pas où est consigné ce rêve mais voilà... il était effectivement très marquant... donc je peux plus mettre le contexte autour... je sais plus exactement quelle année... moi j'ai fait 7 ans pour faire ma formation de thérapeute, analyste, donc c'est beaucoup d'années, évidemment il se passe beaucoup de choses en plus dans cette tranche de vie... mais je pense que c'était quand même... c'était quand même dans la première partie de ma formation... donc une partie où j'étais plus émergée parce que j'allais 3 semaines pour me former... donc il y avait vraiment ce côté comme ça très fort... où j'allais, je faisais tous les séminaires, je restais sur place... donc c'était une formation comme mes collègues, à Zurich... après, dans la deuxième partie on a des supervisions, on a des patients... on fait beaucoup plus d'aller retour, à ce moment là j'étais aussi mère, donc j'avais des enfants en bas âge, il fallait rentrer, je restais pas 3 semaines à Zurich... mais je suis pas certaine que ce rêve ait eu lieu pendant cette tranche de formation... pendant le moment où j'étais à Zurich mais je sais que c'était pendant cette période je pense où... voilà ça... ça bougeait comme ça... et c'est une image d'un rêve... donc je sais que le rêve continue après... qu'il y a qqch en amont.. mais l'image du rêve c'est que je me trouve sur une espèce de colline où il y a de l'herbe et je dois me mettre en... comme en croix, comme Jésus sur la croix, mais par terre, et surtout la face contre la terre... donc je dois me mettre comme ça sur le ventre, les jambes serrées et les bras en croix... et là, un énorme serpent arrive... comme un python, je pense... un espèce de python... et il vient se mettre sur mon dos, et il me mord la nuque.. mais c'est qqch de très positif dans le rêve... j'ai pas peur, c'est vraiment une initiation... ce serpent m'initie.. et moi j'ai relié ça à cette profession de thérapeute... c'est une certaine sagesse, c'est qqch de très lointain et profond qui vient et qui me mord, qui me transmet qqch... alors c'est intéressant car je pense que déjà le python c'est un serpent qui ne mord pas mais qui étouffe... et puis je peux imaginer que pour la plupart des gens ce serait un cauchemars... en tous cas beaucoup de gens ont une répulsion pour les serpents et moi le serpent c'est un animal qui me fascine.. et qui dans ce rêve... j'ai eu plusieurs fois des rêves de serpent et en général le serpent est plutôt une image positive pour moi... mais plutôt qqch de numineux... on ne fait pas ce qu'on veut avec un serpent non plus.. il y a un certain respect... il y a.. je dirai un crainte.. pas une peur, mais oui un certain respect, je dirai qu'il y a qqch un peu comme un dieu, je dirai un respect... qqch qui est plus grand que soi... et voilà, il y a donc cette image de cette position qui me rappelle celle du christ mais... par terre et non pas à l'horizontale.. et puis cette morsure à ce niveau de la nuque qui est aussi la partie qui relie la tête et le corps.. de cette entité... oui cette entité qui est comme ça dans mon rêve supérieure, et respectable et... que j'ai compris ou que j'ai ressenti comme qqch... comme une initiation... et ça c'est une image qui m'est restée très fortement... »

Et cette image elle vous accompagne comment ?

« Elle m'est restée... c'est pas qqch que j'ai vraiment utilisé mais c'est une image qui m'est restée, qui m'est revenue plusieurs fois par la suite... j'ai souvenir aussi une fois.. on a fait un séminaire à l'institut... de groupe... avec le jeu de sable où chacun devait tirer comme ça un animal... et puis à nouveau j'avais tiré le serpent... il y a vraiment qqch du serpent qui m'accompagne... mais dans le côté professionnel j'ai l'impression... plus que dans ma vie privée... là il y a qqch du.. je sais pas.. et effectivement le symbole du serpent est très contrasté... il peut être le mal comme le bien... la sagesse comme effectivement l'agression... il y a aussi un aspect phallique dirait les freudiens donc... il représente beaucoup de chose mais j'ai eu plusieurs fois ce symbole qui m'a accompagné... j'ai souvenir aussi quand j'étais enceinte de ma deuxième fille.. je rêvais d'avoir des vipères enroulées sur chacun de mes pieds... et là aussi il fallait juste faire attention de pas... il fallait être tranquille... je pouvais pas courir... mais c'était aussi ce sentiment quand on est très enceinte on peut plus trop marcher, on est un peu ralenti, alors voilà c'était ces vipères.. mais je ne me sentais pas menacée mais c'est vrai que dans ma réalité, dans ma vie... j'ai toujours eu une fascination pour les serpents... »

alors j'ai jamais eu de serpent, je n'ai pas une obsession pour les serpents mais disons que... j'ai pas peur et j'ai toujours eu une certaine curiosité.. je trouve que c'est un animal vraiment particulier... et voilà... je sais pas... »

Impact de ce rêve

« Je pense qu'il y a plus qqch dans l'ordre... j'ai l'impression que je devenais jungienne... je devenais... vraiment qqch de... maintenant tu rentres dans... dans ce métier, tu rentres dans ce... ou peut-être l'impression de... mais peut-être c'est interprété après coup parce que je vous dis j'ai du mal à recontextualiser le moment du rêve... maintenant je vous dis ça comme ça mais... ça me donne l'impression qu'effectivement à partir de ce moment-là il y a eu comme une entrée dans ce monde-là... qui est un monde quand même particulier... »

Est-ce que vous l'avez concrétisé ?

« Non celui-là je ne l'ai pas concrétisé... je fais ce genre de choses peut-être quand j'ai des rêves plus douloureux ou difficiles.. ou des images qui sont peut-être des images repoussantes... mais je dirai oui j'en fais qqch parce que je le porte avec moi... c'est peut-être ça... dans ce sens-là, je suis peut-être pas qqn qui va, ni acheter une figurine, ni courir après les serpents dans la nature mais... je le... je le mastique... (...) je l'ai là, je le revis, je le repense... Et puis je pense que je suis plutôt quelqu'un qui fonctionne comme ça... Si j'ai un conflit, ou si j'ai des choses qui sont difficiles qui émergent... je vais pas forcément... bon j'écris des fois... ça m'arrive d'écrire si c'est des choses qui ont besoin de sortir, mais sinon tout va se faire à l'intérieur... je suis quelqu'un qui va... je vais repenser, je vais voir, je vais visualiser... donc là je dirai que... mais plus face à des contenus plus difficiles, plus douloureux... là ce n'était pas une image douloureuse pour moi, c'était une image très numineuse... donc je dirai que c'est plutôt qqch que j'ai porté en moi... et à fortiori... puisqu'elle me reste et ça fait maintenant des années... et je pense bien de mes rêves, je pourrais pas vous en dire autant... donc je pense que c'est... quand même les images comme ça qui restent c'est quand même des images qui ont été très marquantes ou que j'ai... oui que j'ai fait travailler... »

Quand vous dites que vous la portez ?

« Je la ressens, je la vis, je la visualise, je me vois... et je pense que... j'étais en analyse à ce moment-là.. et je pense que c'est un rêve que j'avais du certainement amener... donc j'ai dû raconter, que j'ai dû décrire... et puis après c'est ça... c'est drôle j'ai ce mouvement là comme de porter un enfant... il y a qqch de... garder en soi, ça et de garder cette image en soi, qui peut ressortir et qu'on peut aller rechercher... »

« C'est ça aussi quand j'ai mes patients qui sont.. qui me parlent.. j'ai comme une bibliothèque intérieure et puis « touc » j'ai peut-être une image qui sort, j'ai peut-être un souvenir qui revient, ou je relie à quelque chose... ça c'est peut-être aussi vous... ce dont vous parlez... de ces images... fin j'y pense maintenant... mais je pense qu'il y a qqch comme ça... ou j'ai... ouais toute une bibliothèque, avec mon travail sur moi, mes images, mon parcours, mes joies, mes douleurs, tous ces événements de ma vie... et puis tout à coup, touc... ah tiens ça me rappelle ça ou même des fois, entre patient... tout à coup un patient m'en rappelle un autre ou une autre situation, ou un livre, enfin voilà... tout ce dont on se nourrit tout le temps... »

« Donc c'est pour moi c'est ça de porter, c'est de le stocker, c'est de ne pas l'oublier parce que je crois que c'est ça au fait, finalement, c'est aussi de lutter contre l'oubli... lutter quand tout à coup qqch et là et puis hop il repart dans l'inconscient... essayer de conserver... ou alors dans l'inconscient mais pas trop loin parce que des fois on a besoin de le repêcher... il nous est utile.. »

Je fais le lien avec le chamanisme, tout en précisant que je sais que ce n'est pas la même chose, mais le lien avec les animaux de pouvoir, on sent que le serpent ou autre animal est là... je me demandais s'il y avait cette qualité, cette puissance, présence ?

« Oui je pense »

« Je me suis jamais dit tiens ça c'est le serpent qui est en moi... maintenant ça me fait quand même rebondir sur qqch où quand j'ai commencé ma formation... on a du écrire un... on a du faire un travail sur un symbole... et j'ai choisi le symbole du chat... parce que j'avais aussi beaucoup de rêve autour du chat et c'est aussi un animal que j'aime beaucoup qui est aussi, comme le serpent... le chat et le serpents sont des animaux qui se ressemblent beaucoup... ils ont cette ambivalence du bon et du mauvais... et je crois d'ailleurs que... il me semble qu'il y un récit qui dit qu'à la mort du bouddha, les deux seuls animaux qui n'ont pas été émus c'était le chat et le serpent... ils portent en eux qqch comme ça de.. de ce côté voilà... bon et mauvais à la fois... et effectivement j'avais fait ce travail sur le chat... et à nouveau, j'étais en analyse... et je me souviens c'est qqch qui avait émerger.. tiens le chat est-ce que c'est pas un petit peu un totem ? »

« alors oui ça me fait penser à ça... maintenant c'est vrai que de nouveau ce sont des choses qui sont utilisées de manières très inconscientes ou naturelles... il n'y a pas des moments où je me dis je suis dans le... non... je me dis jamais ça... mais oui j'ai le sentiment qu'il y a eu... que cette image du rêve ça a donné qqch d'un sentiment d'être initié... ça oui, mais comme vraiment ça marque comme un étape... et puis ensuite... »

« Quand je suis face à des patients, je me mets au service des autres, donc ça me vient pas tellement de dire tiens, qu'est-ce que je suis là... c'est qqch qui se fait... »

Vous racontez des histoires aux patients ?

« Assez rarement, il faut que ce soit des gens qui soient vraiment dans un parcours plus analytique, ce qui est finalement assez rare... ça m'arrive mais c'est rare.. je me rend compte, là aussi peut-être une discrédence entre ma formation et la réalité.. c'est que la plupart de mes patients, c'est des gens qui font une psychothérapie donc qui ont des besoins des fois extrêmement terre à terre... donc, d'une part on se forme dans des hautes strates comme ça... mais d'autres part dans la réalité, ces hautes sphères... fin moi dans ma pratique, on les utilise assez peu finalement... parce que tout le monde n'est pas à même de comprendre ça... tout le monde n'est pas à même de bien différencier la réalité... quand on a des gens plus fragile, le cadre doit être très stricte... donc je fais bien attention, de ne pas trop en dire, de ne pas trop parler de moi, de ne pas faire de référence... pis des fois je suis vraiment des choses presque de l'éducatif, du conseil, de recadre, de dire aux gens des choses extrêmement basique... mais voilà on prend les gens où ils en sont, on les accompagne comme ça... »

« J'ai vraiment des gens qui sont très démunis dans leur quotidien, dans leur... dans leur manière vraiment de gérer leur vie très basique... du coup il faut être conscient de ce qu'on fait mais en effet, c'est vraiment des choses extrêmement simple, d'écouter, de conseil, de renforcer aussi leur moi, d'être là, d'être peut-être la bonne mère qu'ils n'ont jamais eu, la grande sœur qui n'a pas été

là, en fonction des situations... c'est ça aussi d'être thérapeute... c'est aussi savoir se situer par rapport au public... il y a quelques personnes qui font des analyses mais au final c'est assez rare... »

Je dis que je reviens au serpent et que ça me fait penser à ces initiations avec l'ahyawuaska.

« Alors là ce qui est intéressant c'est de dire ben..., de nouveau, il y a peut-être différentes portes d'entrées... et puis peut-être dans notre société... moi aussi cette idée comme ça de devoir prendre des produits toxiques pour pouvoir être dans des... ça me ferait très peur... mais du coup c'est peut-être à travers les rêves... à travers d'autres canaux comme que ça arrive... et c'est intéressant parce que je n'ai jamais entendu parler de ça et pourtant pour moi c'était très clair que c'était une initiation, que c'était une image initiatique... voilà... il y avait un avant, un après... »

→ intéressant pour moi de savoir que vous n'aviez jamais entendu parler de ça.

« A nouveau après.. c'est possible qu'un jour je l'aie lu et puis que je l'aie oublié, mais là je n'ai aucun souvenir... d'avoir eu connaissance de ça... c'est intéressant toujours être prudent parce que des fois ces souvenirs... (oui je souligne que c'est aussi très différent) c'est juste intéressant de voir... et puis à nouveau... voir que dans le monde entier il y a des choses communes qui nous relient... »

« Alors mon expérience du Reiki elle s'est faite au Chili, j'ai vécu au Chili avec mon mari avant qu'on soit marié... quelques mois... six mois, sept mois et j'étais partie au Chili dans le cadre d'un travail comme coopérante, comme psychologue coopérante dans une association dont la... comment on appelle ça... dont le quartier général se situe en Suisse mais ils financent des projets.. et puis alors c'est des projets au Chili, notamment dans les violences intrafamiliales, surtout sur les femmes, c'est quand même un pays très machiste... et donc je suis partie jamais et... voilà, on montait des projets, on allait dans des quartiers pauvres faire de la sensibilisation du suivi de ces femmes... et puis mon mari, à l'époque il m'a accompagné, il était encore à l'université, il devait faire son mémoire, donc il avait comme ça une période de temps, où il devait travailler pour lui mais il était assez flexible... et nous avons rencontré un chilien, un jour, un peu par hasard...

qui nous a proposé de venir dans un groupe où il faisait des méditations... et puis nous c'était une période de vie je pense.. donc ça c'était avant que je commence ma formation... c'était 3 ans avant que je commence ma formation de thérapeute... donc je cherchais quelle voie prendre... j'étais déjà formée comme psychologue, j'avais déjà eu un peu d'expérience en suisse... je savais que je voulais être psychothérapeute... ça c'était assez clair et ça l'a été assez rapidement... mais je savais pas dans quelle orientation... l'année précédente j'avais été en Argentine où j'avais fait justement un stage dans un hôpital pour enfant, j'avais fait des séminaires, donc j'avais vraiment été en contact avec différentes branches psychanalytiques mais.. voilà, sans trouver vraiment.. et puis là donc on se trouvait au Chili, au sud du Chili, un peu perdu dans une petite ville, il faisait hyper froid... il y avait tout ce contexte comme ça... on avait beaucoup de temps pour nous, il y avait peu de choses culturelles à faire... donc on lisait beaucoup, on était beaucoup sur l'intérieur comme ça... on vivait dans une petite maison... fallait se chauffer au poêle, fin c'était très rustique comme ça... très charmant aussi.. et puis du coup cet homme, ce jeune homme, il avait notre âge, qu'on avait rencontré, il nous avait introduit dans ce groupe et c'était un groupe de reiki. Et au fait ils se rencontraient une ou deux fois par semaine, où il y avait des méditations de groupes. Et puis ils faisaient du reiki. Et du coup, voilà on a commencé à s'intéresser au reiki. On connaissait pas, on savait pas ce que c'était.. moi j'aimais beaucoup l'aspect de méditation de groupe, je trouvais que c'était... très puissant.. c'était très porteur, et puis aussi on faisait partie de cette communauté... c'était très très amical, très agréable.. et puis là il y avait justement cette femme qui était maître en reiki et qui nous a introduit et on a fait cette première formation... donc on apprend des techniques, donc d'imposition des mains et puis le reiki.. donc l'idée c'est vraiment de pouvoir ouvrir des canaux d'énergie, dans les mains, à l'aide de symboles, qui permettent de capter l'énergie de vie puis d'aller imposer ses mains sur le corps d'une personne, dans un ordre bien particulier.. qui permet en suivant les chakras, de pouvoir refaire circuler une énergie qui est bloquée s'il y a des déséquilibres au niveau de la personne... Et voilà... donc je me suis lancée la dedans un peu... par hasard, je dirai, si le hasard existe et... je me souviens plus... je crois qu'on a eu d'abord des cours de théorie, d'introduction justement... au reiki... donc le reiki ça vient du Japon, de qui l'avait créé, comment ça avait été mis sur pied, comment les soins avaient été prodigués... et puis à la fin, il y avait cette initiation où de nouveau la maître reiki nous prenait dans une pièce l'un après l'autre, et puis on était assis sur une chaise elle était debout derrière nous, et puis là elle faisait des... je sais pas ce qu'elle faisait... des choses, probablement des... elle inscrivait des symboles au-dessus de notre tête... et là effectivement je pense qu'on est dans un état où l'on est en relaxation, les yeux fermés... et là j'ai vraiment eu des images comme ça qui me sont venues... j'ai plus énormément en tête... j'ai vraiment des souvenirs d'Amérique latine... donc j'ai l'impression d'avoir été prise dans l'inconscient collectif d'Amérique latine, avec des images de femmes... je dirai boliviennes ou péruviennes... un peu avec leur tresses, leur chapeaux... des images comme ça qui me venaient... et puis j'ai un chiffre 4 qui m'est venu comme ça... pouf... voilà, de nouveau 4... c'est un symbole normalement de la totalité, quelque chose qui se complète... à nouveau, sans vraiment que j'en fasse des liens mais j'avais trouvé assez fort comme ça... et ça ça été aussi le cas, c'est qu'après on s'entraînait les uns avec les autres à faire le reiki... et souvent le groupe faisait le reiki sur une personne... donc à nouveau c'était puissant parce que au lieu d'avoir 2 mains et bien tout à coup il y a 6 ou 8 mains qui travaillent en même temps sur notre corps... et là j'avais aussi eu des images très... assez forte qui m'étaient... qui avaient émergées... des fois de joie, tout à coup de tristesse... je me souviens d'avoir eu tout à coup des sensations assez sensuelles... des choses comme ça qui... qui traversaient... et peut-être... c'était difficile si ça venait de moi ou si je percevais des autres... mais en tous cas il y avait vraiment qqch qui se transmettait... le reiki c'est qqch que j'utilise peu, presque plus... je l'utilise surtout sur moi, je l'ai jamais utilisé avec des patients.... Quand on est rentré en Suisse on a fait le 2° niveau de reiki... qui permet aussi, qui serait sensé me permettre de soigner à distance... et puis après il y a le dernier niveau pour devenir maître reiki que je n'ai jamais fait... et... voilà je sais pas pourquoi j'ai arrêté... parce que justement j'ai commencé cette formation... je pense que c'est qqch que j'ai moins... c'est qqch qu'il faut cultiver... un peu comme la méditation.. il faut s'entraîner, il faut faire... et pis des fois j'étais peut-être un peu découragée parce que je ne le faisais pas forcément et puis... c'était moins fort... c'est vrai qu'on sent... un au début quand on est vraiment bien dans le courant, je dirai, comme ça... quand on fait les symboles... donc c'est des symboles qu'on fait au creux de la main et qu'on fait devant nous, et qu'on nomme, qui sont des symboles japonais.. on sent comme ça une chaleur très forte... et le patient dit aussi qu'il sent... la personne à qui on fait dit qu'il sent aussi cette chaleur... des fois je le fais sur mes enfants si elles sont malades, ça arrive... mais souvent j'le fais, si je sens que je suis en train de tomber malade... ça coupe en général, au lieu d'avoir une grippe ou un refroidissement... ben hop, je me fais une petite séance de reiki, et puis hop... où j'y échappe ou le temps de récupération est limité.. mais voilà, j'avais trouvé aussi intéressant cette idée qu'elle soit aussi à ce niveau, qu'elle soit aussi à ce niveau, vers le chakra, qui s'ouvre, qui est vers le... le haut, le spirituel... et c'est aussi l'image du reiki qu'il y a cette énergie qui vient du haut et puis qui nous traverse et qui sort par les mains... et qui est une énergie qui soigne mais qui n'est pas notre énergie... on est juste... on capte et on redonne... »

Je mentionne que lorsqu'on parlait des strates de l'inconscient, elle faisait des gestes de couches en bas, qui remontent et là du haut vers de bas

→ « des images qui viennent dans les deux sens, exactement... »

« Mais justement c'est drôle parce que ça vient du haut mais pour moi c'est.. quand je dis avant, j'ai l'impression d'être reliée à l'inconscient collectif de l'Amérique latine... ça touche... si on relie... c'est relié à ce substrat que je disais... ça correspond le haut et le bas... et si on pense à cette image maintenant qui me vient de l'arbre de vie.. c'est ça aussi l'arbre de vie... ça récolte le haut et puis il y a des racines très très profondes vers le bas et puis c'est (...) c'est l'arbre... le globe hein... il y a l'arbre qui part.. il y a les branches d'en haut qui touchent le haut du globe et les racines en bas elles touchent aussi le bas du globe et ça se relie, c'est vraiment un circuit fermé qui communique... et je pense qu'il y a vraiment ce côté du haut et du bas qui se nourrissent l'un l'autre... et qui... et le reiki peut-être c'est ça aussi, de capter et de redonner... et de faire peut être aussi communiquer ces mondes... finalement ce tout en bas et ce tout en haut ça se rejoint... c'est un petit peu ce que je vous disais avant aussi à propos du fou et du stage... je crois qu'il y a vraiment qqch de holistique, de circulaire et non pas... comme on le représente souvent... linéaire.. »

Je relève que je trouve intéressant le fait qu'ils dessinaient des symboles et qu'ils sentaient l'énergie. Impact d'une image, d'un symbole.. on peut sentir... puissance des symboles

→ « ouais »

« Oui oui la puissance des symboles et puis à nouveau, ils pénètrent dans différentes couches... ils pénètrent aussi dans la couche de... je sais pas comment l'appeler... corporelle, réelle, palpable, matérielle.. »

Je souligne cette connexion du symbole, impalpable, à qqch de tangible

« Alors rebondissons sur la synchronicité qui est ça aussi.. qui se traduit dans la réalité... qqch qui est de l'ordre du psychique et qui se matérialise... »

« Dans cette formation du reiki, ce sont des choses qu'on a vues aussi.... Je me souviens qu'on a vu un reportage... l'impact des... je crois que c'était des cristaux... de l'eau... (...) le pouvoir d'une pensée ou d'une parole négative destructrice que ça a un vraiment un impact sur le physique... »

Je relève la différence entre l'imaginaire, l'imagination, l'ECM... est-ce qu'il y a plus d'impact selon l'état...

« Je crois qu'on se branche... je crois effectivement qu'on peut avoir plein d'idées, plein de fantasmes, plein de... mais que ça va rester là... haut... et que... il y a un moment donné où on se branche sur qqch (...) et quand on est branché, c'est autre chose qui se passe... on est effectivement dans une autre... on est dans autre chose... là je me sens branchée par exemple... j'ai des sensations... je sens, j'ai un peu froid, j'ai une vision qui est un petit peu plus floue... je suis que je sens moins... je suis dans qqch (je relève que je sens aussi)... et c'est très... et je pense que je suis dans cet état là quand je suis avec mes patients... que je suis complètement à leur service... et toutes ouverte pour eux... à l'écoute.. mais en même temps... c'est intéressant ce que vous dites, car je pense qu'il y a plein de choses que je fais automatiquement, sans m'en rendre compte... et puis il y a des patients qui se laissent être dans cet état là... il y en a d'autres... je suis jamais comme ça... parce qu'ils sont trop contrôlant... parce qu'ils sont trop... ils ne me laissent pas rentrer... ils ont peur peut-être, ou ils ne sont pas assez sûrs... ou... voilà... donc il y a des fois... peut-être là aussi cette différence quand je vous ai dit... il y a des fois on est vraiment dans le conseil parce qu'on est... Ça dépend où les gens nous laissent rentrer... pis il y a des fois tac on est dedans... et je sais pas comment je suis dedans, ça se fait tout seul, on s'assoit dans qqch.. et puis après quand la séance termine, hop on ressort... de ça... et ça par exemple... oui alors j'utilise... des fois, si je sens que cet état il perdure parce que des fois c'est induit par... justement... mais des fois c'est induit tout seul... des fois moi-même je me... moi j'appelle ça... je me sens en régression... je me sens tout à coup, prise par des choses... et du coup toc je suis plus vraiment là... puis des fois c'est désagréable parce que ce n'est pas le moment... on doit... la vie réelle nous appelle et puis on est complètement gauche parce qu'on n'est pas vraiment là. Et alors là je fais qqch pour sortir... en général, je mets les pieds au sol, je m'enracine, ou bien... »

je... des fois j'appelle Dieu, et ça me recadre... mais souvent j'utilise cette image de l'arbre avec ses racines, et hop ça me permet de ressortir... voilà mais je crois que c'est important ça... cet état... ça je crois que c'est ce que vous disiez, l'ECM.. tout d'un coup on est dans un... on s'embrancher sur qqch... mais je saurais pas dire comment je m'embrancher... ça se fait... mais peut-être aussi ce que disait Maria... d'être dedans... d'être relaxe, juste se laisser aller, se laisser embarquer... »

Je dit que j'observe que ça me fait ça quand je me met dans l'état « je vais faire de l'ethnologie » → vigilance, attention ?

Je souligne que j'ai envie de différencier être prise par, ne pas être vraiment là (régression) ou être branchée et être vraiment là → et pour vous ?

« Je crois il y a des fois où je me sens où tout peut être ouvert, là je me sens tout est ouvert... j'ai pas besoin de faire, j'ai pas besoin de me concentrer sur qqch en particulier... je laisse vos mots faire écho en moi, effectivement j'ai des souvenirs, j'ai des images qui me viennent, je rebondis sur qqch... mais tout est loose comme ça... tout est très.. je flotte... comme un état de flottement comme ça... il y a des fois où effectivement notre concentration, où on a des tâches à faire qui sont précises... vous disiez la comptabilité (...)(se rappelle une discussion, le soir d'avant avec son mari) on parlait quand on a un accident... on est hyper conscient, on va tout de suite donner les informations juste parce que c'est tellement important pour notre survie que là c'est comme si on est de l'autre côté de nouveau... »

« On est branché différemment »

Je relève qu'en hypnose ou en chamanisme il y a un protocole pour induire cet ECM mais plus elles pratiquent plus les personnes mentionnent qu'elles entrent dans cet état « comme ça ». Comme vous, vous y entrent comme ça mais sans avoir jamais eu de protocole..

QQ part, je souligne, mon intérêt, comment en thérapie on fait apparaître une synchronicité, on permet que... souvent ça arrive pas en thérapie mais comment on se rapproche le plus pour permettre que ça advienne, que ça se passe... pour que ça émerge chez la personne, associé à une émotion

« En tant que thérapeute... comme je vous dit... il y a des personnes qui vont être très preneuses... qui vont s'embrancher, qui vont être preneuse du jeu de sable, des rêves, etc. d'autres pas... il y a des personnes... j'ai envie de dire c'est peine perdue... »

non, c'est un long long processus, il y a des gens qui vont jamais lâcher complètement... il faut pouvoir lâcher pour être dans cet état là... quand on est tout le temps dans le contrôle c'est pas possible... maintenant je trouve que même sans aller... comme je vous disais il y a des patients ils vont peut-être faire une fois, deux fois.. après non ils veulent pas trop le jeu de sable ou même le côté plus créatif... ils ont plutôt envie de rester là mais aussi parce que je pense que moi je fonctionne plus comme ça... à nouveau je pense qu'on a les patients qui nous correspondent ou bref... mais je trouve souvent que le temps de la session, de la séance... on a l'impression qu'on parle de tout et de rien et souvent je m'entends dire... « mais regardez... on est en train de répondre à votre question du début... » ou « mais regardez, ça, ça donne des éléments de... » voyez c'est comme s'il y a qqch qui se... rien qu'en parlant... rien qu'avec cette méthode d'association libre, la personne elle parle et moi je rebondis... c'est pas par hasard, et on fait bien un chemin bien particulier... et souvent on se dit tiens... voilà on arrive d'où on est partis... et des fois les choses elles se jouent dans la séance... en fait c'est cades fois la personne elle arrive, voilà... pouf j'ai eu ce conflit... et puis la manière dont elle l'amène et la manière dont on interagit... ça donne la solution au problème posé à la base... donc pour moi c'est même... des fois il y a même pas besoin... ça se joue déjà là... c'est une image... qui se joue... une image théâtrale... dans le sens ça se joue... Ca parle à travers nous... je me laisse embarquer par le patient... lui se laisse embarquer par moi.. personne contrôle et on est juste là... plouf ça sort, ça sort... et puis tout à coup on regarde et on dit et ben voilà... et ça je pense que ça a un impact thérapeutique très fort... c'est que tout à coup... hein... là il y a une émotion... c'est incroyable... en effet... »

Mais il faut des prises de conscience...

« C'est des prises de conscience. (Et c'est vous qui l'amenez la prise de conscience ?) En général c'est moi qui l'amène la prise de conscience... regardez ce qui se passe là... et ça je pense que ça a le double effet... la prise de conscience donc ça a un impact sur la personne, sur son psychisme, sur sa vie, mais ça a aussi un effet sur l'alliance thérapeutique... on vit qqch de fort avec le patient et hop ça nous rapproche... et à nouveau... ça nous amène à l'étape suivante... on a tissé qqch... maintenant moi comme patiente... quand j'étais en analyse... c'est vrai que je suis qqn dans l'intellect... donc j'amenais beaucoup d'élément... et j'ai longtemps fonctionné en faisant des doubles séances parce que comme je suis intarissable... ça m'allait bien, donc ça me permettait de faire la première séance quotidien, déverser ce que j'avais à déverser et la deuxième partie on travaille sur les rêves... et je suis qqn qui avait beaucoup de rêves, des rêves extrêmement détaillés. Des fois j'avais 3-4 p de description de rêve... »

EMDR

« Là j'ai eu des images aussi très fortes... j'étais assez... comment dire... ambivalente... parce que j'aime bien cette manière verbale et je pense que c'est là dans lequel je suis le plus à l'aise... mais néanmoins j'ai aussi eu des images très fortes aussi en EMDR... »

Me demande si je connais EMDR, je dis que oui mais pas avec des images... plutôt lors d'un traumatisme, le travail sur une image. « Alors moi c'était plutôt, on prenait une situation de base, difficile. Je devais décrire, voilà quand je me trouve dans cette situation, comment ce que je me sens.. donc je me mettais dans la situation difficile de base, et puis après il y avait ces mouvements.. et puis avec ces mouvements là il y a des choses qui émergeaient... tout à coup j'avais des images qui émergeaient, des choses qui émergeaient... hop il s'arrêtait, je pouvais décrire ces images qui étaient complètement pas reliées... c'était des choses qui semblaient « out of the blue », semblaient complètement sans lien, mais en fait... ça avait toujours un lien... symbolique de nouveau... mais ça avait toujours un lien... avec la problématique de base, et puis du coup pouf on retombait... où j'avais l'impression que hop cette image, il y a des images, c'est bien, jusqu'à l'avènement d'un point de stabilité... on se sent à nouveau bien, on a l'impression que la chose elle est digérée... on a pu processor qqch... »

Vous avez un exemple ?

« Bon j'ai une image de moi qui était très douloureuse qui est sortie... de.. je sais plus le point de départ... mais je sais qu'on parlait d'une période de mon adolescence qui était une période très difficile... et... j'ai eu cette image de double... c'est comme moi si moi adulte j'accompagnais ce moi adolescent... et il mourait... et ça m'avait beaucoup choqué parce que évidemment on a envie de donner vie... mais au fait ben non, c'était qqch qui.. peut-être positivement ça signifiait aussi des conflits qui mourraient, des complexes qui se résolvaient. Mais c'était très douloureux, c'était vraiment un deuil, d'accompagner ce moi adolescente à la mort... voilà et ça c'était des images qui avaient émergé en faisant l'EMDR par exemple... »

Je fais le lien avec l'induction et le travail hypnotique, les gestes de l'EMDR (mouvement du pendule)

« Moi ce que je relie que je trouve intéressant... c'est ce côté EMDR... donc c'est le but de faire relier ces deux hémisphères pour enclencher une digestion... et puis en fait j'en parle beaucoup de cette digestion d'une autre forme, mais quand je dis image difficile, douloureuse, je les.. je rumine.. mais c'est ça c'est vraiment de repenser, de digérer, de voir ce qu'on en fait... de palper ces... donc voilà... à nouveau... c'est d'autres mots, c'est d'autres canaux... mais on parle de la même chose je crois... »

« Probablement aussi pour à nouveau si on revient aux termes jungiens, pour résoudre ses complexes... c'est tout à coup on se retrouve face à un complexe, tac si on arrive dessus et qu'il y a une prise de conscience, pouf ça le... »

Vous pensez que c'est la prise de conscience qui résout le complexe ?

« Il y a certainement des complexes qui peuvent être résolus sans prise de conscience... et peut-être que des fois on prend conscience et que ça suffit pas... oui je crois qu'il y a quand même un mouvement de.. que si on prend conscience alors... »

« J'ai cette croyance que si tout à coup on prend conscience des choses on peut les... »

Je reviens sur la définition du symbole par Jung, selon laquelle le symbole n'est pas qu'un signe, mais qu'il implique les émotions, le corps...

« Vous touchez qqch d'important qui m'aide aussi pour mon travail effectivement... parce qu'effectivement on peut avoir une compréhension intellectuelle mais ça va pas avoir d'impact... parce que effectivement tout doit être en jeu... Et ça doit pas simplement être juste... comprendre noir sur blanc que c'est comme ça... il faut que tout, le corps, tout le psychisme soit engagé... il faut qu'il y ait tout à coup un « ha... » et c'est ce « ha... » qui va avoir un impact en effet. Mais effectivement peut-être que moi j'appelle ça la prise de conscience mais j'entend effectivement que c'est qqch de complet... c'est ça qui est thérapeutique je crois.. mais peut-être que des fois je pense surtout aux enfants... je suis thérapeute pour les enfants aussi... évidemment chez les enfants il n'y a pas ce « ha... » et pourtant ils guérissent aussi... donc il y a aussi des choses.. c'est comme si le thérapeute à ce moment là... il fait les « ha... » à la place de l'enfant... c'est lui qui se met... au service... »

« Jung dit que les enfants sont dans une participation mystique... ils sont dans ce substrat encore.. ils sont en développement... ils ne sont pas complètement séparés.. ni des parents, ni de cette strate comme ça de terreau, et qu'effectivement... il n'y a pas de prise de conscience mais ils vivent à travers ça... ça se vit à travers eux... et quand on est en thérapie avec des enfants... j'ai eu des enfants très jeune... j'ai eu des enfants des moins de 3 ans en thérapie... et effectivement c'est le rôle du thérapeute de comprendre ça.. mais il n'y a pas d'interprétation... il y a rien... on joue... on se met avec eux dans leur monde, dans leur jeux et c'est ça qui soigne... »

« Des fois je comprend même pas ce qui se passe, je me laisse traverser, mais des fois... les parents mes disent... « alors elle va mieux. ? » Je sens mais j'ai pas tellement de mot pour dire... c'est pas là que ça se passe... c'est ailleurs et c'est des fois peu palpable... »

Je mentionne que dans le jeu de sable par exemple, chez les adultes, on hésite de mettre du sens, d'analyser, qu'il y a peut-être une prise de conscience non consciente... J'aime cette figurine, j'aime ça mais pourquoi... qq part ce qui m'intéresse dans toutes ces pratiques, dans le jeu, les images, les symboles... comment ça soigne ?

« Je dirai que c'est encore plus difficile de dire avec les enfants, en tous cas pour moi, j'ai beaucoup de mal à m'expliquer le travail avec les enfants... avec les adultes, c'est plus cadré, il y a un récit... même quand il y a un rêve... Mais les enfants... »

A propos d'une petite fille avec qui pendant des mois il y eu juste des lectures des contes... remise en question de la thérapeute, mais progrès...

« Ca se passe... peut-être que c'était pas le conte, peut-être que c'était ma présence bienveillante auprès d'elle.. je sais pas... mais c'était le pont... cet embranchement... il pouvait se faire qu'à travers ça (les contes) à travers ces moments où on avait cette heure par semaine (...) elle et moi dans mon espace clos, confidentiel, bienveillant, où je n'allais pas la juger, où je n'allais pas lui demander... elle pouvait même, peut-être qu'elle n'écoutait pas des fois, peut-être qu'elle rêvait, mais je sais pas... donc voilà de voir... je pense que les enfants c'est une bonne manière aussi de nous questionner sur notre pratique et sur cette histoire d'image, d'états dans lesquels on se met parce que a fortiori, je crois qu'il faut pouvoir se mettre dans cet état là avec l'enfant, parce que l'enfant c'est pas un petit adulte qui va s'asseoir qui va dire « alors voilà, avec mon papa, avec ma maman... » et ben non ça se passe pas du tout comme ça... il ne va pas du tout nous donner d'éléments... des fois je n'ai aucun élément extérieur... si les parents ne sont pas à me les donner, c'est certainement pas l'enfant qui va le faire... »

Différence fantôme, imagination, symbole, archétype, etc ?

« Alors partons du fantôme, fantaisie... je dirai que c'est des choses qui me viennent en tête, qui peuvent être justement des hypothèses sur la situation du patient, ou simplement qui me viennent comme ça.. et puis ça... des fois ça repart... mais j'aime bien si je peux les stocker.. parce que souvent c'est des choses qui vont me donner des éléments par la suite... je ne les comprends pas.. pas forcément... je ne sais pas pourquoi j'ai eu cette image là mais.. j'aime bien me dire « tiens c'est pas par hasard si elle est venue »... mais ça... ça vient de moi.. cad dire que des fois c'est aussi à moi que ça appartient ça hein.. ça c'est... ça émerge, tiens est-ce que c'est lié à la personne, est-ce que c'est des éléments qui m'aideront à mieux comprendre la situation de la personne où est-ce que finalement Ca fait juste écho à qqch qui m'appartient... et en général après... des fois je sais pas.. des fois ça m'éclaire.. au bout d'un moment ça me... donc je dirai que c'est proche de la projection... de mettre sur l'autre qqch.. des fois je dois savoir si c'est une projection, un fantôme.. est-ce que c'est une image comme ça, est-ce que c'est qqch que je mets sur l'autre mais qui m'appartient, est-ce que c'est une intuition, qqch que je perçois de l'autre et qui sort sous forme d'image ? voilà... Après il y a les symboles... les symboles c'est vrai qu'en général je les utilise plutôt.. bon ben évidemment quand il y a les contes... mais dans les rêves, c'est là qu'ils m'apparaissent le plus... c'est effectivement la personne qui me raconte un rêve, que je note, et puis on va parler des associations, à quoi ça lui fait penser... etc. et puis tout à coup, voilà, il y a le symbole, il y a cette... cette signification... que des fois je vais chercher dans un dictionnaire, des fois je connais... me donne une définition vaste de ce que ça pourrait signifier pour la personne.. à nouveau... je reprends le symbole du serpent qui peut être très positive comme très négative... comme phallique par exemple.. et puis j'ai tout ça devant moi... et puis je me dis, c'est quoi le serpent pour cette personne... qu'est-ce que ça représente ? ça reste toujours des hypothèses... un rêve c'est extrêmement intime... mais des fois.. en connaissant la personne... en fonction de ce qu'elle me dit... de ses ressentis... je vais mieux cerner... »

Puis après il y a les images archétypales... à nouveau ça c'est qqch que je touche peu parce que c'est vraiment qqch que j'utiliserai plus ou que j'évoque plus lors d'analyse... je les évoque ou elles s'évoquent à moi dans le récit des personnes... des fois dans leur rêve aussi mais... c'est rare que je le mentionne.. des fois avec certains... j'ai eu une patiente avec qui on a pas mal travaillé sur les déesses... euh qui sont effectivement des images archétypales... qui étaient différentes facettes d'elles-mêmes... certaines facettes qui étaient plus douloureuses d'accepter, etc. ça j'ai trouvé que c'était utile et c'était une personne qui était réceptive et intéressée par ça alors je lui ai conseillé un livre là-dessus et après on a pu parler de ces différentes images archétypales... féminines... et là effectivement... il y a l'aspect dans le côté archétype dans l'inconscient collectif... qui est équivalent ou qui est similaire... quelle que soit les cultures et qui regroupe l'espèce humaine... »

A propos du symbole... il est associé à des émotions...

« Oui je pense que ça c'est différent justement, une image du symbole.. une image ça peut être n'importe quoi... le symbole il y a une résonnance... il y a qqch qui... à nouveau, qui entraîne le ha... là il y a qqch, on croche. »

Vous accompagner la personne à mettre du sens pour elle ?

→ prochain entretien...

« C'était très intéressant... »

Premier entretien : J5

« Une image sur laquelle moi je suis en train de travailler ces temps-ci, qui a une certaine histoire et qui apporte du changement dans ma vie disons. Et pis cette image c'est, le résumé, c'est l'image du cheval poisson, voilà. Alors comment je suis arrivée sur l'image du cheval poisson, si je faisais une sorte d'arbre, comment dire, avec toutes les branches possibles, il y a eu les rêves, il y a eu des jeux de sable, il y eu des lectures, il y a une visite de site archéologique où il y avait une stèle avec un cheval poisson, et puis il y a eu des expériences ensuite on pourrait dire d'imagination active ou de... je sais pas moi... transe psychocorporelle... où chaque fois cette image du cheval poisson c'est un peu construite et a apporté qqch en quelque sorte... Alors si je cherche, une des

genèses c'est peut-être dans les rêves, mais je n'ai pas rêvé de cheval poisson, j'ai rêvé de chevaux... mais une fois par exemple c'était un rêve dans lequel je devais faire un pèlerinage, je partais pour un pèlerinage depuis mon lieu de travail, de manière tout à fait inattendue... je jetais ma clé dans les buissons puis je me rendais compte que j'étais partie pour un pèlerinage... à un moment je passais la nuit dans une maison pis je me disais faut que j'écrive une carte postale à ma famille pour les avertir que je suis partie. Je demandais à l'hôtesse de m'offrir une carte postale pour que je puisse les avertir. Pis cette carte postale était très très particulière. Pis je me suis totalement rappelée de cette carte postale, ça fait qu'au réveil je l'ai peinte. C'était un paysage dans lequel il y avait... c'était genre l'atlantique.. fin un océan à l'ouest avec un couché de soleil donc vraiment assez... mais peint avec des couleurs assez flashy, rouge, violet... l'océan des falaises, et pis deux chevaux blanc qui étaient dressés comme ça sur cette falaise. Après j'ai peints en petit format ce tableau. Juste pour me rappeler de ce motif de cette carte postale. Pis ces deux chevaux blancs, comme ça, ça m'avait intriguée, juste devant l'océan comme ça, juste au dessus de l'océan. Et puis... bon il y a eu des rêves de chevaux. Mais il y a eu un autre rêve de cheval blanc alors... disons grosso modo au début de cette année.. où je rêvais qu'une amie avait mis en pension, dans ma maison d'enfance, son cheval blanc qui était dans le salon de mes parents, qui était totalement vide, pis ce cheval était beaucoup trop grand, pis il tournait, il tournait, il tournait, il tournait, il voulait vraiment sortir... Et pis, ouais c'était assez oppressant. Pis cette amie me montrait comment, parce que j'avais un peu peur du cheval, comment le faire arrêter. Elle arrivait pis elle lui mettait la main sur le museau comme ça, pis le cheval se calmait comme ça. Pis elle me disait « regarde tu fais la même chose ». Pis je mettais la main aussi sur le museau comme ça mais je lui disais « oui mais dessous il y a plein de dents ». (rires) Donc après ça, j'ai aussi senti que ce cheval il demandait à avoir un peu plus d'espace pis quand je suis allée faire ma séance de jeu de sable comme expérience personnelle, j'ai amené un cheval blanc qui ressemblait à celui là, pis je l'ai fait vraiment tourner, tourner, tourner, tourner, pour sentir vraiment cette espèce d'énergie qui s'accumulait comme ça. Et pis ensuite zou, il est sorti. Pis ensuite je regardais qu'est-ce qu'il faisait, alors je sais pas il est allé... il y avait une forêt, il y avait.. ça descendait puis ça remontait, pis il allait visiter ce qu'il y avait de l'autre côté... de la rivière, de cette forêt en quelque sorte.. Donc ce cheval blanc il s'est activé comme ça par deux fois... pis comment je suis arrivée sur le cheval poisson ? C'est parce qu'ensuite j'ai lu un livre qui s'appelait « Les animaux dans le chamanisme celtique » de Gilles Wurtz où il décrit toute une série d'animaux qui était traditionnellement... qui avait un rôle particulier chez les celtes. (...) et pis il y a toute une série d'animaux réels, le renard, le chevreuil. Et pis comme lui même il est fils de forestier, il connaît très bien comment vivent vraiment les animaux, c'est très intéressant. Puis une série d'animaux mythologiques celtes. Et parmi les animaux mythologiques, il y a le cheval poisson. Alors moi j'ai lu ça pis j'ai été tout à fait scotchée par cette petite description, il dit « surtout le cheval poisson est un psychopompe, c'est un animal qui aide le processus du mourir, qui est très bienveillant, qui apparaît pour nous aider à mourir sur l'autre rive et que les celtes avait beaucoup d'estime pour ce cheval poisson et qu'il y a toujours beaucoup de douceur dans les rencontres avec le cheval poisson ». Et pis moi j'avais vu une stèle de cheval poisson, en pratiquant justement ce chamanisme celtique en Alsace. Gilles nous avait parlé d'un endroit qui s'appelle le camp de la Burre. C'est un camp gaulois assez extraordinaire parce que, c'est un endroit très très calme, c'est comme une butte, c'est pas difficile d'y aller, il y a encore des piscines sacrées par exemple avec des arbres. Il y a encore la zone où il y avait la forge. Pis en plus c'est une sorte de point de vue. Il y a des très beaux arbres. Fin c'est endroit est très très inspirant. Il a des aussi des murs de protections. Pis il y a des stèles. Alors ce n'est pas les originales, parce qu'ils craignaient les déprédations mais il y a des stèles, qui sont notamment des stèles mortuaire. Pis sur une de ces stèles, il y avait le cheval poisson. Et... moi à l'époque je l'avais photographiée, j'avais trouvé cette stèle très parlante. Ça fait que quand j'ai lu le texte sur le cheval poisson je me suis dit « Ah mais bien sur c'est celui de la stèle devant laquelle je suis restée, qui m'avait touchée » Alors après j'ai cherché sur internet cette stèle, je l'ai recopiée.. Et pis j'ai fait un tableau avec des chevaux poisson. (a pris avec elle les images sur son téléphone). Pour donner de la vie à ce cheval poisson, je me suis dit, je vais faire un tableau maintenant. Parce que le cheval poisson sur la stèle antique, il a la queue comme les grecs font le dauphin. C'est à dire comme une queue de poisson mais en fait c'est un dauphin... les dauphins en mosaïque grecque c'est aussi comme ça. Et pis par contre dans le livre de Wurtz, le cheval poisson était debout sur la queue comme une sorte de grande queue de baleine comme ça, le haut du corps sur les vagues et pis la grande queue de baleine qui battait dans le fond comme ça. Pis ça je trouvais que c'était.. ça donnait une image de force rythmique comme ça.. le haut du cheval était un peu nerveux et pis le bas du poisson donnait un rythme très très.. très très profond... je trouvais qu'il y avait beaucoup de force la dedans.. alors j'ai dessiné quatre chevaux poissons. Un debout sur sa queue, un peu ployé, un vraiment comme sur la stèle, et puis il y avait plusieurs phase intermédiaire de la manière d'être un cheval poisson quoi. Alors ça j'ai fait ce tableau, alors quand je fais un tableaux ça prend un temps fou pour sécher donc ça me prend des semaines et des semaines parce que je peins seulement en we dans mon chalet alors.. voilà... pis c'est de la peinture à l'huile alors c'est pas sec, enfin etc. donc tout ça ça m'a promené un immense moment... Et pis la dernière chose que j'ai fait aussi pour comprendre comment il s'était construit, au fond je sais pas pourquoi au fait. Une autre fois quand j'étais en jeu de sable avec ce même collègue avec qui je fais mon expérience, j'ai amené une figurine, que je trouvais que c'était ce cheval blanc qui ressemblait vraiment. Pis... j'ai regardé un peu ce qui venait je sais pas comment dire, pis j'ai modelé des vagues très rapidement et facilement. En fait j'ai transformé le jeu de sable en champ de vague un petit peu, comme ça, comme de rouleaux dessus, avec la petite crête dessus, toute blanche comme ça. Pis le cheval était aussi loin qu'il pouvait disons en gardant son équilibre sur la terre ferme comme ça face aux vagues. Pis c'est resté comme ça un moment, pis j'avais vraiment l'impression qu'il y avait deux énergies comme ça. Pis ensuite j'ai pris un petit beluga blanc (j'ai aussi la photo). Ce beluga était sur une crête, pis le cheval et le beluga était à une certaine distance. Et c'était comme si ils se parlaient mais je sais pas trop ce qu'ils se disaient comme ça. Alors il y avait une sorte de mystère on ne savait vraiment qu'est ce qu'ils se disaient et comment ils allaient faire pour devenir un cheval poisson en fin de compte. Mais ce jeu de sable m'a aussi beaucoup beaucoup beaucoup... j'ai trouvé qu'il était très fort. Et la dernière utilisation que j'en ai faite disons... c'était que je suis allée faire un week end de ressourcement à Ovrone. J'ai fait une séance de watsu. Qui est du shiatsu dans l'eau. Avec un monsieur dont j'avais entendu parler par une patiente qui avait fait une séance de watsu extraordinaire pis j'avais retenu ce nom et je m'étais dit ah tiens il faudra que j'essaye aussi. Pis le watsu, vous êtes dans l'eau, on vous plie, on vous déplie, je sais pas comment dire, c'est très fœtal, on vous... on vit des tas de retournement les yeux fermés pendant 45 minutes. On ne sais plus du tout où l'on est. On flotte. On est manœuvré mais d'une manière très très physiologiquement adéquate. Pis pendant toutes ces 45 minutes j'étais dans l'eau avec le cheval poisson, je posais ma tête sur son encolure, le cheval poisson traversais le lac léman, il arrivait de l'autre côté qui était un peu le pays des morts, je voyais mon père qui est mort avec son cheval poisson. C'était une très très belle transe disons, en quelque sorte. Alors depuis là. Ça c'était un peu un sommet, le cheval poisson est plutôt là en filigrane, mais je me suis rendue compte qu'il m'avait permis... une qualité de lâcher prise beaucoup plus grande. Déjà réussir à me lâcher prise pendant ce watsu, avec ce monsieur que je ne connaissais pas, je pensais pas que je serais vraiment capable de me laisser aller, de me laisser porter. Je me suis très très bien laissée porter, j'étais très contente. Et après ça, je dirai au niveau de ma sensualité, ça m'a apporté une qualité de lâcher prise que j'avais pas encore connue. Alors maintenant c'est une sorte de.. voilà je vais peut être voir le cheval poisson brièvement avant de m'endormir pour me laisser aller dans le sommeil Chaque fois qu'il faut me laisser aller dans quelque chose, je vais pouvoir éventuellement penser à l'encolure de ce cheval poisson puis on ne sait pas trop ensuite ce qui va se passer. C'est ça que je dirai de mon expérience. »

Pour bien comprendre le processus, vous disiez dans le 1^{er} jeu de sable vous avez dit « je visualisais les forêts, les montages »... « Ah, ben c'est à dire que ben, je savais que ce cheval du rêve il avait envie de courir quelque part mais je ne savais pas où, donc.. au début du jeu de sable il y avait simplement le cheval qui tournait au centre, comme ça. Pis quand ça été fini, il est parti, pis alors j'ai créer le paysage de jeu de sable qui lui convenait. C'est à dire, je me disais, qu'est-ce qu'il veut ce cheval maintenant ? A ben là il y a des arbres, ok, pis là ça descend, pis après la ça remonte... donc si c'était comme si je suivais un petit peu le cheval dans ce qu'il était en train de découvrir, pis j'ai fabriqué le paysage qui ressemblait à son expérience. Jusqu'à ce que je sente que ça s'arrêtait, il était arrivé de l'autre côté comme ça... Pis, il pouvait éventuellement continuer... donc, en fait, j'avais pas l'idée au départ de ce que j'allais mettre dans le jeu de sable. Un jeu de sable c'est... quand une partie s'enclenche ça appelle la suite mais on ne sait pas vraiment ce qu'on va faire avec nos mains et ces figurines. Donc en fait, c'est un peu ça qui s'est passé. Je voulais vivre l'expérience. Ca je savais, je voulais faire courir ce cheval dans le jeu de sable jusqu'à ce qu'il se passe qqch. Surtout que l'amie du rêve qui avait mis son cheval etc. était une praticienne de jeu de sable, donc je me disais que c'était assez adéquat. Et pis, justement quand il est parti, c'était un petit peu comme si je voyais avec ses yeux ce qu'il était un peu en train de faire, pis j'ai créé un peu ce paysage, j'ai mis des arbres, j'ai creuser un petit vallonement, pis j'ai creuser un autre petit vallonement, pis je sentais ouais il a envie de se cacher, mais il a quand même envie d'avoir du dégagement... donc petit à petit j'ai créer une forêt qui lui convenait. A la fin il y avait un arbre avec des fruits colorés. Et pis là il se sentait bien donc on s'est arrêté la quoi. »

J'ai de la chance vous pratiquez les trois, jeu de sable, chamanisme, hypnose, peut-être que vous pouvez me dire les liens, ce que vous faites... Vous appelez ça une transe quand vous pratiquez le jeu de sable ?

« Alors c'est vrai que j'ai tendance à appeler ça de la transe dans tous les cas. Je sais que... oh je pourrais appeler ça comme jungienne classique, moi j'aurais appelé ça une imagination active. Mais comme j'ai appris l'hypnose avant Jung, je continue à appeler ça une transe, parce que je pense que c'est une sorte d'état modifié de conscience. Les caractéristiques sont un peu différentes... mais dans le jeu de sable et dans l'hypnose, je trouve qu'il y a un branchement corporel des 5 sens qui est très fort. Plus que dans une imagination active... ou juste une imagination... En tous cas le jeu de sable, puisqu'on fait dans le sable, avec les mains, qu'on sent le rythme à l'intérieur du corps, les images viennent, elles sont plus colorées par les 5 sens je dirai comme ça... Ouais il y a des fois j'ai essayé de réfléchir... au début je trouvais que la transe hypnotique était plus corporelle.. puis après j'ai fait le voyage chamanique... pis je me disais « non, le voyage chamanique c'est aussi extrêmement corporel... » Donc je sais plus très bien la différence maintenant je dois dire... et puis aussi des fois on arrive pas à un niveau d'implication comme celui qu'on voudrait. Euh... on arrive pas forcément à un niveau d'implication toujours très profond ou très physique. Des fois c'est des trances plus légères où il y a plus de contrôle de l'esprit... on sait pas vraiment non plus à l'avance si on va faire un voyage plus ou moins profond... »

Pour une ou toutes les méthodes ? → pour toutes

En tant que thérapeute ?

« Je leur demande d'imaginer avec leurs mains, de laisser aller leurs mains, de ne pas trop focaliser sur les figurines. Mais certaines personnes fonctionnent quand même beaucoup avec les images et touchent très peu le sable au début puis ensuite d'avantage... Donc, en général je leur demande de faire ce qui vient, certains parlent, certains ne parlent pas. Et puis ensuite on dit « ben voilà, imaginez que tout ce que vous avez mis en place c'est dans votre propre corps. Où est ce que vous le sentez ? Par exemple, ce cheval où est-ce que vous le sentez à l'intérieur de vous, dans quelle partie du corps ? Il est en dialogue avec cette forêt, comment vous sentez cette forêt ? Donc on incorpore vraiment.. on interprète très peu un jeu de sable.. beaucoup moins encore qu'un rêve... simplement on raisonne à deux là-dessus... il est comme ci... pis moi je dis « ah oui j'ai vu ça.. » l'autre « ah oui j'ai vu ci » Donc on va un peu raisonner les deux mais on ne va pas interpréter. Je trouve que c'est bien de se l'incorporer. Effectivement les personnes sont invitées à sentir comment ça prend place dans leur corps. Pis des fois aussi, si elles ont fait un mouvement très caractéristique pour former le sable, je leur demande de le refaire par exemple. Pis de sentir ce que ça leur fait. Voilà justement cet après-midi il y avait quelqu'un qui avait une raie Manta, qui faisait des mouvements comme ça. Pis elle lui a fait le sable comme ça. Pis j'ai dit mais..., au moment où elle était assise, « ben refaisons peut-être ces mouvements pis sentez comment ça joue en vous... des choses comme ça. Ca dépend, mais pour certaines personnes justement qui sont moins à l'aise avec le sable.. pis faut vraiment qu'elle pose les trucs pis qu'elle touche très peu... ben on va... on va parler comment se sent cette princesse... ce qui est accessible, quoi... »

Vous pensez qu'elles entrent quand même en ECM ?

« Je pense, parce qu'elles sont toujours surprises, quand même... de dire fin « je pensais pas que ça allait donner ça » ou « c'est étonnant de le voir comme ça » Donc je pense qu'elles ont dû être un peu en état de conscience modifié parce qu'elles l'ont fait sans vraiment se rendre compte de ce qu'elles faisaient. Et pis peut-être que moi j'induis ça dans le sens que, comme je sais pas du tout de quoi il s'agit pendant que la personne fait son jeu de sable, surtout si elle ne parle pas, j'essaye de sentir en moi ce que ça fait... pis je note aussi... par exemple des fois elles posent un truc pis moi ça fait « han... » un afflux de peur par exemple. Alors j'ai mis « peur » ou « resserrement » ou alors elles mettent une figurine pis je sens un soulagement, alors je note juste entre parenthèse « carré » parce que ça c'est moi « soulagement ». Mais du fait que je me laisse vivre le truc, je pense que ça doit miroiter quand même chez l'autre une autorisation... j'espère en tout cas... à accéder à ça... pis quand on fait les exemples ensuite vers la fin... ben des fois je regarde un petit peu... pis qu'est-ce que... c'est tel personnage qui m'a fait moi éprouver un tel soulagement par exemple... pis je regarde si ça correspond à l'expérience ou pas du tout... c'est juste pour moi vivre un truc aussi pis être aussi dans mon ressenti, pour l'appeler à être dans le sien. »

Comment on rentre dans l'imagination active ?

→ jeu de sable : la personne va mettre les mains → hypnose : induction cénesthésique

→ « la personne va déjà mettre les mains... pis des fois déjà là elle dit « han... il est frais » « oh mais ça me rappelle ». Très souvent c'est « ça me rappelle... quand j'étais petite etc. ». Donc moi je pense que l'induction cénesthésique elle se fait par le toucher. Sauf qu'il y a des personnes justement qui ne touchent pas mais peut être je pense elles doivent être capturée par une figurine... (visuel) en disant « euh mais cette fée, avec ses ailes... » etc. et puis le fait de la poser, le fait de la poser c'est tout à fait différent de dire « ah une fée... je me verrais bien en fée, etc. » Si vous la posez, il se passe vraiment qqch si on la pose lentement. »

Sinon l'imagination active vous la pratiquez comment ?

→ « Ben des fois ça peut être que la personne raconte qqch pis... pis ça va être « ben tiens imaginez vous ça maintenant un moment » fin... « installez-vous... », donc je vais plutôt la faire se relaxer, fin sentir les points d'appui, sentir sa respiration, puis ensuite laisser les images venir, bon ben... par exemple aujourd'hui il y avait quelqu'un qui m'a dit « c'est un conte de fée... fin j'ai fait un conte de fée... ». J'ai dit, « tiens ben imaginez... il raconte quoi ce conte de fée ? » Donc là je suppose que c'était en imagination active, assise sur le fauteuil qu'elle a... elle avait posé des figurines mais ça aurait pu être aussi simplement qu'elle parlait de qqch... et pis elle... il lui est venu un petit peu quel compte ça aurait été... qu'est-ce que ça racontait en quelque sorte... après le jeu de sable... parce qu'elle a dit que ce qu'elle avait fait c'était très « conte de fée », elle a dit « en fait j'ai fait un paysage de conte de fée... ». J'ai dit « ah ben ça c'est chouette. Qu'est-ce qu'il raconte votre paysage de conte de fée ? ». Elle en avait pas la moindre idée. Alors on a fait un peu une imagination active pour voir qu'est-ce qui... si j'ose dire... « qu'est-ce qu'il avait dans le ventre son conte de fée... » même si c'est pas terminé... ouais ça lui a donnée des indices sur la quête dont il s'agissait en quelque sorte. Donc... ça dépend beaucoup des situations. Il y a des personnes, elles ont plutôt besoin d'être ancrées dans le moment présent, etc. Mais d'autres personnes, par exemple pour travailler sur un rêve pénible... on peut aussi faire une imagination active où on revit le rêve quelques fois... fin... on répète le rêve plusieurs fois jusqu'à ce qu'une imagination active s'enclenche qui donne une autre fin au rêve ou qui le fait continuer... ça peut être une technique par exemple si quelqu'un est très oppressé par un rêve... Je fais pas beaucoup de différence avec ce que ça serait un voyage hypnotique la dessus. Parce qu'en général on commence quand même toujours par une relaxation si vraiment on veut aller regarder qqch de plus près. Mais des fois ça peut être simplement « oh pis comment vous sentez votre rêve maintenant ? » Pis on va partir des sensations du ventre maintenant par exemple... si la personne dit qu'elle se sent coincée par exemple... »

C'est votre technique → c'est la technique des analystes jungiens qui travaillent avec le psychocorporel

Vous en connaissez beaucoup ? → Je dirai que ça intéresse pas mal de monde, notamment dans le milieu du jeu de sable où il y a cet aspect matériel, corporel.

« Et pis certains d'entre nous gravitent autour des milieux de la méditation ou autour des milieux de... maintenant il y a le « somatic experiencing » qui est une méthode assez géniale. »

J5 pense que imagination active et transe hypnotique c'est la même chose. Ce que pense aussi une des personnes du comité de sélection de l'institut jung qui a également fait la formation d'hypnose réservée au psychologue.

« Je trouve que « imagination active »... alors je sais que c'est « actif » mais ça fait un petit peu... on me dira l'hypnose aussi. Mais « transe »... la transe c'est vraiment le corps pour moi. C'est dans la danse, c'est dans le mouvement, c'est dans le contact avec le sol... pour moi c'est un peu ça la transe. Tandis que imagination active ça risque de faire un peu trop « je décolle ». Pis si c'est juste d'être sur son fauteuil, pis de s'imaginer un conte de fée, pis revenir dans sa vie, pis c'est toujours la merde, j'm'excuse, ça sert à rien »

« Je trouve que « imagination » disons on va plus dans les nuages comme vocabulaire. Mais c'est actif. Et pis si je sais ce que Jung en a dit, il a dit c'est « auseinandersetzung ». On se coltine avec le matériel de l'inconscient, on lui fait rendre gorge, on lui demande de s'expliquer à ce personnage qui apparaît. On s'engage. Donc en fait c'est qqch qui est quand même aussi très très... très actif. Simplement le mot, je trouve peut-être même qu'il fait un peu suranné. C'est peut-être pour ça aussi que je l'emploie pas. »

D'où viendrait une image comme celle du « cheval-poisson » ?

→ chamanisme esprit, hypnose neuroscience, jung inconscient.

« Ce qu'il y a de chamanique c'est que j'ai vraiment l'impression de dialoguer avec ce cheval poisson et qu'il m'apprend qqch et qu'il est une sorte d'instance bienveillante comme ça sur quoi je peux compter. Ça c'est l'aspect chamanique. Ensuite ce qu'il y a de très jungien c'est que je fais très très confiance aux rêves. Et le fait que ces images soient venues d'abord en rêve... Fin je me dis qu'il y a une logique dans l'inconscient. Donc le fait que ces images m'aient touchée quand j'ai visité ce site, que j'ai rêvé de ça. Donc je sais que ça vient de là d'où ça doit venir. L'inconscient ça me donne plutôt confiance que c'est le moment pour ma vie à moi que c'est le moment pour ma vie à moi de me brancher là dessus parce que j'ai qqch à apprendre. Je sais pas comment dire. Ça me sert de boussole. C'est un peu ça. Moi je pense... c'est quand même l'inconscient qui est la première référence pour moi. Mais un inconscient qui doit s'assimiler avec la sagesse du monde qq part. Et pis justement une image... bon ben ouais j'têtré en parlant de l'imagination active... je trouve ça donne un peu trop l'idée que c'est superficiel. Mais c'est sage de parler d'image parce que c'est neutre mais... que c'est une réalité de surface disons... Et pis c'est vrai que... ben moi ce que je dirais peut-être... comment je verrai une image ? Je pense que c'est quand même une interface entre une réalité et une autre. Alors l'image elle a accès au plan de l'inconscient et de la multiplicité des significations, etc, etc. et ben l'autre face elle a accès à ma vie à moi en quelques sortes. Pis ce serait comme un relais entre deux sortes de réalités. Pis grâce à l'image je peux recevoir un nouvel aspect dans ma vie en quelque sorte, qui vient de plus profond que moi.. je sais pas comment dire... mais je vais ensuite l'interpréter de manière très très personnelle et pis qqn d'autre qui travaille avec le cheval poisson il fera une autre expérience. Et pis je crois que ça c'est aussi chamanique parce que pour eux chaque animal, ou je sais pas quoi enseigne qq chose de différent à chaque personne. Une personne peut travailler avec le même ours mais qui va lui apprendre à l'un à être un guérisseur, à l'autre à avoir des visions, le troisième... Et ce sera pas à chaque fois l'ours c'est ça que ça veut dire.. je sais pas comment dire... Donc ouais moi je dirai peut-être pour moi une image est une interface. Je pense à quelque chose comme ça. Elle est... c'est un connecteur... »

L'autre réalité, ce serait quoi pour vous ?

« Ça peut être... Ça peut être déjà l'inconscient, l'inconscient collectif, ça peut être... ouais j'aurais de la peine à l'appeler... pour les chamanes c'est facile fin, c'est facile pour eux, il y a les trois mondes, etc. Donc c'est la réalité non ordinaire du monde d'en haut, du monde d'en bas ou du monde du milieu. Comment est-ce que j'imagine ce monde ? Je crois que je l'imagine pas tellement (moi : c'est aussi une réponse). Je suis contente de me sentir branchée là dessus par moment. Voilà. Et pis par moment moins branchée mais je sais que ça continue à exister en qq sorte. »

« C'est un peu gênant mais si je me prépare à faire l'amour je vais pouvoir par exemple, si j'ai un moment de calme sur mon lit ou comme ça... je vais laisser venir par exemple cette image là parce que je sais qu'elle va m'aider à vraiment me laisser aller très profondément... ou quand je suis très fatiguée le soir aussi... je vais m'imaginer que je m'endors... la prochaine chose que j'aimerais figurer c'est « avoir les bras autour du cheval poisson pis se laisser emporter dans les vagues en quelque sorte... il y a un sentiment à la fois de très grande sécurité, que c'est pas nous qu'on fait le mouvement... qu'on est porté, que ça avance... et pis qu'il y a beaucoup de bonté dans l'œil de ce cheval. Alors des fois je me figurerais un l'œil de ce cheval qui me regarde avec beaucoup... beaucoup de compréhension. Qqch comme ça... alors pour le moment je n'ai pas besoin de m'acheter de figurine ou

je sais pas trop quoi. J'ai fait ce tableau qui est dans mon chalet et quand je monte je vois ce tableau, je sais pas encore très bien ce que je vais en faire... »

Vous faites régulièrement des tableaux → « oui j'ai pris cette habitude dans mon analyse. Au début je n'osais pas parce que je pensais savais pas peindre. Au début c'est aussi par le néo-chamanisme que j'ai commencé quand même à peindre parce que dans un voyage purement néo-chamanique, les esprits m'avaient conseillé de faire de la peinture comme les autochtones en faisant les petits points avec un bâtonnet. Pis je me suis dit « je sais faire » même quand on ne sait rien faire on sait planter un bâton de bois dans de la peinture pis en mettre sur une surface. Alors au début j'ai commencé comme ça... (...)

J'avais un analyste qui était très... les images c'était vraiment un médium qui connaissait très très bien, il était à l'aise, il savait bien lire les images et pis... pour lui aussi c'était important... donc il a très bien encouragé mes premières tentatives... j'ai pris l'habitude d'amener... alors au début je peignais un peu dans le style autochtone justement. Je faisais ces sortes de formes géométriques, ces vagues... ça signifiait une chose ou l'autre... comme le fait d'amener ces tableaux en analyse a été très bien reçu, ça m'a aidé à voir des choses, ça m'a donné confiance. Alors j'ai pris l'habitude de peindre des rêves ensuite. Au début je le faisais à l'acrylique don ça allait assez vite pis après je me suis mis à l'huile... c'était tout un processus parce que je me disais que ce que je faisais n'était pas assez beau pour acheter de la peinture à l'huile qui est chère... que c'était pas de l'art. Pis au début aussi quand j'avais fini de travailler un tableau, ben je repeignais dessus pour ne pas racher une toile, pis je faisais le suivant... je sais pas comment dire... pis après je me suis dit « non il faut les respecter, fin... il faut les garder... tu mérites de les faire à l'huile... donc il y a la temporalité qui s'en est mêlée vu qu'elle sèche extrêmement lentement... Voilà. Donc en fait, peindre les choses, c'est qqch que j'ai appris dans mon analyse et je continue à le faire par ce que je trouve que c'est... ça élève le sujet au dessus de lui-même un petit peu ou bien alors au contraire, ça va me rappeler, même si c'est très maladroit, qqch un petit peu de l'énergie qui m'avait touché dans ce rêve là pis tant que ce rêve-là est actif ou que ça reste actif... ben je garde le tableau pis après... je le mets dans une armoire ou de temps en temps, justement je repeins quand même dessus, surtout si ça a pas réussi à capturer ce que je voulais... ben je vais le noircir et pis je vais refaire... je peins toujours sur des fonds noirs... parce que aussi à cause des tableaux autochtones au départ c'est comme ça... je noircis d'abord la toile pis après je peins dessus. Je fais presque jamais à partir d'une toile blanche. Mais je rêve aussi... pratiquement tous mes rêves se passent de nuit alors... ça va bien. »

On regarde les photos des tableaux, jeux de sable avec cheval, esquisse de la stèle, sur natel. Accepterait de me les prêter pour mon travail.

Je lui dis que beaucoup de personnes me disent devoir réfléchir parce qu'il y a encore comme une âme dans le tableau... → « oui c'est encore vivant » → Ca pourrait rendre vulnérable → « c'est vrai qu'il ne faut pas que ce soit un contenu qui est actif en ce moment ci ».

A été prof de grec ancien, me le dit, en m'expliquant que c'est comme ça qu'elle sait que les grecs dessinaient les queues de dauphins, en décrivant celle du cheval poisson sur l'esquisse de la stèle.

Vous dites, c'est une image qui est plutôt en fin d'activation (vous ne dites pas que c'est un esprit qui est là)?

« Ben j'sais pas comment dire.. Moi j'ai l'impression. Comme elles viennent quand même pour moi de l'inconscient, ben l'inconscient nous propose un thème, le thème nous accroche, il grandit, fin j'veux dire, il devient... il s'enrichit, il s'enrichit... il s'arrondit, il s'arrondit, il prend un peu sa forme, pas vraiment définitive, mais.. il prend sa forme et pis petit à petit il descend. Pis en même temps, il y a d'autres images qui sont sorties de l'inconscient qui retiennent notre attention. Alors chamaniquement, je ne sais pas ce que ça donnerait. Mais j'imagine que sûrement il y a des chamanes qui diraient « j'ai travaillé avec le renard et pis maintenant je travaille plutôt avec l'aigle.. » Au fond ça doit être un peu la même chose. Pis l'autre reste dans le registre de base, mais c'est pas lui qui sort lors des voyages. Il s'active pas. C'est un peu comme ça. »

« Oui... alors dans ma formulation par rapport à une formulation chamanique, c'est pas assez le cheval poisson qui décide qui se montre à moi ou qui se montre pas à moi. Je pense que chamaniquement on dirait vraiment, là maintenant le cheval poisson est venu me chercher pis m'a dit ça « tu dois t'occuper de ça ma fille » Fin un peu plus ça, tandis que là c'est un peu... comment dire... moi qui sent si ça demande mais je sais que c'est un contact qui est pris. Je sais pas comment dire et pis j'imagine que si je suis confrontée en particulier à la mort ou à la mort de qqn ou comme ça, ben je vais pouvoir... renouer cette relation avec le cheval poisson pour... pour pouvoir penser la mort de cette personne, par exemple... fin pouvoir faire qqch... donc je pense que c'est qqch qui va m'accompagner mais qui sera pas forcément tout le temps très actif.. pis là il est plutôt en decrescendo en ce moment. C'est pour ça que je peux en parler aussi bien. Fin je veux dire parce que j'ai déjà vécu le truc. »

Par contre quand vous parlez le voyage chamanique, vous parlez des esprits qui vous ont conseillé de → oui. (J'ai commencé à « chamaniser » en 99, pis là aussi j'ai beaucoup chamanisé entre 99 et 2006 et puis progressivement moins. Mais ça reste qqch qui fait partie de ma vie mais c'est plutôt justement quand je vais dans la nature où j'ai des lieux ou comme ça mais.. je fais plus beaucoup de stage ou de pratique formelle... bon on a un cercle qui se réunit une fois par mois... mais je vois que ça... ce mode là d'entrer en contact avec le spirituel n'est pas en ce moment là mon mode préférentiel mais ça fait partie de ma manière de vivre. Moi je fais plutôt de la méditation alors voilà c'est plutôt ça. »

Pour vous ces images sont spirituelles (puisque vous employez le terme) ?

→ « Oui, je crois que ça a à voir avec la spiritualité. C'est des dimensions de la spiritualité je pense »

Vous arrivez à en dire un petit peu plus ?

« C'est difficile, qu'est-ce que c'est que le spirituel ?... J'ai l'impression que c'est plutôt chez moi qqch que je sens... c'est une sorte de... c'est qqch qui relie à plus vaste que soi en qq sorte... mais je sais que c'est pas... c'est pas une bonne expression... Mais c'est aussi comme si on était rencontré par qqch du mystère du monde ou de la réalité qui se cache derrière cette réalité-ci qui est relativement restreinte. Pis ce spirituel, fin cette dimension là elle a beaucoup beaucoup de facettes qui peuvent entrer en contact avec nous, jusqu'à ce qu'on sente ce qu'il y a de commun à travers toutes ces leçons qu'on a reçues en qq sortes... dans ce sens là, une image comme ça qui vient de l'inconscient, pour moi... elles sont toujours spirituelles les images qui viennent de l'inconscient... par nature en qq sorte... mais j'aurais de la peine à expliquer ce que c'est... bien sûr je peux rechercher une définition du spirituel... »

« Je peux chercher une définition de l'inconscient bien sûr » → moi : non non ce que vous ressentez. Par nature elle est spirituelle l'image ?

→ « Euh... Parce qu'elle vient de l'inconscient, je sais pas vraiment dire... parce que c'est un message de l'inconscient... parce que c'est une de ses interfaces... donc elle nous relie... si la spiritualité était un cristal avec des tas de facettes, une image, par exemple le cheval poisson va me relier à une facette du spirituel... pis ensuite il y aura d'autres images qui vont me lier à d'autres facettes... pis petit à petit je vais peut-être appréhender qqch de plus global... de toutes ces facettes.. du fait qu'elles sont envoyées par ce cristal en quelques sortes... fin elles sont peut-être pas volontairement envoyées mais qu'elles y relient... elles ont qqch de spirituel... ça fait que ces images... par exemple quand qqn fait un jeu de sable.. moi j'ai un très grand respect... ce jeu de sable il vient de... il a de la valeur... il vient de qqch de profond, de spirituel ultimement... mais si la personne c'est pas du tout son registre d'en parler comme ça, on en parlera pas du tout. »

Exemple du sac à main vide d'une patiente, dans un métro, tout le monde le regarde, émane de ce sac un mystère, image du soi. Sac à main trop plein, n'a plus sa belle forme carrée originelle carrée pour laquelle elle l'avait acheté. Revenir à sa forme à elle (la patiente) plus originelle.

« La supériorité des rêves, c'est qu'on ne peut absolument pas les piloter. Alors ça je trouve génial. Car comme moi justement je sais beaucoup de choses. Quand je fais... si je fais une sorte d'imagination active ou... même un voyage chamanique... il y a des moments... on se demande toujours si c'est nous qu'on est en train de le construire avec les choses qu'on sait par ailleurs ou... on se rends compte... pour finir on sait faire... mais il y a toujours un petit... plus de doute que j'y ai mis pas mal du mien... Tandis que dans un rêve je suis totalement prise au dépourvu, je ne contrôle absolument pas les images, j'ai rien à dire. C'est un morceau tout cru qui me sort en quelque sorte.. Et pis alors donc moi j'ai tendance à leur faire plus confiance pour ce qui est en tout cas de ma guidance dans ma propre vie... parce que je sais que j'ai pas mélangé ça avec toutes mes connaissances. Mais alors pas forcément pour des patients, j'essaye de voir quel est leur instrument préférentiel un petit peu... il y en a qui ne rêve pas du tout, alors ben voilà, on s'en passe, il y en a qui ne font pas de jeux de sable, il y en a c'est en parlant des films qui les ont touchés qu'on arrive à savoir quels sont les symboles qui sont actuellement actifs dans leur vie. Simplement en parlant des films qu'ils ont aimé.. Voilà mais pour ma vie à moi je trouve... le rêve c'est l'outil numéro un. Je fais très très confiance à mes rêves. J'aime énormément les rêves. C'est un peu ma spécialité en quelques sortes. Justement à cause de ce côté non fabriqué, non trafiqué, surprenant. Cela dit, évidemment, comme j'ai dit du jeu de sable du cheval avec le paysage, je me suis laissée surprendre, je savais pas que c'est ce paysage qui allait venir une fois que le cheval avait couru comme ça. Donc il y a aussi cet élément chaque fois d'être rencontré par quelque chose. Pis dans les voyages chamaniques aussi, il y a eu des voyages vraiment extrêmement profond où j'ai été totalement prise par surprise de tout ce qui se passait. Pis d'autres qui étaient plus mélangés comme ça... où je devais... réactiver... mon engagement pour redescendre dans une expérience un peu plus profonde. »

Par rapport à l'hypnose ?

« Au début de ma pratique de l'hypnose j'ai aussi eu cet effet très fort de surprise. J'avais surtout cet effet par rapport aux sensations. Maintenant j'ai surtout, je sais pas comment dire, il y a ces petits mouvements idéo-moteurs qui se font, pis on les sent se faire, pis c'est tout à fait indéniable qu'on sent, par exemple, que ça veut se tordre comme ça ou que ça veut se lever. C'est très très intéressant. Mais par rapport aux images, je sens moins... je sens plus le mélange avec mes pensées ordinaires, etc. Mais là je me laisse quand même « bluffer » par la force d'apparition alors plutôt des sensations, ces petits signes idéomoteurs comme ça. »

Jamais pris de psychotropes, a été attirée mais ça lui a fait trop peur. C'est simplement le battement du tambour qui génère le voyage.

« C'est beaucoup une question d'inspiration en fait, mon travail, mon plaisir de vivre, comme vous avez dit aussi pour faire la thèse. Disons, c'est une question d'inspiration, de sentir qu'on est inspiré. Et je cherche à me sentir inspirée dans ce que je fais, donc je pratique ces techniques là pour me connecter à mon inspiration aussi.. Fin pour sentir que je suis sur ma voie de vie, et qu'il y a de la libido, qu'il y a du jus de vie qui monte pour ces choses là. Voilà, c'est ça qui m'intéresse. Pis chez mes patients, ce que je souhaite aussi c'est remettre chez eux en route c'te machine qui... a envie de vivre... fin cette libido qui coule, qui les mène qq part, qu'ils puissent faire confiance à leur psyché, à leur âme, à leur vie, qqch comme ça. Donc c'est ce que je cherche pour moi, c'est ce que je cherche aussi pour eux quoi... »

Les images, les ECM... « c'est des transformateurs » → « je préfère parler de symbole que d'image » → pas de d'archétypes ? → « non pas trop »

→ peinture de sable navajo (action des images, sans leur donner du sens, connexion avec...)

« J'avais lu un livre sur les peintures de sables des Navajo. Là dedans ils disaient les symboles se comportent comme des transformateurs. Parce qu'en plus les personnes devaient s'asseoir sur ces peintures de sables. Donc un symbole c'est un transformateur. C'est ce que j'essayais d'expliquer avec cette interface des images. « Symbolon » ça veut dire réunir, donc ça veut dire deux faces qu'on réunit. Et dans ces deux faces, il y a une face tout à fait concrète de la vie de matérielle. Et il y a une face de significations et de sens, c'est ça. Donc un symbole, il y a à la fois une face de signification. Alors peut-être ça serait celle qui serait en lien avec des archétypes, avec tout un corpus de sens. Pis de l'autre côté il y a un aspect tout à fait concret qui est appelé à s'incarner dans notre vie.

Et donc ce symbole il a la capacité de faire passer un élément du monde du sens dans la réalité en quelque sorte. Ou de donner du sens à notre réalité. J'allais dire de sublimer notre réalité en l'élevant sur le plan du sens. Et c'est un moment de rencontre en fait entre deux aspects de la vie. Par exemple la vie de la personne qui vient avec son problème puis tout à coup un sens s'y met. Pis ça c'est un moment symbolique. Donc les symboles que les patients peuvent rencontrer dans leur parcours, agissent comme des transformateurs dans leur vie... pour injecter... ben par exemple j'ai une patiente qui a une maladie.. on ne sait pas du tout laquelle c'est... ça a l'air d'être une sorte d'épilepsie. Ça s'aggrave mais on ne sait pas ce que c'est. Pis elle a été très très touchée vraiment par la vache. Mais vraiment des dans des prés, elle a vu vèler une vache dans un pré, elle a rêvé d'une vache qui était épuisée après avoir mis bas. Et alors vraiment sur le plan totalement concret... moi je l'engage à aller se promener, à voir les vaches, à les toucher... Et puis, elle vient de la campagne, alors elle a vraiment un sens très très concret. Pis en même temps le symbole de la vache de sagesse, de la mère de toute chose. Je sens qu'il est extrêmement réparateur pour cette patiente. De temps en temps on fait des séances d'hypnoses où elle rencontre la grande vache, etc. Et j'ai l'impression vraiment que ça la répare. Alors peut être pas sur le plan de sa santé, mais sur le plan de supporter cette épreuve de vie. Mais ça serait pas si efficace si elle n'allait pas voir des vraies vaches, si si elle ne savait pas ce que c'est qu'une vache, comment elle vèle, comment elle s'occupe du petit. Tout ça ça donne de la chair et de la matière à son expérience. Je trouve. C'est très important. »

« Alors pour moi les archétypes justement je trouve un petit peu trop abstrait mais je pense que ça doit être des sortes de centrales d'énergies d'où sort une image simplement... fin voilà ça ne m'intéresse pas trop, fin parce que c'est... ce qui compte c'est comment il apparaît à la personne, pis comment la personne s'en saisit pis qu'est-ce qu'elle en fait. Mais ce serait peut-être la source de cette énergie du symbole... (...) je sais pas, l'archétype maternel pour la vache par exemple... »

Je trouve qu'il y a beaucoup de malentendu... quand on parle d'archétype les gens croient que c'est une chose, par exemple une super vache. Mais en fait un archétype... moi je suis très... dans ce sens là je suis très kantienne quoi, c'est une forme vide. C'est à dire un archétype c'est une forme d'expérience possible. C'est une manière de se relier au monde possible, qui a été préformée par tout ce que l'humanité a vécu de... par exemple l'archétype maternel c'est une manière de se relier à qqch comme un enfant, ou qqn qu'on maternise comme un enfant, selon un certain mode de prendre soin caractéristique qui correspond à toutes les expériences de maternité animales et humaines et toutes les légendes sur la mère qui ont pu se succéder pendant toute l'histoire de l'humanité. Tout ça fait comme un moule, un petit peu, qui peut donner une forme à notre vécu. Alors nous on a notre vécu, on devient mère par exemple, ben l'archétype de la mère peut donner une certaine forme à cette expérience brute que l'on vit. Mais pour moi c'est une forme vide. Pis les gens croient toujours que c'est une espèce de chose qui vit dans un autre monde et pis qui... ça ne me convient pas. Mais je crois vraiment que c'est ça. Si on lit les textes de Jung, il différencie l'archétype de l'image archétypale. Alors les archétypes les prennent banalement c'est ce que Jung aurait appelé une image archétypale. Alors par exemple, je sais pas moi, Gaïa ou Héra... c'est des mères très différentes. Et pis comme on se l'imagine comme ci, comme ça, pis comme je pourrais la peindre, tout ça c'est des images archétypales qui viennent de ce moule sans fond et sans fatigue, qui n'arrête pas d'engendrer des images, mais c'est juste un moule... et selon que moi j'ai eu une mère comme ci comme ça, que j'ai été touchée par des mères comme ci, comme ça, que j'ai vu des films, que j'ai été maman comme ci, comme ça, ça va formater... ça va mettre la matière individuelle dans cet archétype maternel, ce qui va faire qu'en fin de compte le résultat pourra être assez différent parce que je vais y mettre ma propre matière. Chacun de nous va y mettre sa propre matière. Donc l'archétype c'est vraiment une possibilité de se relier à l'expérience, formatée par des millénaires d'histoires de la vie, mais ça n'a pas de contenu spécifique. C'est à nous d'y mettre chaque fois le contenu de notre propre vie. Pis l'image archétypale c'est son incarnation à telle époque... La vierge marie ce serait une image archétypale à une certaine période de l'archétype maternel »

Et le symbole par rapport à l'image archétypale ?

« Ah mon avis c'est encore plus particulier. Donc il y aurait l'archétype qui serait le plus général un peu comme l'idée de Platon un petit peu, l'image archétypale qui serait son incarnation dans une certaine époque ou une certaine qualité. Pis le symbole serait encore une spécification... on prendrait peut-être l'archétype de la mère, l'image du prendre soin et de nourrir, et puis la vache, mais je sais pas la mère ours, la lionne aussi... ça c'est un maternel important qui est très différent de la vache par exemple... Peut-être un symbole ce serait encore plus précis. Malgré tout ça garde une certaine généralité... pis après ce que moi j'en fais, enfin dans mon rêve, dans mon expérience, dans mes images, c'est encore plus personnalisé... mais ça vient un petit peu de la même origine. Donc moi, personnellement je parle surtout de symbole, voilà. Mais peut-être que j'emploie le mot « symbole » dans le sens où d'autres gens emploieraient le mot « image » ou d'autres gens emploieraient « image archétypique », c'est possible. En tous cas, les archétypes, on a tendance à confondre, à ne pas comprendre que c'est un modèle, un schéma. »

J'explique que j'ai pris le terme image pour le pas dire symbole, métaphore, vision, etc.

Importance pour la patiente d'aller rencontrer sa vache ?

→ « Elle s'est rendue compte que ça l'apaisait, que ça lui donnait de la vitalité, que ça la calmait, que c'était des bons moments, pour sa santé, je sais pas comment dire. Et pis j'ai l'impression que ça nourrit quand même les images de matière. Parce qu'il faut aussi que les images soient nourries avec de la matière réelle. Donc... si... Bon moi je ne peux pas aller voir un cheval poisson, mais je pourrais éventuellement revoir par exemple un film sur les orques pour voir comment ils nagent sous l'eau par exemple... pour sentir de nouveau cette pulsation de la queue. Je pourrais aller voir des chevaux aussi... mais moi j'ai peur des chevaux... ils ont plein de dents (rires)... mais effectivement, je l'ai fait un peu avec le watsu un petit peu... en étant vraiment dans l'eau avec le watsu que j'ai en l'impression de faire une expérience du type cheval poisson. Et je trouve que c'est bien d'ajouter... mais il me semble dans le chamanisme aussi on nous engage à pratiquer cet animal.. à essayer... aussi de le pratiquer dans le concret si on peut... de le faire exister dans notre vie le plus possible quoi... »

Importance de cet aller retour ?

Une image apparaît puis « On va la nourrir dans la réalité et pis ça va donner des autres aspects dans l'imagination, et pis tout ça va permettre de nourrir de libido et de vie, une expérience, puisque c'est des expériences transformatives... ça peut pas se passer uniquement dans l'imagination justement... il faut que cette imagination se concrétise. Donc faire des aller - retours entre la vie courante.. et ensuite on en perçoit mieux le sens en l'imaginant.. ou on regarde... ça fait qu'on sent encore mieux par exemple, je pense la présence de l'animal, de l'avoir vraiment rencontré, senti, regardé... Tout un temps j'ai travaillé avec les moutons, pis alors j'allais le plus possible regarder des moutons. Je m'asseyais pis je regardais comment les moutons faisaient, je regardais s'ils m'approchaient... c'était vraiment important aussi de m'asseoir avec des moutons, etc. pour travailler sur le mouton à une période de ma vie... »

Je relève que c'est presque la même activité que dans le chamanisme mais la grille de lecture est différente, même si l'expérience doit être assez semblable.

Pour Ulla l'avantage du chamanisme c'est de pouvoir lâcher, de s'en remettre à, tandis que si on parle d'inconscient on continue à maîtriser...

→ oui si on reste centré sur le petit moi mais si on s'en remet au grand moi ou au soi. Pour Jung, il y a besoin d'un moi c'est pour qu'il y ait qqn à la maison. Mais dans la deuxième partie de la vie, si on reste centré sur les buts du moi on ne va pas très loin. On se décentre. Le moi devient le serviteur du soi.

Yoland Jacobi. Ça date mais bonne didactique.

Importance du décentrement ET du dialogue (échange sur le fait que c'est plus chamanique ou pas le dialogue, l'hypnose serait peut-être la technique qui met le moins l'accent sur le dialogue et le chamanisme le plus)

→ « Peut-être que s'il y a dialogue c'est il y a vraiment l'impression d'être rencontré par une altérité c'est ça... et donc ce décentrement... et pis ce que j'essayais d'expliquer sous forme « d'effet de surprise », c'est comme si on était quand même comme rencontré par qqch qui ne vient pas de nous. »

A l'heure actuelle, pour J5, l'hypnose et la technique la moins intéressante. Elle est utile parce qu'elle donne plein de moyens. Mais ces moyens ne sont pas assez orientés en vue d'une fin. Importance de l'intention. → « Des fois on a l'impression que pour les hypnothérapeutes que ce soit Dieu ou Diable, on s'en fiche complètement, l'important c'est de faire la manipulation qu'il faut dans le moteur avec le bon outil disons. On peut aussi pratiquer comme ça, de manière très déspiritualisée, très clean comme ça. Pis à ce moment-là ça devient juste un outil. Pis à ce moment-là il y a pas beaucoup de dialogue et d'altérité qui se rencontre je trouve. Dans ce sens-là c'est la technique qui me semble actuellement être la moins profonde. »

Il y a intention curative, non ?

« Dans le chamanisme on se dit vraiment, je sais pas, je vais entrer en contact, je sais pas, avec mon maître du monde du haut... Dans l'intention.. l'intention profonde c'est d'éclairer tel aspects ou de savoir ceci ou de comprendre mieux cela ou de chercher de la guidance pour ça... donc on a vraiment une sorte de vecteur... alors en fait je pense en hypnose aussi parce que l'intention de la personne c'est d'être guérie, d'aller mieux, etc. Mais j'ai pas senti le sens sacré de cette intention, je c'est pas comment dire, c'est plutôt un objectif, je trouve qu'une intention, qqch d'un peu plus.. mais tous les hypnothérapeute ne diraient pas forcément ça... Donc dans ce sens-là, il y a aussi, s'il y a moins d'intention, il y a moins d'altérité, il y a moins de dialogue, il y a moins de ... décentrement... s'il y a moins d'intention.. je sais pas comment dire... j'ai l'impression qu'on reste plus dans le monde de ses propres images.. que ça va moins... ça va plus être j'amplifie mes images, mes ressentis pour voir ce qu'il y a là... mes ressources en quelques sortes... on a peut-être pas un si grand sens de l'altérité et de la surprise. Tandis qu'avec l'inconscient vu qu'il est totalement incompréhensible, qu'il a ses qu'il nous échappe et qu'il a ses propres lois... on est face à une très grande altérité de toutes manières, on ne peut pas le manipuler »

Pour vous l'inconscient il est aussi à l'extérieur ?

→ Il est assez autonome en tous cas, pas vraiment à l'extérieur mais il outrepassé la personnalité. « Ou oui dans le sens que la nature aussi est pétrie de ça. Dans ce sens-là ce serait... la nature est aussi je pense une émergence de l'inconscient ou en contact avec l'inconscient ou une voie d'accès à l'inconscient. Si c'est ça que ça veut dire extérieur, oui. (...) Quand il se montre qqch dans la nature, c'est aussi un message de l'inconscient pour moi. Si tout à coup je vais être attentive à une chose, à observer une chose. Alors pour un chamane ce serait un message du monde des esprits. Mais c'est vrai qu'il est difficile d'être clair sur ces sujets je me rends compte. Je vous ai expliqué comment je ressens les choses mais je ne me sens pas spécialement claire là-dessus. »

Je questionne sur l'icône.

« Ce que je sais sur l'icône c'est que on dit que l'icône c'est pas vous qui la regardez, c'est elle qui vous regarde. (...) » → 3 personnages, vous la regardez, vous êtes le 4^e. A la toute fin de la peinture ils posent la lumière dans le regard, à partir de ce moment-là elle pose son regard sur nous.

« La rationalité c'est sûrement une étape constructive très utile pour pas que ça parte dans tous les sens. Mais après on doit la réenchanter cette construction rationnelle, y remettre de l'inspiration en quelque sorte »

Et les images permettent ça ?

→ « Oui parce qu'elles élargissent, elles surprennent, elles sont colorées, elles sont inspirantes, elles donnent de la joie, de la sensorialité »

« Quand on travaille avec l'inconscient par exemple on peut vraiment faire confiance que les thèmes qui sont nécessaires sortent quand il faut. On doit simplement les repérer, les nourrir et aider la personne à s'y confronter. Voilà quand je reçois qqn je sais un petit peu là où j'imagine, d'après ce qu'il m'a décrit, qu'il pourrait aller. Fin je veux dire ce qu'il est en train de travailler chez moi pis je le garde à l'esprit. Donc j'ai quand même un projet sur lui. Mais sinon dans quel ordre on va y aller, de ce qu'il rêve, de qu'est-ce qu'il fait ou y compris de sa vie quotidienne, de quelles sont les relations les plus conflictuelles, qu'est qui lui arrive, et c'est ça qu'on va travailler en premier. Mais finalement il y a toujours une espèce de logique qui se fait très bien. Et comme ça je fais confiance à mes outils, je sais que, voilà... c'est aussi faire confiance à plus grand que soi comme pour les esprits. Je fais confiance à l'inconscient qui va faire sortir les choses quand il faudra, même s'il peut être très dangereux aussi... je fais confiance au jeu de sable qui va travailler aussi dans le corps de la personne et faire affleurer ce qui est nécessaire... Et pis je sais que c'est des bonnes méthodes que moi je suis un analyste en forme ou pas en forme ou jour x.y.z... et je pense que c'est une petit peu comme un pratiquant chamanique, dans le sens où il sait que les esprits sont au top, sont là... et pis que lui il peut un peu leur faire confiance.. se retirer un peu pour les laisser agir »

Pourquoi ça va se présenter au bon moment pour certaine personne et pas d'autre... comme l'impulsion d'aller se faire aider...

→ question qui reste

« Ben voilà, si je reçois un rapport médical à faire, ben voilà tout ce que je vous ai raconté là... il y en aura peut-être 3% »

Premier entretien : J6

État de conscience modifié → les jungiens disent « on se met dans un état de relaxation », on se met « dans un état autre », « on laisse advenir » mais très peu d'indications de comment on induit cet état chez les jungiens (elle acquiesce).

Pour le jeu de sable certains ont parlé d'une induction cénesthésique...

« Voilà et on laisse faire les mains plutôt que de réfléchir... regarder les figurines... et puis il y a peut-être une figurine qui vous parle, qui a envie de venir vers vous plutôt que d'avoir une idée rationnelle, réfléchie, cognitive... »

Est-ce que vous induisez un état particulier pour que la personne puisse « laisser faire les mains », « se laisser choisir par une figurine » ?

« Pas vraiment mais ça fait partie des séances aussi... donc évidemment c'est pas « bonjour » et puis on se met tout de suite au sable... il y a toujours, on arrive, on doit retrouver une sorte d'osmose entre l'analysant et l'analyste... je sais que pour moi personnellement, chaque fois que je me trouve face à une personne précise... une fois qu'on est installé, il y a qqch qui se passe aussi chez moi... c'est comme si le tiroir du patient s'ouvre et je me retrouve dans ce que nous avons déjà vécu ensemble. Ca

c'est de mon côté, en tant que thérapeute... et je pense que c'est aussi un moment où l'analysant aussi se pose, et on se remet dans cette ambiance pourquoi on est là... et puis on laisse un peu de côté les soucis du quotidien... »

C'est déjà un espace-temps

« Voilà, c'est déjà un lieu, un espace-temps, qui est aussi renforcé par la régularité, la salle... enfin c'est ce contenant dont Jung parle beaucoup... la pièce... c'est quand même un peu ritualisé tout ça... (...) Un monde à part... je dis souvent aux enfants « la différence c'est que moi je ne fais pas partie de ta vie » »

« Et puis bon après avec les adultes... c'est pas tout à fait pareil les enfants les adultes... les enfants c'est beaucoup plus direct et naturel... les adultes... c'est pas à n'importe quel moment qu'on passe au jeu de sable... il y a des gens qui viennent vraiment pour une thérapie par le jeu de sable... mais il y a quand même d'abord toujours... dans chaque séance, on parle un peu... on regarde s'il y a des rêves par rapport au jeu précédent... qu'est-ce qui s'est passé... et puis c'est à un moment donné dans la discussion que on sent que voilà... on a assez parlé, maintenant laissons parler les mains... »

« Voilà donc c'est pas un rituel d'entrée de la même manière, mais il y en a quand même... (...) je sens que l'analysant est prêt, qu'il n'est plus tout à fait uniquement dans la tête... il y a des séances où des personnes où... je dis très rarement ou jamais « on va mettre ça dans le sable » mais j'essaye... mais c'est difficile pour un adulte... « Exprimez cet état émotionnel dans lequel vous êtes maintenant » ça oui, ça, ça peut arriver... »

« Alors justement on est à deux niveaux... mais ça aussi ça dépend beaucoup des gens... il y a des gens qui sont vraiment avec eux-mêmes et puis les mains qui travaillent et puis on sait pas trop où est la tête mais c'est très bien comme ça... et il y a des gens qui ont plus de peine... et j'ai vu avec les adultes... certains ils ont besoin de parler beaucoup... même s'ils ne parlent pas de ce que font les mains... mais j'ai l'impression qu'il faut que je garde cette discussion à flot, pour que les mains puissent travailler tranquillement... »

→ donc pas observer ce qui se passe → « oui ça dépend vraiment des gens »

Est-ce que vous avez une expérience, une image, un jeu de sable ?

« Oui oui je parle d'image » (à propos du résultat du jeu de sable)

« Ce qui me vient là spontanément, c'est l'image d'un rêve qui a été un tournant dans ma vie... ce qui me vient aussi mais c'est pas dans le jeu de sable... c'est très vieux, je suis un peu vieille... je ne me rappelle même plus le contexte, même avant l'institut, même avant le jeu de sable... et j'aurais de la peine à vous décrire l'image mais je me rappelle on travaillait avec un carton, une boîte, un carton de chaussure... et on avait... représenté l'intérieur et l'extérieur... mais si vous avez besoin que je vous décrive cette image je n'arriverai pas... simplement je me rappelle de l'effet que ça a fait... là où j'ai vraiment vécu « il y a un intérieur et un extérieur... et ce qu'il y a à l'intérieur ne correspond peut-être pas du tout à ce que moi je pensais être le tout... » »

« Ce qui me revient aussi... de quand vous avez parlé tout à l'heure... moi j'avais fait un peu d'imagination active dans ma première analyse... peut-être que c'est ça qui serait le plus parlant... »

« Je me rappelle du contexte... que c'était dans l'analyse et que... probablement dans les images de rêve ou dans mes relations, il y avait toujours l'image d'une femme négative, d'une méchante... et c'est dans ce contexte là qu'on n'avait fait une seule fois une imagination active... et que j'ai revu après une femme... moi après puisque c'était dans un processus analytique, on avait fait des liens avec aussi mon cheminement... mais je me rappelle très bien de cette femme, très grande, des longs cheveux noirs... moi j'aimais beaucoup ses cheveux, je les trouvais très beaux, mais elle était très méchante... »

Et vous dialoguiez avec ?

« Oui donc c'est plus dans le dialogue que dans l'image... en tous cas... je pourrais pas vous restituer le dialogue mais c'était qqch de destructeur... le genre de lien avec la méchante fée, le 13^e fée... et j'ai l'image d'une baguette magique empoisonnée... et puis tout ce qui vient toujours c'est ces cheveux... »

L'induction et l'impact

« Parce que moi j'ai eu... j'ai très très peu de souvenir de mon enfance... mais quand j'étais moi en analyse... j'avais très très peu de souvenirs... (...) et peu à peu quand on a travaillé dans la séance avec cette femme, je me rappelle qu'il y a un prénom qui est revenu... c'était cette femme, elle s'appelait Yvette... »

« Donc dans l'imagination active... je me rappelle de l'avoir vue, elle, tellement grande et moi, toute petite et puis être... enfin il y avait à la fois elle... dans l'imagination active on est les deux... et la petite fille qui n'arrivait jamais être à la hauteur de cette Yvette... enfin qui se faisait rabrouer tout le temps... et qui comprenait pas pourquoi elle était si méchante... »

« Ça fait 40 ans... je sais que c'est autour... ça on a dit après le féminin destructeur, les femmes... »

« Il y a certainement eu qqch de libérateur, mais est-ce que c'est cette image... c'est le tout... »

« J'ai commencé mon analyse et là il y a eu aussi un rêve où il y avait une fenêtre... et puis... c'était dans une maison et en fait... je me rappelle que c'était une petite fenêtre... c'était une grande maison avec plein de fenêtre... et puis il y avait une petite et puis je suis rentrée dans cette maison par la fenêtre... et puis en parlant de ça... ça je me souviens, avec mon analyste... elle ça lui faisait penser au bâtiment où était l'institut Jung à l'époque... donc c'était la Gemeindefeststrasse et... c'est là qu'elle m'a dit « est-ce que ce rêve ne vous dirait pas que c'est le moment pour vous de prendre contact avec l'institut »... ça c'était bien après l'imagination active... »

Et vous connaissiez l'institut ?

« Pas consciemment... ben j'ai grandi dans le quartier, sans savoir que c'était... donc c'était une manière de... moi j'ai quitté Zurich et j'étais assez négative par rapport à tout ce qui était Zurich, donc entrer dans ce bâtiment par la petite fenêtre, c'était aussi une manière par la petite fenêtre de reprendre contact avec Zurich, avec la Suisse allemande... »

Suite à ça vous avez...

« Oui alors vraiment, ça m'avait parlé ce que m'avait dit mon analyste... je pensais que j'étais trop jeune parce que c'était vraiment limite à l'âge le plus jeune qu'on pouvait... et à chaque phase j'étais étonnée, ah oui ils m'acceptent pour des entretiens, j'ai fait des entretiens, j'ai été acceptée, j'y croyais pas... »

« A ce moment-là je travaillais en psychiatrie adulte... »

« Alors que c'est vrai que cette image de cette petite fenêtre, c'était aussi m'ouvrir à un autre monde. C'était aussi lié à mon passé, ou à mes origines et en même temps j'ai jamais imaginé avant de devenir analyste... et j'avais vraiment cette image de la petite fenêtre elle est intéressante parce que... pour moi... non pas pour moi, je me sentais pas à la hauteur, donc la petite fenêtre ça allait mais pas plus... j'y croyais pas encore... mais en fait, alors là vraiment on peut dire que l'inconscient m'a indiqué que ça pourrait être possible alors que le moi n'y croyait pas encore vraiment... »

« C'est comme la boîte à chaussure que tout à coup on est devant une évidence qu'on attendait pas du tout... et cette évidence, c'est tellement clair, c'est tellement évident... ben qu'on s'incline... c'est même pas un effort à faire, c'est comme ça »

Pour vous l'inconscient, c'est quoi ?

« Quelque chose d'inattendu, un langage différent... non parce que là c'était rentrer par la petite fenêtre mais je savais pas ce qu'il y avait derrière mais j'étais bien... donc aller où le vent nous pousse, découvrir de nouvelles dimensions... »

« Pour moi l'inconscient il est partout, il est à l'extérieur, il est à l'intérieur... (à la limite ça a qqch d'impalpable, d'intouchable...) »

« Un peu moins abstrait c'est justement ces images qui me viennent sans que j'ai l'impression que je les ai produites... ou que j'ai décidé de dessiner une fenêtre... donc c'est une autre langue qui parle en moi, sans que je le décide en dehors de ma volonté... justement c'est des images... c'est que des images... c'est des images qui réveillent des émotions... c'est des images qui laissent une trace... pas nécessairement la trace de l'image mais une qualité émotionnelle... qqch qui s'impose à moi, que ce soit une émotion... moi je prends quand même souvent des décisions importantes... se prennent un peu... grâce à... voilà... qqch qui n'est pas clair... parce que j'arrive même pas à dire si c'est toujours une image qui me décide de prendre des décisions importantes dans ma vie mais tout à coup c'est une évidence... et je peux pas toujours logiquement expliquer mais c'est... donc je dirai, l'inconscient « c'est » »

« C'est est c'est tout le temps mais il y a des moments où on est en contact et des moments où on est moins... fin des moments où ça nous touche plus que d'autres... justement... des moments de crises, quand il faut prendre des décisions, aller dans une direction ou une autre ou agir... on sait pas... moi je n'arrive pas à prendre des décisions en faisant des listes, des plus, des moins... et c'est très difficile pour les gens autour de moi, parce que « on verra bien » et puis c'est l'intuition... et puis tout à coup c'est très clair et ça peut aller très vite après... »

Et pour vous quand c'est très clair c'est que ça vient de cette source ?

« Oui »

Est-ce que c'est fiable ?

« Oui, alors je peux hésiter pendant très très longtemps c'est parce que ce n'est pas venu encore de... ça n'a pas encore fait tilt, le moi qui comprend et l'inconscient... »

Donc c'est au moment où il y a les deux

« Oui il y a une rencontre... (...) mais la rencontre c'est pas toujours visible. Simplement tout à coup, les choses sont claires... donc l'inconscient permet à clarifier les choses à mon sens... »

Intérieur-extérieur, certaines personnes parlent de synchronicité ?

« Tout à coup c'est à l'extérieur, ou tout à coup c'est visible... il y a eu un lien... »

Un lien qui se matérialise ?

« Se matérialise par une décision ou un changement de direction... »

« Ou bien on se trouve dans un endroit où on a jamais été mais... on sait qu'on a déjà été... enfin cet endroit je le connais... ouais ça ça arrive quand même... ou cette situation je l'ai déjà vécue... »

Dimension spirituelle, mystique à l'inconscient ?

« C'est mais bien sur, on peut l'appeler l'inconscient, on peut l'appeler qqch de religieux, pour moi c'est du même niveau... »

« Je pense qu'on le nomme différemment... »

Je souligne que pour certains l'inconscient c'est constitué de la mémoire, des apprentissages dont on ne se souvient plus etc.

« Non pour moi c'est pas ça... »

« Et justement il y a des choses qu'on ne peut pas expliquer et qui ne doivent peut-être pas être explicitées tout le temps... »

« Il n'y a pas toujours tout de suite une conséquence ou une décision car parfois il faut laisser agir cette image... ben en tant que thérapeute jungien on peut ramener cette image auprès de l'analysant pour la faire vivre... »

« Pour qu'une image qui a par exemple existé dans un rêve ou dans un jeu de sable... et ben on peut la ramener... « là justement la mygale qu'est-ce qu'elle dirait à ce moment là ou qu'est-ce qu'elle dirait ? » lui rappeler... retrouver un peu l'émotion suscitée par cette image là »

« Il y a aussi une histoire de temporalité avec ces images, parce qu'une image elle peut apparaître dans un rêve ou dans un jeu de sable mais que c'est pas encore le moment pour la comprendre ou c'est pas encore le moment qu'elle agisse vraiment... donc oui il faut la garder qq part, puis la ressortir au moment où c'est bon »

Vous arrivez à vous vous en rappeler au bon moment

« Généralement c'est l'intuition qui nous aide bien »

A déjà donné de nombreux cours sur le jeu de sable avec des exemples, pour le prochain entretien sur les 5 points. Je lui dis donc que si elle voit un point essentiel dont je ne tiens pas compte de me le signaler...

« Non en fait c'est juste des mots différents de nous « comment on y entre dans la thérapie », « comment le processus se fait », je pense le point très important c'est « qu'est-ce qu'on fait avec l'image, analyser ou pas analyser, si on analyse pas qu'est-ce que ça veut dire et comment c'est vécu. Et aussi quel effet peut avoir cette tension de ne pas avoir interprété... parce que ça là on vient vraiment au stade conscient-inconscient... faire confiance que l'inconscient le fait le travail à l'insu du moi... et c'est là où c'est intéressant... »

A propos de l'exemple de la vache :

« C'est faire qqch mais c'est pas interpréter et c'est rester au niveau du symbole... et c'est ça que je vous disais tout à l'heure quand il y a une image et puis simplement on ressent l'image et puis on essaye de la faire revivre... parce que c'est l'image qui agit... »

Kathrin Asper parle beaucoup de l'enfant intérieur. Je crois que c'est beaucoup autour de l'enfant intérieur ce qui m'inspire...

Premier entretien : J7

Au départ ne m'étais pas imaginé interviewer des jungiens mais il y a tellement de références à Jung que je me suis décidée d'interviewer des thérapeutes jungiens.

« Je vais peut-être commencé par la... première chose qui m'était venue quand tu avais mis ce cadre-là c'est la difficulté de trouver une image pour moi dans mon cadre mon expérience, en dehors du rêve... certainement l'attention aux rêves ou la pratique du rêve est extrêmement importante dans la pratique jungienne... et dans mon parcours de vie... d'abord dans mon parcours de vie... les images ont impacté d'abord vraiment principalement à travers le rêve... et je dirai... donc j'ai dû creuser pour me dire bon... état modifié de conscience... j'ai fait le lien plutôt avec imagination active pour moi dans mon jargon... plutôt qu'état modifié de conscience... accueil de l'inconscient... chacun transfère avec ses mots... état où le moi accueille les images qui émergent ou ce qui émergent... alors pour moi ça fait référence à différent setting ou moment... et j'hésitais d'abord un petit peu, pour dire... c'est-à-dire il y avait des images qui pour moi pouvait être dans le moment diurne mais en lien avec un rêve fait la veille ou la semaine précédente et... avec une synchronicité ou qqch comme ça... c'est à dire à un moment donné un résonnance dans la réalité par rapport à une image qui avait émergé dans la nuit... voilà... ça c'était un type d'images... dans un état un peu modifié de conscience... que je décrirai quand même comme ça parce que tout à coup il y a un état particulier de réel où ces images viennent impacter alors que normalement ce type d'images n'ont pas cet impact là... »

« L'autre cadre c'est par forcément le cadre thérapeutique avec qqn mais c'est... en dessinant spontanément... en laissant émerger des images... pour moi c'était aussi un endroit où les choses ont pu émerger... le 3^e endroit peut-être là où ça c'est dans un type d'état modifié de conscience mais accompagné, c'est le jeu de sable... donc... pour dire aussi... c'était difficile pour moi de tirer une image comme ça du lot parce que je le vois plus comme un processus...intérieur... type d'image qui émergent dans ces différents endroits et qui se mettent à résonner ensemble et qui réalimentent un autre endroit... et qui sont repris après dans le rêve... les rêves émergeant soit dans la thérapie, soit en laissant émerger un dessin... qui va peut-être pas refléter le rêve mais qui est la suite qq part... qu'on comprend après coup comme étant la suite... donc voilà, je suis un petit peu... j'aurais une image quand même que j'ai pu tirer des dessins que j'ai pu faire qui était pour moi une image forte, si on veut partir d'une image... une image faite il y a 2-3 ans comme ça... autrement j'ai cette image, enfin cette image qui était apparue dans un rêve et qui s'est tout à coup condensée dans la réalité et qui est devenue forte à l'intérieur... si tu veux... »

Je dis que tout ce qu'il dit là est intéressant en soi... qu'il y en ait pas une, que ce soit un processus, qu'elles entrent en résonnance

« Pour moi c'est l'aspect dialectique... il y a qqch qui rentre en dialectique... entre les images et après la réalité et... que ce soit l'image qui était à l'extérieur à un moment donné, qui est à l'intérieur à un autre moment... ou à l'intérieur à un moment donné puis à l'extérieur à un autre moment... ça peut aller qq part dans les deux sens... »

« Je vais partir de la plus ancienne puisque je suis dans cette histoire là... images internes-externes... donc c'était au début pour moi d'un mouvement personnel important... un début d'analyse jungienne, un tout début, avec des rêves importants hein... et puis... dans un de ces rêves... j'étais en séance avec un psychologue, psychothérapeute, c'était ça le rêve... assez distant... la personne se sentait loin, plutôt un couloir assez étroit comme ça... et puis... je sentais ce psychologue pas très complicité... c'est à dire je le sentais... il parlait parlait parlait, il y avait une dimension de la parole très importante... et puis tout à coup il y a quelqu'un d'autre qui entrain et qui se mettait à le consoler et à parler aussi... puis... je comprenais pas très bien ce qui se passait dans cet espace là... et puis... tout à coup je vois venir... en fait sur la droite... une femme, mais une femme... que je peux décrire comme une femme chamane... une femme d'Amérique du sud... pour moi elle était vraiment entre Amérique du sud et... esquimaux... entre les deux... plutôt solaire comme ça mais qui me fait juste un geste comme ça pour aller à un endroit et la suivre... et dans le rêve je la suis à cet endroit... et elle me montre sans rien dire, une étagère... et sur l'étagère il y a des petites figurines, et notamment des hiboux et des éléphants... mais pas beaucoup, il y en a 4-5, voilà comme ça... et puis je comprends... ou elle me dit que c'est une thérapie qui se fait de manière silencieuse et que ces objets aident à guérir ou à avoir moins peur... à guérir de la peur ou à avoir moins peur, voilà cette dimension là... et euh... elle me dit encore une chose, là elle parle, elle me dit : « ne laisse pas tes yeux aller vers le bleu ». (rires) Rêve très très fort comme ça et étonnant... voilà, ça c'était le rêve... et quelques jours après ou le lendemain, j'arrive pas tellement à dire... mais j'étais au marché à Genève, Plainpalais... c'est vrai que c'est une très bonne surface projective le marché, certainement que ça a joué... alors que j'y allais très régulièrement, très souvent, tous les samedis... ce jour là... état modifié de conscience (rire) je vois des hiboux et des chouettes partout... des hiboux partout, et j'étais là, qu'est-ce que c'est que ces hiboux... finalement j'ai acheté une de ces petites figurines... un hibou qui m'a plu, et j'ai réalisé en revenant sur cette thématique là, que c'est en fait l'objet à mon cabinet, que j'ai depuis et qui est sur mon bureau... voilà une image intérieure, qui s'est condensée à un moment donné à l'extérieur, et qui s'est condensée dans un objet... et qui est, c'est vrai... une sorte d'objet fétiche quelque part, c'est vrai que... si je me... je me verrais pas tellement m'en passer maintenant, il est là quoi. »

Tu arrives à dire en quoi il est fétiche ? Ce qu'il t'apporte ?

« Maintenant il y a plusieurs.... Je veux dire c'est à rebours que je peux voir ça... tu vois ça se fait de manière très inconsciente... tu vois je l'ai posé là, il n'y a pas vraiment eu une volonté de dire « ah oui c'était un rêve initial très important » mais... c'était assez inconscient... il y avait qqch de fort... comme les images... c'est à dire qu'elles sont... il y a bien des images comme ce rêve qui a continué à s'éclaircir des années après... maintenant, je peux le dire maintenant comme ça... je pense que ce hibou chouette ils renvoient à un type d'analyse, de psychanalyse en fait... dans le rêve, il y avait ce psychologue qui était là sur la gauche, et puis la femme était plus sur la droite... qui était vraiment une sorte psychanalyse plus classique ou Freudienne... moi je sortais aussi d'une analyse freudienne que j'avais faite, qui était plus verbale et puis là il y avait une dimension plus féminine, qui appelait, qui était plus de l'ordre de l'image... puisqu'elle me présentait des images, de l'animal, l'instinct... principalement ça... puis une deuxième interprétation qui est venue après coup... parce que je ne connaissais pas à ce moment là le jeu de sable, c'était vraiment des objet qui étaient posés... et le jeu de sable j'ai connu trois ans après... et j'ai commencé le jeu de sable... à pratiquer, peut-être 6 ans après ce rêve.... Donc vraiment pour dire, c'est assez courant dans l'approche jungienne d'avoir des rêves qui s'éclairent, surtout les grands rêves en fait... c'est à dire grands rêves où il y a des dimensions très archétypiques et qui apparaissent souvent en début d'analyse... ou on se dit ah ben oui, c'était ça... mais dans l'après-coup... ouais... »

Fétiche ?

« C'est vrai que j'emploie pas trop ce terme, là ça m'est venu parce que c'est une présence... une présence... à mon histoire... on pourrait dire une partie de qqch que j'ai intégré... et que certainement qu'il m'aide dans mon travail... certainement... »

En tant qu'analyste ?

« Alors c'est vraiment... cette figure je ne l'ai pas dans mon domicile personnel... non elle est en lien plus, je pense, avec ma vocation professionnelle... »

« Je fais pas appel consciemment... à cette figure là, elle est là en arrière plan je dirai... en même temps je veux dire si elle disparaissait, ce serait pas non plus un drame absolu, je ne perdrai pas tous mes pouvoirs... (rires) parce qu'on utilisait le terme « fétiche »... voilà « pouvoir »... (rires) mais je pense que ça a condensé, ça condense qqch... ça condense une... un moment fondateur... ouais... Un moment fondateur, ouais... mais je pense que c'est important quand même c'est vrai... d'avoir deux trois choses comme ça c'est important... je pense que les chamanes souvent ils gardent des traces aussi de leur parcours... et je pense que c'est important quand même en en parlant... »

Lien avec l'animal, les animaux de pouvoir dans chamanisme... jusqu'où on pouvait tisser des liens... les mots que tu mettais...

« Le cheminement c'est fait au fur et à mesure je dirai... à partir de cet animal qui est apparu et qui a... qui m'a été donné qq part...mais... j'ai envie de dire l'énergie qui est associée à cet animal qui est la vision dans la nuit... l'écoute intérieure, la profondeur, l'analyse aussi... au fond un animal totem de la psychanalyse qq part... il y a certaines éditions en psychanalyse ils utilisent vraiment la chouette, donc tu retrouves ça... »

Ça s'est fait petit à petit... « mais elle a condensé, et ça a été le fil conducteur de cette intégration là... c'est vrai que les chamanes se transforment en ces animaux là... ou font appel à leur animal... (...) je pense qu'il y a des qualités là... l'éléphant il y été moins condensé, j'ai moins repensé à l'éléphant après, parce qu'il y avait les deux, ça viendra peut-être encore... »

« Disons, l'appel... Je pense que ça surtout été le dialogue avec cet animal qui est resté pendant... ce rêve je l'ai fait il y a quand même 13-14 ans en arrière... »

« Le dialogue avec cette image là, ce symbole, ce qu'il condense... »

Pas continué à dialoguer dans les rêves ou en imagination active ?

« Avec la chouette ? Non parce que c'est resté... c'est là où je peux dire que c'est quand même plus dans le processus vivant... parce que à un moment donné je le vois sur un livre, ça résonne, je vais peut-être voir quand même dans la symbolique ou dans le dictionnaire des symboles, je découvre le mythe d'Athéna, la chouette, la connaissance... dans la mythologie c'est la chouette d'Athéna, celle qui est liée au savoir... A un moment donné je vais voir, il y a peut-être deux ans en arrière j'ai vu un reportage sur les chouettes, ça m'a vraiment fasciné d'aller plus dans l'observation de leur comportement... la diabolisation de la chouette qu'il y a eu dans les siècles précédents... fin... dans les campagnes on clouait des chouettes dans fermes... ouais c'était assez terrifiant, c'était vraiment l'animal du diable... qui faisait fuir le diable justement je crois... s'ils les clouaient à l'entrée... dimension nocturne rejetée... la chouette... c'est dans ce sens là du dialogue... non là c'est pas venu de dessiner ou de dialoguer avec l'animal... »

« Je pensais pas à ce moment là que ce rêve... cet animal allait rester aussi longtemps... maintenant j'allais en parler 14 ans après... »

A propos de la femme chamane dans le rêve :

« C'était une période après où j'ai eu un contact avec le chamanisme. Et là je me suis demandé aussi peut-être est-ce que ça ouvrait qqch... ou j'ai eu un contact avec le chamanisme, une femme chamane aussi... qui travaillait bon aussi avec des énergies animales à un moment donné... mais... là non plus je n'ai pas croché en disant « voilà il faut que je rentre en dialogue avec ou que je fasse qqch »... non c'était plutôt... c'est pour ça que j'ai utilisé le terme d' « impact » parce que j'ai l'impression qu'il y a un impact sur le conscient... puis c'est assez massif... le rêve que je raconte là on se dit c'est bon... c'est une femme qui arrive, qui te cherche, je comprenais pas grand chose... ces étagères, des animaux qui sont là... j'étais pas... je sortais des études de psycho, j'étais enseignant spécialisé, j'étais pas du tout thérapeute à l'époque... »

« Maintenant je veux dire, j'ai des étagères partout, avec des figurines et des animaux partout où je travaille, dans tous les lieux... dans les trois lieux où je travaille... c'est devenu vraiment une part importante de mon travail... »

Et la couleur bleue ?

« Ca ça fait partie de tout un processus aussi d'intégration, de dimension... beaucoup plus incarnée... le rouge symboliquement est lié plus au sang, à la chair et le bleu plus à... je reste qqn d'assez bleu... »

Elle te dit « ne regarde pas le bleu ? » Non c'est plus « ne laisse pas tes yeux, je crois, dépérir vers le bleu... » parce qu'il y a une idée que le bleu pourrait être trop bleu... pourrait être mauvais... c'est pour ça que je parlais aussi de la dimension instinctive... la femme aussi... l'instinct... qui par rapport à l'homme est beaucoup dans le mental et dans le... le céleste quoi... »

« Le rouge est beaucoup apparu... alors ça par contre dans les dessins qui sont apparus plus... ces dernières années... je pense qu'il y a eu un cheminement après du bleu vers le rouge... »

Le sens que tu mets aux couleurs c'est lié à la formation → oui

« On va partir toujours des associations personnelles d'abord, parce qu'il y a ce premier plan... de se dire qu'est-ce que cela représente pour la personne... mais après, s'il y a peu d'associations personnelle ou si c'est tellement fort et archétypique on va dire il y a peut-être un niveau plus collectif et archétypique qui apparaît... typiquement ce rêve... si on me demandait, le bleu, qu'est-ce que c'est pour toi dans ta vie... j'avais pas un... je pouvais pas faire de lien très direct... après il s'agissait d'aller voir sur un plan plus collectif et archétypique... et simplement de regarder à l'extérieur... le ciel est bleu pour tout le monde, la terre est verte, brun... donc ça orientait vers cette direction là. A l'époque je sais pas... j'étais quand même frappé par ce aspect tellement direct quoi... de cette femme... et assez solaire... et ce côté... ce message... quand on a un message comme ça dans les rêves, on se dit bon il y a qqch quoi... et quand même je pense que c'était un rappel pour ne pas me perdre trop dans les idées ou dans les... C'est là où on voit... c'est un rêve mais c'est toute une période... ça été le début après de la danse... le travail corporel... »

« Heureusement que j'étais encore pas trop formé, dans un sens où j'ai pas pu mettre trop de sens... il y a aussi le risque de mettre beaucoup de sens sur les choses et tout à coup, comme dirait Hillman, « d'épingler le papillon », plutôt que de laisser le processus continuer à se faire... Parce qu'aussi quand on met du sens, on aussi... on arrête qqch, on donne un sens, on fixe... et puis le propre de l'image c'est qu'elle est quand même infixable... on peut redonner un autre sens encore depuis un autre côté ou un autre versant... ou en mettant l'accent sur un autre aspect de l'image... peut-être que j'en parlerai encore dans 30 ans de cette image parce que l'éléphant ça reste un côté... je pense pour moi c'est... une partie du... là je parlerai de symbole en termes de la vision jungienne, c'est vraiment ce qui s'intègre ou qui est appelé à être intégré, l'image qui appelle à intégrer qqch... l'éléphant... peut-être il y a une dimension-là qui me questionne encore... mais qui a qqch de dynamique... le reste... pour moi est moins chargé d'énergie qq part, parce que c'est plus intégré, mais... ouais l'éléphant ça reste assez obscure... quand il y a qqch qui reste obscure, moi j'ai tendance à me... mettre à l'écoute quoi... pas forcément aller tout de suite ouvrir un livre... mais se dire « voilà rester attentif... » »

« L'origine du mot symbolon, 2 parties voilà, donc... l'image comme étant une partie qui émerge et qui pousse le conscient à se dire « mais... » à se mettre en mouvement... donc ça c'est affectivement, il y a qqch qui touche dans l'image... ben moi le lendemain moi j'ai pris la chouette... de manière un peu inconsciente et puis après j'ai continué à me mettre en mouvement et à intégrer une dimension qui n'était pas intégrée à ce moment-là. C'est une notion d'intégration... »

Ca m'intéressera de savoir comment tu accompagnes une personne à intégrer... mettre trop de sens ou pas... → « je n'aurais pas une réponse définitive, parce que ça dépend beaucoup de la personne avec qui on a à faire et du besoin qui est là... ça va être compliqué... c'est peut-être pas l'approche... en tous cas dans mon approche je pense qu'il faut une souplesse pour sentir s'il faut amener plus qqch de... j'ai envie de dire « sec » parce qu'il amène la dimension plus consciente... ou laisser plus l'inconscient se faire... » (et comment on laisse même se faire... on laisse faire ou on accompagne ?) « Avec l'approche jungienne on a l'idée, on a quand même cette idée de l'individuation que ça se fait. Jung, il disait « ça se fait... Ca ne sert à rien d'aller tirer sur les queues des cerises pour les faire pousser plus vite... un bout ça pousse... mais il s'agit d'être là, contenir, d'avoir un espace contenant et accompagnant... et du coup les choses peuvent être mieux vues, donc mieux accompagnées... mieux germées... on donne de la chaleur... »

Je réfléchis aux personnes qui souffrent toute leur vie et qui meurent sans happy end ? où est le processus d'individuation ?

« C'est le mystère de l'individuation... je veux dire pourquoi quelqu'un va en analyse à un moment donné, est d'accord de faire ce cheminement là et se met en mouvement, pourquoi qqn pour qui ça fait pas sens... ou il n'y pas d'appel à l'intérieur... on pourrait faire des appels aux processus d'individuation obligatoire (rires) non mais t'imagines... ça n'aurait aucun sens... si la personne n'est pas... s'il n'y a pas qqch qui est prêt à murir à germer, donc elle va pas faire la démarche... mais pour moi on n'est pas à l'endroit pour juger si cette vie à un sens ou pas... dans son cheminement personnel, ce qu'elle a appris, ce qu'elle a vécu... peut-être même que l'échec qu'elle a vécu à du sens dans son cheminement d'individuation d'une vie... je vais loin mais... »

« Ils ont fait des études sur les thérapies... en gros c'est la relation thérapeutique qui marche... moins que l'approche... je sais pas faudrait aller voir dans le détail... peut-être qu'on trouve la personne pour le cheminement qu'on doit faire... en tous cas moi dans mon cheminement, j'ai l'impression d'avoir fait beaucoup... j'ai trouvé les personnes qui me convenait quoi... fait beaucoup de tri pour aller là où je me sentais être au bon endroit... avec la bonne personne et du coup ça m'a permis de faire un pas chaque fois de plus... mais c'est un peu mystérieux... »

Tout ça pour revenir à la question de comment on accompagne ou non le processus.

« Je peux réfléchir pour moi comment le processus se fait pour être sur ce versant là... il me semble que souvent ça démarre par une crise quand même... parce que... j'étais qqn qui ne se rappelait pas de ses rêves, jusqu'à ce que j'aie une crise voilà à un moment donné et... et puis un début de travail, et puis un mouvement intérieur qui s'est mis en route... mais je pense que ce moment-là ça aurait pu être aussi un... comme toute crise quoi... tout à coup un enfermement... donc je pense qu'il y a quand même eu qqch en moi qui était mûr pour faire de la crise qqch de positif. Puis aller là tac à cet endroit-là, puis voir que c'était tout d'abord une approche freudienne et puis la personne après quelques séances... « c'est bon vous fonctionnez »... Puis ça ça m'a heurté... « Je fonctionne... » Ca correspondait pas à mon approche de l'être humain, donc... peut-être qqn ça ne l'aurait pas dérangé... donc ça touchait qqch en moi du fonctionnement de l'humain et ma vision de l'humain donc après je suis allé voir ailleurs et puis... puis là c'était plus une... moi je trouve qu'on fonctionne beaucoup par reconnaissance... On se reconnaît dans quelqu'un ou dans une approche... dans qqch au fond, c'est un peu platonicien... mais qui est déjà là qq part... puis tout à coup, se dire « ah ouais ça existait... »

« Favoriser l'accueil de l'inconscient au sens large, parce qu'il y a les images mais de l'inconscient ce qu'il peut émerger comme synchronicité, comme émotion, comme sensation corporelle tout à coup... donc être dans une dimension d'accueil... Jean-Yves Leloup il parlait de ça... « se faire disciple... pour trouver le maître il faut que tu te mettes dans une position de disciple,

d'ouverture... » donc je pense que c'est totalement ça... peut être que quand on est devant une personne qui se met dans cette disposition là ça nous encourage... on sent qu'elle se met à l'écoute... et j'ai du sentir que quand je ramenais un rêve elle était à l'écoute de se dire « mais il y a qqch... qu'est-ce qui émerge... » enfin elle n'est pas dans une réponse tout de suite... Du coup ça m'a mis moi dans une disposition d'écoute et... favorisant tout à coup le processus... parce que c'est l'écoute qui favorise le processus... on laisse émerger de nouvelles dimensions... »

Si on accueille pas, ça se fait quand même ?

« Dans ma vision, en terme de dynamique et de santé psychique et même physique, plus on resserre plus on est dans la névrose quelque part... enfin c'est la définition jungienne aussi... c'est la définition de la névrose... on se crispe... même au sens de Freud, il y a du refoulement, et puis il y a des choses qui peuvent émerger, des passages à l'acte, des brisures... Jung va plus dire à un moment donné « ben comme on ne laisse pas les choses s'intégrer, les choses vont se présenter de l'extérieur, avec violence, parce qu'on ne laisse pas monter les choses de l'intérieur... »

« Du coup on est tout le temps dans une responsabilité, en se disant mais qu'est-ce qui nous arrive... à ce moment-là... on porte la responsabilité... on est dans une autre dimension face à nos lits... et en voyant... c'est très aikido... ce qui nous arrive dessus comme une chance potentielle... qui s'est présentée comme un ennemi mais c'est lié au fond à notre positionnement... »

Ce serait l'ouverture et l'accueil qui permettrait au processus de se faire ?

« Ouais... Enfin... Non je pense qu'il y a trois niveaux... Là c'est un analyste français qui a détaillé Jung par rapport à ces trois niveaux... il dit d'abord accueillir, c'est vrai... laisser monter, laisser arriver les choses... et puis le deuxième (il donne des termes allemands je peux les retrouver si jamais)... le deuxième c'est confronter... c.a.d entrer en dialectique avec cette image là... le risque un peu que d'être que dans cette position là c'est que j'ai des magnifiques rêves, je les note tout le temps... il y a des gens qui ont des tonnes de rêves... Il y a des gens qui peuvent avoir des tonnes de rêves mais ça avant ça parce que ça les traverse... si ça les traverse c'est vrai je pense que ça se fait pas... parce qu'il n'y a pas de position, il n'y a de moi en fait qui vient se laisser impacter pour revenir à ce terme là... il y a quand même cette dimension, ça me touche où, ça me fait quoi... puis comment je me positionne en face... il y a quand même cette dimension, dans ce sens confronter... je m'étais un peu ça dans l'accueil à un moment donné... mais c'est peut-être mieux de différencier les deux... En tous cas à un moment donné il faut s'arrêter à se dire bon ben qu'est-ce que ça fait... comment je me positionne en face... »

« (...) ben dans le rêve que j'avais fait... ça dépend il y a des rêves où on est déjà positionné donc c'est plus clair à quelque part... l'image elle est... je veux dire dans le rêve j'étais clairement positionné, je quittais cet analyste qui me parlait pas... déjà dès le début j'étais en train de me positionner, en me disant... mais j'ai à faire à qui... c'est pas toujours le cas... donc le moi onirique, le moi du rêve était déjà présent qq part... c'est pas toujours le cas, parfois il faut le faire après coup... face à une scène... »

« Et il me semble que le troisième niveau c'est... il faudrait qu'on y revienne parce qu'il me semble que c'est poser des actes... c'est à dire quels actes en découlent concrètement... dans la réalité... »

→ va chercher la référence dans la bibliothèque à côté

« Les mots en allemand sont très parlant... en tous cas c'est lui Elie Humbert... voilà... ça doit être dans un autre... »

Responsabilité, quoi en faire, je souligne que Hillman en parle aussi :

« Oui mais c'est subtil quand même. Ne pas en faire un dogme. Il y a des moments où on est juste dans le recueil des images puis on sens qu'il faut accompagner ça... il n'y a même pas la possibilité d'en faire qqch parce qu'il y a trop... mais c'est juste essorer... déposer à un endroit... il y a des moments où c'est super important... c'est là où on va beaucoup parler de la fonction sentiment... pour l'approche jungienne... c'est le côté où on sent que c'est important... à ce moment-là il faut insister la dessus... c'est pas tellement mental mais c'est plutôt au niveau du ressenti... par exemple d'insister « vous avez fait ce rêve-là, comment vous vous positionnez dans votre vie ? »

« Les trois niveaux je pense on peut... il faut naviguer en fonction du moment... »

Oui, après qu'est-ce que ça veut dire, poser des actes... ?

« Oui si je reviens sur le rêve que j'avais fait, si on m'avait demandé là de poser des actes... je sais pas... j'aurais rien pu faire... ça n'aurait pas eu de sens, c'était un rêve très archétypique... »

→ devenir thérapeute de jeu de sable (rires)

→ acheter un hibou (rires)

→ mais je l'ai fait spontanément → peut-être que ça suffit de proposer un acte comme ça

« Parfois ça m'est arrivé de suggérer à des personnes en thérapie... pour concrétiser qqch comment vous pourriez faire... pour ne pas le perdre... et certain ont décidé d'aller l'acheter... acheter qqch du symbole qui devenait concret... mais pas à chaque rêve... ou alors j'aurais des actions chez les petites figurines schleich »

« Moi je pense qu'il y a une confrontation importante, si je reviens à ce premier rêve, pas tout de suite mais peu à peu je suis revenu quand même régulièrement sur l'histoire du bleu et du rouge... mais parce qu'il y a eu d'autres rêves après, c'est pour ça que je dis que c'est un processus... une image je peux la prendre toujours, pis personnellement puis avec des patients... dans une suite d'images... en dialectique avec les autres images précédentes et dans le mouvement... »

« Le hibou n'est pas réapparu, mais l'incarnation ça c'est réapparu, le ciel... mais ça a été un long processus... si tu veux là je peux te montrer l'image qui est venue 8 ans après... mais là dans une imagination active, là on est purement là dedans... enfin pour moi... au sens pur jungien... tel que le décrit... je sais plus comment le décrit Barbara (Barabara Hannah), là je me rappelle plus si elle le décrit uniquement sous forme d'images internes visuelles... alors qu'à d'autres endroits Jung va parler... ça peut prendre la forme de dessin, de musique, de danse, ça fait partie de... pour lui ça dépend du type psychologique... si on est plus sensation on va être plus dans le mouvement... donc il intègre ça... il avait travaillé à un moment donné avec la danse... c'est une femme qui rentrait là dedans, elle bougeait et il notait les mouvements... »

Lien avec art thérapie ? « on est moins dans l'interprétation et la compréhension symbolique, c'est la grande différence parce que dans la formation jungienne on va plus au fond de ces questions-là... et des plan et la question des symboles, des complexes, enfin..

la dimension intrapsychique aussi... Ouais qu'est-ce qui se joue... c'est peut-être le risque que moi je verrai avec l'art-thérapie d'être plus au versant des fois de dire « le processus suffit »... que tu mentionnais tout à l'heure... de dire on laisse faire... peut-être mais je connais pas assez... je pense que ça dépend à nouveau du thérapeute... »

Vous partagez pas votre analyse avec la personne ?

« Ca dépend de la personne »

C'est étonnant tu parles même du risque à laisser faire...

« Ben je pense qu'il y a tout autant un risque. On pourrait dire il y a tout autant un risque, suivant les situations, à laisser faire, qu'à trop contrôler... Mais c'est là où pour moi il y a aucune règle et c'est là le propre de l'approche jungienne c'est le paradoxe... c'est ce qui est juste dans une situation est fausse dans une autre... »

« Moi ça m'est arrivé d'être hyper directif dans certaines fois, parce que je sentais que la personne se noyait dans les images... et d'amener beaucoup beaucoup de choses pour que la personne, le moi, puisse se débrouiller... et puis à d'autres moments... non laissons un peu flotter, il y a tellement de contrôle... c'est ce jeu là... »

« C'est très rassurant quand l'autre sent ou sait qu'il a une compréhension du symbole même collectif. Il y a qqch qui contient. C'est pour ça qu'on apprend beaucoup aussi les mythologies tout ça... parce que même si on comprend pas tout on se dit ouais ça doit se jouer... il se passe un truc comme ça... et ça c'est contenant et ça contient le processus. Ce qu'on fait beaucoup avec la thérapie par le jeu de sable. »

Dit que pense que c'est une différence peut-être par rapport à l'art-thérapie où il n'y aurait pas suffisamment de connaissance des problématiques psychiques ni des symboles.

Dans le jeu de sable, il n'y a aucune interprétation on est que dans le processus, ce qui est reproché en quelque sorte à l'art thérapie.

« Mais ça dépend du moment c'est pour ça. A un moment ça peut être bien d'être dans le processus du jeu de sable... parce que ça peut être aussi une chance... parce que on coupe pas... on laisse juste... comme une suite de rêve, la succession des images se faire... il se passe qqch... et à la fin il s'est passé qqch... à travers les images... »

Sans jamais mettre du sens ?

L'analyste en met pour lui mais avec précautions, on se dit pour soi... → montre pas les images aux patients ?

« Non, parce qu'on contient justement, et on veut pas que le conscient interfère trop, parce qu'on veut l'inconscient prenne en main... le chemin qq part, qu'il puisse justement l'amener ailleurs que là où la personne était où elle pouvait justement pas se débrouiller par ses propres moyens... conscients... »

« C'est important d'avoir autant les outils... c'est pour ça que c'est une formation surement longue... parce qu'il faut pouvoir être autant dans l'opposé que dans l'autre... pouvoir autant parfois amener qqch de plus rationnel, de plus complet... autant parfois laisser aller dans des aspects plus irrationnel... »

« C'est bien ça me permet de préciser ça... »

Je dis que mettre de la conscience ça veut pas dire qu'on laisse pas faire, qu'on cherche à contrôler...

« Alors ouais moi je pense c'est mettre de la conscience, de la présence... moi je dirai aussi la présence... la présence et conscience, plus que sens... des moments du sens... mais pas toujours... le non-sens a aussi du sens... »

« Pour quelqu'un qui me beaucoup de sens, le non-sens a beaucoup de sens... Jung en parle dans le Livre rouge... le droit au non-sens... ça ouvre beaucoup le non-sens... c'est l'histoire de Jacob... qu'est-ce qui m'arrive ? mais finalement ça l'ouvre beaucoup au questionnement, donc ça a du sens »

« Moi je vois plus, maintenant l'image qui me vient c'est en fait... je suis avec la personne mais je... j'essaye d'être le plus avec la personne. C'est peut-être ça qui contient. Mais du coup, je peux être avec parce que je suis pas à sa place et puis je vois peut être un tout petit plus devant et un tout petit peu plus derrière qu'elle. C'est tout. Parce que j'ai vu plus de gens, je commence à voir des gens qui ont passé par là, et puis moi, et puis... voilà d'avoir travaillé sur situations voilà de connaître aussi les dimensions aussi archétypiques... »

La question du dialogue dans l'imagination active → succession d'image → interactions avec les images...

« Franchement je l'ai peu pratiqué comme ça... je pense que j'ai besoin de plus la matière pour arriver à qqch, soit le dessin, soit l'image à un moment donné... et c'est plus le dialogue où oui ça peut arriver sous forme verbale d'entrer dans un dialogue avec une partie intérieure, une partie qui a émerger, un bout... mais je pense pas... ça dépend de nouveau de la personne... peut-être avec des personnes qui sont plus à l'aise dans le verbal ou plus à l'aise avec ces dimensions là... parce qu'on peut très bien... la question c'est l'intégration au fond... et être entre l'écoute de soi et puis ce qui est là en face... et dans ce jeu là, cette articulation là... donc ça peut être aussi la journée, revenir à l'image, où elle est, tu vois elle travaille... alors dessiner clairement pour moi dans mon expérience il y a un allé retour... comme là et la plupart du temps, je ne sais pas à l'avance ce que je vais dessiner... presque toujours... je commence, je laisse un petit peu venir, et il y a une forme qui arrive puis après il y a tout à coup une couleur... il y a qqch qui peut me surprendre même... ça c'était une image qui m'a surprise... c'est pour ça que je l'ai choisie... tout à coup, l'impact que ça a eu sur moi, tout à coup, sur le moi... c'est à dire que j'étais accueillant de ce qui pouvait émerger... »

Selon toi, tu étais en ECM ? « Je le dirai pas comme ça... tu peux le dire comme ça parce que... je mettrai en état d'accueil pour être plus simple qq part... qui correspond mieux en fait à mon expérience... là il n'y avait pas de musique particulière... c'est vrai que ça m'est arrivé parfois de mettre de la musique pour être plus dans cet état d'accueil... ça aide à rentrer des fois... c'est vrai que d'être seul... on retrouve la dimension de l'imagination active qui est mentionnée... je ne me verrai pas faire ça avec qqn qui est dans la pièce... même dans la maison... ça je pense que c'est particulier, mais c'est vrai, je réalise maintenant... il y a besoin de vraiment être sur que... ça je pense que ça favorise l'accueil, qqch peut monter pare que tu sais que tu ne vas pas être dérangé... fin pour moi c'est... d'avoir le temps... le matériel qui est là... puis voilà... certainement que c'est un état modifié de conscience habituel, car c'est quand même rarement qu'on se donne ces moments là et puis il faut trouver la disponibilité intérieure... pour laisser émerger il ne faut pas être submergé par ce que je vais encore faire demain, je vais encore faire ceci... »

Tu fais régulièrement ?

« Ben de nouveau je dirai que c'est des périodes, là ça fait longtemps que je ne l'ai plus fait... je suis actuellement plus en prise avec l'extérieur... c'est des phases je dirai, puis je pense que c'est juste maintenant... j'ai plus de choses à gérer à l'extérieur, donc j'ai moins d'énergie pour l'intérieur... »

Le jeu de sable tu le pratique ?

« Oui je le pratique pour moi dans un cadre effectivement, thérapeutique, c'est l'espace que j'ai actuellement que j'ai pour pratiquer ce qu'on peut appeler l'imagination active... je dirai même je sens-là que je suis en plein processus comme je l'ai jamais été jusqu'à maintenant dans le jeu de sable »

C.a.d ?

« Justement de laisser faire sans interpréter, puis de manière plus régulière, là j'ai un processus plus régulier actuellement, chaque semaine... »

Tu arrives à ne pas interpréter ? oui et pas le temps de toutes façons, trop occupé, reprend l'histoire chaque semaine...

« L'image qui a émergé peut revenir tout à coup en moi... il y a quand même des moments de petits dialogue intérieur autour de cette image... mais sans forcément donner du sens... d'évocation voilà... plus d'évocation... ou lien avec des choses de mon passé, ouais... l'image elle a une force évocatrice... dans ce sens-là aussi »

« Alors l'image... celle-là je l'ai faite il y a deux ans... alors c'est intéressant parce que les deux choses que je t'amène c'est quand même des animaux... tu fais travailler avec le chamanisme et l'animal arrive de nouveau... pour moi c'était une sorte de cerf qui était là... ça c'était une image forte dans le sens de ce qui a émergé... tout à coup, qui était inattendu pour moi... un peu incompréhensible d'abord... et moi je trouve que c'est important ce... puisque c'est qqch à intégrer... si on l'accueille c'est forcément nouveau... en me disant mais qu'est-ce qui m'arrive dessus... une sorte de gros trucs... enfin il m'arrive dessus... parce que j'avais le sentiment de cette énorme puissance qui arrivait là et puis ce cerf qui est là... et puis j'avais le sentiment qu'il accueille... alors c'est vrai, il entre en contact il donne aussi une force contraire... donc j'ai eu une sensation de force dans les deux sens donc presque de combat... mais où je sentais clairement de la force pour moi ça évoquait clairement de la force cet animal... »

« Il y avait vraiment beaucoup de puissance... quelque chose qui avance de manière i... tu vois c'est comme ça de plus savoir... voilà moi j'y étais quand je le faisais mais je l'ai perçu, donc c'était qqch en moi, qui était là, qui apparaissait, comme presque une force divine... inexorable... qui veut exister, qui avance, qui arrive depuis la gauche... bon symboliquement ce qui vient de la gauche c'est ce qui vient de l'inconscient et qui pénètre... voilà, une force de pénétration... »

« le cerf qui résiste et qui accueille.... Qui donne une force de résistance... c'est comme s'il y a un poing qui arrive et puis voilà il y a un état d'équilibre qq part... une contre poussée... voilà, ouais, exactement... et de là naît, c'est pour ça que je l'ai choisi aussi parce que je trouve que c'est un excellent exemple de la dimension... de la vision jungienne du conscient et de l'inconscient, parce que de là naît beaucoup d'énergie... et il y avait ces éclaires tout à coup qui étaient là et... ce cerf qui était comme un allié pour moi... c'est sur... on pourrait dire un allié... c'est pas moi directement parce que c'est trop éloigné... mais c'est comme faire appel à une force archétypique... je peux le dire maintenant hein... mais... qui est capable de faire l'intermédiaire... on parle souvent en termes jungiens des animaux qui sont des psychopommes... ils font le lien avec le monde... le monde des morts, le monde de l'invisible... Hillman en parle... donc les animaux sont des médiateurs, ils sont à la fois instincts mais Hillman dit aussi « des anges quelque part » parce qu'ils sont... ils sont en lien avec les forces qui nous dépassent... »

Tu pouvais le voir comme un allié, c.a.d ?

« Parce qu'il était en lien avec cette force émergente face à laquelle j'aurais pu rien faire. C.a.d dire que si je m'imaginais la en tant qu'être humain, ma force n'aurait pas suffi... »

« Je pense que c'est là où l'image joue un rôle, ce plan-là... comme médiation entre le côté beaucoup plus inconscient, corporel, ouais inconscient, brut qui arrive... peu différencié... et puis le côté plus différencié mais pas encore humain... un peu humain même presque... je pense que c'est pas pour rien que les animaux sont si fortement connotés... et puis là quand tu me demandes de parler d'images... je sais pas si les autres personnes ont parlé d'animaux... moi finalement c'est deux animaux... »

Tu crois que ça t'as influencé dans le choix de tes images de savoir que je travaillais aussi sur le chamanisme

« Ah non, moi, non... non, non, non... ça m'a étonné et je me dis, tiens ça peut faire un lien avec le chamanisme puisqu'ils travaillent beaucoup avec les animaux forces... j'étais presque surpris de mon choix... parce que ça aurait pu être des personnages, des objets... mais quand même les animaux... »

Alors pourquoi tu as choisi celle-là pourquoi alors ?

« Parce que c'était vraiment la dimension d'énergie qui était dedans... dans l'expérience... (donc qui t'as marquée plus que d'autres ?) → ouais »

Quand je demande si je peux photographier l'image → pour le moment pas à voir, en discuter dans quel contexte pour ma thèse (je mentionne similitude avec une autre image que l'on m'a montrée) on peut en reparler

« Actuellement je préfère pas parce que ça fait partie d'un processus... c'est aussi la difficulté aussi pour moi c'est de voir cette image quelque part en dehors coupée d'un processus, j'ai l'impression que c'est comme si on pouvait pas rendre compte et que cette partie de moi serait malmenée, tu vois ? Et c'est ça qui fait qui est douloureux et je peux pas vraiment l'imaginer... actuellement.. après.. on verra... après avec le temps... il y a des images... je pense que plus elle sont intégrées... quelque part... le Livre Rouge, Jung il voulait pas du tout, ça sortait très peu dions... bon il y avait plusieurs raisons... mais je pense aussi une raison quand on a fait qqch qui nous est très proche... on peut pas l'ouvrir comme ça sur l'extérieur... ou alors sous certaines conditions qui rendent compte de l'ensemble, de la complexité du processus »

Je le remercie de me l'avoir montrée... a bien sous peser le pour le contre, l'idée de processus l'a aidé. « L'image elle est importante parce qu'elle a un moment du processus »

Tu avais peur qu'une part de toi soit malmenée...

« Parce que ça touche l'image, ça touche au fait, c'est bien le processus d'individuation, de nous rendre plus entier... donc ça serait paradoxal et puis de dire, ce qu'on fait beaucoup actuellement... j'en sais rien ce qui serait dit... mais de faire un travail comparatif sur une image entre plusieurs... pour moi ça ne serait pas rendre compte dans l'image dans sa fonction qui est de rendre individuel chacun et plus entier... dans une cheminement... voilà, c'est pour ça... »

Souligne l'importance pas seulement de l'image mais du rapport à l'image de chacun:

« Pour moi l'image touche à l'intime, même au plus intime... et au sacré du coup... ouais presque au.... Ce qui est à l'inverse de la tendance actuelle avec le flot d'images qu'on a actuellement »

C'est Cazenave qui en parle → « A un moment donné, il distingue bien les deux formes d'imagination. Il parle de l'imaginaire de l'imagination... et puis pour le collectif actuel il parle bien de l'imaginaire... cad c'est un imaginaire, c'est des images mimétiques, c'est des reproductions d'images extérieures, on prend l'extérieur, on fait une photo et il le distingue de l'imagination qui est un mouvement de l'âme... et qu'au fond... on rejoint Hillman... où l'image est âme et l'âme est image... On retouche même certaine... tradition tribale... je veux dire où l'image... voilà si on se fait voler son image, il y a un risque, on perd son âme... »

Donner une image intérieure = comme le photo. Je relève que quelqu'un m'a dit « là je t'ai confié mon âme » → je me sens une grande responsabilité

« C'est une grande responsabilité... »

« C'est une énorme difficulté que nous on a aussi, nous les jungiens... comment... qu'est-ce qu'on fait... comment on rend compte de notre travail à l'extérieur, des images que l'on reçoit... est-ce qu'on les utilise pour les montrer à un moment donné, parce qu'il faut quand-même qu'on ne parle aussi... qu'on donne des images de processus... c'est très délicat... c'est hyper délicat... souvent on se dit il faut au moins dix ans... Pour attendre parce que c'est trop proche... puis après il faut peut-être demander à la personne si on a son accord quand même, même si c'est dans un cercle fermé, je veux dire... moi je pense... oui un bout « donner son âme », moi je pense... « donner son image, c'est donner son âme un bout... » fin donner, l'offrir... moi j'en ai parlé une heure et demi ce matin en supervision pour ce soir... pour réfléchir... non mais c'était vraiment pour moi... parce que pour me préparer parce que je sentais que c'était important... et je pense que plus on va dans un processus où on laisse le processus se faire avec les images plus on réalise la puissance des images... et l'importance... et en même temps la fragilité parce qu'en même temps ce n'est que des images... qu'on peut les manipuler, on peut... ce qu'on fait actuellement... on peut se les distribuer n'importe comment... ouais donc c'est délicat... c'est très délicat... »

« Le symbole on l'a décrit comme une image qui a une force... un impact... »

« On raisonne aussi chacun sur les images, c'est aussi une surface projective... »

Tu peux me faire part du processus autour de l'image ?

« « Oui c'est pour ça que je l'ai choisie... ça fait partie de l'intégration dans le processus... de la dimension instinctive et plus... Masculine aussi... parce qu'il y a une dimension pénétrante... et le cerf est aussi pour moi très masculin... donc ça fait partie de cette intégration là... et du rouge quelque part... il y a quand même du rouge... et le violet c'est... c'est un mélange de rouge et de plus... ça j'ai réalisé ce matin... En analyse... je me suis dit... Tu vois comme c'est incroyable... ah mais ouais... ça prend sens, ce qui était là... J'étais à une autre étape qq part... avec cette force qui percute... mais plutôt vers le bas... C'est pas en haut... donc plutôt quelque chose à intégrer là en bas... c'est assez phallique... je l'avais pas vu comme ça... mais c'est mon analyste qui me l'a fait remarquer... ils ont l'œil... donc il y a des poils, il y a une dimension aussi instinctive et intégrative du... du ciel, puis de la terre, il y a les vert... ça se passe un peu à la jonction des deux... donc c'est beaucoup d'élément qui se font comme ça de manière inconsciente... c'est maintenant que je peux le dire... mais tout ça je l'ai fait... c'était la comme ça... le point d'impact j'ai pas réfléchi que c'était un endroit où le ciel et la terre se rencontrent... et... et je pense la dimension du cœur... là je me suis dit, il y a eu d'autres dessins après où le cœur était physiquement dessiné... et je pense qu'il y avait une intégration d'une puissance aussi au niveau du cœur, d'une conscience au niveau du cœur, du chakra du cœur... donc ça aussi on peut le voir en termes de chakra... bon puis il y a le rouge... la vie, l'éros... et en même temps je me disais... ce cerfs il est bien ancré sur terre et il a l'aspect plus céleste, donc il intègre les deux dimensions qui étaient aussi en question entre le bleu et le rouge... c'est dans ce sens aussi que c'est un allié, c'est une... s'il apparaît c'est qu'il y a une nécessité d'intégration mais... Quelque part, il le fait comme un ami donc c'est proche de la conscience, c'est un allié, c'est pas une dimension qui attache... Ouais... je fais encore un autre lien maintenant... c'est que ce processus qui arrive... il arrive bien souvent par d'autres dimensions que par la tête... donc tu ne le comprends pas mais ça se fait là... et tu peux juste l'accompagner... puis pour dire que ça se fait dans un processus... parce qu'il y a eu avant après des images aussi avec le cerf qui était là mais différemment... puis après ça s'est estompé, il n'est pas réapparu... »

Sur combien de temps à peu près ?

« J'arriverais pas vraiment à dire mais je pense 3 à 6 mois, qqch comme ça... »

« Je peux aller un peu plus loin... Après moi pour moi j'ai fait des associations... comme pour avec la chouette. A un moment donné ça fait un lien... ça s'intègre... seulement aujourd'hui je dirai ça... je connais aussi bien l'astrologie... pour moi c'était tout à coup aussi... le cerf il était déjà présent, j'avais une petite figurine aussi... C'était pas qqch qui était tout nouveau... j'avais acheté une figurine et j'aimais bien ça... et c'était lié à un moment donné où j'étais habité un peu en retraite comme ça dans un chalet... et puis c'était un peu ça... c'était la dimension du... est-ce que c'était un cerf ? ... mais je le reliais si tu veux à mon ascendant qui est capricorne... à la chèvre des rochers... qui est une dimension de ma personnalité et que j'intègre peu à peu comme c'est l'ascendant... donc pour moi cette figure-là elle apparaît aussi à un moment donné où je suis intégré plus fortement ces dimensions là... puis c'est vrai que depuis deux ans je suis encore plus dans la dimension de l'autonomie qui sont des énergies assez capricornienes... »

A propos des planètes « (...) parce que moi j'ai rien en terre et j'ai senti que c'est vraiment qqch qui m'a demandé de l'effort encore un peu encore maintenant... construire une position sociale... c'était pas donné au début... construire une place... construire un... positionnement autonome... »

Pour toi l'astrologie c'est important ?

« Alors moi j'utilise l'astrologie, c'est très important pour moi, dans mon parcours... et puis pour beaucoup de patient je fais le thème de naissance... et puis je fais parfois des thèmes de naissances uniquement aussi... j'aime beaucoup... »

« C'est pas très différent d'un rêve (le dessin spontané) quand c'est comme ça de cette profondeur... Ça ouvre pour une certaine période... c'est comme une image qui est montée... une image qui peut m'accompagner... elle m'accompagne encore un bout actuellement... »

Concrètement

« J'y retourne parfois, je peux la revoir, je peux comme la sentir, que je suis dans cette énergie-là, qu'il y a des choses que je suis... voilà cette mise à terre... de relier les aspirations on pourrait dire avec le ciel, avec la réalité... actuellement je suis un petit peu à un point d'équilibre, ce qui est assez agréable... énergiquement je peux sentir... »

Tu te réfères à l'image pour sentir l'énergie ?

« Ça c'est peut-être intéressant parce que plusieurs fois tu as posé la question... déjà avec la chouette... et c'est peut-être un peu la différence avec... c'est que l'image premièrement apparaît, mais c'est l'énergie qui apparaît avec hein... alors est-ce qu'il y aurait le risque de la reperdre ?... peut-être... à un moment donné quand c'est une énergie encore pas très intégrée... peut-être que là je peux y retourner et y amener encore un peu de conscience, la consolider... je dirai plutôt ça... tout à coup je peux y retourner et me dire, ah mais oui c'est vraiment ça qui est en train de se faire... comme je peux le faire avec un Yi-King à un moment donné aussi... je suis dans quelle énergie maintenant... ah oui c'est ça... c'est comme si ça consolide le... l'énergie qui est en train d'être intégrée... je vais pas... actuellement en tous cas je n'ai pas besoin... de faire appel clairement comme ça... mais oui ça m'est arrivé... par exemple c'est vrai, je peux... ça m'est arrivé à des moments donnés de tirer des tarots, et puis j'avais cette énergie... je disais là c'est vrai que c'est l'énergie du moment, là je le sens, je dois pas le perdre... puis la carte elle reste un bon moment sur mon bureau, comme une sorte d'intégration de l'énergie... Ça c'était pas le cas mais peut-être que j'y revenais une fois par mois tout à coup revoir... ah oui c'est juste, c'est ça qui est sorti dernièrement, quoi... je suis là-dedans... pour le moment il y a qqch qui me travaille là autour... »

Je fais part de l'expérience d'un autre qui fait appel au cerf son animal allié dans le chamanisme... comme tu parles aussi d'un allié j'essaie de voir les similitudes et différences avec le chamanisme...

« Oui mais je pense que cette image elle m'habite quelque part... et que... bon un bout inconsciemment... »

« Certainement, l'image et le fait d'en avoir parler et conscientiser encore plus ça m'aide... c'est surtout ça au fond qui m'aide plus que l'image sert en tant que telle... Parce que l'image sert en tant que telle je pourrais faire appel... mais si je savais pas que c'était... et si je le sentais pas que c'était cette énergie là que j'ai déjà un peu pressentie qui est « oser dire ma parole, ma position, mes opinions, ma manière jungienne de voir les choses » face aux médecins, en me donnant une légitimité, ce serait inefficace... mais l'image vient condenser tout ça... puis là je te le dit avec des mots... qq part je pense que c'est ça la force de l'image c'est que c'est vrou... le capricorne est à si je veux revenir à juste l'image force... »

« Je pense que l'image elle agirait un bout quand même... c'est toujours cette question-là... si on laisse trop... ça dépend... ça dépend des moments de nouveau... Jung dans le Livre Rouge, à chaque fois il confronte... il laisse monter... après il confronte l'image de manière plus consciente... moi je ne l'ai pas fait systématiquement, je n'ai pas l'impression que c'est ma manière de faire... »

« Le cerf il est apparu quand j'ai pris ce chalet... j'ai quitté Genève, j'ai fait un acte d'autonomie et de... aussi qqch... oui je dis autonomie parce qu'il y avait une dimension aussi de solitude habiter à un moment donné à un endroit aussi un peu éloigné... il est apparu... à un moment donné j'ai acheté un cerf... j'ai trouvé je sais plus où... un cerf en or (en couleur or) que j'avais là et qui comptait effectivement comme un figure... qui correspondait à ce moment-là... Ouais c'est vrai... c'est maintenant que j'utilise le terme d'allié, je les pas du tout utilisé mais il y a qqch de l'allié parce qu'il était là avec moi... il correspondait à cette énergie-là qui était en train d'être intégrée... après il avait une patte cassée et puis à un moment donné j'ai décidé de ne plus le garder parce que j'avais plus envie qu'il ait une patte cassée... »

« Mais je pense que à un moment donné... je suis pas fétichiste... moi je pense que les objets ils sont là pour nous aider à intégrer les choses... et puis à un moment donné ils perdent leur force, comme les images... A un moment donné c'est plus qu'un témoignage historique... peut-être dans 10 ans... il aura quand même de l'importance parce qu'il fera partie de mon histoire, mais ça ne sera plus l'énergique vraiment qu'elle porte... (...) je sais pas comment l'envisage le chamanisme mais là je pense qu'il y a des nuances justement... »

« Moi je pense qu'il y a vraiment des liens avec l'astrologie... les énergies qui nous habitent... qu'on est fait de plein d'énergies différentes... différentes selon les personnes et que l'on peut moduler selon les circonstances... parce que l'on a besoin de plus à un moment donné ou l'autre... qui sont parfois même opposés... »

Intéressant que ça se traduit souvent par des animaux

« C'est vrai qu'en plus il y a beaucoup d'animaux dans le mandala astrologique... »

« Nous les jungiens ils vont dire « intégration » mais c'est pas très éloigné d' « être allié avec une énergie » au fond c'est « être allié »... hein tout à coup on est proche, on n'est plus contre, on la connaît, on la vit, on est un peu comme l'animal... »

« Ce que tu me demandes là m'oblige à me positionner... »

Je mentionne les liens entre chamanisme et imagination active sur la base de mes lectures

→ rencontre d'un animal qui guide, une histoire se passe, s'analyse en termes de symboles

→ rencontre avec un personnage, une histoire se passe

« Pour moi ça se fait de manière différente... je l'ai vécu parfois des petits bouts sous imagination active intérieure... laissant les images se faire... écrivant ce qui se passe au fur et à mesure... mais peu... mais globalement les histoires sont faites à travers les séquences images qui apparaissent comme ça lorsque je me mets à dessiner ou quand je fais le jeu de sable... et comme s'il y avait

quand même une histoire qui continuait à se faire sous le seuil de la conscience... et de manière je dirai... j'ai envie de dire... presque... en tous cas de manière organique dans le temps et dans l'intégration... de ces composantes là qui se fond... voilà tu continues puis il y a un cheminement qui se fait... comme dans les rêves.... »

C'est toujours les mêmes protagonistes dans le jeu de sable ?

« Ben ça dépend, je pense comme les rêves, c'est cyclique, c'est pas rationnel, c'est pas linéaire non plus, mais tout à coup tu as le... hop tu sais pas pourquoi tu reviens sur le même thème... fin moi je l'ai expérimenté comme ça, il y a sûrement plein de manière d'expérimenter... »

A pris ayawaska et peyolt

Forte vision avec ayawaska mais au moment où a sombré dans le sommeil au petit matin. Images colorées riches. Tridimensionnelles. A pu avoir des émotions, des compréhensions mais pas forcément des images.

Je partage que je m'attendais qu'on me dirait que les expériences les plus marquantes auraient été avec psychotropes mais voulais pas en faire l'objet de ma thèse, et personne ne m'a dit que c'était plus fort avec psychotropes.

Le visuel par rapport aux autres sens :

Le visuel est important mais le sensoriel aussi (sable, néocolor avec mouvement) « Je pense que ça ça m'aide à entrer dans un état autre ».

« Je pense que, c'est vrai, que je suis quand même, on peut dire dans un état de transe, parce que.... C'est pour ça que j'ai l'impression que personne ne doit être là, parce que c'est en train de se faire... donc il faut être juste attentif à ce qui vient, sans interférer, puis dire euh... stop ou pourquoi je fais ça mais laisser faire... donc ça se fait assez vite... je sais que je suis pas quelque qui arrive à reprendre le jour d'après... chaque dessin que j'ai fait c'est sur maximum une heure et puis après ça c'est fini, autrement c'est foutu... il y a des gens qui reprennent... »

Cazenave différence entre imagination et imaginaire.

Corbin → imaginal

Vous être toujours en train de travailler par rapport aux structures de la personnalité ?

« enfin de voir un peu à qui on a à faire, où est la personne et comment elle gère l'image qu'elle a, parce que elle peut être envahie... envahie, dépassée par une image... et donc ça peut être dangereux au niveau du développement du moi.. qui est submergé par une image... je comprends rien, qu'est-ce que c'est ce truc qui m'est arrivé dessus ? resté figé qq part... c'est dans ces cas là... en tous cas les jungiens on va beaucoup utilisé la dimension... la mythologie... pour redonner du sens... (...) à travers le mythe on peut tout à cout recadrer... »

Ou au contraire la personne qui laisse tout passer ou ne sait pas quoi faire des images → « ou ne donne pas assez d'importance aux images... ouais bon c'est qu'une image, donc il faut plutôt les freiner pour s'arrêter sur l'image... donner de l'importance, parce qu'il y a des gens qui ont tendance à passer dessus... « non mais attendez, c'était quoi exactement là ? Vous étiez où ? il y avait quel ? Parce qu'on sent que c'est comme de la perte de temps pour eux, pour certaines personnes... donc voilà c'est du sur mesure. »

Comment on accompagne pour que ça touche les personnes (je dis que sur moi je savais pas toujours quoi faire de ces images)

« Ben généralement, moi c'est ma manière de faire, c'est-à-dire que quand il y a des images on va amplifier... amplifier, c'est-à-dire, on prend l'exemple de l'araignée... l'araignée dans le rêve ça vous fait penser à quoi ? C'est là où à un moment donné il y a une charge émotionnelle qui arrive... »

« Ce qui est important c'est d'avoir une émotion, parce que sinon ça bouge pas si on est que dans la compréhension intellectuelle... »

« En tous cas c'est différent d'une personne à l'autre, il faut trouver le chemin... »

Premier entretien : J8

2 jours par semaine en privé

3 jours par semaine à l'hôpital cantonal dans les consultations pour les torturés de guerre. On reçoit des personnes de partout dans le monde, surtout des requérants d'asile à Genève. Des personnes soit torturées soit qui ont vécu la guerre. Beaucoup d'abus sexuel chez les hommes et les femmes. Et des tortures sexuelles.

Psychologue clinicienne. Psychothérapeute FSP. Analyste jungienne.

Utilise l'analyse jungienne dans les deux cadres. Différemment mais dans les deux cadres.

« Le travail avec le côté spirituel, avec les rêves, c'est qqch qui parle pas mal aux personnes que je vois à l'hôpital. ..Pour les personnes de cultures différente... C'est qqch à quoi ils peuvent se raccrocher... par exemple le travail avec les rêves, c'est qqch qui leur parle plus qu'un travail cognitivo-comportementale qui va travailler sur leur pensée et tout ça. »

Vous avez des exemples ?

« (...) des exercices pour ancrer les personnes. La base c'est de trouver... un endroit sur où ils peuvent aller dans leur imagination... et puis les personnes avec qui je travaille elles n'ont pas d'endroit comme ça... parce que leur monde a juste été explosé par la guerre ou... ils ont été arrachés... ils ont du quitter leur pays pour échapper à la prison ou aux pressions politiques et puis... et puis ils viennent à Genève... ils ne savent pas s'ils vont être accepté ou pas donc pour eux de trouver un lieu sur c'est juste impossible, impensable... et de trouver une terre ferme ça ne leur parle pas, donc imaginer un lieu sûr pour eux c'est contre productif... peut-être ils arrivent plus ou moins mais ça n'a pas le même sens que pour quelqu'un qui a une maison, qui a un appartement, qui a une vie plus ou moins stable... c'est très très différent... ça prend beaucoup de temps pour trouver dans quel... »

« Dernièrement j'ai commencé avec un jeune homme qui vient du Congo... qui... un jeune universitaire, très intelligent qui était très actif politiquement... et qui a été arrêté, emprisonné pour ses activités politiques, et qui a été violé à répétition en prison... et qui avait très très mal par rapport à ça... donc j'ai commencé à le voir une fois par semaine... pis juste le fait de se voir et de parler ça allait un peu mais à un moment donné il stagnait... il disait qu'il faisait des cauchemars... souvent dans un premier temps ils ont du mal à parler d'un cauchemars particuliers parce que les cauchemars ça a à voir avec ce qu'ils ont vécu... et puis si on arrive... je demande juste de me donner un exemple... et puis là il a pu me donner un exemple... et un rêve qui lui faisait très très peur... et on a parlé de ce rêve... et je lui ai dit ce que je pensais... je me souviens plus du premier rêve qu'il m'a raconté... oui je pense que c'était... il était dans de l'eau, dans une sorte de baie, et d'un côté il y avait la terre mais l'eau était très très agitée et de l'autre l'eau était calme mais il fallait nager très très loin pour arriver à la rive... et puis il ne savait pas nager... et puis il ne savait pas quoi faire de cette situation... Car quoi qu'il fasse, il allait certainement couler... et donc ça c'était le rêve... alors on a parlé de ça puisque c'était plus ou moins sa situation ici en ce moment... il ne savait trop comment se sortir de toutes ces images qui l'envahissaient... et il était là pour essayer de trouver le moyen d'arriver à une rive, et à la sécurité... il m'a dit « je ne me suis jamais senti aussi bien, aussi chez moi, ici, depuis que je suis là... ce que je faisais le matin avec ma mère... dès que j'avais un rêve, le matin, ma mère... je disais à ma mère, mais maman j'ai eu ce rêve là et ensemble on parlait du rêve et de ce que ça voulait dire... donc même si je suis pas sûr si vous avez raison ou pas, ça me fait énormément de bien de le faire parce que ça me rattache... parce qu'en plus il n'a plus de nouvelles de sa famille... s'ils sont en vie ou pas... donc en plus on essaye de retrouver sa famille... et puis ça c'est juste un lien très fort qui me permet de trouver un peu de terre ferme et de stabilité ici... »

Est-ce que de manière générale, les gens sont sensibles aux rêves dans d'autres cultures ?

« Souvent... c'est pas tout le monde, c'est pas tout le temps mais les africains... les gens qui viennent de l'Afrique, c'est souvent intéressant de travailler avec eux car ça fait vraiment partie de leur culture... j'ai beaucoup travaillé aussi par exemple avec des sri-lankais, bien que ça fait pas autant partie de leur culture de parler des rêves mais... mais ça marche assez bien... les gens du Moyen-Orient... oui ça peut être très intéressant... c'est qu'après il y a des gens qui arrivent mieux à se connecter avec ça que d'autres... mais, je trouve en général... si la personne... parce que les gens que je vois dans ce contexte... ont énormément de problèmes aussi sociaux... avec l'insécurité de ne pas savoir s'ils vont être acceptés ou pas... ils vivent dans des logements, dans des conditions très très difficiles... ils ont beaucoup de problèmes pratiques aussi... souvent ça prend beaucoup de place dans les consultations... si on arrive à sortir un peu de ces problèmes de la vie de tous les jours... c'est la meilleure façon que j'ai trouvée pour aller plus profondément avec ces personnes et vraiment comprendre ce qui se passe à l'intérieur d'eux... et ne pas rester à l'événement traumatique ou aux événements traumatiques qu'ils ont vécus... mais de savoir ce que ça fait à l'intérieur d'eux... et puis par exemple, j'ai un jeune homme afghan... qui somatise énormément... et ils sortent une liste de problème somatique et c'est très difficile de sortir de là... et puis j'ai réussi une fois à lui faire raconter un rêve, ce qui a ouvert la porte à... donc c'est une jeune homme qui a une vingtaine d'années et qui est seul depuis quelque temps... et je me doutais qu'une partie de ses problèmes somatiques c'était lié à sa sexualité qu'il n'exprimait pas... et quand il m'a raconté le rêve qu'il avait fait le soir d'avant... et il avait beaucoup de rêve comme ça... c'était évident qu'il y avait... la sexualité... le désir de se connecter aussi avec sa féminité... et puis il a pu parler de ses frustrations sexuelles... de la sexualité où c'est tabou de parler de ça avec une femme... et ça l'a beaucoup soulager de pouvoir exprimer ça... et si j'avais pas pu entrer... avec le rêve... il n'aurait jamais pu évoquer ces problématiques... »

« J'aurais une image qui est apparue lors d'un voyage chamanique au début de mes études jungiennes... je sais pas si ?... c'était juste au début de mes études après j'en ai pas mal parlé en analyse mais ça n'était pas en analyse... Je ne sais pas s'il y a une grande différence entre ça et un rêve... c'est peut-être induit mais... d'où vient les rêves... c'est peut-être une participation plus consciente que dans un rêve... alors... ou sinon j'ai un rêve qui m'a emmené à faire ma première thérapie jungienne à moi... oui j'ai... je sais pas quoi choisir... qu'est-ce que vous préférez ? »

C'est intéressant une image apparue dans un cadre chamanique... et ensuite comment vous l'avez travaillée car souvent, se travaille pas dans le chamanisme... souvent il y a une image et il se fait assez peu de choses...

« C'est arrivé deux fois cette même image dans les voyages chamaniques... je vais peut-être... qui était assez espacé... et puis après on peut mettre ça dans le cadre jungien... dans le premier voyage j'étais amené par mon animal totem qui était une licorne volante... devant un... un palais fait de feu qui ne se consomme pas... de lumières mais comme si c'était des flammes... une lumière brillante... mais qui... une flamme éternelle... et puis on m'a fait comprendre qu'il fallait que j'entre dans cet espace... et au milieu il y avait une sorte de plateforme surélevée en marbre ouverte avec je pense 5 marches et... et donc un podium, une plateforme où il y avait un coussin de méditation au milieu et puis il y avait 4 colonnes autour et donc je devais monter ces marches et m'asseoir sur le coussin... et je commençais... et tout à coup tout commençait à vibrer, avec moi qui vibré énormément avec une énergie, une pulsation très forte... et je commençais à voir que les murs étaient faits de ces flammes... je voyais des silhouettes dans ces murs... en fait quand j'ai commencé le voyage, ma question était quelque chose par quoi ma profession... qu'est-ce que j'allais faire dans ce monde jungien... et donc une fois ou qqch m'a fait comprendre que je devais aller vers ces silhouettes que je voyais dans ces murs... et j'ai commencé à mettre ma main dedans... et puis il y avait des mains qui me tenaient et je tirais des personnes de ces flammes... et ces personnes sortaient couvertes de sang et... et ils arrivaient de l'autre côté, ils sortaient comme être humain mais qui avaient souffert... donc j'ai fait ça un certain temps puis je suis retournée sur la plateforme... et j'ai dit alors c'est la réponse à ma question... et puis elle m'a montré une scène où j'étais dans un bureau et je finissais avec un client qui partait et puis je commençais à écrire... donc c'était une image et puis peut-être quelques années après... ça je crois que c'était avant que je commence mes études cette première image... quelques années après j'ai fait un autre voyage... et j'étais en deuxième année de mes études... et dans ce voyage, ça commençait à m'amener devant une tour moyenâgeuse et je suis entrée dedans... il fallait monter par un escalier en spirale et l'étage était plein de moines qui avaient de longues robes avec une corde nouée autour de la taille... et puis j'étais en train de regarder... tout était vide très sombre mais au milieu de la pièce... d'un côté sur un mur il y avait une étagère et sur l'étagère il y avait une magnifique... magnifique coupe... comme en fait... une magnifique coupe... et donc je regardais la coupe parce que c'était très beau et il y a un moine qui s'approche de moi et qui me tend la coupe et qui me dit... qui me dit... c'est à vous cette coupe... et il me dit de boire dedans... et puis je prends une goutte qui est comme du vin mais qui a un goût assez exquis... et tous les moines commencent à chanter... le graal est vous, vous êtes le graal... le graal est vous vous êtes le graal... et ils m'amènent jusqu'à une autre porte et il me font monter jusqu'au toit de cet immeuble... et sur le toit de l'immeuble il y a de nouveau un carré avec un coussin de méditation au milieu... donc ils me font m'asseoir sur ce coussin de méditation... et tout à coup je me rend compte qu'il y a un sikh, de l'autre côté il y a un soufi, derrière il y a un christ et bouddhas... qui font les 4 coins de ce carré et alors... le sikh prend la coupe de mes mains et le soufi me prend et il me tourne et je tourne, je tourne, je tourne comme les derviches... il me fait tourner et tout à coup je... je désintègre et je deviens du liquide et le sikh prend la coupe, et puis... le liquide qui est moi tome dans la coupe et puis il le verse sur le coussin de méditation et puis je me reconstitue sur le

coussin de méditation... et tout d'un coup je me retrouve dans cette autre vallée de lumière... de feu qui ne se consomme pas... et puis j'ai donc... il y a christ, il y a bouddha... donc il y a christ qui est juste derrière moi et puis de nouveau tout vibre avec énormément d'énergie... et c'est comme si... comment dire... comme pour me sacrer... et puis il y a une sorte de coiffe qui descend d'en haut qui est fait de plume et de corne... et puis ils mettent ça sur ma tête et puis c'est la fin... »

→ « c'était avec une amie qui a fait une initiation chamanique... avec qui j'ai fait de souvent fait des voyages depuis un certain nombre d'année... la première fois c'était juste elle et moi et puis la deuxième fois c'était elle, moi et un autre étudiant de l'institut jung... une fois chez elle, une fois chez moi, et puis c'était elle qui faisait le tambour... (sans psychotropes ?) non, non sans psychotrope... »

→ « rire... mes rêves sont aussi comme ça... »

Quelles différences vous faites avec vos rêves si vos rêves sont aussi comme ça ?

« peut-être au niveau symbolique c'était vraiment extrêmement chargé... plus chargé que la plupart de mes rêves... mais mes rêves sont souvent très... c'est souvent des grandes histoires assez complet... donc... »

Vous disiez « d'où ça vient »... selon vous il y a une différence de source ?

« Je sais pas si il y a une... je dirai ces voyages chamaniques comme on a fait... c'était toujours... on posait une question donc... ma copine et moi on avait l'habitude de voyager ensemble par rapport à une question qu'on se pose... et souvent soit on se voit dans les visions... et les images se croisent... pas pour tout mais il y a souvent plusieurs choses qui se regroupent... et puis donc... on pose une question pour moi et on pose une question pour elle... donc il y a une intention... on demande des réponses... tandis que rêve... il y a pas vraiment d'intention... c'est qqch qui vient certainement aussi pour donner une réponse... peut être aussi c'est une question qu'on a posé inconsciemment aussi... et puis c'est là mais peut-être c'est... et même avec cette amie quand on a été dans le même espace à dormir ensemble... dans une chambre d'hôtel ou qqch comme ça... c'est pareil on avait souvent des rêves qui se croisaient avec différentes images... »

« Alors je sais pas d'où ça vient... je pense que la source est probablement la même... le chemin est différent... le but est plus conscient... mais je pense que tout vient de... tout vient de tout... on va juste... on se plonge dans un tout... et ce dont on a besoin sur le moment, c'est ça qui m remonte... je sais pas si ça fait sens... »

Ca fait sens mais ce qui m'intéresse c'est comment vous l'expliquez... par exemple quand vous dites « ça remonte... »... je précise que je m'intéresse justement aux différences entre jungien, hypnothérapeutes et praticiens chamaniques... qu'est-ce qui est mobilisé, les neurosciences, l'inconscient, les esprits... et vous ?

Quand je demande des précisions par rapport à la source

« Alors peut-être... pour illustrer... je vais peut-être quand même vous raconter un rêve que j'ai fait... et cette amie avec qui j'ai fait le voyage chamanique était dans le rêve (vous dormiez ensemble ? → non) Donc c'est un rêve que j'ai fait aussi... j'étais déjà en analyse mais je n'avais pas encore commencé mes études jungiennes... et d'ailleurs ce rêve m'a poussé à choisir le sujet de ma thèse à l'institut jung. Dans mon rêve je suis avec elle... et puis c'est un dimanche après midi et on est à vélo on arrive à un croisement de chemin... donc une route qui va au lac et c'est bas et une autre route qui monte... et c'est de décider quelle route prendre... le lac était magnifique... c'était une journée couverte... il faisait assez gris avec les nuages bas... puis le lac était complètement calme, il y avait pas une vague... c'était comme un miroir... argenté... c'était vraiment un argent complètement calme et magnifique... donc on a décidé de prendre la route au bord du lac puis on voyait plus ou moins qu'il y avait un bâtiment à un étage... donc très moderne... qui était construit un peu sur le lac... donc une partie allait au dessus du lac... et ça avait l'air d'être un musée... donc on est allé vers cet endroit... je me souviens qu'il y avait des canards posés sur le lac et tout d'un coup ils sont partis en V... et puis ça faisait juste des petites vagues dans le lac au moment où on est arrivés à cet endroit... et puis donc on est allées à la porte... on a ouvert la porte et puis il y avait un petit homme... assez âgé, chauve... assez gros qui ressemblait à un personnage d'un tableau de Botero (vous voyez ces hommes...) qui nous accueille à la porte et puis il me regarde, il me dit... « ah enfin vous... on vous attendait... » J'étais un peu... ok... et puis il nous fait rentrer... c'était un musée où il y avait des tableaux sur les murs donc partout... mais au lieu d'être un musée normal c'était comme... il y avait comme un série de chambre à coucher et dans chaque chambre à coucher il y avait un tableau sur le mur... mais ce qui... qqch de bizarre... et j'ai mis un moment pour comprendre car les tableaux bougeaient... et défilaient... et je commençais à les approcher les uns après les autres... et puis j'avais un sentiment très étrange... et tout un coup je me suis rendu compte que c'était mes rêves... et puis je me suis arrêtée assez étonnée et puis cet homme vient vers moi et il me dit « oui ce sont tous les rêves que vous avez jamais eus et tous les rêves que vous aurez dans votre vie... ils sont tous là et ils vous attendent depuis toujours... » Alors je savais pas trop quoi penser... et je vais pour m'approcher d'un autre tableau et tout à coup il saute sur moi et il me fait tomber par terre... et il devient très menaçant... et ma copine qui était avec moi... et j'avais peur je savais pas ce qu'il allait faire... elle m'aide... elle me tire dessous le lit... et puis elle me prend, j'étais assez choquée... comme si elle ne voulait pas que je voie le prochain tableaux... et elle me dit... comme elle est anglaise... elle me dit « écoute c'est un musée il doit y avoir un salon de thé parce que ça ne peut que aller mieux avec une tasse de thé... » donc on trouve le salon de thé qui est dans la partie qui est juste au dessus de ce magnifique lac argenté... et dans le salon de thé il y a trois grand mère aux cheveux argentés et des chignons sur la tête... qui sont en trains de tricoter une énorme... comment dire... comme une toile d'araignée... et puis elle nous voit, elle nous sert du thé et tout va bien, et voilà c'est la fin du rêve... Et donc j'étais très intriguée. A un moment donné je me suis rendue compte que c'était un rêve qui parlait du temps... C'était probablement les trois... comment vous dites en français... les moirées... qui tissent le temps... et puis c'était un endroit où le temps n'existe pas... tout était déjà là... donc... et je pense que pour moi, depuis que je suis enfants... j'ai toujours eu beaucoup de... de visions, de... savoir des choses que je pouvais pas savoir des choses que je pouvais pas savoir autrement... donc j'ai toujours eu l'impression de vivre dans ce temps là... ou le temps n'existe pas mais tout arrive en même temps... et il y a qqch qui fait que nous pensons que nous sommes dans ce temps ici et maintenant... tandis que peut-être pas... peut-être qu'on est là mais... on est ailleurs en même temps... que tout est dans cette totalité... donc j'avais toujours l'impression d'être comme une antenne de radio qui arrive... d'autres temps mais qui se passe probablement en même temps que maintenant... donc pour moi ce rêve parlait de cet aspect où le monde n'est pas forcément avant, maintenant, et après... u on n'est pas forcément vous et moi ici et maintenant... et... donc ça parle pour moi vraiment d'une unité des choses... et que c'est des fois différentes partie de cette unité qui ressortent dont on a besoin mais qui vient peut-être pas de ce temps ici... ou peut-être pas de notre réalité d'ici et maintenant... mais qui vient de qqch qui est peut-être aussi réel mais qui n'est pas visible... donc je sais pas, je peux pas vraiment dire plus que ça... »

« Depuis que je suis petite je sais toujours quand quelqu'un qui m'est proche va mourir... ou un animal ou... ce genre de chose... soit par des rêves, soit... j'entends qqch... donc... j'étais toujours très proche à cette autre réalité entre guillemet... ou une autre façon de vivre le monde... pour moi tout vient de la même source mais quel nom donné à cette source je sais pas... »

« Je pense c'est tout la même chose... l'inconscient collectif c'est un nom pour ça... ça fait partie de cette... et puis ces esprits... qu'est ce qu'ils sont... est-ce que ce sont des esprits ou c'est une image pour quelque chose que nous vivons et qui nous renseigne qqch sur nous même... sur ce qu'on vit sur le moment... »

Pour vous on pourrait être en train de vivre un même lieu, un même temps en même temps ?

« Peut-être... peut-être... on ne sait pas... »

« J'ai fait ma thèse sur le temps et le traumatisme... et puis... en lisant ce que les philosophes ont dit du temps... ce que Jung a dit... ce qu'ont dit les philosophes comme Baum (?) qui était un bouddhiste très réputé... cette idée... que tout parle de la même chose... que le temps c'est qqch que... qu'on a besoin pour pouvoir percevoir le monde est l'appréhendé mais ça n'existe pas forcément... ça nous aide à comprendre que quand je me suis regardé quand j'avais 4 ans et quand je me regarde dans la glace maintenant c'est la même personne mais... c'est... mais est-ce que l'heure sur nos montres est vraiment qqch qui existe dans la réalité ou pas... on parle de réalité quantique... donc c'est qqch qui est très... la direction que la physique prend c'est essayer de comprendre ces différentes réalités qui existent que je ne peux pas exister mais je peux juste savoir mon expérience de ces choses... »

« (...) donc pour moi les visions chamaniques me parlaient beaucoup certainement du travail que je fais maintenant... de trier ces personnes de... de ces murs... ces personnes abîmées essayer de les aider... pourquoi dans un cadre aussi comment dire... mystique... je sais pas.. Jung dirait que le Bouddha, le Christ tout ça... mes 4 piliers c'est des symboles de totalité... donc d'équilibre, d'une harmonie... du Soi.. de notre être authentique... et peut-être justement il faut pouvoir avoir une base aussi solide pour pouvoir faire ce genre de travail... ce que je ne prétend pas... mais de savoir que c'est là, peut-être que ça aide...

L'autre vision avec le voyage chamanique avec les moines c'es aussi le symbole du Soi et une dissolution de mon corps, de mon être physique pour être reconstitué aussi dans un cadre très mystique... je pense que c'est... ma demande... qqch qui... même si je pense pas très souvent.. qui doit être une aide pour moi face à toutes les horreurs que j'entends et... (...) peut-être si j'avais pensé plus souvent qu'il y a ce potentiel de totalité de force et d'équilibre... peut-être des forces qui nous dépassent qui sont là pour nous aider, nous protéger... j'ai jamais essayé de mettre en mots donc c'est difficile... »

A propos des images de Chrsit, de Boudha

« J'en ai parlé en analyse... et ce qui est sorti c'est ces images mystiques très fort de Soi... de... de ce qu'on appelle d'individuation... et donc dans les... chez les jungiens c'est ce vers quoi tout le monde tend... donc quand on est... et puis on pense aussi que c'est quand on est confronté à des situations très difficile ce sera où que ce genre de symbole apparaissent parce qu'on en a besoin... c'est une idée que ça peut être une compensation pour des circonstances très difficiles... mais je dois dire que c'est pas évident non plus... parce ce que c'est comme du pain béni pour les jungiens de voir ce genre d'images et puis c'est difficile de... de les interpréter parce qu'on a l'impression que ça dépasse aussi une interprétation... donc je dirai que ça et les rêves que je racontais avec les tableaux... c'est qqch que j'ai parlé en analyse mais c'est qqch qui évolue avec le temps, avec moi... c'est pas qqch qui reste figé... c'est qqch... à laquelle je reviens, je suis plus en analyse maintenant, mais sur lequel je suis revenu à différents stades de ma formation et de ma vie pour comprendre différents aspects de ces images... donc qui sont toujours en évolution, qui apportent toujours.. oui donc c'est ça qui est assez incroyable, ils sont intemporels... »

« Pas forcément les interpréter mais que je... je retire différent... il y a différents aspects qui deviennent apparents, et que j'appréhende autre chose par ces images... donc qu'il n'y a pas juste une interprétation, une signification... mais par rapport de... de ma perspective, où je suis quand je le regarde... je vais voir une autre facette... et je pense qu'il y a beaucoup de ces facettes là et c'est peut-être aussi ce que le rêve dit par rapport à l'intemporalité des rêves.. c'est que c'est pas juste je l'ai eu quand j'avais tel âge, et c'était quelque chose pour moi à cette époque. Mais non c'est qqch qui accompagne... »

Est-ce que ça vous avait permis d'avoir une sorte de prise de conscience ?

« Alors je dirai que les 2 voyages chamaniques... il y a un côté qui... le mot qui me vient c'est un peu « écrasant » aussi dans ces images parce que c'est juste... c'est un peu trop... c'est... comment dire... l'idée que... c'est surhumain... donc ça fait aussi un peu peur ce genre d'image... je peux revenir et voir des choses intéressantes et voir que ça met en images des aspects jungiens vraiment de l'individuation et des aspects mystiques très forts mais.. mais qq part ça me met aussi mal à l'aise car j'ai pas demandé et qq fois... dans ce premier voyage chamanique.. je me souviens... j'ai vu toutes ces choses assez mystiques, et j'étais là mais... « écoutez ma question était qu'est-ce que je vais faire comme métier... Je peux pas juste avoir qqch d'un peu terre à terre pour me guider... » parfois c'est un peu « bon d'accord mais j'en fait quoi de ça ? »

« Je pense que j'aurais toute une vie pour les revisiter car il y a trop qui est dedans... et je pense que dans mon évolution je vais toujours retourner à ces images pour voir s'il y a autre chose qui en ressort... »

Je demande, puisqu'elle a parlé de compensation lors de situation difficile, si elle vivait une période difficile... Elle dit que ne vivait pas un période difficile que ça pouvait être par rapport à son futur métier (question qu'elle avait posé) qui allait être particulièrement difficile.

« C'est des images pour compenser toutes les images de torture qui sont quand même gravées dans ma tête par rapport aux histoires que j'entend... de savoir qu'il y a aussi autre chose. »

→ Ça l'aide pas autant qu'aurait pu penser. Y pense pas souvent. Peut-être à peine une fois par an.

« J'ai toujours une partie de moi qui reste très sceptique donc je suis un peu tirée entre ces deux côtés qui... il faut pas trop... mais il y a une partie de moi qui sait que ce qu'on voit... et plus que ce qu'on expérimente dans cette vie... je peux le sentir dans tout mon corps... mais il y a aussi ma tête qui me dit... rationnellement « écoute... euh... t'es peut-être allée un peu loin... et puis en fait aujourd'hui c'était une journée difficile.. et tout ce que je veux c'est peut-être aller devant la télé et regarder qqch de complètement... qui me distrait complètement... et donc peut-être malheureusement je ne passe plus de temps dans un côté plus axé.. un potentiel qui nous dépasse... »

J'évoque pourtant le « décoration » qui rappelle cette dimension mystique → beaucoup d'arbre. → trouvé en Afrique du Sud, en février alors qu'à pris le bureau au mois d'avril.

Comment vous travaillez ces images en analyse ?

« Raconter et puis... maintenant que j'y pense c'est vrai qu'on a jamais pu aller très loin car... je crois que... tout le monde était... c'était juste un peu trop... un peu trop... mais ça a aidé à parler... et probablement parler des symboles et tout ça... ouais... c'est peut-être aussi une totalité qui est difficile à décortiquer... mais au moins c'était possible d'en parler.. c'est pas forcément possible de parler de ce genre de choses... dans la vie de tous les jours ni dans un travail psychothérapeutique classique... freudien.. ou cognitivo-comportemental... de parler d'une vision comme ça... je ne sais pas si les gens choisiraient déjà ce genre d'approche s'ils avaient des rêves ou des visions comme ça... peut-être c'est aussi... une autre façon de... d'aborder la chose... ça m'a certainement aidé d'en parler en analyse.. mais c'est vrai que...et moi je le vois aussi dans mon travail... il y a certaines choses qu'on ne peut pas tout de suite trouver une signification... ça libère qqch de pouvoir en parler.. déposer qqch.. et puis c'est plus tard qu'on voit avec d'autres rêves... avec d'autres vécus de la personne ça devient plus apparent... »

Vous avez déjà pratiqué l'imagination active... avec un dialogue ?

« Un petit peu.. c'est pas toujours évident avec les personnes que je vois à l'hôpital... c'est pas qqch qui... »

Vous avez déjà pratiqué l'imagination active ?

« J'ai un peu de mal à faire ça... j'ai du mal parce que cette partie sceptique en moi... est là et puis se dit... c'est toi qui invente... contrairement au voyage chamanique et puis à le prendre au sérieux... donc non... »

Ah pas dans le voyage chamanique ? Je précise que pour moi ça m'arrive aussi dans le voyage chamanique...

« Oui tout à fait, moi aussi, mais peut-être moins parce c'était des images tellement fortes... que... que j'aurais eu du mal à inventer... par exemple le palais de flammes... je vois pas, c'était absolument pas... enfin je vois pas dans ma... dans ma conscience de possibilités... donc il y avait des choses que j'avais vraiment l'impression qui me dépassaient... depuis j'ai beaucoup de mal.. et puis avec ma copine on a arrêté parce qu'on a juste plus rien qui vient... donc on ne fait plus... je dirai depuis ce 2^e voyage... »

L'importance de l'image par rapport aux autres sens ? Ça vibrait, vous ressentiez... vous entendiez aussi ?

« Oui oui, il y avait le goût aussi... »

Votre définition du symbole, archétype ?

« J'aime pas trop les définitions... »

Pas une définition académique.. pour vous c'est quoi un symbole

« Ca dépend du symbole.. mais je dirai... il y a des symboles qui pour moi personnellement dans mes rêves... et je pense que c'est pour ça que c'est difficile de les analyser... c'est juste tout à la fois... c'est difficile de disséquer parce que tout est là et c'est pas une expérience rationnelle... c'est une expérience presque viscérale... donc un symbole qui est fort comme ça qui vient à soi... c'est ... le mot qui me vient à la tête... c'est une vie.. je sais pas pourquoi c'est ce mot là qui me vient... alors il y a d'autres choses comme une panthère qui me regarde dans un rêve... ça c'est un symbole qui pour moi représente qqch et qui... qui m'envoie un message particulier où je pourrais interpréter... mais il y a d'autres symboles qui... oui... »

En général vous les interpréter ou pas tellement ?

« Je parle de mes rêves à moi... pas forcément.. quand je travaille avec les symboles.. c'est différent, c'est une source d'information... mais de nouveau, j'ai appris plein de choses sur les symboles, sur ce que ça représente et le reste mais c'est pas qqch que je fais... souvent c'est pas qqch que je fais de manière intellectuelle... c'est qqch qui est beaucoup plus intuitif... et que je fais beaucoup plus avec mon corps et mon ressenti... »

Dans la relation thérapeutique ou pour vous même ?

→ dans la relation thérapeutique

Pour interpréter les symboles ou de manières générales

« De manière générale mais aussi pour les symboles.. parce que souvent ça m'évoque qqch de très fort et puis... ça m'évoque une pensée ou une compréhension que j'aurais pas eue sans que cette personne amène ces symboles... »

« Pour moi mes rêves... je suis pas un bon exemple... parce que c'est vrai que... c'est des choses que j'apprend au fur et à mesure.. mais moi et les analystes ont toujours eu beaucoup de mal à les pénétrer parce qu'ils sont toujours très denses et très... comme une histoire à part entière et c'est pas évident de... c'est plus une totalité qu'on a du mal à démêler... surtout sur le moment... »

Du coup ils ont quel rôle ?

« Ils m'accompagnent... dans ma vie... oui comme je dis c'est... les compréhension vient petit à petit... il y a certaines choses qui tout à coup « ah oui c'était certainement ça... » et puis « ah oui, ok, maintenant je comprends... » »

Je parle de l'ambivalence entre la forte charge mystique et le côté sceptique. Je dis, c'est intéressant car on pourrait se dire qu'avec de telles expériences...

→ elle acquiesce

Comment vous expliquez que maintenant vous vivez plus rien en expérience chamanique ?

« Peut-être que j'ai eu ce que j'avais besoin de voir.. c'était ça que j'avais besoin de voir... peut-être je suis pas très ouverte non plus... (...) peut être les questions qu'on pose ne sont pas les bonnes questions... »

Par contre vous avez toujours des rêves ?

« J'ai eu des rêves qui... ou j'ai eu tout à coup des compréhensions... comme j'ai dit j'ai toujours eu aussi des rêves prémonitoires... donc ça fait partie des fonctions des rêves aussi... mais j'ai eu des rêves... avant de décider de divorcer... j'ai rêvé que mon ex mari était derrière une vitre ne verre et je pouvais pas l'atteindre... et ça ça m'a fait une prise de conscience pour avoir une discussion avec lui... et qu'on parle de notre relation qui a fini par aboutir à un divorce par ce que moi je savais qu'il y

avait des choses qui n'allaient pas.. mais on n'était pas près à affronter la réalité comme ça... donc il y a des choses comme ça... très puissant qui m'a fait une compréhension subite.. où tout à coup ça a changé aussi ma vie... »

« Ca arrive des images qui font une prise de conscience... »

Seulement en rêve pas autrement ?

« Si si... quand je suis avec un client, un patient par exemple.. j'aurais une image... et quelque fois je partage avec la personne.. quelque fois pas... souvent quand je partage avec la personne que je viens d'avoir telle image ça leur dit qqch.. souvent ça les étonne... ça leur donne une nouvelle piste.. ça tourne la thérapie dans une nouvelle direction... ou on a une compréhension... ou c'est qqch que la personne ne m'a jamais dit mais que moi j'avais besoin de savoir pour pouvoir aider la personne... donc c'est vraiment utile... »

Vous auriez un exemple ?

« Alors j'avais un patient tchétchène... un homme... un assez bel homme que je voyais avec une interprète russe qui était très jolie aussi... il était toujours d'être avec nous deux... parce que ça lui plaisait visiblement... c'était quelqu'un qui a vécu des choses abominables... il a assisté à un massacre de sa famille... des tortures qui dépassent l'imagination.. on se demande comment on arrive à faire ces choses... ou on va chercher ça ... dans l'inconscient collectif ou est-ce qu'on recherche des choses comme ça... dans des peintures de boch (?) et puis il était assez dragueur.. et il demandait.. il me disait « mais on peut pas se voir en dehors de... » je disais « non c'est pas possible, je suis pas là pour ça, on est là pour parler de vous... » et tout à coup j'ai eu une image avec une cheminée... une femme très maternelle qui faisait dans une marmite... elle faisait à manger... elle s'occupait du feu et puis c'était extrêmement intéressant... et puis j'ai dit... j'ai juste cette image... est-ce que ça vous parle ? Et puis il a commencé à pleurer et il dit... oui c'est ma mère... elle est plus là mais elle toujours là comme ça et c'est la seule chose qui me réconforte et qui me donne de la chaleur, de la force... et puis vous m'avez redonné cette image, c'est magnifique... ça m'émeut parce que un ou deux jours après... c'était la semaine d'après... on avait rdv, il n'est pas venu et donc j'ai appelé le foyer où il habitait... et j'ai essayé de trouver quelqu'un qui pourrait me dire.. parce qu'il venait toujours au rdv... on essayait avec l'interprète de le trouver... et en fait il était renvoyer... et puis je sais pas s'il est en vie ou pas.. en tous cas il est parti avec cette image... »

Je mentionne que dans les 2 exemples elle a permis de « retrouver » la maman

« Un jeune homme somalien... qui venait de... ils n'ont pas des castes mais ils ont des clans... ils ont des clans qui ont des... et puis il était vraiment dans les clans un peu comme les intouchables... et ses parents ne le laissaient pas sortir parce que... n'importe qui qui était d'un clan plus élevé pouvait le prendre dans la rue et le ramener comme esclave chez lui... et donc il avait vécu dans un sorte de huis-clos avec ses parents... ils avaient un garage, son père réparait des voitures.. et puis à un moment donné ils ont été attaqué par une milice... lui a été pris.. et son père et son frère ont été tués et puis sa mère, il n'avait plus de nouvelles donc lui était gardé... il était forcé à faire des travaux forcés... aussi se battre... il était mal traité... à un moment donné il a réussi à s'échapper son oncle (?) l'a aidé à partir mais il ne savait pas où était sa mère... c'était la seule famille qui lui restait.. je le voyais avec une interprète qui était le plus grand clan du pays... donc ils avaient une énorme différence sociale... ils ne se comprenaient pas très bien et... il ne savait pas lire et écrire... On n'avait absolument rien en commun... il avait été un esclave... et il me regardait.. il se demandait ce qu'il faisait avec moi et une autre femme.. je me disais mais comment je peux rentrer en contact avec lui... c'est impossible... donc j'ai essayé de lui poser quelques questions... puis finalement je lui ai dit... est-ce que votre mère vous racontait des histoires quand vous étiez enfant... il m'a dit « oui oui elle me racontait des histoires... » « vous pouvez me raconter une histoire ? » Donc il m'a raconté une histoire et puis j'ai eu approximativement ce que l'interprète... elle le comprenait pas très bien et ce qu'elle me disait moi je comprenais pas très bien... j'essayais de plus ou moins comprendre ce qu'il disait... et donc à la fin de cette première consultation il m'a touché les mains et il m'a dit... vous ressemblez exactement à ma maman... (...) et puis depuis ce moment là on a fait 6 mois de travail ensemble où il me racontait ses histoires et puis en parallèle il a appris à lire et à écrire en français... et voilà à un moment donné il n'avait plus besoin... je crois qu'il travaille ici... et donc c'est juste... ce dont il avait besoin... et puis on a pu retrouver sa mère aussi avec la croix rouge suisse comme... enfin on n'a pas encore retrouvé pour le jeune congolais dont je parlais au début mais on a lancé des recherches... donc... il a retrouvé sa maman, il n'avait plus besoin de moi... j'ai pas d'enfant mais... donc visiblement, ça a du être constellé, s'ils ont besoin de ça... voilà. »

Il semble que les images dans ces situations aient permis de créer un lien ?

« Alors ça dépend un peu des personnes... ça ne va pas marcher avec tout le monde mais... mais j'essaie vraiment d'écouter, d'écouter mes tripes, d'écouter mon cœur, de voir ce qui me vient... il y a des gens c'est très difficile parce qu'ils sont tellement défendu que c'est très difficile... mais petit à petit il y a peut-être un mot qui est bien placé qui fait qu'il revient... et peut-être dans un an ou deux il y aura qqch qui va sortir... c'est différent avec chaque personne... mais émotionnellement c'est aussi assez épuisant... »

« J'ai un nouveau patient, un irakien qui faisait partie de l'intelligence dans son pays... qui a vu des choses absolument abominable et maintenant quand il vient... il m'était adressé par le psychiatre parce qu'ils n'arrivaient pas à raconter des choses sans se décompenser... mais maintenant j'ai trouvé le moyen de le faire... il y a... c'est un très bel homme, il a des grands yeux bleus, très beaux.. et il doit me regarder dans les yeux... et je ne peux pas cligner des yeux pendant qu'il me raconte... et c'est comme s'il transfère tout ça vers moi et ça le libère... et après moi je me retrouve avec ces images... donc là il faut trouver qqch à faire avec ça... (les 4 piliers) c'est ça... le bouddha et le christ... voilà avec chaque personne c'est très différent... »

Donc quand vous venez ici (cabinet privé) c'est...

« Oui c'est très différent... mais bon il y a quand même... des fois c'est encore plus frustrant... parce que les problèmes sont moindres et c'est encore plus difficile de changer des choses... mais c'est... c'est autre chose quand même... »

C'est plus difficile de faire changer les choses ?

« des fois c'est... les gens... les gens avec qui je travaille à l'hôpital c'est très dramatique donc quand il y a des ouvertures c'est assez dramatiques aussi.. tandis que quand je suis ici c'est des petites choses petit à petit... et puis on fait 5 pas en arrière, 2 pas en avant... et puis des fois c'est un peu frustrant... mais c'est moins prenant que l'autre travail... »

Quand vous avez eu ces images qui sont venues... vous étiez dans une sorte d'ECM ? Comment vous décririez ce que vous faites pour que ces images arrivent ?

« Je pense que je suis juste extrêmement en lien avec les personnes et comme... je suis de nature à être extrêmement ouverte... à autre chose... ça vient quand... ça prend forme... mais pour vous dire exactement comment... je pense que c'est une question d'être là... d'être complètement là... et vraiment impliquée.. c'est clair que si c'est un jour où j'ai un rdv et je suis pressée... c'est clair ça va être plus difficile d'avoir accès à ça... sauf si la personne est vraiment en détresse et puis ça me happe dans le moment... mais je pense que c'est quand on est vraiment.. ces moments qui sont aussi un peu en dehors du temps... où il y a un lien qui... un lien inconscient qui est activé fortement... et puis on reçoit un message qui est important et qui peut faire changer les choses... et c'est aussi certainement quand les gens sont soit très en détresse, soit quand c'est vraiment difficile... quand je sais pas comment aborder la personne et j'ai besoin de qqch comme ça... ça vient... »

On pourrait dire que c'est aussi quand vous voyez pas avec la raison alors vous vous fiez à autre chose... → oui ?

« Oui c'est qqch que j'utilise beaucoup l'intuition... et que je suis assez à l'aise avec ça... oui oui c'est ma façon préférée d'être ne relation avec qqcn... mais si la personne est très défendue et très intellectuelle ça me met plus dans la tête et rendre les choses plus difficile.. parce que j'ai quand même cette lutte entre la tête et autre chose »

Je relève que c'est intéressant que ça dépend de qui on a en face pour pouvoir être plus facilement ou pas dans l'intuition.

« Je veux juste dire qqch par rapport à mon travail... qui me semble... peut-être que ça peut paraître accessoire pour vous mais.. je pense que c'est important de savoir... à l'hôpital je travaille souvent avec les interprètes... peut-être 70% des cas ou 80. Donc il y a aussi l'inconscient de l'interprète qui rentre en ligne de compte et aussi ce que l'interprète arrive à transmettre... donc ça c'est très difficile.. si je suis en mode intuition... il y a beaucoup de bruit qui me vient et c'est très... très déroutant.. et... et donc avec certains interprètes ça vient beaucoup plus facilement, avec d'autres je vais avoir.. une télécommande où je peux mettre en off pour faire qqch.. mais il faut trouver aussi les bons moyens pour que l'interprète puisse entrer aussi dans cet état d'esprit... et.. et voilà donc ma façon d'agir avec mes patients va aussi dépendre de l'interprète... »

« C'était très agréable... j'ai eu une journée très difficile donc ça m'a permis de relativiser ma journée donc je vous remercie... »

Premier entretien : H1

Vous aimeriez quoi, vous aimeriez aller où ? A partir de quel moment ?

→ logique de bascule, on prépare « rite de passage ».

→ A ce moment-là, tout va basculer

Ce vocabulaire est déjà très hypnotique

« Le travail avec les images ça m'a sauvé la vie ! »

« Ah ouais... je pense que je serai mort depuis longtemps... si j'avais pas pu bosser... disons si j'avais pas pu bosser à... disons à... prendre au sérieux des images intérieures et travailler avec.. etc.»

« Durant mon analyse jungienne que j'ai faite.... Ben voilà, il fallait rechercher les morceaux... ils étaient très éparpillés... et c'est avec c'est... les images, elles ont cette fonction aussi où peu à peu... le puzzle se reforme.. et puis.. peu à peu, quelque chose de plus construit, de moins délabré peut se mettre en place. Donc là ça a joué un rôle important pour moi. »

« Beaucoup travaillé avec des images de mandalas... qui me venaient, qui survenaient en moi... que j'essayais de dessiner à l'époque... »

« J'essayais toujours aussi, lorsque les images étaient fortes... soit de les peindre... soit de les dessiner... soit de leur donner une consistance à travers un masque.... Parce que j'ai beaucoup travaillé avec les masques... à travers aussi des objets... des objets symboliques... un caillou au bord du chemin qui devient un élément... quelque chose... j'avais une phrase... pour te donner un exemple... j'étais coincé dans un truc et je sentais si je restais dans ce truc ça allait mal se passer... j'avais une image intérieure de... d'un bébé qui restait au-delà des 9 mois... qui ne sortait pas... pis j'avais ces phrases qui sortaient... « naît sinon tu crèves... » et pis au moment où j'ai dit ça, je m'achoppe sur un caillou et ce caillou je l'ai encore comme le caillou qui a parqué le passage d'abandonner un certain type de vie... une certain nombre de choses... sacrifié des choses auxquelles je tenais et puis m'ouvrir au nouveau... et ça c'est... l'image... elle est tout le temps mêlée... elle survient un petit peu comme une synchronicité aussi... C'est aussi ça. Car dès le moment où on s'occupe d'image, on s'occupe aussi de la question de « comment elles arrivent.. » et elles arrivent pas n'importe quand... c'est toute la question de la synchronicité qui est en jeu. Et puis le percevoir... s'entraîner à le percevoir... »

« ...s'entraîner aussi à repérer si on veut, les structures qui sont derrière... parce qu'il y a des structures logiques... parce que si tu vois un petit bout d'image là... il y en aura un autre bout pour que tu regardes ailleurs... par exemple moi j'aime beaucoup travailler avec les polarités... si je vois quelque chose de très faible quelque part... je pense qu'il y a quelque chose de très fort... en polarité quelque part que je vois peut-être pas et qu'il faut aller rechercher... pour pouvoir faire contrebalancer les forces... les équilibrer.. etc. »

Une histoire où j'étais demandeur :

Contexte :

Je suis dans une période difficile dans mon travail, je suis amené à faire des choses que j'avais jamais faites... manager... et j'avais un conflit important au niveau éthique... sur le plan c'était assez extérieur assez honorifique d'un côté... mais comme toujours, dès que le pouvoir est là, derrière se constelle toute la fragilité et je me suis retrouvé extrêmement fragile, personnellement, intimement, pourtant j'avais rien de problématique au niveau de ma famille... mais je faisais manifestement des angoisses de mort... avec ces symptômes où t'as l'impression que tu vas pas te réveiller, que ton cœur bat d'une curieuse manière... t'es obligé d'un peu le camoufler...

En fait je me suis retrouvé en situation où je faisais plus d'analyse...

Séance d'hypnose.

Ambiance où tu te trouves dans un espace où tu remets les sens en éveil et puis peu à peu tu... un fois que tu es là... elle me demande où je suis... c'est très curieux... je suis dans un enfer... et j'étais vraiment dans un enfer... dans une espèce de souterrain terrible... elle me dit « ouais... qu'est-ce qu'il y a là, encore... dans cet enfer ? » Et je regarde autour de moi... et je vois, un essaim d'abeilles...

Et elle me dit « mais... peut-être qu'elles te veulent quelque chose ces abeilles... essaye de t'approcher... » Et je m'approche de l'essaim d'abeille... et ces abeilles elles s'envolent... elles me tournent autour... et elles m'emmènent en voyage... je suis les abeilles... et elles me conduisent dans un endroit... que je connais bien dans la réalité... c'est en endroit dans le sud de la France... où j'adore aller... c'est une chapelle sur une montagne qui a encore... on entre du sud vers le nord... alors que d'habitude c'est pas du tout comme ça dans les églises... on entre de l'ouest à l'est... donc c'est une chapelle qui est de ce point de vue-là, encore un peu chamanique... c'est-à-dire qui est où le nord est la position qui te permet de voir le soleil se lever à gauche... le soleil se coucher à droite... et tu te mets le dos au nord et tu vois les choses se passer comme ça. Et c'est un lieu où j'adorais, pendant les vacances, aller voir le soleil se lever... et aller voir le soleil se coucher... mais j'avais pas penser du tout hein... mon essaim d'abeilles il m'amène là... qu'est-ce que je fais ? Je m'appuie contre la porte de la chapelle... qui est encore bonne chaude du soleil de la journée... et je me sens paisiblement là, prêt à continuer le voyage... le problème c'est que le voyage dans un endroit... pour moi complètement foliot... parce que les abeilles tout à coup elles disparaissent dans un puit... je me dis « mais je les suis » et je descends vraiment dans la vallée de la mort... avec les abeilles...

Et les abeilles me conduisent là et... dans cette vallée de la mort... et évidemment je ressens toutes les angoisses... je revisite tout ce qui se passe... et à moment donné... il y a des portiques à gauche et à droite du passage... et puis sur ces portiques... je reconnais des vieux de mon village qui sont morts depuis très longtemps... pis ils me font des petits clin d'œil quand je passe... et puis à un moment donné... je tombe entre deux jeunes qui sont là ! Deux copains de mon enfance qui se sont, les deux, suicidés, dans la réalité. Et ils sont là. Et ils m'accueillent. (...)

Et ils me font aussi des petits gestes du genre « ah tu viens nous voir... »

Et là je continue... et là je sens que je continue... que je dois continuer... et à un moment donné... il y a un grand rideau rouge... et je me rends compte « mais c'est la mort, c'est le passage de la mort... »

Et une voix me dit « t'inquiète pas... c'est rien du tout... c'est juste un rideau... donc... cette voix elle vient de l'autre côté du rideau... donc j'avance... j'ouvre le rideau, je passe, donc je joue avec ces rideaux... je change de monde... Là je suis dans un monde froid, et là je suis dans un monde chaud... là je suis dans un monde de tension... là je suis dans un monde de liberté... là je suis dans un monde... et ça m'a fait bien sûr beaucoup penser à ce qu'on dit de ces morts imminentes... (...) j'étais dans cette ambiance... vraiment... de rentrer dans le tunnel et puis que chaque fois que j'allais vers le tunnel... une espèce de lucidité que je connais pas dans la réalité, ici, qui fait que tu saisisses le sens des choses... immédiatement, au quart de tour... et à un moment donné, je sais pas quoi faire... je suis tendu entre les deux... j'explore ce rideau... je sais pas quoi faire... et je sais pas si je dois continuer ou bien revenir... et c'est moi qui dois choisir... et comme je sais pas... vraiment j'arrive pas à choisir... la thérapeute elle me dit « et les abeilles... elles sont où ? » Pis je les vois... elles m'invitent à avancer... et j'avance avec les abeilles qui me conduisent... et puis de l'autre côté... tout à coup je tombe dans une espèce de prairie... et il y a un être de lumière qui est là... et qui me prend dans ses bras... avec une chaleur incroyable... une qualité d'énergie incroyable... et puis après je vois que les abeilles tournent autour de nous... et pis je vois aussi que les abeilles repartent... font le chemin en arrière... alors je retourne, je suis les abeilles, je reviens gentiment sur mes pas... clin d'œil à l'envers... et je remonte... et finalement je termine mon voyage... je sors du puits, je m'assieds contre la porte chaude de cette chapelle... et puis je vois un nouveau jour avec un soleil levant... et puis je me dis « je vais rester là, je vais accompagner le soleil maintenant, tranquillement, depuis cette période là... »

Et puis j'étais très bien... j'étais parfaitement bien... tout ému parce que j'avais vécu quelque chose de très fort... « vous êtes d'accord de sortir de la transe » oui je suis d'accord, je sors de la transe... et puis je suis là et je discute avec la thérapeute... mais j'avais pas grand chose à dire... je suis plutôt resté silencieux... elle aussi d'ailleurs... pis j'ai du dire juste « oh ben quel voyage »

« Les effets... je crois que depuis ce moment-là... c'est pas que je n'ai plus eu d'angoisses de mort... j'en ai probablement encore de temps en temps... comme tout le monde mais ça n'a jamais eu la virulence que ça avait avant... ça, ça été radical sur ce plan-là... j'ai plus de crise de panique par exemple... jamais... »

Et aussi... lorsque je suis en tension... qu'est-ce que je fais... je vais où ? Je vais me mettre le dos, contre la porte chaude de cette petite chapelle dans le sud de la France... en imagination donc... et puis je vais regarder le soleil qui se lève... le soleil qui fait son parcours... le soleil qui se couche... et puis je suis prêt à passer une nuit-là, s'il le faut... en sachant que... que voilà les choses vont trouver leur place... Et puis aussi... c'est marrant parce que j'ai fait aussi après souvent des rêves qui mobilisent ce même lieu... et où j'arrive en hélicoptère... là... je me fais déposer là en hélicoptère... dans les rêves... »

Les abeilles... j'ai un livre que m'a donné Laura Sheling... je l'ai jamais lu mais je l'ai toujours avec moi... je sais que c'est l'initiation des abeilles... je suis même pas sûr que j'ai besoin de lire ce livre... je sais que les abeilles sont prêtes à donner beaucoup... alors qu'elles sont extrêmement attaquées par le mode de vie qu'on a, etc. etc... elles sont prêtes à donner beaucoup... c'est ce que je sens... et pis je sens aussi que... le miel est l'aliment qui me sauve... ouais j'ai une affection qui s'est décuplée depuis cette affaire... et moi je savais pas que j'aimais les abeilles... je l'ai appris à ce moment-là... jamais imaginé que c'était cet animal chamanique-là qui viendrait pour m'aider dans la transe... jamais imaginé ça... c'est arrivé... c'est tout. »

Tu fais le lien avec un animal chamanique, un animal de pouvoir... ?

« A ouais c'est évident... elles ont eu le pouvoir incroyable ! Elles ont eu le pouvoir de me faire passer... le pouvoir de me faire revenir... elles ont été psychopommes comme on le dit dans le jargon... d'oser faire ce chemin... D'oser aller explorer ces frontières qu'on ne peut explorer que par l'imagination... on ne sait pas ce qu'il y a de l'autre côté. »

Je parle d'image exprès... toi tu as employé le terme de symbole... quelle définition, différence, similitude pour toi ?

« Le symbole, il est à la jonction entre l'image et celui qui regarde. C'est là qu'il y a le symbole. Mais l'image... l'image c'est les abeilles... le symbole c'est ce que je suis en train de te dire des abeilles... est-ce que les abeilles ne symboliseraient pas une force... psychopompe... alliée au Soi... parce que nous on est de l'autre côté... parce nous on est de l'autre côté et pis elles tournaient autour de ce personnage bienveillant... dans mon univers à moi... les images symboliseraient quelque chose autour du symbole du Soi... mais c'est une image... à priori on peut la charger complètement différemment... mais pour moi maintenant... »

Et le rideau rouge... voilà... c'est une image... elle n'est pas symbole a priori... ça devient symbole de passage entre deux mondes... parce que entre l'image que j'ai vue et moi qui pense et qui re-réfléchi à l'image que j'ai eu devant moi, ça fait symbole de quelque chose. Ça fait symbole d'une porte que j'avais cru épouvantable et que finalement que je pouvais manier comme on manie un rideau de théâtre... donc le symbole est à la jonction entre l'image... qu'on crée... et celui qui regarde... ça va faire

symbole parce que le symbole va donner du sens... va amener l'énergie... L'image en elle-même, elle est potentiellement ameneuse d'énergie mais l'énergie elle-même elle est dans le symbole. »

« L'image, si elle n'est pas prise au sérieux elle a pas d'énergie. C'est le fait que tu lui donnes de l'importance qui la charge d'énergie. »

« Je la prends au sérieux... si elle survient... mais j'aime pas qu'on me l'induisse... par exemple... Je déteste ceux qui font de l'hypnose directive. Je suis beaucoup plus dans l'hypnose de type jungienne... Jung il a développé la méthode de l'imagination active qui est de justement de donner de l'importance aux images... mais de suivre les images... pas de les précéder... les laisser advenir... (...) on propose un cadre et puis on peut laisser advenir les choses... »

« Mon accompagnement il est là mais je le précède pas... et ça c'est extrêmement important. »

« C'est important d'avoir la conviction que les images qui viennent ça sort de toi, ça sort de ton univers intérieur, parce que c'est de cet univers intérieur que va sortir aussi le sens, la solution... »

« Aujourd'hui encore ça m'arrive assez fréquemment de rejoindre cet espace d'une part et d'autre part de me le souvenir très très clairement chaque fois qu'on parle de mort... (...) je sais que j'ai quelque chose en moi qui peut se consteller et où je peux me mouvoir... et ça au lieu d'être figé, je peux bouger, là dans cet univers-là. Et ça me rend paisible en fait. De pouvoir bouger, de pouvoir entrer, de pouvoir respirer, de pouvoir aller dans les tunnels noir, d'aller voir mes copains qui se sont suicidés... je crois que c'est le fait que la ressource qui était si importante... moi j'étais assez désespéré à ce moment-là... je pensais qu'il y avait pas de solution à ce moment-là... je pensais que j'allais me farcir mes angoisses de mort comme un pauvre diable avec un petit fond dépressif qui allait surgir... j'étais assez parti pour me dire en plus... mauvais âge... les déprimés que tu commences à cet âge-là c'est jamais bon... je commençais à me faire tout un cinéma... et donc ça m'a sorti de ça... et donc, ça m'a aussi dit d'une manière explicite, si... si t'es complètement coincé, crée les conditions favorables... quelque chose va surgir et tu vas pouvoir te mettre en mouvement... et dans ce mouvement quelque chose va se passer... et ce mouvement il va... il va te permettre de respirer déjà... parce que respirer c'est la vie hein... c'est prendre... c'est donner... c'est prendre... c'est donner... c'est remettre de l'espace quand t'es complètement coincé, claustrophobe... tu vois, tu remets de l'espace... »

Les autres types de thérapies (Jung, symboles, analyse) ça m'a beaucoup aidé « mais ça m'a aidé à résoudre des problèmes existentiels aussi... et puis la question de la mort... je pense que je m'arrangeais pour un peu passer à côté ou pour dire des choses abstraites que j'avais lues... mais que j'avais pas encore saisies dans leur « viscéralité » si tu veux... mais il y a aussi... j'avais aussi à l'époque... un certain sentiment... que le fait que je sois très au travail avec les images... entraînait les gens autour de moi... »

« Les abeilles je crois qu'elles mettent très longtemps pour transformer les choses de la vie en miel... c'est très alchimique les abeilles... elles prennent par ci par là... elles vont partout... elles laissent advenir les choses... et puis elles transforment... et ben nous aussi on transforme nos vécus douloureux en expérience... et je crois que c'est fondamental les images dans ce processus-là. (...) C'est l'expérience que j'ai... les images m'ont permis de m'affronter aux choses les pires... de dessiner les choses les pires... mais aussi de les voir se transformer en meilleurs... (...) le mandala pour moi c'est quand c'est transformé, c'est quand ça résonne... mais avant... c'est le bordel... c'est les chaînes... »

Les images m'ont permis de m'affronter à des « (...) choses qui étaient des états émotionnels dans lesquels j'étais, des haines aussi que j'ai pu avoir... notre toubib à qui je croyais avoir pardonné d'avoir pas fait ce qu'il fallait quand il fallait avec notre fils (qui est mort tout bébé)... je peux te dire dans mes rapports à lui il y avait pas de problème... c'était des rapports très civilisés. Mais mes rapports (en images/imagination (sur scène)) avec lui c'était autre chose. Tu vois et de pouvoir donner, placer sur l'autel du sacrifice quelque part, ça les transforme. Dans l'histoire que je suis venue déposée chez la thérapeute en question... je me gênaient de dire ça... parce qu'il fallait que je tienne une image... et pis non... c'était le tout petit paumé de l'angoisse la plus totale... il fallait accepter de descendre complètement... et les images elles te permettent de le faire vraiment... parce que dans l'image tu fais vraiment les choses... tu ne fais pas que... (le mythodrame c'est essentiel pour moi) »

L'hypnose directive aurait été impensable pour toi... et les histoires, les métaphores ? Non, les histoires c'est pas directif

« Ça m'arrive de raconter une histoire... de mettre quelqu'un en transe en racontant une histoire... mais le problème... elle en prend... elle en laisse... mais le problème quand tu fais de l'hypnose directive... c'est toi qui dirige les choses... (...) pour moi prendre le pouvoir c'est impensable... ou alors c'est... une infirmière qui panse... un gamin qui arrive aux urgences... il faut juste détourner son attention parce qu'il est en train de faire une montagne d'un petit truc... et pis que tu captes son attention et tu lui dis « maintenant tu me regardes.. maintenant tu fais comme je te dis... et là maintenant, pendant un certain temps, c'est comme ça que tu vas te passer... et pis... tu captes son attention, tu détournes son attention, pendant que quelqu'un traite son pied ou... etc. Ça je comprend qu'on puisse être directif, mais on est dans une période très courte... »

Que dis-tu de transposer l'imagination dans le réel → l'importance du miel pour toi ?

« Je dirai que le mettre dans le réel ça veut dire qu'on a vraiment donné de l'importance à l'image... au point qu'elle est devenue symbole... pis qu'un jour il y aura plus besoin parce que ce symbole sera totalement à l'intérieur de soi. »

Après avoir raconté une histoire à une patiente... deux ans plus tard la patiente lui dit que l'histoire lui a sauvé la vie : « Moi j'étais absolument pas du tout sûre qu'elle prenne quoi que ce soit de ce que je raconte... moi j'ai dit authentiquement ce que je sentais devoir dire... c'est tout... rien de plus... »

Il y a des personnes qui veulent pas raconter une histoire tant qu'elle est « vivante ». Tu m'as confié une histoire encore « vivante ». Pour toi ?

« Le cadre de ce qui se passe était déjà posé il y a des années... Si t'étais arrivée comme quelqu'un que j'ai jamais rencontré, j'aurais pris beaucoup beaucoup plus de précaution personnellement. Pis bon je te regarde... je vois comment tu es... cette question est évidemment très importante pour moi. (...) Le côté précieux et intime c'est extrêmement important... et pis je sais un peu ce que t'as fait... »

« J'ai pas peur que ce que je viens de te raconter efface l'importance que ça a pour moi. Personne ne peut effacer cette importance. Mais je peux comprendre que certains parlent comme ça parce qu'en fait, c'est des personnes dont l'intimité a parfois été trop bousculée... et qui sont... dans une posture où le précieux doit se défendre... moi j'ai l'impression que le précieux se défend tout seul... »

Des personnes me parlaient des images comme d'un bébé à naître, qu'on ne dévoile pas et qu'on laisse...

« Mais moi j'ai eu c'est très valable pour un certain nombre de choses... et que ça l'est pas pour d'autres... par exemple.. comme j'ai beaucoup fait ce travail d'expression symbolique que t'as connu à l'époque... pour moi c'était parfois difficile de bien mesurer les choses etc. mais je sentais des fois... que quelqu'un mettait une petite plante sur la table... et où je disais... s'il vous plaît... c'est trop ténu.. on va pas en parler si vous êtes d'accord... et je voyais que ça soulageait terriblement la personne... (...) je sentais que l'exposer là sous la lumière était indécent... alors que d'autres pas du tout... (...) parce que c'était trop de début, c'était trop comme si le bébé était encore dans le ventre de la mère... mais moi je ne te parle pas de ça aujourd'hui... moi je te parle d'une histoire qui a eu lieu (...) déjà il y a plusieurs années... (...) »

« A part ça... je crois que... il y a des dimensions... d'intimité et de secret personnel... qui constituent même le noyau de la personnalité...et que c'est très important (...) si dans Ma Vie, Jung raconte avec tellement de force cette petite histoire de secret qu'il avait mis dans une boîte... (...) il raconte comment comme gosse il avait un secret... et pis que ça a été important, que c'est autour de ce secret qu'il s'est construit... donc je peux comprendre que ce soit... mais j'ai pas eu ça avec cette histoire là. »

Source des images ?

« Alors là de nouveau je suis très jungien... Jung il appelle ça « l'espace psychoïde » à l'intérieur de notre inconscient... un espace qui fabrique constamment... un espèce de chaos qui fabrique constamment des images... qui fabrique constamment de l'énergie... qui émerge pis qui redescend... qui émerge puis qui redescend... et pis que de cet espace psychoïde qui sont des ressources... susceptibles d'être travaillées... ces images fécondent notre vie... pour moi c'est ça... ça vient féconder notre vie d'homme... notre vie de femme... et... après il faut prendre quelque chose de ces images... c'est pour ça qu'on leur donne de l'importance... et elles arrivent... ces images... en dialectique du moi et de l'inconscient comme il dit dans son livre « La dialectique du moi et de l'inconscient ». Si je lui donne pas du tout de l'importance, cette dialectique elle va pas nécessairement se faire... ou elle va se faire très inconsciemment et on n'y verra rien du tout... si on en prend conscience progressivement ça devient un lien... un lien constant entre... je capte... je transforme... et je donne... je capte, je transforme et je donne... c'est ça l'alchimie... (...) c'est à dire que tu peux prendre les pires choses que t'as vécues... si tu sais trouver le bon espace... et ça c'est important... le bon espace... pour le transformer... après tu peux donner... »

Et ça ça se fait, selon toi, principalement à travers des images ?

« Et pour moi, oui ! »

« La séance de l'hypnose... je viens, je suis cannibalisé par des images de mort... je suis esclavagisé... et moi j'esclavagise les autres avec mon angoisse... (...) »

J'amène ça... dans les lieux de transformations. Le cannibalisme se transforme en Agape « l'amour universel », l'esclavagisme se transforme en « Caritas » qui est la coopération, etc. la possessivité entre masculin et féminin se transforme en sollicitude pour la croissance de l'autre, c'est l'amour qui est Eros. Je prends ce qui est en bas, je le transforme, et je le donne. »

« Tu peux utiliser autre chose que des images... mais les images elles ont la potentialité de te faire poser des actes, elles ont la potentialité de te faire réfléchir au sens, elles ont la potentialité de... »

« Le cadre analyse... l'analyse que j'ai faite... ça a été le premier cadre où fau... mon analyste une des premières choses qu'il m'a dites « ce que tu amènes ici... tu n'en parles plus ailleurs ». Là c'est important, c'est à dire, tu ramènes la chose, mais l'alchimie c'est... c'est faire la bulle... parce que si tu veux que les choses se transforment, il ne faut pas que l'énergie foute le camp de tous les côtés. Tu dois garder la chose là-dedans... Et à ce moment-là... Moi ce que je te raconte... je te raconte des choses qui ont été transformées... Je t'ai pas raconté mes petites sournoiseries sur lesquelles je travaille encore en ce moment.. (...) ce serait tout autre chose si je te parlais de ça... par contre, de te parler d'une chose qui s'est passée qui était très importante, vraiment très importante... j'en parle parce que mes abeilles elles m'ont permis quelque chose. »

Pour toi l'inconscient jungien c'est quoi ? L'espace psychoïde ?

« C'est tout le problème des vieux trucs qu'on n'a pas voulu assumer, qui sont... qui nous empêchent, qui nous font nos névroses, qui nous... ça c'est clair que c'est une part de l'inconscient, (...) mais il y a aussi une part où c'est comme une grande bibliothèque universelle. C'est à dire c'est l'expérience des humains avant nous. Et l'inconscient collectif, dont parle Jung, c'est quand même la somme des expériences que les humains ont faites jusqu'ici qui est à notre disposition à l'intérieur de l'inconscient et qui nous envoie de temps en temps de véritables songes... qui ne sont pas des rêves anecdotiques mais qui te donnent... mon histoire d'abeilles... quelque part, c'est comme un grand songe pour moi. Je le prends comme un songe... Qui me montre un chemin... avec des énergies sombres et qui me montrent « en effet, il faut amener ça ailleurs, va ose, fais le pas, accepte de... accepte de mettre ça en travail... »

Je te demande de préciser ta conception de l'inconscient car, par exemple, Roustang va parler d'inconscient « Ressource ».

« Ouais mais il n'y a pas que « ressources », il faut faire gaffe avec ça. Parce que c'est la forêt sauvage quand même. C'est à dire que dans l'inconscient, les grecs nous l'ont bien montré, il y a aussi Pan, le Dieu Pan c'est le Dieu qui donne la panique, c'est le Dieu qui viole les petites filles et les petits garçons. Il n'y a pas que Chiron dans la forêt sauvage. Il y a le Dieu guérisseur, mais il y a tous les autres centaures qui sont des petits salopards (...) qui ne vivent que de jouissances... »

« Mais il y a aussi, à la frontière des espaces, entre conscient et inconscient, chez les grecs, il y a Artémis qui est une initiatrice qui fait passer les futurs humains là, elle les fait baigner un moment dans le monde de la forêt sauvage pour les faire traverser... par l'initiation... (...) les initiations d'Artémis sont des initiations extrêmement importante parce que c'est des initiations qui te font trier les ressources notamment... qu'est-ce que tu vas prendre de là, pour me l'amener là... et qu'est-ce que tu vas laisser tomber ? Elle amène le discernement... entre ce qui peut être amené dans la civilisation et ce qui peut pas qui doit retourner d'où ça vient (...) je peux pas tout transformer... il y a des choses que je dois lâcher... comme n'étant pas humainement transmissible plus haut... c'est aussi ça l'idée de sacrifier des choses... (...) »

« Les images elles mobilisent une part du cerveau qui justement... n'est pas limitée par le temps et l'espace... contrairement à l'hémisphère gauche du cerveau qui par sa logique... est manifestement dans une logique très carrée, et quelque part... j'aime bien des gens comme Pribram (?) fin tous ces gens qui ont beaucoup travaillé sur les rapports entre hémisphère gauche et hémisphère droit du cerveau parce qu'il montre que juste le chemin de faire connecter tout le temps ces deux choses c'est (...) quand tu connectes ces deux choses... à ce moment-là, il y a un petit miracle d'humanisation qui se fait... entre le monde du cœur et le monde de la raison... c'est les rites tels que les décrivaient le Petit Prince de St Exupéry... (...)

« Il y a des images... sonores... kinesthésiques... Dans mon expérience... les images... je les vivais. »

Premier entretien : H2

Pour parler de l'image... est-ce que tu as besoin encore d'un moment pour réfléchir ?

« Non, non parce que comme depuis que tu m'avais présenté de façon très large ce que tu faisais... pour moi c'était déjà le début de qqch... sans que je réfléchisse trop... dans les jours qui ont suivi tout à coup c'était là... et puis je m'attendais pas... comme je m'attendais pas je l'ai prise... et puis c'était pas dans le cadre de mon travail c'était vraiment dans ma vie personnelle... dans le cadre de ma vie personnelle et même très personnelle... fin je veux dire un moment particulier de ma vie... effectivement, il y a un lien avec le rêve dans le sens que quand on a parlé autour de cette table la première image c'était un rêve... qui était le rêve initiatique quand j'ai commencé à faire une... on va dire une psychanalyse mais ce n'était pas une psychanalyse, on va dire un accompagnement avec le travail des rêves... mais c'était un accompagnement d'une analyste jungienne... j'ai vu que c'était cette image qui venait d'abord mais comme... tu as précisé... mmm je vais pas la prendre... on verra si dans le récit elle revient, ça je ne sais pas... donc l'image c'est une image son... c'est en même temps un son et en même temps une image qui me met en transe, qui me met en ECM, donc pour moi c'est l'image son, qui m'a mis comme un gong, instantanément dans un ECM... et ça c'est passé en 2000... je me souviens de l'année parce que ça c'est passé le jour de la mort de mon père... alors je vais raconter... est-ce que tu aimerais que je raconte l'histoire ou vraiment l'image ? (comme t'as envie) ben justement j'ai de la peine à dissocier comme je veux pas parler... la mort de mon père, c'était une mort subite... et ce jour-là, sans rentrer dans les détails, très vite j'étais auprès de lui, il était dans sa maison, il était couché au sol... donc il y a eu tout un moment de contact avec lui... le constat de la mort avec ma mère, après mes frères et sœurs qui sont arrivés... donc il y a eu je dirai une masse d'événements qui se sont passés... ou peut-être j'étais déjà en ECM, du fait de cet événement... majeur, particulier... c'était une période où je me formais à l'hypnose... donc... bien sûr que j'ai une lecture ECM aussi de ce fait là, je pense... mais bref, toujours est-il qu'il y a eu un moment près du corps de mon père qui a duré je pense plusieurs heures... et puis après ça il y a un moment où je me suis extrait... disons j'ai quitté ma mère... ben le corps de mon père, mon père, mes frères et sœurs qui étaient dans une pièce... puis j'ai voulu sortir de la maison familiale... et pour faire ça, je suis passée par la cuisine... et j'ai ouvert une porte fenêtre où il y a un seuil en métal... bon ben le seuil qu'il y a... ces seuils en aluminium... si je donne ce détail, c'est parce que l'image elle est en lien avec... le son que mon pied a fait au moment où j'ai touché le seuil... pour sortir de la maison... et je suis passée vraiment dans un autre état... puis je peux dire passer parce qu'en même temps je sortais de la maison... c'était l'heure ou les heures qui ont suivi la mort de mon père... et j'entends ce son... et instantanément je me trouve comme dans mon enfance parce que j'ai passé ce seuil des centaines de fois... et j'ai entendu la voix de mon père qui disait « ah quand j'ai fait les plans de la maison, si j'avais su qu'on passerait si souvent ce seuil... je l'aurais fait plus bas, plus simple, plus accessible... ». Je passe ce seuil, et comme dans mon enfance je m'achoppe... à ce métal... et j'entends le son... que je peux entendre maintenant quand je te parle... et c'est pour ça que c'était comme un gong, et que c'était une image son... mais je peux pas dissocier le son du métal, ni du seuil, ni de la maison familiale... donc c'est une image majeure... et quand je sors, je suis de plein pied... donc c'est une porte-fenêtre de plein pied entre la cuisine familiale et le jardin que mon père avait fait... et quand je fais le pas dans ce son, dans cette image et que j'entre... il y a une voix instantanément, qui me dit... « oh... » J'essaie de trouver les mots, parce que évidemment c'est encore du non verbal... mais sur le moment ça me disait... « oh, et dire que la petite fille en toi qui a 6,7-8 ans peut-être... j'ai essayé de lui donner un âge à ce moment là... elle croyait et elle croit toujours aujourd'hui... toujours... que papa et la maison c'était immortel... »... ça pour moi c'est vraiment un ECM... c'est d'une intensité... c'est une totalité... donc je peux pas appeler ça autrement qu'une image... et ça c'est imposé suite à la discussion qu'on a eue... ça m'a super étonné... et je me suis dit « une image personnelle qui a changé ma vie... qui dans le cours de ma vie, je peux pas dissocier de la mort du père, mais je l'ai vécu dans cette image plus que... dans ce moment là où j'ai constaté le décès de mon père, j'étais avec ma mère, il y avait des émotions, il y avait plein de choses... mais moi je l'ai vécu de façon plus intime... au moment du son du passage du seuil de la cuisine... et c'est comme si à ce moment là j'ai touché un moment d'initiation profonde... en même temps avec moi-même, parce que je l'ai vue cette petite fille... je l'ai vue en moi, c'est une image psychique... je ne me suis pas vue, je me suis éprouvée comme étant réellement à cet âge là... et ça n'avait rien à voir, avec une imagination active, ça n'avait rien à voir avec un rêve, ça n'avait rien à voir avec qqch qui aurait pu être convoqué en thérapie... où il y a ces éprouvés qui sont très forts des expériences que j'avais aussi vécues ou ce que j'ai pu vivre plus tard dans le chamanisme aussi ou en prenant de l'ayawuaska ou du peyolt... ça n'a rien à voir... ce qui est fort dans cette image... bien sûr c'est tout e la charge émotionnelle... mais c'est le fait que ça a eu un sens comme un mandala, comme une totalité... bien sûr qu'il y a un avant un après en terme de vie et de mort de mon père mais il y a aussi un avant et un après, en terme d'expérience, si puissante et si intime du noyau en même temps de la temporalité et de l'atemporalité... c'était vraiment étrange de me retrouver au milieu... tu vois mes mains font une croix... c'était en même temps que je prenais conscience que je n'étais pas éternelle, et que mon père n'était pas éternel et que la maison n'était pas éternelle... c'était une seule et même chose... et en même temps... peut-être l'éternité existe quand-même... je peux pas dissocier... c'est pour ça que c'est une expérience... déjà en tant que telle elle était en même temps simple... et en même temps d'une grande intensité, d'une grande force, d'une grande émotion... mais c'est comment ça c'est déroulé, c'est l'accès à cet espace ou à cet espace modifié de conscience ou à cette expérience qui m'a la plus marqué... j'avais jamais vécu une expérience si forte... et je peux dire... même pas au moment où j'ai accouché... bien sûr je pourrais parler d'un état modifié de conscience mais... là c'était... c'était une image, c'était un son... c'était une image son qui m'a amené dans une perception... extra... ordinaire... dans le sens au-dessus de l'ordinaire vraiment... les mots qui me viennent c'est ce que je viens de dire... après je pourrais peut-être développé encore parce que je l'ai en moi cette image... et j'y fais référence... je veux dire je m'appui sur cette expérience pour vivre d'autres choses... d'autres moments de ma vie... pour... de façon consciente... mais certainement de façon inconsciente par ce qu'elle est en moi... non seulement elle est en moi, mais c'est moi... c'est pas la totalité de moi, mais c'est aussi moi... je peux pas dissocier non plus de ma personne et puis de mon être... en tous cas je peux pas dissocier... ça fait désormais partie intégrante de moi-même... »

L'impact sur ta vie ?

« Alors tout de suite... après j'ai marché dans le jardin... et ben la métaphore et le symbole il est à mes yeux et à mes oreilles, il est vraiment évident... fin je veux dire... j'ai fait ce passage, à ce moment là, et c'était sur le seuil de la porte et c'était cet ECM

pour que je puisse accueillir et mesurer... et que mon père était mort... mais j'ai envie de dire, c'est presque anecdotique... ça l'était pas du tout mais... et surtout que j'étais moi-même mortel... et que je pouvais voir en même temps combien j'avais encore pas percuté... et ça pour moi c'était incroyable... de me voir encore si petite... c'était pas comme la madeleine de Proust où je me souvenais... et puis que ça créait une émotion nostalgie, de bonheur et de sensation... il y avait ça et qqch de beaucoup plus vaste... comme une initiation... donc le passage était fait... mais j'ai envie de dire « malgré moi et en même temps complètement avec moi... » parce que je savais pas à la seconde où j'ouvre la porte que j'allais croquer le seuil et que j'allais vivre cette expérience... et comme on sait pas, quand on va naître ce qui va se passer, comme on ne sait pas quand on va mourir ce qui va se passer... où j'en sais rien parce que je peux pas me souvenir assez finement... en tous cas je me l'imagine comme ça... donc l'impact il est majeur... c'est comme un impact d'initiation... pour moi il y a un avant et un après... c'est pour ça que je dis que c'était anecdotique la mort de mon père... ça l'était pas du tout... je répète... mais je mets le focus sur cette initiation... parce que je peux bien m'imaginer, je peux bien m'imaginer... parce que j'entends le récit de plein de personnes, que tu peux vivre le départ d'un proche et puis... en mesurer ou en faire qqch... ou en mesurer la portée des mois ou des années après... enfin chacun fait ça comment ça se passe pour cette personne là et dans la relation qu'il a avec la personne décédée... mais pour moi c'est dans les heures qui ont suivi... à travers cette image et dans l'expérience de cette image, cette expérience là, j'ai eu accès à qqch d'unique... en terme d'initiation avec la mort... je peux vraiment dire ça... »

L'initiation avec la mort...

« Ben c'est un peu comme... une rencontre... c'est une rencontre avec la partie en moi, que j'ignorais, qui était vraiment importante... qui ne savait pas... que la mort existe vraiment... et puis après ce moment... et ça m'a... je me souviens des moments « haa »... vraiment quand j'ai parlé des mots tout à l'heure... c'était cette surprise de dire « Ha... quand je touche le seuil, entend le son, rentre en transe » (...) parce que je le vois, je fais un pas et puis un deuxième... et je me dis « hen... » et la petite fille en moi... fin les mots voilà... elle était importante cette petite fille... elle avait beaucoup de place en moi... et moi j'avais 35 ans... donc j'avais passé l'âge des 7 ans... j'avais 5x7 ans... ben oui parce que comme tout le monde, ou comme plein de gens, je m'étais dit et raconté, voilà, j'avais déjà vu des gens morts... par exemple, j'avais déjà... tu sais dans mon village on veille encore les morts à la maison... donc j'avais vu mon oncle, mort... j'avais vu... j'avais vu un gars de mon âge, de ma classe, avec qui j'avais préparé le repas pour les 20 ans... qui était mort en accident de moto l'année suivante... tu vois, j'avais été confronté... peut-être de manière lointaine... mais quand même, j'avais vu deux de mes oncles... pas dans la famille cellulaire, c'est certain... donc je croyais, ou je pouvais me raconter que j'avais déjà contacté qqch de la mort... j'avais déjà perdu mes 2 grands-pères quand j'étais une petite fille... mais là je rencontre cette partie en moi qui... et je suis stupéfaite... en même temps de voir combien je n'avais pas accès à cette réalité, et en même temps de réaliser que ça y est j'y suis... je vais mourir, ça y est j'y suis mon père est mort... et ça y est j'y suis, la maison n'est pas éternelle... il y avait ces 3 choses en même temps... »

Et de prendre conscience de ça ?

« Bien sûr... là j'ai plus de peine à mettre des mots... ça m'a pas amené dans une émotion particulière... ni un effondrement... même si je pleurais après... j'ai marché dans le jardin et j'ai pleuré... mais j'étais pas effondrée... je sais pas comme j'étais... là pour le coup, j'étais un peu en dehors du temps... j'étais toujours dans cet ECM... je faisais quelques pas et puis... je m'imagine que j'intégrais... fin je tentais d'intégrer ce que je venais de vivre en passant le seuil de la porte... en tous cas je sais que j'analysais pas du tout... que je pensais pas vraiment... que j'ai simplement marché dans le jardin... et puis j'ai pleuré un peu... »

Et aujourd'hui quand tu fais appel à ça ?

« Ouais... alors après il y a eu une cascade d'événements dans ma vie... j'ai vécu beaucoup de ruptures après ça... mais pas des ruptures en termes de mise en danger, de catastrophe... des ruptures en termes de changements dans ma vie... donc ça a été majeur... comme qqch qui se craquèle, qui bouge, vraiment des changements... des changements dans les 2 ans qui ont suivi... comme une métamorphose... c'est peut-être un grand mot, mais très vite sur le moment, j'ai senti que c'était la suite de ça... »

« Si j'avais pas eu le « cling » du seuil et cette prise de conscience... je peux m'imaginer que j'aurais peut-être... j'aurais probablement pas vécu la même chose... parce que je le vois bien avec mes frères et sœurs ou avec ma mère... mon frère après il a eu une continuité dans sa vie plutôt de l'ordre de la stabilité... enfin pour chacun ça s'est passé très différemment... et moi j'ai... c'était un peu comme un voile qui s'est déchiré... après ça je me suis positionnée différemment dans ma vie... de façons plus responsables... je pense que je peux dire ça comme ça... j'ai osé plus de choses et... c'est un peu bateau de l dire comme ça mais je l'ai vraiment vécu comme une initiation... et ça me ramène à... à la mort de mon père que je peux pas développer ici pour pas me perdre dans tout ce que ça peut impliquer... mais à un moment donné ça m'a aussi surpris, et je peux m'imaginer que c'est la continuité de ça je me disais « ah alors si lui est passé, si lui est mort, alors moi je pourrais mourir... » et j'ai vu aussi le côté... on peut donner la vie à ses enfants... et si on mort avant ses enfants... on fait aussi le passage pour que... du genre, il est passé... ben je pourrais y passer... ça m'a étonné de penser ça... j'aurais pas pu l'anticiper... après je pense que déjà avant cet événement j'étais toujours sensible à l'histoire des passages... j'étais déjà sage-femme depuis un moment... pour moi ça a à voir avec qqch qui travaille en moi, que ce soit dans ma profession, que ce soit dans ma vie personnelle... je pense que le mot passage, c'est un des mots qui m'intéresse le plus (...) »

« mais ça c'est une image que j'ai choisie parce que clairement c'était un ECM, enfin identifié comme tel par moi avec une induction auditive... comme un gong... au moment du passage de cette porte... et c'était une expérience extraordinaire, donc qui m'a transformée... et qui est survenue de façon spontanée... certes dans un moment très particulier, où je pense il y avait déjà... si je parle en termes d'hypnose il y avait déjà... il y avait déjà eu des petits moments d'hypnose, d'autohypnose spontanée lorsque je me suis trouvée près du corps de mon père qui venait de décéder... je sais que je réagissais comme on peut réagir en état de stress... c'est aussi une ressource... mais là... il y avait déjà quelques heures qui étaient passées... j'étais pas dans cet état là... j'étais revenue avec moi-même... ni affolée, ni en état de stress premier... et j'étais dans un milieu sûr, il y avait eu toute ma famille... c'était un moment avec moi-même tout simplement... donc c'est pour ça que je l'ai choisi, parce que je trouve assez merveilleux que... là je vais revenir à une autre langue que le langage même de l'hypnose... mais vraiment que le... que l'humain, que le psychisme... nous offre, j'ai envie de dire, cette capacité à avoir accès à une expérience de totalité comme ça... bon surtout dans un moment comme ça... parce que je pense que ça m'a... ça m'a aidé parce que le jour même j'ai reçu comme un cadeau déjà... bon c'était un sacré cadeau... attention... un truc qui me dépassait largement... donc je pouvais y avoir accès que sous cette forme là de toutes façons... pour moi c'est ça le... quand je lis aujourd'hui que c'est le symbole qui agit... que ce soit Lévi Strauss qui dise ça ou que ce soit Roustang... ou que ce soit des autres... (...) mais pour moi c'est comme ça que je peux m'approprier ce concept... c'est que après cette expérience... donc c'est plus qu'une expérience... c'est de vivre un espace symbolique à ce moment là... même spontanément... »

Pourquoi tu dis que c'est un « espace symbolique », pourquoi tu utilises le terme « symbole » ?

« Parce que pour moi... c'est plus que la métaphore... qui est à la base plus une figure de style... mais après ça dépend tout comment on définit les mots... on en a déjà un tout petit peu parler... (c'est pour ça que je te demande). Ouais... j'utilise le mot « symbole » pour cette expérience, si je reviens à ça.. parce que je vois mes mains qui font ça... c'est cette totalité... c'est qu'à un moment donné il y a, ça réunit et ça ramène dans un espace beaucoup plus vaste... c'est comme ça que je peux identifier que c'est un espace modifié de conscience... bien sûr je peux identifier par rapport à la théorie de l'hypnose... ça m'aide à mettre des mots sur cette expérience et à lui mettre une forme... (peut-être après tu me dis comment, au niveau de la théorie de l'hypnose...) ouais... mais... l'hypnose ne va pas trop parler de l'espace symbolique... c'est plutôt Jung qui va parler de ça... quoique ça dépend... Mais pour moi c'est le mot qui me convient le mieux... parce que... ça à voir avec un sentiment de totalité, et ça à voir avec une grande polarité, et le vécu d'un paradoxe... en l'occurrence que parce que je vais mourir... fin... l'histoire du temps qui s'arrête et en même temps de l'éternité... mais je le comprenait absolument pas en terme de concept... si je me resitue dans cet espace symbolique... pour reprendre ce terme... je peux que vivre ce paradoxe qui me laisserait sans mot... donc c'est avant les mots... donc plus vaste que des concepts... c'est une expérience qui est plus vaste que des concept... c'est pour ça que j'utiliserais le mot « symbole »... parce que ça inclut une conscience... où c'est avant qqch de raisonné, et de raisonnable et de déterminé... ça me met dans un espace beaucoup plus vaste... »

« Et c'est difficile de mettre des mots... et en même temps c'est chouette que ce soit difficile de mettre des mots... donc ça me dérange pas... au contraire... j'aime beaucoup faire ça avec toi maintenant... parce que c'est justement un peu avant qu'il y ait des mots... mais c'est pas parce que c'est flou... parce que sur le moment, si je fais référence à ça et à cet éprouvé et à cette expérience... au contraire c'est pas flou, c'est hyper clairvoyant... comme un éveil... voilà, encore un autre mot que j'ai encore plus de peine à utiliser... mais quand même, maintenant que je te dis ça, en parlant du fait que ce n'est pas flou... ça m'évoque la notion de l'éveil ou de la conscience, de la lumière... Mais comme je me méfie de l'idée de la clairvoyance et tout ça qui placerait qqch... qui mettrait trop haut dans ce que je peux lire souvent... pour moi, hein... qui donnerait trop de valeur à qqch qui doit à tout prix clair... mais j'aime bien l'idée de la polarité, c'est que c'est peut-être en même temps flou sur le plan des mots mais en même temps très clair au niveau de l'expérience... pour moi il y a toujours les deux aspects dans cet espace là... parce que ça n'exclut rien... si ça exclut en l'occurrence ni le temps linéaire, ni l'éternité... de nouveau j'ai conscience que c'est un bateau, mais sur le moment j'ai vraiment vécu ça... et j'ai envie de dire que c'est parce que j'ai touché qqch... je pense que j'étais quand même drôlement vulnérable, secouée et en même temps bien là pour vivre cette expérience... je peux me reconnaître ça... en tous cas à ce moment là... et il y avait qqch du courage pour pouvoir voir cette petite fille qui croyait encore... et en même temps pas que du courage mais en même temps de l'amour... je pense qu'il y avait assez d'affect parce que j'étais dans la maison familiale... donc je pouvais la contacter très fort... et en même temps voir combien... ouf, c'était le moment que je vois un peu plus loin... mais ça demandait aussi du courage... mais il y avait tellement de force... peut-être il n'y a que l'ECM qui fait qu'il y a moins de contrôle, pour pouvoir avoir accès à ça... ça je le pense... donc c'est le bien fait de la vulnérabilité et des circonstances... là en l'occurrence elles ne sont pas banales mais ça pourrait être autre chose... donc vraiment baisser le seuil du contrôle... ça c'est toujours le cas... que ce soit avec du peyolt, de l'ayawaska, une certaine cérémonie, se remettre entre les mains d'un rituel... enfin là c'est plutôt le dispositif dans le rituel qui agit... parce qu'il y a le symbole qui agit et puis il y a le dispositif... je pense qu'il y a les deux... mais là le dispositif c'était le seuil on peut dire... parce que d'un point de vue symbolique... être dans la maison et sortir de la maison paternelle et réaliser à ce moment là que... ça n'est pas éternel... pour reprendre l'image de la maison... le dispositif il était complètement là... sauf que... probablement que les dispositifs sont souvent là mais on les choppe pas quoi... on passe pas dans cet état... ça alors je pense... »

T'entends quoi par dispositif ?

« J'entends par dispositif... plusieurs choses en même temps... j'entends qqch de l'ordre du contenant qui a été pensé, pas toujours, là c'est pas le cas... qui a été pensé par des humains pour favoriser un état modifié de conscience... au sens large donc un dispositif ça peut être soit un dispositif de guérison... si on fait référence au chamanisme, voilà ça sera un rituel particulier ou ça sera la forme de la hutte à sudation et puis après on va dans le tipi... enfin il est hyper complexe le dispositif par exemple de la prise de peyolt ou d'ayawashka... »

il est différent selon les cultures, et les chamanes... mais enfin il est super pensé et super construit... et puis après il y a le dispositif de l'hypnothérapeute, il y peut-être juste deux chaises... il y a un début, il y a une fin... une pièce carrée avec une porte fermée, il n'y a personne qui rentre... et puis il y a les dispositifs, même dans la médecine classique (...) tout ça c'est des dispositifs qui participent en l'occurrence à la guérison... »

A l'induction ?

« Alors après... ça c'est autre chose... ça pour moi ça fait partie du processus, du rituel... on est plus dans le rituel... c'est vrai que tout à l'heure j'ai dit que le rituel c'est le dispositif... pour moi le dispositif, il y a déjà le setting, il y a l'espace comme il est organisé, il y a les noms qu'on donne aux gens, il y a... donc là il y avait un dispositif... je réalise en te parlant... il peut y avoir plein de dispositif qu'on peut appeler « de mise en scène » comme si je change mon regard dans la rue... j'en vois toutes les secondes des dispositifs... donc des choses qui commencent à avoir du sens pour un personnage donné, si je me mets en observateur... (...) »

Tu parles de moment sacré, éveil, éternité... ces notions ne font pas forcément appel à l'inconscient...

« Alors après... pour moi c'est beaucoup plus vaste que l'inconscient... ça oui... je te remercie de poser cette question parce que j'y tiens beaucoup... »

C'est implicite mais...

« Oui mais ça vaut la peine... ça vaut la peine parce que ouais ouais... parce qu'on est d'accord quand je dis ECM je pourrais très bien dire... d'ailleurs j'ai vraiment aimé quand Roustang a modifié sa nomenclature... au lieu de parler d'induction, dissociation, vécu de la transe et puis après sortie de la transe... il a dit « non non, il faut qu'on arrête de parler d' « état modifié »... on peut parler qu'à ce moment là tout simplement, on se « réassocie »... et là pour moi, évidemment il joue avec les mots, mais il joue pas tant que ça... il a juste envie de dire qqch... et de le dire autrement pour que ce soit plus lisible... et probablement pour se distancer comment on peut s'approprier cette histoire de on se dissocie et puis après on regarde le cerveau comme une machine... on dit « voilà dans telle couche il y a ça et puis dans telle onde on vit telle expérience et puis voilà... » Moi je l'ai entendu en conférence... vraiment se positionner ailleurs par rapport à ça... et si je parle de lui, c'est parce que... je me sens vraiment très proche de ça... en disant « à ce moment là, j'étais peut-être dissocié mais j'étais.. au contraire plutôt réassociée puisque j'ai vécu »

un sentiment d'une totalité... » et pour moi ça a à voir avec le mystère... parce que dans cet espace là il y a « ha... » il y aussi une espèce d'effroi de vivre cette expérience... mais pas une grande frayeur... un effroi... comme qqch de suspendu... pour moi ça a à voir avec le sacré... le sacré ça a à voir avec un sentiment de... de mystère, une expérience dans l'instant, et puis un effroi de dire « je suis convié à ça, je peux vivre ça ? » il y aurait une partie de moi qui peut dire ça... alors bien sûr je peux vivre le sacré de façon plus tranquille... en m'approchant de cet espace... mais là il a fait irruption... et c'est pour ça que je dis le mot « éveil »... parce que ça réveille, ça amène ailleurs... et c'est l'opposé du « ronron » moi j'ai rien contre le « ronron » je pense que je suis faite beaucoup plus de « ronron » que d'éveil d'ailleurs... heureusement sinon peut-être je tiendrais pas le coup... en tous cas c'est qqch de totalement nouveau... complètement et radicalement nouveau... imprévisible... impensable... et pour cause... on peut pas penser... donc c'est qqch de nouveau qui fait irruption... dans ce sens là ça peut être vécu comme violent, déstabilisant... et peut-être qu'on peut... je peux très bien m'imaginer qu'on puisse mal s'en remettre... surtout si c'est dans un dispositif où on a pris des drogues, où on baisse le contrôle, où on vit des expériences psychiques sans être bien accompagné... moi j'ai jamais vécu cette expérience d'être mal accompagnée ou alors j'ai très vite repris le contrôle... j'en sais rien mais... je peux bien m'imaginer, rien qu'en t'évoquant cette expérience ce soir... que si j'étais pas là sur mes deux jambes... et que j'étais pas entouré de gens qui m'aiment... ou si j'avais pas pu en parler de cette expérience dans les jours qui ont suivis à qqch de confiance... ça aurait pu plutôt me déstabiliser, plutôt que de me construire... mais là ça m'a... je l'ai vécu comme qqch de positif... »

Quand tu parles d'un avant et d'un après, c'est aussi en lien avec cette dimension sacrée ?

« Oui aussi... parce que moi je pense pas que le sacré était absent de ma vie... j'avais déjà pu identifier... ou en tous cas je pouvais échanger avec des gens autour de moi des expériences... de type sacrées... dans des moments de profond repos, dans des moments de silences partagés... aussi en lien avec la religion quand j'étais plus jeune... comme j'étais élevée dans une famille catholique dans un contexte complètement catholique où le sacré faisait partie de la vie... c'était pas que la religion... on pouvait critiquer la religion par rapport aux idées, à comment elle était véhiculée ou pratiquée... mais le sens du sacré on le partageait dans ma famille... c'était qqch qui existait... que j'avais pu construire... sans être endoctriné... ou bien alors si complètement mais d'un point de vue culturel... c'était encore le temps de la religion unique hein... parce que à l'école on avait les cours de religion, on allait tous à la messe et tout ça... enfin c'était la fin de cette époque là, mais je l'ai encore vécue... mais après comme adolescente et comme jeune adulte et comme adulte, je m'étais construit d'autres espaces sacrés que ça... mais disons il y avait quand même une quantité... donc c'était pas la première fois où je me suis dit « wouah mais j'ai vécu dans l'ignorance de cet espace et tout à coup il m'est révélé » Non... alors ça non... mais... de voir que je pouvais être conviée à cet espace... qui pour moi est extraordinaire mais qui n'a rien de surnaturel, qui est vraiment naturel, parce que je relie vraiment le sacré à ma vie de tous les jours... mais que ça puisse prendre cette forme, s'exprimer de cette façon là et que ça m'offre une forme de révélation... ou de maturation... ou de... d'initiation... je reviens à ce terme... c'est le plus juste pour moi... et ben je pense que par après j'ai vécu beaucoup plus d'expérience comme ça... et entre autre avec les rêves... parce qu'à ce moment là, je n'avais pas encore fait de démarches... ni de chamanisme... c'est venu après... très vite... ça a suivi... et travailler avec les rêves... et commencer à noter tous mes rêves... donc ça m'a ouvert la porte à une intériorité qui était déjà là... j'avais déjà vécu des choses... j'avais déjà fait du travail sur moi... je sais pas par exemple travailler avec des masques... dans des dispositifs, on travaillait des scènes avec des masques et puis après on mettait de la parole... des choses où c'était déjà bien construit... des expériences de ce type là... et puis j'étais en train de faire la formation d'hypnose, c'était en plein milieu... après ça a clairement amplifié... autant dans ce type d'expérience que ce que j'ai dit tout d'abord... cad dans mon positionnement dans ma vie... (tu as parlé de plus de responsabilité ?) Oui parce que je me suis vue vraiment comme un individu... complètement autonome... (...) en tous cas c'était une étape majeure d'autonomisation, de face à face, avec cette histoire du temps qui passe... mais pas avec la peur mais... de réaliser un cran de plus que... que j'étais là dans cette vie et que j'étais un individu à part entière... ça c'était... en lien pour moi avec l'expérience du passage et de la conscience de la mort... »

Etre un individu, responsable, exemple ?

« Ca m'a amené... c'est la même année où j'ai fondé la maison de naissance... ça avait commencé au mois de mars mon père est décédé en octobre... mais c'est arrivé quand même en même temps... alors si on veut bien, chronologiquement j'ai fait l'un avant l'autre mais c'était quand même autour de... si on parle d'un champ de bascule... on est moins dans la linéarité... tu vois ce que je veux dire... donc j'ai affirmé là un positionnement... je suis devenue indépendante (sage femme indépendante)... (...) oui après je me suis positionnée de plus en plus dans ma vie affective aussi, dans la relation avec qui je vivais, à l'époque, et avec notre fils aussi... (...) alors ça a pris une forme... il y a eu une cascade d'événement... (...) au-delà du focus sur cette image et sur la mort de mon père, je pense vraiment, parce que dans ma vie j'ai pu le vérifier... comme on peut le vérifier... mais en tous cas un bout... que c'est plutôt un champs, un espace-temps où il se passe qqch... il va se passer plusieurs choses... qui sont de l'ordre de... ben là c'était un temps majeur de bascule, de transformation... et cette image c'est le passage sur le seuil... j'y reviens... et ça m'accroche avec un son... que j'ai entendu dans ma vie de petite fille... je suis arrivée dans cette maison à 6 ans, je l'ai quittée à 20 ans... donc j'ai vécu 14 ans dans cette maison qui est pour moi vraiment la maison familiale, et j'ai passé ce seuil des centaines de fois... donc... pour moi c'est une mega image... je reviens quand même là dessus... »

Pour toi le visuel par rapport aux autres sens... quelle importance tu accordes à l'image et le lien avec les autres sens ?

« Alors dans cet espace là, le mot « image » pour moi il veut pas dire que visuel... mais j'ai quand même précisé « image-son » parce que je sais qu'en tous cas dans notre culture, le mot image il est plutôt visuel... mais c'est une expérience que j'appelle volontiers image... mais qui englobe tous les sens... c'est une espèce de sens premier où c'est encore pas différencié... vu que c'est dans cet espace tout est réunis, tout se correspond dans cet espace... (...) »

Dans quel espace ?

« Dans cet espace de conscience modifié, dans cet espace symbolique... moi je préfère dire l'« espace symbolique » je dirai... voilà à travers ma culture et les concepts que je porte en moi, c'est ce qui est de plus proche... ouais... juste après ce serait « métaphorique »... j'hésite entre les deux mais disons « symbolique » c'est celui que je préfère à cause de symbolon... tu vois, je vois le truc du double... ouais... »

« Alors oui par rapport à l'image, moi j'aime beaucoup ce mot parce qu'il est vraiment riche de sens... parce que la capacité d'imaginer, pas l'imagination par défaut qui vient spontanément... ben je veux pas la dénigrer mais je ne parle pas de ça... c'est vraiment à un moment donné, c'est beaucoup plus fort, il y a vraiment une image qui fait sens et que je vis comme un mandala... et qui est très significative... et qui relie toutes les parties de mon psychisme... donc qui fait appel à tous les sens... à l'éprouvé dans sa globalité... c'est comme un... alors qu'il y ait une image ou pas, c'est un peu égal... qu'il y ait une image au sens d'une photo... au sens visuel... »

Mais en général, dans l'espace symbolique, dans tes expériences... le visuel c'est important ?

« Oui... pour moi... j'entre plutôt par le cénesthésique moi... d'ailleurs là j'étais dans un mouvement mais j'ai parlé d'un son, mais c'est un son mouvement... et puis juste après il y a la couleur du métal et les pavés juste derrière... donc c'est un son-mouvement et puis il y a des images... mais moi je pense que je suis beaucoup plus sensible... j'ai une porte d'entrée cénesthésique... mais pour moi ça c'est clairement l'image et j'aime ce mot « image », je le trouve très adéquat quand même pour parler de cette expérience... je sais pas trop te dire pourquoi... parce que quand je parle d'une expérience ne serait-ce que d'intériorité... d'une conscience ou d'un psychisme... je sais pas ce que c'est un psychisme mais je dis quand même ce mot... je parle de l'image... peut-être parce quand j'étais enfant... tu vois je suis d'une culture catholique on avait des supports d'images... comme une icône qui n'est pas n'importe quelle image, mais aussi des bêtes images plates de Saints... là je fais référence à un univers religieux... mais aussi les images que j'adorais regarder... j'étais vraiment en transe pour le coup... dans les albums... qu'on recevait quand on collectionnait les points Mondo... quand on avait assez de points on pouvait s'acheter des livres et nous on avait des livres où on collait les images du Louvre... donc tous les grands peintres j'ai regardé et re-regardé... et j'ai l'impression que j'ai compris le monde à travers ces images déjà... faut dire que on n'avait pas la télé ou bien je l'ai eue plus tard (...) »

Comment tu t'y réfères à l'image ?

« Je me réfère plus à l'expérience de l'image qu'à l'image elle-même... mais en même temps elle est tellement vivante... la preuve c'est que c'est elle qui s'est imposée... c'est sûr que l'image elle-même elle est banale si on veut bien... (...) mais c'est l'expérience à laquelle elle fait référence qui est tout sauf banale... j'y fais référence... tu sais, j'y fais référence comme d'un adossement qui me donne un support, un socle pour d'autres expériences de ma vie... mais si je veux être plus précise, je pourrais dire... probablement même pour certain moment professionnel... si je suis face... j'accompagne professionnellement une femme enceinte en transe... je peux m'appuyer sur... cette image en tant que telle car mon expérience du monde symbolique... s'en est un des socles parce que j'ai vécu une expérience forte... mais il y en a eu d'autres... mais je peux m'appuyer aussi en termes de légitimité... parce que un tout petit bout, j'ai pu voir cette croyance d'être immortelle et cette réalité d'être mortelle et en même temps la possibilité que ça ouvre sur l'éternité... je sais pas... enfin c'est une expérience suffisamment forte qui me soutient dans ma légitimité d'accompagner les gens vers une certaine intériorité, surtout s'ils sont sur le point d'accoucher, si c'est une femme parce qu'elle est enceinte... parce que c'est une expérience qui m'a amené dans un espace et essentiel et existentiel... donc dans ce sens là j'y fais référence... mais c'est pas que je la convoque juste avant... mais quand même quand je fais mon travail pour accompagner des situations plus délicates... je convoque des images, mais je convoque un espace en moi où il y a ces images, même si je pense pas directement à celles-ci... »

Tu convoques des images ?

« Je convoque un espace psychique... plutôt... mais qui ne serait pas là s'il n'y avait pas ces images... »

Je fais remarqué que presque à chaque fois on me donne une image qui est apparue spontanément hors cadre thérapeutique...

« Ah ouais... parce que j'en ai plein des autres... mais seulement... elles sont moins significatives... »

« C'est intéressant ce que tu me dis... (je sais pas...) et ben moi ça m'intéresse... »

Je relève aussi que je pensais pas qu'en demandant « une image » on allait me livrer des expériences aussi précieuses... pour le moment je ne sais pas ce que je vais en faire... je ne fais que accueillir

« D'ailleurs c'est très précieux ton accueil... »

« Mais tout à l'heure quand j'ai parlé et que je suis revenue sur l'expérience... le fait que j'aie dit que ça m'a... que c'était surprenant... j'ai touché cet aspect qui m'intéresse énormément... qui est l'histoire du nouveau... (...) si c'est dans un espace plus convenu où on se prépare à vivre qqch de cet ordre là, on est peut-être moins vulnérable que quand on ne s'y attend pas et que ça arrive... donc c'est vraiment de l'ordre de l'effraction quoi... »

Pourtant avec l'ayawaska... on pourrait dire que... car les personnes que j'ai interrogées jusqu'ici elles en ont toutes pris... mais non...

« Ah ben tu vois... moi j'aurais pensé aussi... mais non, j'ai pris une fois peyolt, une fois ayawaska après, en 2003 je pense, 2003-2004... »

Ca avait un lien (de prendre après expérience initiatique, ayawaska et Peyolt)? J'ai pas l'impression mais je vérifie.. c'était pas pour essayer de retrouver ce type d'expérience ?

« Non mais forcément que je m'étais familiarisé avec ce type d'expériences... en disant je vais approfondir... je vais m'offrir un cadre plus long ou vivre ça avec d'autres personnes ou vivre autre chose... »

« Pour moi les espaces symboliques... je réalise que c'est égo-centré de dire ça... c'est au service de la vie banale... je sais pas pourquoi j'ai cette pensée là... j'ai pas des croyances ou une structure psychique ou j'aurais envie de fuir ces espaces là... où je vais me dire, je vais me donner une année pour devenir disciple d'un chamane et puis faire que ça... tu vois, j'ai pas une fascination... »

« Donc pour moi ces espaces là ils sont au service de la vie banale... c'est pour ça que la suite je dis... ça m'a transformé... »

« Tiens c'est drôle, ça me ramène à une autre image... (...) Comme enfant... par rapport à cette histoire d'éternité (...) j'avais vécu une expérience initiatique... enfin de transe... qui m'avait stupéfaite... mais là c'était plutôt de l'ordre de l'espace... c'était justement dans la cuisine... tu vois j'avais oublié... mais c'est parce qu'on retourne dans cet espace que ça revient... quand j'étais enfant... assez petite... 6-7 ans parce qu'on venait de déménager... et puis ma mère elle mettait la bouteille pour laver la vaisselle à côté de la poubelle... et puis moi je jouais assise ou au sol et puis... elle range la bouteille de Palmolive où je ne sais pas quoi... où il y avait une étiquette... où on voit une dame qui tient dans sa main une bouteille de Palmolive... où on voit une dame qui tient dans sa main... pfou... et je me suis dit « ah mais ça s'arrête jamais... » j'ai eu ce sentiment de pouvoir plonger dans l'infini... et puis après quand je suis revenue dans mon jeu, je me suis dit « oh mais qu'est-ce que j'ai vécu... » puis voilà... donc c'est plutôt des choses triviales que j'ai vécu, que dans la révélation comme ça... »

Exemple d'une image qui serait apparue lors d'une expérience induite volontairement... plutôt en hypnose...

« Alors quand tu m'amènes sur ce terrain là, j'ai aussi de la peine à dissocier les expériences que j'ai vécu en hypnose ou en autohypnose avec un objectif, des rêves... parce que dans une période de ma vie, j'ai fait les deux assez vite en même temps, donc

j'écrivais mes rêves... ce qui faisait qu'il y avait des images de mes rêves qui venait dans mes séances d'autohypnose... ou bien j'utilisais des techniques d'autohypnose pour amplifier une image de rêve qui m'était apparue comme significative... donc c'est important pour moi de dire que c'était associé... pourquoi ? parce que grâce aux rêves j'avais des images plus incroyables... donc c'était un terreau très fertile que j'aurais pas eu... ou en tous cas pas sous cet forme si j'avais eu que l'hypnose et l'autohypnose... »

« En tous cas à chaque fois que je pense aux images vécues en autohypnose, il y a plus ou moins un lien avec un rêve... mais celles qui m'ont le plus frappées c'est celle qui sont en lien avec les rêves... ça je peux pas dissocier donc je suis obligé de te le livrer comme telle »

Il y en a une que tu serais d'accord de partager ?

« La première qui me vient elle est plus en lien avec le rêve qu'en lien avec l'hypnose mais je sais que je l'ai amplifiée en la mettant en autohypnose... et puis je pense à une autre en lien avec les générations... un travail simplement sur les générations... il m'en reste deux, une en lien avec le rêve... une en autohypnose mais on était en groupe mais avec une femme qui nous a guidé un we entier... donc il y avait beaucoup d'expériences avec elle mais je pense qu'il y a une expérience qui était plus significative pour moi... c'est les deux qui... alors j'en ai une multitude... mais c'est les deux qui... et je pense dans le temps qui me reste qui sont les plus importantes pour moi... je peux peut-être parler des deux ? »

« La première image, c'est l'image que j'ai amplifiée en autohypnose, suite à un rêve que j'ai fait, qui était au tout début de mon analyse, donc c'est un peu le rêve de démarrage... (...) et puis... cette image, c'est moi sur un petit ponton, toute petite, face à un bras de mer ou un très grand lac mais plutôt un bras de mer... et puis derrière sur la gauche il y a une ville... qui est un peu une nouvelle ville... et puis à un moment donné je sors de la ville, je me promène, et puis je sors sur ce ponton, là je suis entourée de mer en qq sorte... parce que je me suis un peu éloignée de la terre... et je capte un mouvement dans l'eau... et je réalise que ce mouvement en fait que c'est qu'une infinie portion d'un immense serpent... qui en même temps n'est pas un serpent mais qui est la force vitale de la mer entière... et je réalise l'écart... mais incommensurable entre moi toute petite et cette force-là, cette puissance-là... je veux dire cet être là, cette bête là qui a pris cette forme de dragon-serpent je dirai... et puis je me dis « oh mais rien qu'avec un seul mouvement de sa queue... il pourrait balayer la ville... donc je mesure cette échelle, cette force, cette puissance... et puis je suis... en même temps fascinée parce que je peux en même temps me relier à ça... parce que je peux être debout sur ce ponton... (tu peux te relier à ça ?) ouais je peux me relier à cette force... ça veut dire, je peux la voir... je peux... me connecter... et je peux ne pas être anéantie... rester debout là et ne pas mourir de peur... c'est super fort... je peux capter cette force et qu'elle existe, et qu'elle est extérieure à moi et qu'en même temps je peux m'y relier... parce que si je parle... si je raconte le petit bout d'histoire de la queue... c'est quand même temps je sais que ça pourrait arriver... mais il se trouve qu'à ce moment là ça n'arrive pas... donc mon existence, reliée à cette force gigantesque, elle peut quand même être contenu et exister... c'est comme si ça... renforce le côté extraordinaire de la vie... mais en lien avec cette force là... de nouveau, c'est cette polarité entre le tout petit et le plus grand de ce que je peux toucher... et du coup ça devient... alors le mot il est un peu faiblard... j'allais dire « une ressource » c'est un peu faiblard... ça devient un espace de force... je pourrais dire ça... ouais... mais c'est une rêve que j'ai retravaillé en autohypnose, que j'ai réutilisé... que j'ai retravaillé avec cette femme analyste... »

Ca devient un espace... une ressource...

« C'est juste qu'en parlant avec toi, je réalise que le mot est faible... parce que dans ressources on peut imaginer les petites collections de moments clés... et l'ancrage... et puis je veux pas minimiser ça... parce que c'est juste génial et j'y fais pas assez souvent appel... donc je ne dénigre pas... mais c'est d'un autre ordre... »

Justement c'était quoi ? Comment tu peux capter cette force, t'y relier ?

« En me remettant dans cet espace là, de cette image ou de ce rêve ou de cette image amplifiée en autohypnose... en me reconnectant à cet espace là... vécu de façon plus ou moins fort, plus ou moins profond, plus ou moins... parce que je sais que je peux être... je peux être... être là et être ça et être dans cette dimension-là et ça ça me resitue dans un tout... donc ça me remet... c'est autre chose que de se remettre dans son centre de façon volontaire... ça me met en relation avec qqch de plus vaste... c'est ça le sacré ou c'est ça la spiritualité... je veux pas la réduire à cette image mais dans cette image je fais aussi cette expérience... »

En lien avec l'image ou le serpent dragon ?

« C'est la même chose... c'est la même chose à cet endroit-là... il y a aucune différence possible vu que... le cerveau il ne fonctionne plus en découpant ça... donc je me mets en connexion non pas avec le serpent lui même mais avec moi là ET le serpent... il y a toujours les deux... c'est un peu la signature de l'espace symbolique... ça se passe en termes de relation pas en termes d'objet... je peux même pas dire... si je suis vraiment honnête... si je veux respecter cet espace... ou être au plus proche possible avec les mots ce soir... je peux pas dire... je sais pas « je ferme les yeux, ou je me mets dans un état particulier... et je vois apparaître le serpent... » c'est parce que moi-même je change... je dois devenir toute petite... je dois retrouver cet état particulier qui fait que je peux être et là et connecter le serpent... donc l'ECM c'est pas des mondes seulement conceptuel... c'est qu'il y a qqch qui change... s'il y a qqch qui change dans ma relation au réel... ça veut dire que moi-même je change aussi... en tous cas j'ai cette illusion que je ne suis plus tout à fait la même... parce que là, quand je parle avec toi, si je reste avec toi dans un état normal... dit normal parce que habituel... j'ai pas un vécu d'être complètement toute petite par opposition à qqch d'énorme et que cette connexion est qqch de fascinant, de vital, qui va me nourrir, qui représente qqch qui me dépasse, et en même temps, voilà... mais je dois accepter une transformation à l'intérieur pour vivre ça... qui n'est pas juste une question de neurones... c'est un positionnement psychique... qui peut être effrayant... qui l'est... je veux dire par là... qu'on ne convoque pas... pour reprendre d'autres termes... les esprits... comme ça... et donc il y a une modification intérieure et ça mobilise des choses en nous... en moi... mais je dis en nous parce que je généralise... qui sont en même temps simple, et en même temps très puissant... là je généralise... mais je peux revenir sur l'image si tu veux... mais c'est n'empêche ce qu'elle m'évoque... »

Pourquoi tu parles de convoquer les esprits ?

« Ben je parle de convoquer les esprits parce que... je m'imaginais que convoquer les esprits... bien sûr que je me compare pas à un chamane... mais ça procède... par analogie... des mêmes mécanismes... si je me mets à l'intérieur, dans un espace où je peux voir et en même temps me relier... parce que c'est dans la relation que ça se transforme... je ne tiens plus à distance... là maintenant on parle... mais je veux dire, il n'y a pas que toi et moi qui existent dans cette pièce, il y a la planète, l'univers, les autres univers... donc si on les convoque... ça va nous modifier même intellectuellement, même de l'ordre du concept... ça va nous faire bouger là... on va se sentir différentes... là c'est pareil mais c'est encore plus fort parce que c'est dans un espace symbolique... donc c'est

pas que mental... au sens intellectuel pour être plus claire... c'est tout l'éprouvé... donc c'est mon être.. on pourrait dire... donc si je me trouve comme un petit bonhomme face à la puissance de la mer entière qui pourrait d'un coup de queue tout balayer, tout détruire... en même temps c'est extraordinaire et c'est un peu effrayant... en l'occurrence c'était surtout... c'était les deux... »

Tu dis que c'est une ressource... tu l'utilises comment ? tu la convoques comment ?

« Je convoque cette plasticité de positionnement intérieur... si je convoque à l'extérieur qqch de plus vaste, de fort et de beau... ça va me mettre ailleurs... je convoque cette relation... je convoque cette plasticité... pour me donner de la force, pour... pour me mettre ailleurs... mais c'est aussi que ça vient des fois... »

Mais c'est l'image qui te viens

« ouais c'est l'image »

« D'ailleurs c'était tellement fort que ça j'ai pris la peine de dessiner... ce qui m'a fait de la peine... parce que dessiner... ça devient un peu plat... d'ailleurs j'ai oublié... mais grâce au dessin ça revient... comme quoi ça vaut la peine de dessiner.. c'est qu'au moment où ce serpent est apparu... sur le creux de chacune des ses ondulations, il y avait comme un arc en ciel qui est apparu... c'est parce que j'ai dessiné que je m'en souviens... cette image, elle est dans mon dessin, dans comment j'en ai parlé à cette femme, dans comment je l'ai écrite dans mon carnet le matin quand je me suis réveillée, etc. »

« (...) mais c'est de l'ordre aussi de l'émerveillement... voilà un mot aussi important pour moi qui n'est encore pas sorti... parce qu'il y a la stupeur, le frayeur, le sacré, mais aussi l'émerveillement... ça va ensemble... je crois que je peux pas dire mieux... »

« Si je contacte un espace à un moment donné, donc une image à un moment donné qui a autant de sens pour moi... je vais tenter de la... tu vois comme une pâte... alors je veux pas la réduire... mais au moins de l' « intégrer »... de nouveau je met des guillemets mais c'est comme si il y a qqch qui se présente à moi pour que je puisse en faire qqch... ou entrer en relation... »

Tu rentres comment en relation ?

« Mais à travers tous ces medium... cad soit en écrivant, soit en racontant mais dans une personne vraiment bienveillante... parce qu'alors je ne le raconterais pas à n'importe qui hein... »

Pourquoi ?

« Parce que ça se délite... c'est jeter des perles au pourceaux... et même comme tout ce qui est sacré justement on doit pas pouvoir... non non non on ne peut pas... donc ici, il y a un dispositif qui fait que je peux en parler... »

« Donc tu disais comment je le convoque, à travers le dessin, à travers des moments où je vais regarder le dessin parce que j'ai de nouveau besoin, où je vais relire certains rêves, parce que tout à coup je vais faire un autre rêve... ou bien prendre un moment d'autohypnose... qui va me dire en rebond me dire... « ah mais là j'ai de nouveau besoin de re-convoquer cet esprit... j'ai de nouveau besoin de retrouver cette image... ça a du sens pour moi... »

« Alors pour moi ça importe peu le degré de profondeur... ça peut être une évocation plus légère, ça peut être plus profond... il y a plusieurs façons... je remets en circulation cette énergie... en fait... mais c'est jamais que moi... tu vois je dis « je » mais c'est aussi un événement de la vie quand même fortuit qui va m'inviter... et puis après je vais le faire de façon plus volontaire... »

Jusque là j'essayais de ne pas induire... mais là si je fais le lien avec le chamanisme, ils entretiennent une relation avec leur animal de pouvoir, c'est pour ça que je te demande comment tu t'y connectes...

« Alors moi je pense que c'est pas comme un ami... peut-être d'autre fois j'ai fait d'autres transes où j'ai rencontré des personnes qui étaient comme des amis ou des animaux, comme des amis, des animaux totem... parce que ça m'a été suggéré comme tel... participé à un atelier... dans un cadre d'autohypnose avec le tambour... c'était transe il y avait pas de cadre chamanique mais je pense qu'il y avait des liens quand mêmes... on était amené à faire une certaine promenade, passer dans un tunnel... qu'est-ce qu'on rencontrait... et là j'ai rencontré deux animaux... et là c'est plus comme amis... donc ces images je les ai en moi... de façon très proche... après mon fils il m'a envoyé une carte postale et puis c'était un des deux animaux... il est là... c'est l'aigle qui est à côté de l'icône... (...) c'était d'un autre ordre pour moi que ce que je t'ai raconté... mais c'est parce que j'ai fais le lien comme ça... je pense que c'est en lien avec ma personne tu vois... et... je réalise quand tu dis ça que... peut-être je trouverais beaucoup de force et beaucoup de choses grâce à ces amis... peut-être que je les délaisse un peu... mais... pourtant c'était un état de transe alors clairement, un voyage avec des sensations, des images... mais où j'ai été conduit vers ce type d'expérience... tu vois ça a été suggéré que on est dans une forêt et qu'on allait peut-être rencontrer une personne... il me semble que c'était ouvert mais moi je suis partie sur les animaux... parce que j'ai vraiment cette croyance que quand je suis guidée en autohypnose dans un atelier où il n'y a pas un enjeu existentiel... soit il va émerger... soit... quand même dans un atelier en groupe... probablement que je ne vais pas laisser émerger là qqch d'un enjeu existentiel... parce qu'il y a quand même toujours des petites soupapes de protections... donc c'est pas pour ça que j'ai pas mis l'étiquette dessus comme une expérience majeure... pourtant c'était quand même un espace valeur avec toute sa valeur et un moment d'hypnose qui avait toute sa valeur... donc sa fausse tu vois... donc je réalise grâce à notre question... Ça peut pas être un ami pour moi parce que j'ai mis le focus sur des expériences qui m'ont amené des images initiatiques ou d'une telle force que je peux pas mettre à équivalence, je peux pas mettre à égalité avec une perception de... de la mort ou avec une perception de la force entière de la terre... alors c'est un ami dans le sens que je commence d'intégrer... alors peut-être dans 20 ans on se revoit et peut-être je te dis « ben la mort commence à être une amie pour moi ou... » tu vois... mais c'est qqch de tellement vaste... et je pense que c'est pour ça que ça peut émerger que par des images psychiques de cet ordre là... parce que sinon je l'exclu... voilà, c'est exactement ça... alors ça je peux développer si tu veux... »

C'est exactement quoi ?

« C'est justement parce que ça n'est pas des amis tellement lointain encore de moi... que mon psychisme commence à intégrer ces dimensions que je vais pas appeler ça des amis encore... je vais appeler ça... une image... mais tu vois ça va rester... »

Je fais référence à d'autre témoignages où les personnes développent une relation personnelle avec leur animal de pouvoir... en relation qu'il est nécessaire d'entretenir... pour toi ce n'est pas un échange personnalisé ?

« Ben non parce qu'un échange personnalisé... alors... non parce que dans cet état là je suis une personne mais je suis plus tout à fait une personne... vu qu'il y a cette transformation intérieure, tu vois... mais ça s'entretient alors ça je reprends quand même ce fil là, ça m'interpelle... ça s'entretient à travers une pratique de par exemple d'écrire tout un rêve... de considérer ces images...

donc de rester en lien avec le flux d'images... qu'est-ce qu'il veut advenir... donc effectivement je vois que je suis plus en lien avec le processus même d'y aller... même s'il y a des images qui m'accompagnent d'une façon particulière ou qui m'ont marqué d'une façon particulière... que avec toujours la même... mais j'en ai des préférentielles ça c'est sur... il y en a d'autres maintenant qui arrivent... vu que tu proposes ce mot « ami » ça m'amène un peu ailleurs... »

« De toutes façons si moi je veux pas entretenir de relation ou si j'oublie un peu... ça se rappelle à moi... donc j'ai envie de dire... j'essaie de faire confiance à... et puis si j'arrive pas à respecter à cet espace intérieur et extérieur en même temps, qui fait partie de mon identité d'être humain... ben je pense que je vais pas bien... que je tombe malade, que je suis triste... je souffre... donc si par exemple je suis que dans le rationnel ou que dans la production à travers le travail que je me laisse... ce qu'on appelle aujourd'hui « stresser »... ma souffrance c'est que je quitte cet espace là... il y a un déséquilibre... et je souffre vraiment... et en vieillissant je supporte de moins en moins... »

Je relève que dans le chamanisme il y a la rencontre avec l'animal totem et qu'ensuite on s'adresse à lui pour recevoir des images... qui ont une autre intensité... Et que je ne sais pas pourquoi mais que le partage à propos du dragon me fait penser/sentir l'intensité de la rencontre avec un animal allié...

« Oui ben il y a une suite à cette histoire... c'est qu'après que j'ai eu cette expérience sur le ponton... il y a cette connexion... même si c'est encore très lointain... donc on se parle pas... vu la polarité... donc je le considère pas vraiment comme mon ami mais il y a une connexion super forte... après ce qui se passe... tout de suite je me retrouve dans la ville... face à... dans une échoppe il y a un gars, un artisan et puis il me façonne un petit habit en peau... je sais plus si c'est de bête... mais c'est de la peau comme du cuir mais il y a encore la peau de la bête... je sais pas si c'est des poils frisés ou quoi... et je reçois le message implicite et explicite... alors est-ce qu'il y a des mots ou est-ce que c'est implicite 4a je peux pas le dire... je crois pas que c'est très important... que je dois porter ce petit habit... et je le vis comme une protection... et en même temps à être dans la ville... connectée avec le dragon... mais quand même avec l'habit de la ville j'ai envie de dire et en même temps protégée... pis avec l'animalité... ce côté animal tu vois que j'habille... et que j'habite à ce moment là... »

Ca c'est en rêve ?

« Ca c'est en rêve mais... comme je t'ai dit en introduction (tu m'as dit que c'était toujours lié mais je voulais savoir si c'était le rêve initial...) c'était le rêve initial mais qui a été amplifié après... et... auquel je fais référence, souvent... par exemple dans ce que je t'ai dit avant qu'on ouvre le micro... dans ce que j'ai vécu dimanche passé comme expérience difficile... où je me suis trouvée trop exposée à parler de qqch de super important autant de mon métier que de l'espace de l'hypnose... pourtant à des gens initiés à l'hypnose... en sortant je me suis dit... « zut j'ai pas mis mon petit habit de fourrure... » Donc c'est qqch que je convoque au quotidien... plus ou moins, dans certaines circonstances... ou que je ne convoque pas... ou... je me suis dit « tiens, ben j'aurais pu me faire une séance très concrète avec l'habit de fourrure... » mais tu vois j'y ai pensé après... »

La fourrure, tu ne savais pas ce que c'était ?

« Non parce que ça pourrait être plusieurs... c'est l'animalité... c'est la protection et l'instinct en même temps... une peau un peu plus... tu vois si c'est du cuir c'est un peu plus épais, don... ça j'ai bien compris, j'ai bien reçu cet habit si tu veux... »

« Dans ce sens là l'animal totem pour reprendre ton terme... mais pour moi c'était plus donc je dirai plus cet esprit, cette divinité ou cette entité... bon alors pour moi... mais esprit ça fait pas assez incarné... Moi connectée à ce serpent-dragon, ça me permet après d'aller dans cette ville... c'est pas lui qui me dit ce que je dois faire... c'est parce que je peux le voir et être en relation avec lui que ça se passe après... (...) donc j'ai jamais pensé si tu veux à retourner le questionnaire... parce que j'ai l'idée que la vie va me servir une autre image quand j'ai besoin d'autre chose... donc je passe pas toujours par le même... tu vois, animal totem... je fonctionne pas comme ça... »
(cerveau reptilien...)

Mais tu l'as retrouvé des fois

« Non je n'ai jamais retrouvé cette image qui me propose une autre expérience... mais je me suis souvent relié à cette image quand j'ai avancé dans ma vie et que j'ai vécu des expériences... si tu veux en me mettant en transe... si ce n'est dans les jours et les semaines qui ont suivi où j'étais encore lié à cette expérience... alors là je suis retourné plusieurs fois... ou récemment en allant regarder... ouais récemment quand est-ce que je suis allée ré-ouvrir l'image... ça fait peut-être 8-9 mois... j'ai retrouvé cette image... celle que j'ai dessinée à ce moment là, je suis allée regarder... »

« Non j'ai pas le rituel de passer par une image par exemple... (ou d'entretenir une relation avec un esprit... ou bien) ben je pense que j'entretiens une relation quand même... mais... peut-être je suis pas très fidèle à une certaine forme d'images... en tous cas c'est pas exactement comme ça que ça se... non... peut-être que j'ai un peu peur de réduire l'expérience, de la figer... peut-être... et aussi ça vient aussi du fait que comme ça a fait irruption quand c'était le plus intéressant... j'essaie de ne pas répéter... mais je sais bien que les rituels c'est pas le fait de répéter c'est juste une porte d'entrée vers du nouveau, je crois que ça j'ai bien compris... »
C'est comme si ne s'en remet pas à un animal en particulier, ou entretien pas une relation avec un animal en particulier mais avec qqch de plus grand, le processus même... plus grand que l'inconscient... qui la met en relation avec des images... (le soi, l'âme du monde ?) → différence entre chamanisme et Jung voire hypnose

Tu voulais me raconter une autre image

« La dernière image importante d'autohypnose... et je réalise maintenant en t'en parlant... de façon plus précise... je sais bien que tout ça ça se construit au fur et à mesure du fil et du récit de la vie... mais... je vois quand même un lien intéressant... c'est un travail que j'ai fait pendant... 2 jours, un stage que j'ai fait avec une femme qui s'appelle Teresa Robles... qui... une femme sud-américaine, qui travaille avec l'hypnose... et moi j'en avais déjà entendu parler plutôt comme référence ou j'avais lu des citations... ou j'avais entendu des gens parler d'elle et tout à coup je vois qu'il y avait une femme médecin qui l'a fait venir ici à Lausanne... donc je m'inscris et je me retrouve avec d'autres gens... et on a travaillé que dans de l'autohypnose en groupe... c'était rien que le travail du cercle et elle, sa présence... alors rien que sa présence était inducteur... inducteur d'un travail intérieur, inducteur de l'autohypnose parce qu'elle représente pour moi une des grandes dames de l'hypnose... aussi parce qu'elle est sud-américaine... j'ai jamais été en Amérique du sud mais j'associe une femme d'un certain âge qui parle avec une voix avec un accent d'Amérique du sud et qui fait référence à cette culture, qqch de Pincola Estes... pour moi il y a tout un imaginaire autour de la transe au sens large et l'initiation féminine... à travers cette figure... mais si je le dis c'est parce que je vois bien combien le contexte est inducteur... pour moi c'était un peu une chamane... une chamane de l'hypnose... elle, elle s'est pas du tout présentée comme chamane... c'est une psychologue hein (une assistante sociale, ethnologue !) qui a travaillé sur différents sujets... là à un moment

donné... je me souviens plus du dispositif, je ne me souviens plus que de l'image... on a travaillé sur l'histoire du passé, du présent, du futur et de la guérison... et elle nous avait raconté d'ailleurs, comment elle a été invitée pour travailler avec des groupes, qui ont voulu travailler sur des guérisons qu'on porte au niveau de l'inconscient collectif... elle a utilisé ces termes-là... comme par exemple des pays qui ont vécu des conflits, des villes qui ont vécu des guerres civiles... enfin tout ce qu'on vit nous les humains et puis que des groupes de personnes qui ont souhaité pouvoir avancer avec ces poids, ces souffrances et ce passé... souvent deux générations... et à un moment donné, on s'est retrouvé... elle nous a proposé une transe en groupe... où elle a invoqué qqch du passé... c'est tout simple hein mais je me suis vu dans qqch des générations dans cette... dans cette enfilade... avec les autres qui sont derrière... et les autres qui suivront... donc il y avait qqch de la famille... concrètement mes parents... mais c'était plus collectif en même temps... et simplement d'être là et de sentir avec cette femme et avec les autres... et de sentir que les autres pouvaient y être et qu'il se passait qqch de significatif et que je pouvais me tenir là... alors je vais dire dans cet espace d'inconscient collectif... mais j'avais cette image d'enfilade tu vois, d'une succession de génération, et d'y être... ça m'a... sur le moment ça m'a énormément intéressé... ça m'a touché... alors là peut-être plus au niveau du cœur... et pour le coup c'était de nouveau très cénesthésique parce que c'était un positionnement... ça m'a renvoyé qqch de la responsabilité... et je me suis juste dit « wouah là il y a qqch qui m'intéresse, qui m'intéresse, qui m'intéresse... » mais c'est comme un bain... j'ai juste été là... et puis j'ai suivi ce qu'elle a dit mais j'ai un peu oublié... elle proposait qqch je sais plus si c'était avec la respiration et laisser la guérison venir... enfin c'était ça le fond du pot... mais j'y étais simplement... et il y avait une partie de moi qui suivait ce qu'elle disait... et c'était d'être grâce à elle amenée dans cette image là, dans cet espace là, m'a énormément intéressé... et ça c'était plus récent que le serpent... c'était que l'hypnose... c'était peut-être il y a une année et demi... et je pense que c'était la racine de... de qqch au niveau professionnel qui m'intéresse... qui est encore flou... c'est un tout petit germe donc je sais pas... donc c'est vraiment significatif... en termes de résonnance de pouvoir vivre cette expérience avec d'autres... »

« (...) et cette femme là (Teresa Roblès), elle, pour moi elle fait partie alors du coup des amis que je pourrais convoquer, des personnes sur qui je peux m'appuyer... alors il y en a d'autres... il y en a eu d'autres dans la foulée... c'est pour ça que je pense que ça fait partie d'un espace temps où il se passe plein de choses autour d'un moment... parce que c'est dans la même période que j'ai commencé à lire Toni Morrison... et pour moi c'est une des plus grands écrivains que j'ai jamais lu... je pense qu'elle fait le même travail cette femme mais autrement... (je connais pas) Tu connais pas... ohhhh c'est une femme... c'est la seule femme de couleur noir qui a eu le prix Nobel de littérature... (...) et elle son terrain d'écriture c'est... mais sur plusieurs centaines d'années elle raconte des histoires très individualisée mais de personnes noires qui ont vécu sous l'esclavage, soit juste la suite... elle parle du temps de l'esclavage... donc c'est des histoires individuelles et en même temps complètement universelles... je me suis dit... mas c'est ça que je veux faire... c'est hen... Evidemment c'est symbolique... mais... je veux dire voilà une œuvre passionnante en termes de positionnement au monde... de vision... de... d'espace de guérison... qui est plus que dans une consultation ou un soin... mais en termes collectifs, voilà un autre champ vibratoire où on peut agir... à travers les mots, la parole, le récit et je me disais... mais elle fait de l'alchimie cette femme quand elle écrit... elle convoque les esprits... sur le plan symbolique... mais dans les champs de la littérature... donc tu vois, je fais un lien parce que c'est parce que j'étais dans cette image, dans cet espace là que j'ai pu m'ouvrir à cette dimension... et puis... pour moi Teresa Roblès dans la relation que j'ai eu avec elle dans ce stage... elle représente qqch de... de la sagesse... la partie sage vraiment... à laquelle je me réfère concrètement... un peu plus comme une amie je dirais alors... »

Mais c'est une personne qui existe...

« C'est une personne qui existe et qui me renvoie à d'autres personnes que je ne connais pas comme Pinkola Estes ou Toni Morrison... qui sont toutes des femmes qui ont à peu près 20 ans de plus que moi, auxquelles je peux me relier... autant l'une faisant référence à l'autre... donc parfois je vais ouvrir un livre où il y en a une qui parle, juste pour 3 lignes pour me reconnecter... ou bien fermer les yeux et puis penser à elle... ou me référer une transe d'autohypnose que j'ai pu vivre avec Teresa... là c'est plus proche de l'histoire de l'ami... mais c'est plus la grande sœur, ou la sagesse universelle... ou une certaine image positive de la mère... parce que moi j'ai pas eu à la base une relation facile avec ma mère... c'est pour ça que c'est pas le premier mot qui me vient... (...) c'est pour ça que je dirais plutôt « partie sage »... d'ailleurs elle, elle, travaille avec la partie sage en nous... c'est le terme qu'elle utilise Teresa Roblès... »

Toi tu l'utilises en hypnose ?

« Depuis que j'ai fait le stage avec elle je commence à la glisser plus consciemment quand je travaille avec qqn d'autre... »

« Mais tu disais pour moi-même d'abord ? » → en fait les deux m'intéressent.

« Ouais mais les deux sont reliés... parce que comme quand je pratique l'hypnose c'est l'histoire de l'autohypnose... si moi je peux me relier à ces expériences, alors je peux accompagner l'autre là où il veut aller, mais quand même sur ces terrains-là, donc du coup je vais pas l'utiliser comme des trucs... ou parfois si ça venait comme ça, ça, marchera pas très bien... c'est pas grave... tu vois... »

Je relève que Lissia (sans la nommer) quand je lui parlais de guide, d'animal allié ou d'archétype m'a évoqué pour la première fois la « partie sage »...

« Tu viens de dire qqch d'important qui me permet de clarifier un domaine qu'on a abordé... toujours par rapport à l'histoire de l'ami... quand on dit convoquer les esprits, ou quand on dit se relier aux « archétypes » je n'ai pas encore utilisé ce mot là parce que pour moi c'est lié... alors qu'il m'est familier... c'est plus la partie jungienne... donc comme on parlait d'autohypnose... on ne prononce jamais chez les « autohypnosés » ou chez les « hypnosés » il n'y a pas le mot archétype ou très rarement, c'est vraiment plutôt jungien... donc je veux bien le mettre dedans si on ouvre les référentiels... pour moi, les archétypes... j'extrapole à partir de mon expérience et j'inclus qqch de plus intellectuel... mais les archétypes ou les esprits... ils ne peuvent pas être mes amis... parce qu'ils ne sont pas humains... je peux me relier parce que c'est plus vaste... c'est une autre échelle... et même si j'utilise le mot « Dieu » pour bien illustrer ce que je veux dire... les dieux, admettons dans une vision d'un grand panthéon avec toutes sortes de divinités... mais les dieux ils sont... extraordinaires et terrifiants... j'ai pas envie d'être l'amie, ni de vénus, ni de mars... ils sont aveugles et un peu fou... parce qu'ils ne sont que dans une énergie... d'un point de vue humain... je dois pouvoir me relier... pour intégrer une petite partie mais je dois humaniser... ces énergies là... mais je peux pas les voir comme des amis... (...) les archétypes c'est vraiment des forces... qui sont des forces de vie et de destructions... toujours toujours les deux... je veux dire c'est pas pour rien que l'humanité a produit une multitude de textes aussi riche que l'histoire des dieux grecs... enfin je veux dire Vénus à part coucher avec tout le monde, elle fait rien d'autre... ils sont hyper cons dans leurs trucs... regarde Zeus... il se croit le chef, il veut toutes les séduire, il arrête pas de tromper Héra... ils sont tout le temps dans leur scène de ménage... ils sont

hyper caricatureaux... bien sûr qu'on projette en même temps des traits... bon surtout là... parce que c'est la saga des dieux... mais n'empêche que les énergies, les archétypes, les forces... c'est pour ça que je rebondis grâce à ce que tu viens de dire... grâce au mot archétype... non ça peut pas être mes copains... »

Ami je sais pas... mais c'est « comment tu dialogues avec »...

« J'allais dire qqch de plus général... il s'agit bien d'entrer en dialogue avec toutes ces... entités, ces archétypes ou ces déités là... mais venant d'une culture monothéiste... je me suis peu construite... je reviens à la religion... alors les chrétiens ils ont trouvé moyen de mettre du polythéisme en mettant une multitude de Saints... les catholiques et en réintroduisant la sainte vierge... et s'adresse plutôt, donc on a des prières, voilà... mais après comme adulte, ça c'est lointain ça pour moi... ça c'est arrêté assez vite... ça s'est transformé assez vite... c'est plutôt dans expériences fortes et symboliques que j'évoquais... c'est plutôt des gros paquets... et puis l'articulation plus fine du dialogue... je le vis... Je l'ai vécu plus à travers qqch de l'ordre des mythes et des histoires et des contes... où là il y a des scénettes, des images... mais ça fait du sens... c'est absolument pas anecdotique... ça peut être anecdotique... mais la je fais référence à des histoires ou à des contes ou à des moments... ou une histoire ou un conte qu'on m'a raconté ou que j'ai lu... mettait en mouvement des archétypes mais sous une forme où il pouvait y avoir un dialogue... par exemple la déesse... la petite déesse qu'elle décrit dans « Femme qui court avec les loups »... bon déjà elle utilise l'image du loup à travers tout son livre, pour être en dialogue avec cet archétype du féminin sauvage... bon ça c'est le livre... mais à l'intérieur de ce livre... ou je trouve que oui elle m'a appris à me mettre en dialogue... elle m'a appris dans ces images que j'ai lues en étant dans cet état d'esprit d'autohypnose mais en lecture... c'est comme entrer en dialogue et comprendre que je peux le faire en me mettant face à une multitude de petite déités... »

« Alors je pense à une histoire... (...) d'autant plus je trouve que c'est intéressant parce que c'est la fameuse déesse... elle était intéressante pour moi parce que c'est... elle parle des déités (...) comme ces déités qui sont justement difficiles de... il faut leur donner une place dans le panthéon quand même... c'est l'opposé de la Vierge Marie, c'est la petite déité qui parle que de la sexualité, c'est la vulve sur patte en gros... comme t'as le pénis sur patte... et puis elle raconte une histoire de ça... donc toute cette possibilité de rentrer en dialogue... et puis il y a de l'humour... et puis il y a de la maladresse... et puis en même temps c'est un archétype... alors je pense que ça équilibre... en l'occurrence avec l'archétype de la Sainte Vierge, c'est vraiment ça... c'est des polarités... donc oui entrer en dialogue à travers des images pour moi ça se fait plus à travers des amplifications que je peux faire de contes ou de... que je lis... »

Mais pas...

« ... des amplifications en autohypnose ? Ca je l'ai fait quand j'étais avec l'analyste... quand on a amplifié et elle m'a proposé des dialogues... elle me disait si... si vous avez là... mais concrètement je me mets en autohypnose pour faire ça... si vous avez tel personnage qui est là devant vous, qu'est-ce que vous lui dites ou qu'est-ce qu'il vous dit ? »

Pour moi ce n'est pas forcément verbal, il y a une interaction qui se construit et il te propose qqch par exemple dans ton image avec le dragon...

« alors si je reviens au dragon... c'est parce que c'est tellement vaste et que c'est pas un ami, pour reprendre en synthèse... donc je ne l'appellerai pas comme ça... mais je peux quand même avoir en même temps... une distance et donc une connexion, donc une relation... de facto, il y a un dialogue... que je peux soutenir... et d'abord je fais déjà cette expérience là de séparation et vision... ces deux pôles... et ça, ça, amène à une action... parce qu'il y a un événement... qui fait qu'il se passe qqch, qui se traduit en image ou en dialogue, mais en l'occurrence pas avec la force en question... mais peut-être que si... j'allais deux fois par semaine chez un analyste pour continuer d'entrer en dialogue avec cette force... elle se transformerait sûrement... et se rapprocherait sûrement de moi... et il y aurait sûrement des dialogues... »

Ou des histoires...

« ou des histoires... « et... et... » je pense... « et... et... » parce qu'il y aurait un processus d'intégration continu sur une même image... ça... c'est comme ça que je l'ai vécu un tout petit bout mais pas assez pour pouvoir témoigner ou être sûre de ça... mais je m'imagine... et un tout petit bout je m'appuie sur des bouts d'expériences... pour être assez fondamentalement persuadée que ça se transformerait au fur et à mesure des dialogues... mais moi j'ai besoin d'être contenue avec des rdv, soit extérieurs, donc il y a une tierce personne, soit moi-même seule de me dire tous les jours, tous les deux jours... je m'assieds et je me mets en méditation, en autohypnose, je convoque les rencontres avec le serpent et j'observe ce qui se passe... mais ça comme ça je le fais pas de façon suivie... ou alors comme je t'ai dit avant... autour d'un espace temps... ou cette image me parle... et à travers différents dispositifs... je vais me laisser toucher par ce symbole... »

Mais c'est quand même une ressource... encore maintenant ?

« Oui parce que maintenant... c'est devenu un adossement... c'est qqch d'un peu intégré... »

Floriane relève que ça fait 3-4 fois que j'essaye de la ramener à ça... mais que ça la ramène à une question très personnelle, ça la ramène à sa relation avec sa mère... un problème personnel de confiance... donc un autre très proche qui la guide ça va pas vraiment être une ressource pour elle.

Je souligne aussi que c'est une question qui m'intéresse moi par rapport à mes lectures et d'autres entretiens mais que je veux pas tout ramener à ça à amoindrir la richesse de tout ce qu'elle a amené

« Effectivement pour moi c'est la zone où... dans ce qu'on m'a suggéré par exemple quand j'étais dans des états d'hypnose ou d'autohypnose, d'approfondissement de certaines images avec psychanalyste, c'est pas des formes d'histoire qui sont arrivées comme ça parce que je prends pas... je repense au stage avec des animaux totem... moi j'en ai vu deux furtivement avec une petite connexion, genre un regard... mais c'est pas la ballade côte à côte où il se passe des trucs sympas... évidemment je caricature... »

Je dis que c'est la même chose pour moi donc ça ne m'étonne pas...

« Alors non, c'est ma mise en scène préférée pour réduire à qqch que je pourrais appeler de la mise en scène... mais avec beaucoup de respect... c'est pas mon setting familial... non... ou comme un ange gardien, tu vois... ouais c'est pas comme ça que ça... c'est pas une accroche, c'est pas un chemin facile pour moi, c'est pas ce chemin là que je prendrai de façon privilégiée... même si je crois un peu que je vois de quoi il s'agit... »

Tu as parlé de la partie sage...

La safe place...

« C'est deux choses séparées... alors ça c'est un terme typiquement hypnose la « safe place » et je dirai Le grand... le grand passage obligé pour tous les apprentis d'hypnose... que ce soit en autohypnose pour une initiation à usage personnel au quotidien... s'ouvrir à ce que c'est l'autohypnose et comment je peux le vivre au quotidien... que ce soit pour un professionnel qui veut utiliser l'hypnose dans sa pratique professionnelle, la safe place c'est le passage obligé... pourquoi parce que, parce qu'il faut déjà apprendre à se mettre soi-même en safe place... parce que chacun veut déjà pouvoir être un peu sûr... avant d'aller faire un voyage où on peut potentiellement rencontrer Dieu, Diable et l'univers... donc on se dit « tiens, il y a un endroit où je peux toujours retomber sur mes pattes même en transe... et surtout, surtout où je peux toujours ramener l'autre, au cas où il fait une mauvaise transe... » donc là je plaisante un peu mais oui... ceci dit... je trouve que c'est vachement légitime... ça peut paraître simpliste et modeste mais c'est très bien parce que... oui alors moi j'ai une safe place depuis que j'ai commencé à faire de l'hypnose... qui m'a toujours plus et j'y retourne toujours... là oui en terme de ressources c'en est une... je dis « safe place » pouf, ça vient tout de suite... la clairière machin, la rivière, le transat où je peux m'asseoir, les arbres ni trop près, ni trop loin... enfin c'est une espèce d'organisation sensorielle de moi au monde, idéale de sécurité où il y a en même temps de la forêt mais pas trop... en même temps de l'espace mais pas trop... de la lumière mais aussi de l'ombre... de l'eau mais aussi de la terre... qqch de complètement équilibré pour moi... qui paraît simpliste et banal mais qui a toute sa valeur... donc ça m'évoque pour moi, l'histoire de l'apprentissage... et puis à un moment ou un autre, dans mon travail, il y a toujours un moment où je construis, où je co-construis ça avec la personne, au moins un petit bout... (...) c'est un peu comme une plateforme où « ouf... » on peut toujours revenir... je peux toujours revenir, je peux toujours inviter l'autre à revenir... on peut se poser... et puis là il peut se passer des rencontres... qui peuvent être ma foi des fois surprenante... mais je pense que l'espace n'est jamais altéré... en tous cas moi je n'ai jamais vécu la destruction de cette safe place ou une mise en danger majeure... donc elle est toujours disponible... »

« (...) et je pense à une transe qu'avait vécu mon fils... Fabien... quand il était tout petit... et moi je savais pas ce que c'était l'hypnose vraiment... mais comme il avait super peur tout à coup de prendre le bus scolaire à 5 ans et qu'il pleurait... donc voilà il voulait plus le prendre pour aller à l'école... j'avais considéré sa terreur... et on était allé voir une femme infirmière qui faisait les fleurs de Bach et qui avait aussi l'hypnose comme outil... elle avait discuté avec lui... elle avait préparé un mélange... ça allait un peu mieux... on était retourné la voir... et puis il y avait eu plusieurs étapes... et puis à un moment donné elle lui avait proposé de faire un moment d'autohypnose... pis c'était une grande pièce donc moi j'étais là mais évidemment j'intervenais pas du tout... c'était bien le but... donc elle avait aussi signifié à mon fils que... maman était là dans un coin mais voilà... elle avait bien distingué les espaces... et puis je l'avais entendue guider cette transe donc je m'étais imaginé aussi une transe bien sûr... et elle l'avait emmené dans un espace de sécurité... ce que j'ai identifié beaucoup plus tard comme étant un espace de sécurité... elle lui demandait ce qui se passait et tout... puis tout à coup il dit... il avait aussi une forêt lui... « ah... il y a un monstre qui sort de la forêt... » et puis il y avait une scène et elle lui proposait qu'est-ce qu'il pouvait faire... il y avait une histoire de baguette magique... et puis il avait transformé le monstre en quelque chose... donc je sais bien que dans les espaces de sécurité, mais là c'était ma première expérience, il peut aussi survenir des choses d'un peu... un peu effrayantes ou un peu bizarre... mais malgré tout l'espace de sécurité, ben par définition... demeure... c'était assez génial... ça me fait penser à ça... »

« Et puis ça me fait penser à autre chose... parce que tu vois... on parle de ça assise sur le fauteuil ici toutes les deux... il y a quand même des fois je me dis « hen... » dans des situations extrêmes... donc plus extrêmes que... la mort d'un porche... plus extrême qu'un accouchement... pour moi par exemple qqch qui me terrifie... complètement... où je pense que... pour moi ça serait une violence extrême comme la torture, le viol... une violence extrême où il y a de la perversion, de la malveillance à répétition, etc. où je me dis... là je pourrais être anéantie... j'ai de la peine à me projeter... évidemment je peux pas savoir... mais je pensais à cette femme... je sais pas si je t'ai raconté cette histoire parce qu'elle est tellement emblématique pour moi... quand je pense à qqch que j'ai pas encore expérimenté qui pourrait être terrifiant... qui pourrait plus me détruire... pire que la mort... parce que je considère la perversion humaine pire que la mort... parce que ça pourrait tuer l'âme, je sais pas, qqch d'affreux... elle avait cette femme, pour garder un espace de liberté, un espace de dignité... elle écrivait sur tout ce qu'elle trouvait... et elle mettait dans l'ourlet de sa robe... je pense que c'est une image transe-ressource pour qqch que je ne peux pas m'imaginer en terme d'espace de sécurité... du coup, c'était l'ourlet de la robe... le mot... donc l'espace d'humanité... je pense à ça parce que tout à l'heure j'ai dit « oui la safe place de toutes façons elle est toujours là, on peut pas la détruire... » mais droit derrière j'ai pensé « ouh... t'as encore pas tout vu... » bien sûr que des fois ça peut être... il peut se passer d'autres choses, d'un autre ordre... »

Dans le chamanisme tu pars aussi d'un lieu que tu connais... et s'il y a une relation avec un arbre... qqn peut développer une relation avec un arbre, comme avec un animal allié

« Je réalise en t'entendant parler que j'ai quand même de la peine à rester dans le champ stricto sensu de l'hypnose parce que... tu vois... pour moi les autres champs, soit du point de vue conceptuel... soit dans ma façon de vivre le monde symbolique... ça existait avant l'hypnose... fin tu vois... c'est plus vaste... qu'une pratique ou une école... »

C'est vrai mais ce que tu pratiques régulièrement plus l'hypnose que...

« Oui c'est vrai... en tous cas j'utilise ce terme là et je me suis formé là et... et voilà... mais des fois quand je vais dans des congrès d'hypnose, je ne me reconnais pas du tout dans ce que certaines personnes disent... voire même je suis très en colère parce que ça trahit qqch de l'ordre du sacré... après je suis très en colère... ça me fait réagir... par rapport à des valeurs que j'ai... »

« En tous cas t'as laissé beaucoup de place pour le récit et c'est plus que des questions ouvertes... c'est vraiment... une grande grande ouverture... (du coup 2h30) ah ouais... ben ça a passé vite... moi ça m'a paru assez rapide... »

Premier entretien : H3

« Depuis jeune je suis une personne qui rêve beaucoup. Donc les images sont très importantes. Donc c'est assez difficile d'en trouver comme ça. »

« J'ai eu un gros passé pis tout ça... pis vers l'âge de 11 ans j'ai eu beaucoup beaucoup d'images, par rapport à des souvenirs qui ont apparus... »

Que t'avais oublié ?

« Ouais que j'avais oublié, en fait... »

« Donc ça c'est des images assez fortes par rapport à mon passé... »

Par rapport à ton enfance ? A ta petite enfance, donc ?

« A mon enfance, à ma petite enfance ouais, Donc avant trois ans »

« Pis ouais c'est tout arrivé vers l'âge de 11 ans »

Suite à qqch ? → oui mais là on tombe dans le passé, c'est pas trop dans le.. ?

Pas de souci → c'est une longue histoire, tu veux que je te raconte tout ?

Lien avec les images que j'ai eu en transes dont je vais te parler

Je raconte un peu détachée pour me protéger, parfois ça peut paraître un peu mécanique :

J'ai été adoptée, → parents biologiques :

Mère dépressive, suicidaire.

Deux parents toxico, prostitution

J'ai vécu avec eux jusqu'à l'âge de 3 ans.

2e enfant, grand mère intervenue (mère du père), appelé protection jeunesse.

→ famille d'accueil.

Parents adoptifs essayaient d'avoir des enfants depuis 5 ans. Sœur restée dans famille d'accueil. Lissia partie avec famille adoptive. Sœur ne s'est pas fait adoptée, restée dans famille d'accueil. A gardé lien avec famille biologique.

Mères adoptive tombée enceinte 6 mois après adoption. Dépressive. Troubles. Jalousie. Pas stable. Problème avec sa propre mère. Voulait plus Lissia. Le père adoptif est intervenu « c'est pas un chien, on la garde »

A 3 ans Lissia ne savait pas parler. Amaigrie. Vomissait tout ce qu'elle mangeait. « sale état. ». Toujours restée dans cette dynamique où ma mère me rejetait parce qu'elle était enceinte, avait sa propre fille. Mon père m'a toujours protégée mais pas trop pour garder sa femme.

Les tantes (sœur mère adoptive) ont beaucoup protégé et raconté (petites infos au fur et à mesure). Ne savait pas que parents toxico (disaient que c'était des « grands enfants »). Par la suite captait peu à peu des infos. Puis peu à peu parents adoptifs ont raconté histoire.

Situation toujours conflictuelle avec parents adoptifs. Surtout avec mère adoptive : « violence psychologique », beaucoup de rejet, rabaisser : « j'ai pas été aimée quoi ». Mais toujours juste au niveau matériel avec sœur (fille biologique des parents adoptifs). Par après a retrouvé parents biologiques par la sœur biologique qui ne s'est pas fait adopter. Rien petite car il y avait interdiction de la cour. Car père biologique venait harceler famille adoptive pour reprendre fille. Voulait toujours récupérer sa fille. Aucun contact avec famille biologique jusqu'à 18 ans.

Ca a pris du temps pour comprendre tout ça. Lissia a compris quand retrouvé sa sœur. A 18 ans Lissia a dit comme ça que souhaiterait voir qqn qui lui ressemble (car famille adoptive très différent physiquement). Père adoptif a sauté sur occasion pour donner numéro tel de la sœur biologique « tiens elle attend que tu la contacte ». Il avait numéro depuis longtemps mais selon la loi était protégée de famille biologique. Donne no seulement sur demande de Lissia. A revu famille et surtout sœur lors de réunion de famille. Même voix et bas du visage mais pas beaucoup de ressemblance. Un peu de déception. Se sont vues pendant un été. Mais sœur avait beaucoup, beaucoup d'attente, de beaucoup beaucoup d'amour. Lissia arrivait pas à aimer comme ça sa sœur biologique. Par contre était très proche de sa sœur adoptive (malgré la différence qu'à fait la mère). Sœur biologique super déçue. Demande de la sœur pour voir ensemble le père qu'eux avaient jamais vu (sœur attendait).

Question de Lissia dans toute cette histoire « comment tu peux avec ta raison, ton cœur, faire un enfant dans ce milieu là de pauvreté, de drogue. De maltraiter ton enfant, de ne pas la nourrir, de pas... Comment ? Cette inconscience là c'est quoi. J'étais fâchée quoi. J'avais de la frustration. J'avais beaucoup de. Je voulais comprendre, juste comprendre »

Pas trop de préparation avant de rencontrer mon père. C'était beaucoup pour accompagner ma sœur. Le voir a répondu à mes questions même s'il n'a pas beaucoup parlé. L'ont eu assez jeune. Journée spéciale. Va toujours s'en rappeler. Se sont vus chez la mère du père. A vu son père, sa grand-mère. Était avec sa sœur, une bonne amie.

A demandé à son père de le voir seul un moment, lui a dit qu'avait des questions à lui poser mais n'avait rien de prévu, lui a demandé : « mais je comprends pas, est-ce que j'étais voulue ? » Et-ce que c'était un accident ? C'était prévu → oui oui on t'a toujours voulue, on avait tout prévu de t'avoir → Ok... (je pense qu'il avait fumé car il était un peu bizarre).

J'ai dit « donne-moi des souvenirs de quand j'étais petite » → ah oui t'étais drôle car je te promenais partout dans des bars tu parlais à tout le monde.

Comme ça ça a l'air léger mais après je me suis dit. « Attends, je te retrouve et c'est le seul souvenir que tu me donnes. C'est que j'étais sociable parce que tu me trainais partout dans les bars... » Pis j'ai dit ok. Après dit qu'il faut pas le dire mais qu'il était dans la prostitution car ça coûtait cher la drogue → j'ai compris que c'était naïf, qu'il était dans un autre monde. Pis j'ai dit « écoute j'te pardonne » pis vraiment c'est sorti comme ça, Ca m'a libérée mais lui a pas trop compris. C'est tout ce que je me rappelle. Après ne se sont pas revus. Lui a récrit, qu'il voulait apprendre à la connaître. Lissia a pas voulu, s'est dit qu'avait rien à apprendre là dedans. La sœur elle a fait une grosse dépression par rapport à sa sœur, à son père. A coupé tous les contacts avec Lissia. Lissia a respecté, s'est dit qu'elle avait besoin de cet espace.

« Il y a juste ma mère, des fois je me dis... » (ne l'a jamais revue)

« des fois ça me tente, mais des fois... j'ai peur.. de la déception.. je ne sais pas ce que je pourrais retrouver. »

Me confie, émotion, pleurs, au début avec sa fille, chaque jour lui disais 40 à 50 fois que je voulais pas l'abandonner. Son mari disait : « c'est bon elle a compris » et moi je lui répétais « ouais j't'abandonnerai jamais, j't'abandonnerai jamais... » encore à vif, encore plein d'émotion. Longtemps j'ai hésité à avoir un enfant. Peur de répéter.

Quand a su qu'allait avoir une fille, a angoissé. Ca aurait été peut-être plus facile avec un garçon. Surtout peur de reproduire maltraitance de la mère adoptive.

(jalouse, reprochait de lui enlever son mari, lui disait qu'elle était laide, sa voix n'allait pas. Jalouse parce qu'était mignonne « touche pas à mon mari » parce que assise à côté de lui. Et plein d'autres trucs.

« Par rapport aux images, quand j'ai eu 11 ans, mais vraiment 11 ans. J'ai vu toutes.. j'ai eu plein d'images qui sont arrivées pendant la nuit. Dans mes rêves. J'ai vu. Je savais pas tous les détails. A 11 ans ça a vraiment été un moment décisif. J'ai rêvé de mon père qui était à la fenêtre pis qui voulait m'avoir quoi. Qui voulait me reprendre et tout. Pis quand je me suis réveillée le lendemain j'étais allé voir mes parents adoptifs pis j'ai dit « ah ouais mon père il est grand, cheveux frisés, bruns, nana.. » Pis mon père adoptif il a dit « ben oui c'est ça ». Exactement. Donc c'était vraiment des flashes. »

→ pendant que tu dormais ?

« Oui c'était dans mes rêves. Ouais je rêvais. Pis j'ai rêvé vraiment de ça. Que mon père venait me chercher. Pis c'est assez troublant de dire... tu vois tes parents adoptifs qui font... tu vois j'avais pas vu mon père biologique depuis l'âge de trois ans. Pis à 11 ans je me couche... »

« Pis après je pense que ça a été, euh.. Quelque mois après, j'ai vu : j'étais dans un appartement avec un balcon. Il y avait ma mère. Il y avait une chaise berçante. Pis.. Elle essayait de mourir quoi. Je me rappelle plus quoi. Elle essayait de se suicider. Je ne sais plus comment, si elle essayait de se trancher les veines ou qqch comme ça. Mais c'était assez fort, c'était vraiment fort. Mais c'était angoissant. Je me rappelle autant mon père quand je l'ai vu, ça m'angoissait pas. J'étais triste. J'ai vraiment eu un sentiment de tristesse quand j'ai eu ces images dans mes rêves. Que avec ma mère c'était vraiment angoissant. J'étais vraiment pas bien pis.. je me voyais.. j'étais toute petite, je marchais à 4 pattes. J'étais assise (émotion). Je me rappelle. Ca j'ai jamais raconté à mes parents par contre. J'ai pas raconté à beaucoup de personne. »

C'est vraiment les 2 grosses images. Sure que c'est un souvenir qui a existé, pas un rêve. « Pis ça trouble quand tu vois. »

« C'est vrai que j'y pense, ça coïncide avec mon adoption. Donc vraiment je suis passée en cours. Il y a eu plein de procédure. Donc ça ça a peut être été un facteur qui a un peu déclenché les souvenirs. »

→ procédures : travailleuse sociale qui vient à la maison. Ca se voit pas la maltraitance psychologique. H3 : « J'avais peur de retourner dans ma famille, de retrouver qqch d'inconnu, tu vois, j'avais peur, j'étais attachée à ma famille parce que.. le reste c'était encore plus négatif. Pis eux ils me donnaient... ils m'éduquaient, ils me donnaient tout ce dont j'avais besoin pour grandir quoi, à part l'amour... mais.. pis dans ce temps là tu sais pas ce que c'est la psychologie, la maltraitance.. pis quand t'as vécu pire.. tu fais avec. »

Parti à 17 ans de chez parents adoptifs (majorité au Canada 18 ans). Adolescence difficile. Tentative de suicide. Mère disait de partir depuis 14 ans.

Quand partie, tombée malade (intolérance au gluten, perdu beaucoup de poids, anémie), retournée chez parents pendant une année car pouvait plus travailler. Quand repartie décider de couper tout contact, avec tout le monde. S'est dit que c'était nocif. A un moment père adoptif est venu où Lissia habitait, pleurant, s'est excusé pour tout ce qui s'est passé. Mais a dit que pouvait pas couper tout contact avec lui et sœur à cause de la mère. A dit qu'il l'aimait. Reconnaisait. Alors que normalement homme qui se contrôle. Seule fois que l'a vu pleurer. Disait « Tu sais jamais quand tu aurais besoin de nous ». Excusais sa femme, qui avait elle-même été maltraitée par sa mère. Disait que H3 avait fait un plus grand chemin que sa mère, qu'elle était plus intelligente... S'excusait de son comportement, expliquait que ne pouvait pas trop se mettre à dos sa femme. C'est vrai mais est-ce que c'est juste ? → a repris tranquillement contact. Toujours distant avec sa mère. Mais comme mère adore son mari ça a rendu les échanges plus faciles. Mais comme avec qqn que rencontrerait dans la rue.

J'ai dérapé à l'adolescence. T'as pas d'identité. Tu te sens pas aimée. Tentative de suicide était plus un appel à l'aide avec médic, pouvait pas vraiment mourir.

A fait que 5 séances chez psy. Comprendait pas pourquoi sa sœur biologique était si mal. On lui a dit que vraiment était résiliente. Même si encore du chemin à faire. Je lui dis que suis admirative. Lissia dit qu'il n'y a aucun mérite. C'est comme ça. Essaye de comprendre l'autre. T'accepte ou pas. Mais a encore plein de choses.. notamment avec Camille dit encore « je t'abandonnerai jamais ». Mais sur conseil d'une amie a essayé de tourner la phrase de manière positive « je serai toujours là pour toi »

Souvenirs, pas en transes, mais c'est vraiment dans les rêves... pis... ça c'était des images très très fortes de ma jeunesse quoi

→ tu as l'impression que ça a eu quoi comme impact ? Que l'image de ton père... c'était plutôt... t'avais l'impression d'être triste ?

→ « ouais de la tristesse... pis c'est... ouais ça été un tournant un peu... pis c'est là, ouais, peut-être que... parce que j'ai eu ces images pis après j'ai été adoptée... pis pendant que j'ai eu ces images il y avait eu comme des procédures d'investigation, si c'était une famille... à cause de ces images là... je pense que ça eu des répercussions dans le sens de dire « oui je veux être adoptée par cette famille » tu vois. Parce que mes parents adoptifs, eux ils ont dit « on veut pas l'adopter quand elle est jeune on veut attendre qu'elle soit un peu plus grande et qu'elle dise, oui, elle veut rester avec nous, ou pas » (ou pas ;o). Et pis c'est... Je pense que ces images là... tu vois j'étais en train de penser... pis je pense que ouais ça a vraiment eu des répercussions sur ça quoi. Parce que quand je suis allée en cours. Parce qu'on passe devant la cours, je sais pas si ici on fait ça. Devant un juge avec des travailleurs social, des psychologues, tout ça pour déclarer l'enfant... Mais je me rappelle que j'ai dit... et pourtant mes parents s'étaient engueulés dans le couloir... pis je me rappelle j'avais dit « oui oui je veux rester dans cette famille là, je l'aime et tout » Pis tu sais, c'était pas moi, c'était plus qqch de peur, d'être abandonnée, de revenir en arrière, ou de revenir dans ces images... donc ouais ça a vraiment eu des répercussions sur ma vie. »

→ ces images elles te faisaient peur ?

→ « donc peut être ces émotions là font en sorte « oh non je veux pas retourner là dedans » donc du coup, il faut que... »

« C'est vrai que j'ai pas voulu retenir les images vraiment je pense... je sais qu'elle essayait de se donner la mort, mas je sais pas comment.. »

D'autres images ?

« Il y a une hypnose que j'ai fait... par rapport à ma mère... je sais pas si je t'ai parlé de la sophro-dynamique.. ps j'avais fait.. ouais une hypnose... c'était dans mon cours d'hypnose... pis en fait tu fais des mouvements pis après tu tombes, tu t'assois et pis là tu fais une hypnose...et pis en transe... je me rappelle plus ce qu'il m'avait dit... mais en fait c'était de mettre en mouvement des émotions.. pis moi en fait, je m'étais toujours posé la question pourquoi j'avais été malade... tu sais je t'avais parlé de la période où j'étais retournée chez mes parents... pis je me suis dit... je me suis mis un peu en situation pendant la transe... je me suis dit je vais aller voir pourquoi le ventre, pourquoi j'ai eu mal au ventre pis pendant une année, pourquoi tout ça.. pis pendant la transe.. j'ai vraiment eu des grosses douleurs au ventre.. c'était vraiment intense quoi... pis je me disais « ah la mais c'est quoi ? » Pis dans la transe, vraiment j'ai vu comme un tourbillon... j'ai dit « ok faut que je la fasse bouger cette douleur » pis je sais pas comment mais je voyais comme une tornade. Pis dans cette tornade... ouais il y avait mes parents tu vois. Pis c'était ma mère,

c'était conflictuel par rapport à ma mère et tout. Pis... je disais ah oui cette douleur c'est aussi par rapport tout ce qui arrive avec ma mère la relation tout ça. Je le sentais comme ça. Pis j'ai vraiment vu comme une fil. Parce que on dirait que je suis toujours à la recherche.. j'étais toujours à la recherche de l'amour d'eux, qui m'ont jamais donné. De mes parents, parce que je n'ai jamais eu d'amour soit mes parents biologiques, soit de mes parents adoptifs, j'en ai jamais eu quoi. Donc toute ma vie, je suis toujours à la recherche d'amour maternel ou paternel. Donc c'est toujours comme si je me pliais toujours eux, qui eux ne me redonnent pas... Donc je voyais toujours ce fil.. pis d'essayer d'aller toujours vers eux... pis il y avait vraiment un long fil... Pis pendant l'hypnose.. je sais pas, je ne me rappelle plus trop mais je me disais « comment je peux arrêter cette douleur, pis arrêter ce qui cause ça ». Pis je me suis dit « il faut que je coupe le fil quoi ». J'ai vraiment vu que je coupais le fil. Et pis ouais.. du coup je voyais vraiment tout ça, cette séparation. Pis ça ça m'a aidé à dire « j'ai ma vie d'adulte maintenant. J'ai ma propre famille » Et pis maintenant je vais aller si j'ai envie vers eux mais pas à la recherche d'amour donc euh.. maintenant j'ai mon propre monde et pis.. Pis c'est vrai qu'après on a refait tout de suite après une autre hypnose avec le boléro de Ravel, je t'en avais parlé je pense...

En tous cas il mettait le boléro de Ravel et pis on dansait.. on pouvait bouger comme on voulait, dans les mouvements, on avait le droit de faire ce qu'on voulait, il y avait quelqu'un qui nous protégeait, (...)

Pis je me suis dit je vais reprendre ce thème là, de mes parents et tout, pour vraiment me défaire de cette relation et tout. Et pis il y a beaucoup la couleur jaune qui revient. Dans toutes les hypnoses, il y a toujours la couleur jaune qui revient. Pis le sentiment de liberté. Tu vois, j'ai besoin de liberté aussi.

Pis dans le boléro de Ravel, je dansais, et pis, plus j'allais en profondeur, plus j'allais en transe, plus... je faisais des mouvements de rejets, d'acceptations, tout ça.. pis c'était vraiment intense cette hypnose... Ben moi j'étais en tachycardie à la fin, j'avais de la difficulté à respirer, pis j'étais vraiment angoissée, quoi quand ça c'est arrêté j'étais pas bien quoi, j'étais vraiment, vraiment pas bien. Mais j'étais soulagée, vraiment. Ouais c'était comme si j'avais vraiment défait quelque chose. »
(deux expériences avec une heure ou deux d'intervalle)

→ deuxième expérience = transe dynamique dans laquelle je dansais, je mimais.

« Je ne me rappelle même plus les gestes que je faisais, mais je me rappelle que je m'étais dit « allez, je vais me défaire de tout, quoi, je vais aller jusqu'au bout... j'ai vraiment, ouais.. je vais aller jusqu'au bout... je vais.. pis ouais, il y avait la couleur jaune qui était là- Pis même quand je fais des hypnoses, quand je fais une transe, il y a tout le temps la couleur jaune qui revient... dans plein de sujet.. on explore un peu le thérapeute par rapport au patient... ben ouais, on faisait une transe pis on essayait de dessiner un peu la relation thérapeute avec le patient, ben le patient je met toujours du jaune, à l'intérieur, au centre, je met toujours du jaune. » → tu mets du sens ? → je sais pas → faudrait creuser toujours le jaune ou ce besoin de liberté.

En transe plus classique tu as des images ?

→ « Ben la safe place qu'on fait tout le temps. C'est clair que c'est la base quoi.

Pis ça c'est des images plutôt.. disons que c'est toujours un peu la même chose la safe place... donc je vole... au dessus d'une forêt... pis ensuite, bon, je pique dans la forêt. Pis je me retrouve toujours vers un arbre, un grand arbre. Pis c'est comme si cet arbre là, c'est mes ressources quoi. Mais quand j'étais jeune j'aimais beaucoup les arbres. Pis je.. souvent je me couchais en dessous des arbres. Pis j'adorais, je pouvais passer des heures à regarder les feuilles tu vois.. Donc je sais pas si ça a un lien... mais je me rappelle mon père me disait tout le temps, mais.. j'étais souvent couchée en dessous des arbres. Pis ouais, je suis face à l'arbre pis j'essaye de ressentir, disons si j'ai besoin de calme, de bien être, pis avec l'arbre qui me transmet un peu tout ça. Pis si je veux vraiment, vraiment le sentir, j'arrive pas à, disons à, acquérir cette ressource, je vais rentrer dans l'arbre. Je vais me transformer en fait. Je vais rentrer dans l'arbre, l'arbre, on va faire vraiment une communion avec l'arbre. Pis je vais.. c'est comme si mes mains, mes bras étaient les branches.. pis j'ai vraiment comme.. je me sens comme un tronc d'arbre, pis c'est là que je m'approprie vraiment l'image pis la ressource. C'est quand je rentre en communion avec cet arbre. Pis c'est pas un arbre que j'ai déjà vu, c'est vraiment un arbre imaginaire, je pense... »

C'est toujours le même arbre ? → « Oui presque. C'est un gros arbre, avec un gros tronc. Pis ben il y a de l'eau. J'entends de l'eau. Il y a toujours un peu d'eau... Ouais pis c'est comme un peu flou autour. C'est vraiment l'arbre qui est présent. Pis je suis face à l'arbre. Pis des fois je peux m'approcher, je m'approche de plus en plus de cet arbre. Pis quand je rentre en communion. Mais souvent.. mais souvent la ressource que j'ai besoin, c'est beaucoup... je sais pas pourquoi... c'est beaucoup de douceur. J'ai besoin de douceur dans ma vie. Je trouve que.. peut être parce que je n'ai pas eu assez de douceur dans ma vie ou parce que je trouve que la vie est difficile ou tout ça.. donc je vais souvent chercher de la douceur ou du calme... pis de la force, ouais. Pis tu vois j'en parle pis je sens.. c'est vraiment ici, au niveau du plexus, du tronc, je le sens là l'arbre. Là je le vois. A force de faire l'auto-hypnose, j'arrive vraiment plus rapidement vers cet arbre. »

Pis dans la vie de tous les jours tu l'utilises cet arbre ? justement cette communion ? T'es en relation ?

« Oui je l'utilise quand j'ai besoin en fait de calme, quand j'ai besoin, que je sens que je suis pas centrée en fait.. fin je me trouve un peu éparpillée, stressée. »

Tu communique avec, il te parle ?

→ « Non je lui parle pas, c'est plus un ressenti, comme s'il est là pour moi, moi je suis là pour l'accueillir. »

« Ca peut changer, il peut y avoir un pierre.. mais c'est vrai que l'arbre il est tout seul.. il y a d'autres arbres mais ils sont plus loin.. c'est comme s'il était au centre de la forêt, si tu veux. (...) comme s'il y avait un cercle autour de lui.. il n'a pas d'arbre, il y a peut-être du gazon.. un ruisseau, il y a des roches.. mais les arbres sont vraiment loin ou flou. »

« Des fois je vais le voir, pis je me couche puis je regarde juste ses feuilles. C'est juste un bien être de la contemplation, je me couche pis je regarde.. mais quand vraiment je veux vraiment aller à une ressource ou vraiment j'ai besoin de qqch je vais vraiment plus près de lui. Mais je sais pas.. tu vois je raconte ça mais je sais pas c'est ça comme ça... J'ai jamais cherché à part que je sais que j'étais très proche des arbres quand j'étais jeune, j'aimais beaucoup.. je sais pas.. j'ai toujours été attirée.. pis je le fais avec Camille... depuis qu'elle est tout bébé, je la fais toucher l'arbre, je la fais sentir l'arbre, les écorces. Tu vois je la fais presque prendre l'arbre dans ses bras (..) quand je vais dans les parcs. Je la prends je la couche dans mes bras pis je lui fais regarder les feuilles, les branches. C'est comme si pour moi c'est important qu'elle ait cette connexion là. Pis elle adore les arbres. Je l'ai contaminée (rires). »

« Je parle aux arbres (sur le ton de la confiance)... non.. mais c'est vrai que ouais je peux rester des heures avec des arbres... »

« Mais quand j'étais jeune, je parlais aux arbres. C'est vrai que quand ça allait mal avec ma mère, c'est vrai que je me couchais en dessous des arbres pis je regardais les feuilles tout ça. Pis je me disais pourquoi, pourquoi ça arrive, je me posais plein de questions, pourquoi moi.. pis ouais les mouvements des feuilles ça m'apaisait, pis je me disais... ouais c'est là.. je sais pas, je sais pas ce que je me disais mais oui je parlais aux arbres plus jeune. Je continue en transe peut être, autrement qu'avec des mots... plus avec le ressenti, avec euh... »

« C'est la première fois que je réfléchis à ça. Pour moi un arbre c'est toujours là quoi. Toutes les saisons. Qu'il fasse froid, qu'il fasse des intempéries. C'est un peu comme les montagnes quoi, elles sont toujours là, peu importe ce qui arrive. Bon des fois ça brise, des fois ils cassent et tout, mais les racines sont toujours là, le tronc. Tout est là. Pis les feuilles pour moi c'est le mouvement, s'adapter à la situation, se laisser emporter par le vent, pis en même temps d'être là, d'être fixe, d'être centrée, d'être enracinée. »

« Je te dirais que quand j'étais jeune c'était vraiment les feuilles pis les branches. Que là maintenant c'est vraiment au niveau du tronc. Pis j'espère atteindre les racines c'est quand même le plus important mais... c'est les bases, ancrée dans le sol. En tous cas je suis rendue au tronc, je suis dans ma période tronc. »

« Mais même c'est au niveau de ma cage thoracique, que je ressens les trucs, c'est vraiment au niveau de la respiration, ici. Je sens mon arbre. Mais en fait j'ai jamais pensé que c'est mon arbre, qu'il m'appartenait. Parce que je veux lui laisser la liberté de se casser s'il veut, tu vois (rires) ou d'en choisir un autre si je veux. Pis je veux pas dire que c'est mon arbre, quoi. Parce que je veux lui donner.. je sais pas.. c'est important pour moi.. je sais pas... bizarre... c'est important la liberté, non ? » → si si, les racines aussi, l'engagement aussi ;)

« Je me rappelle, quand j'étais jeune, tout mes rêves je volais, j'arrivais pas à être sur pied, à être sur le sol. La je vole pour aller voir mon arbre... »

Indications pour trouver la safe place très neutre « aller dans votre endroit de sécurité » (pas de suggestion de voler, d'arbres <-> chamanisme, où ça peut être plus induit, descendre le long des racines, voler pour monter, etc.)

Impact sur ta vie de cette relation avec l'arbre ?

« C'est vrai que c'est tout nouveau pour moi l'hypnose, la découverte de cette ressource »

Est-ce que si tu as un entretien, que tu dois aller voir ta chef et que tu en as pas envie, est-ce que tu utilises cette ressource.

→ « Il y a des choses qui me stressent. Comme parler devant un groupe. J'aime pas. Parce que voilà, ma mère m'a toujours ridiculisée. Je sais que j'aime pas ma voix, j'aime pas.. donc parler en groupe ça me stresse au plus profond. Pis d'avoir l'attention de tous sur moi, ça j'aime pas. Je me sens observée. Pis du coup.. bref. Là je sais que dans mon cours demain on va parler en groupe. Pis quand ça va être mon tour, je sens que c'est mon tour. Là je vais faire, je vais revenir ici, mon regard à l'intérieur, je vais vraiment aller à ce niveau là. Pis je vais aller retrouver un peu.. je verrai pas nécessairement mon arbre mais je vais juste retrouver un peu l'essence, quelque chose de pur... je sais pas comment... comme qqch. Je vais prendre des respirations pis je vais le sentir. Pis je vais avoir plus confiance en moi. Donc ça je sais que je l'utilise. Ouais dans des situations de stress, par exemple.. disons... j'ai jamais vraiment comme ça mais si j'ai une réanimation ou vraiment qqch à l'hôpital.. je vais me recentrer, tu vois. Je vais comme revenir là. »

Et pour toi te recentrer c'est avec l'arbre ? --> ouais si tu veux

« Mais l'arbre c'est vraiment une image mais c'est plus grand qu'une image... c'est vraiment... un ressenti.. je sais pas... »

Tu lui poses des questions très concrètes, il te donne des réponses concrètes ?

→ non, c'est plutôt pour poser les choses.

→ j'explique les pratiques chamaniques, réponses d'un animal, pourquoi pas d'un arbre...

→ « Quand j'étais jeune ouais, je posais des questions pis tout... c'était beaucoup la vision, comme je te disais, les feuilles qui bougent dans un mouvement... c'était plutôt.. qui m'apportaient un calme... voilà, ça va s'adapter, tout va bien, ça va aller. Donc c'était plus dans ce sens là qu'il me donnait, comme plus de réconfort peut-être que de réponses.. là maintenant non je pose pas de questions. Je vais commencer, dans une transe, je vais lui poser des questions, c'est une bonne idée, savoir s'il va me répondre... »

Ca t'arrive en hypnose de poser des questions ? T'as déjà eu des réponses en images ?

→ « Ben celle où je t'avais raconté où il y avait le fil, que je coupais le fil. Pour moi c'est la réponse que j'avais, mes douleurs que j'avais... au niveau du ventre... pourquoi le ventre.. c'était vraiment cette relation... »

Quand tu étais jeune, c'était des vrais arbres, maintenant tu fais appelle à l'image dans la safe place → oui.

Depuis que tu fais de l'hypnose ou déjà avant ?

→ « En fait je pense qu'il était là mais je l'imaginai pas en fait. C'est comme si... c'est comme si quand j'étais jeune je voyais l'arbre donc en vrai... après c'est comme si je les regardais plus les arbres, donc j'avais plus cette vision là, mais je peux dire que j'ai toujours ressenti, ça a toujours fait partie de moi, sans l'avoir vraiment analyser, ou assez explorer tout ça. J'ai toujours un peu senti, comme si j'avais pris un peu comme des bagages en moi, quand j'étais jeune, d'arbre, que j'avais mis là. Et pis dans les situations très très stressantes comme des réanimations... je suis très très calme. Je suis vraiment une personne... même dans la situation de la vie, s'il y a une situation d'urgence ou de dispute ou de violence, je suis hyper calme. On vient toujours me chercher quand... parce que je sais comment gérer la situation quoi. Parce que je sens ce... je sens que c'est là quoi. Pis là ben, dans une autre partie de ma vie comme maintenant, que là peut-être, j'explore, je découvre un peu plus mes ressources, je viens voir qu'en fait c'est ça, c'est un arbre quoi. »

« Il y a souvent de la lumière à travers les feuilles. Le jaune. C'est le soleil, pis il y a les feuilles qui bougent. Il y a tout le temps du mouvement en fait. A part le tronc qui ne bouge pas, parce qu'il est gros. Tu sais tu peux faire le tour comme ça. »

« Ca m'avait comme percuté pourquoi je rentrais... quand je voulais vraiment m'acquérir la ressource ou vraiment rentrer... Ca m'avait surpris que je rentrais en relation à l'intérieur... mais c'est pas vraiment à l'intérieur comme si le tronc était... si j'étais enfermé dans l'arbre... mais c'était plutôt qu'on faisait un... (...) je savais pas que ça pouvait se faire... parce que moi je connaissais pas trop... pis je veux pas trop pousser chamanique tout ça... je veux pas me mélanger les trucs et pis.. je veux pas aussi m'imposer des images ou avoir des attentes pis modifier euh... je veux garder ma naïveté au niveau... parce qu'on peut les modifier nos images par des suggestions qu'on te donne ou euh tout ça... c'est pour ça que quand je fais des hypnoses à des personnes ou aux

patients, je leur demande de me décrire un peu leur safe place et puis vraiment j'utilise que les mots qu'ils me disent puis après le reste ils font quoi... je dis « aller à la prairie... verte, la lumière, les formes, les odeurs... tu vois c'est pas précis après ils voient ce qu'ils veulent voir mais... je trouve ça c'est important vraiment de laisser venir les choses, pas trop d'imposer quoi... »

Premier entretien : H4

Qu'est-ce qui te vient spontanément lorsque je te demande une *image* importante pour toi que tu as visualisées en ECM ?

« Spontanément... pour moi c'est une question difficile parce que je suis en ECM c'est davantage mon corps que mon esprit qui parle... donc je pourrai beaucoup plus facilement te décrire des sensations importantes... révélatrices que j'ai pu avoir dans ECM... que des images à proprement parlé. Les images elles sont là mais quand j'en ressort, très souvent j'ai une forme d'amnésie qui s'installe... et j'aurai de la difficulté à te dire maintenant une image... que j'ai eu en ECM... maintenant il y a des images... des souvenirs d'instantanés flashes qui ont été des moments clés... qui m'ont inspirés... qui m'ont donné envie, qui m'ont nourri, qui m'ont accompagnés plusieurs mois, plusieurs années, ça oui, mais c'est rarement des situations que j'ai vécues en ECM. »

« L'image qui me revient spontanément à l'esprit... qui est pour moi je pense une image importante... et c'est plus le moment de l'expérience que... je vais d'abord te décrire l'image puis après je vais recadrer un tout petit peu... c'était dans le cadre de ma formation que je faisais en PNL, donc j'étais au début du voyage dans lequel je suis maintenant depuis près de 15 ans et puis... c'était une formation de trois jours sur les addictions, compulsions avec Robert Dilts... c'est dans un endroit qui est au Sud de la France, à Cogolin donc c'est vraiment un endroit magnifique, perdu dans les vignes tout ça... et puis c'était une grande formation on était plus de 100 participants... et puis j'attendais quelque part sur le petit chemin qui conduisait à la salle dans laquelle la formation allait avoir lieu... et puis il est arrivé... et puis il m'a croisé... et il m'a regardé... et j'ai vu, j'ai ressenti, j'ai vécu quelque chose dans son regard, qui est resté comme une forme d'empreinte... puissante... après j'ai appris des choses sur le personnages qui étaient moins glorieux que la force et la profondeur de son regard, mais ça n'a rien enlevé à la force de l'image... et ça pour moi, ça fait partie des images fortes, où je prenais pleinement conscience... du fait que lorsqu'on regarde quelqu'un, dans la manière dont on le regarde, l'intensité avec lequel on le regarde, l'intention avec laquelle on regarde la personne est quelque chose de prédominant... om me l'avait dit intellectuellement avant... puisque j'avais fait cette formation, j'étais... en gros peu près à 20 jours de formation... donc on nous avait raconté, expliqué intellectuellement, mais j'avais encore jamais rencontré un formateur ou une personne qui le vivait... et qui le transmettait, avec cette intensité, avec cette profondeur... et ça ça a été une image forte parce que ça a été pour moi un source d'inspiration... ben voilà, ça c'est quelque chose dont j'ai envie de me rapprocher... »

« Ca c'est une des image qui est venue... maintenant il y a en a une autre... c'est intéressant parce qu'il y a comme une sorte de truc qui se déroule comme ça... il y a une autre image que j'avais complètement oubliée... elle me revient maintenant comme ça quand on en parle... c'est une image qui s'est manifestée quand j'ai fait ma première formation avec Stephen Gilligan, c'était une formation de 5 jours. C'est plutôt un atelier thérapeutique qu'une formation à part entière... et puis dans le cadre de cette formation, on a fait une sorte d'exercice qu'on appelle le rêve partagé... où l'idée d'est que chacun rentre dans son imaginaire, rentre dans son image et puis... avec une phrase courte, donne un des éléments qu'il a dans son décor... et puis comme on est dans un groupe de 3-4. Il y a l'autre qui donne un autre élément de son décor... puis, il y a une sorte de co-création qui se fait... d'un univers... et dans le cadre de cette formation, j'ai l'image d'un champ de blé, avec un ciel bleu, qui est encore assez précis... mais je saurais pas trop te dire à quoi ça correspond, sauf que je me rend compte qu'elle est encore très présente maintenant... »

« Si je réfléchis au moments clé où il y a des choses qui se sont vraiment modifiées dans ma vie, j'ai pas l'impression que ce sont des images qui m'ont animé. Je crois que je suis très kinesthésique... »

Je dis que Jung dit que pour des personnes, les images, c'est le corps, une danse, un mouvement, ->
« alors c'est parfaitement ça. »

« Pour être précis, je pense que c'est important d'être précis... je pense qu'il y a des images... c'est même pas que je pense, c'est certain qu'il y a des images... mais l'image n'a pas un impact émotionnel fort qui fait que ça va m'accompagner, et ça va me motiver, ou ça va me nourrir, ou ça va me tirer en avant... par contre ce que je ressens, ça oui... et toutes les grandes décisions que j'ai prises dans ma vie c'est un ressenti. Il y a un moment où je sais par le ressenti que là où je vais aller c'est la bonne voie. Et

on pourra me sortir toutes les théories du monde sur le fait que c'est pas réaliste ou que c'est pas raisonnable... à partir du moment où j'ai cette conviction intérieure... il y a vraiment peu de choses qui peut m'arrêter. »

« En termes de ressenti ça se situe toujours quelque part entre la poitrine et le plexus solaire... et c'est quelque chose qui est à la fois ouvert en termes de sensation... et en même temps très stable... donc c'est pas une ouverture vaporeuse avec un sorte de légèreté mais c'est quelque chose qui est complètement ouvert mais avec une forme de force et de lourdeur qui fait qu'il y a aucune consistance.... et quand il y a ça... généralement après les pensées viennent... ça sera plutôt des pensées auditives... donc ça va être... ça va être des phrases que je vais entendre... et je me rends compte que quand j'ai besoin de clarifier, parce que je suis pas au clair ou que j'ai besoin de mieux savoir cerner comment je vais le faire, ou comment je vais appréhender une situation... j'ai besoin de parler... si je suis tout seul et que je me mets dans un état hypnotique pour clarifier une situation... j'ai de la difficulté... je vais pas utiliser l'état hypnotique pour essayer de trouver une évidence... moi quand je vais utiliser l'état hypnotique c'est que j'ai déjà mon évidence et je vais plutôt construire les ressources... explorer les scénarios... mais le but je l'ai déjà. Et la but il s'est construit plutôt auditivement. (...) Dès le moment où je m'entends dire certaines choses... »

« (avec les patients) c'est la même chose quand j'ai tout à coup une forme d'intuition, en me disant mais c'est dans cette direction que je dois aller, ou c'est cette histoire là que je vais raconter... l'image vient quand je dois construire l'histoire, mais l'idée elle est auditive... tout à coup j'ai une sorte de voix qui me dit « ça »... pis alors après pour construire ma métaphore, puis faire en sorte qu'elle ait une cohérence, là je vais construire un peu une image pour que ça ait un fil rouge dans ma façon de le construire... mais l'idée viendra au niveau auditif »

Associé au niveau auditif, il n'y a pas d'image ?

→ « alors l'image viendra après... une peu comme un... si je fais le parallèle, en tous cas c'est la métaphore qui me vient quand tu me poses la question, je serai un peu comme un scénariste, qui a une idée, qui lui est soufflée par ses oreilles, puis après il se pose la question « quelle image ça peut donner ? », « Quelle image pourrait illustrer cette phrase, ou cette idée ou cette éventualité ? » mais je vais pas avoir une image qui sera le déclencheur de l'idée, je vais d'abord avoir une phrase, une sorte de petit script en quelque sorte. Et puis après je vais me poser la question « Ok, quelle image je mets autour » ? »

Hypnose, métaphore, image ? → Est-ce que pour toi les métaphores sont des images ?

« Non, ça peut être une image mais pour moi, une métaphore est une analogie sensorielle mais sans préciser le sens... c'est pour moi une analogie sensorielle qui a pour mission de déclencher une émotion... et pour moi le but d'une métaphore c'est de favoriser le déclenchement d'une émotion, parce que pour moi une émotion c'est ce qui va déclencher l'énergie et va mettre la personne en mouvement. Et donc... quand je construis une métaphore, alors je vais essayer de la construire, de telle sorte qu'elle ait le plus de chance possible de déclencher l'émotion... et je sais, ça pour l'avoir appris intellectuellement, qu'il y a des personnes qui sont plus visuelles, qu'il y a d'autres personnes qui sont plus auditives. Donc quand je raconte ma métaphore j'essaie de faire en sorte que ma métaphore elle soit multi-sensorielle. Mais chez moi elle sera pas née visuellement, en tous cas rarement. Elle sera née d'un mélange plutôt auditif, kinesthésique... et après je vais l'enrichir d'images car je sais qu'il faut que je l'enrichisse d'image pour qu'elle évoque potentiellement, ou qu'elle touche potentiellement la personne qui est en face de moi... »

Exemple de métaphore importante pour toi ?

« Il y a une métaphore qui me reste, j'en ai entendu beaucoup, il y en a beaucoup que j'aime bien.. il y en a beaucoup qui m'ont accompagnée mais je pense que la première vraie métaphore qui m'a en même temps plu parce que c'est moi qui l'est créée pour quelqu'un d'autre et que je trouvais que mon idée était bonne, que je me suis en même temps rendu compte de l'impact de la métaphore... et probablement qu'elle va t'aider parce que là je pense qu'il y en a une partie une image qui m'est venue pour la construire... c'était durant ma formation, de nouveau de la PNL, il y avait juste une demi-journée qui était consacrée à la métaphore.. (...) (La personne pour qui Denis fait la métaphore se sent importante que lorsqu'elle pose la bonne question, pour mettre en valeur l'autre, pour élever le niveau de la conversation mais en même temps se sentait souvent stressée à cause de ça).

Et l'idée de la métaphore que je lui ai racontée, c'est l'idée du point d'interrogation qui plie sous le poids de la responsabilité de porter la bonne question en lui... jusqu'au jour où il découvre la force de sa colonne vertébrale qui lui permet de devenir un point d'exclamation et de se libérer du poids qui le faisait courber l'échine sous la responsabilité de porter la bonne question (...) Et je l'ai revue je crois 2 ou 3 ans après et la première chose qu'elle m'a dit 2-3 ans après, elle me dit « mais ton histoire elle m'est restée et encore plusieurs fois par semaine j'y pense... et chaque fois que je suis prise dans ce truc je pense à ton point d'interrogation qui se déplie et qui devient un point d'exclamation. Et ça a changé ma vie. »

« Et là je pense que je l'ai construite sur une image... j'ai vraiment vu le point d'interrogation pliant sous le poids de la responsabilité, puis se relevant, puis se transformant en point d'exclamation. »

« J'ai une conviction, qui n'est probablement qu'une conviction (...) je ne crois pas qu'on invente des métaphores qui ne parlent pas quelque part de nous... Et je pense que les métaphores que j'ai inventé un jour mais qui ne me parlent pas à moi à un niveau ou à un autre je crois que je les utilise une fois et je les oublie. Celles avec lesquelles je vis et je raconte depuis longtemps sont des métaphores qui me nourrissent à chaque fois que je les raconte. »

« Mais là de nouveau je pense que ça fait partie de mon côté auditif... j'aurais de la peine... à utiliser une métaphore... si je ne m'entends pas la raconter. »

Il dit que ne rentre pas forcément dans le « cadre de ma recherche ». Je dis que c'est bien de voir aussi ce qui ne « cadre pas »

« Pour moi ça vient de la même source... que ça vienne et que ça s'exprime en moi à travers un canal auditif, kinesthésique ou un canal visuel.. pour moi ça vient de la même source (...) »

Tu la définirais comment cette source ?

« Si je veux lui donner une définition la plus générique possible... je dirai que cette source c'est la relation... maintenant à partir du moment où je dis ça... qu'est-ce qu'on met en relation ? Et je pense que il y a la relation à soi, et quand je suis moins bien relié à moi-même cette source est moins fertile... donc il y a la relation à moi, il y a la relation à l'autre... car je pense quand on fait ce travail avec quelqu'un d'autre on se nourrit et on co-crée ensemble quelque chose, et je crois vraiment quelque part à un niveau énergétique... que ce soit physique, peu importe, mais la personne me parle à un autre niveau... et puis si c'est juste entre moi et moi... je crois à une force plus grande... alors je la mets en dessus... mais pour moi elle n'est pas nécessairement en dessus elle peut être à côté, à droite, en dessous, je pense que ce qu'on peut appeler en Dieu est en chaque chose et qu'à partir du moment où on est relié à cette forme d'énergie qu'est la vie... la vie nous parle.. la vie nous montre le chemin d'une manière ou d'une autre... et quand on n'est pas connecté à ça... et ben on peut se perdre sur une ligne droite... pis quand on est connecté à ça on peut s'en sortir facilement dans un labyrinthe... »

Une manière d'être connecté à ça (à la source qui nous guide)? Le lien avec l'hypnose et se connecter à ça ?

« Alors je pense que l'état hypnotique peut aider à être connecté à ça plus sensoriellement... je m'explique... je pense qu'on peut être très très bien connecté à ça par la pleine conscience... donc pas nécessairement dans un état de conscience altéré... et quand on se promène sur un chemin ou quand on est assis au bord d'un lac et qu'on utilise sa conscience pour retrouver sa capacité à s'émerveiller des choses qu'on voit tout le temps mais qu'on peut chercher à voir pleinement comme étant le miracle de la vie... fait qu'on est connecté. Maintenant je pense que l'état hypnotique peut nous aider à y être plus connecté intérieurement. C'est pour ça que j'utilisais plus le terme de sensoriel... mais l'un a besoin de l'autre pour se nourrir... si je fais une analogie... je pense que quand on est peintre on regarde la monde avec un œil particulier... et que c'est parce qu'on regarde les choses avec un œil particulier que on va se retrouver inspirer devant une toile... je pense pas... c'est peut-être un erreur de ma part... mais je pense pas qu'il y ait beaucoup de peintre qui ne voie pas les choses.. et je pense que s'ils ont choisi la peinture c'est que le fait de voir les couleurs, les formes, les nuances, les contours, les ombres, le flou, le net, le fait de voir est quelque chose qui est pour eux une forme de lien à la vie. Et ils utilisent la peinture comme une célébration de ce qu'ils peuvent voir constamment. Et qu'ils ont besoin de développer cette forme de conscience de ce qu'ils voient pour être nourri d'un point de vue créatif. Moi je m'imagine plus

comme un raconteur d'histoire... et en tant que raconteur d'histoire on peut être aveugle et comprendre une histoire. »

Du moment où tu racontes une histoire, il y a l'imaginaire image...inaire...
Tu racontes des images... mais le son est important..

« Maintenant le source de l'inspiration, pour moi, est différente de ce que ça va permettre de créer.. »

« Si je prends un exemple... la source de mon imagination... par exemple... pour imaginer... imaginons je suis face à une situation difficile... et j'ai besoin de faire preuve d'imagination pour pouvoir trouver une sorte de solution, en tous cas des façons de faire différente par rapport à cette situation difficile... je m'attend à avoir une phrase ou une idée plutôt auditive... et cette phrase-là va ensuite nourrir des images... et j'aurai des images... mais l'image sera en quelque sorte ce qui est allumé par la flamme (Je dis : ça sera l'illustration)... voilà. »

« Je crois en effet qu'au niveau théorique on dit qu'on est soit à prédominance visuelle ou auditive, avec utilisation du kinesthésique comme validation. En tous cas dans les techniques d'apprentissages c'est ce qu'on conseille. C'est d'utiliser le kinesthésique pour valider si on l'impression, le sentiment d'être, d'avoir écrit le mot avec la bonne orthographe... d'avoir fait le calcul de la bonne manière ou si on ne le sent pas. »

« Une question que je me pose... qui parmi les autres personnes que tu as interviewées sont musiciens... parce que ça pour moi en tous cas... ça joue un rôle dans la manière dont je m'imagine et je me représente les choses... et ça je sais pas très bien d'où ça vient... »

→ effectivement, qui est musicien ? en tous cas effectivement des peintres, graphistes et photographes...

Je mentionne le fait que pour certains chamanes, les sons sont des images...

Chamanisme traditionnel presque plus proche de l'hypnose que le néo-chamanisme car racontent ou mettent en scène des métaphores

« Je pense que Erickson était plus auditif que visuel... ce dont je suis à peu près certain que Steeve est beaucoup plus auditif que visuel... j'ai eu l'occasion de faire une formation avec Rossi (aussi plutôt auditif). »

Je dis je pense pas que l'image n'est que visuelle... les gestes, le son... sont des images..

« Moi je pense que derrière le terme d'image il y a surtout une représentation symbolique qui va déclencher une émotion... »

Qu'est-ce que c'est pour toi une représentation symbolique ?

« Pour moi une représentation symbolique c'est... ça peut être une phrase parce que pour moi la langue est un symbole. Ça peut être une phrase... Ça peut être un rythme de tambour... ça peut être une image.. ça peut être un parfum... ça peut être un goût... c'est une représentation qui est captée par nos sens et qui va venir déclencher une émotion... ouais... »

En quoi le langage est une représentation symbolique ?

« Le langage n'est qu'une abstraction... d'une réalité beaucoup plus complexe qui ne peut être perçue que sensoriellement et émotionnellement. Et là au niveau de la linguistique ils l'ont quand même assez bien défini avec la structure profonde, la structure de surface... même s'il y a des milliers de mots dans le dictionnaire, il y a aucun qui arrivera à décrire toute la profondeur, toute la variété, toute la richesse d'une expérience humaine. Donc pour moi c'est une abstraction. Comme quand un musicien joue une note... à travers cette note ou à travers cette mélodie il exprime quelque chose mais ce n'est qu'une abstraction de quelque chose de beaucoup plus complexe... quand un peintre peint ou sculpteur sculpte une forme... il essaye de raconter quelque chose... mais il va utiliser un moyen qui n'est qu'une abstraction de l'expression ou de la sensation ou de l'émotion qu'il est en train de vivre... alors là on est de l'intérieur vers l'extérieur... maintenant il y a en termes de communication... le phénomène inverse qui va se produire chez le récepteur... c'est quand moi je vois cette peinture, ou quand je vois cette sculpture ou que j'entends cette note de musique ou quand j'entends cette phrase ou cette ligne de poésie... ben je vais faire le travail inverse... pour découvrir ce que ça me fait ressentir... et je pense que

toute forme de communication est une abstraction... et qu'on peut essayer d'être au plus proche de la raison... ou on peut être au plus proche de l'imaginaire... puis il y a quelque part tout l'espace entre les deux. »

Métaphore, représentation symbolique → quelles différences ?

« Si on va dans le détail, je pense qu'on peut identifier des petites nuances mais... pour moi toutes métaphores reposent sur une analogie et tout symbole est analogique. Donc ils se relient sur la notion d'analogie. »

Raison → décrit

Imaginaire → évoque

Un des deux moyens permet d'être plus connecté à la source ?

→ « J'ai besoin des deux »

« Est-ce que j'ai juste envie de vivre une expérience sans avoir d'intention de communiquer ? Alors si c'est juste pour vivre une expérience sans avoir d'intention de communiquer, je peux être juste dans l'évocation... et mettre aucune raison dans ce que je fais... ça sera bien. C'est une expérience. Si maintenant j'ai une intention de communiquer, j'ai besoin des deux. »

Communiquer avec qui ? quoi ? Avec la source ? avec quelqu'un ?

« Pour moi, quand j'ai... je vais chercher à cette source... c'est que je cherche à communiquer avec moi-même... et je me rends compte que je suis bloqué dans ma communication à moi-même... et donc je vais aller chercher à cette source... pour pouvoir essayer de nourrir cette communication à moi-même de quelque chose d'autre... qui va faire que cette communication puisse à nouveau être génératrice de nouvelles possibilités... et pour moi... que je communique avec quelqu'un d'autre ou que je communique avec quelqu'un d'autre ou que je communique avec moi... le mécanisme il est un peu le même... en tous cas j'utilise les mêmes levier ou les mêmes schémas. »

Je clarifie ma question de départ à partir du vocabulaire clarifié : un symbole important pour toi (peut-être plutôt un son et non pas une image) qui a déclenché quelque chose, qui a un impact sur ta vie ?

« Je pense quand les choses viennent comme ça spontanément... il y avait pas une image qui s'imposait mais il y avait une mosaïque d'images, une mosaïque de sons, une mosaïque de symboles qui venaient à mon esprit lorsque tu m'as posé la question « Quel est le symbole... ou un symbole fort chez moi ? » Et je dis, je suis assez surpris parce que... ben voilà c'est pas le genre de question que je me pose souvent... et là il y a plein d'images qui sont toutes reliées... mais que j'aurais pas imaginé car ça fait très longtemps que je n'y ai plus pensé... qui sont toutes reliées à une période avant que je naisse... donc dans les années 1960... à l'Amérique Noire, à des gens comme Martin Luther King, Malcolm X, John Coltrane et tous le combat contre la ségrégation et l'injustice... et j'étais assez surpris que ça vienne comme ça... et je me suis dit... wouah... la justice c'est quand même un truc important chez moi... et voilà je pourrais pas te décrire pourquoi mais c'est quelque chose auquel je me sens relié. »

C'est apparu maintenant ou ça t'es déjà apparu ?

« Je sais que c'est une thématique qui va me toucher... j'ai assez été baigné par une notion de justice humaine, de justice sociale... j'ai grandi un peu là de dans donc ça me surprend pas... mais j'avais pas conscience... ou j'avais perdu en tous cas... la conscience de la force et de l'importance que ça avait pour moi... »

« Et c'est vrai que quand j'écoute certaines musiques... typiquement des musiques noires... plutôt du blues ou des choses comme ça... je peux être ému d'une manière qui est presque disproportionné... et... alors j'ai aucun lien particulier... je peux pas dire que des personnes qui me sont proches ont été impliqués dans cette cause là mais... mais voilà... donc je pense que toute cette thématique de la lutte pour une certaine justice... pour un idéal... c'est quelque chose qui... c'est un symbole... »

Je dis : « C'est intéressant, tout ce qui vient de se passer ».

« J'ai vraiment l'impression, en prenant aussi un peu de recul, que en ayant utilisé la notion de métaphore, de symbole, et en ayant quitté les terminologies comme visuel, auditif, image,... ça m'a été

utile dans ton questionnement parce que c'était plus relié à quelque chose de l'ordre du sensoriel, mais c'était beaucoup plus proche de ce qui pouvait vibrer, m'animer à un niveau plus profond.. et là ça m'a permis de me connecter à des symboles, à des images... parce que là il y a aussi des images qui sont venues... à des symboles, à des images... qui étaient chargés émotionnellement... »

Ca dans ton travail d'hypnothérapeute ou quand tu utilises l'hypnose pour toi, ce genre d'expérience, ces images là, ça t'arrive ?

→ me parle de l'importance de la liberté (symbole juste mentionné avec la cause des noirs américains) dans sa pratique. Au-delà de la notion de justice, il y a la notion de liberté.

Je précise : sur le processus qui vient de se passer... c'est ce processus, avec images qui apparaissent, émotion... est-ce que c'est quelque chose que tu expérimentes dans le type d'hypnose que tu pratiques (pas comme de construire une métaphore pour quelqu'un → favoriser l'émergence de symboles, d'images spontanées...)

« La réponse spontanée oui... sauf que là dans ce qu'on a vécu ensemble... c'est comme si les rôles s'étaient inversés et que toi tu avais fait ce que moi je fais habituellement en séance... et c'est ça que je cherche quand je reçois quelqu'un c'est de pouvoir essayer d'aller à la rencontre de ce qui est vraiment vivant en elle. Parce que pour moi, le problème pour lequel elle vient, c'est certes important, mais elle a besoin d'être connectée à cette force pour pouvoir transformer le problème pour lequel elle vient. Et c'est ça qui est plus important que le problème... c'est que si j'arrive à identifier, si j'arrive à toucher, si j'arrive à la reconnecter à ce qui lui donne l'envie de vivre, ce qui lui donne l'envie d'oser traverser un défi, ce qui la reconnecte peut-être à quelque chose qu'elle avait perdu dans le voyage de la vie. Ben ça va être plus important que tout le reste. Alors oui... »

Et ça tu le fais comment ? → mais je pense que tu l'as bien fait, c'est... je le fais pas fondamentalement différemment de ce que tu as fait.

Je demande comment tu fais pour que ça émerge chez la personne (et pas lui proposer des métaphores). Je ne l'ai pas encore vu dans la formation. Comment tu favorises ce processus spontané ?

« Je le pratique peu... d'une part parce que je ne l'ai pas vraiment appris, donc on ne me l'a pas vraiment enseigné... et... moi j'essaye dans la mesure du possible... disons que le genre de scénario que tu viens de me décrire... c'est le genre de scénario que je vais faire en dernier recours... si j'ai pas réussi à faire mieux autrement... pour moi faire mieux autrement... pour moi, hein... c'est d'arriver à faire ce que tu as fait... c'est... au moment où là... quand j'ai vécu ce que j'ai vécu avant... c'est le bon moment pour aller en transe parce que il y a quelque chose... il y a une part de conscience, il y a une part de volonté, il y a une part d'action... qui s'est manifestée en moi... mais à travers l'émotion... et si euh... j'étais par exemple venu te voir parce que... l'impression d'être un peu... d'avoir perdu un peu le sens de ma vie, pis de plus savoir si je veux aller à droite à gauche, ou si je veux continuer à faire ce que je fais ou partir sur toute autre chose... pis que tu réussis à trouver ça... T'as réussi à trouver le plus important. Après... on va utiliser ça dans le travail hypnotique, pour nourrir, pour réveiller quelque chose qui s'est endormi et qui a besoin d'être stimulé, pour que la personne retrouve cette liberté à avancer dans sa vie autrement... et pis si vraiment à travers le questionnement, à travers l'entretien, à travers différents technique de questionnement, on trouve pas, on n'arrive pas à se connecter à cette sorte de... de petit Eureka émotionnel qui se manifeste... alors après on peut essayer de trouver d'autres stratégies... on se dit bon ben on a un peu échoué à ce niveau-là donc on va essayer d'aller plutôt dans l'imaginaire... avec un état hypnotique et puis des symboles comme tu as pu décrire... alors pour moi tu as décrit le fait d'entrer dans un monde symbolique avec les ressources qui peuvent être représentées symboliquement dans ce monde... avec ben si on prend les chamanes... ça peut être l'animal totem, un arbre qui va parler... ça peut être des choses comme ça. »

Mais tu fais dialoguer la personne avec l'animal... fin l'arbre qu'est-ce qu'il lui dit ? « Non, alors... »

Je donne l'exemple, faire dialoguer les mosaïques d'images, décrire ce qu'ils font, explorer les sous-modalités → « Moi je le fais peu, pour une raison qui est celle-ci... le fait d'échanger et de parler en état hypnotique, déjà rend l'état de transe plus léger parce que le fait de devoir mettre de la conscience, du structure, du langage, ça crée déjà une état hypnotique beaucoup plus léger. Le deuxième aspect c'est que... si je reprends ce que j'ai vécu tout à l'heure... les symboles sont venus réveiller quelque chose au niveau de ma structure profonde... c'était parfaitement l'illustration de la symbolique qu'on évoquait... c'est que le symbole n'est là que comme une sorte d'analogie, de métaphore de quelque chose qui est plus profond... et c'est ce quelque chose de plus profond qui est vraiment quelque part... vital... qui a une force de transformation... et faire parler la personne c'est prendre le risque de s'éloigner de cette

énergie là pour essayer de comprendre ce qui se passe... et si on a trouvé ça... je trouve dommage de rester sur quelque chose de trop basé sur la compréhension alors qu'on a finalement réussi le plus difficile... c'est qu'on a réussi à trouver le symbole qui va réveiller l'émotion. C'est pour ça que je te disais tout à l'heure... c'est ce que je vais faire quand j'ai pas réussi à faire mieux... c'est que oui on va aller dans ces choses-là... quand on n'a pas réussi à toucher là où ça devait être touché pour que quelque chose se manifeste... mais quand on a réussi... le plus difficile pour moi, qui est de toucher là où quelque chose avait besoin de s'exprimer... je trouve dommage de perdre ce fil et de remettre trop d'intellect... Maintenant si on n'arrive pas à toucher ça alors on va le faire autrement...»

Pour moi l'idéal ce serait de pouvoir explorer sans l'intellect...

→ je suis d'accord mais là c'est la limite de la thérapie brève, ça demande une vraie expertise de la part du client...

Est-ce que en dehors de la séance tu proposerais à la personne d'aller nourrir ça ? → « Je pourrais proposer ce qu'on hypnose on appelle des taches thérapeutiques, pour se reconnecter à ça... en tous cas moi ça m'a donné envie de le faire... en tous cas de... de remettre plus de conscience dans le rôle et l'importance que ça a pour moi la notion de liberté, de justice. »

+ « Ca peut être de réécouter certaines musiques que je n'ai pas écoutées depuis longtemps qui sont associées à ça. Ca peut être de relire certains bouquins ou de revoir certains films. Et si ça avait été dans le sens inverse et que j'avais voulu proposer une tâche thérapeutique. J'aurais posé la question à la personne « si maintenant vous deviez imaginer réécouter trois disques d'ici notre prochaine séance, qui sont en lien avec ce que vous avez... auquel vous avez repensé... Quels seraient les trois disques que vous auriez envie de réécouter ? »

« J'ai vraiment l'impression que c'est pas moi qui crée l'idée. C'est l'idée qui me visite. »

« Et c'est pour ça que je disais tout à l'heure... on a... en tous cas moi j'ai besoin.. d'avoir une certaine forme de volonté, de raison... parce que c'est ce qui va permettre d'accueillir ce que j'ai appelé avant, volontairement de manière un peu provocatrice, la folie... mais c'est ce qui va permettre d'accueillir ce trait de folie ou cette idée tout à coup... mais s'il n'y a pas la raison pour l'accueillir et lui donner la possibilité de se concrétiser sous la forme d'une phrase... sous la forme d'une image, sous la forme d'une mélodie ou peu importe... sous la forme d'un parfum... s'il n'y a pas cette raison pour l'accueillir... elle va passer mais je ne vais pas réussir à en profiter... et quelque part, j'aime bien l'image des attrapeurs de rêves... ou il y a cette idée que les rêves vont nous traverser... maintenant est-ce qu'on va réussir à les récupérer et à utiliser ce qu'il sont venus nous raconter ou est-ce qu'on passera à côté. Ça c'est notre rôle. C'est d'être à l'écoute de ce qui va nous traverser. Mais ce qui nous traverse on ne le contrôle pas. »

Pour toi l'hypnose nous aide à ça ?

« Je pense que l'état de conscience modifié nous aide à ça. »

Je demande ce qu'il pense de l'hypothèse selon laquelle ce qui s'exprimerait spontanément ne serait que nos habitudes, nos conditionnements et que du coup on se laisserait guidés par ceux-ci.

« Je pense qu'il y a plus que ça. Et en même temps ça va jouer un rôle de toutes façons. »

« Je n'arrive pas à faire mieux que de trouver des analogies musicales parce que c'est le domaine que je connais le mieux, mais si... t'as travaillé pendant 20 ans avec une certaine technique sur la manière dont tes doigts doivent être posés sur le clavier d'un piano... t'as appris, t'as des automatismes, il y a même peut-être des muscles et le squelette de tes mains qui s'est formé d'une certaine manière parce que on t'a imposé un certain modèle, une certaine façon de jouer. Ça tu ne peux pas l'enlever. Ça fait partie de ce que tu as appris par l'expérience, par la répétition, par l'entraînement. Maintenant quand tu joues une mélodie. La manière dont cette mélodie vient te visiter tu ne la contrôles pas nécessairement. Mais ton interprétation sera influencée par tes années d'entraînement. Et tu ne peux pas enlever l'un... parce que si t'as pas la technique et ben t'auras pas la capacité à jouer ce qui vient te visiter... mais cette technique va naturellement influencer ce qui vient te visiter parce que ça va modifier ton interprétation... »

« Mes valeurs, mes croyances, mon expérience vont teinter... donner une tonalité particulière à quelque chose qui me vient d'ailleurs que je ne contrôle pas... qu'on appelle l'inspiration... pour moi il y a une différence entre l'inspiration ou la capacité à produire des idées, à imaginer... et ce que l'on en fait... dans ce que l'on en fait... c'est évident que notre expérience, notre vie va de toutes façons colorer, teinter, influencer les choses d'une manière ou d'une autre... »

« Je pense que c'est important de faire confiance dans la capacité de résilience de la vie en général... et que parce qu'il y a cette forme de capacité naturelle qui est inhérente à la vie qui est la résilience... on peut parfois évoquer parfois des souvenirs qui sont douloureux... et en même temps être capable d'en guérir... et que ce n'est pas en les évitant absolument... et puis en essayant de prendre aucun risque qu'on va favoriser cette résilience... maintenant il faut prendre une part de risque qui est raisonnable... et je pense que quand on accompagne quelqu'un et qu'on utilise une ressource comme celle qu'on a identifiée qui potentiellement pourrait avoir un aspect plus sombre... c'est important dans la manière dont on utilise cette ressource, de le faire en laissant de la liberté à la personne et en observant ce qui se passe... de pas plaquer une forme de réalité... ou de pas... imposer des tâches thérapeutiques ou de pas imposer une compréhension... ou de pas dire par exemple, comme on le fait des fois de manière un peu exagérée dans les formes de thérapies brèves un peu simpliste... « Mon Dieu vous voulez la liberté, magnifique on va travailler sur votre liberté sans même questionner plus que ça. Ok, il y a une part de vous qui est profondément animée par cette quête de liberté. Et puis quelles sont les autres parts de vous ? » Avoir cette vision plus systémiques... que moi j'essaie de transmettre. Et je pense que si on a cette vision plus systémique. Et qu'on n'essaie pas de mettre l'accent sur une part plus qu'une autre, ou sur une ressource plus qu'une autre mais qu'on essaie plutôt de favoriser une sorte de dynamique... d'échanges entre ces différentes parties... on limite les risques... (...) tout en ayant confiance dans le fait qu'il y a aussi une capacité de résilience chez l'être humain... »

Premier entretien : H5

A commencé par l'anthropologie. Et c'est par son travail de terrain en médecine qu'il en est venu à la médecine.

« Je suis resté très attaché... à la perspective anthropologique, qui m'a plus aidé je crois en médecine que d'autres choses, puisqu'en médecine il n'y a plus... la médecine c'est devenu très technique, donc il n'y a plus de philosophie de la médecine, de médecine générale avec les considérations comme ça sur l'être humain n'existe plus tellement, c'est par organe, par domaine. Et l'anthropologie est un domaine qui m'a permis de toujours avoir... entre une vision, je dirai globale de la médecine et puis... et surtout de l'être humain, parce que c'est ce qui m'intéressait... Et puis après j'ai fait de la psychiatrie et là ça été évidemment très important aussi... mais je suis pas parti dans la psychiatrie tout de suite, hein... je m'intéressais d'abord aux médecines complémentaires, alternatives... j'ai étudié, je me suis formé dans plusieurs de ces médecines et puis j'ai fait un gros travail de comparaison de la relation médecin-malade, entre différentes pratiques... donc j'ai fait près de 200h d'enregistrements... que ce soit avec des homéopathes, des acupuncteurs, des hypnothérapeutes, des médecins, des psychiatres, tout ça, pour observer comment se jouait la relation soignants- soignés dans ce contexte là. »

« On avait d'abord la Fondation Ling à Lausanne qui était... qui s'appelait « Médecine, psychologie, culture » Où on avait déjà travaillé sur des approches comparatives entre différentes médecines. Et puis en fait ce qui marchait le mieux... on a fait ça pendant plus de 10 ans... mais ce qui marchait le mieux c'était quand même l'hypnose... et puis on a ... la fondation Ling s'est arrêtée et puis alors là j'ai créé la Fondation IRHYS (Institut Romand d'Hypnose Suisse) »

Ce qui marchait le mieux ?

« Ce qui avait d'intéressant... c'est que... c'est un apport pour tous les soignants. C'est pas un modèle. C'est pas un modèle et puis c'est pas une pratique... on fait pas de l'hypnose avec x, y, d'untel ou d'untel... c'est de l'hypnose quoi c'est tout... médicale et de manière générale... et ça, ça a vraiment permis d'apporter cette pratique à différentes professions d'abord (...) »

« J'ai enseigné longtemps... et j'enseigne toujours un peu... l'hypnose médicale... c'est quelque chose qui m'intéresse. »

« Pour ma part, en tous cas, j'ai pas d'expérience comme ça, que je placerais, comme étant extraordinaire. » S'y est beaucoup intéressé, depuis tout jeune, mais à fini par déconstruire.

« Alors soit on parle d'images dans le sens mystique du terme ou spirituel, comme l'entend les soufis, ou des choses comme ça qui sont les expériences perceptives de l'esprit, et fait c'est ça... et là ça couvre autant... on sait pas si c'est de la vision, dans le sens vision physiologique du terme, si c'est des choses que l'on entend, la voix, le verbe. C'est une forme de perception. Moi je reste plutôt dans cette idée là. C'est-à-dire... l'homme, l'être humain est un être de perception comme les êtres vivants, en fait... et puis là dedans il se passe beaucoup de choses, dans le monde de la perception... »

« Une des expériences qui m'avait... pour ma part, en termes de confrontation à cette question... qui m'avait pris beaucoup de temps... c'était la question de tous ces procédés qu'on a mis en place avec l'imagerie (...) ce que l'on a commencé à faire avec les cancéreux par exemple... (...) et qui ont commencé à introduire l'idée qu'il fallait visualiser son cancer pour agir dessus, ses globules, enfin tout ça... alors ce que moi j'ai observé de cela, travaillant en oncologie, c'est que ça met beaucoup plus de gens mal à l'aise, que cela ne les aide... dans la mesure où ils arrivent dans une sorte de défi vis-à-vis de la maladie, comme s'ils avaient un pouvoir sur la maladie par leur esprit... et ce qui leur amène une culpabilité énorme... donc les gens dépriment souvent... parce qu'ils disent... si j'ai la capacité d'agir sur mon cancer c'est que je l'ai provoqué... (...) et si je le soigne pas, c'est que je suis pas capable... donc finalement il y a un retournement terrible... de cette idée que l'on pourrait accéder à une clé quelque part, à un univers... par une voie royale qui nous dirait on a accès à ça... des initiés qui arrivent, qui trouvent le chemin... eux auraient accès à un pouvoir sur les choses que les autres n'ont pas... et ça c'est une chose dont j'ai toujours eu horreur... de me dire d'accéder à des expériences en catégorisant les gens... moi je me suis toujours intéressé aux expériences ordinaires... c'est-à-dire qu'est-ce qu'on fait comme expérience ordinaire, sans devoir passer par une quelconque initiation où autre... »

Sans induction d'état de conscience modifié ?

« La question pour moi de l'état de conscience... c'est une question compliquée parce qu'on ne sait pas ce que c'est la conscience... alors on parle d'état... pour l'hypnose on parle d'un état modifié de conscience mais... c'est pas une définition... moi mon souci a toujours été de savoir comment travailler avec mes patients dans ce qu'on appelle le consentement éclairé... éclairé ça veut dire que je suis capable d'expliquer à mon patient ce qui va se passer dans un entretien avec moi pour qu'il puisse me dire « oui je fais cette expérience » ou pas. Si je dis à une personne « nous allons faire une expérience modifiée de la conscience... moi je sais pas exactement ce que c'est et puis le patient il ne sait pas... voyez, donc c'est... et quand on dit que... l'expérience modifiée de conscience... va pouvoir soigner on est dans un monde où on sait pas de quoi on parle... voyez... alors la question c'est qu'est-ce qu'il y a dans la relation ordinaire... entre deux personnes qui puisse être utilisée pour que la personne aille mieux... et ce qui fait qu'on n'est pas obligé de passer par cette expérience... enfin par cette définition d'un état modifié de conscience... parce que la conscience c'est... enfin on a passé un siècle à se demander ce qu'était l'inconscient... après on est revenu sur la conscience (...) mais aujourd'hui la conscience, est-ce que c'est... on a une cinquantaine de définition de la conscience... »

Du coup vous en parlez comment avec vos patients ?

« On parle de ce qu'on fait, d'abord qu'on est en relation, ça c'est une première chose... ensuite que ce qui va être sollicité c'est l'attention... c'est l'attention à des perceptions. Et ces perceptions c'est n'importe lesquelles, c'est leur douleur s'ils viennent avec une douleur mais ça peut être la luminosité dans la pièce, le son de la voix, c'est égal mais c'est dans l'univers perceptif. Et cette attention à la perception va permettre de suivre... parce que la perception c'est une expérience qui change en permanence... comme la vie... il n'y a pas d'état fixe. C'est pour ça qu'on nous parle d'état... c'est particulier parce que... on n'arrive pas à arrêter la perception... ou lorsqu'elle est trop fixe la perception... elle devient préoccupante souvent... dans des pathologies, des souffrances psychiatriques... ou des choses comme ça... les personnes n'arrivent plus à sortir d'une perception... ils sont emprisonnés dedans... mais le monde de la perception c'est un monde extrêmement dynamique, labile, fluide... enfin tout ça... donc l'attention va permettre de suivre cela... ça c'est le principe de base, c'est tout... porter attention l'un à l'autre et puis observer ce qui se passe... avec ça on fait... toute l'hypnose se résume strictement à cela... il n'y a pas d'autres choses nécessaires à cela. Si une personne est attentive à ces perceptions, elle va rentrer tout de suite dans une expérience que nous faisons tous plusieurs fois par jour ou même... beaucoup plus qu'on ne le croit... et d'être absorbé dans un monde perceptif... et puis après il peut aller, ce monde perceptif, dans des tas de directions différentes... et des expériences qui peuvent être... si on prend la référence à la réalité factuelle ici et maintenant ce monde perceptif, ils nous amènent sans arrêt dans des univers incroyables... une rêverie quotidienne... on en fait tous... c'est une expérience... ce qu'on appelle une expérience hallucinatoire... c'est une expérience extraordinaire... de se dire que je suis à la fois ici et ailleurs et il faut lui donner une valeur à cet ailleurs... »

« Il faut lui donner une valeur à cet ailleurs... Comme tout à l'heure j'avais un patient qui est en deuil en ce moment et qui arrive pas à se faire à la perte d'un être cher... mais de rendre la présence d'un être cher qui est mort... et de leur rendre présent là... c'est extrêmement facile... ce qu'il y a d'incroyable c'est que... on s'empêche de le faire... mais de dire à une personne... J'avais une patiente une fois... elle avait perdu son fils... jeune... et elle en souffrait beaucoup... et je lui ai dit « mais il est où votre fils maintenant ? » Elle a eu très peur de cette question au début... Et je lui ai dit « fermez un instant les yeux et sentez la présence de votre fils »... Mais en 5 sec, elle sent son fils près d'elle. Et elle me dit « ça fait 10 ans qu'il est décédé, ça fait 10 ans qu'il est près de moi » Je lui dis : « Et ben exactement, vivez cette présence ». Ça ne veut pas dire qu'il y a des fantômes, des esprits, moi ça m'est égal cette question-là... mais cette perception-là, il faut lui donner toute sa valeur... c'est une expérience extraordinaire d'avoir un mort qui revient comme ça... mais on n'a pas à se poser la question si c'est... tous les êtres humains quand ils vont dans les cimetières et partout ils pensent à leur proche qui sont décédés... alors c'est pour ça qu'ils ne faut pas en faire des expériences extraordinaires... c'est des expériences humaines ordinaires, qui ne nécessitent pas... de mise en scène extraordinaire je dirai, ou des choses comme ça... mais par contre je dirai, c'est de légitimer ces expériences... par contre il ne faut pas... à partir du moment... si je disais par exemple à cette dame qui a perdu son fils... si je disais « moi je vous mets en contact avec votre fils... » C'est ce que font les médiums ou des choses comme ça... « moi je vous mets... je suis un chanel avec... » là ça pose un problème parce qu'elle n'a pas besoin de moi cette dame pour faire ça... Il faut seulement qu'elle s'autorise le fait d'être en lien avec son fils... sans qu'elle se dise je suis folle, je fais un deuil pathologique... je fais ceci et cela, j'ai pas le droit de penser à mon fils parce qu'il est mort... voyez... donc on légitime simplement une expérience vraiment naturelle... et maintenant... on est dans le monde de la perception... et le monde de la perception c'est un monde subjectif... et puis s'il est subjectif c'est qu'il est propre à chacun mais il n'est pas objectif... ce n'est pas un objet... et la difficulté que l'on a c'est que si moi j'essaie de vous convaincre de votre expérience ou l'inverse... ça devient compliqué... parce que c'est quelque chose de très intime, l'expérience que vous faites vous... c'est une expérience qui vous est propre, elle est indéfinissable... enfin ou elle est... mais vous la faite... et de prétendre savoir quelque chose de votre expérience... c'est un... c'est quelque chose de terrible à mon avis. »

« Alors moi j'ai très mal vécu, par exemple, des expériences comme la sophrologie... quand je me suis formé en sophrologie... j'ai fait toute la formation, hein... et à l'examen je me suis... parce qu'en plus il y avait un examen et tout... j'ai arrêté là parce que je... je me disais mais c'est extraordinaire comme ils arrivent à faire cette histoire où un bonhomme, Alfonso Caicedo, a une vision d'un l'architecture du monde de la conscience avec les valences positives-négatives... des différents niveaux à franchir... puis alors on fait des examens pour franchir les différents niveaux... (...) mais c'est la même chose si je prends la psychanalyse par exemple... de quel droit on interprète... un élan... une perception émotionnelle... ce que dit un patient... c'est terrible... Spinoza disait pour le monde de l'imagination, dans l'éthique, il disait une chose qui m'a toujours... j'ai trouvé fondamental. Il dit : « Le monde de la perception est un monde (...) » Je sais plus le terme... Il dit « Il est propre à la personne qui en fait l'expérience. » Et ce monde là n'existerait pas sans cette personne qui en fait l'expérience. Donc le monde de l'imagination est indissociable de cette personne. Et si c'est le cas. Ce qui est important ce n'est pas de savoir... dans le contenu de l'imagination... pour quoi il y a ce contenu... mais pour qui ? Parce que c'est totalement lié à la personne. Donc on essaye d'expliquer pourquoi, le mécanisme, l'interprétation, et tout cela... on oublie la personne... on essaye de mettre la personne dans une expérience... donc c'est pour ça que le fait de légitimer, de naturaliser, en quelque sorte, de banaliser l'expérience perceptive me paraît si importante... mais on doit faire attention en la banalisant, de ne pas en donner une explication et puis en disant.. voilà c'est ceci, ça veut dire ceci ou cela. C'est là dedans que l'on tombe souvent... »

« Ces expériences perceptives on en fait tous énormément et c'est des expériences qui sont magnifiques pour chacun... quand chacun peut se laisser aller à cela... et c'est ça qui me paraît souvent intéressant... mais ça veut dire aussi donner... il y a une forme de réalité qui n'est pas factuelle dans le sens de la matière, de la *res*, de la chose... mais dans le sens de l'expérience qui est faite... et ben... on vit tous les jours des expériences incroyables... Pour ma part... je vis des choses horribles plusieurs fois par jour... quand j'imagine qu'il arrive un accident à mes enfants ou que je tombe malade... et puis je vis tous les jours des choses extraordinaires quand j'imagine... des belles choses où je me sens bien, ou je me projette dans je ne sais quoi... et tous les jours

des expériences surprenantes qui peuvent se passer... elles sont juste extrêmement variées et elles s'enchaînent l'une derrière l'autre et ça, ça me paraît extrêmement important...»

« J'ai rencontré des gens, beaucoup aussi, qui faisaient des expériences... j'ai soigné des gens... des guérisseurs qui venaient chez moi... » → des gens qui ont des perceptions extraordinaires → remettre de la diversité dans les perceptions, percevoir aussi des choses banales, pas focaliser sur les perceptions précises extraordinaires (ex le morts) → personnes qui souffrent

Je remarque que les expériences faites dans un cadre thérapeutiques sont plus souvent ordinaires... (dans le sens de l'attention aux perceptions ordinaires...). Les expériences plus extraordinaires souvent hors thérapeutiques, lors d'un choc... → mais je réalise, le message qu'essaye de faire passer Bonvin sur l'importance de réhabiliter les capacités ordinaires... ce qui a été disqualifié...

« Je pense pour moi une qui a été marquante dans le parcours... je pense c'était... je travaillais au centre des grands brûlés à Lausanne, comme psychiatre... et je dis toujours que c'est un peu la situation qui m'a appris la psychiatrie... car je me suis trouvé tout de suite après ma formation là dedans avec un cas assez difficile... et c'était une personne qui s'était immolé par le feu et puis qui... qui était très gravement brûlée (80-90% de la surface...)... Au début mes collègues ne savaient pas s'il fallait la réanimer ou pas... finalement ils l'ont fait.. ils m'avaient demandé qu'est-ce qu'on fait... j'ai dit « bon s'il y a une chance, il faut y aller... » Ils m'ont dit « bon il faut t'en occuper... » Et c'est une personne que j'ai suivie tous les jours pendant je dirai, une année et demis presque... donc ça été très long, très important... et cette personne... alors là c'était intéressant, parce que l'accès à des personnes comme celle là, au début, elles sont dans des états... il y a pas de contact possible, elles hallucinent beaucoup de choses... elles sont dans un... c'est un enfer qu'elles vivent... mais il y a ce qu'on appelle... c'est un terme de médecine intensive... il y a des troubles de la conscience importants... on les voit surtout par le fait qu'il n'y a plus de contact comme ça, on ne peut pas avoir de focus relationnel... et puis elles sont dans un univers hallucinatoire très fort, et avec des angoisses extrêmement importantes... mais ce qu'il y avait de troublant avec cette personne c'est qu'elle me décrivait... quand on commencé à pouvoir entrer en contact petit à petit... elle me décrivait des expériences qu'elle faisait... de ce type là... qui avaient rien de comment dire.. je pouvais le voir comme un psychiatre et puis dire elle est simplement en train de faire une sorte de délire ou quelque chose comme ça mais je prenais un peu plus au sérieux ces expériences... j'étais troublé une fois par ce qu'elle... elle m'a décrit... j'avais plusieurs patients au centre des brûlés.. et puis elle est arrivée... on l'avait changé de lit... elle est arrivée dans un nouveau lit, elle a changé de chambre cette personne et puis quand elle est arrivée dans cette nouvelle chambre, elle m'a décrit quasiment la souffrance de la personne qui était là avant, que j'avais connu aussi... et ça, ça a été extrêmement troublant... de me dire je... Elle décrivait ça comme une sorte de rêve, ou de délire, comme ça... et elle était complètement là dedans et puis elle décrivait... une personne qui était sur ce lit... et puis c'était vraiment... alors je peux pas le garantir... qu'est-ce qui se passe dans ces lieux... comment est-ce qu'on vit les choses... ça avait été très troublant comme expérience... parce qu'on se disait tiens... cette souffrance, ces murs qui sont là... ce qui se passe dans ce contexte... il est tout à fait déterminant... et il se passe énormément de choses... et je me suis souvenu aussi qu'avec cette même personne on avait essayé de comprendre comment l'aider... et puis... au moment où elle était... là je parle d'un épisode.. c'est un peu confus... mais je vais... en fait je voulais parler d'une autre expérience avec elle avant.. on est arrivé à ça mais j'étais revenu en arrière sur une expérience qu'elle avait faite... quand elle n'avait pas encore de contact avec nous... mais par contre... c'était devenu très difficile pour les soignants... ils ne savaient pas trop comment faire... et puis... en même temps on s'est rendu compte que quand la famille venait son comportement changeait... elle pouvait être apaisée si c'était ses enfants qui venaient... et on s'est rendu compte à ce moment là aussi... dans cet état là, même à l'arrière d'une vitre... puisque il n'y avait pas... on ne pouvait pas aller dans la chambre directement il y avait trop de risques infectieux... elle sentait dans son état... elle sentait la présence... et on s'est beaucoup posé de question là dessus... qu'est-ce qui faisait que ces choses pouvaient changer ? Et puis en fait, l'hypothèse qu'on a conservé là dedans... c'est que ça n'était pas des ondes ou des choses comme ça.. c'est que ce qui se passait à chaque fois c'est que le comportement des patients changeait... Les gens... tout ce qui s'organisait autour de la patiente changeait... en fonction de la présence d'un proche ou de l'autre.. le climat relationnel changeait... alors si par exemple une personne venait, de la famille, avec qui elle était en conflit auparavant... ou qu'ils étaient eux-mêmes en conflit... on avait l'équipe soignante qui réagissait différemment... on avait... toutes cette complexité comme ça de ces dizaines de contacts qu'il y avait entre les gens... chacun s'adaptait et refaisait une sorte de tissu... autour... relationnel... avec une tonalité relationnelle qui changeait... et qui probablement était aussi en relation avec elle... voyez ce que je veux dire ? Donc ça veut dire que le contexte, les gens, quand ils sont en liens... ils... le climat relationnel qu'il peut y avoir entre les personnes, se sent aussi à plus d'un titre... et c'est là où cette expérience mise avec l'autre cette fois de la patient... on se rendait compte qu'il y avait quand même... la question était de se dire... est-ce que c'est la patiente elle-même qui a des perceptions particulières ou est-ce que nous, naturellement, dans notre tissu d'organisation, on se transmet des choses aussi.. on se transmet, par des comportements, par des attitudes, par des gestes, par des mots qui sont dits... enfin toutes sortes de choses... et puis que finalement on en peut pas considérer l'expérience d'une personne toute seule... il faut voir dans quel contexte l'expérience se fait... et ça c'était une expérience qui pour moi était très très importante... parce qu'elle m'a permis de comprendre énormément de choses.. c'est à dire que les choses elles ne se passent pas uniquement... c'est pas au sein de la personne... la personne elle-même elle est dans un tissu relationnel, dans une vie, dans une existence.. où il se passe énormément de chose... »

« On s'intéresse beaucoup à la mémoire et à la conscience... on parlait de la conscience tout à l'heure, il y a aussi des choses très intéressantes... la mémoire par exemple... aujourd'hui c'est un thème extrêmement important... euh... dans ces mêmes situations des personnes qui sont aux soins intensifs ou quelque chose comme ça... souvent elles sont, ce qu'on appelle désafférentée... donc effectivement elles partent dans une sorte de délire et puis elles ne savent plus où elles sont... mais on se rend compte que on perd la mémoire... si vous prenez une personne, que vous lui enlevez tous ses habits... quand vous êtes à l'hôpital, vous n'avez même plus les bijoux, on vous enlève tout... vous avez plus... vous savez pas si vous êtes le jour, la nuit, parce qu'il y a des néons 24h sur 24h... tous les gens qui viennent vous voir ils ont des masques... vous n'avez plus la possibilité d'identifier... vous avez une cassure à un moment donné parce que vous avez perdu conscience... et puis vous vous réveillez, et puis vous n'avez plus rien d'identifiable... et bien... l'être humain dans ces cas là, il perd la mémoire, il ne sait plus comment il s'appelle... donc quand on dit cela, ça veut dire quoi ? Ça veut dire est-ce que la mémoire... je prends un exemple extrême... mais est-ce que la mémoire c'est des images qui sont dans la tête ou est-ce que la mémoire c'est une forme de permanence des choses qui sont dans le contexte et dans l'environnement ? Parce que si on enlève l'environnement d'un seul coup, on n'a notre système qui ne fonctionne plus non plus... donc on ne sait pas si la conscience elle est dedans ou dehors... voyez dans ce sens là... ou la mémoire des choses... chaque jour je suis appelé à moi-même, à mon identité, parce que j'ai toujours autour de moi le même environnement, le même personne, les mêmes objets... enfin il y a mille choses dès le réveil qui sont identiques d'un jour à l'autre mais le jour ou je l'enlève... ça part d'un coup... et c'est comme ça que dans d'autres cultures... on est pratiquement la seule culture à avoir cette notion d'identité de la personne... et de permanence de l'identité... ça c'est depuis le 17^e siècle qu'on a mis ça dans notre culture mais en fait

beaucoup d'autres cultures... on change... par exemple les cultures où je peux être habité par un esprit à un moment donné, prendre une autre personnalité et puis avoir encore une autre personnalité le lendemain en fonction du clan, en fonction de la culture, en fonctions de toutes sortes de choses... ça ce sont des choses qui sont intéressantes... ça veut dire que je suis... plus je me fonde dans l'environnement, et plus je suis dans un univers perceptif qui va évoluer en permanence... et qui va me façonner... »

« J'avais refusé de dire que c'était simplement du... comment dire... du délire sans... je sais pas s'il avait un sens... mais en tous cas complètement déconnecté de la vie... pour moi c'était plutôt de dire... tiens... comment c'est intriqué dans la vie de la personne... et c'est lié à cette personne... et ça c'était très intéressant... »

« On sait qu'on peut créer des souvenirs... et c'est de pouvoir mettre... on réunit un petit groupe de 10 personnes... en 4 séances, ces dix personnes sont convaincues d'avoir vécu quelque chose qui factuellement n'a jamais été vécu... et ça on le reproduit assez facilement... dans le sens où la mémoire elle est totalement malléable aussi... et après... alors après c'est quelle conviction on met là dedans... et probablement que là aussi, dans ces expériences que vous évoquez (sens rien dire, vu même image, lors d'une transe hypnotique, ou autour d'un feu lors d'un rituel chamanique)... ben oui, il y a des tas de choses dans le contexte qui amènent déjà à aller vers quelque chose de commun... parce que si vous allez dans une soirée où vous faites des expériences chamaniques... vous allez pas au club de foot vous voyez... c'est la même chose quand on parle d'hypnose de spectacle... les gens disent « ouh mais c'est incroyable » oui mais ceux qui ne sont pas sensibles à ça ils n'y vont pas, ils disent ça m'intéresse pas... pis d'autres vont y aller parce qu'ils ont envie d'un spectacle, ils ont envie de voir quelque chose... ils s'attendent à ça... donc ça se rencontre... c'est pour ça que c'est à la fois ordinaire... pis en même temps c'est extraordinaire... c'est très très ordinaire à mon avis ces expériences là... c'est pour ça qu'ils ne faut pas les enfermer. »

Différence entre le zen... rester attentif aux perceptions... sans partir dans l'imaginaire... (=ECM) à l'autre bout, le rêve... (sans les perceptions) ?

« Ca c'est intéressant le zen parce que... je pense qu'il y a... ça appelle à autre chose dans les philosophies orientales... ou les pratiques orientales... c'est la présence... parce que là ils essayent de rentrer dans un univers de non pensée et plus lié au corps... je trouve que c'est intéressant parce que... l'imagination... ou la perception... si vous portez attention simplement un instant... ce que vous voyez ou ce que vous entendez... ce que vous imaginez... ce que vous sentez... enfin tout cela... ça amène toujours votre attention hors de vous... si j'entends le bruit d'une voiture qui passe... mon attention... je parle d'attention mais après vous y mettez tout ce que vous voulez derrière... c'est un peu la pointe de l'iceberg la conscience... enfin tout ce que vous voulez... l'attention elle n'est pas là... elle est là où est la voiture... la pensée fait la même chose... lorsque vous pensez, vous n'êtes plus là... dans votre corps, vous êtes dans la pensée... vous êtes transportés à chaque fois... à la renaissance par exemple c'était ce que disais Paracelse etc. c'était le corps astral... c'est le corps des perceptions... la perception vous fait voyager... et c'est probablement là la plus grande exigence et je trouve que c'est le plus grand... c'est la plus grande exigence... c'est de dire « comment je suis présent à ma vie ? » Et c'est très difficile, parce qu'on... d'abord la vie n'est que dans l'instant... et l'instant il est toujours passé... tout ce que vous avez même pour percevoir une chose... dans la perception de mon corps... le temps du trajet... entre ce qui stimule la perception et ce qui vous apparaît dans la perception... ce qui l'a initié est déjà partis... voyez... l'instant... l'instant de la vie, il est dans... c'est un espace inaccessible... et en même temps c'est ça la vie... c'est le seul endroit... ce qu'il y avait avant n'est plus la vie et ce qui viendra après n'est pas encore... on ne sait pas, c'est hypothétique... et cet instant de la vie, on sait pas... il est très difficile à... je dirai pas à percevoir... mais c'est difficile de s'installer dans la vie... et puis probablement que là dedans c'est pas possible d'utiliser une voie de la perception pour être dans l'instant de la vie... c'est une dimension qui... du moment où elle arrive à se dessiner par la perception, par une image c'est déjà trop tard... et c'est ça l'exigence d'une expérience qui ramène à la posture... qui dit ne pas se laisser partir... c'est revenir à l'ici et maintenant... pis la seule chose qui soit dans l'ici et maintenant de la vie, c'est mon corps... c'est pas la voiture que j'entends qui est déjà passé... c'est mon corps, ici et maintenant... et ça c'est quelque chose de redoutable... pour l'être humain... les animaux je sais pas... mais l'être humain, il a un appareil absolument incroyable... mais c'est un appareil qui le met en retard sur tout... sa pensée le met en retard sur tout... en neurophysiologie par exemple on s'est rendu compte aujourd'hui... on disait toujours... ma pensée décide de mon geste... alors on a étudié la trajectoire entre le moment où je pense ouvrir la fenêtre et puis le moment où la fenêtre s'ouvre... et puis on s'est rendu compte que c'est l'inverse... que la pensée arrive en retard sur le geste... c'est mystérieux cette histoire... on se dit « ah ce n'est pas ma pensée... c'est pas ma raison... » non parce que la pensée c'est quelque chose qui suit la vie... ça nous donne des informations, c'est une sorte de queue de comète de la vie, de l'instant de la vie mais ça nous donne rien sur la vie... et surtout ça nous permet pas de commander la vie... et cet instant là... d'aller dans l'instant... on peut pas enlever les perceptions... mais on doit toutes les prendre... et puis on doit arriver dans un niveau... global de ces perceptions... c'est ce que un collègue appelle « la perceptude »... c'est tout en même temps... je sens tout en même temps dans mon corps... ce qu'il y a autour de moi... enfin tout cela... mais ça veut dire, ne pas l'analyser... ne pas pouvoir dire « je suis en train de percevoir tout cela en même temps... » parce que je suis déjà en retard quand je le fais... c'est d'être dans tout cela... c'est se fonder dans le monde... se fonder... sans plus d'espace... on est pris dans le courant du monde en permanence et on ne peut pas s'arrêter... dès qu'on s'arrête avec justement la conscience... quand on dit prendre conscience de... on est déjà en train d'arrêter le cours des choses de la vie... et c'est ça qu'il y a de très intéressant dans... je dirai cette exigence de certaines pratiques orientales... c'est de dire... c'est pas de... c'est pas facile à faire... mais de dire on supprime la pensée... pas évident... c'est plus dans cette exigence de présence... et ça je pense c'est... ça... c'est probablement la chose la plus essentielle de toutes ces choses là... alors si les expériences perceptives nous éloignent de l'instant de la vie... ça devient du divertissement, des choses comme ça... mais vraiment être dans l'instant présent... dans l'ici et maintenant, à sa place, dans son corps et point... parce que c'est... il y a pas d'autres lieu que je puisse habiter dans l'instant que celui de mon corps... et ça c'est... cette expérience là elle est extrêmement précieuse... et probablement... je pense que c'est ça le principe de la thérapie que l'on fait... des choses comme ça, c'est qu'une personne puisse simplement être là... assise dans ce fauteuil, ici et maintenant, point, entière... et quand on pose la question parfois à des personnes « est-ce que vous êtes là ? » Elles disent « Non je suis absorbée dans ma pensée... » J'ai eu des gens qui après des traumatismes me disaient... « non, non je suis pas là... » Je disais « mais vous êtes où si vous n'êtes pas là ? » Alors ils disent « je suis là, je suis ailleurs... » et ça c'est des choses extrêmement intéressantes... mais d'arriver... comment dire... à cette perceptude... mais en tous cas dans cette présence de l'instant de la vie ici et maintenant... ça c'est une sacrée affaire, et l'être humain il y a beaucoup de peine avec ça, beaucoup de peine... et pourtant c'est une... alors en ce moment il y a la grande mode de la pleine conscience, ou des choses comme ça... alors c'est intéressant ces modes, mais... on revient toujours un peu à ça... c'est de dire comment à un moment donné, je débranche tous ces appareils de pensée... la pensée elle est redoutable, parce que la pensée elle chosifie les choses... elle nous extrait de la vie... elle nous donne l'illusion de pouvoir... c'est la raison, c'est la Res.. c'est une chose... on a fait de notre pensée une chose... il y a eu un conflit majeur dans notre culture au Moyen-âge, ça a duré 300 ans... ça a été ce qu'on a appelé la querelle des Universaux... qui portait sur les deux choses, c'est à dire... par quoi l'être humain est-il déterminé ? Par le monde des perceptions ?

C'était les Voces (les voix)... on parlait pas d'images... on parlait de voix... et c'était la voix l'inspiration divine tout ça... ou par le monde de la Res, c'est à dire des choses... et il y a eu 300 ans de débat très fort avec ce qu'on avait hérité de la culture islamique avec Averroès, Avicenne... on a revisité Platon, Aristote, et puis les ecclésiastiques se sont bagarrés la dessus... et puis bon ils ont fait un choix qui étaient la Res, quoi... et c'est devenu... ensuite on a eu les classiques... les Lumières, c'était... on était en plein la dedans quoi avec le Cartésianisme qui est revenu, et qui a vraiment parlé de la raison comme étant le centre opérationnel de la conscience humaine... mais ça veut que nous ne sommes déterminés que par le monde des choses et pas par le monde de la perception... »

Je mentionne que pour moi, en caricaturant un peu, l'image, l'imagination (les voix ?) sont à l'interface entre le sentir, la perception presque animale et la raison froide...

« Probablement que l'imagination et ce qu'elle a de très intéressant... c'est qu'elle a une capacité intégrative... à partir du moment où l'on ne s'arrête pas à un sens... en tous cas pour ma part, je ne mets jamais de sens à une imagination... mais je dis pas non plus qu'elle n'a pas de sens dans le sens absurde du terme... non non... c'est beaucoup plus... c'est-à-dire que l'imagination contient cette capacité à intégrer... je dirais toutes les perceptions... et puis à évoluer en quelque sorte en fonction de ça... donc ça peut pas... ça va plus loin que la... ça intègre la pensée... donc ça la supprime pas, ça l'intègre... ça intègre les perceptions... mais ça les supprime pas non plus... c'est simplement que c'est une peu... quand on laisse aller vraiment l'imagination... alors elle est pas arrêtée par un registre particulier... elle englobe tout... et puis elle est... elle est protéiforme, elle se transforme en permanence aussi... et ça je pense que c'est... c'est une voie, ou une piste, je dirais de se laisser aller de l'imagination qui ne s'arrête pas sur une chose ou une autre... est une piste intéressante pour englober l'expérience présente... parce qu'elle est terrible cette expérience présente... à la fois elle prend tout... puis en même temps elle est insaisissable... et là l'imagination elle permet cela... parce que je crois que vous avez raison... vous dites... la pensée vous pouvez pas l'enlever... il n'y a rien à ôter, ce serait un effort... tout ce qu'on essaye d'ôter c'est aussi ôter quelque chose à la vie... parce que la pensée, les images, ça fait aussi partie de la vie... donc l'idée c'est pas de sélectionner ou de s'arrêter sur une chose mais c'est de tout englober... et ça c'est une expérience qui est passionnante... c'est une monstre aventure parce qu'elle va aussi à l'encontre de notre culture aujourd'hui qui... quand je dis la culture, c'est même la culture postmoderne, c'est-à-dire celle qui a cherché dans toutes sortes de méthodes et de trucs et tout ce qu'on veut... ça défie tout cela... on arrive à une exigence telle... mais qui fait qu'on revient quand même à une forme d'animalité... parce que ce en quoi cette expérience est importante c'est qu'elle nous ramène à notre statut animal, c'est-à-dire à notre statut de l'étant ici et maintenant... parce que si on rajoute les attributs de l'être humain... la pensée, machin, tout ça on se rend compte qu'on s'éloigne très rapidement de tout ça... et l'animalité elle a ceci de très fort en nous... c'est que l'animalité est justement ce qui nous enracine dans l'instant vivant... je parle pas de la bestialité, dans le sens on se laisse aller... mais vraiment dans le sens de la présence... »

« L'animal il est totalement inséré dans son contexte... et quand on parle d'instinct de choses comme ça... mais il est totalement pris là dedans... après quand il y a des décrochages contextuel alors évidemment il y a des comportements des choses comme ça... mais dans le fond, si on regarde l'être humain, il n'est pas aussi sage que l'animal, je veux dire, de ce point de vue là... si on regarde, en termes de comportements... la pulsion animale... elle est pas... elle est extrêmement réglée la pulsion animale... elle est réglée par un contexte, par toutes sortes de choses qui sont là et qui jouent... l'être humain lui il est... décroché de son contexte... quand je parle de contexte, c'est aussi dans le sens de... je pense que celui qui a donné la plus belle explication de... la plus belle approche du contexte, c'est Erwin Goffmann... quand il parle du cadre des relations entre les êtres... en définissant simplement le contexte comme étant une relation... c'est le contexte humain... ou culturel ce sont des relations qui sont régies par des intentions communes... quand vous avez des intentions qui se rencontrent... quand je vais chez le boulanger qui produit du pain et que moi je vais acheter du pain, on est dans un contexte qui va très bien, par contre si moi je vais chez le boulanger et puis qu'il me vend de la dope ou des trucs comme ça... on a une rupture de contexte (...) on est sans arrêt en train de s'ajuster à ce niveau là... et l'animal aussi il le fait extrêmement bien... par contre c'est vrai qu'on a une capacité à s'extraire de ces contextes qui est très forte aussi dans le statut d'humain. Alors c'est génial d'un côté... puis de l'autre on échappe un peu... il me semble... à la vie... »

« Et puis c'est pour ça aussi que si important à mon sens de cesser de naturaliser l'expérience perceptive... parce que plus on la met en boîte, plus on l'explique, plus on la catégorise dans un endroit et plus on l'éloigne d'une expérience qui est une expérience vitale... existentielle, elle fait partie de la vie, de l'existence. »

« J'ai pas d'expérience fondatrice comme ça pour moi... si ce n'est le fait d'une quête qui est restée là longtemps et qui s'est... et qui s'est avérée... comment dire... ce qui a changer pour moi c'est le jour où je me suis dit... il n'y a rien à chercher... et tout est là... et... ça ça a changé beaucoup de chose... »

→ il n'y a pas une expérience fondatrice car il y en a tellement.

« La question au départ c'était de dire est-ce que je dois prendre un chemin qui me conduise vers une expérience particulière... et moi depuis l'enfance j'étais dans une famille où plusieurs membre de ma famille étaient intéressés par ces choses... je suis 5^e d'une fratrie de 7 alors j'ai eu des grands frères, un parents, fin des gens qui étaient très versés dans des trucs incroyables... j'ai tout connu dans cette famille... (pyramide au milieu de la pièce pour régénérer, les pendules, la radiesthésie...) pis là dedans toujours se dire « ah tiens on va aller vers des expériences un peu comme... extraordinaire comme ça... partir dans d'autres mondes et tout ça » et puis après j'étais aussi une génération où les gens faisaient aussi des expériences avec les drogues, avec tout ça... j'ai aussi, j'ai fumé des joints, j'ai pris du LSD une fois, des trucs comme ça, en me disant tiens... et puis ça me donnait rien, j'étais toujours un peu frustré, alors toujours en me disant... j'accepte pas (...) et puis en même temps assez intrigué par ces questions... c'est pour ça que je dis... il y a eu des tas d'expériences incroyables mais jamais pour moi aussi fortes que celles que je peux ressentir aujourd'hui en me sentant à l'aise avec mes perceptions ordinaires qui sont en même temps toujours extraordinaires... »

En hypnose ?

« Ça laisse pas de traces significatives, et tant mieux parce que ça serait une trace du passé... voyez ce que je veux dire... c'est que... ça m'intéresse pas de m'accrocher à ce qui s'est passé, ni d'attendre un truc extraordinaire qui se passera... quand je dis s'oublier... c'est laisser la dissolution dans l'instant, en fait... et ça c'est des expériences... alors c'est très intéressant... j'aime bien les séances d'hypnose avec les patients... parce qu'il y a des moments où j'ai effectivement... on est dans cette atmosphère là (...) Par exemple quand j'ai appris des psychothérapies et tout, au début on dit il faut faire des analyses, il faut se faire soi-même enfin tout ça... mais c'est terrible parce que je suis dans une séance et que je porte attention à moi, je porte plus attention au patient...

alors c'est pas moi qui doit... me laisser absorber comme ça dans l'expérience du patient... que je devine, je vois un peu comment il est... mais je cherche pas non plus à interpréter ce qui lui arrive... mais je vois dans quel état il est... je le suis dans son expérience... c'est extrêmement agréable... c'est même assez intense aussi... mais ça laisse pas de choses incroyables je dirai de ce point de vue là... mais il y a toutes sortes... après on voyage, on change d'univers, il se passe des tas de trucs... on a des morts qui viennent, on a des... enfin tout ça ça fait un peu partie de ces choses qui se passent à ce moment... mais pour moi... c'est peut-être là, par rapport à votre démarche du début... pour moi... l'image elle n'est pas très importante... c'est... ce qui me fascine avec les patients... c'est comment... comment dire ça... c'est comment ils prennent ce contact avec le monde de la perception... alors peut-être c'est leurs images... on peut peut-être le voir comme ça... mais il n'y a pas d'images à leur donner... mais je leur dit jamais pensez à ceci ou cela... je leur dis « est-ce que vous voyez ? est-ce que vous entendez quelque chose ? est-ce que vous sentez quelque chose ? » Et puis après c'est eux qui me disent... vous parliez de métaphores tout à l'heure par exemple... il y a des gens qui font des métaphores... mais c'est épouvantable... c'est la métaphorisation qui est intéressante c'est pas la métaphore... ce qui vient à la personne et puis comment elle apprivoise, comment elle fait avec... souvent le symptôme on peut dire... c'est un peu lorsque je n'accepte pas quelque chose de ma vie... je souffre... la souffrance... c'est pas la maladie (...) s je résiste à ma vie, je refuse ce qui m'arrive à un moment donné... je me mets en opposition par rapport à cela... alors oui je vais avoir de la douleur, mon corps si refus... il se cabre, il a mal, j'ai de l'angoisse, je suis pas bien... par contre si j'accepte... (...) comment est-ce que les gens peuvent utiliser finalement tout ce qui arrive dans leur univers perceptif, on peut appeler ça l'image, l'imagination... comment est-ce qu'ils négocient avec... parce que souvent les gens, les patients qui souffrent... ils disent je veux pas de ça... (...) Le développement personnel par exemple... il faudrait que je m'améliore pour être quoi alors ? une sorte d'image de soi qui est je ne sais où parfaite ? pis alors à chaque fois qu'on se dit ça on se dit qu'on est bête aujourd'hui, pis on n'arrête pas de se dévaloriser, et puis de se fustiger, d'être incapable, pas à la hauteur, et puis on déprime alors... il y a des entités en moi-même qui sont sans arrêt en train de se bagarrer... alors ça c'est intéressant quand il y a cet apprivoisement de l'image, de ce qui se fait... mais jusqu'au moment où elle se dissout, et puis elle disparaît parce que la personne elle est-une... enfin une pas dans le sens de l'individu mais dans le sens, elle est intégrée dans le contexte... et là l'image disparaît aussi... »

« C'est vrai qu'il y a des images qui apparaissent comme ça mais on ne sait pas si c'est l'image qui provoque le changement parce qu'on a trouvé l'image... ou si simplement que cette image apparaît parce que ça change... Ça change... Ça se change de soi-même dans un contexte... à un moment donné... voyez... et c'est pour ça que moi je le vois plus comme une trace laissée que comme un déclencheur de quelque chose... (...) c'est dans le mystère de la vie parce que ce serait prétentieux... ça se passe... mais par contre on a des signaux comme ça qui viennent et qui sont effectivement alors des... voilà... mais c'est vrai qu'il y a des moments comme ça où on a des images qui apparaissent... mais pour moi je ne suis pas... je suis pas convaincu que l'image ait provoqué ça (...) »

Pour vous qu'est-ce qui soigne dans l'hypnose ?

« Soigner ça veut dire soulager une souffrance... alors évidemment s'il y a quelque chose qui se crispe entre deux entités... dans le refus de la vie... c'est le refus de ce qui se passe... à ce moment là... soigner c'est accepter... donc c'est remettre en mouvement aussi les choses... et c'est ne pas s'arrêter sur les... parce souvent dans la souffrance on s'arrête sur une chose... il y a une chose qu'on refuse... il y a une dimension qu'on refuse et c'est... c'est de pouvoir remettre en mouvement la fluidité des choses, le mouvement, enfin tout ça... qui se fait en permanence... alors oui je pense c'est ça qui est intéressant... mais encore une fois ça c'est dans le contexte de la souffrance... moi je me sens pas souffrant... (...) et si ça m'arrive peut-être que l'hypnose va m'aider à fluidifier les choses... »

S'autoriser à légitimer son imaginaire, ça aussi ça soigne ?

« Mais oui c'est donner une réalité, d'autoriser une réalité au monde de la perception... mais la seule chose c'est que ce monde de la perception... pour cette dame... sa perception à elle... sa souffrance on peut dire c'était le refus d'avoir son fils qui était mort évidemment, mais en même temps... son fils, la perception de son fils, elle l'a toujours... et cette question elle est importante parce qu'il s'agit de légitimer ça mais... en légitimant ça... on doit juste faire attention que ce qui est du monde de la perception ne doit pas forcément être attribué au monde factuel et vice versa... c'est-à-dire qu'on est pas en train de dire... (...) je pense que effectivement là il faut faire attention à pas enfermer cette expérience perceptive, soit dans une croyance, d'un côté qui la fixe, soit dans les choses, vérifier si elle est... (...) et c'est ça qu'il s'agit de légitimer... c'est de dire, chacun a le droit de percevoir tout ce qu'il veut... il n'y a pas à l'imposer aux autres ou à en faire une vérité mais tout le monde a le droit de percevoir ce qu'il veut, et si ça lui fait du bien, et bien alléluia, tant mieux ! »

« Les psychiatres, par exemple dans les années 70'ils avaient fait, c'était un congrès européen à Amsterdam... alors c'était un peu la période 68 et tout, ils voulaient un peu libérer... ils ont fait dans ce congrès... ils étaient à une chaîne télévision le soir d'avant... et puis ils ont invité les gens qui avaient des hallucinations, des choses comme ça à venir au congrès... alors il y a des tas de gens qui sont venus... et puis, à l'époque, ils mettaient ça comme un symptôme de la maladie... des psychoses... on hallucine quand on a des psychoses... et puis ils ont été très surpris parce que dans ce congrès les gens sont venus et ils ont témoigné sur leurs expériences... et beaucoup ont dit « mais c'est génial... moi j'ai des voix qui m'accompagnent... tous les jours mais elles me disent des choses gentilles, elles me soutiennent, grâce à elles je vis... enfin tout ça... et ils étaient très frappés parce qu'ils se sont rendus compte que c'est pas une maladie d'halluciner... si j'entends une voix... l'hallucination auditive... si j'entends une voix qui m'encourage qui me fait du bien c'est magnifique... si elle m'incite à me jeter par la fenêtre... alors c'est terrible... donc là évidemment il y a une souffrance qui apparaît aussi... Parce que ça devient dangereux, enfin tout ça... mais par contre il y a beaucoup de gens... on a tous des hallucinations... ça va des petites voix en passant par l'ange gardien, enfin que sais-je... eh ben c'est des choses qui sont là, il faut les légitimer ces choses là. On a eu dans notre culture plutôt tendance à dire, attention l'imagination est dangereuse... »

« Dans l'existence on a des moments de changements forts en lien avec notre existence, un parcours de vie personnel ou que sais-je... ça prend une texture plus forte... mais c'est de la même nature en fait... et là oui c'est important de légitimer ça. »

« Moi je suis citoyen de ce monde d'abord... quand je vais mourir je vais être dans un autre monde mais... là je suis citoyen de ce monde et puis je trouve que les expériences que l'on fait dans ce monde il faut qu'elles appartiennent à ce monde et qu'elles soient ordinaires... »

Premier entretien : H6

« Alors chez moi ça sera... je peux faire des liens avec mon passé... comme je vous ai dit tout à l'heure, j'étais serrurier... il y a toute une symbolique que j'ai pu associer, m'approprier en lien avec des clés, des serrures, des passages... c'est un peu l'image qui me vient... j'aimais beaucoup... je pratiquais la force et... bon ça correspond peut-être à la prochaine séance... il y a des liens avec mon parcours de vie... en fait j'ai beaucoup voyagé en Inde, j'étais resté 9 mois là bas, à... à aller voir les forgerons dans les villages... voir comment ils forgeaient, comment ils travaillaient, je prenais un vélo, j'avais pendant 2 mois j'avais voyagé en vélo là-bas... alors par rapport à l'hypnose, comment je suis passé à infirmier à un moment donné... en fait il faudrait presque que je vous parle comment mon image s'est construite... c'est en lien avec mon évolution, mon cheminement de vie... »

« Alors d'avoir été... je vous ai parlé du Rwanda... le Rwanda joue un grand rôle pour moi, vers 10 ans je suis allé au Rwanda avec mes parents... ça fait déjà un moment, j'ai 58 ans... et puis... au Rwanda déjà... on a plongé dans une culture très particulière... c'était avant le génocide et toutes ces choses là mais on sentait qu'il y avait déjà des tensions... mais en même temps, il y avait... enfant, moi j'étais avec des enfants... et puis j'avais un monstre plaisir... et puis je voyais les... j'ai pu profiter et me fondre... ben avec ces enfants, ben jouer avec eux, être avec eux, avoir des moments de plaisir, et puis des disputes... la vie quoi... la vie courante... et puis je suis revenu en Suisse... et puis là en Suisse ça a été assez difficile... »

« (...) je me suis retrouvé adolescent et puis j'ai fait la formation de serrurier constructeur, j'avais un patron qui m'a appris la forge... je forgeais beaucoup et j'aimais bien ça... et c'est là que je suis parti en Inde à 20 ans... j'ai fait ce voyage... et puis après en ayant terminé cette formation, ce long voyage... je m'intéressais aussi à tout ce qui était du domaine du soin... et je me suis intéressé, en étant serrurier, à... à transformer les machines agricoles en travaillant chez des agriculteurs... et... ça m'a permis d'une certaine manière de connaître différent mode cultural en lien avec la bio-dynamie, l'agriculture biologique... tous ces courants là... il y a quand même une trentaine d'années de ça, donc ça fait un moment... c'était les débuts aussi, où il y avait des courants assez forts... donc je me suis intéressé au soin, je me suis intéressé à l'aromathérapie et toutes ces approches là, j'ai distillé de plantes pour faire des essences de plantes... (...) »

Ensuite voulait faire conducteur de locomotive mais avait une vision trop large, les CFF avait besoin de personnes ayant une vision restreinte.

J'habitais Monthey et j'entendais parler de la formation d'infirmier en psychiatrie. S'y est mis, alors que pas bon à l'école, savait pas ce qu'était une cellule.

Bonvin qui est chef leur parle beaucoup d'hypnose, se forme à la fondation Link, au début... c'était 2002...

Je relève qu'était précurseur... biodynamie, hypnose...

Il dit qu'il peut faire le lien avec sa mère qui était un peu sorcière, guérisseuse avec d'assez bon résultats... parlait/voyait les corps astral etc. Dit que lui a toujours été assez pragmatique et qu'il n'est pas rentré dans ce schéma là.

L'école en psychiatrie validait qqch de plus théorique et pratique reconnu par le monde médical, sinon se sentait trop en marge.

Un fois formé on lui a proposé de faire de l'hypnose avec les patients, d'animer un groupe d'autohypnose à Malévoz (hôpital psy) pour le personnel... après à proposer des formations d'autohypnose tout public avec IRHYS, ça marchait bien, avait du plaisir... à un moment donné se rend compte que de travailler à l'hôpital ne lui allait plus trop. S'installe comme infirmier indépendant et pratique l'hypnose... utilise dans les ¾ du temps le processus hypnotique, même sans que les patients s'en rendent compte... pratique l'hypnose conversationnelle mais sinon le dit assez clairement d'ailleurs c'est sur sa plaquette à l'entrée...

« Alors l'image... moi je me vois avec un trousseau de clés... j'ai un gros trousseau de clés... et puis des fois je dois les forger ces clés... des fois je dois les... en fonction des portes, des serrures, des seuils à passer... accompagner les gens... essayer de trouver des moyens pour passer des étapes... je dirai ça comme image, c'est la que je me... alors je suis pas très visuel... quand j'ai les yeux fermés, je me vois pas énormément d'images, mais je suis beaucoup plus cénesthésique... c'est peut-être là que je peux sentir quand je suis en transe, quand les autres sont en transes... je perçois dans le corps... j'identifie cet état de transe... et puis là je me rends compte je peux observer, je peux mesurer où est-ce qu'on en est... et comment la personne tout à coup elle entre dans le processus, et elle avance, elle passe des caps, des seuils... elle construit son monde... donc l'idée c'est d'être un accompagnateur... des fois on peut montrer, diriger... j'aime pas diriger...non je dirai plutôt accompagner, indiquer, peut-être observer à droite, à gauche, c'est comment devant, derrière au dessus... et (...) un voyage intérieur... (vous la guidez et elle vous donne des retours... ça c'est quand même bien spécifique à IRHYS ou bien ?) à IRHYS mais moi je vois... j'ai fait des formations en France aussi, chez Patrick Bellet à Vaison la Romaine, à la confédération d'hypnose à Paris... avec des gens comme Gaston Brosseau qui est québécois, je suis aussi allé avec des groupes du CHU de Rennes... je retrouve beaucoup de point communs, de fonctionnement... (à propos du voyage et d'échanger...) je trouve ce lien avec Erickson quand même... peut-être que il y a d'autres courants... qui s'associent à Erickson... c'est vrai qu'on entend beaucoup parler de thérapie ericksonnienne... hypnose ericksonnienne... c'est difficile de calquer un fonctionnement à Erickson, parce que quand on le voit, on voit des vidéos... on voit que c'est... il a pas un cadre de référence qu'il suit... il marche au feeling, il marche avec son vécu, ses expériences, ses liens... quand on lit son autobiographie c'est ça... c'est son monde... et puis il le partage... »

Pour Marlyse Schweizer ils sont peu nombreux les hypnothérapeutes qui échangent pendant la transe... mais H6... dit l'avoir retrouvé en France quand même... « (...) le travail avec le portrait chinois... votre perception... si c'était un véhicule, si c'était un nuage... si c'était cette tristesse ou ce plaisir, ou cette expérience... vous pouvez faire des liens avec des images... alors bon, moi j'utilise des cartes... j'utilise des contes, j'utilise... bon j'ai plein de livres pour les enfants que j'utilise... j'ai des livres de cuisine... des choses qui nous emmènent dans le processus hypnotique, c'est pour les enfants mais en même temps c'est pour les enfants (me montre des livres...) voilà... des images... des sensations... »

Vous pratiquez comment avec ces livres, ces cartes ?

« Alors... moi j'essaie de sentir un petit peu... déjà en discutant avec la personne... en définissant son besoin, son fonctionnement... et puis on va... elle va me donner une image de son monde... et moi je vais essayer de vibrer un peu à la même fréquence... et puis de l'accompagner vers... observer... si elle est bien à cette fréquence... et ben elle le constate et puis elle se sent bien et puis elle me dit « bon ben ça va, on a fini la relation, je me sens bien, je suis bien à ma place... » mais si elle se sent en difficulté, pour x raison... soit elle est en train de se séparer ou elle est dans un burn out ou il y a qqch qui doit changer... à ce moment là on essaye de percevoir, de changer... c'est comment si on dessine un monde... vous êtes en burn out... mais ça pourrait

être comment avec... qui peut vous accompagner pour changer... je fais des propositions... on est dans les trances conversationnelles beaucoup... alors il y a des moments où j'utilise beaucoup les jeux « Dixit » vous connaissez ? (J'en ai un) (...) alors... c'est vrai... il y a plusieurs temps dans la transe... il y a des fois où c'est plus conversationnel... et puis après on partira plus dans le monde personnel... et je proposerai à la personne d'être bien les yeux fermés, et puis d'aller voir un peu ce qui se passe là... « ah oui c'est comme ci... ah ben... je me trouve dans un puits, je me vois chuter... c'est anxiogène, je suis mal... observez... et à un moment donné à force de chuter dans ce noir... bon d'après les lois de la gravité, il y a un moment donné on chute à une certaine vitesse... peut-être pas plus, peut-être pas moins... mais peut-être qu'on peut, si on tire, d'un côté ou de l'autre on peut changer un petit peu de position... un peu comme Alice au pays des merveilles... comment est-ce qu'elle se déplace ? Comment est-ce qu'elle vole, survole ? Et puis... tout d'un coup la personne se dit « mais tiens... je vois que je peux m'approcher de la paroi et puis... c'est pas dangereux, c'est même sûre... et puis sa chute se ralentit... et puis qu'elle peut s'attraper à la paroi, passer dans un autre monde... »

il y a qqch de très dynamique... (...) elle a les yeux fermés, on voit bouger... ça vit, ça bouge... il y a le ventre qui est là, qui respire... moi je fais beaucoup références à Teresa Robles... je sais pas si vous avez... (un petit peu mais vous êtes pas le premier à m'en parler)... je pense... c'est vrai qu'avec IRHYS on parle beaucoup de Teresa Robles... on l'a invitée à plusieurs reprises... un peu chamane, mexicaine... elle fait quand même beaucoup de liens... je l'ai vue en France aussi, à Paris, à St-Malo où elle fait beaucoup de référence à la culture chamanique de son pays... mais qu'elle associe très bien à toute la théorie analytique et psychologique... enfin psychanalytique... elle fait les liens... j'aime bien... elle travaille beaucoup avec le corps, les perceptions du corps et comment le ventre respire et transforme... (...) »

« Moi je fais une différence entre kinesthésique et cénesthésique... kinesthésique c'est déjà plus le mouvement... cénesthésique c'est vraiment... c'est beaucoup plus les sens... la digestion... le système digestif qui commencent à travailler... il y a les mains... comme s'il y avait des fourmillements, des sensations particulières, certains élans... il peut... l'humeur peut aussi rentrer en ligne de compte... je me sens joyeux, plus triste... j'observe ces différentes étapes... et puis je pose les questions... je demande aux gens comment est-ce qu'ils sont, l'humeur et tout... et puis ils me disent... et puis des fois ça correspond bien à ce que je perçois... c'est un peu ça... c'est une sorte d'observation par le ressenti ou le vécu... c'est peut-être là que je rejoins le fonctionnement de ma mère, qui elle est dans ce ressenti aussi que j'ai toujours mis de côté en disant « ah... moi je veux du concret... » (rires) oui... »

L'image du serrurier elle vous apparaît en transe

« Non c'est si je fais un peu le bilan de mon cheminement de vie... comme ça que je fais les liens (...) et c'est une métaphore qui me cause bien, avec laquelle je me sens à l'aise... »

« Je fais beaucoup de méditation à côté... alors je crois que ça, ça, m'aide aussi... dans mon cheminement... par rapport à la sensibilité peut-être je peux dire... »

« J'ai travaillé 17 ans à Malévoz en psychiatries, dans des situations souvent difficiles, avec beaucoup de violence, de délires, d'hallucinations, de mondes qui explosent dans tous les sens... et puis on doit contenir, accompagner... essayer de remettre... vous savez, je pense à la soudure... remettre tous les morceaux ensemble parce que la personne elle est complètement explosée... vous connaissez les packs... vous avez déjà entendu parler des enveloppements froids... c'est un soin que j'ai beaucoup aimé pratiquer... il y a la personne qui se met à nu ou en sous-vêtements suivant comment, et en fait on prend les draps qu'on a mouillés, essorés, et mis au congélateurs... et la personne devant un paravent se dévêt... et puis elle vient on la couche sur un lit et puis on l'enveloppe... c'est comme une momie en fait... et il y a juste le visage qui sort... et puis on met des couvertures, duvet, tout ça... et puis on reste souvent un homme, une femme infirmier, médecin ou le contraire... et on reste ¾ d'heures avec la personne... et on l'accompagne à ressentir le corps... alors on peut toucher, appuyer sur les draps, pour ressentir... parce que les gens souvent sont explosés... ils ne perçoivent plus leur corps... quand j'avais suivi la formation aux packs... le médecin qui présentait c'était un artiste... il faisait beaucoup de peinture et puis il avait travaillé avec un patient, qui était aussi artiste-peintre... et en décompensation, cet artiste peintre, faisait des corps mais complètement éclaté, un bras ici, la tête là, un pied là, éclaté, les organes, tout ça... des têtes pas possibles... et il avait accepté de suivre une... ce soin de pack... c'est par série de 5, 10, 20 des fois 50 packs... et on a vu toute l'évolution des packs où on voyait qu'il faisait des portraits de gens... et petit à petit ça se reconstruisait... c'était assez intéressant par rapport à l'image, quand vous parlez d'image... comment la personne s'est construite... reconstruite... et s'est sentie beaucoup plus en sécurité aussi comme ça... donc... j'aime bien parce que je peux faire des liens avec l'hypnose... quand la personne elle est dans cet état là... c'est un choc thermique... il y a une réaction thermique qui se passe au niveau du corps... et le corps, très rapidement se met à chauffer et puis à se détendre... et puis à la fin la personne elle dort presque... et donc... je peux faire le lien avec l'hypnose... l'accompagnement... parce que ça dure ¾ d'heure à peu près comme soin, c'est important comme accompagnement... »

C'est quoi le lien que vous faites avec l'hypnose ?

« Alors c'est déjà le vécu corporel, c'est cette réassociation de toutes les parties du corps... et puis c'est faire des liens avec des souvenirs... peut-être de manière métaphorique... ou de manière... du vécu, des traumatismes, des souffrances... faire des liens, observer quel organe réagit à ce moment là ou quel tremblement se met en place à ce moment là et comment on peut le calmer, l'apaiser... une sorte de... de réappropriation des sensations et des perceptions du corps... »

Parce que ces associations vous les faisiez pendant les packs ?

« Oui oui... suivant la capacité à élaborer du patient, de la patiente... il y a des patients qui parlent uniquement de leur corps et qui vont rester cantonné au corps et... mais plus les packs avançaient, plus c'était élaboré, plus c'était métaphorique et imagé... donc pour moi, ça allait bien dans le processus hypnotique... c'est tous des chemins qui m'ont conduit à la pratique de l'hypnose... »

Vous dites plus ça allait plus c'était imagé, métaphorique pendant les packs ?

« C'est à dire que la personne faisait des liens imagés, des associations d'idées, des histoires, des rappels, des liens... »

Donc pour vous, quand c'est imagé...

« Alors moi j'aime bien quand les patients... les patients parlent de... fin... je suis attentif à leur sens prépondérant je vais dire... on évolue avec plusieurs sens... mais il y a des gens qui sont plus visuels, plus cénesthésiques, plus olfactifs... ou auditifs... VACOG... alors intéressant d'essayer de percevoir le sens avec lequel ils fonctionnent le plus... souvent on en a deux ou trois... »

Je relève que la métaphore, le symbole n'est pas forcément visuel « tout à fait »

Pour moi le symbole, c'est une image, une odeur ou un son qui va tout à coup cristallisé une réalité complexe... c'est ce son, cette image, cette odeur, cette sensation qui va tout à coup faire un lien...

« Absolument... un peu comme la clé... c'est la clé... toc on ouvre une porte et puis ça ouvre sur un autre monde... et comment cette personne construit ce monde... »

Et quelque part mon sujet... ce qui m'intéresse... le point, c'est ce moment, c'est ce lien, c'est ce symbole qui tout à coup met en lien... qui résonne...

« ... qui résonne et qui ouvre une porte, qui permet à la personne de s'adapter ou de trouver une position plus confortable... »

Et tout à coup ça apparaît...

« ... Il y a qqch qui se met en place... ouais »

Soit c une image, soit c un son, soit... qui fait le lien peut-être avec un souvenir... c'est sur un moment comme ça que peut-être j'aurais aimé vous entendre, si vous avez vécu un moment comme ça, personnellement... et plutôt en transe hypnotique... ou lors d'un événement ou un rêve...

« Personnellement ? alors j'ai des rêves qui sont majeurs pour moi et qui m'ont fait avancer, qui m'ont fait bouger, qui m'ont fait changer... j'ai des rêves... c'est ça qui vous intéresse ? (rires) ça c'est plus personnel (oui c'est plus personnel...) »

« Il y a une image par exemple, qui me vient maintenant, d'un rêve que j'ai vécu... je me retrouve dans un endroit, j'ai 20 et quelques années... je dors sur un tout petit matelas très fin... et je suis dans la maison de mes parents... j'avais voyagé, j'étais revenu, je passais quelques jours chez eux, j'allais repartir... et puis tout à coup au milieu de la nuit (...) et je marche dans l'eau, dans une rivière... et tout à coup je vois des serpents dans la rivière qui viennent... et puis ces serpents, petit à petit commencent à me monter le long des jambes, et il y en a un qui vient tout près la vers moi... et à ce moment là je suis sur le dos,, je le sais par rapport à après ce qui s'est passé... je suis sur le dos et je me mets à me cambrer... et je me frappe le sacrum sur le sol... ça a fait tellement de bruit que ma mère m'a dit... « Mais qu'est-ce qui s'est passé ? A un moment donné ça m'a réveillé, il y a eu un bruit... » et ça a tellement résonné... et ça pour moi c'est un rêve qui a du sens... je sais pas si c'est un rêve initiatique ou... on peut mettre ce qu'on veut dessus... c'est un rêve qui m'a bien causé... et en fait le choc, je trouve que c'est intéressant parce que ça m'a fait en même temps prendre conscience... j'ai eu peur, j'ai voulu me retirer... mais en même temps il y avait rien de... il y avait rien de menaçant...

j'avais l'impression que je pouvais l'écouter ce serpent et puis qu'il avait qqch à me dire... (...) après coup... ça c'est pour moi c'est un rêve qui est assez fondateur de ce changement... bon après métaphoriquement on peut faire des liens avec la Kundalini... dans on se tape le sacrum de cette manière là, qu'est-ce que ça veut dire, ça réveille qqch... en tous cas moi ça m'a réveillé, au sens... (...) ça a été un tournant aussi dans ma propre place dans la société... je pense que c'est un rêve qui a du sens pour moi... ouais... »

Vous y avez mis du sens ou pas ?

« oui j'y ai mis du sens... je pouvais faire confiance... dans la vie... et aller de l'avant... et être attentif à ce que me propose la nature d'une certaine manière... sous forme de serpent mais.. sous forme... ben l'aromathérapie, les massages... je pratique les massages, je fais de la réflexologie, je pratique... je mets des aiguilles dans les oreilles aussi, la technique NADA ? Je sais pas si vous connaissez (un peu oui) Je pratique assez régulièrement... surtout pour les patients dépendants... alors pour moi ça a toujours été tous ces outils que j'ai acquis jusqu'à maintenant... alors je le vois encore ce rêve, il est très présent pour moi... alors il y a d'autres rêves après qui ont continués... qui ont construits... qui ont continué de construire... »

C'est un rêve qui vous a dit...

« Prends confiance et puis avance... »

Vous arrivez à dire qu'est ce qui vous a fait vous dire ça ?

« Moi c'est le serpent qui me cause... moi je vois plutôt un souffle, ouaf... comme ça.. tu y vas... c'est très hypnotique... on est complètement là dedans... »

Justement ce type d'expérience, vous l'avez vécu en séance d'hypnose ? Pour vous même... Là c'est un rêve...

« Oui alors je peux dire... après... voyez ça fait... ça fait combien maintenant... ça fait 25 ans que je fais de la méditation aussi... je... me demande par rapport à ça... »

Me demande d'arrêter l'enregistrement...

« Je pratique la méditation, ça fait 25 ans, j'ai un maître de méditation... et j'ai toujours fais attention, en fait, de dissocier... tout en sachant que tout est associer... dissocier... vous savez quand même que il y a une crainte par rapport à l'hypnose de la manipulation et puis aussi... de prosélytisme... je fais attention, parce que pour moi c'est important de respecter le monde du patient, et puis je ne vais pas lui parler de méditation... si on me pose la question... quand je présente l'autohypnose, j'utilise un powerpoint... Je sais pas si vous l'avez vu... je peux vous montrer... ça a été fait par Raphaël Bonvin, un des frères d'Eric Bonvin, qui est médecin et qui a fait une série de présentation power point... et puis dans le processus de transe... vous avez toutes les différentes techniques... il y a le chamanisme, la sophrologie, le training autogène, l'hypnose, la méditation, qui provoque un état modifié de conscience... des fois j'évoque l'idée d'un « état modifié de confiance » aussi... (...) c'est un état modifié de confiance oui... parce que je lâche un peu d'une certaine manière... je suis plus dans la maîtrise là, c'est ça que j'aime bien... donc la méditation... j'ai vécu plusieurs expériences en lien avec la méditation, à proximité de mon maître... qui ont été des rêves ou des expériences assez marquantes aussi... marquant des étapes... peut-être aussi développant cette sensibilité... et puis cette confiance aussi en moi... je me dis bon, 58 ans, j'ai plus trop à... je peux être qui je suis quoi, j'ai pas trop peur... bientôt à la retraite... mais voyez, j'ai toujours été un peu quand même un peu en marge de la société, de part mon fonctionnement, mes idées, tout ça bizarre... comment être reconnu, ou comment être validé ? (je connais bien, je comprends bien...) alors... c'est vrai que maintenant la société 'ouvre de plus en plus à la méditation, la pleine conscience... on parle beaucoup de heartfulness dans le mouvement que je suis... heartfulness... je trouve ça génial... c'est la conscience du cœur... parce que... mais du reste Kabat-Zinn en vient de plus en plus au heartfulness... Kabat-Zinn il est médecin aux Etats-Unis... et c'est lui qui a la reconnaissance... il a mis le terme de « mindfulness » comme protégé... il a demandé d'enregistrer le terme de « mindfulness » en lien avec Kabat-Zinn, donc c'est un terme protégé... et il dit « pleine conscience »... c'est quand même... allons plutôt vers le cœur... c'est pas le mental... la pleine conscience c'est pas le mental... c'est la pleine conscience du corps... de l'âme, des différentes parties... de notre constructions...

ou de notre... (...) et je pense que les patients le ressentent bien aussi... je pense à une patiente très souffrante qui en est à sa 68^e hospitalisation en psychiatrie... des fois au bout de 3 semaines elle se fait ré-hospitaliser... elle ressort... puis il y a très peu de monde avec qui elle se sent à l'aise comme ça... on est... il y a un médecin généraliste... il n'y a pas de psychiatre... il y a une infirmière en psychiatrie et puis il y a moi... et puis une... ah oui et puis il y a une éducatrice qui vient de commencer... avec qui elle se sent à l'aise... cette patiente, elle s'assied là, et puis on reste une heure à discuter de choses et d'autres de la vie... des fois on reste en silence... et puis elle me dit... c'est ici que je me sens le plus au calme... je fais pas grand chose moi... je suis là, je suis calme, je suis avec elle, et puis... on parle... elle m'amène, ah oui elle m'amène le plateau, elle m'amène toujours des cadeaux, elle m'amène toujours des trucs, elle m'amène des bougies... c'est sa reconnaissance... je lui ai demandé de m'amener toujours des choses qu'elle a fait main, car sinon elle a tendance à acheter... »

Les patients sentent qu'il y a une pratique de la méditation...

« (...) de cette attention aussi... simplement je pense que le fait de rester là, d'être attentif, disponible... c'est aussi ça l'hypnose... simplement rester disponible et puis... laisser peut-être du temps, du silence, au cheminement... le cœur c'est qqch... »

Entre méditation et transe hypnotique... « c'est l'objectif qui change... cad que les patients que j'accompagne leur objectif c'est souvent vivre ou survivre la prochaine heure... je pense à cette dame qui fait des tantamen régulièrement... d'autre c'est peut-être retrouver un travail... je pense à un jeune de 20 ans c'est aussi essayer de se construire... je suis qui ? je fais quoi ? alors on va marcher dans la forêt ensemble... ça c'est plutôt la part d'activité avec la nature ou avec les soins à domicile... je ne vais pas seulement à domicile mais je vais dans les magasins, faire des courses avec les patients parce que certains ont des TOC ou de l'agoraphobie, des phobies diverses... Et puis j'ai d'autres patients, des jeunes, je pense à un jeune qui a son chien là et l'autre jour ben on est allé faire le chemin des postiers au-dessus de Vernaya, et puis on a marché une heure, comme ça, à manger des orties, à toucher les plantes, et à trouver peut-être un autre sens que celui de rester à... chez lui enfermer et à souffrir de son angoisse, de son mal être... donc l'objectif il est là... apprendre à gérer déjà ce mal être, et puis trouver un peu de sens ou mettre du sens dans le quotidien par rapport à la méditation ou l'objectif est peut-être plus la fusion avec... avec Dieu... tout en pensant... j'entend des patients schizophrènes me dire qu'ils cherchent la fusion avec Dieu... c'est aussi ça... »

Vous pratiquez l'hypnose avec des patients schizophrènes ?

« oui »

ou qui décompensent ?

« (...) qui décompensent non... stabilisés quand même... mais... alors oui il y a... en fait lors de ma formation à l'hypnose avec le Dr Bonvin... on entendait... lui il réfutait cette idée... on entendait qu'on ne pouvait pas pratiquer l'hypnose avec des patients psychotiques... et puis... moi j'ai fait mon travail de diplôme avec un patient schizophrène... d'origine italienne... et sa maman pour que ce soit le meilleur des fils voulait qu'il devienne boxeur et qu'il soit le meilleur boxeur du monde... et alors... ça lui arrivait d'aller chez son curateur (...) « donne moi de l'argent » « mais non j'ai pas » « bong », il le frappait, il envoyait ses coups de poings (...) et je me souviens qu'on lui avait proposé de faire de l'hypnose à ce patient, de telle manière à pouvoir mettre un temps de recul dans son fonctionnement et que ce ne soit plus l'impulsivité... et l'image qui me revient de ce Monsieur, assez rond... il avait pris assez de traitement donc il avait pris du poids... mais il avait encore de la force... et je le vois « Taïana, on va faire de l'hypno... » ben ouais, on y va... je l'ai filmé... c'était pour le travail... et puis il était sur le fauteuil... « voilà, je suis en hynpo » « c'est bien ? » « Ouais c'est super... » « Ben prend ton temps » « ouais... » il était comme ça et puis ça durait une demi heure... et puis à un moment donné il voyait toute la famille... il y avait toute la famille italienne qui était là et puis il leur préparait les spaghettis pour toute la famille... Il salivait... et pour lui c'était ça que de mettre un temps de réflexion... préparer les spaghettis pour toute la famille... voyez au niveau de la métaphore, au niveau du sens, l'estime de soi, l'estime des autres... sa place il l'avait là... donc on se retrouvait assez régulièrement et puis on allait faire de l'hypno... voyez comment on pouvait construire avec un patient schizophrène qui était halluciné par moment... qui avait des hallucinations, plutôt auditives... qui lui donnait des injonctions... alors lui il disait... « je prends le temps pour aller faire mon plat pour la famille » (Quand il avait les injonctions ?) ouais... il avait construit ça... et je l'ai revu... de temps en temps je le revois parce que bon, il est hospitalisé on se salue... et puis il revient toujours là dessus... c'est une valeur ancrée... »

Elles viennent d'où ces images pour vous ?

« Alors... moi je dirai que c'est une construction... c'est sa construction... en accompagnant on amène un peu des éléments... »

Je précise la différence entre chamanisme, jungiens, hypnose... esprits, inconscient, neuroscience... ou mélangé...

« Si on prends les neurosciences... quand on entend le psychologue de Vevey là... Grivel... parce que je suis intervenant au CAS... ben avec Floriane Udressy, Marlyse Schweizer... et quand on entend Grivel, et puis qu'on voit les scanner du cerveau... ben on voit que les aires visuelles ne sont pas très loin des zones du cerveau qui sont activées... alors est-ce que c'est une stimulation neuronale qui va activer ces souvenirs ? En plus on sait que... on observe que les zones du cerveau qui sont actives lors du processus hypnotique sont en lien avec aussi les zones de la perception de la douleur... donc on travaille là dessus... »

Me parle d'une journaliste qui a été initiée au chamanisme en Sibérie et qui a fait des EEG pendant ses trances qui durent 2h. Le tracé est à la fois similaire à ceux d'un schizophrène, d'un épileptique et d'un dépressif...

« Qui est le précurseur ? C'est les esprits qui nous mettent dans cet état là et qui nous chamboulent les neurotransmetteurs ? Quand je me mets en méditation... Je peux vous raconter une expérience de méditation ? (volontiers) J'écris à mon maître, je lui demande une méditation personnelle... je suis un epu gonflé, il y a 2000 personnes... je lui demande une méditation personnelle, une fois et puis je mets ça dans l'enveloppe... et puis je vais dormir... je dors dans une petite tente, on est dans la nature, je suis dans ma tente tout seul... et puis vers 2-3h du matin, tout à coup j'entends un coup de canon dans ma tête... un coup de canon « bing »... je me retrouve à 4 pattes dans ma tente, en train de haletter... « mais qu'est-ce qui s'est passé ? » Je suis un peu en transe quand même... je ne pratiquais pas encore l'hypnose à ce moment là... je suis dans un état de confiance modifié... et puis... je me trouve vraiment bizarre... je médite tout ça, je passe le reste de la nuit, 4.5.6 et puis à 5h30 on a un temps de méditation... je le vois lui... il passe à côté de la tente... et puis je vais vers lui je lui dis... « vous travaillez la nuit ? » il me dit « quelle heure ? » « 3h » il fait « hen » à l'indienne, il me fait comme ça et puis il part... comment percevoir... comment recevoir... quoi croire... c'est que du vécu, c'est une expérience, c'est bizarre et vers quoi ça m'a mené je sais pas... ça m'a ouvert des portes peut-être... je peux pas dire exactement mais ça m'a peut-être amené à une autre perception... je pense que j'ai vécu une expérience... et je pense en fait que toutes les expériences de la vie sont des seuils ou sont des... des passages... »

« Ce qui m'a intéressé, pourquoi je vous ai répondu... des fois j'aimerais bien avoir des images, plus, quand je suis avec les patients... mais je n'en ai pas forcément... l'image... quand vous m'avez dit « l'image peut-être aussi de ressenti » ça ça me convient... »

Je dis que Jung parlait même de « danser une image » qu'il faudrait pouvoir dessiner ce que les personnes dansent ou bien les sons...

« Alors j'avais animé deux trois fois... avec une prof de chant, un atelier d'autohypnose et voix... et l'objectif que j'avais mis pour cet atelier c'était « fredonner dans sa salle de bain » ça allait c'était pas trop... »

Vous différenciez les objectifs de la méditation et de l'hypnose ?

« Ca me permet quand même... je vois ça un peu comme un garde-fou... on vit dans une société... je suis remboursé par des assurances... et si on associe méditation... bon j'ai marié une française et puis vous savez la peur des sectes c'est quand même très fort... en Suisse nettement moins... je suis beaucoup plus en confiance... c'est pour ça que quand je fais les présentations tout public IRHYS je dis « je pratique la méditation » et puis voilà... en France c'est beaucoup plus difficile... c'est pour ça que je fais attention... il y a quand même une crainte d'être manipulé... et puis avec l'hypnose, vous savez tout l'image de l'hypnose de la manipulation... c'est pour ça qu'on fait beaucoup d'hypnose conversationnelle aussi... parce que les gens se rendent compte que... ils sont dans l'état d'hypnose conversationnelles, ils se retrouvent dans un état très particulier... à la fin ils disent... très fréquemment j'entends « mais je suis dans un état bizarre là »... alors on fait un moment de réappropriation... »

Je parle de Stéphanie Monod, chef de service, article sur Santé et spiritualité... si la spiritualité rallonge l'espérance de vie... on ne peut pas prescrire de la spiritualité mais on peut prescrire par exemple des visualisations, où on s'en remet à plus grand...

Dit qu'il préférerait presque proposer de la heartfulness que de l'hypnose

« (...) je dirai à un moment donné, le corps est juste le véhicule... qui permet à l'âme de faire son chemin... et si l'âme peut rejoindre le créateur, Dieu ou... qu'est-ce qu'on met comme mot là je sais pas... ce tout, ce rien... le plus rapidement possible... et ben allons-y... après je dois prendre soin de ce corps pour qui me mène le plus loin possible, donc je dois me soigner quand même aussi... Et l'hypnose peut être un moyen... je me dis... mais à ce moment là dans notre pratique spirituelle, on a différents outils qu'on utilise... ce qu'on appelle le cleaning... le soir on visualise l'énergie qui passe à travers nous... pas la tête pur pas activer trop le mental... et puis tout le corps, il y a de la fumée qui sort derrière... simplement c'est les impressions de la journée... sans les visualiser... on est dans le processus hypnotique aussi d'une certaine manière... »

« Moi je propose aux patients... j'ai une bougie, je l'allume, je dis « vous observez la partie la plus subtile de la bougie, qui passe à travers vous et qui brûle les impressions de la journée... » et ça marche très très bien... ils disent... « j'ai le mental qui est beaucoup plus calme, je me sens plus apaisé, j'ai pas ces démons qui me viennent la nuit, je dors mieux... » donc d'une certaine manière j'utilise les outils que je pratique dans le cadre de la méditation je les utilise là... mais je dis que c'est de l'hypnose... »

Je dis que dans mes croyances, pour moi les images elle permettent à l'âme de s'exprimer... et nous guider... donc l'hypnose pour moi de ce point de vue peut être conçue comme spirituelle.

« Ca me convient bien... à ouais je me sens tout à fait dans le processus aussi... mais en même temps... en gardant cette notion pragmatique... j'entends notre maître qui nous dit « il y a beaucoup d'inconnues encore et l'être humain, il est vraiment... dans un processus évolutif, et il lui manque beaucoup de donnée... alors on est en recherche et on va et c'est super, je trouve ça génial... mais en même temps il dit « faites attention parce qu'il y a beaucoup de gens qui se définissent comme médiums, mais on ne sait pas à quel niveau ils vont capter l'information... » si on parle d'astralité ou de... ou de monde, d'enveloppe de la terre ou toutes les impressions vont s'enregistrer... il peut y avoir... des zones plus denses que d'autres ou des plus subtiles que des plus denses... et il nous dit « faites attention »... »

Donc pour vous en hypnose, les images on ne sait pas d'où elles viennent... et vous vous faites comment pour faire attention ?

« Alors là je rejoins la spiritualité... si vous voulez... Déjà j'ai un lien avec ce maître... pour moi il est très fort et c'est un peu le... c'est ma chandelle... et puis il nous renvoie beaucoup... on médite beaucoup sur le cœur, on porte notre attention sur le cœur et je me dis « bon ben là il y a quand même qqch... » où est-ce qu'on peut situer la particule divine... je me dis... enfin ce qu'on nous dit et ce qui me semble le plus cohérent c'est que c'est dans le cœur... ce qui donne cette impulsion ce qui donne tout ça... alors je l'associe au cœur... et j'essaye de sentir au niveau du cœur... c'est pour ça que je parle de heartfulness »

Parle d'une intervention chirurgicale sous hypnose, dans anesthésie... l'hypnothérapeute lui disait de se mettre dans sa protection... il se mettait dans sa protection spirituelle... « Qui m'a aidé là ? ma protection spirituelle ? c'est l'hypnose ? »

« Dans ce moment là j'étais complètement dans cette protection, j'étais protégé... Quand je faisais des supervisions avec Bonvin... on les faisait sous hypnose... ben plusieurs fois j'ai eu des images assez nette en lien avec la dynamique que j'avais évoquée... la relation à un patient comme ça... là j'avais des images qui étaient assez... dans ces moment là j'ai des images qui me viennent... »

Et... qui permettent une prise de conscience ?

« (...) prise de conscience... il y a du mouvement... il y a qqch qui se transforme... »

Un exemple ?

« Je vois un félin qui avance... et puis à un moment donné ce félin qui passe près de moi et qui me regarde... je sais pas trop s'il va me sauter au coup ou s'il va partir... un tigre... et puis je le vois partir... en parlant d'un patient schizophrène, extrêmement difficile avec qui je ne pratiquais pas l'hypnose mais j'essayais d'observer quel type de relation je pouvais avoir avec lui... parce que c'était très prenant... beaucoup d'investissement quand même... »

« (...) je pense à une autre image... c'était aussi... c'était une fois dans une formation que j'avais suivie... on appelait ça « lecture psychique »... c'est après que j'ai pu faire des liens avec l'hypnose aussi... mais on est un peu dans cet état là... on était un peu dans un état méditatif... c'était avec un psychiatre... et puis on... on passait un peu tous à la moulinette comment on percevait la personne... et je me rappelle d'avoir eu une image tellement forte... où je voyais un aigle arriver au dessus de son nid et qui prenait son petit et puis qui le serrait dans les pinces, dans les griffes et qui le détruisait... et en fait cette personne est décédée quelques

années après... mais avait énormément de difficulté... j'ai appris par la suite... qu'il avait eu une problématique importante avec sa mère... et puis qu'il avait des gros problèmes digestifs... il ne digérait rien... et c'est ça qui l'a... trouble de la digestion qui l'ont amené à la mort... donc il y a quand même des images des fois qui me viennent voyez et puis qui jouent ce rôle là... »

« Est-ce que vous êtes en transe ? Moi je le suis en tous cas... »

Je dis que je remarque que souvent dans ces entretiens je suis dans cet état de transe légère... parce que, j'ai l'impression, je me mets à ressentir, comme pour ressentir ce qu'on me raconte...

« Avec les patients c'est la même chose... je suis dans cet état de transe... comme maintenant... je le sens bien... le regard qui bouge... mais je peux pas vous dire que j'ai une image... »

Ferdinand Vuilleumier il a écrit « La normose » il pratique aussi ce type de méditation... c'était un des médecins au CHUV qui a mis en place le service « thérapie de la famille », psychiatre à la retraite maintenant...

Pratique le Raja Yoga, c'est le yoga du mental... mais il y a plusieurs courants... Sahjmag, l'association Shri chandra mission SRCN, heartfulness.com

Dans cette pratique, ne parle pas beaucoup du fait qu'il pratique l'hypnose... pour lui c'est deux monde séparé...

Premier entretien : H7

Médecin généraliste depuis 30 ans

Le problème avec le sujet que vous avez pris c'est qu'on ne peut pas les standardiser. D'ailleurs même la recherche en hypnose est extrêmement difficile parce que c'est non « standardisable », on n'a pas de protocoles. C'est pour ça qu'on ne peut pas fournir une réponse aussi... quand on fait une étude là-dessus... on peut pas vraiment faire de la recherche sur de l'hypnose... on peut faire de la recherche fonctionnelle... alors là on peut standardiser les programmes... on peut peut-être faire des IRM chez les méditants, ensuite chez les néo-chamanes, ensuite chez une personne en autohypnose... puis voir s'il y a une différence... c'est le type de recherche qu'ils font maintenant... maintenant sur les ECM... alors il y a des centres de recherches mais qui sont tout de suite taxés d'un peut spéciaux, parce que la recherche fondamentale, scientifique, se base sur des données standardisée... mais après... après 30 ans de médecine, on voit bien que les standards changent... 2-3 critères qui ne sont pas aussi objectifs que ça..

« C'était en fait tout au début de ma formation d'hypnose en 19... j'ai commencé en 1996, 1996 la formation d'hypnose et puis on faisait beaucoup d'exercices IRHYS n'existait pas encore sous cette forme donc c'était un sous group de la société médicale suisse d'hypnose où il y avait justement Bertrand Piccard tout ça... une infirmière dentiste, un dentiste, donc eux étaient formateurs, moi j'étais néophyte... j'avais aussi vaguement fait de l'hypnose avant, dans un secteur de psychiatrie, j'avais travaillé à Cery, on avait fait des exercices d'hypnose mais ça ne m'avait pas spécialement marqué... en fait dans cette formation, il y avait des standards, on les applique encore où on est sensé trouver une safe place, un lieu de sécurité, et moi l'image me parle beaucoup parce que je suis extrêmement visuelle, je suis très visuelles- auditive, je suis cénesthésique mais après... ça veut dire que pour entrer en transe j'utilise beaucoup la vision, si vous voulez soit la vision externe, soit la vision qu'on appellera... intérieure... soit l'audition, essentiellement la vision... donc il y a eu un exercice très particulier justement... on appelle ça le bridge affect... c'est l'exercice du pont vers le passé, il faut donc en fait... à partir de ce moment-là... je ne sais plus comment ils avaient induit cet exercice... il fallait construire un pont... c'était comme si vous voulez vous aviez un pilier que vous construisiez maintenant, et puis ce pilier allait être lié à des piliers du passé, avec des piliers qui remontaient le plus loin possible... on appelle ça en hypnose, une régression en âge et ils appellent ça bridge affect... alors il y a eu bridge affect négative induction.. et bridge affect positive induction... donc la c'était dans le sens d'être safe donc c'était partir d'une situation sécurisée donc tranquille... vous observez le pilier du passé et puis en fait vous observez quel point il y a en lien avec ça... c'était très étrange parce qu'en fait cet exercice c'est superposé à un endroit où j'ai été à un endroit où j'ai été en 91-91 (...) et puis c'était en argentine dans un endroit qui s'appelle le Perito Moreno, qui est endroit absolument magnifique, qui est un glacier qui tombe dans un lac, qu'on appelle le lago argentino, qui est très très bleu... d'un bleu glaciale comme ça... avec des particules dedans... et puis ce lac est bouché en quelque sorte par le glacier. Et puis en fait chaque x années il y a une grosse débâcle parce que le lac monte et puis.. ça casse en fait une partie du glacier... et puis il y a un gros fracas et il y a toutes les eaux qui descendent.. en fin c'est un... c'est qqch d'assez... paraît-il... qui n'existe plus parce qu'il y a le réchauffement climatique donc le glacier n'arrive plus à tout fermer le lac... ce glacier du Perito Moreno est vraiment très grand très beau... puis pour y aller on est obligé de se mettre dans un ECM parce que c'est tellement long que... c'est insupportable.. il faut des heures d'avion, après il faut des heures de routes... c'est très monotone parce que le paysage disons est d'abord extrêmement monotone... voyez c'est très plat... c'est un paysage très pampa argentine... et puis finalement vous arrivez vers les andes... et puis finalement vous arrivez vers ce glacier... donc c'est assez loin... donc pour moi c'était un endroit très safe... même si c'est pas safe au sens qu'on imagine parce que c'est un glacier, il fait froid, c'est pas forcément confortable, c'est un long voyage, c'est un endroit extrêmement sauvage aussi enfin il y a rien à part le glacier... la pampa... Voilà ça c'était mon endroit de sécurité et en fait ce pont traversait le lac dans mon état de transe.. donc voilà c'était ma première image... ça m'a vraiment marqué... c'était un pont très moderne en plus... assez design comme ça... voilà ça c'était... donc on faisait un exercice là-dessus... puis on se promenait sur le pont pour quelque part remonter vers le passé, revenir vers le présent... puis observer les choses qui étaient confortables puisque c'était un exercice de régression en âge... avec des ponts affectifs on appelle ça... positive affective induction... et voilà... ma première expérience d'image frappante... elle m'a poursuivi pas mal d'années pour différentes raisons... pour différentes raisons... et je l'ai utilisé aussi avec des patients... ouais avec des effets assez particuliers... maintenant je n'ai plus de tout cette image... je peux me retrouver au Perito Moreno.. très régulièrement, j'aime beaucoup aller là bas en état d'autohypnose... mais il n'y a plus de pont... je ne pourrais pas vous dire quand il a disparu ce pont... je pourrais pas vous dire dans le temps... combien de temps... ça fait déjà un moment qu'il n'y est plus... je pense à peu près une quinzaine d'année.. parce que ça va faire 15 ans que je suis installée ici... (...) mais c'était intéressant... c'était aussi cet aspect extrêmement moderne, ça influençait dans ma vie parce que je me suis achetée plein de livres et de cartes sur les ponts... »

« (la matérialisation) c'est très important chez moi (...) ouais il y a un lien dans tout ça en hypnose... très fréquemment, et souvent je l'utilise soit moi-même, soit je le conseille au patient... là l'autre jour il y avait justement une jeune fille qui avait visualisé une balle... c'était quoi déjà son truc... ah oui c'était chou... elle avait des souci pour ses examens évidemment... et là elle voulait être en contact avec ce qu'elle a nommé l'esprit du travail... (...) alors je lui ai demandé en autohypnose d'aller observer et puis

c'est qq d'aussi très visuel donc ça a été très visualisable.. elle a vu une sorte de boule quoi.. alors après on demande vraiment, soit après l'induction, soit pendant la transe si.. si la personne peut caractériser cette vision, cad un peu plus la matérialiser... pas juste que ce soit un peu flou... il faut vraiment donner des couleurs, la taille, la texture, après on rentre dans la sensation... donc elle a visualisé ça, un peu plus matérialiser... et après je lui ai dit, ben voilà vous allez... comme ce n'était pas un éléphant quoi qu'un éléphant elle aurait pu trouver ça sous la taille d'un objet... mais je veux dire.. j'ai dit vous allez chercher ça quelque part.. vous allez trouvez ça ça va vous aider à mieux travailler en classe, à être plus... je lui ai même dit je pense que pendant les examens vous avez le droit d'amener ça aussi, c'est une sorte de balle comme ça... après c'est plus palpable. C'est immédiatement... donc je pense l'image d'un pont ou le fait de traverser un pont, d'être sur un pont, de voir un pont... ça ça rend vivant votre image, ça l'incarne voilà... et puis le pont c'est intéressant.. j'aime bien les ponts parce que ça relie... »

Est-ce que c'est associé à une prise de conscience ?

« Pas du tout non... j'ai... j'ai trouvé ça très joli.. moi j'étais dans un flou total en 95-96.. en général c'est comme ça.. c'est un peu mais qu'est-ce que je fais là... c'est un peu mon style... J'ai un peu un mode d'apprentissage à l'envers... je me jette d'abord au milieu de l'océan... puis je me dis, je fais quoi là et puis après je me dit ah ben ouais ce serait peut-être intéressant d'atteindre une île... mais je fais pas non plus des trucs à risque... »

« (...) la compréhension plus profonde de cet apprentissage se fait pas forcément tout de suite.. je dirai même des années plus tard, peut-être même maintenant quand je vous en parle, je me dis ah ben ouais tiens ce pont c'est intéressant... qu'est-ce que j'ai fait avec ce pont... et puis ce pont c'était un peu bizarre, c'était un peu un truc très moderne... au milieu d'un paysage très sauvage... moi qui suis un peu écolo sur les bord c'était un peu tout raté quoi... c'est intéressant comment j'intègre qu'est-ce que ça fait dans ma vie... »

Vous mettez du sens après ?

« Après il y a eu du sens dans d'autres circonstances de ma vie disons... alors je sais pas si c'est plutôt le sujet de la 2^e édition mais je veux dire il y eu des circonstances dans ma vie personnelle avec cette image de pont... »

« En fait moi j'avais des souci de vie personnelle avec un mari qui était extrêmement malade et puis qui a choisi en 1999 de se suicider... depuis un pont... donc ça a eu beaucoup d'impact sur mes états... de transe... parce que quand il y a des événements aussi violents vous êtes obligés d'être dans un état de transe pour survivre... donc les ECM sont là pour vous aider à survivre... vous détacher de ça... pour essayer de trouver un moyen de fuite ou un moyen de vous en tirer malgré tout.. ça c'est qqch... fin je sais pas si mes collègues vous en ont parlé... mais c'est qqch de physiologique... ça veut dire c'est qqch d'animal qq part... un animal se met en animal de transe pour survivre... une gazelle va faire le mort ou fuir très très vite comme elle n'a jamais couru pour échapper au lion... mais elle peut simuler l'état de mort avec l'odeur de mort pour éloigner le lion qui n'a pas tellement envie de manger du pas frais... donc c'est des états de transe si vous voulez animal... ça vous pouvez trouver dans la littérature de recherche justement... ça concerne l'amygdale, au plus profond de votre cerveau... l'être humain on est aussi en lien avec ça... on a un peu oublié qu'on est en lien avec ça... et... c'est pas anthropomorphe mais c'est vraiment une réalité qui existe beaucoup dans tous les chocs que les gens ont... d'où l'émergence de toutes ces thérapies de syndrome de stress post-traumatique.. il y a 15'000 thérapies qui se font je veux dire... mais disons le phénomène de qqch de très violent.. implique un état de transe aux gens qui subissent ça... avec des fois des effets où ces états de transe sont salvateurs sur le moments mais s'ils persistent... par exemple faire le mort à long terme ... voilà... vous devenez malade.. vous voyez ce que je veux dire... et puis du moment qu'on.. en tous cas que moi... j'avis déjà une pratique d'hypnose... »

« (...) je suis aussi quelqu'un qui a toujours été très croyante mais pas... alors pas du tout.. plutôt mystique... pas tellement les églises et les trucs comme ça ça me barbe... ça doit être génétique... Ça doit être ma lignée féminine... mais plutôt mystique... donc ces deux choses un peu superposées... toute la part mystique de l'individu est aussi un état de transe, un ECM, où il peut aussi il y avoir des images.. je veux dire... Sainte Thérèse d'Avila et compagnie.. donc ça c'est un peu superposé et l'apprentissage de l'hypnose que je faisais déjà depuis qq années.. et que j'adorais.. j'ai vraiment adoré ça... j'ai tout de suite pratiqué avec des patients... j'ai fait toute sorte de chose avec des effets plus ou moins positifs... disons dans ma pratique avec mes patients.. mais dans ma pratique de stage, de we, avec toute sorte de gens plus ou moins frappadingue... parce qu'il y avait beaucoup d'américains qui venaient.. et puis les américains ils font des fois des choses un peu curieuses... donc si vous voulez la superposition de ça.. m'a aidé à passer cet instant le mieux possible et à gérer les choses le mieux possible autour de moi.. et c'était assez étonnant.. je pense que les histoires du pont... c'était quand même assez... ça aurait pu être inquiétant même... mais en fait ça allait... ça faisait partie de ma manière de percevoir le monde.. mais est-ce que ça c'est arrêté là, peut-être après 2 ans... je pense après j'ai plus eu tellement cette image du pont, maintenant j'y réfléchis... à mon avis puisque je me suis installé là en 2000 et puis je vous ai dit c'est à peu près là que je n'ai plus eu cette image... »

Dis qu'elle aime bien essayer les choses à fond, s'impliquer dans les stages, mais avec des limites, ne prendrait jamais l'ayawaska

Depuis le suicide de son mari d'un pont, il n'y a plus le pont dans sa sage place et même lorsqu'elle enseigne à IRHYS ne fait plus vraiment l'exercice du bridge affect ou différemment

Quels liens faites-vous avec le côté mystique, inquiétant ? Peut-être que je reformule mal...

« Ça pourrait être inquiétant... je vais vous dire peut-être une autre expérience qui m'a... c'est pas que ça m'a inquiété mais c'est... les jungiens appellent ça, c'est « numineux » c'est « haaa »... je veux dire il se passe un truc qui nous dépasse drôlement, qui est proche de qqch de magnifique puis en même temps de... de terrible, donc c'est... c'est comme hier... là je digresse, j'ai une de mes filles qui avaient invités un de ses correspondants, à venir, il vient de Singapour, il parle anglais, puis je parle plus très bien anglais... puis à un moment dont je dis « it's terrific » puis moi je pensais à terrifiant puis pour eux terrific, le mot anglais c'est génial... et je me dis ah tiens, j'avais jamais pensé que... terrifiant, terrific... c'est ça le numineux, à la fois c'est magnifique et à la fois c'est inquiétant... je sais pas comment dire, c'est numineux quoi... ouais c'est plutôt ça dont je parle, alors ça peut donner deux élan... soit on devient fou, on peut devenir... si on a vraiment un problème psychique c'est tellement angoissant que c'est... c'est à risque.. soit on a une poussée égotique... on se dit wouah je suis l'incarnation d'une divinité sur terre et on devient un peu « gourroutique » qu'est-ce qu'il y aurait d'autres comme autres possibilités, soit on rejette, soit on se dit bon c'était juste un passage, c'est fini, quoi, voilà... soit on intègre... on intègre, on se dit c'est une partie de ma vie, qu'est-ce que j'en fais ? en quoi c'est utile maintenant, là ? donc moi j'ai choisi la 4^e solutions... donc j'ai choisi de ne pas devenir folle, dénier ça je peux pas, je me dis

non... C'est une expérience de vie... le truc « gourroutique », je ne dis pas qu'il y avait pas de moments où je me disais « wouais... » parce qu moi je suis très enthousiaste... je détiens plein de solutions à plein de problèmes, je suis sûre que j'ai raison... c'est pas « gourroutique » mais c'est plutôt un peu orgueilleux... ça ça m'est vite passé grâce à mes patients justement parce que à force de me montrer que... je suis devenue un peu plus modeste... alors je suis toujours aussi enthousiaste, mais la ménopause aidant... mettons notre énergie de manière un peu plus pondérée... par contre l'intégration dans ma vie ça ça me paraît essentiel... »

« Je vous donne un autre exemple, pour vous expliquer l'histoire du numineux... il y avait eu (...) nos chers amis qui avaient invité un gars qui s'appelle Bradford Ki (?) je sais pas si vous connaissez, lui il a fait beaucoup d'hypnose, il est psychologue mais il a aussi fait beaucoup de chamanisme et puis il est reconnu comme chamane machin chose dans différentes ethnies je sais pas où... Pis moi à l'époque complètement ignare... donc ça devait en 97... j'étais encore très... naïve comme ça... bon je suis de 1960 donc vous diriez quand même j'aurais... dans certains secteurs j'étais très naïve... puis ce gaillard très américain est arrivé... très très américain avec cette espèce d'aura américaine... alors oui je viens vous parler... alors ceux qui l'avaient invités l'avaient trouvé génial dans un congrès... donc on était un we avec ce Bradford qui... qui nous parlait des ECM et d'autohypnose dans les populations chamaniques... des bushmen notamment.. puis les.. je sais plus quel japonais... de toutes façons j'aimais l'hypnose donc je prenais tout les trucs qui me venaient, je me plongeais là-dedans avec délice... et puis là... moi j'ai dû vraiment m'accrocher parce qu'il parlait américain donc je comprenais pas tout... j'ai dû m'accrocher... parce que j'étais assez bon élève... j'essayais d'être bonne élève comme ça désespérément... et puis en fait je comprenais un mot sur deux... puis un moment donné je me suis dit bon je lâche... j'arrête de comprendre... parce que 'il avait l'air d'avoir au 1^{er} rang des tas de très bon élèves qui avaient l'air de comprendre beaucoup mieux que moi.. puis ben voilà n'étant pas formidablement gauche, je me suis dit bon je vais me laisser aller dans mon cerveau droit et puis il y aura bien qqch que je comprends... alors à un moment donné il dit alors je vais vous passer une cérémonie des bushmen et tout ce que je comprends c'est que ils dansent, ils dansent, ils dansent, il y a un sorte de rythme soutenu... et puis à un moment donné, le guérisseur ou le chamane.. fin le guérisseur en fait entre en transe et puis s'allonge... c'est comme s'il devenait très grand et puis sa tête va au-dessus des nuages et il va recevoir la réponse des ancêtres... après j'ai compris que c'était qqch voilà de... une technique chamannique de contact avec les mondes multiples, les esprits tout ça... mais là je comprenais rien du tout... je me disais mais qu'est-ce que je fous là ??.. mais je trouvais ça très intéressant... le problème c'est que quand vous regardez un film comme ça, si vous aimez l'hypnose ben vous entrez en transe... surtout que je ne comprenais pas grand-chose.. donc c'était une manière qu'on a quand on est élève hein... je dis souvent à des jeunes qui viennent ici... ils se mettent facilement en transe quand ils comprennent rien, quand c'est ennuyeux, quand ils sont très cerveau droit... ben ils se mettent dans un ECM qui les fait un peu flotter... être quand même là... mais pû on leur dit mais t'es dans la lune, il faut te concentrer.. donc moi je suis assez comme ça, donc je devais être dans cet état-là.. et puis après.. c'était assez drôle... je me suis dit ouais bon voilà... mais j'avais pas tellement d'état critique donc ça allait.. après il y avait plein de questions intelligentes qui étaient données par des pays de services qui avaient l'air très au courant de ce qui se passait... après il a dit on va faire une.. on va faire une expérience... laisser faire... let it be... something will happen... puis il met un enregistrement... après j'ai compris que c'était des tambours qui induisent un état de conscience chamannique... mais là je savais pas ce que c'était moi... puis en fait les gens se balançaient un peu comme ça.. tout à coup de vois ce gaillard... qui était quand même un immense gaillard.. qui fait « ouah... » et puis qui saisit en fait un des participants... en le tenant ici... et puis là vraiment vous rentrez en transe parce que vous êtes dans une forme de spectacle... j'ai mieux compris ça en voyant Mesmer sur scène (...) c'est des techniques de trances hypnotiques qui sont des techniques extrêmement puissantes qui mettent les gens dans un état stuporeux... comme c'est collectif c'est beaucoup plus puissant, cad que que les gens entrent.. même les gens un peu sceptique comme ça, un peu sur la défensive.. entrent assez facilement en transe... donc c'était assez spectaculaire mais moi j'avais jamais vécu ça.. et je voyais ces gens devenir comme des espèces de serpents presque ayawasquèques... j'ai le souvenir d'un collègue chirurgien qui était assez dodu qui était vraiment comme un serpent quoi... entre les doigts de ce Monsieur, et moi je me suis dit... quelle horreur.. mais comme j'étais en transe je me suis dit ben.. laissons faire... et puis après ce Monsieur a fait la même chose sur moi.. j'ai vraiment eu l'impression d'une dislocation physique très intense... puis je me suis couchée par terre... le souvenir très drôle que j'ai eu c'est que Bertrand Piccard est arrivé à ce moment-là, parce qu'il n'était pas présent.. puis il nous a tous regardé, parce qu'on était tous dans des états un peu bizarroïdes.. puis il a dit « bon.. je vais voir s'il reste un morceau de pizza à manger... » et je me suis dit ah ouais ça c'est encore la réalité... donc c'était intéressant de... alors ce qui est numineux dans cette histoire c'est que le lendemain en ayant toujours rien compris c'est que je consultais mais dans un autres cabinet, j'étais pas encore ici... ça c'était très intéressant parce que c'était.. en fait c'était une... une personne que je connaissais qui voulait faire de l'hypnose parce qu'elle avait qq soucis avec son travail... elle voulait un petit peu se déterminer par rapport à 2-3 choses puis elle pensait que l'hypnose pouvait l'aider.. puis je l'avais déjà vu je crois une fois ou deux... puis ça devait être la deuxième ou 3^e fois puis elle m'a dit mais tu sais moi j'ai un petit souci parce que j'ai une grosse franchise... puis je vais pas pouvoir continuer, donc ce sera la dernière fois, fin c'est pas grave... et puis.. je lui dis bon ben... je ne me rappelle même plus... quelle était exactement son intention... car je demandais toujours l'intention des gens... je demande toujours l'intention de la personne pour la séance d'hypnose.. j'ai dit mais voilà... est-ce que tu peux te mettre en transe... là j'ai construit un bridge affect vers le passé... vis à vis justement de son... si je me rappelle bien elle était un peu pas très au clair comment se déterminer par rapport au choix d'un travail ou pas.. donc elle avait une sorte d'inquiétude... ouais de.. elle se sentait un peu ambivalente... donc c'était une sensation un peu désagréable.. et puis à partir de cette sensation-là, je lui ai dit ben tu construis un pont vers le passé... donc le fameux pont que j'utilisais encore à l'époque... et puis tu te retrouve dans un endroit précis qui va répondre à ta question... enfin c'était un peu ça... et puis c'était très très étonnant parce que moi j'ai absolument rien fait... j'ai pas tellement induit... mais je sortais quand même de cette journée étonnante un peu « ésotérique » on va dire ça comme ça, donc probablement je devais exhiler qq part ça... je sais pas... c'était assez étonnant parce que vraiment j'ai pas suggéré quoi que ce soit... je suis très prudente... comme je suis médecin, je veux dire entre ce que je vis moi dans certaines expériences et puis ce qu'il y a à délivrer aux patients, donc j'étais plutôt très technique avec cette jeune femme... puis elle me dit, voilà, je me retrouve... dans la cuisine de ma grand-mère italienne, et puis je suis en bas du pilier du pont... parce que je lui avais dit quand tu arriveras à un moment précis qui est important tu descendras et puis tu observeras ce qu'il se passe... et puis elle était assez visuelle.. voilà je suis dans la cuisine de ma grand-mère.. quand elle était petite.. c'était une régression en âge... et puis elle me dit « et je regarde l'image de la vierge marie » je me dis « bo... », je dis « oui et qu'est-ce qui se passe ? » puis elle me dit « la vierge marie sort de l'image... et elle me parle »... là j'ai commencé à me dire « mon dieu qu'est-ce qu'il se passe... » ouais c'était vraiment bizarre.. et elle me dit un truc, alors là j'étais vraiment étonnée.. c'était très étonnant... elle me dit « c'est bizarre, je m'allonge, je m'allonge, je m'allonge, je m'allonge et ma tête et au-dessus du pont » donc elle était en train de vivre ce qu'on m'avait raconté le jour précédent des bushmen... et ça ça m'a vraiment... moi j'étais un peu scotchée quand même... j'étais... ça c'est, pour moi, numineux, voyez ce que je veux dire... cad, ça a fait « hen.. » avec des frissons, je me suis dit « bon... puis alors on fait quoi ? »... (...) et puis elle redescend, enfin je sais plus ce qu'il s'est passé, je la fait revenir, remonter son pont, revenir à la réalité, puis elle me dit « merci, merci, tu te rends pas compte. Jamais j'ai pu dire à qui que

ce soit, que quand j'étais petite je parlais à la vierge marie... puis j'ai dit bon ben manifestement elle va te donner des bons conseils... puis on s'est quitté comme ça... et c'est une personne qui a changé de profession et qui a fait des œuvres d'art assez connues... fin j'ai plus eu du tout de nouvelles après... juste par ouïe dire comme ça.. mais voilà c'était mon expérience du numineux comme ça par américains interposés et bushmen... ça a fait le tour du monde... c'était très très impressionnant.. c'était un moment où ça m'a beaucoup... c'était aussi des images voyez mais c'était extrêmement incorporé aussi parce qu'il y avait une sensation particulière avec ça... et... »

« (...) je pense que juste une image... si on fait par exemple de la Programmation Neuro Linguistique, c'est pas pour... pour discréditer ça, puis qu'on reste juste dans notre image qui est collée à notre écran, qui est un classique de la PNL, on travaille avec des écrans superposés, puis avec des ancrages, puis des choses comme ça... si c'est pas à un moment donné incorporé, c'est pas tellement utile... c'est plutôt même... c'est plutôt mettre un sparadrap sur un abcès quoi... donc il y a quand même un moment où la personne doit passer de manière le plus safe possible par le petit trou de l'aiguille... cad que l'abcès il faut quand même l'ouvrir à un moment donné parce que le sparadrap ça sert à rien. Voilà je dis pas... en PNL on peut faire des tas de choses très très bien... mais je donne un exemple qui est un petit peu plus... moins incarné comme ça... alors l'hypnose... je dirai... les images c'est très bien mais il faut qu'elles soient à un moment donné parlantes à votre corps... et quand vous êtes dans une expérience numineuse... on appelle ça des peak experiences en anglais... c'est quand même physique aussi... et c'est pas anodin... donc on les obtient dans n'importe quelle situation... on peut les obtenir spontanément comme ça... vous pouvez justement regarder un tableau... c'est le syndrome de Florence je crois ou je sais plus quoi... où vous regardez un tableau puis vous tombez à la renverse... (...) c'est une expérience immédiate de qqch qui vous dépasse et qui est aussi ressenti au niveau du corps... c'est pas juste une image c'est vraiment tous les 5 sens qui sont présents.. donc en fait l'apprentissage pour moi qui était vraiment qqn de très très visuel a été d'approfondir ça au sens du corps que ça reste pas juste une image... c'est peut-être aussi pour ça que le pont a disparu à un moment donné... »

« On a souvent des corrélations d'images... donc il y a une forme de télépathie qui se met en place quand on travaille l'hypnose.. mais quand on la travaille aussi nous sur nous-même... donc si le thérapeute fait un travail sur lui dans ce qu'il est en train de promouvoir... il y a qqch de plus qui se passe... c'est une sorte de partage d'image... voilà on appelle ça télépathie ou je ne sais pas comment on appelle ça mais enfin... qui se passe à des moment qui fait qu'à un moment donné vous dites des choses quand la personne est en transe et elle dit après.... Ah c'est curieux au moment où vous avez dit ça, ça faisait déjà un moment que j'avais cette image dans ma transe... c'est comme si il y avait une sorte de vision profonde qui était un peu commune si vous voulez... alors chez les jungiens on parlera en archétype ou choses comme ça... les chamanes ils parleront de... ben des esprits... pis moi je parle ben.. d'un phénomène hypnotique... après à chacun d'y mettre l'étiquette qu'il veut... je crois que c'est important de laisser les gens libre de ça quoi... »

C'est important pour vous d'incorporer les images ?

« Je pense qu'il y a ça à un moment donné qui était assez vital, ouais »

Vous pensez que c'est un travail qu'on peut faire ou... pour aller plutôt dans le sens de Jung... que quand une image a vraiment du sens, du coup elle est liée à des affects et a un ressenti qui mobilise le corps ?

« Heureusement dans les méthodes d'apprentissage de l'hypnose, on n'utilise pas juste le visuel, on utilise vraiment les 5 sens, le kinesthésique, l'auditif, l'olfactif, le gustatif, on appelle ça le VACOG, voilà, c'est des termes, visuel, auditif, cénesthésique, olfactif et gustatif, donc ça c'est vraiment, on scanne tout le temps ces 5 sens, et on essaye vraiment d'approfondir la transe, en prenant ce qui vient en premier, d'élargir le spectre de la perception de ce qui se passe... c'est une manière de ressentir ça dans son corps, de l'intégrer... c'est pas juste coller une image et puis la voir... »

A propos de la PNL

« C'est intéressant, par contre quand on a une souffrance je dirai, quand on a un parcours de vie où out a coup on a des choses... ben comme cette jeune femme qui se dit ouais, je suis ambivalente... c'est difficile pour moi... ou moi qui tout à coup dans le fracas du décès d'un mari ou des choses comme ça... je veux dire, si on reste juste dans le pur visuel, on risque de mettre à distance... on est en fait dissocié de qqch qui nous arrive vraiment profondément dans nos tripes... tandis que si on prend une méthode... alors on s'en fout de la méthode, l'important c'est que la méthode soit bien menée par qqn d'éthique... et qu'il y a une bonne relation dans cette méthode... mais cette méthode peut aussi être menée tout seul... il y a des gens qui partent.. je sais pas Mike Horn, je suis sûr qu'il a sa propre méthode (...) probablement il résout... quand on lit les livres de Sarah Marquis... elle elle a ses propres méthodes pour intégrer disons tous les aspects de sa vie dans son vécu... elle le fait de manière très cénesthésique hein, donc, je veux dire... euh il y en a qui le font certainement tout à fait spontanément dans leur vécu sans avoir besoin qu'on les accompagne, disons sans qu'il y ait une intervention thérapeutique puis d'autres qui ont besoin d'une intervention thérapeutique et qui doit être vraiment qqch de... qui permette d'intégrer tout ça... une intégration et une intégration de ça dans la réalité lamda... ordinaire.. appelez ça comme vous voulez... »

Et ça quand vous achetez des images de pont, la balle, etc. c'est une manière d'intégrer ?

« ouais c'est une manière d'intégrer parce que vous la voyez, vous la touchez vous réfléchissez, vous vous rappelez de ça... puis vous ressentez ça... encore plus la balle... encore plus le.. c'est plus cénesthésique... ça peut être olfactif... »

Histoire patiente brillante mais malmenée dans un monde d'hommes dans une multinationale ou le « requinat » règne

« On a beaucoup utilisé l'hypnose (...) elle était très visuelle (...) C'est un monde où on est un peu dissocié, on doit faire du sport pour être fit, on doit être maquillé tout ça tout ça... pour être jolie etc. on doit prendre soin de son corps mais plutôt comme objet de marketing, vous voyez ce que je veux dire.. donc ce qui fait que l'intégration physique de ces images, il y avait comme un espace... (...) a un moment donné, c'était assez drôle.. parce que moi je m'évertuais à trouver un moyen pour qu'elle intègre ça un peu plus.. pour qu'elle puisse faire vraiment un travail sur elle-même... qu'est-ce que je suis en train de démolir en tant que femme dans ce monde de requin à deux pattes... qui fait tout pour me lyncher... qu'est-ce que je suis en train de perdre comme feu sacré à l'intérieur de moi... comme énergie que je met à un endroit où chaque fois on éteint (...) et puis à un moment donné c'était très très drôle car je suis avec une histoire de parfum... alors elle pour elle son truc c'était le dragon, elle était du signe du dragon, alors le dragon ça l'aidait effectivement à avoir beaucoup d'énergie... et puis à un moment donné j'ai dit mais observé s'il y a autre chose qu'une image et puis on est arrivé à l'odorat... et alors... ah ouais c'est mon parfum (...) j'ai dit bon ben on va être dans le masculin je veux dire puisque c'est comme ça qu'elle est maintenant (...) se battre contre ces requins à deux pattes.. si on prenait ça sur le plan chamanique, ce serait une guerrière vous voyez ? (...) alors on a trouvé un truc très drôle, quand elle devait

aller voir son chef (...) avant d'entrer dans son bureau, elle parfumait un mouchoir en papier, elle faisait semblant de se moucher et puis elle disait « ah excusez-moi vous avez une poubelle » et puis elle mettait dans la poubelle... c'est un marquage de territoire... je lui ai expliqué que ma foi, les loups... tout le monde marque son territoire... les loups, enfin tout le monde marque son territoire... en général c'est les mâles, mais les femelles le font aussi... et puis les femelles alpha font comme les mâles, elles lèvent la patte par exemple... donc j'ai appris ça... j'ai dit « écoutez, vous êtes de l'ordre de la femelle alpha, donc vous allez aussi lever la patte comme les femelles alpha... » (...) Alors elle a fait ça, ça l'a aidée, mais je savais bien qu'elle allait quand même se faire lyncher, elle s'est fait lyncher, elle a fait 2 ans d'arrêt de travail (...) c'était vraiment la descente, vraiment une énorme descente, et là elle a commencé à intégrer les choses... mais ça a été vraiment long... donc elle, elle était très visuelle. C'était toujours un peu à distance, c'est pas incorporé. C'était une défense tout à fait normale. C'est pas de sa mauvaise volonté. »

Je dis que pour moi j'avais l'impression que dans le numineux, les peak expérience, l'image justement mobilisait les sens, l'intégration... et en vous écoutant, je me demande si on peut construire ce phénomène...

Est-ce qu'on prépare les circonstances pour accueillir éventuellement qqch de plus numineux qu'on ne maîtrise pas...

« Je pense que c'est possible par toutes les manières »

« On pourrait en tous cas apporter tout le matériel pour le construire, et après, inch'allah.. voilà je veux dire c'est en lien avec qqch qui nous dépasse quand même... la destinée de l'homme... »

« Je ris beaucoup parce que l'humour remet un peu la réalité... prenez-vous pas trop au sérieux... ça aide beaucoup... parce que c'est un monde justement où si on se prend très au sérieux on risque vraiment de capoter dans la version « requinat »... »

« Les abus de pouvoir dans ces milieux là (y compris médical) existent beaucoup »

En parlant de vécu marquant, de peur, (ex d'un jeune qui a assisté à une intervention sur son cœur avec problème à un moment donné)

« C'est très dissociatif, il y a une part de vous qui reste là... (...) il y a une part de vous qui est pas là... au niveau jungien je sais pas comment il traiterait l'histoire... ce serait intéressant de savoir (...) au niveau chamanique, c'est une perte d'âme... donc il y a une part d'eux même qui est restée là et ils se sont triés... donc le chamane lui irait reprendre l'âme et la ramener... et au point de vue de l'hypnose (...) »

Utilise images qui viennent lors des voyages

Lors des séances d'hypnose, se met aussi en transe

« et souvent je me dis, tiens qu'est-ce qui vient comme image... pour ma transe... et où est-ce que le patient se situe dans cette image-là. Donc c'est comme si on partageait deux mondes.. alors il entre, entre guillemets, dans mon monde, ici c'est un peu mon monde quand même je veux dire c'est mon lieu de travail, il est imprégné de mes habitudes, de mes objets... et puis ils partagent leur monde et il y a un moment où dans la relation thérapeutique il y a un lieu de partage. Et puis moi, ma pratique c'est de visualiser ça... par exemple je pourrai faire... voilà... j'essaie de prendre un exemple, j'invente un petit peu... il y a une dame qui vient, qui a des douleurs chroniques, qui a une vie épouvantable, (...) on plonge dans l'hypnose avec leur intention, j'induis un état de transe, je conduis cette transe selon les techniques classiques que j'ai apprises et à un moment donné... si vous écoutez ce que dit un thérapeute en hypnose c'est insupportablement chiant par ce que c'est tout le temps la même chose et puis ça veut rien dire, c'est très monotone... (...) c'est toujours un peu la même chose et puis de temps en temps on lance une suggestion... c'est pas un long discours si vous voyez ce que je veux dire, c'est pas très spectaculaire (...) je la met en contact avec son corps, avec son souffle et je lui demande d'observer si elle voit, si elle entend, si elle ressent qqch de particulier en fonction de ce qui est arrivé... et puis évidemment pour leur laisser le temps en général je fais un silence. Et là je dis mon silence vous accompagne pendant un moment.. et moi-même pendant ce moment-là je me met en transe moi-même... Et puis en général pour être moi-même safe... parce que voyez c'est pas facile de voir des gens qui arrivent avec des vécus très très lourds... en tant que thérapeute vous devez être safe, c'est ce que j'enseigne à tous mes élèves en hypnose et c'est ce que mes superviseurs m'ont toujours dit d'abord tu dois être safe... donc ma manière d'être safe pour moi c'est de me mettre en transe... évidemment comme je suis visuelle je vais me retrouver dans un paysage alors admettons le perito moreno (...) et puis à un moment donné je me dit tiens, ce ou cette patiente est-ce qu'il ou elle est dans mon paysage et qu'est-ce qu'il fait... et ça c'est comme si je donnais une place à cette personne dans mon paysage de transe... ça c'est assez intéressant.. je sais pas comment interpréter ça.. et je l'observe comme si je faisais une observation.. on va dire... éthologique, moi j'aie beaucoup l'éthologie donc je suis un peu comme Cyrulick, c'est plutôt l'éthologie humaine... et puis selon sa manière de se... ça va me suggérer deux-trois choses que je vais dire... mais c'est pas la même chose qu'en chamanisme où c'est en lien avec les mondes multiples où là on va poser des questions au esprits etc. et où on est les porteurs des messages des esprits... moi je porte rien du tout, je suis juste en train d'observer ce qui se passe, donc ça aide après à dire des choses, à suggérer... et souvent ça résonne, et on le voit d'une manière non verbale puisqu'on est très exercé à observer le non verbal donc on va observer et puis on va voir des petits mouvements, des choses comme ça... »

« Si on filme le truc on se dit mais qu'est-ce que c'est chiant d'être hypnothérapeute parce qu'on dit un peu toujours la même chose.. je pense qu'il y a certains de mes collègues qui arrêtent au bout d'un moment parce que s'ils font trop un protocole voyez, si eux-mêmes ne travaillent pas cette transe à l'intérieur d'eux-mêmes... c'est ennuyeux quoi.. C'est pour ça qu'on peut pas non plus faire des protocoles, des études standardisées, des choses comme ça parce que là comment vous voulez standardiser ça ? (...) ça va dans le monde des urgences (...) »

Maryse Davadant a dû protocoler ses interventions pour faire passer l'hypnose au CHUV aurès des grand brûlé « elle a protocolé ses interventions mais à mon avis elle n'a pas protocolé le contenu de ses interventions »

« C'est comme la médecine en soi, je veux dire faut arrêter, on a plein de protocoles sur des médicaments mais pourquoi tel médicament fonctionne bien sur Mme Schmutz et ne fonctionne absolument pas du tout sur M. Groeber.. voyez c'est pas... il y a quand même quelque mystère qui réside... »

« C'est un pouvoir qui a donné aux sens exactes et ça a vraiment ses limites... enfin moi je sors d'une formation en sciences exactes et je vois bien les limites ue ça a... c'est les limites des mystères de la vie, de l'humain, l'animal aussi... enfin je sais pas... il faut avoir une certaine forme de modestie, alors il y a des chercheurs qui ont de la modestie (parle notamment de David Sander, grande finesse et humour...) »

J'interroge sur la source des images

« Alors si je veux être très rassurante j'aurais une explication très scientifique en disant... voilà la sérotonine, le machin le truc... l'amygdale, le gyro-cingulaire, les informations etc, etc. voilà ça ça serait pour rassurer la personne qui a besoin de concret... je trouve ça très abstrait mais c'est pas grave... (...) après on va un peu plus loin, on va dans l'espace (se réfère à Teresa Robes qui dit que c'est pratique se se référer à la physique quantique... elle-même a une pile de bouquin sur la physique quantique, mais le copain de sa fille qui est physicien lui dit que c'est n'importe quoi...) alors ma réponse c'est « je ne sais pas », je trouve que c'est confortable de ne pas savoir... ça rend modeste disons... (...) alors après c'est intéressant d'avoir un spot un peu disons un peu lumineux sur... voilà... ben voilà les psychanalystes jungiens qui ont une sorte d'éclairage qui peut être intéressant... les sciences exactes aussi avec ces histoires de gyrus-cingulaire, ça c'est super passionnant... le point de vue des néo-chamanes, c'est passionnant aussi... j'aime bien ces éclairages mais bon... alors la physique quantique c'est assez intéressant aussi... disons que c'est vrai que j'ai un ami physicien qui m'expliquait que là maintenant il y a des photons fossiles (...) et ben photons fossiles c'est une onde machin etc. qui a été émise au moment du big bang... donc vraiment nous sommes en présence du big bang maintenant, ces photons fossiles sont là maintenant... il y a un film que j'ai beaucoup aimé qui est très hypnotique (...) nostalgie de la luz »

Emprunte souvent des images des récits de Sarah Marquis qui fait des voyages assez extrêmes, « une espèce de femme sauvage » qui a moins peur des Cougar que des êtres humains. Par exemple se met à la place de l'animal pour voir ce que peut faire --> marquer son territoire avec de l'urine. L'éthologie aide à incarner les images.

« Alors de temps en temps je raconte ça en transe parce que c'est une manière de se protéger... et souvent les gens ils ont... dans des problèmes psychiques, ou psychosomatiques, ou somatiques... les gens ils ne se protègent pas suffisamment des requin deux pattes... donc en disant ça c'est un petit peu une manière... on va dire éthologique... ils trouvent ça assez drôle mais ça les marquent... ils disent non vous avez raison il faut que je trouve les moyens d'éviter qu'on me casse les pieds, d'avoir des moments tranquilles... ou des choses comme ça... et ça je trouve c'est assez incarné... »

Important de se protéger, son territoire, se protéger en tant que thérapeute.

→ se protéger en étant en transe ? être plus ouvert ? communication des inconsciente

→ être conscient de son territoire, le territoire, il se superpose, se rejoint, mais il y a des limites invisible (chez les chamanes « Ca fait partie de leur programme » → « le monde des esprits c'est dangereux donc voilà on ne fait pas n'importe quoi... donc on y va... voilà avec des protections spirituelles... on va dire ça comme ça... tandis que nous on ne nous enseigne pas ça... d'abord on n'est pas dans le monde des esprits... on est dans le monde de la sérotonine, donc il n'y a pas... on est un peu tout puissants quand même... c'est un univers... les univers multiples c'est quand même bien parce qu'on se dit ouais on n'est pas tout seul donc on peut pas faire n'importe quoi... tandis que les univers uniques comme les univers des sciences exactes c'est un peu plus risqué... d'ailleurs il y a pas mal de thérapeutes qui font des burn out à cause de ça... »

« Ces deux territoires sont toujours mêlés (affectif et professionnel) toujours toujours toujours... donc je dirai... nous on nous enseigne pas tellement à être safe... pas tellement en thérapie... sauf si on fait vraiment un travail sur soi... c'est pour ça qu'on leur dit il faut faire une psychanalyse ou des choses comme ça... pour apprendre leur limite, leur manière d'être safe... mais même ça des fois ça... ça veut pas dire qu'ils sont suffisamment safe pour voir qu'ils sont en train de faire une connerie... trop intrusif dans le monde du patient, trop englobant... donc c'est très difficile... donc c'est en fait l'apprentissage au fil des erreurs... »

« En hypnose... je dirai voilà après on a chacun nos croyances, nos pratiques, nos techniques pour se sentir safe... après il y a des hypnothérapeutes qui sont plus standard comme ça à distance... puis d'autres plus impliqué mais le plus grand risque c'est de s'imaginer être un sauveur mais ça il n'y a pas besoin d'être hypnothérapeute pour l'être parce que ça on ne trouve partout... »

« Donc je dirai normalement les néo-chamanes sont plus safe parce qu'ils ont des... toutes sortes de.. mais comme ils vont dans des territoires encore plus dangereux... il faut qu'ils fassent attention quand même... »

Transe au cinéma ?

« Tous les moyens audio-visuels nous mettent dans une forme de transe alors moyenne, superficielle ou profonde... »

Le numineux ?

« le numineux... c'est difficile pour moi de le décrire... mais c'est qqch de plus sacré voyez ce que je veux dire... c'est un événement qui nous dépasse au sens vraiment universel du terme... c'est la rencontre de la naissance et de la mort en quelques sortes.. nous sommes en présence de la naissance et de la mort en même temps... »

« On peut vivre des expériences des trances extraordinaire... mais c'est pas une peak expérience... c'est pas une expérience numineuse où on a... c'est vraiment qqch de physique, de cellulaire... c'est comme les NDE je pense. Voyez qqch de cet ordre là... (...) il y a des gens qui sont très sensibles à ça.. qui en font comme ça... après qu'est-ce qu'ils en font... des fois ils deviennent fous.. moi je pense les gens qui sont psychotiques ils ont souvent des peak experiences... seulement ils n'ont pas tellement les clés de retour parce que c'est très angoissant aussi... donc... voilà, ils restent bloqué dans cet entre deux qui est extrêmement angoissant... donc ils développent une psychose... »

« C'est intéressant... ça me fait réfléchir aussi (...) parce que c'est pas exactement la même chose... une expérience de transe extatique qu'une expérience près du numineux... fin numineuse... où on est pas loin de l'extase mais on ne l'est pas forcément, que d'assister à qqch d'un peu plus distant... dans un état de transe dissocié simple... c'est vraiment différentes formes »

« Quand il y a de l'extase à mon avis... sauf peut-être pour Sainte Thérèse mais elle n'est pas vraiment là pour nous le dire... mais même je pense qu'il y a qqch d'externe qui intervient »

→ jamais eu de patients qui on vécu un état d'extase...

→ contexte chamanique très fort...

« Vous pouvez faire un travail très très profond mais qui n'est pas extatique... ça veut pas dire qu'il est pas bon, il est très bien.. parce que les peak experience, c'est pas ça qui vous forge... le fait qu'il ait une peak experience, c'est une grosse flèche en disant « ding ding : est-ce qu'il n'y a pas qqch à faire avec ton existence... disons c'est des peak experience que moi j'ai eu dans des circonstances personnelles... je veux dire.. si j'avais voulu faire que ça dans ma vie ce serait... je sais pas... c'est comment j'intègre

ça dans mon corps, dans ma vie, dans mes actes, dans ma manière de penser, dans ma manière d'être qui est un... c'est l'intégration de ça... »

« Si on a une expérience extatique, de l'ordre du mystique ou en état chamanique ou en état d'hypnose aussi.. mais il faut aussi d'autres circonstances à mon avis que juste une induction d'hypnose... ben là aussi on peut retourner sur la planète et se dire mon dieu, quelle horreur... pis rechercher ça désespérément... et c'est ce que font beaucoup de gens... ils recherchent ça désespérément... ils vont de thérapeutes en thérapeutes, ils vont faire du ci, du ça... »

Merci → « Je vous en prie, moi c'est toujours une passion pour moi.. ouais c'est passionnant ce monde »

Je relève que la plupart des gens j'ai rencontré, « alors c'est ceux qui ont accepté, mais presque tous ceux que j'ai contacté, ont accepté... et tous me disent que c'est une passion... »

Premier entretien : H8

Je n'ai pas une image qui m'a particulièrement portée, c'est plutôt la fréquentation des images en général qui m'a peu à peu accoutumée à prendre, je dis toujours que la visualisation en transe ça s'apprend comme le patin à roulette, c'est-à-dire, apprendre à fréquenter ce qu'on voit en posture éveillée, en transe légère ou plus profonde.

Mes premières expériences de visualisation en hypnose ça a été créer un « safe place » qui est donc la forme très classique de mise en route où on dit vous trouver un lieu ou une expérience qui a du sens pour vous, voilà. Alors là je peux dire que j'ai des images récurrentes. Ça veut dire qu'au fur et à mesure des années curieusement... on pourrait dire « tiens il va y avoir au moins trente images de « safe place » ou chaque fois il va y en avoir une autre. Mais en fait, ça s'est arrêté sur deux images particulièrement, trois parce que qu'il y en a une qui me sert spécifiquement par exemple pour le travail pour la douleur. Don Ça c'est au pôle nord avec les Inuits, dans la neige.

Et tout de suite je dois venir sur une chose compliquée à expliquer c'est que, en transe l'image n'est pas qu'une image. D'abord c'est une forme de cinéma. Ça veut dire que ça bouge, ça se transforme. Donc il y a une activité dans les images. C'est vraiment comme un film constitué de beaucoup d'images qui se déroulent. Et puis d'autre part c'est aussi constitué de sons, et ça donne aussi des sensations corporelles. Et dans des bonnes trances bien « croustillantes » je dirai, à ce moment là, on a même accès aux odeurs, aux sensations du vent sur le visage, des choses comme ça. Et donc c'est vraiment le terme image, c'est à la William James, c'est image visuelle, image auditive, image cénesthésique, image gustative même suivant quelle image vient...

Par exemple j'avais expérimenté chez le dentiste, chez les Inuits, une image qui se situe pour moi en haut à droite toujours, sur la banquise avec l'igloo et mes amis Inuits qui sont dedans, et autour il y a une grande étendue tout blanche, il y a le vent du nord. Et j'avais repéré pour la première fois ce son du vent du nord car c'était en fait le son de la fraise du dentiste... donc là on était dans une distorsion de son comme on l'appelle en hypnose, donc une image auditive qui est à la fois une image, à la fois un son qui est le vent du nord donc ça ne m'ennuyait plus du tout.

L'autre grande image qui m'était venue c'est un tableau. C'est un tableau que j'ai retrouvé encore l'autre jour. Je sais plus de qui il est. Ça doit être un de ces peintres anglais à l'époque Turner, où on voit un paysage grec un peu en haut et ça plonge sur la mer. C'est une vue plongeante sur la mer avec des buissons d'épines sur les côtés, il y a une très grande luminosité, la mer est toute bleue, le ciel est presque blanc. Et une de mes premiers « safe place » quand j'ai travaillé l'hypnose, c'était de me retrouver dans ce tableau là. Il m'arrive encore aujourd'hui, quand je cherche une image tranquille, d'avoir accès à ça.

Et une troisième image que j'adore et que j'ai plus vue depuis un petit moment, tiens.... C'est dans les montagnes himalayennes, un coucher de soleil, c'est très beau, et puis il y a une sorte de pâturage de haute altitude avec curieusement une petite église romane, chrétienne, qui n'a rien à voir là dedans, avec un vieux banc de pierre, où il m'arrive de rencontrer un maître zen japonais que j'ai connu. Donc ça c'est une visualisation où il y a non seulement un film qui se déroule mais également des personnages qui rentrent là dedans. Voilà.

C'est jamais une image comme on regarde un livre d'images, même si on part dans le tableau, il y a un oiseau qui va passer, donc il y a un film. Une visualisation c'est comme un film qui se déroule derrière les paupières fermées. Je dirai aussi devant les paupières ouvertes parce qu'avec le temps on apprend à être en transe relativement forte, les yeux ouverts, tout en étant dans sa visualisation.

Je parle ici de l'hypnose, ce qui a aussi beaucoup influencé mes images en hypnose c'est la pratique du néo-chamanisme, où les « images » ça s'intitule « voyage » et où les « visualisations » s'intitulent des « visions ». Donc on est comme si on passait une sorte de pas en avant dans l'intensité du travail. On postule, parce que je suis dans la perspective toujours un peu constructiviste, on crée, on crée, on postule quelque chose. Donc on va dire en voyage chamanique, bruit du tambour, vous êtes en transe et on vous donne un vademécum pour effectuer le voyage. Vous vous retrouvez dans un endroit, qui n'est pas la « safe place », ça peut être le monde d'en-haut, le monde d'entre-deux, le monde d'en bas. Et là il se passe des choses et vous rencontrez votre animal aide par exemple. Et là aussi, comme dans les « safe place » c'est toujours la même chose. C'est à dire que très vite, avec la fréquentation de cette technique, comme celle de l'hypnose, c'est toujours le même film qui revient.

Ce qui est intéressant c'est que le fait qu'il revienne... plus il revient, plus il devient familier, (le film qu'on visualise lors des voyages chamaniques ou lors des trances) plus il est partagé, partageable, parce qu'on se parle entre praticiens. On se dit « Ah oui ton « safe place, c'était celui-là ? ou bien c'était l'autre ? » donc en plus il y a un récit sur la visualisation qui est presque une autre forme d'état modifié de conscience où on ré-évoque ça et où d'autres vont partager un petit bout cet univers intérieur. Et pour moi il y a un aspect important dans ces liens qui se créent. Pas sur des histoires intimes, personnelles mais sur des visions ou des visualisations qu'on peut avoir. Elles existent d'autant plus qu'on les fréquente... et qu'on les partage. (...) On connaît nos « safe place » et pis quand on est dans la pratique du néo-chamanisme on connaît les animaux de chacun... pis on dit « tu sais quoi ? j'ai vu mon ours, il était dans cette histoire là. »

Et après on a un recoupement des deux pratiques et néo-chamanisme. C'est à dire que quand je vais dans mon « safe place » auto-anesthésie, dentiste ou autre opération, je me retrouve au pôle nord, en haut à droite, chez les Inuits

En haut à droite ?

En haut à droite, c'est comme dans la PNL (programmation neuro linguistique), c'est-à-dire c'est où l'image le plus. Et ben quand je suis chez le dentiste elle est en haut à droite toujours. Quand je suis au Tibet c'est central et quand je suis dans le tableau, c'est plutôt un peu vers le bas. Donc, sur l'écran intérieur, ça peut varier. Et dans l'apprentissage, ce que j'ai aussi observer, c'est qu'au début ça va trop vite, l'image est pas fixe, c'est comme dans un film où on tient mal les machines je dirais. Et puis avec le temps on fréquente des images qui ne se précipitent pas. Elles se déroulent de façon bien lisible, on peut habiter, aller se promener dans la plaine qu'on a vue ou des choses comme ça. Il y a une spatialité de l'espace imaginaire qui est tout à fait intéressante à interroger.

Imaginaire ?

→ je suis jamais allé chez les Inuits, mais j'ai vu le film...

→ montagne du Tibet c'est semi imaginaire

Chez moi, très souvent c'est soit des tableaux, soit des films, c'est inspiré du réel.

Chacun a son style, mon style à moi il est naturaliste je dirai. C'est à dire que je vois une forêt, ou je vois... toujours un lieu de la nature. Mais j'ai des amis qui voient des choses avec des montagnes de cristal, des choses irisées, moi je vois pas des mondes comme ça. (...) Donc c'est un matériau réel que je... qui se remet... parce que c'est pas moi qui dit je vais voir ça. C'est des images qui vous viennent. Et c'est justement ça la marque pour moi de la transe ou de l'état modifié de la conscience (...) Donc c'est tout à coup cette émergence des images quand on postule une mise en route de la visualisation.

Est-ce que c'est des images de l'inconscient ? Est-ce que c'est des images du subconscient ? J'en sais rien... L'espace imaginaire... il y a toute les théories... imaginaire, imaginal, tout ça... ça dépend un peu ce qu'on prend comme piste.

Ma position, elle est constructiviste. C'est à dire, je sais que je peux utiliser soit la langue pure de l'hypnose, soit la langue du néo-chamanisme, à fond, soit le « de sollie ? » quand il fait le rêve éveillé, et pis je connais moins bien l'imagination active de Jung, mais j'aurais tendance à parler par exemple de l'émergence de l'archétype ou tout ça... sans bien connaître, je vais emprunter ça.

J'aime bien le terme de subconscient parce que c'est pas vrai. L'inconscient il est par nature, celui de Freud n'est pas accessible, sauf par les rêves, soit par les lapsus, il est pas accessible comme ça. Alors que quand nous faisons de l'hypnose, quand il y a une transe où on demande d'évoquer un lieu, une expérience où elle est, après une induction. Induction respiration, puis la respiration vous amène et là vous rencontrez un lieu, une expérience qui a du sens pour vous... donc moi là tac, je vois mes montagnes du Tibet... à ce moment là est-ce que c'est vraiment mon inconscient. Non puisque je peux vous en parler. Donc je suis à la limite entre du rêve et de la réalité. C'est pour ça que j'aime bien la notion du subconscient qu'on a laissé tomber un petit peu avec le temps mais qui a fait partie de la première psychologie. C'est plus proche de ce que nous expérimentons nous. C'est pas l'inconscient qui surgit tout d'un coup comme ça. Et cependant ce ne sont pas des choses volontaires.

On ne peut pas convoquer très volontairement des images. Certaines personnes peuvent nous dire « non moi je vois rien... » Alors il m'arrive que des gens disent « Je ne vois rien... ». Et alors je dis « Bon ben alors ça ne fait rien... vous pouvez imaginer... » Alors tac c'est bon. Ça veut dire à ce moment là... ils ont accès à une image.

Imaginal j'utilise pas parce que ça me parle pas pour le moment, par contre l'espace imaginaire oui, mais dans le sens de Shakespeare, ça veut dire que l'imaginaire c'est aussi réel que la réalité tangible. C'est quelque chose qui a autant de pouvoir, autant de puissance. C'est pour ça que je suis passionnée par le fait que ces images que nous rencontrons dans la transe nous transforment. Nous transformons vraiment, nous dresse le poil... ouvre la respiration ou au contraire la ferme, etc. Donc il n'y a pas... on peut pas entrer dans une démarche telle sans que quelque chose se passe ou s'effectue... tout ce qui est de l'ordre du dispositif, du rituel va intensifier ça. Et on a aussi un rituel en transe c'est les inductions.

Induction :

« Vous êtes assis ici... » moi j'utilise la respiration... « vous respirez, ça se fait tout seul, de manière automatique, de manière confortable, c'est pas vous qui faite, c'est la respiration... » début de la dissociation... et puis ensuite « la respiration c'est faire beaucoup de choses... elle sait vous amener dans un lieu, un espace qui a du sens pour vous... et où vous vous sentez bien et en sécurité » ça c'est le « safe place ». Donc là les personnes sont déjà en transe. Pour moi, me mettre en transe j'ai pas besoin de tout ça. J'ai plus besoin des inductions.

Non ?

Non, c'est « Tac ! Procédure raccourcie ». C'est exactement comme l'ordinateur. (...) Pour moi, c'est « ça ». Ça veut dire, une posture, une centration. Mais j'ai été marquée par la pratique japonaise aussi de la méditation et des exercices de Qi Gong donc c'est ça qui a coloré mon induction corporelle. Elle est cénesthésique, elle est corporelle. Puis ensuite. Ok, je laisse venir ce que j'ai envie de voir venir... Maintenant « dans quel état de fatigue je me trouve... si c'était un paysage ce serait quoi ? » Je me dis même pas ça... Je ferme les yeux... Je peux voir tel paysage... A partir duquel je ferai les autohypnoses x ou y, pour accompagner le processus par exemple.

On parle du néo-chamanisme et de l'entrée immédiate en transe avec la pratique.

Un ami à Marlyse tapote le rythme du tambour avec ses doigts et ça suffit.

Mais elle rajoute à propos du tambour :

« Alors c'est vrai que le tambour il a un petit côté support que j'adore, qui ajoute quelque chose. Alors tout seul avec le tambour, ça va, c'est possible. En groupe avec le tambour et dans des trances collectives... alors je sais pas si c'est dans vos questionnements mais les trances que l'on fait en groupe sont beaucoup plus puissantes... les visualisations ou les visions (je sais pas comment vous les appeler) sont toujours plus puissantes en groupe que tout seul. (...) Potentiellement la transe est immense, il y a une sorte d'agrement, il y a une sorte d'osmose qui se crée dans le groupe. On trouve plus ça ridicule. On s'approprie les uns les autres, sur « ah ben tiens... t'étais dans quel endroit ? t'as vu quoi ?... » « Ben moi j'ai vu... » etc. etc.. Et donc il y a le fameux récit dont je vous parle qui va tricoter quelque chose d'assez intense pour chacun et qui va aussi être une permission pour chacun d'utiliser beaucoup plus cet outil. Notre culture ne nous prépare pas à aller en transe pour faire des visualisations. Donc il y a tout un boulot

d'appropriation à faire, que je vois se faire très bien dans les groupes d'autohypnose, dans les séances d'apprentissage de l'hypnose puisque je suis enseignante d'hypnose par exemple.»

Vous faites un we d'hypnose par exemple ou une journée pour se former... alors première transe collective ça va, il y a des tas de gens qui n'y sont pas. Pis on blabla, on parle théorie, puis deuxième tournée, deuxième transe, ça va plus loin. Troisième transe ça va encore plus loin. Et pis si on fait plusieurs jours, c'est comme ça. Ça se passe comme ça. Ça devient une espèce de culture commune dans laquelle ça peut s'insérer.

Ce qui m'a permis d'aller plus loin dans mon propre usage de la transe et des visualisations c'est de les nommer visions et d'aller chercher les esprits x, y... et d'y jouer à ça. Ça veut dire de... « ben oui les animaux qui vous accompagnent ? » « C'est quoi les personnes pouvoir ? » (exemple : une photo de chaman de Sibérie, une personne de pouvoir pour H8 → a fait une formation longue avec Noëlle Poncelet et Claude Poncelet « Comme on a fait 4 ans de file, 6 jours sur une thématique, il y a une sorte de culture commune qui s'est mise en place où interviennent des esprits protecteurs ou des animaux protecteurs...) Outils que je vais souvent utiliser dans la transe hypnotique et pour moi il y a une osmose totale. Et beaucoup de mes patients, surtout les enfants et les jeunes, ils ont des « animaux-aide ». Alors c'est pas le même processus chamanique mais c'est : «... et vous rencontrer la partie de vous qui vous aide ou la partie sage de vous... ça peut être un animal, une plante, une pierre ou qqch... »... souvent ils vont dire un animal... et on va réutiliser cet animal dans un cheminement... mais ça c'est personnel... c'est parce que j'ai les deux approches.

C'est intéressant. Vous l'utiliser en hypnose sans le tambour ?

Sans le tambour... et sans dire même « chamanisme »... bon alors j'ai des amis qui ont pratiqué aussi beaucoup de chamanisme mais qui n'en parlent pas. Parce que comme toubib ou comme psy ça fait pas très bien... moi je suis dans la marge puisque je suis praticienne de Shiatsu et d'hypnose... donc je suis libre par rapport à ça... et donc je me suis jamais interdite de parler de ça... s'ils me posent des questions j'en parle, s'ils ne me posent pas de questions j'en parle pas... il y a des photos d'animaux, de hibou, de tigre, parce que ce sont deux animaux qui pour moi... par exemple le tigre est relié à l'aide thérapeutique... c'est l'assistant thérapeutique... et pis le hibou c'est pour la sagesse, pour les choses à dire, etc.

Ne me demandez pas si j'y crois. Je ne sais pas quoi vous répondre. Ce n'est pas une question de croyance, c'est une question. Comme dit Tobie Nathan, c'est les faire exister comme on fait exister du « safe place ». Ce n'est pas important de savoir si c'est vrai ou pas. Mais ils sont efficaces. C'est pas important s'ils sont vrais ou pas. Ce qui est important c'est s'ils sont efficaces ou pas.

Et donc comme outil par exemple pour aider les jeunes à un examen, il y a presque toujours un animal de pouvoir, un animal aide qui les accompagne quand ils seront dans la salle d'examen, mais il faut le dire à personne. Donc moi je me situe toujours dans le « vrai pas vrai ». C'est on y joue, comme l'enfant qui est sur son balai et il dit « je suis sur un cheval ». Et si on lui dit « C'est quoi ? », il dit « C'est un cheval » et il n'est pas fou. Et nous on dit « voilà c'est cet animal » Vous y croyez. C'est pas une question de croyance c'est une question d'expérience. (...)

Alors pour moi la question du symbole elle est dangereuse. Je suis d'accord avec Tobie Nathan « c'est une fourre tout ». Ça veut dire qu'on l'utilise maintenant « ah tu as vu un animal... ah c'est le symbole de la guérison... » Et en fait... pour moi c'est trop... comment dire ça ? Ça aplatit la question de dire que c'est un symbole. En ce sens que... (on a des grosses discussions avec l'une de mes collègues jungiennes) Quelle différence entre la métaphore, le fonctionnement métaphorique et le symbole ? Pour moi le symbole « C'est ce qui opère ». C'est à dire, c'est pas un objet, c'est pas une chose. C'est quelque chose... c'est une efficacité... une efficacité. C'est quelque chose qui est en train d'opérer. Alors ça c'est ce qu'on va trouver plus dans une problématique de Jung. On ne parlera jamais de symbole en chamanisme parce qu'on va dire... à la fois comme le dit Hillman aujourd'hui... si pour moi c'est un tigre c'est un vrai tigre... c'est un vrai tigre dans le monde du rêve.

Pour moi ce qui m'a le plus libérée par rapport à toute cette réflexion c'est la définition des indiens du nord, simplifiée de la manière suivante : « il y a deux ordres de réalité : il y a le monde de la réalité ordinaire, qui est, ici, maintenant, cette table, nous en train de parler... c'est solide... c'est le réel. Et puis il y a le monde de « la réalité non ordinaire ». Ah... « non ordinaire » qu'est-ce que c'est ? Alors non ordinaire c'est tout ce qui est de l'ordre du rêve la nuit. Tout ce qui est de l'ordre du rêve éveillé, tout ce qui est de l'ordre de la visualisation en transe et tout ce qui est de l'ordre qui est le contenu de l'imaginaire... qui a le même statut que la réalité dans la plupart des cultures traditionnelles d'ailleurs. Mais pas dans notre culture... A part les artistes comme Shakespeare qui dit « nous sommes tissés de l'étoffe dont sont fait les songes ». Ah... ça tombe bien, parce que là je me retrouve dans une vision du monde... le monde des poètes aussi.. c'est deux ordres de réalité qui fonctionnent avec la même efficacité pour moi et qui sont toujours entremêlés. Donc ça ne me gêne pas si les néo-chamanistes disent qu'il y a des esprits. Alors ils avaient déjà des esprits dans la médecine traditionnelle chinoise. Parce que il y a des esprits dans nos organes. Par exemple dans le cœur il y a le « chen » qui est l'esprit lumineux. Relié au divin. Pis alors on dit « alors c'est quoi ? c'est des petits bonshommes verts ? » Non c'est pas des entités réelles, c'est le mystère du mystère... C'est-à-dire c'est... alors pour les indiens de nouveau par rapport à la définition c'est plus simple...

« si, disent-ils, tu fermes les yeux et que tu vois une tulipe, tu vois pas la tulipe, tu vois l'esprit de la tulipe » Ah... donc c'est une sorte d'ouverture presque épistémologique je dirai pour comprendre que les esprits c'est « so call » c'est ce qu'on a vu, perçu dans le monde de la réalité non ordinaire. Donc ça ouvre énormément le champ... de la rêverie jusqu'aux rêves la nuit... jusqu'aux visions, etc. C'est une sorte de continuité avec des degrés différents, avec des portes d'ouverture culturelle différentes mais une bonne fréquentation du rêve (...) qui a un impact immense, dans la thérapie entre autre, et qu'on sous-estime évidemment...

Quand quelqu'un est dans des angoisses et des cauchemars et tout ça... quelqu'un qui est très très angoissé, se fait ce que nous disons nous, des « transes négatives », d'accord. Ça veut dire qui se fait le même le même cinéma dont nous parlons sauf que c'est un cinéma d'horreur. Mais qui a une vraie réalité pour eux. Qui opère... enfin, qui leur dresse le poil, qui leur serre l'estomac, qui les fait pâlir, qui les fait s'évanouir si ça se trouve... Donc, effectivement... c'est pas innocent. Le pouvoir des images n'est pas innocent.

Je ne parlerai jamais d'un esprit dans la transe hypnotique. J'ai dit tout à l'heure, je n'ai pas utilisé le mot symbole. Ce n'est pas la représentation de... c'est... les chinois diraient... c'est la vertu de... ça donne si on veut... une sorte d'expression d'une certaine énergie... (...) Si je dis « en tant qu'images, représentations, ça agit en tant que tel... »

Si je suis en difficulté dans une thérapie... je peux me placer dans une sorte de « safe place »... dans un lieu où je suis bien et en sécurité... c'est pas les 3 dont je vous ai parlé. C'est en général plus diffus. Un jardin ou quelque chose comme ça. Et, je peux convoquer le tigre... ou invoquer le tigre... donc postuler qu'il est là. Il est à droite ou à gauche. C'est toujours spatialisé, c'est toujours précis. Et puis.. avec cette aide là. Ça va me donner une certaine intuition ou un certain calme.. il va pas me dire « il faut faire ça et ça » mais cette présence ça va potentialiser quelque chose, ça veut dire, je serai avec du plus grand que moi, et donc ça va me permettre d'être plus audacieuse, par rapport à des intuitions, des réponses que je donne ou l'accompagnement que je fais de la personne, suivant quelles difficultés je fais.

Avec un patient dont la description est faite dans le DEA. Et là, il avait des transes terrifiantes... il avait vraiment des transes... il disait « je suis sur la crête d'une montagne... d'un côté il y a la vie... d'un côté il y a la mort... et je vois des grottes... je vois des tombes, eux-mêmes mort du SIDA il y a un certain nombre d'années sur la pente de la mort... et sur l'autre pente je sais que c'est la vie... Est-ce que poilu (l'animal aide) est là ? Oui il est là. Donc il décrivait des choses... et je sais qu'il y a des portes que je ne peux pas les pousser... parce qu'elles sont terrifiantes... derrière il y a des choses terrifiantes. Et à ce moment là, je sais que je me suis vue, je sais pas si je l'ai fait volontairement ou pas, je me suis vue dans un cercle chamanique, avec les vieux indiens qui tapaient du tambour, pendant qu'il était en train de raconter sa transe... il racontait toujours sa transe à haute voix... et moi j'étais le scribe... donc dans la réalité ordinaire j'écrivais... dans la réalité non ordinaire j'étais moi... dans mon propre cercle chamanique... c'était très solennel et très sacré... je sais pas comment dire ça.

Et ça c'est un souvenir précis d'une situation où j'ai utilisé ce double outil (être elle-même dans sa safe place, dans son propre cercle chamanique) comme ça... mais j'aime pas dire « j'ai utilisé » parce qu'il y a un côté volontariste. Hors ça, ça se met en place.. ça se met en place... c'est une sorte de... je convoque ça et c'est en place...

(...) pour moi quand une métaphore telle se déroule, c'est ce que j'appelle le processus métaphorique, quand il décrit sa montagne, quand il décrit toute sa transe... je sais qu'on va commencer dans l'horreur et que ça va se résoudre... mais je ne suggère rien, je l'accompagne. Je dis « et alors... et puis est-ce que poilu est là ? » je veille à ce qu'il ait ses protections en place... il dira oui... et à ce moment là ça change, ça se transforme... c'est toujours résolutif, ça veut dire, il va toujours y avoir une fin.. et toujours dans l'heure.. ça c'est fascinant parce que parfois je me disais mais.. on va jamais y arriver... et puis en fait à la fin de l'heure c'est calme, c'est tranquille, c'est bien.

C'est lui qui décrit le déroulement de sa propre transe.. et moi je suis dans mon cercle.. donc je suis dans une sorte de centration personnelle forte qui fait que... je suis dans la confiance.. un peu aveugle comme ça... et puis ça se résout, ça se transforme... ça c'est un outil que j'utilise pas à cette extrémité là aussi intense. Parce que ce qu'il se passe dans d'autres séances... je vais accompagner quelqu'un qui est dans une transe... où il est dans des rochers par exemple... pis dans ces rochers... il y a qqch qui fait peur, qui est un peu mortifère derrière, donc des transes pas très positives ni très relaxantes... et là je suis moi dans la transe avec eux... et... je leur fais toujours référence, ils font référence à « et votre force de vie qui était une lumière, qui était un rocher ... est-ce qu'il est toujours là le rocher, est-ce qu'elle est toujours là la lumière. Donc toujours l'élément qui incarne si on veut la part de protection...

Donc ça c'est ma façon de faire mais c'est assez particulier parce qu'il y a beaucoup d'usage de la métaphore et des images en hypnose et celle-ci elle est un peu particulière et on est plusieurs à l'utiliser comme ça aussi.

Je souligne que lors d'une rencontre précédente (pour discuter du contenu des interviews) elle avait fait référence à « une famille », ceux qui travaillent ainsi avec l'hypnose... presque que des femmes.

→ Les profs classiques il vont dire, il faut construire la métaphore, A est à B ce que C est à D donc homologiquement... donc tout ça est tout à fait juste mais dans l'usage ce qui est intéressant c'est de faire confiance justement à ce processus métaphorique qui est commun à tous le monde et qui est transformateur...

On se pose beaucoup de question avec un ami chercheur aussi... qu'est-ce qui fait que c'est transformateur, qu'est-ce qui fait que ça se résout ? Peut-être parce qu'on est dans un dispositif de soin, on est dans un rituel de soin, et donc c'est postulé que ça va aller dans le bon sens et pas dans le mauvais.. on n'est pas dans un cercle de sorcellerie... donc c'est postulé comme devant ouvrir à quelque chose qui s'améliore, qui se transforme, qui guérit, etc.

Le patient génère ses propres métaphores ?

Ah oui, moi j'adore quand ils le font avec... je suis émerveillée de la créativité... les gens vous disent « non j'ai pas d'imagination... » mais c'est pas vrai... jamais... il y a toujours un grand déroulement... bon quelqu'un peut dire ma « safe place » c'est au bord de la piscine... puis je suis dans ma chaise longue au bord de ma piscine... voilà... ça peut arriver que ce soit pauvre... mais ce que j'ai déjà observé avec intérêt d'ailleurs, c'est que par exemple quelqu'un qui est très fatigué, déprimé, il se trouve dans son lit, sous sa couette... donc c'est pas très romantique.. et c'est assez plat je dirai... assez peu créatif comme image, mais à partir de ça on peut faire aussi du travail... se voir sous la couette, sentir la douceur de la couette... et pis, quelle partie du corps est la mieux ? Donc ça c'est plutôt un signe pour moi... de fatigue psychique intense quand on n'arrive pas à avoir accès à la créativité des images..

Lorsque vous allez dans votre safe place dans l'himalaya et que vous rencontrez votre maître zen (qui existe dans le monde ordinaire aussi), vous dialoguez avec ?

« Alors je peux instaurer un dialogue avec lui, lui demander un conseil par exemple... c'est un conseiller.. et il va rigoler peut-être comme réponse... c'est-à-dire que les réponses sont quelques fois métaphoriques... comme celles des animaux... quelquefois.. vous leur demander des choses.. pis ils répondent pas... il faut que tu fasses ça... mais ils vont nous emmener quelque part où ils vont montrer quelque chose où ils vont faire quelque chose de métaphorique... qui sera comme le rêve, à un interpréter entre guillemets personnellement, c'est à dire donner un sens... si il fait le guignol et qu'il se roule au bord de la rivière et qu'il y a du soleil et tout... c'est peut-être une réponse... c'est la réponse qu'il faudrait un petit peu s'amuser ou quelque chose comme ça... »

Vous interpréter... c'est des symboles pour vous ?

« Alors ce sont des analogies... si je vois un bateau paisible avec un pêcheur dessus et que la question était... à quelle vitesse je dois faire les choses... c'est évident... alors est-ce que l'on met du symbole là-dedans ? »

Je pose cette question car dans chamanisme certains disent, attention lorsque je rencontre mon animal, etc. c'est pas des symboles, c'est la réalité, non ordinaire mais c'est la réalité, par contre, les réponses qu'ils donnent... c'est des symboles... → « c'est une question hyper difficile ».

« Moi j'ai pas voulu utiliser le mot symbole pendant des années... (...) parce que ça vous empêche de penser... une fois que vous avez dit « symbole » ça s'arrête. Hors la question c'est : Et si on voyait les choses autrement ? Et si on prenait au sérieux le chaman qui dit « c'est de l'ordre de la réalité... non ordinaire... mais de l'ordre de la réalité... » qu'est-ce que ça change par rapport à dire « c'est un symbole » ? Qu'est-ce que ça change ? Et pour moi, le fait de dire « c'est un symbole », ça affaiblit... c'est-à-dire « ah oui... ce n'est que... ah oui d'accord... ». Et puis il y a tout, aussi pour moi, une dérive que je n'aime pas, qui est le bouquin du symbole qui donne les clés... Donc vous rêvez du cheval qui... et donc ça veut dire ça... Hors ça c'est un peu mécanique... C'est pas comme ça que ça se passe... c'est quel sens on construit ensemble... (...) on tricote ensemble, on élabore ensemble... du sens... mais qui n'est pas fixe. Et voilà c'est toute cette discussion que je retrouve en art-thérapie... Est-ce qu'on interprète les œuvres ? Alors très les patients avec l'hypnose font les visualisations pis disent mais qu'est-ce que ça veut dire... qu'est-ce que vous pensez que ça veut dire ça ? Ah ben moi je sais pas moi ce que ça veut dire, vous savez en hypnose on n'interprète pas... on laisse les choses comme ça... Et pis après ça vous travaille... et pis vous trouvez du sens, pis vous dites tiens... donc ça peut continuer après coup, le fonctionnement imaginaire, il ne s'arrête pas au moment où on s'arrête... ça vous travaille d'une certaine façon, pis tout à coup vous vous dites « tiens c'est ça ». Et alors pour moi ça rentre presque dans une sorte presque de pédagogie (ou je sais pas comment dire ça) d'autonomisation du patient, c'est-à-dire, il est nécessaire qu'il s'ouvre à ses propres images, à ses propres métaphores, à son fonctionnement symbolique... alors là on peut y aller... pour justement pas toujours demander le sens à quelqu'un d'autre... ça c'est intéressant comme dimension »

« C'est au sens propre et au sens figuré... c'est à dire le message il est... en tant que tel.. « tiens je vois mon vieux maître en train de cultiver autour de sa hutte ». Alors ça veut dire quoi ? Soit, dans le chamanisme Noëlle Poncelet disait, ça veut soit dire il faut que vous rempotiez vos pots de fleurs, ça veut dire occupez vous de vos plantes vraiment, soit ça veut dire occupez vous de vos plantes autrement, ça veut dire nourrissez-vous, ressourcez-vous d'une certaine façon, donc les deux niveaux peuvent coexister ou bien plutôt c'est l'un, plutôt c'est l'autre... avec cette vieille tradition indienne qu'on mettait en scène les rêves c'est à dire qu'on faisait ce qui était indiqué dans les rêves pour de vrai. Et là en hypnose... quelque fois un petit peu en hypnose je m'inspire de ça.. On dit tiens, vous avez-vu là que vous jouiez au cerf-volant, et si vous jouiez au cerf-volant, ça donnerait quoi ? Ça peut exister ça aussi. »

J'ai entendu ça chez des jungiens... l'important de nourrir l'imaginaire avec le réel. → « non non mais en hypnose aussi ! »
« On le dit aussi en hypnose, pas tellement en TCC (pas hypnose de thérapie cognitivo-comportementale) qui est une « famille » assez différente, mais dans la « famille » qui se laisse beaucoup inspirer de l'approche jungienne aussi, on va proposer ça. ... Et puis il y a les gens qui ont lu Jodorowski aussi, il y a les actes magiques. Il y a les devoirs à la maison qu'on transforme en acte magique. C'est à dire... vous faites quelque chose... vous laissez aller au courant de l'eau un petit bateau que vous avez fait, dans lequel vous avez mis les cheveux de... c'est pas nous qui disons, c'est la personne qui dit « tiens je pourrais faire ça » et elle va faire ça, elle va accomplir ça dans le réel. »

« Alors ce qui est amusant en hypnose c'est que j'ai une amie qui travaille beaucoup avec des enfants et sur la douleur (...) alors elle va leur dire toujours de faire des actes magiques aux enfants.. mais pour les adultes ça marche très bien aussi, je le donne comme des devoirs à la maison... (...) c'est une prescription... et ça renforce le dispositif... »

« Et pour la préparation d'examen, on a parlé d'animaux aide... et je dis et comment vous pourriez concrétiser ça ? Et la personne va dire... ben une peluche... et elle va aller acheter une peluche chat pour aller passer son examen de philosophie... »

« C'est tout un jeu entre le réel et l'imaginaire que j'aime bien aussi créer avec les patients et que je fais aussi pour moi-même d'ailleurs... les cartes postales des animaux par exemple... un tableau que j'ai pas ici mais... pour moi ça vient tout seul, c'est à dire on se met à collectionner des images de... ça change le rapport au réel... avec notamment pour le chamanisme en tous cas... avec les animaux... »

« C'est aussi du lien qui se crée.. c'est aussi quelque chose qu'on partage qui d'habitude n'est pas partagé... parce que c'est mis de côté parce que c'est pas raisonnable, pas rationnel, pas, etc... j'aime beaucoup ça »

A propos de l'analyse, par exemple de la visualisation du « vieux maître zen »... en psychanalyse, on pourrait dire...
« ah c'est un problème « vous êtes à la recherche du père », et là c'est pas du tout ça... (...) c'est un figure tutélaire... »

« Ce côté interprétatif est dangereux car on est très vite dans de la réduction.. c'est-à-dire, ce n'est que ça, ah c'est donc ça... et puis ça culpabilise souvent... (...) je préfère l'approche jungienne dans ce sens là car elle ouvre plus si on veut... tout le développement jungien actuel c'est vraiment d'ouvrir à, notamment Hillman on l'a dit, que le symbole ça a un fonctionnement puissant, ça opère mais en même temps ça contient toute la réalité de la chose, les poils de la vache, son odeur, son meuglement, sa rumination, sa bonté, etc. etc. Et donc on va travailler avec l'image, avec la métaphore, sans chercher l'interprétation de ce que c'est, qui est une autre démarche, qui n'est pas impossible, mais qui est sur un autre plan. »

« Alors là on est dans une sorte de bricolage épistémologique. Ça veut dire on recoupe différentes approches... on a sucé Freud à la mamelle donc... on peut pas l'enlever comme ça... et notamment la notion d'inconscient, c'est l'inconscient... mais on voit bien que l'inconscient (...) l'inconscient ericksonien est plein de ressource, c'est ce qui n'est pas conscient mais qui contient toutes vos ressources. Donc c'est à la fois du somatique, à la fois de l'inconscient mais ça n'a rien à voir avec les topiques freudiennes. Alors il y a, dans notre courant, beaucoup de gens qui sont anti-freudiens carrément, moi non je trouve que ça sert à rien d'être anti freudien. »

A propos de l'hypnose pratiquée dans les thérapies cognitivo-comportementales : « C'est une hypnose moins imaginative que celle inspirée par Jung ou par le chamanisme, ça c'est clair. »

La « famille » dont vous vous sentez faire partie c'est celle de l'hypnose inspirée par Jung et le chamanisme ? → oui ? Pour tous le monde ou bien... ?

« Alors moi les deux sont des sources, je trouve que l'approche jungienne elle utilise un imaginaire extraordinairement large et en plus culturel, qui va remonter jusqu'aux archétypes, qui sont, disent-ils des pouvoirs et pas des objets.. Et ça ça me va... (...) on n'a pas besoin d'interpréter, c'est ça qui est acté, qui est mis en jeu... dans le travail. Et ce qui est vrai, pour observer l'efficacité, c'est que quand sont touchées des images culturelles... et interculturelles aussi... très forte, comme l'arbre, *axis mundi* par exemple, l'arbre, la montagne, la mer... l'océan, la terre et la terre mère. Là ça déménage, c'est une présence qui va... qui va toucher toutes les couches du millefeuilles de l'être, ça veut dire c'est une image mais en même temps c'est des émotions, en même temps c'est des souvenirs, en même temps c'est des régressions, en même temps c'est « je fais partie d'un univers ». C'est ça pour moi le fonctionnement du symbole. C'est une sorte de... ça acte si on veut toutes ces couches, et c'est pas toujours la même chose... si vous faites une petite transe de confort au bord de votre piscine dans votre chaise longue... c'est une relaxation, ça fait beaucoup de bien. On n'est pas du tout dans les mêmes registres d'images. Mais quand les registres c'est que vous êtes dans la mer démontée et que je ne sais pas quoi... et que vous arrivez sur une île déserte et que sur cette île c'est complètement désolé et que vous demandez quelle est la partie vivante, quelle est la force de vie présente dans ce tableau et la personne dit « mais c'est tout gris, ça va pas, il y a rien du tout... c'est un paysage comme lunaire... » (j'ai eu ça l'autre jour encore)... et la personne dit tout à coup « oh, il y a une petite pousse verte... ». « Ah... Très bien. Et vous êtes là : elle est où, à droite, à gauche, la pousse verte ? » Ah elle est là sur la droite un petit peu... toute petite et pis il y a des rochers tout autour » « D'accord, pis ils sont quelle couleur les rochers tout autour ? » Donc là c'est un processus où on va demander à la personne d'être de plus en plus précise sur ses images... Ce qui va augmenter la précision de l'image... et à un moment donné elle dit « ah ça pousse, c'est en train de grandir » « c'est ça, c'est ça... et alors ? » « Ah ça grandit encore... » Ça prend beaucoup de temps, c'est un processus. Pis ça devient un grand haricot énorme (comme dans l'histoire des enfants des haricots géants). Et pis après... « ah c'est un arbre... » Alors là on touche à une image beaucoup plus puissante que juste là petite salade... C'est l'arbre ! Alors voilà, l'arbre qui rejoint la terre et le ciel, qui a ses racines profondément dans la terre et qui va loin dans le ciel, etc. Donc moi je vais dire... « Et comme dans les contes, l'arbre qui rassure, etc. » Donc on va se mettre dans un imaginaire qui nous dépasse... que Jung va appeler les archétypes, qu'on va appeler les « grands symboles ». Alors voilà c'est comme ça que ça fonctionne. Et ça détient une énergie considérable, la personne ressort de là avec quelque centimètres de plus. »

Mais c'est la personne qui génère la métaphore ? « C'est toujours elle qui la génère à la base et jamais le praticien... Le praticien il est toujours facilitateur, il va juste relancer la chose, attendre... il y a des longs silence... parfois il n'y a pas de résolution dans le moment, et puis ce sera une autre fois... »

« Non... non parce que c'est affolant.. parce que vous donnez pas le truc... donc c'est une autre approche.. peut-être que la nôtre est... je ne sais pas comment l'appeler... plus « spiritualiste »... » (que la TCC)

« C'est une famille qui postule une dimension spirituelle, une dimension qui va beaucoup plus loin... sur le plan de la thérapie. Qui postule un tiers plus grand que soi, sans que ce soit nécessairement l'objet d'une croyance... et sans qu'on nomme ça nécessairement Dieu ou la transcendance... c'est pas ça... parce que l'arbre c'est une... c'est plus proche des chinois, c'est une immanence, c'est à dire c'est la puissance du vivant... Erickson par exemple quand il fait ses métaphores devant un mourant qui a le cancer, et qu'il développe sa métaphore du plan de tomates (moi ça me fait pleurer quand je lis ce texte) parce qu'il dit « non non, on ne va pas faire d'hypnose, ne vous en faites pas... » et il raconte comment la graine du plan de tomate, la petite graine et le petit plan qui a si bien chaud dans le soleil et puis elle se développe, et puis il y a des petits bourgeons et puis ensuite le plan de tomate... fleurit, et puis après la fleur ça va donner une belle tomate bien rouge tellement confortable (en même temps il mets des suggestions de confort là dedans) et puis la tomate elle va tomber dans la terre, et puis il y a des graines qui vont repasser dans la terre et qui vont ensuite recommencer le cycle ». Donc ça c'est le récit du jardinier comme on l'appelle. C'est un des grands exemples de la métaphore chez Erickson, c'est une métaphore de vie, de force de vie, de nature aussi. Et c'est pas du tout le métaphore construite A, B, C, D... comme ça, elle travaille à tous les niveaux, ça va pas empêcher le Monsieur de mourir... ça va juste lui permettre de retourner à la maison et d'inviter Erickson à venir visiter son jardin... c'est cette connexion là avec l'autre... c'est aussi que chaque patient à son propre univers et c'est l'aptitude à rentrer dans l'univers de l'autre... et ce que je peux dire, et qui est peu travaillé, peu dit entre nous, c'est le travail sur soi du thérapeute, ça veut dire qu'à force de fréquenter ses propres images, de visualiser.. ou d'effectuer ses voyages chamanique et tout ça, on a une... des « antennes palpatoires » de meilleures qualités... c'est à dire, on apprend vraiment à... pouvoir vraiment rentrer dans l'univers de l'autre et l'accompagner avec une forme de présence qui permet à l'autre de développer ça dans une grande liberté... »

« Si vous voulez voir des gens très différent il faudrait aller voir Bioy en France ou... faudrait voir Salem ou des gens plus classique encore que Salem... »

Salem → la tiercéité : le plus grand que soi (le bouquin réédité)

« Ça veut dire... je donne un exemple concret : vous rencontrez là dans le lieu de « safe place », l'endroit où vous êtes bien en sécurité... « Qu'est-ce qui illustre votre force de vie ? » par exemple... votre force de vie ou « ce qui est vivant... le plus vivant pour vous ? » La personne peut dire, une couleur, un son, etc. Voilà. Et... « Est-ce que ça, ça peut vous aider ? »... « Non... non c'est pas suffisamment... non pas tellement... » Alors on dira « Est-ce que vous pouvez observer comment cette partie... ce rocher, ou cette plante... est reliée à quelque chose de plus universel ? » Comme par exemple, l'ensemble de la puissance du végétal ou je sais pas... « Oui... » « Et alors à ce moment-là, qu'est-ce qui se passe ? » Et à ce moment-là, il se passe que quelque chose se transforme... donc le seul fait de dire « une force de vie » c'est déjà du tiers... »

« Quand vous travaillez avec les enfants... (...) « il y a un petit médecin à l'intérieur de toi qui peut cicatrifier la chose » on est avec du tiers... on n'est pas tout seul. Comme dit Tobie Nathan, nous sommes dans notre culture toujours tout seul, mais eux, ils sont jamais tout seul, il y a toujours les esprits et les autres. Et avec ce système, dans la transe, d'avoir ces recours, c'est du tiers, et c'est une notion qui va très loin parce que c'est aussi « je suis dans un espace plus grand que moi... » »

« La métaphore, elle instaure du tiers quand elle est bien laissée se dérouler... lorsqu'elle est bien laissée se dérouler, c'est pour ça que je parle de « processus métaphorique » ça veut dire qu'on laisse les images se dérouler... on est déjà dans du tiers... on est dans des espace autres (...) c'est hors de la volonté, et ça se déroule, ça se trouve entre nous deux... on retrouve Winnicott. Winnicott m'inspire beaucoup avec son « espace transitionnel »... c'est-à-dire, dans cet espace-là, se crée quelque chose qui transforme, que le thérapeute accompagne, qu'on construit quelque fois... quelque fois raconte... »

« Il y a quelque chose d'intéressant avec les images... un patient dit « voilà... moi je vois ça... » Et puis, moi en tant que thérapeute je dis « Ah ben ça me fait penser à l'histoire de Blanche Neige... et je vais raconter l'histoire de Blanche Neige pendant que l'autre personne est un peu stagnante dans son histoire... donc je suis dans mon image que je partage avec elle... ça va pas l'écraser, ça va faire qqch qui fait que son histoire à elle va évoluer différemment... donc c'est une co-construction... et ça c'est souvent... »

« Ca peut arriver aussi comme ça... que la personne dise... « oh moi je vois... je vois une mer... la mer elle est tellement bleue... » je dis « la méditerranée... » « hum hum » « il y a du vent un petit peu... » donc on va co... on va y aller ensemble dans l'image... »

« Pour moi le tiers c'est plutôt la puissance aidante, c'est plutôt d'instaurer une instance autre qui n'est ni moi, ni le patient et qui... ouf... libère un peu le système... alors l'animal de pouvoir est magnifique pour ça... l'animal aidant... mais ça peut être l'ange pour la personne, ça peut être si elle a des figures aidantes... ça peut être le doudou pour l'enfant... voilà ça c'est le tiers, c'est l'instauration d'un tiers... »

« C'est un esprit l'inconscient... votre inconscient vous dis que... d'abord c'est dissociatif et puis ensuite c'est ni vous ni moi... le tiers ça peut être la respiration... »

« Toutes les ressources que vous avez que vous ne savez pas que vous avez, ça c'est Milton Erickson... votre inconscient qui contient toutes vos ressources... lui il va utiliser ça... Vous ne savez pas mais votre inconscient le sait... donc, ça c'est du tiers selon moi »

« C'est pas vous qui respirez, c'est la respiration qui le fait... et elle le fait de façon parfaite, tout à fait appropriée pour vous, soutien inconditionnel... donc il y a une masse de... avec la respiration on peut en faire des tonnes... »

« Vous, vous êtes assis sur la chaise vous faites rien du tout... et tandis que vous êtes en train de rien faire... la respiration respire, elle le fait très bien, elle est parfait comme elle est, il n'y a rien à redire, elle trouve toujours son chemin... donc c'est des suggestions facilitatrices... »

« Dans l'état modifié de conscience il y a toujours l'instance qui observe, qui commente souvent... (...) mais elle est pas pesante cette présence-là, c'est ça pour moi l'apprentissage justement pour des personnes hyper contrôlantes... »

Tobbie Nathan et Isabelle Stengers (livre en commun), posture constructiviste : nous prenons au sérieux ce que disent les autres

« Isabelle Stengers, c'est un mot merveilleux, elle parle de « l'efficace » et non pas de l'efficacité, dans le vieux sens de l'efficace du sacrement... et ça veut dire que le rituel est guérisseur, il opère qqch. »

« Winicott, c'est l'espace transitionnel, « jeux, espace et réalité » c'est toute cette réflexion sur la construction de l'espace imaginaire... (...) on va beaucoup l'utiliser en art thérapie... (...) on est aussi dans une co-création mais qui est projeté sur un médium réel... au lieu d'être un cinéma intérieur... donc on est dans un autre type d'image mais pour moi il y a une parenté très nette. »

Pour les chinois « il n'y a pas d'intérieur sans extérieur, il n'y a pas d'extérieur sans intérieur, la respiration c'est intérieur extérieur toujours, le corps est un corps univers donc l'intérieur c'est un univers comme celui de l'extérieur... et puis la peau c'est une passoire... on est des passoirs voilà... et c'est pas la peau qui clos, qui force même, l'être... c'est une porosité entre l'intérieur et l'extérieur... chose que j'ai retrouvé à fond dans le chamanisme aussi... intérieur-extérieur, les esprits qui sont dehors ou bien ils sont dedans, ils sont dans la nature ou bien ils sont dans mon imaginaire... »

«(Dans le chamanisme) On danse l'animal pour de vrai mais on peut danser l'animal en transe... on peut être en transe immobile et être en train de danser l'animal ou on peut se lever et acter l'animal... alors en transe hypnotique, il peut arriver qu'il y ait des acte... vous questionnez X, elle vous parlera de ça j'espère... parce que moi je l'utilise pas beaucoup, mais chez elle, souvent, il y a des gens qui font du théâtre quasiment, qui font des choses, qui bougent... voilà, c'est aussi de la transe... et là on est proche du théâtre, on est proche de la théâtralité de la transe... ça c'est encore une autre histoire... moi je suis plus dans une transe narrative et imagée... c'est des styles aussi, des styles différents... »

Puissance de transformation des images, en dispositif de transe

Processus métaphoriques/ Efficacité métaphorique, termes qui parlent à Marlyse et qu'elle emprunte à Christine Berger

« Quand vous avez une angoisse ou une douleur, vous êtes crispé dans une discussion intérieure avec vous-même, vous arrivez pas à en sortir... on va dire « bon d'accord, si c'était un paysage.. ce serait quoi ? » « c'est un désert... » « Tout de suite la personne part dans la description de ça... donc elle est plus dans une identification consciente avec ce qu'elle est en train de vivre de manière insupportable, elle se projette dans quelque chose d'autre... »

« Vous pensez que vous êtes nul que vous y arrivez pas du tout... et puis il y a une partie de vous qui sait y faire... ça c'est par exemple dans une préparation d'examen... une partie de vous qui sait apprendre... non mais moi je n'ai pas de partie de moi qui sait apprendre... si si parce que vous avez déjà appris des trucs énormes... comme par exemple apprendre à apprendre à marcher... ça c'est Erickson... »

« Ca ça peut déjà être un tiers... mais c'est pas un tiers très développé... c'est un tiers encore assez ordinaire je dirai... tandis que quand vous prenez un tiers plus grand... ça peut être quelle est votre force de vie par exemple... ça c'est Teresa Robbles... alors c'est beaucoup plus puissant... votre force de vie elle vous dépasse, elle vous traverse... et donc ça va être une lumière, une couleur, ça va être un animal, ça va être le vent... voilà... ça va être... là on est vraiment dans du tiers pour moi parce que c'est un Tiers qui va pas dépendre de nous, qui va être plus grand que nous... alors ça peut être son ange la grand-mère (...), ça peut être l'animal de pouvoir ou un guide s'il y en a un dans la vie de la personne donc ça dépend un peu de son univers »

« (Pour les japonais) acter quelque chose suffit à son efficacité, donc on ne se pose plus la question d'y croire »

« C'est plus un acte de superstition, c'est poser un acte, procéder... faire quelque chose... ou on met de son côté les chances (un homme d'affaire dépose une boule de riz au pied d'une statue renard avant d'aller travailler car c'est bon pour ses affaires). C'est un acte c'est pas une question de foi... »

« Les chinois la même chose... est-ce qu'on croit aux esprits dans les organes ? C'est pas nécessaire de croire... c'est l'idée de dire, il y a une partie de la force de vie... on sait pas ce que c'est... le mystère du mystère qui fait qu'on vit en vous... vous savez ce que c'est vous ? même les biologistes ne le savent pas... ben nous on appelle ça des esprits, ça vous gêne ? C'est une question de vocabulaire... donc voilà, on résout la question en économisant la question de la croyance... moi je suis assez d'accord, çame va, c'est un pragmatisme pur... »

« Et donc ça va très loin, Isabelle Sengers en parle beaucoup... et Tobbie Nathan... (...) il dit il faut prendre au sérieux les dieux de nos patients, c'est la position de Tobbie Nathan... »

« Si je demande à mes amis africains... (...) est-ce que vous croyez aux fétiches ? Ils nous regardent avec des yeux gros comme ça... Ils croient en Dieu... les fétiches c'est autre chose... mais les fétiches sont très importants dans leur vie... »

« Nous on a dit c'est des superstitions ou alors c'est des bonnes croyances... donc on a disqualifié plein de gens et plein de pratiques... et pis on a dit c'est des superstitions, l'hypnose, le magnétisme... mais les dispositifs sont efficaces... pourquoi ? parce que les gens sont crédules ? Non il y a plein de gens qui croient pas à la possibilité que l'hypnose enlève des douleurs par exemple... pis bon on fait ensemble du travail... pis effectivement ils n'ont pas mal... mais ils y croient pas... (...) je sais pas c'est pas une question de croyance, c'est une question de l'expérience. Parce que sinon on plaque une grille de lecture surplombante de type judéo-chrétien qui est influencée par nos visions à nous... »

« Mais moi si vous me dites « est-ce que tu crois à tes animaux de pouvoir ? » Ca dépend de... si c'est mon rationalisme pur et dur qui répond je dirai.. non, je peux pas vous répondre... je suis pas absolument certaine... mais ce que je dont je suis certaine c'est qu'ils ont une efficacité... donc je crois comme Shakespeare que nous sommes tissés de l'étoffe dont sont fait les songes, en gros.. c'est à dire que je crois que nos rêves et notre imaginaire sont beaucoup plus puissant que n'importe quelle autre instance de l'être... alors est-ce que c'est la possibilité d'une surnature ? Je vais pas jusque-là, je ne me prononce pas... mais il y a des effets de surnature constaté un peu partout ceci dit, et y compris dans l'hypnose. »

Effet de surnature constaté un peu partout : « Par exemple, un patient dira à un moment donné, si je parle de clairvoyance ou de chose comme ça... par exemple de transmission de pensée... par exemple quelqu'un, un patient dit « alors je vois un merveilleux champ de tulipes... » pis là le thérapeute à côté dans sa propre transe dit « jaunes les tulipes ? » « C'est ça jaune.. » Donc il y a des coïncidences de trances très nettes... »

Environ 1h30 : communication entre éleveurs et animaux... communication cohérente mais non verbales, communication en image, on saurait que les animaux voient des images même s'ils ne pensent pas...

« La position de Méheust (Bertrand Méheust, ami de H8) est intéressante... il dit, nous sommes la seule culture... à postuler un inconscient fermé... donc c'est Freud... c'est à l'intérieur de l'individu... et toutes les autres cultures postulent un inconscient ouvert... ça veut dire des possibilités de communication de soi à la nature, que ce soit au végétal, que ce soit à l'animal, etc... et puis Jung aussi postule l'inconscient collectif... donc c'est aussi celui qui est le plus extrême par rapport aux traditions, Voilà. Et que ça change tout ! Si on postule ça, ça change tout ! Ca donne beaucoup de possibilités... d'une interaction, y compris avec le végétal... on parle de gens qui ont la « main verte »... »

« L'intention, c'est l'énergie qui porte la chose... »

→ dispute avec quelqu'un qui venait du coaching dans la formation d'hypnose... à propos des similitudes et différences entre intention et objectif avant une transe hypnotique, pour la personne venant du coaching intention et objectif c'est la même chose, pour H8 pas. Pour H8 :

« Intention c'est une sorte de « Se tourner vers » et avoir une sorte de... les psychanalystes diraient.. le désir va dans cette direction... donc c'est une énergie portée dans une certaine direction... et puis après ça, pour y voir clair, il faut des images, des représentations, soit verbales, mais... parce que les images peuvent être verbales... et puis il y a les images où il n'y a pas de verbe.. c'est silencieux... ça aussi c'est des modalités des visualisations intéressantes... c'est des images ou c'est silencieux, ou bien il y a peut-être des musiques ou bien il y a ça.. pis il y a des visualisations où ça parle beaucoup... ou ça discute... »

« L'intention elle, il faut qu'elle soit formulée en langage d'abord, puis ça va passer dans une forme d'énergie qui va porter le voyage si c'est du chamanisme... ou qui va agir, aussi être agissante dans la transe hypnotique... et alors ça devient... Ca se met à jour ou ça devient clair... par le biais du film ou des images... du déroulement des images... par le processus métaphorique... qui peut rester mystérieux... qui peut rester énigmatique... »

« On laisse l'énigme flotter... se promener... et tout à coup on peut avoir une intuition... ou tout à coup ça va nous traverser plus tard, que c'est de cette façon-là qu'on va faire la chose... donc ça continue de nouveau comme travail »

L'objectif c'est plus TCC : « L'objectif c'est « d'arriver à une plus grande concentration en classe »... d'accord donc comment on va s'y prendre et quel outil on va utiliser pour atteindre l'objectif x,y... est-ce que ça va être en plusieurs séances ? ou en une séance... tout cela est plus symptomatique, plus axé sur un truc qu'on veut obtenir... »

« L'intention pourrait être d'« avoir accès à la concentration » je dirai, je dirai ça un peu différemment, car la concentration n'est pas un effort... ni un but à atteindre... elle vous attrape la concentration... et par exemple... pour moi tout le travail de la transe hypnotique, l'usage de l'hypnose, l'auto-hypnose, mais aussi combien le travail chamanique, c'est un puissant exercice... ça exerce la concentration... on ne peut pas visualiser sans être absorbé, centré sur ça. Mais c'est pas un volontarisme, c'est une absorption. On est absorbé par cette puissance de... ce qui fait qu'on va dire c'est une vision et peut-être pas une visualisation... c'est peut-être ça la différence... »

L'intention, « c'est elle qui porte le voyage disait Noëlle Poncelet. Elle vous porte dans le voyage... et c'est elle qui vous permet d'être centrée dans le voyage... et donc on oublie... elle y est clair au début mais ensuite on laisse faire ça, on laisse faire cette intention... alors que dans les objectifs on est plus dans le mental, dans une maîtrise mentale du processus... »

Dans l'hypnose type jung ou influencée par le chamanisme « on est plus dans développer toute la puissance de l'imaginaire, dans l'autre cas on balise beaucoup plus, on va utiliser un petit peu mais pas trop, c'est des arbres beaucoup plus taillés si vous voulez... (...) avec certains patients il faut faire ça parce que... aller dans ce que nous décrivons serait insupportable... il faut qu'il soit au bord de leur piscine, dans la chaise longue, pas plus... ou bien dans leur lit, dans leur chambre... dans leur canapé rouge... mais pas trop, pas plus que ça... donc on respecte ça, on va respecter l'univers du patient.. pis évidemment alors il y a ceux qui galopent, pis alors là c'est génial, quoi... »

Je questionne : dans quelle autre situation dans la vie on s'en remet à plus grand que soi, si on n'est pas croyant ?

→ sa mère, ne croyait pas en Dieu mais était toujours avec du plus grand qu'elle avec son jardin.

Culture paysanne : « Il y a des épreuves mais la nature est plus forte que vous, plus grand que soi c'est en tous cas la nature, c'est en tous cas les saisons, c'est en tous cas cette sorte de sagesse qui est liée à tout ça... et on peut pas forcer les saisons... on peut pas... voilà.. c'est comme ça... »

Pour moi, je dis, le travail avec les images, permet de s'en remettre à un tiers, à un tiers aidant... peut-être que ce serait pas possible sans les images...

« Ce qui s'effectue dans le contact avec l'hypnose, tout ça, c'est qu'on... on redonne au patient un pouvoir, qu'ils ont toujours déjà à l'intérieur d'eux, dont ils peuvent jouer, auquel ils ont de nouveau accès... et on va un peu à contre poil... Roustang qui est un grand théoricien de l'hypnose, il dit, l'hypnose c'est le dernier bastion, qui ressemble un peu vaguement justement aux cultures traditionnelles, dans notre culture moderne opérationnelle... »

« Ca c'est Vinciane Despret, qui est éthologue, qui est une copine à Isabelle Senger, c'est toute cette réflexion aujourd'hui de dire... et Roustang le dit aussi... c'est l'animalité en nous qui guérit... c'est pas le mental et le volontarisme... et notre culture elle nous a coupé, déraciné... on est en culture hors sol tout le temps... donc il y a une dimension écologique pour moi quasiment pour moi là dedans, c'est-à-dire, remettre les gens dans leur sens, dans leur sensation, perception, dans leur 5 sens et dans leur imaginaire, et dans leur mémoire et dans les ressources qu'ils ont, et tout ça... et voilà... c'est un petit peu un enjeu... c'est un peu de l'éco-thérapie... d'ailleurs Roustang se dit éco-thérapeute aussi... donc on est un peu une famille là... avec des enjeux derrière... qui ré-humanisent la chose... »

« Redonner aux gens un peu de... un peu de confiance... un peu de socle de confiance... le travail sur la peur c'est des immenses choses... où l'hypnose fait là un travail qui peut aller très loin... »

La question de l'inconscient... qui n'est pas fermé... « c'est une vision du monde très intéressante... ». Ca change sa manière d'être au monde « complètement »... Et cette manière d'être au monde, elle est... guérissante... « oui elle fait du bien, elle ré-humanise »

Article de Salem sur la tiercéité → me conseille de le re-regarder...

« Les langages (...) me paraissent très important car ils peuvent fixer des choses ou masquer d'autres choses... donc c'est une sorte de joaillerie d'avoir les concepts les plus opérationnels possibles... mais en même temps j'adore le fait d'expérimenter d'une façon très large et de mobiliser l'imaginaire dans toutes ses dimensions... »

Prof de français, c'est la poésie et les métaphores, Bachelard qui ont été une source pour H8. (Bachelard, jungien et phénoménologue, passe par la métaphore écrite). Pour lui, les images écrites sont d'abord des images d'abord des images expérimentées dans le corps, ça émerge de la matière (1h54)

Sorcière néo-païenne Starhawk (San Francisco !). C'est Isabelle Stenger qui la fait traduire, femmes féministes écologique... → que les femmes se réapproprient leur pouvoir intérieur, « elle dit « la magie c'est la capacité de changer de niveau de conscience à volonté », donc c'est la capacité de mobiliser des états modifiés de conscience pour transformer du réel (...) » → pour moi c'était coupé dans ma vie ce domaine et la politique (ancienne activiste troskyste)... « je me disais mais c'est une rupture par rapport à un engagement politique... et là je découvre que chez les américaines, elles relient ces choses, c'est-à-dire qu'on peut être une militante écologiste, féministe et faire partie de cercles chamaniques, ou de cercles de sorcières... tout en ayant un engagement par rapport à l'écologie notamment... et ce livre m'a beaucoup bouleversé à l'époque et je vois qu'il vient de ressortir maintenant et il s'appelle « Rêver l'obscur » et j'adore ce titre...

« Dans le travail thérapeutique il faut pouvoir aller dans les zones d'ombres et les zones de peur, et que là ça va se retourner... mais il faut y aller... et c'est pas combattre la peur, éradiquer la peur, oublier la peur... c'est comprendre quel noyau de pouvoir il y a dans la peur, ça c'est très jungien aussi, c'est aller visiter l'ombre... et moi ça me parle énormément (...) et par les images on peut faire ce travail justement, par le travail de l'hypnose, par le travail du chamanisme, par le travail... par exemple le démembrement en chamanisme par exemple... le démembrement il est spontané dans certaines trances hypnotiques... la personne va dire... elle connaît rien en chamanisme et elle va dire, je suis déchirée, démembrée, cassée en morceau, etc. faut accompagner ça... et donc à ce moment-là, je vais dire, et vous savez les indiens dans le chamanisme ils font des choses comme ça et alors il y a une puissance aidante qui les aide à se recomposer... ça peut être un animal de pouvoir, ça peut être votre force de vie... et là on va de nouveau recomposer quelque chose, à partir de ces images terrifiantes... mais on va accompagner ces images terrifiantes plutôt que dire « non, non, non on va.. on va faire une protection... on va pas faire comme ça »

« Souvent dans les trances hypnotiques on va retrouver des grands classiques des grandes techniques chamaniques... recouvrement d'âme, vol d'âme, toutes ces grandes choses-là... »

« Beaucoup de psychothérapeutes, de thérapeutes et de médecins sont dans ces cercles chamaniques... c'est pas pour rien... parce que ça questionne une dimension de la thérapie que même le médecin généraliste rencontre aussi... il est dans la relation humaine...

dans le sens qu'on donne à la mort, à la vie, donc... voilà... c'est plus tellement la tradition chrétienne qui nous donne des réponses, donc on va chercher là où ça existe... et c'est tout à fait honorable pour moi... et sérieux et à prendre au sérieux... »

Starhawk... marxiste... bien écrit → Isabelle Stengers étaient contre le new age mais avec cette réflexion, elle change... → étude sur les sorcières...

« On se réapproprie aujourd'hui quelque chose... je trouve aussi que c'est un enjeu intéressant... se réapproprier, ça veut pas dire qu'on est passéiste, mais que dans notre modernité, on peut transposer ces outils d'une certaine façon... ça c'est ma position, ça... »

« Pour moi dans les moments clés de ces grandes transes dont je vous parle... dans la thérapie, ici dans le cabinet, notamment avec ce patient autour duquel j'ai construit le travail de DEA. Pour moi, très souvent, j'avais la sensation du sacré... ça veut dire quelque chose qui est d'un ordre, tout est en ordre, voilà... et on est dans une dimension qui nous dépasse complètement, et là c'est au-delà des images... les images sont là mais on est très au-delà des images... c'est une expérience, c'est une expérience d'un espace qui devient sacré. Voilà. C'est une sorte de... alors dans le chamanisme on fait un tapis de guérison pour faire un espace sacré et tout ça... dans les maisons japonaise on met un autel avec l'ikebana, c'est très sacré aussi... et nous dans les cabinets c'est pas sacré... mais c'est quand même sacré... ça veut dire il y a toujours des fétiches quelque part, il y a toujours des représentations quelque part, pis dans les grands moments c'est magique... on est en connexion étroite, profonde, osmotique avec le monde du patient... et on est dans du plus grand que nous... et j'ai pas d'autre mots pour dire ça... c'est le champ... quelque fois on appelle ça le champ. C'est Gilligan qui appelle ça le champ, un peu par analogie avec la théorie quantique... alors ça c'est pas volontaire et c'est pas toujours... mais à certain moment ça l'est... ça l'est vraiment... et on le sait parce qu'on le sent... c'est une sorte d'émotion... mais c'est même au-dessous de l'émotion... c'est plus loin que l'émotion... c'est une alliance thérapeutique extrêmement... profonde, intime... et qui va se terminer juste après et... c'est très bien comme ça. Et j'ai aussi vécu ça dans les expériences chamaniques... »

« Les images sont les vecteurs de ça, elles sont avec, elles sont là. »

« Quand on dit on essaye de comprendre, on essaye de mettre dans du linéaire, dans des concepts, quelque chose qui est de l'ordre d'une expérience globale... »

« L'état de conscience modifié, c'est un état autre, de légèrement autre à beaucoup autre, comme disait Melchior, (...) c'est ce qui permet certainement que les images, ne soit pas que des images mais touchent l'entièreté de l'être. Ses sens, ses 5 sens, son sentir premier (comme dirait les magnétiseurs), son âme, son affect, sa mémoire, toutes ces choses-là. Et donc, ça c'est l'état de conscience modifié qui permet que l'image prenne cette dimension... d'une expérience comme d'une expérience vécue... »

« Et l'état modifié de conscience c'est pas juste des petites lumières dans le cerveau, c'est aussi ça... ça vous met en contact avec le monde... c'est la vieille notion romantique de l'être qui est relié à l'univers... et l'univers est en toi et tu es dans l'univers... »

Je dis qu'on a beaucoup écrit sur les états modifiés de conscience, sur le pouvoir de la relation thérapeutique en soi, mais peu sur les images...

« alors c'est comme si c'était pour le bon peuple... les images... et pis en plus c'est un fouillis... parce qu'il y a Tisseron sur les images en psychanalyse... parce que dans le champ de l'histoire de l'art, il y a plein de gens... Didi Oberman et compagnie... qui ont écrit sur les images... alors c'est les images fixes pour moi, les peintures, les photos, voilà l'image... pis ce dont nous parlons nous en visualisation c'est un processus dynamique, ça bouge, c'est pas une image fixe... c'est les modifications qui nous intéressent... donc c'est le film... c'est de l'image mouvante, c'est du cinéma, en fait. »

« Cet imaginaire qui est omniprésent dans le théâtre, dans la poésie, dans la littérature... quand vous lisez un roman, il faut créer les images qui vont avec... vous devez créer la gueule du personnage... vous êtes dans la visualisation tout le temps... sur le vecteur de l'écrit... et quand vous allez voir le film fait la dessus, c'est pas pareil... »

« Ce que je trouve intéressant dans votre histoire... j'ai pas la réponse, c'est point d'interrogation... c'est en quoi... on a beaucoup parlé du champ, beaucoup parlé de la relation, beaucoup parlé de dispositif, beaucoup parlé de tout ça et peu parlé... de ce processus métaphorique... c'est-à-dire, peu parlé de ce... du rôle des images... moi je trouve que c'est un beau sujet... mais là vous allez à voir avec le vocabulaire... »

DEA sur les états modifiés de conscience... H8 était la seule à avoir expérimenté les états modifiés de conscience... il y a un problème

Qui c'est qui a dit le mieux... ah ben les images de William James... les images auditives... moi je trouve ça génial... plus personne dit ça... mais c'est ce que nous vivons tout le temps en hypnose... que les images sont pas que des images... elles touchent l'entièreté de l'être... »

« Gilligan... ben lui il a été le jardinier d'Erickson... il dit je suis un spécialiste de la transe disait-il parce que moi, je suis fils d'alcoolique et donc je connais les états de transe familiaux, systémique... c'est un type d'une brillante intelligence, qui a développé tout un travail tout à fait passionnant... (...) c'est un de ces américains doués, qui a écrit plusieurs bouquins, et qui a notamment beaucoup parlé du champ... (...) il a mis en place tout une théorie là autour, aussi autour de la notion d'amour... il est beaucoup invité ou convoqué chez les PNListes bizarrement... il est jamais venu dans nos cercles de chamanisme... mais j'ai un copain qui est allé à plusieurs de ses séminaires... il a une hypnose qui est très reliée au corps... alors je ne sais pas du tout quelles positions il a par rapport au chamanisme... »

Il est jungien... j'aime pas tellement sa théorie mais j'aime sa

« Teresa Robles, dont je vous parle, c'est une petite mexicaine qui a du sang indien, et qui est allée dans les forêts faire du chamanisme et qui a fait de l'anthropologie et qui en même temps fait de l'hypnose... qui est probablement la plus chamaniste des hypnothérapeutes... elle fait partie des grands de l'hypnose, mais elle a un côté très chamanique dans sa façon de fonctionner avec des cercles et avec des grands rituels, et des choses comme ça... alors les occidentaux disent d'elle... mais nous on comprend pas

ce qu'elle fait mais on est à genoux parce qu'elle fait des choses que personne n'ose faire avec des personnes psychotiques... et elle met tout le monde dans le cercle.. elle met le psychiatre, l'infirmière, les parents, le fou, tout le monde... et puis les étudiants aussi... »

Robles → la magie de nos masques.

Noelle Poncelet, n'a rien écrit, a donné des séminaires d'hypnose, une toute grande hypnose

Deux femmes, hypnothérapeutes, reliées au chamanisme

Premier entretien : C1

« Une image, ça peut pas être un rêve en entier ? » Si ça peut aussi être un rêve

« Celle qui me vient en premier, en fait c'est un rêve... pis c'est vrai que dans les rêves... il y a différentes sortes de rêves pour moi, mon vécu... il y a les rêves quotidiens, qui sont... qui sont un amalgame d'images qui viennent surement signifier qqch... mais c'est pas forcément très clair... mais là c'est vraiment un rêve bien particulier qui m'a fait commencer à chercher des informations sur internet en fait... donc je te raconte ce rêve : Donc j'étais, dans ce rêve en fait j'allais voir une amie, qui est une amie, Soline, qui était avec moi aux arts décoratifs... et quand au moment où je suis chez elle arrivent 3 garçons, 3 hommes, qui ont une caméra pour filmer l'invisible... et... bon ben je me dis « c'est génial » je sors de la pièce pour aller chercher un carnet pour pouvoir noter comment marche cette caméra... et en fait quand je reviens, ils ont déjà installé, plonger la pièce dans le noir, et installé la projection pour pouvoir montrer le film qu'ils ont fait avec cette caméra... donc on se retrouve tout de suite dans le film... et dans ce film, c'est comme un film d'animation, on se promène dans une ville et là il y a plein d'hommes qui marchent, des personnes qui marchent avec des têtes d'animaux... toutes sortes d'animaux, cochons, vaches, tigres, enfin... et... je dois aller à la mairie, à la salle municipale, pour chercher des documents d'identités parce que je vais me marier, et donc... je suppose que je suis avec mon compagnon et donc on pénètre dans cette salle... la salle est entièrement vide, et il y a juste une voix... une voix comme une voix de machine, de femme qui... et en fait, il y a un hologramme qui apparaît avec nos... et nos documents, nos identités apparaissent sur cet hologramme... et en fait il apparaît... une blanche, un indien, et au milieu et un petit dragon noir... et la voix dit que ce n'est pas de notre faute... voilà les choses sont faites comme ça, c'est pas de notre faute, notre identité est faite comme ça, et c'est... la raison pour laquelle il y a tant de malentendu et d'une sorte d'impossibilité de rencontre entre deux races ou ethnies... et voilà... on sort de cette pièce... et là c'est un second chapitre qui s'ouvre en quelque sorte... donc j'arrive à l'entrée d'une sorte de territoire, de vallée au pied d'une falaise... à l'entrée de laquelle il y a un gardien, un indien et qui dit, ici l'entrée est interdite aux blancs, est interdite aux non indiens... je passe quand même, je franchis la porte d'entrée de ce territoire et tout le long de la falaise il y a différentes ethnies... qui sont là au pied de la falaise et qui sont représentées avec leur tradition... enfin ils ont tous leur vêtements traditionnels etc. et je passe devant ces différentes ethnies... et j'arrive à un endroit... donc il y a la montagne comme ça... et ici il y a une chapelle creusée dans la roche tout au bout et les indiens qui font le culte catholique dans cette grotte... en moi-même je me dis « c'est dommage qu'ils aient perdu leur tradition pour une autre... » et en même temps je me dis « en même temps c'est leur droit... si cette tradition leur plaît, pourquoi pas, non plus ? » et puis... au bout de cette... donc on arrive au bout de la falaise là... dans laquelle il y avait en face cette chapelle... donc il y avait un espèce de goulet par lequel je passe et là je me retrouve dans une salle de mariage et c'est l'aube... donc toute la nuit la fête a passé... j'ai pas très envie... il y a ma cousine qui est là... et puis ils ont tous un peu bu, ils sont tous un peu éméché donc je décide de retourner à la chambre de Soline pour me coucher... et j'arrive pis en fait ils sont en train de discuter là et... je décide d'aller me promener sur la plage... et il se trouve qu'on est au pied du Mont Saint Michel et donc je marche sur la plage et là je rencontre un ami du Tai Chi qui m'accompagne et qui m'explique l'importance du Mont St Michel, son histoire etc. et au moment où on marche sur la plage comme ça... il y a un chat noir qui vient se frotter dans mes jambes... et en fait ce chat noir c'est exactement comme le... le petit dragon noir qu'on a vu au début... et voilà, le rêve s'arrête comme ça... »

« C'est vraiment un rêve dont le contenu m'a marqué, et l'intensité m'a marqué profondément... et puis le fait que c'est quand même un rêve assez long... »

On parle du Mont St Michel, pont entre la mer et la terre, entre la terre et le ciel. Et puis c'est St Michel qui tue le dragon... ah non c'est St Georges...

Tu fais ce rêve et... « ... et donc tout de suite je vais voir sur internet ce que je peux trouver sur les dragons noirs... et la symbolique, etc. et en fait je suis tombé sur un texte de Michael Harner, que je ne connaissais pas à l'époque sur son premier voyage chez les Shuar et sur sa première expérience avec l'Ayawaska, et dans laquelle il voit des dragons noirs, qui ont une sorte de peuple venu de l'espace qui fuyait un danger mortel, et qui sont cachés dans toute la création terrestre et qui sont même à l'origine de la création à l'intérieur de laquelle ils sont cachés... ils sont qq part dans tous ce qui est créé sur cette terre... »

Ca c'est le texte sur lequel tu tombes « Ouais (...) en fait c'est un résumé que j'en fais mais son voyage c'est un voyage en soi... c'est un voyage avec l'ayawaska qui raconte... et qui lui donne cette clé entre guillemets... et qu'il va confronter... ensuite il va interroger les... le guérisseur du coin et aussi des pasteurs qui sont là et en fait le guérisseur lui dit que « oui les dragons sont là constamment... » »

Et tu vas sur internet, toi qui insistes tellement sur le fait de ne pas analyser...

« A l'époque je ne faisais pas de chamanisme... (...) et je pense que je n'avais pas encore été en Amazonie même... (...) ça a plusieurs années mais c'est vraiment rester une expérience marquante... »

Tu fais un lien avec ce que tu vis sur le moment ?

Ne se rappelle plus exactement le contexte mais dit que c'est sûr qu'elle doit faire un lien avec « disons le désir qui est un peu dans tous mes projets aussi qui est de rapprocher les peuples ou de faire connaître ou de rompre des barrières ou des idées reçues les uns sur les autres... autant dans un sens que dans l'autre... »

Et aujourd'hui... maintenant que tu pratiques le chamanisme, t'irais toujours sur internet

« Oui je pense que j'irai quand même sur internet parce que c'est un outil que... c'est aussi un outil magique... et en fait par rapport à ce que je t'avais dit sur le fait de... en fait sur comment on fait les interprétations de toutes façons je pense que chacun interprète à sa manière... même un voyage chamanique... celui qui le fait doit apprendre à l'interpréter à sa manière... mais après ce sur quoi je... m'interroge... c'est sur le... le fait de dire que c'est un contenu inconscient... je pense pas que les visions chamaniques si on va chercher une réponse... si on a une vision qui vient d'un esprit qui est un être à part entière... fin un « être », je sais pas si c'est le mot... mais qui est un esprit à part entière... pas une création de notre inconscient, vu qu'il existe en dehors de nous-même... ça peut pas être du contenu de l'inconscient sa réponse... c'est là que je me dis, on ne peut pas interpréter à la façon jungienne... en analysant le contenu... en partant du principe que c'est du contenu de l'inconscient ce qui monte à la conscience... si c'est une réponse donnée par qqn d'autre... mais bon en fait ça reste avec des points d'interrogations... parce que tout est connecté... même quand on va chercher une réponse sur internet... en fait c'est comme une prolongation du rêve... parce que même l'instant qu'on vit... actuellement toi et moi... et puis on vient de reparler de ce rêve... finalement c'est comme une progression du rêve... il est aussi réel cet instant que l'instant du rêve en fait... »

Après pour toi c'est quoi la définition de l'inconscient ?

« C'est censé être... une sorte de réservoir d'informations ou de choses qui sont à l'état latent mais qui sont... auxquelles la conscience n'a pas un accès direct ou dirigé... c'est ça ma perception de l'inconscient... »

L'inconscient et les esprits ?

« Ben ça peut pas être de l'inconscient personnel en tous cas... après les archétypes... enfin on parle des archétypes... (...) Jung il y surement fait une carte de sa cosmogonie personnelle et où il place les archétypes et l'inconscient collectif... après il a... peut-être il parle pas d'esprits directement parce que imagine à son époque... s'il avait commencé à parler d'esprits... »

Je dis qu'il en parle dans le livre rouge

« Oui mais c'est ça... c'est dans le livre rouge... pas dans les publications... parce que dans les publications de l'époque, il n'a jamais parlé de ça parce qu'il aurait été juste pris pour un... ça l'aurait encore plus décrédibilisé mais effectivement en fait... »

Du coup ton rêve tu dirais qu'il viendrait de...

« Ben je sais pas parce que c'est difficile de tout compartimenter parce que tout est lié... après il y a des catégories, on met des noms dessus... mais tu vois, même l'inconscient, c'est une espèce de soupe, enfin dans l'image que j'en ai... c'est une espèce de soupe dans laquelle on met un peu tout ce sur quoi on ne sait pas mettre d'autres mots... »

Pour toi le rêve il vient de cette espèce de soupe...

« Et ben non... (rises) fin... je sais pas... »

En fait ce qui m'intéresse c'est comment, toi, tu te représentes les choses

« ben en fait je sais pas d'où ça vient... et je le considère à la fois comme un cadeau... qqch qui m'a vraiment été donné à dessein... une information qui m'a été donnée à dessein, mais par qui... je sais pas... »

Les symboles ?

« Pour moi je le prend littéralement ce rêve... dans un sens littéral... fin... c'est vraiment un rêve qui me donne des informations sur notre recherche d'identité... en fin de compte, nous êtres humains, on n'arrête pas de chercher quelle est notre identité... c'est un message qui donne des réponses ou des voies sur... on s'est toujours questionnés, les humains, on pas arrêté de se questionner, n'arrêtent pas de se questionner sur leur identité, qu'est-ce qu'on est, où on va et d'où on vient... et pour moi ce rêve il participe à la réponse... et le fait qu'il commence avec cette caméra qui filme l'invisible... c'est vraiment une information essentielle... tout le travail que je fais... en peinture j'essaye de montrer, justement, ce lien avec l'invisible et... donc je sais pas s'il y a une caméra qui puisse... à part notre propre cerveau qui projette des... peut projeter des images des mondes dans lesquels il voyage... c'est le seul outil qui puisse rendre compte de ces passages entre le monde invisible et notre réalité... et... »

Donc c'est toi la caméra ?

« Oui c'est nous la caméra... nous et des fois aidé de plantes... »

Parce que tu peins tu arrives, tu essayes de rendre compte de l'invisible ?

« Oui mais en fait je pourrais très bien le raconter si mon talent c'était d'écrire et... l'idée c'est de pouvoir retransmettre ces voyages dans les mondes invisibles... »

Quand tu dis que tu prends littéralement... les dragons...

« Ca m'a renvoyé aux écrits sur la gnose... les manuscrits... je crois que c'est les manuscrits de Qumran (...) qui datent de l'époque du Christ... et là qui raconte aussi d'autres versions... avec les archontes etc. ça m'a ramené à des versions... d'autres versions que l'histoire de la Bible mais qui sont intéressantes aussi... »

Du coup ces dragons noirs pour toi aujourd'hui ?

« Ben je les vois plus comme un élément qui est là dans notre constitution, dans notre ADN peut-être qui fait que on perçoit pas les choses dans leur globalité, ou dans leur intégrité... (...) par rapport à ce qu'on est fondamentalement... comme un virus... qui fait que les choses ne sont pas parfaites (rises) »

A l'époque tu peignais déjà l'invisible...

« Ben c'est vrai que je peignais déjà des contenu qui était ramené de l'inconscient, là on peut le dire, parce que j'utilisais cette technique... commencer à peindre des formes, projeter des matières et puis petite à petit regarder et voir ce qui émergeait ou ce qui venait, ce qui était déjà une projection de mon inconscient à ce moment là... enfin on peut voir les deux... soit on peut dire que c'était des projections de mon inconscient... soit on peut dire que c'était déjà un dialogue avec le monde spirituel... j'en sais rien en fait... mais il apparaissait des contenus comme ça des contenus de la mythologie, mythique, des êtres qui semblaient sortir de contes, de légendes ou d'autres réalités... »

« Et en fait... bon de toutes façons j'ai toujours été passionnées depuis toutes petites par les peuples amérindiens... que ce soit du nord ou du sud... donc le fait qu'ils apparaissent comme ça dans mon rêve c'est pas non plus une découverte sans aucun lien avec la réalité... c'est vraiment dans la continuité du vécu et de mes intérêts... mais c'est vrai que... comme dans ce rêve c'est comme une incitation à les... en fait c'est comme une fête quand ils sont dans les... tous les uns à côtés des autres... c'est vraiment une réunion... je sais pas si c'est annuel ou si... c'est une réunion qui a un but bien particulier... »

Dans ton rêve c'est marqué que c'est interdit d'entrer aux non indiens, tu rentres quand même et tu te retrouves à ton mariage...
« Cad que peut-être indien ça veut pas dire forcément... c'est pas forcément lié au fait d'avoir des... c'est peut-être plus un état d'esprit que le fait d'avoir des gènes... mais j'en sais rien... »

Dans le rêve tu n'as pas l'impression que tu transgresses ?
« Si j'ai quand même l'impression d'être une anomalie dans la règle... »

Je me rappelle nos discussions autour des peintures de sable de Navajo, ou sans connaître le sens, le symbole peut agir... mais des fois c'est intéressant d'aller chercher le sens...

« Tu vois par ex dans ce rêve que je t'ai raconté... j'ai pas le sentiment d'avoir besoin d'aller chercher un contenu dans le sens de dire « ben tel élément ça représente ça ou tel élément ça représente ça... » Pour moi je le prends au sens littéral... la caméra qui filme le monde invisible c'est la caméra qui filme le monde invisible... les hommes à têtes d'animaux ça peut très bien être aussi des esprits... et le fait d'avoir un hologramme avec nos identités qui apparaissent et ce dragon au milieu... ce dragon au milieu avec ces deux êtres à l'ADN différent ben c'est vraiment une... c'est l'ADN avec une anomalie au milieu... le chat noir c'est le chat noir, les indiens c'est les indiens... (...) voilà c'est dans ce sens là que je dis, là, l'interprétation en soi... »

« En même temps si on part du principe que tout ce qu'on vit est une image d'une certaine réalité mais fractale... finalement je peux l'interpréter d'une autre manière et ça va prendre une autre... ça va être une métaphore de qqch qui... où dans ma propre vie me donne la même information... parce que je pense que la vie nous fait répéter des schémas après peut-être pour nous faire comprendre un certain message ou une certaine information... »

« Peut-être que notre propre vie... si on prend un échantillon de notre propre vie ou là où on est en train de parler... peut-être que c'est une image qui... à l'intérieur de ce qu'on est en train de vivre... il y a une répétition de ce qui s'est passé dans mon rêve... je dis ça... c'est pas forcément très visible... je pense que la vie elle ne cesse pas de nous répéter des messages d'une manière ou d'une autre... ce qu'on a besoin de comprendre à un moment donné... »

En fait tu fais pas référence à la physique quantique... ça sonnait un peu comme ça « Non c'est vraiment que je pensais qu'un sens particulier, ou une information particulière ou un message particulier... si on arrive à le lire peut-être qu'il se répète de manière fractale sur un temps de qq secondes, d'une minute ou d'un cycle de vie de trois ans... qui va se répéter comme ça jusqu'à ce qu'on le comprenne ou jusqu'à ce qu'on l'ait intégré, je ne sais pas... »

Une image apparue avec le tambour ?
« Depuis que tu m'en as parlé ça vient pas... »

« Mes images sont mes peintures... cad que c'est vrai qu'avec le tambour je fais des voyages... c'est marrant on pourrait imaginer que comme je suis peintre c'est très visuel mais pas du tout en fait... et souvent mes peintures qui témoignent ce lien du monde invisible... ils naissent souvent pas d'images que j'ai eu avec le tambour... ni avec les plantes d'ailleurs... c'est plus... un autre procédé... cad que le fait de peindre en lui-même est un voyage... »

Je trouve intéressant qu'en voyage il n'y ait pas d'image
« C'est vrai et faux en fait... cad que si, il y a un cheminement et... et s'il y a accès à des informations mais ça peut être par des ressentis... ou par une information qui arrive sans image... »

Mais comment ?
« Et ben je sais pas... »

« En fait, en même temps si, il y a des voyages très visuels aussi... si c'est visuel aussi... mais c'est pas forcément des voyages que j'ai ressenti le besoin de peindre ou de... de mettre tel ou tel en image... »

Alors pendant les voyages au tambour, il se passe quoi pour toi ?
« Et ben je vais consulter l'esprit que j'ai besoin de consulter pour une question précise... »

« Je suis en train de réfléchir à ce que je peux raconter ou pas... »
Le droit c'est selon qui ?
« C'est juste une question de diluer la force ou la garder ou la préserver... plus on met des mots sur certaines choses, moins le lien est conservé... entre guillemets. »

« Par exemple, il y a un thème qui est important... parce qu'il y a aussi des voyages exploratoires... où on va explorer des mondes... et... une image qui est revenue régulièrement par rapport à la mort c'est un endroit dans lequel on arrive, et dans lequel il y a des ours qui recyclent leur peau... comme sur un tapis roulants... les peau qui changent... et... qui vont au recyclage en qq sorte... c'est comme si l'ours était un animal psychopompe qui permet de passer d'un état à un autre ou de l'état de vie à après la mort... et cette image là je l'ai eue à la fois au tambour mais... quand je l'ai eue au tambour, en fait ça m'a rappelé des images de rêves... avec la même... pas exactement sous le même angle ou exactement la même constitution... mais c'était aussi à l'orée d'une forêt, en sortant d'une forêt et là il y avait plein de papillons avec plein d'ours les uns à côté des autres et c'était clairement une étape de... de vie et de mort quoi... »

→ faire un chapitre sur le lien entre images en ECM et images en rêves ?

Est-ce qu'elle a permis une prise de conscience ? Quel impact ?

« J'ai du mal à dire ça comme ça... c'est pas une prise de conscience au sens, il y a un avant et un après... je sens pas que j'ai eu un voyage au tambour où j'ai eu une révélation comme ça... brutale entre guillemets... qui change radicalement... enfin qui soit une découverte... »

Et dans ton existence ça t'es arrivé autrement...

« Je sais pas... j'ai eu un accident, un grave accident quand j'avais 24 ans, où je suis resté plusieurs jours avec des fortes fièvres... du à l'infection etc. et c'est vrai que j'ai eu des moments de transe avec la fièvre où je me suis retrouvée en Amazonie au milieu d'indiens nus qui dansaient en cercle autour de moi... et c'est vrai que j'avais vraiment bénéficié au réveil d'un vrai soutien et d'une force... de leur part... »

Tu connaissais déjà l'Amazonie ?

« Non j'avais jamais été en Amazonie... et même en y étant après, j'ai jamais rencontré d'indiens qui ressemblaient à ceux de mon rêve... après c'est vrai, comme je te disais, mon intérêt pour les indiens il existait déjà... mais c'était peut-être une reconnexion à ce moment là avec qqch de mon enfance qui s'était un peu dilué entre temps... mais... je pense que si ça m'a fait prendre conscience que... à un moment où j'étais un peu perdue dans mon cheminement... ou j'avais un peu perdu mon but ou je savais pas trop où j'allais... peut-être ça m'a réveillé cette direction là... en disant... « ben n'oublie pas ce qui était ton intérêt pour toi depuis l'enfance... » »

Donc avec le tambour ou les plantes tu n'as pas vécu de Peak experience comme on dit ?

« Non c'est vrai que les Peak experiences je les ai vécues plutôt dans expériences un peu extrême de vie et de mort... avec cet accident par exemple... si on considère ce que le cerveau déploie comme substance dans ces moments là c'est l'équivalent de... »

« Mais c'est vrai qu'après mon travail au tambour a été beaucoup plus... en fait mon travail au tambour à chaque fois il a plutôt permis d'aller confirmer... ou de vérifier des choses... ou de confirmer des choses mais qui étaient déjà... que finalement... qui étaient déjà... c'était pas des révélations entre guillemets d'expériences qui n'avaient rien à voir avec ce que j'avais l'impression d'avoir déjà côtoyé... »

« Et par exemple... tu vois il y a un tableau sur lequel j'ai représenté un chamane Shuar dans son travail... et c'est vraiment un tableau qui est fait à partir de mes ressentis... de tout ce que j'ai sentis pendant les cérémonies pendant lesquelles j'accompagnait Riccardo Tsakim dans son travail... et... dans ce tableau on voit ses alliés travailler... des esprits alliés, des esprits auxiliaires, des animaux... on les voit extraire des parties... et c'est pas que j'ai eu une vision à ce moment là aussi précise... et pourtant... c'est la transcription... c'est vraiment la transcription d'un ressenti mais qui n'était pas forcément visuel... pour moi les informations sont là comme une photographie... de son travail... »

Il travaille avec les psychotropes ?

« Lui, il travaille avec l'ayawaska... »

Et toi tu l'assistais ?

« Ben du coup j'assistais aux cérémonies de soin qu'il faisait pour ses patients... et il me... souvent il m'invitait à l'ayawaska aussi... ce qui me permettait à la fois de voir de l'intérieur aussi, de ressentir et d'avoir les informations données par cette plante... »

« On voit un Uwishin (terme shuar pour désigner le chamane, d'après mon interlocutrice) travailler avec son bouquet de feuilles hochet... et... on voit un esprit d'un singe saisir une tête de serpent... et... un autre... un autre serpent se dresser dans toute sa splendeur juste à côté... et d'autres esprits qui sont là mais pas forcément agissant... qui sont là pour garder... plutôt pour garder les alentours... il y a un crocodile qui est posé sur un rocher un peu plus loin... et... »

Donc tu les voyais pas... tu ressens ça sur le moment et après tu traduis ça en crocodile, en serpent, en signe...

« Ouais... en fait je dirai même que c'est pas tellement que je les vois sur le moment... après j'ai voulu transcrire ce que j'avais vécu dans la cérémonie et c'est comme s'ils apparaissaient sur la feuille... »

Mais tu ressens quoi sur le moment ?

« Et ben c'est très difficile à décrire... je peux pas te dire que je ressens exactement telle ou telle chose... mais pour moi c'est évident, quand je le vois apparaître sur cette peinture, que c'est ça... que ça représente cet instant-là, ce moment de la cérémonie... c'est un peu en fait... l'idée que ça me fait... c'est comme un négatif que tu développes... tu prends une photo... c'est comme si j'avais sorti mon appareil photo, à l'instant de la cérémonie... mais j'ai pas encore développé le négatif... donc je vois rien, je sais pas ce qui va apparaître... et au moment où je suis en train de peindre, et ben il y a... c'est au moment où le produit révèle ce qu'il y a sur le négatif et tu vois apparaître ce qu'il y a sur ta photo... et... ça correspond exactement à l'instant que tu as vécu... en fait dans ma manière de peindre c'est comme ça... c'est comme si j'avais emmagasiné à l'intérieur de moi des informations... sensorielles ou intuitives ou visuelles aussi parce qu'il y a quand même plein d'images qui viennent à ce moment là... mais que c'est au moment où je peins que ça s'organise... donc que j'arrive à le transmettre d'une manière cohérente... »

La peinture qui est comme un révélateur...

« Et ben ça me permet de me reconnecter à cette force qui été touchée sur le moment... voilà... »

Tu as de peintures comme ça suite à des voyages au tambour ?

« En fait j'en ai plein des peintures qui sont des... par exemple celle-là... qui est plus une sorte de croquis en fait... par exemple elle raconte sur une année différents voyages ou rencontres que j'ai fait avec le tambour, différents guides que j'ai pu rencontrer ou croiser avec mon tambour... et elle montre le véhicule sur lequel je... enfin l'animal qui m'amène dans mes voyages dans le monde d'en bas... une sorte de dragon d'eau... »

Me propose de me les envoyer...

« En fait dans ce tableau on voit une série d'esprits qui sont... qui sont des esprits qui m'ont accompagné disons sur les deux années qui précède la réalisation du tableau... que j'ai rencontré dans mon parcours chamanique avec le tambour... donc il y en a qui sont à la fois sur ce tableau... bon il y en a aussi que j'ai rencontré... il y a quelques esprits qui font partie de mes voyages au Pérou... qui sont liés à des expériences... qui sont pas différentes... parce que c'est aussi avec le tambour... ou pas d'ailleurs... »

ou pas, parce que par exemple la sirène qui est à gauche, pas besoin de tambour pour qu'elle fasse vraiment partie de ma réalité... parce que quand je suis à l'école Ni à Yarapa (?) en Amazonie péruvienne, la sirène elle fait partie intégrante de l'imaginaire de la vie locale, donc avec ou sans tambour elle est de toutes façons là... et donc... ben sur cette image... j'allais dire « sur cette photo » (rires) on voit donc cette femme blanche qui tient une maracasse en haut... c'est Marie Lavaux (?) une prêtresse vaudou... je crois de la Nouvelle Orléan, je crois du siècle dernier... ben il se trouve qu'on avait fait une cérémonie vaudou, dans laquelle elle était venue... fin après c'est difficile à raconter... (pourquoi ?) parce que ça fait partie du domaine du ressenti... bon enfin elle représente cette connexion qu'on a eu sur cette soirée... (en quoi elle était importante pour toi ?) C'était comme avoir accès à sa propre expérience à elle dans un court temps, c'était être elle pendant court laps de temps... et sentir comme elle pouvait sentir et ressentir... l'empathie qu'elle pouvait ressentir par rapport aux gens qui étaient autour d'elle... et la force qu'elle pouvait dégager à ce moment là... et là il y a ça et sa connexion avec le tabac aussi en ce moment... et le colibri qui apparaît sur la gauche, c'est aussi en relation avec une expérience au tambour... pendant laquelle le message était clairement le colibri... mais dans une de ses représentations... dans sa connexion... enfin, ce qu'il représente lui dans les peuples premiers... alors après, ce qu'il représente actuellement... je sais pas si traditionnellement ça remonte loin ou pas... c'est le colibri comme message du monde d'en haut... du monde supérieur... qui peut être un... et c'était un message aussi de paix et de conciliation, donc il est là en train de boire le nectar du flori pon dio (?) la Datura... qui est aussi une plante qui agit sur les rêves... c'est pour ça que je te dis que cette peinture elle mélange, comme je te disais, différentes expériences sur deux ans... donc c'est vrai qu'il y en a qui sont au tambour et d'autres qui ne sont pas au tambour... je dirai que le tambour il est au centre de ce tableau parce que c'est vraiment un vecteur qui permet de voyager aussi bien en haut qu'en bas... c'est vrai que le monde d'en bas pour moi il est très souvent océanique... »

« Je pense que les plantes offrent les mêmes accès (mais le tambour) (...) c'est ce qui me donne accès de la manière la plus ordonnée... (...) ouais c'est plus difficile de savoir où je suis avec les plantes... ça propulse d'un coup... »

« Je pense que la poésie peut avoir le même pouvoir évocateur que la peinture... et même plus... donc c'est juste un moyen différent... (...) avec des résonnances sur nous différentes... »

« J'ai une peinture qui est clairement pour quelqu'un... c'est celle-là... c'est cette peinture là... tu la connais ? Je l'ai exposé au séminaire l'année dernière mais je l'ai vendue... (tu l'as vendue à la personne pour qui elle était ?) non... c'est ça qui est intéressant aussi... ça peut raconter qqch pour qqn sans que la personne ait besoin de l'avoir... elle est clairement... elle parle de cette personne... elle raconte qqch pour elle, elle incarne qqch pour elle... et en même temps maintenant c'est passé... ça n'a pas d'importance... après elle a pris un autre sens pour la personne qui l'a achetée qui connaît pas l'histoire de ce tableau ou comment il est né ou de quelle image... »

La personne pour qui était cette peinture, elle l'a vu ?

« Elle l'a vu... sans savoir d'ailleurs que c'était pour elle ou pas »

Ca lui a fait qqch...

« Ouais... enfin... je veux pas dire cette peinture lui a changé la vie, je n'en sais rien mais... je sais que c'est une peinture qu'elle a beaucoup aimé, apprécié... »

« Je sais pas dans quelle mesure on va... dans quelle direction ça va aller ces interprétations ou pas mais moi j'aurais tendance à penser qu'il y a vraiment une différence à faire... bien distinguer les contenus qui vient de l'inconscient et l'inconscient de chacun qui a des messages qui veulent arriver à la conscience... et le s messages qui sont donnés par d'autres entités, les esprits... et qui viennent pas de l'inconscient, là, mais qui viennent d'une autre réalité... et qu'on peut pas appeler inconscient... enfin bon ça reste avec un point d'interrogation... et je suis sûre que la reconnexion avec ces mondes oubliés... parce que ils ont quand même été... dans notre monde humain aujourd'hui, pour la plupart... complètement oublié... je pense que dans le travail thérapeutique le fait de reconnecter avec cette partie et de pouvoir la nommer comme un monde en soi et pas un produit de l'inconscient, c'est aussi thérapeutique... ça fait partie de la thérapie... parce que le fait de nier l'existence de ces réalités, finalement ça... pour beaucoup de gens qui ont une connexion avec ces mondes, ça les mets dans une situation d'inconfort et de rejet de ce qu'ils sont qui est... qui fait du mal... »

« Il y en a qui vont utiliser les plantes parce que c'est plus propre à leur culture, à leur zone géographique, nous on utilise le tambour parce que on ne peut pas utiliser les plantes ici, mais le but est le même... c'est se relier à des mondes spirituels et de pouvoir avoir leur accord ou leur aide... mais c'est juste le moyen entre guillemets qui change... il y en a un qui va utiliser comme véhicule l'esprit du cheval ou l'esprit du cerf, et l'autre qui va utiliser l'esprit du peyotl ou l'esprit du san pedro ou de l'ayawaska, parce que c'est des véhicules aussi... qui facilitent le contact... »

« Je connais pas bien les jungiens comment ils font, mais à l'intérieur de l'inconscient, il y a aussi... il différencie l'inconscient collectif, de l'inconscient personnel, familial... (...) où est ce que ça peut se recouper... les chamanes aussi ils vont chercher des informations dans l'inconscient... d'une manière différente et pas que dans l'inconscient... »

J'explique que dans la formation d'hypnose que je fais on essaye de se connecter à la personne dans une espèce de champ thérapeutique en lui faisant décrire très précisément ce qu'elle vit, de manière à pouvoir le vivre comme elle et ensuite on propose une métaphore... c'est un peu comme la différence que je fais dans le chamanisme plus traditionnel où le chamane a une image pour la personne plutôt qu'il ne favorise l'émergence d'une image chez la personne, comme dans le néo-chamanisme ou chez plusieurs hypnothérapeutes que j'interroge...

Pourquoi on dit que c'est dangereux le monde du milieu, est-ce qu'en hypnose on travaille dans le monde du milieu sans protection ?

« On dit que c'est dangereux dans le monde du milieu parce que les esprits avec lesquels on travaille dans le monde du milieu sont des esprits qui sont soumis à des nécessités et qui sont soumis à la souffrance comme nous, la souffrance, la faim... donc ils ont aussi leurs propres nécessités à remplir... donc quand ils viennent nous aider, où si on a besoin de s'allier avec eux, eux attendent une contrepartie... donc c'est important d'établir une sorte de contrat avec eux... et souvent dans le chamanisme traditionnel on même avec le tambour avec Michael Harner, quand on travaille avec un esprit du milieu, on s'allie toujours avec un esprit du monde d'en haut ou du monde d'en bas qui est notre garant et qui nous protège et qui permet d'avoir un travail sans problème... donc souvent tu fais fusion avec ton animal du monde d'en haut ou d'en bas pour venir travailler avec l'animal du milieu... et tu

dé-fusionnes de ton animal du monde du milieu, avant de dé-fusionner d'avec de ton guide ou de ton animal du monde d'en haut ou d'en bas... et pareil quand on travaille avec les éléments, eau, feu, air, terre qui sont les forces les plus puissantes du monde du milieu... mais qui n'ont pas de morales... qui sont des esprits amoraux, ni bons, ni mauvais... donc c'est important de travailler avec un esprit, un de tes alliés d'en haut ou d'en bas qui te permet de te protéger, d'avoir un cadre... et c'est vrai qu'on peut vite jouer aux apprentis sorciers si on fait sans respect... »

Pour Pauline... j'ai la réponse à ma question de Mario « Qu'est-ce qui te fais peur » l'abus de pouvoir... et toujours selon Pauline, si j'ai comme ça besoin de contrôler c'est par peur qu'on me contrôle... pour elle c'est pas seulement personnel, c'est propre à beaucoup de femmes, ça fait plus de 2000 ans qu'on est contrôlée, abusée...

Je mentionne les réactions de Florianne (je crois) qui dit qu'on ne peut pas demander de lâcher le contrôle comme ça (par rapport à l'hypnose de Denis, qui a travaillé pour que je lâche le contrôle, par rapport à la nourriture, et que ça a généré des angoisses...) que d'abord il faut construire un espace intérieur dans lequel on se sent en sécurité...

De même, toujours selon Florianne, les femmes qui sont très controlantes avec leurs enfants, c'est les femmes qui n'arrivent pas à offrir un bon contenant...

Si t'as un bon contenant toi, tu peux offrir ce contenant sans devoir tout le temps mettre des limites...

Abus de pouvoir intérieur, pression que je me mets à moi pour être à la hauteur, je me regarde toujours de l'extérieur, avec regard jugeant, au lieu de me regarder avec amour pour faire respecter mon monde intérieur.

→ ma thèse : faire respecter mon monde intérieur

Dans notre monde → stress, pression, contrôle

Je note la différence d'analyser situation où je fais appel à mon grand-père dans un conflit avec mon chef... soit son image intervient et je l'interprète psychanalytiquement et je me dis que j'ai un truc à régler avec les hommes, ma lignée... ou je sens sa force et je me sens forte, et je me laisse pas abuser... et je dis à Pauline que c'est elle qui m'a appris à vivre, interpréter une image comme ça... c'est pas la différence d'interprétation... c'est la différence entre analyser mentalement ou sentir ce qu'amène l'image...

Premier entretien : C2

« C'est pas seulement une image, on a l'impression que tout vient de vision, alors effectivement on peut avoir des visions mais euh il s'agit en fait d'une expérience, qui implique tout les sens physiques de l'être humain, parce qu'il y a pas seulement des images, il y a même certains voyages chamaniques où on a pas d'image on peut avoir des sons, on peut avoir des odeurs on peut avoir des impressions, on peut avoir des émotions. Effectivement après quand on revient du voyage et qu'on essaye de transcrire le contenu du voyage et qu'on en parle ou qu'on l'écrit, effectivement petit à petit se forme des images mais on les a pas forcément durant l'expérience elle-même ces images là.... quand on essaye de les ramener dans la réalité on peut dire. Nous on appelle ça, dans le monde chamanique, le monde du milieu... mais souvent dans les séminaires de bases quand on essaye de faire voyager les gens, les gens vont tout de suite chercher la vision. Alors que... et souvent quand ils reviennent de voyage ils sont déçus... J'ai rien vu. Et puis c'est en questionnant cette personne sur ok t'as rien vu très bien mais quels sont tes autres sens. Quelles sont tes impressions sur tes autres sens. Est-ce que tu as entendu qqch, est-ce que tu as senti du chaud, du froid, est-ce que t'as eu une odeur, fin etc. Donc tout ces éléments font parties de la vision chamanique au sens large, voilà, c'est tous les sens qui sont impliqués. Ça c'est une notion super importante si on parle d'état de conscience modifié. »

« Je dirai que effectivement l'image a un très grand impact. On est quand même des êtres... On est des visuels. Donc oui, si on voit une image, elle prendra tout de suite la priorité. C'est je dirai même que on va rechercher l'image le plus possible. Il y a même des pratiques qu'on appelle des quêtes de vision où on va vraiment chercher à voir qqch. On peut même demander, montre moi qqch. Et là Ça apparaît ou pas mais effectivement on a des images très précises qui arrivent en tête.. donc oui l'image a une très grande importance dans la vision chamanique (*pour toi*) Pour moi en tous, cas. Et qui plus est avec mon métier, je suis graphiste, je suis un visuel, j'adore l'image, j'adore la photo. Fin l'image a une grande importance pour moi. »

« Dans chaque voyage on va trouver des images. Effectivement il y a des images qui sont plus claires que d'autres. Il y en a qui sont plus marquantes que d'autres. »

« C'est vrai qu'il faudrait que j'aille chercher dans ma mémoire qu'elles ont été les images vraiment marquantes de... je dirai encore que c'est différent si on voyage pour quelqu'un. Pour un client qui est venu demander qqch. Ou si on voyage pour soi. »

« Alors oui, il y a eu qqch d'assez marquant dans ma vie personnelle. On va faire l'histoire courte. (...)

Alors oui dans une situation de vie assez difficile. Qui était la séparation d'avec ma femme. Fin ma future ex-femme. J'ai fait plusieurs voyages pour trouver, comment on va dire ça... la meilleure voie possible à emprunter pour reconstruire l'avenir, pour savoir comment réagir devant certaines attaques, certaines colères qu'elle pouvait avoir à mon égard, comment faire pour... fin voilà. Je faisais des voyages pour moi, pour aller demander à mes alliés chamaniques de me montrer quelle voie possible emprunter. Et un des voyages marquant à été, en fait, je me suis retrouvé à, dans une.. je te décris le film.

L'intention du voyage c'était...

C'était une période où je recevais des attaques personnelles de mon ex-femme qui était très en colère. Et la demande était « comment réagir pour désactiver cette colère, pour que le dialogue soit de nouveau possible. Et je me suis retrouvé en fait dans la peau et les habits d'un guerrier primitif, préhistorique on pourrait dire. Peau de bêtes, dans la neige, dans une sorte de forêt, un peu avec des vallons, des collines, et des choses comme ça. Et je me suis retrouvée entourée d'animaux de pouvoir. Certains je les avais déjà rencontrés, je les connaissais déjà et d'autres qui étaient totalement inattendus et que je ne connaissais pas encore. Je me suis retrouvé à gravir une sorte de colline dans la neige. C'était une ascension assez difficile. Mais tout ce clan, parce qu'au fait on formait un clan, était sur le sentier de la guerre. C'est à dire qu'on était armé. Les animaux étaient prêts à en découdre, moi j'avais des armes, des arcs, des flèches, des lances, etc. un carquois dans le dos. Et je m'apprêtais à livrer combat. Donc j'allais en fait, je me rendais dans un village où j'allais livrer combat. Et quand je suis arrivé au sommet de cette colline. Je dominais ce village, c'était de nuit. Je voyais les lumières et à ce moment là est apparu un aigle qui a survolé le village, qui est revenu dans ma direction.

J'ai éprouvé le besoin de déposer toutes mes armes. C'est à dire qu'est venu en conscience, l'idée ou le sentiment... c'est ça, c'est pour ça qu'il n'y a pas seulement des images... le sentiment que la guerre n'était pas nécessaire, au contraire, pour pouvoir résoudre le conflit, je devais déposer les armes. Avec une idée... là c'était pas une image... mais... le meilleur guerrier c'est celui qui a ses armes prêtes mais qui sait ne pas les utiliser. L'épée est aiguisée mais on la laisse dans le fourreau. C'était un peu le message que j'ai reçu, de l'aigle justement, qui est en fait, qui a survolé la plaine avec le village, et qui est venu me faire une sorte de compte rendu, dépose les armes, pour être un bon guerrier, tu dois savoir te battre sans tes armes. Voilà. Voilà une image frappante. »

Pour toi l'image frappante c'est l'aigle... c'est le tout ?

« Le tout, c'était le clan. Il y a eu des éléments importants, La notion de clan, la neige, la nuit, le sentier de la guerre, ces animaux de pouvoirs mais inconnus. Il y avait notamment un sanglier qui était là, que j'avais jamais rencontré, qui était là, très puissant, vraiment prêt à en découdre. Et ce qu'il y avait d'étonnant c'est que tous suivaient ma décision. C'est à dire qu'au moment où je déposais les armes le clan était d'accord de ne pas aller combattre. Voilà une image animée assez frappante. »

Quel impact sur ta vie, sur ta relation ?

« Alors du coup dans mon quotidien, avec ce message, que j'essayais d'intégrer, de rendre concret au quotidien. Ben quand on avait un téléphone difficile où sa colère sortait. Plutôt que de répondre à sa colère ce qui aurait ben activé le combat j'essayais de trouver le moyen pour déposer les armes. Comment faire pour ne pas moi me mettre en colère, comment pour moi ne pas prendre les armes. Ca a été difficile, et petit à petit, justement, en appliquant, ben ça permettait justement de... premièrement d'écouter beaucoup mieux... qu'est-ce qu'elle veut me dire, quel est le message, qu'est ce qui se trouve derrière la colère, et d'aller bien plus loin, que simplement en répondant. »

La relation à cette image pendant ce temps elle t'aidait ?

« Oui, absolument, ça devient une histoire de référence, c'est comme une mémoire tout à coup que tu enregistres et tu peux y faire référence comme à l'expérience réelle. C'est vrai que dans la vie on fait des expériences et ça nous apprend à réagir d'une certaine façon. Cette expérience elle a été virtuelle, dans le sens que je ne l'ai pas vécu réellement dans mon quotidien. Par contre je peux y faire référence. Et dans ma mémoire, j'ai l'impression que ça se trouve au même endroit. C'est à dire que voilà, si je rencontre qqn et j'enregistre son prénom, c'est une expérience que je vis, je pourrais me souvenir de la poignée de main, de sa voix de son visage, etc. Et après, si je rencontre cette personne, ben dans ma mémoire je vais rechercher cette expérience, oui je l'ai rencontrée, oui elle s'appelle comme ça, oui elle a tel visage, etc, etc. Il y a un contexte, une expérience à laquelle je peux faire référence. Un voyage chamanique c'est exactement pareil. Quand je suis confronté à une situation, et bien je peux faire référence à mes expériences chamaniques pour pouvoir trouver une solution ou un message ou qqch qui peut m'aider dans la vie quotidienne. »

L'induction, contexte de l'expérience :

→ seul, en plein nature

« J'essaye au quotidien d'aller dans la forêt avec mon tambour. »

« J'ai un endroit, j'ai plusieurs endroits où je me rends pour faire du tambour, dans le but de faire un voyage. »

« Ca allait pas bien, à l'intérieur de moi, j'étais agité, il fallait que je trouve une solution. Donc voilà, je suis sorti de chez moi. Je suis allée dans un de mes endroits et j'ai fait du tambour, avec l'intention de trouver une issue. Voilà. Et ça m'arrive très souvent quand j'ai besoin de prendre une décision, ou de trouver qqch, pour n'importe quoi. Et bien voilà, ça fait partie de mes pratiques quotidiennes. Je prends mon tambour, je marche, j'essaye de me centrer. Et bien voilà je vais faire un voyage. »

Statut de l'image ? Pour toi c'est quoi ? Inconscient, esprit, message des esprits, une essence ?

« C'est très difficile à répondre à cette question. Alors dans ma croyance. Je crois effectivement que les esprits du monde de l'invisible se manifestent d'une façon ou d'une autre. Que nous en tant qu'être humain on a accès à la perception de ces manifestations. Maintenant je pense qu'il y a aussi une part de l'image ou de l'expérience qui est une projection de soi-même. Et en fait un voyage chamanique c'est la rencontre de ma projection que j'essaye de diriger et une manifestation du monde de l'invisible. Dit grossièrement c'est à peu près ça. Maintenant. C'est comme un rêve. Un rêve il est induit par quoi. Il est induit par une expérience qu'on a emmagasinée. Donc quand on rêve de qqch on fait certainement référence à qqch qu'on a déjà vécu, un acquis. Mais notre cerveau projette une situation pour nous faire comprendre qqch ou pas mais... Il y a une forme de projection dans le rêve. Maintenant je pense qu'il y a aussi certains rêves qui sont des voyages chamaniques et qui sont comme des rêves prémonitoires par exemple. Ca peut être une manifestation de qqch qui vient s'incarner dans un rêve. C'est tellement difficile. Il s'agit aussi de système de croyance. »

Je crois pas qu'on peut trancher, mais pour toi ?

« Pour moi, il y a clairement des manifestations extérieures à moi-même qui proviennent d'une réalité qui est différente de la réalité ordinaire et qui sont des entités. Vraiment. Au même titre que toi et moi. Moi j'ai une enveloppe corporelle et il y a certaines entités qui n'ont pas d'enveloppe corporelle. Et qui utilisent certains médias pour se manifester. »

Et l'image dans ces manifestations ?

« Je pense que dans un voyage chamanique où je vais à la rencontre d'un allié. J'appelle un allié. Et lorsque l'allié arrive, je le vois ou je le sens, c'est une vraie manifestation. L'image. Quand je demande « montre moi la voie » ou « enseigne moi qqch » et si une image se forme... cette image est induite par l'entité en question. Cette entité va utiliser mon expérience personnelle, mon acquis, pour créer une image que je peux comprendre. A la limite avec des symboles que je peux comprendre donc bien sûr que c'est lié aussi à moi et à mon expérience et à ma projection. C'est vraiment une sorte de rencontre entre mes propres expériences, mes propres acquis et ce que l'esprit peut induire en moi et utiliser en moi pour créer cette image pour que je puisse en faire qqch. »

Sans tambour, sans rien

« Ca marche aussi, à fond »

« Professionnellement j'utilise aussi mes alliés. Pas de façon ouverte, je le dis pas. Mais par exemple si j'ai une confrontation avec un chef, avant le rendez-vous je vais effectivement me mettre dans ma bulle, appeler mes alliés, et puis je vais aller au rdv, par exemple accompagnée de mon animal de pouvoir principal. Et en rentrant dans le bureau, je visualise consciemment, mon animal à côté de moi qui rentre dans la pièce à côté de moi, quand je m'assied l'animal s'assied avec moi et en fait ça induit une force,

parce que moi-même je me sens rassuré, parce que mon allié est là. Et tout à coup, le chef qui est en face de moi ressent mon attitude, donc il sent mon allié à travers mon comportement, et du coup il y a une vraie force qui se dégage de cette vision. Elle a été induite consciemment, c'est de l'imagination, oui j'imagine tout ça mais ça a un impact réel sur ma vie réelle vu que ma relation avec mon chef est modifiée à cause de cette présence. Voilà. C'est vachement intéressant d'utiliser consciemment l'imagination. »

« Quand le téléphone arrive (avec future ex femme), que la colère arrive, etc. Immédiatement j'essaie de me remettre dans cette atmosphère du voyage et je puise des forces là dedans. Et effectivement l'aigle est présent, le sanglier est présent, les autres alliés sont présents et du coup, comme avec l'exemple de l'entretien avec le chef, pendant le téléphone, je m'appuie sur cette force qui m'est donnée par la vision. L'aigle est là, du coup je fais référence à « dépose les armes ». Ce qui me calme immédiatement, ce qui change mon attitude, ce qui me rend plus disponible et je suis attentif à tout ce qui se passe, aux mots qui sont prononcés à l'émotion à travers la voix, alors que si je me laissais emporter moi-même par la colère je n'aurais pas accès à tout ça. Le fait de faire référence à ces alliés qui étaient présents dans cette vision et de se replonger dans cette vision, à la limite je ferme les yeux, j'en ai rien à foutre on ne me voit pas, je ferme les yeux, j'écoute, tout en ayant cette vision qui tourne dans ma tête et les choses s'apaisent. Ça a un impact direct sur le quotidien. Ça c'est clair ».

« Je fais appel à le mémoire de la vision »

« On peut inviter des esprits à venir prendre commande du véhicule qui est mon corps. Je mets ma conscience en retrait et quelqu'un d'autre vient à ma place. Je suis toujours conscient, je suis toujours maître. Mais je laisse les commandes. Ça c'est autre chose. C'est vraiment autre chose. » « C'est pas une vision là c'est... »

Dit au tel préalablement que l'expérience d'image la plus forte ça avait été dans une expérience de mort imminente.

« Ce qui m'a amené à faire du chamanisme et le fait de conscientiser des visions. C'est des expériences d'état de conscience modifié que j'ai faites il y a bien longtemps. Je n'avais aucune conscience de ce que pouvait être le chamanisme, etc. etc. Et effectivement c'était une expérience de mort imminente vraiment marquante. Ça m'a bouleversé. Ça a TOTALEMENT modifié ma vie.

A l'époque j'avais 21 ans. J'étais parti de Suisse pour m'établir dans les îles vierges, dans les caraïbes, avec mon amie de l'époque. On faisait beaucoup de yoga, de méditation, on faisait très attention à la nourriture, on se donnait des massages et on faisait des expériences qu'on appelait des rebirthing (une méthode de respiration où on va essayer de revivre certaines expériences passées pour les résoudre). »

« A l'époque, j'étais en grand conflit avec mon père. 21 ans, jeune adulte, ça faisait 6 ans qu'on ne s'était pas parlé. Et je reçois une missive de ma sœur qui dit que mon père a le cancer du colon, qu'il faudrait que je rentre en Suisse pour faire mes adieux. Branle bat de combat, je prends un billet d'avion. Quelques jours plus tard je devais partir, partir en Suisse, retrouver mon père mourant. Ok.

Quelques jours avant mon départ, séance de massage, mon amie me donnait un massage, elle massait mon ventre, et elle arrive sur l'endroit contracté, sur le colon. Au moment où elle touche cet endroit ça me fait très mal, j'ai immédiatement très soif et je lui demande d'aller chercher un verre d'eau. Donc elle sort de la pièce. Et au moment de franchir le seuil pour sortir, je suis terrassé par une force inconnue. 3 mega tonne qui me terrasse qui me paralyse. Je ne peux plus bouger, je ne peux plus parler et je sens mon cœur qui s'arrête. Je sens véritablement, physiquement le dernier battement. C'est la panique intérieure. Dans ma conscience se forme l'idée que je suis en train de mourir et j'appelle au secours mais aucun son ne sort de ma bouche. Et en fait cet appel se transforme en une sorte de désespoir intérieur qui... c'était un appel au secours dirigé vers je ne sais trop quoi mais qui était d'une FORCE. Vraiment la force du désespoir. »

« A ce moment là s'allume au centre de mon cœur une minuscule lumière, que je qualifierai de nucléaire, qui commence à prendre vie, à irradier au centre de moi même, dans mon cœur, et qui commence à rayonner dans tous les sens et qui me dépasse complètement. C'est à dire que c'est comme une sorte d'onde lumineuse qui sort de mon cœur et qui pulvérise tout. Tout à coup il y a une sorte d'explosion, le cœur explose et la lumière en fait jaillit de partout et... puhh j'explose dans l'univers. Je me retrouve complètement disséminé. Comme si chaque cellule de mon corps était devenue une sorte de galaxie. Je suis un système à moi tout seul et je suis entièrement seul. Et voilà... ma conscience flotte là dedans. Je n'ai plus de corps. J'ai juste une conscience et je ne sais pas du tout ce qui m'arrive. Et se forme l'idée. Je suis mort. Voilà je suis mort. Et je suis étonné d'être toujours conscient. Je me demande où je suis. Je vois rien. Et j'ai l'impression que ça dure pendant des siècles. C'est-à-dire que le temps passe.. ou il n'y a plus de temps... en tout cas c'est extrêmement long... Petit à petit je m'habitue à ce nouvel état et je distingue, vaguement, quelque part, très loin et en même temps très proche, une sorte de lumière qui n'avait rien à voir avec la lumière que j'avais ressentie quand j'ai explosé. Une sorte de fluide, plus qu'une lumière. C'était lumineux mais c'était du fluide. C'était comme de l'eau mais sans consistance. C'était doré. C'était une sorte de cône, d'une goutte. Je sais pas trop. J'avais l'impression que c'était très éloigné mais en même temps j'étais tout près. Et quand j'ai pris conscience de ce halo, de ce fluide lumineux, je me suis retrouvé dedans. Et... j'ai ressenti un bien être hallucinant ! C'était l'extase ! Vraiment ! J'étais en extase. Le bonheur. Vraiment. J'ai ressenti le plus grand bonheur que je n'ai jamais ressenti de ma vie. Et puis... Comment expliquer ça simplement... les mots c'est difficile... Encore une fois, se forme dans l'esprit ou dans la conscience qu'effectivement je suis mort, que je suis accueilli, mais que je dois regarder la raison pour laquelle je suis là. Et puis le mot défile.. le mot défile est faux... se forme devant moi un monde qui est le mien.. je me vois dans ce monde... je me vois agir dans ce monde. En entendant certains témoignages « je vois défiler ma vie au moment de mourir » c'est un peu ça mais en même temps on a tout en même temps, toutes les informations en même temps, on se voit dans plein de situation. Et j'ai l'impression de comprendre que je suis un être lumineux. Comme tous les êtres d'ailleurs. Mais que dans le monde qui se présente à moi sous cette vision, je n'ai pas utilisé la brillance, la lumière. Et pis je me vois comme si j'avais une sorte de cape, de manteau gris, par dessus moi, qui m'empêche de rayonner cette lumière justement. Et je suis pris d'une honte (rires) incommensurable. Je suis terrassé, pétrifié par le fait de prendre conscience que j'ai pas fait juste, ou que j'ai pas réussi et je pleure toute l'eau de mon corps. Et je pleure, je pleure, je pleure... Et la aussi ça dure des siècles. J'ai des siècles de honte. Je suis la misère du monde à ce moment là. Et de nouveau se forme l'idée que c'est pas grave, que je vais y retourner, et que voilà. C'était juste important que je vienne ici pour prendre conscience de ça. Et tout à coup, il y a une sorte de... fin je sais pas trop ce qui se passe.. ça fait comme quand on rembobine une bande très rapidement.. et je me retrouve dans mon corps. A ce moment là, vraiment, c'est comme si ma conscience revenait dans le corps, avec un rewind. A ce moment là je suis assis sur la table de massage. J'ai en face de moi un miroir. Et la première fois que je vois en reprenant conscience c'est mon image dans le miroir. Et je suis super étonnée de voir que c'est pas moi. Je me reconnais pas. Et je suis étonné et une colère hallucinante s'empare

Je parlais plutôt de se confondre alors...

« Je trouve que c'est primordial de faire la différence parce que c'est vraiment deux expériences différentes. Elles vont se stocker au même endroit et on pourra y faire référence la même chose mais c'est deux mécanismes différents pour moi. Qui sont similaire mais qui vont pas dans le même sens. »

Tu parles de l'archétype du puma

« Si je parle d'archétype c'est l'esprit du puma. C'est le Puma avec un P majuscule. C'est tous les pumas. C'est pour ça que je parle d'archétype parce que... »

« (Le Puma) C'est mon premier allier. C'est le premier animal de pouvoir que j'ai rencontré qui a accepté de devenir mon allié. Il est toujours présent. A chaque voyage il est présent. Il est pas forcément proche mais il est toujours dans le coin. S'il a besoin d'intervenir il vient, sinon il laisse d'autres agir. Mais c'est lui ma référence à quelque part. C'est lui ma référence. Et quand j'ai besoin d'aller dans le monde de l'invisible c'est mon véhicule. Le tambour c'est ce qu'il y a dans le monde réel, ordinaire. Le son du tambour te permet de te mettre dans un état de conscience et l'image du puma arrive. Voilà. Et puis après il se passe qqch. Soit le puma me guide vers qqch ou un autre animal. Soit autre chose. Mais le puma est toujours présent. »

Et dans ta vie quotidienne. Il est présent ?

« Oui. Il est souvent présent. Je l'utilise. Je m'y réfère absolument. Et je me sens du type puma dans la vie. Lors de nos séminaires etc. etc. on nous encourage à pratiquer notre archétype de l'animal de pouvoir dans le monde réel. On nous dit, si vous allez en forêt, invitez le puma à venir et promenez vous en forêt comme le puma. Au début ça te paraît ridicule parce que tu vas bouger comme le puma, tu vas grogner, tu vas rugir, machin, etc. t'essayes de le faire seul dans un coin où il n'y a pas trop de monde (rires) mais tu te prends très vite au jeu. Et il m'est arrivé de me retrouver en montagne de nuit et de faire appel à la vision nyctalopes du puma et ça marche. Alors tu te dis tu te fais des idées mais je crois pas. Non, non vraiment. Tu distingues les choses mieux à travers les yeux du puma. Ouais. C'est assez fou. Je dirai c'est quasi comme un ami, dans le sens que tu dois entretenir cette relation. Un ami ben il est bon de se voir, de se parler, de boire un verre, d'échanger qqch. A un ami on peut raconter ses peines, ses joies, ses choses, voilà. Pour moi l'animal de pouvoir c'est pareil. Je dois entretenir ma relation avec lui. Je dois l'inviter, je dois lui parler. Et j'essaie de le faire le plus souvent possible. »

Et tu le fais comment ?

« Dans le quotidien, quand je suis dans la vie quotidienne dans un bureau et ben je vais simplement rechercher dans ma mémoire ces visions justement... et ressentir l'atmosphère voilà. Ressentir la musculature, les crocs que j'ai déjà... J'ai déjà fait cette expérience, je me suis déjà confondu avec le puma. Donc d'y faire référence par la mémoire. Tout à coup t'arrives à les sentir véritablement. Tu superposes ta vision à l'image de la réalité ordinaire. Et tu te sens différent. Ou alors si j'ai l'occasion d'être isolé ou dans un groupe de personnes qui font du chamanisme, le tambour induit très rapidement une transe. Et voilà, j'utilise le tambour pour invoquer les esprits. »

Le terme archétype est employé dans la formation.

On fait référence à ce que Jung a dit de l'archétype.

« Tu parles de chamanisme, hypnose, et imagination active. Pour moi le chamanisme c'est la forme primordiale de ce genre d'expérience. Et puis l'hypnose, et l'imagination active et d'autres méthodes d'ailleurs sont une sorte de forme raffinée des expériences chamaniques. »

« Brut.. qui n'est pas raffiné. Pour moi le chamanisme c'est brut. Et puis après il y a des méthodes qui se sont développées à partir de ce qu'on a découvert en chamanisme dans la nuit des temps. Puis avec l'évolution du monde, des consciences, on a pu développer des méthodes plus raffinées qui sont l'hypnose, l'imagination active, la PNL.. je sais pas... tout ce qui fait appel à des ECM. »

« C'est comme les religions, il y a Dieu, Allah, ou je ne sais trop qui. On fait tous référence à cette énergie ou à cet archétype et après on a d'autres méthodes, les musulmans ils font comme ça, ils juifs, ils font comme ça, les chrétiens il font comme ça... mais en fait on puise tous à la même source. Voilà pour moi c'est un peu la même chose entre chamanisme et ces méthodes de thérapies. On puise à la même source mais après on met d'autres lunettes, on regarde les choses différemment, on a d'autres vocabulaires et puis on développe d'autres méthodes... »

« Les lunettes que je mets influencent l'expérience. Après c'est très proche de la physique quantique. L'observateur influence l'expérience. La façon dont il regarde les choses ça va modifier le résultat. »

QQ mot encore sur le puma, tu me dis que c'est le premier animal, est-ce que c'est le plus important ?

« Alors étonnamment ce n'est peut-être pas le plus important, c'est le plus présent, c'est le plus proche, c'est le plus familier mais... Par la suite à travers toutes ces recherches, toutes ces séminaires, toutes ces cérémonies, il y a d'autres animaux qui se sont présentés qui eux ne sont pas des alliés principaux par contre c'est toujours eux qui viennent dans une situation précise et ils viennent pour des pratiques précises comme par exemple... En chamanisme on parle d'extraction par exemple ce qui peut être assimilé à des exorcismes chez les chrétiens. Ben là quand j'ai fait des voyages pour recevoir l'enseignement de comment pratiquer une extraction d'autres animaux sont arrivés. Il y en a deux qui travaillent en couple d'ailleurs, qui étaient une chouette et un serpent, qui travaillent de concert. Ça a été d'ailleurs... La première fois que j'ai rencontré le serpent ça a été une expérience difficile parce que je déteste les serpents. Ce serpent est sorti de moi. Donc ça a été super impressionnant, j'ai été vraiment bouleversé par ça. La aussi j'ai fait des voyages avec des images ultra précises. Tu veux que je te raconte ? »

« Ok donc séminaire avec Ulla Straessle, séminaire sur les extractions. On a déjà fait le séminaire de base. Ouais je crois que c'était le deuxième séminaire. Ok. Le but de ces quelques jours c'est de trouver vos animaux de pouvoir pour faire des extractions. On fait donc plusieurs voyages. Ulla nous guide à travers nos recherches et nos voyages, etc. etc. Et puis lorsqu'il a fallu appeler des alliés dans le monde de l'invisible. Première chose qui s'est passé c'est que j'ai senti sortir un flux de ma colonne vertébrale et passé entre mes jambes et sortir de moi à travers ma queue en fait mais que je n'ai pas et un serpent est sorti de ma colonne. Ça m'a terrifié. J'étais.. J'ai eu vraiment peur de ça. Je voulais fuir mais courageusement je suis resté dans ma vision. Et ce serpent en

fait est sorti et m'a montré qu'il avait le pouvoir de drainer. C'est à dire qu'il m'a montré qu'il pouvait rentrer dans le sol, ressortir par n'importe quel trou que lui choisissait. Et en fait je me suis aperçu que sur ce sol il y avait une sorte de cadavre et que le serpent pouvait rentrer dans ce cadavre, aller drainer des choses, cad prendre de l'énergie dans ce cadavre ressortir par une orbite, ressortir par la bouche etc. Et c'était horrible, c'était macabre, c'était vraiment très pénible à regarder. Et lorsqu'il a fait tout son show parce que c'était vraiment... il me montrait qqch une chouette est arrivée et au moment où il est sorti de la bouche du cadavre, la chouette a attrapé le serpent par la tête l'a extrait du cadavre, l'a emporté et là, l'a lâché dans un feu, un énorme feu. Ma vision a changé. Je me suis retrouvé devant ce feu qui était une sorte de forge. Et ce serpent a fondu comme du métal, s'est retrouvé dans une sorte de creuset et ce métal liquide, chaud et rouge, a coulé dans une sorte de coupelle qui était dans l'eau. Et cette coupelle une fois qu'elle avait recueilli tout ce que le serpent était et donc toute l'énergie qu'il avait extraite de ce cadavre. Cette coupelle a commencé à s'éloigner dans l'océan avec l'idée que ceci ne t'appartient pas. Laisse-le partir, ne le touche surtout pas, ne le prends pas sur toi, ceci ne t'appartient pas et c'est comme ça que tu vas pouvoir extraire les choses et c'était la fin du voyage. Et une notion de nuit, de goût de pétrole dans la bouche, tout était bleu foncé presque noir, avec le pétrole. Voilà. Ca m'a montré comment appeler un esprit ou ces esprits-là, pour venir en aide à quelqu'un qui me demande voilà j'ai mal ici ou il se passe ça dans ma vie. Et que lorsque je fais le voyage je me rends compte qu'il y a qqch à enlever, à extraire et ben je vais faire appel à ces deux archétypes, à ces deux animaux de pouvoir. Et.. voilà, je projette le serpent, il sort de moi, ce serpent rentre dans la personne. A ce moment-là je me transforme en chouette, je me confonds avec la chouette et je survole la personne. Et en fait cette personne est une sorte de vallée dans lequel il y a un flux d'énergie. Et je vois en transparence on pourrait dire, en superposition, comme si j'arrivais à scanner en fait la matière de la personne et je vois le serpent se déplacer, je vois où il est dans le corps, je peux le suivre, les yeux de la chouette le suivent comme ça, etc. Et guident le moment où il va ressortir. Et au moment où le serpent sort, la chouette sait qu'elle doit l'attraper et l'extraire. Puis après la jeter dans le feu, et après ça ne m'appartient plus. Et je sais même pas de quoi il s'agit. Cad qu'en faisant ce soin si la personne me questionne « mais qu'est ce que vous m'avez extrait ? » je suis incapable de répondre. C'est les esprits quoi. Voilà. »

En parlant du puma, son animal allié : « Il me donne de la force. Il me donne confiance. Il me calme. Il me permet de me faire confiance, dans qui je suis, dans mes capacités. »

Au quotidien ? « Ouais au quotidien, ouais à fond. Mais c'est très étonnant parce que... j'ai un feeling hallucinant avec les chats qui sont des félins aussi. Certaines personnes me disent... « mais mon chat est un sauvage, jamais il ne vient vers quelqu'un » et ça m'arrive de me retrouver avec des animaux comme ça sur mes genoux, qui ronronnent et qui se frottent... Pis t'es là où je pense qu'il y a qqch, il doit sentir qqch. Je me comporte comme un félin en fait à quelque part. Et du coup il a confiance. Même si c'est un sauvage qui déteste les humains. Ouais je pense que c'est une influence. »

« Il y a un autre animal qui est important dans mes... c'est le cerf. Que j'ai rencontré assez tardivement. Mais qui est en fait... mon tambour est fait de peau de cerf... J'ai eu une question, justement parce que j'avais pas assez de vision à mon goût, j'étais déçu de mes voyages... étant un visuel, j'allais chercher la vision et c'est vrai que des fois j'avais pas de vision. Et c'est lui qui m'a appris à comment utiliser mes autres sens justement. Et c'était fou parce que le premier voyage que j'ai fait avec lui quand je l'ai rencontré, il m'a dit... fin il m'a dit... c'est pas des mots.. c'est dur de traduire... Il m'a invité à le suivre et à vivre qqch avec lui, et en fait je me suis aperçu qu'on était traqué. On était deux animaux traqués. J'étais un cerf lui aussi, mais j'étais pas en lui, j'étais un autre cerf. On était traqué. Et du coup, immédiatement, vu qu'on était en fuite et qu'on était une proie, il fallait utiliser ses sens et pas seulement la vision justement... l'ouïe, qu'est ce que t'entend ? Et... (renifle) l'odorat et euh... on a plus que 5 sens, le sens de la vie, genre COMMENT SURVIVRE, c'est un sens ça, euh... etc. etc.. Donc lui m'a appris à ouvrir mes sens dans la vision justement. Et c'était fou parce qu'il y avait qqch d'assez sexuel en fait, aussi. Le fait tout à coup de ressentir tout son corps et de, d'avoir comme un amplificateur des sensations... quand j'ai compris ça, cad quand j'ai intégré le fait qu'on pouvait ouvrir ses sens il m'a emmené vers une sorte.. fin vers ses femelles en fait... Et la je peux pas dire j'ai vu, mais je peux dire j'ai senti la sensations (c'est très sexuel, je suis désolé) mais j'ai senti le pénis du cerf pénétrer une femelle et c'est vraiment une sensation. Quelle est la sensation sur la muqueuse quoi... qu'est-ce qu'il ressent. Et c'était merveilleux quoi (rires). »

« Il m'arrive si je fais l'amour à mon amie... (Je suggère : de t'imaginer être un cerfs ?) Oui exactement et elle le ressent à ce moment-là... (rires) chéri, fais le cerf »

Je partage mon expérience du cerf (pas sexuelle mais aussi sur les sens). Et on tombe d'accord → les bois du cerf : des antennes !

Moi : « Vu que j'ai pas forcément parlé, échangé avec quelqu'un... c'est marrant de retrouver le cerf et du coup ces mêmes... »

C2 : « Si on parle d'archétype justement c'est fou. En rencontrant le cerf tu as fais le même genre de découverte, des sens, etc. de façons différentes... Excellent, excellent. »

« Pis voilà, maintenant, si je donne un soin à distance par exemple. Je sais que le cerf court très vite. Donc je m'adresse à lui pour aller apporter le soin. Donc c'est lui qui va être le transmetteur pour le soin à distance par exemple. »

« Il y a l'ours qui m'était apparu aussi... à un moment de ma vie où ça n'allait vraiment pas bien... Et, euh, l'ours est apparu comme protection. Tout à coup cet animal m'a permis de me calfeutrer, de me cacher, et lui il gardait l'entrée pour que je puisse je soigner, m'en sortir, reprendre mon souffle et mes forces, etc. Et l'ours était le gardien de ma grotte de guérison, on va dire.. de ma chrysalide. »

Partage : je partage que pour moi l'ours aussi est apparu. Je sentais la peau épaisse de l'ours qui me protégeait. → PROTECTION → C2 : « ouais c'est fou on retrouve un archétype encore une fois. Protection. L'ours, protection. Et bien des gens qui ont l'ours dans leurs animaux l'utilisent pour la protection. »

Moi → ah ouais c'est fou, moi je sais pas trop ce que vivent les autres

Gad : Ulla c'est un des ses alliés principaux → intéressant de lui poser la question

Quand vous utiliser les termes archétypes c'est surtout pour les animaux ? → oui.

→ « on parle d'archétype pour les animaux qui sont dans le monde d'en bas et puis il y a des entités célestes ou ... je sais pas, du monde d'en haut, qui eux ont plus de rapport avec l'être humain en fait. C'est des esprits qui ont été humains. »

→ vous parlez d'archétypes ? → non

→ « La on parle d'entité et pis il a une personnalité là. On parle de guide plutôt. »

J'explique pourquoi j'ai choisi le terme image et pas archétype, vision, métaphore etc. et j'explique que je m'interroge sur l'emploi du terme jungien « archétype ».

→ C2 : « A la FSS ils parlent d'archétype... de l'animal. »

C2 : « Les guides du monde d'en haut sont plus personnifiés. »

Expérience avec substance ? → oui → peyolt non, oui avec ayawaska les psylo, la bédadone, l'amanite tue mouche, MDMA mais j'ai pas du tout les drogues chimiques → différences ? → c'est pas comparables, vécu différents. Ce que tu reçois de l'expérience est différente :

« Quand tu es sous psychotropes, pour moi tu es vraiment possédé par un esprit de façon chimique... biochimique j'ai envie de dire (rires) ou energeticochimique. Et l'esprit de la plante vient t'enseigner qqch. Bon le point de départ est toujours le même, c'est à dire qu'on a une intention, on demande qqch, on intercède pour qqn ou on veut un enseignement... mais voilà... la méthode change, soit le tambour, soit... après on peu mélanger les choses mais c'est des ingrédients différents pour avoir des expériences chamaniques. »

Différence de visions ?

Oui visions différentes selon plantes. Toutes les expériences en Suisse.

Ayawaska avec chamane d'amazone, avait amené sa préparation. Venu 2x d'une année à l'autre des choses à faire

→ ont comparés leur plantes de pouvoir. Lui était très intéressé de découvrir la bédadone qu'on trouve en Suisse qui procure des visions aussi, très différentes.

T'arrives à décrire ces différences ?

Avec ayawaska vision très géométrique, eu sensation des textures et couleur incroyable. Totalement immergé. T'es dans des rails et tu ne peux pas en sortir. C'est ça qui est impressionnant. Tu sais que tu peux pas en sortir avant que l'effet disparaisse.

Gad a vu serpent, semble assez courant, certains se font dévoré, lui a eu un dialogue, dont se souvient absolument pas, comme de la télépathie, sur le moment tout semble un enseignement mais va se loger qq part, après tu te souviens pas.

Quand tu ressors, encore un moment quand tu bouges ta main tu vois de la lumière, quand tu vois un arbre impression qu'il respire à travers la lumière. Sensation merveilleuse. Avec les champignons psilocydes, effets assez proches, peut-être pas totalement immergé dans la vision. Superposition entre le monde ordinaire et ta vision. C'est merveilleux mais ça peut être terrifiant.

L'amanite c'est pas du tout immersif, tu gardes conscience. Par contre t'as une sorte d'énergie, d'amour qui émane de ton centre. Tu commences à aimer les choses. Tout devient merveilleux.

On a fait une cérémonie magistrale, une trentaine, plein d'amanite. Le but c'était de rentrer en communion avec l'esprit de l'amanite. On a tous demandé la même chose, de recevoir un enseignement, quand ça a commencé à monter, on a commencé à tous chanter. C'était un chœur merveilleux avec une cathédrale végétale. On hallucinait bien sûr mais c'était magnifique.

Mais vous hallucinez tous la même chose ?

Oui quand on débrieфе le lendemain c'est fou de voir la similarité entre le vécu, entre les visions.

Le chamanisme m'a permis de calmer le mental. Ça m'a permis de répondre à mon besoin de sens. J'avais besoin de mettre du sens à cette expérience primordiale que j'ai vécu aux Caraïbes. Bon je continue à me questionner car on est tous pareils, on se pose des questions mais le chamanisme apporte des réponses, concrètes.

→ c'est surtout ça, du sens, que ça t'a apporté →

« Non, pas que, non, non, non. Oui ça a apporté un sens à cette première expérience effectivement mais ça va bien plus loin que ça. Ça devient un mode de vie, ça devient euh... une fois que t'as touché à ça t'arrives plus tellement à faire autrement quoi... que de voir le monde à travers ces lunettes-là. »

→ ça apporte quoi de voir le monde à travers ces lunettes-là ?

« Ben ça... hum... je sais pas... ça nous rend déjà bien plus humble... il me semble... par ce qu'on se rend compte qu'on est.. ouais, bien peu de choses.. qu'il y a vraiment des choses qui nous dépassent complètement.. fin.. dont on a aucune compréhension.. On fait de notre mieux pour comprendre les choses pour les vivre, pour... ça m'a aussi réconcilié avec la spiritualité. J'ai eu une enfance euh... bercée par la religion.. avec des parents... fin une mère surtout, un peu bigote, dans un milieu très chrétien, très pratiquant, très étroit d'esprit. Pis j'étais un peu en révolte devant cette vision du monde tellement réductrice. Pis dans mon for intérieur d'enfant, j'avais le sentiment que c'était pas tout juste. Dans mon intelligence pas encore très bien formatée... je me rendais compte qu'il y avait des sortes de paradoxes dans la religion... Il y a des choses qui ne jouent pas dans ce qu'on nous enseigne. Et puis mon esprit d'enfant était un peu en révolte parce que.. eux ils devraient savoir... mais moi je sens dans mon cœur il y a autre chose.. dans mon ressenti c'est pas juste, quoi. Pis quand tu poses des questions, il y en a certaines qui fâchent. (rires). Ouais. Donc je pense que le chamanisme ça m'a réconcilié avec la spiritualité. Ça m'a permis de trouver une voie où je pouvais en fait être détendu vis-à-vis de la spiritualité. Etre plus en accord avec mon ressenti plutôt avec le dogme. Les chrétiens ils disent « C'est comme ça, tu dois suivre cette voie, sinon tu es perdu, tu es à l'enfer » et pour moi cette vision elle est obsolète, elle est pas juste. Obsolète c'est pas le bon mot Elle est pas juste simplement. Elle ne correspond pas à ma vision ou à mes sensations. Quand je me confronte au monde, c'est pas la sensation que j'ai. Oui il y a des choses qui vont mal, oui... la douleur, l'injustice... tout ça ça existe, mais je vais pas mettre les lunettes de la religion là dessus. Je vais plutôt essayer de mettre les lunettes.. d'aller avec mon ressenti. Comment je réagi devant l'injustice, comment je réagis.. pis c'est là que j'utilise le chamanisme... « aide moi à trouver une voie qui soit en harmonie en fait avec le monde en son entier. L'univers à quelque part. ça m'aide à me connecter au monde, le mieux que je peux. Du mieux que je peux. Avec ce que j'ai et ce que je suis. »

→ Aide moi à trouver une...

« Ouais on est souvent confronté à faire des choix, à ne pas très bien savoir, est ce que ce sera mieux ça, à droite, à gauche, est-ce que c'est mieux de choisir le bleu ou le rouge. Rires. Ben à travers une vision tu peux avoir une réponse. Tout à coup ça te donne une assise, une assurance. Pis après tu peux te référer à ton choix parce que tu as eu une expérience quoi. »

Expérience → « (Animal de pouvoir) va t'emmener dans un endroit où t'as vas faire une expérience, où tu vas voir qqch, ou ressentir qqch, c'est souvent un véhicule. Je crois que notre esprit, notre mental, pour pouvoir faire cette expérience a besoin de choses connues pour faire l'expérience.. alors du coup...

Alors c'est peut-être moi qui fabrique cette image du puma (mon animal de pouvoir) qui m'emmène qq part et qui me fait vivre qqch, ou voir qqch. Mais je m'en fous à qq part. Le fait est que je vis qqch, ou je reçois qqch. Et voilà, je peux y faire référence après, quoi. »

« Non non il y a des choses troublantes. Ca m'est arrivé de recevoir un objet pendant un voyage. Quand tu reviens à toi t'as pas l'objet mais après dans la vie quotidienne, cet objet apparaît quoi. On te donne qqch, Ou tu trouves... je sais pas qqch... et tout à coup cet objet et là quoi... hum putain.. c'est fou quand même.. après tu vas dire.. on peut .. ouais on peut dire tout ce qu'on veut la dessus. Mais le fait est que oui, oui ça m'est arrivé quoi. Comme la chanson de Nougaro, l'ange, la plume d'ange. Je sais pas si tu connais. C'est un texte plutôt. Ca n'a rien à voir avec le chamanisme mais ça illustre un peu... C'est quelqu'un qui fait un rêve, il voit un ange et pis il lui donne une plume. Et l'ange lui dit « Si t'arrives à faire croire à qqn dans le monde que cette plume d'ange est réel et ben tu sauves le monde. » Le mec il se réveille et pis putain il y a une plume sur son oreiller. Tu connais pas ? C'est pas les mots exacts mais... Il va vers sa femme et il la réveille « Chérie j'ai une plume d'ange c'est une vraie plume d'ange » Pis elle est là « Laisse-moi dormir, arrête tes conneries » Pis, merde, pis il essaye de convaincre sa famille, ses amis, fin etc. personne le croit pis ça devient tellement important pour lui qu'on le croit fou. Et on l'enferme dans un asile pis en fait il est toujours avec sa plume pis il rencontre un fou. Et pis le fou avant même qu'il dise quoi que ce soit dit « oh.. mais t'as une plume d'ange » Voilà. Jolie histoire.. Pour moi c'est un peu ça le chamanisme. Il y a des choses concrètes qui arrivent pis t'y crois ou pas mais en tous cas il y peut être des fous qui sont assez fous pour voir des plumes d'anges là où elles sont. »

Archétype, vision « Pour moi c'est une expérience, tous les sens sont mis à contributions. »

Interaction avec puma ? Tu lui parles ?

« Alors moi je parle, ou concrètement avec des mots, s'il te plaît, merci, montre-moi, donne-moi, emmène-moi, fais qqch. Et lui ses réponses sont à travers des actes. Et s'il a qqch à dire ça devient une idée qui se forme dans ma tête. Une forme de télépathie comme je l'ai souvent répété. Lui ne parle pas, il agit. Et s'il a besoin de communiquer, il te forme une idée dans la tête. Tout à coup ça devient une évidence. « Ah Ok ». Et je sais pas comment mais tu sais que c'est lui qui t'as donné cette idée. »

« Je voudrais terminer avec la parole Dakota qu'on prononce dans les swet lodge « Mi ka tuye oya sin » qui est une formule pour dire « va présent ce que je fais, ce que suis et pour toutes mes relations » C'est une façon de se connecter à ton clan, ta famille, tes proches, ton clan, ton environnement, le monde, l'univers. Et tout ce que tu fais a une influence sur tes relations. C'est aussi une forme de remerciement, de conclusion à qqch. En général on conclut en disant « Mi Ka Tu Ye Oya Sin » pour toutes mes relations. Je fais un truc « Mita kuye Oya sim » et pis ça veut dire je fais ça pour mes relations. Voilà et pis le chamanisme c'est ça. Moi je fais en tout cas... Je suis dans cet esprit là quoi. Quand je bouge, quand je fais qqch, ça a une influence « mi ka tuye oya sin » sur tout mon environnement quoi. Voilà. »

Merci → « Merci à toi, je trouve ça super intéressant ».

On a terminé, arrêté d'enregistrer et puis on reprend sur qqch d'intéressant, je décide de réenclencher enregistreur :

« Je voulais dire, oui on parle d'archétype, mais pour moi je dois aussi épurer l'archétype de sa symbolique. Très souvent si j'intercède dans le monde de l'invisible pour un client et que je ramène une vision, que je ramène un enseignement ou un objet ou qqch... il me demande mais quel est la symbolique... du canard blanc sur le lac... et pour moi ça n'a aucune importance... je veux dire, je ne vais jamais chercher la symbolique des choses, parce que on peut se tromper dans la symbolique... je donne un exemple... j'ai vu une lumière rouge... ok... quand je dis rouge, lumière rouge... alors il y a l'archétype lumière rouge. Mais en même temps, l'expérience que toi personnellement tu as fait de la lumière rouge et différentes de l'expérience que moi j'ai faite de la lumière rouge. Et peut-être que la lumière rouge ça symbolise... je sais pas... « un endroit super protégé où je peux me laisser aller avec mon amoureux » par exemple, ou alors pour qqn d'autre ça peut être, « il y avait le feu après la guerre ». Et du coup, la symbolique de la lumière rouge est totalement différente entre la guerre et l'amour. Tu comprends ? C'est pour ça que jamais je ne vais donner d'interprétation à un voyage que j'ai fait pour quelqu'un. Je dis « j'ai vu la lumière rouge... J'ai vu ceci, cela... » Et je laisse la personne le soin de digérer cette vision. Parce que.. voilà. Et c'est vachement important de faire la différence pour moi entre l'archétype du puma et la symbolique du puma. On a un dictionnaire des symboles, si je lis le dictionnaire des symboles, oui il y a des choses qui peuvent correspondre à mon archétype du puma. Et il y a des choses qui ne correspondent pas du tout. Et il faut pas s'arrêter à ça. »

Accompagnement, quoi faire de l'image ? laisser faire ou analyse. Différence en groupe ou seul .

« Si je suis avec un client et que j'ai une vision pour ce client et qu'il me pose des questions sur la symboliques. Je vais lui tirer les vers du nez en lui disant, ok, mon gars, sort ta propre symbolique. Qu'est-ce que ça te dit, qu'est-ce que tu ressens quand je t'apporte cette vision. A quoi ça se rapporte, quelle est ton expérience ? Et puis c'est là quel le travail commence à se faire en fait. C'est là. Et je crois que l'analyste jungien fait exactement la même chose. Il va tirer les vers du nez de la personne. Qu'est-ce que ça déclenche chez toi comme émotion, comme sentiment, etc. souvenir... et vas-y met sur le tapis.. c'est pour ça que t'es là. T'es là pour guérir. Mais je suis super prudent et jamais je vais dire pour moi le rouge ça veut dire l'amour. Tu vois. Je laisse la personne me dire... Ok on peut essayer de donner des pistes, ok, ouais. Je suis super prudent. »

Exemple, organisation de barque chamannique au Marchéru, en dehors des séminaires d'Ulla. A proposer l'expérience à un de ses clients.

« Il y a eu toute une histoire, je lui ai fait une extraction qui était une sorte de secret de famille, c'est tout ce que je j'ai pu percevoir... quand je lui ai rapporté ça c'était percutant, ça lui a parlé tout de suite, etc, etc. Puis, quand on a fait le debriefing ou tout le monde.. voilà on avait fini le rituel, etc. etc. Le client a posé la question, « mais, quel était ce secret ? est-ce que c'était lié à une personne, à ma grand-mère ? à un mort ? » Et pis moi, dans ma perception des choses, comme je l'ai expliqué tout à l'heure, ce que j'extrait ne m'appartient pas. Je ne me préoccupe même pas de savoir ce que c'est. Et je lui ai répondu, je ne sais pas, je peux pas répondre à cette question. Et pour moi ça n'a aucune espèce d'importance. Si ça en a pour toi va chercher toi-même un sens à tout ça mais voilà. S'il y a eu un secret de famille... moi je ne peux pas répondre à ça. Et là, dans l'assemblée, il y avait qqn qui était venu aider comme rameur de la barque qui est médium, qui a dit, « mais bien sur c'est important, il faut absolument savoir qui est derrière ce secret. Et moi, en tant que médium, je peux interroger les morts. » Et du coup on est entré en conflit entre deux systèmes de croyances où moi je disais « Non c'est pas grave, je l'ai extrait c'est en train de s'éloigner, c'est en train de partir. Pour la guérison

il n'y a pas besoin de savoir. » Et l'autre disait « Oui, il est important d'aller interroger les morts ». Et ce patient s'est retrouvé en porte à faux entre deux systèmes de croyances. Voilà. »

Du coup ça se finit comment ? → comme c'est moi qui organisais la barque, l'autre n'avait pas à ouvrir sa bouche.
« On a un principe en chamanisme. S'il n'y a pas de demande, il n'y a pas d'action. Si on ne demande pas qqch on ne va pas dire. Voilà »

A du debriefer avec client qui était perdu.

« Ok si t'as besoin on ira interroger le mort, mais dans l'état actuel des choses, j'ai extrait qqch et ce que j'ai extrait n'a aucune importance. Maintenant si tu veux faire un autre... si t'as besoin de savoir, de comprendre, etc. on peut faire d'autres séances mais là maintenant, dans l'état actuel des choses, laisse partir cette chose. Ne te préoccupe pas de ce qui a été dit. Sache que si tu veux interroger un mort tu peux le faire. Je pense que ce n'est pas nécessaire, maintenant c'est ton choix. Et c'était nécessaire de faire ça. Mine de rien on va dans des choses subtiles et délicates et des gens fragiles on peut très vite les désarçonner... Ça peut être dangereux même pour leur mental. Donc prendre des précautions. Voilà. Je sais pas pourquoi tu me racontes tout ça mais voilà. »

Moi : il y a beaucoup d'enjeu autour des interprétations et des non-interprétations. Au nom de quoi s'il n'y a pas de demande, on ne fait pas. Ou bien t'accompagnes dans l'auto-interprétation.. si c'est important pour lui. Qu'est-ce que c'est accompagner. Pour moi qui m'a toujours questionner → laisser faire ne suffit pas. Pour Jung et Jodorowski il y a une responsabilité envers ce qui est apparu.

C2 → « Si la personne a besoin de clarifier, tu dois aller clarifier justement. Ça fait partie de tes devoirs de praticiens. »

« En groupe c'est parfois plus difficile. En soin individuel c'est primordial. Le soin repose sur cet accompagnement. T'as un engagement.

Moi → responsabilité envers les esprits. → Jodorowski, psycho-magie.

« Ou se trouve la limite entre l'accompagnement, la découverte personnelle. C'est pas facile... en groupe de conduire... plusieurs personnes... c'est pas facile... Je trouve qu'Ulla s'en sort bien. Mais c'est vrai que des fois ça manque de feed-back, de debriefing... »

Que faire de ce qu'on a reçu dans le monde personnel au sortir d'un stage.

« Tu fais le voyage, après tu concrétises ça dans le monde du milieu avec la personne pour qui tu l'as fait. Et pis c'est là où les choses se passent quoi. Ouais. Une grande partie peut se faire dans le voyage mais c'est vachement important que la personne puisse intégrer, faire l'expérience.... »

Je dis : « Ramener ça dans le monde du milieu et d'en faire une réalité. Et c'est quoi cette réalité ? » → exactement. → comme la plume de l'ange → Exactement !

Premier entretien : C3

Au début a fait les formations des 3 ans avec Ulla pour nourrir sa créativité de photographe puis peu à peu ça a changé, a fait une formation sur les rituels... petit à petit en est venu à accompagner les gens dans des passages avec le chamanisme et avec tout ce qui est lié au rituel, lieu sacré, espace sacré...

Pas thérapeute au sens classique (séance d'1h avec le tambour), processus plus long incluant par exemple la photographie).

Utilise la photo avec le rapprochement entre l'importance de la lumière spirituelle et la lumière en photographie.

Part dans la nature faire des photos avec une intention pour une personne puis lui remet la photo « la personne, avec ces images ou avec cette image, ben par rapport à l'intention de départ, elle a cette image là... ça pourrait être le titre de l'image cette intention... pis elle a cette image... ben cette image là il y a des choses qui viennent, il y a des réponses qui viennent... »

« Je l'ai aussi mis en pratique pour moi... quand j'ai une question... je pars avec une question en ballade, la montagne, la forêt... je fais ces images, je reviens et puis je vis avec ces images pendant... une semaine, deux mois, six mois qui sont dans mon atelier... du coup petit à petit elles me parlent... »

« Il y en a une que j'ai toujours en tête mais qui est effectivement une aventure avec une plante... du coup c'est vrai que je me suis posé la question aujourd'hui en sachant que tu venais... « mais qu'est-ce que je lui sors comme image ? » et du coup... il y en plusieurs... (...) j'en ai quelques-unes... c'est toujours lié à la forêt... (...) il a des choses que j'ai rêvées, il y a des choses qui sont venues dans la réalité et puis après... ça se mélange... »

« J'ai rêvé il y a pas mal d'années de ça... pas mal... il y a peut-être 6-7 ans... on était à peine ici... peut-être 10 ans... je rêvais... c'est un rêve assez court... en contrebas... je suis au sommet d'un mont et puis en contrebas il y a la forêt, et là il y a un gros ours qui sort de la forêt et qui fonce droit sur moi... et il vient vers moi et il me fout un coup de patte, un coup de griffe... je sens encore les griffes là... et puis il me laisse quoi... il ne m'a pas tuer mais il est vraiment venu « paf... boum... bam » et... je vois très bien l'endroit de ce rêve là... et je sais pas si c'est 6 mois ou une année après... je me suis retrouvé dans la réalité dans cet endroit de mon rêve... (que tu connaissais pas) non jamais vu avant... et en haut du mont il y a un rocher... que moi j'appelle mon ours... d'autres gens diront que c'est un autre animal... mais moi j'y vois un ours... et à cet endroit là où il m'a griffé... et cet endroit là c'est devenu depuis mon lieu de force... un endroit où je vais me régénérer ou je vais méditer... c'est vraiment un lieu où c'est hyper important pour moi d'y aller régulièrement... cet animal c'est devenu un allié que je connais... qui est

vraiment un allié pour quand je suis dans la forêt et lié à ma famille aussi... l'ours qui protège ma famille et qui m'aide dans la forêt... qui est souvent là... qui... qui est aussi sur ce lieu là... quand j'ai besoin d'aller là-bas il est là... étonnamment quand j'arrive sur cet endroit mon téléphone fonctionne plus, j'ai plus de téléphone... et c'est vrai que c'est... ouais c'est mon lieu de force depuis ce moment là... donc ça ça serait une des images... »

« La deuxième c'est... un jour je suis monté... au sommet de la dent le Lys et puis... et la dent de Lys c'est assez raide, c'est assez a pic comme ça... à un moment donné j'étais en haut et il y a vraiment comme un chemin qui s'est ouvert dans la pente... j'ai vu le chemin... du coup je me suis dit « ah facile je descends là »... pis j'ai commencé à descendre... et puis tout à coup j'ai commencé à voir une croix... pis je me suis rendu compte que c'était vraiment à pic, en plus je portais un bois, j'avais ramassé des pierres... donc j'étais un peu chargé... et... et là j'ai commencé à avoir peur... et comme j'étais déjà pas mal descendu, j'osais pas remonter non plus et puis là, en face, juste un peu plus loin, je suis tombé sur des bouquetins... il y avait un troupeau de bouquetins... qui m'ont regardés (...) et puis c'est comme si les bouquetins ils m'avaient ouvert la voie, ils m'avaient protégé, enfin je sais pas... il y a eu un truc, j'ai pu continuer des descendre... avec ces bouquetins qui étaient là... ça n'a pas été facile, descendu machin... et puis en arrivant ici... Isaline me dit... « mais tu pues le bouc »... alors des fois je transpire, je vais dans la forêt machin... mais elle m'a dit « mais tu pues le bouc... » ah ouais je sentais le bouc... et depuis... après j'ai continué à explorer cette relation avec le bouquetin, le bouc sauvage... et puis de puis je l'utilise chaque fois que je suis dans la montagne, que je suis dans des pentes raides, vraiment il m'aide quoi. Je monte hyper facilement... alors chaque fois que je l'utilise alors j'ai une chanson qui vient avec... et j'ai l'odeur qui vient avec... je sens le bouc... et c'est hallucinant... il y a cette odeur qui vient chaque fois avec le bouc... (...) il se trouve que le bouc, le bouquetin c'est un animal que j'ai depuis longtemps parce que mon tambour est en peau de bouquetin... alors du coup, c'est un animal que je connaissais... qui est un vieux grand-père... alors après, dans quelle mesure il s'est retrouvé là... ça s'est croisé... »

« Mais voilà c'est juste des petites images comme ça, des petites ouverture... qui pour moi étaient... si tu veux c'était...encore une fois c'était pas un voyage chamanique classique au tambour... mais quand j'étais là bas en haut et pis que j'étais sur mon sommet de montagne, et puis que j'étais complètement en état modifié de conscience... ça faisait un quart d'heure que j'étais là, en train de regarder, de méditer ou de...juste me laisser porter par ce lieux... tout à coup ça s'ouvre et chhhuit... »

T'avais déjà fait beaucoup de chamanisme avant ? T'avais déjà fait la formation des 3 ans ?

« Non j'avais pas fait les 3 ans, je pense pas... les 3 ans ça a plutôt rigidifier le tout... si tu veux toutes mes aventures je les ai vécues... enfin toutes non parce que ça continue... mais beaucoup d'aventures j'ai vécu même avant de faire du chamanisme, mais juste en sachant pas du tout ce que c'était et puis en découvrant... en pouvant mettre des mots là dessus où j'ai découvert Ulla... un jour où je suis allé faire un soin chez Irène... Irène Zumsteg (?) je sais pas si tu vois qui c'est... qui est une autre nana qui... pis j'avais des problèmes de sommeil, de mal à la tête, de grande grande fatigue, etc. et puis je me suis retrouvé chez elle après avoir fait tout un parcours... elle elle m'a soigné... et ben il y a eu des images durant le soin... et puis j'étais là « c'est quoi ces trucs » puis je lui ai demandé pis elle a dit « ouais, ça c'est du chamanisme... il y a des gens qui font ça... » elle m'a tellement mis... c'est comme tout à coup dans ta vie il y a 10-15 pièces de puzzle qui se mettent ensemble... tu dis « c'est quoi ce truc ? il y a pas moyen d'apprendre plus ? d'aller à qq part... » et là elle m'avait envoyé chez Ulla en disant « ben voilà, cette dame elle donne des stages, et puis j'ai... j'avais débarqué là... quoi... donc l'aventure elle était déjà là... et puis après au début j'ai fait tous ces stages de...la mort, le recouvrement d'âme... tout ce cursus... et puis c'est dans cette période là que ces histoires elles sont arrivées... cad... ça c'était en 2000... j'ai rencontré Ulla en 2008 je pense... c'est entre 2008 et 2010-12 du genre... je pense quoi... (et t'as fait la formation ?) on est quoi, 2014... 2010-2012 je pense... »

« Il y a des images récurrentes... de lieu, des images récurrentes d'animaux... et des fois ça se recoupe... »

Le plus important (le lieu ou l'animal ?)

« Je pense que typiquement, si je prends l'histoire du bouc... non mais je pense que c'est quand même le lieu... fin le... l'animal il est là, il est fort, il revient dans d'autres circonstances... mais dans cette image là, c'est cette histoire de pente, typiquement du lieu... si je prends l'histoire de l'ours... ben l'ours, il est tout le temps dans la forêt, il revient dans différentes histoires... mais cette image là, c'est typiquement sur ce lieu là parce que c'est ce lieu là que j'ai retrouvé à un autre moment... donc...et pis quand c'est une caverne, quand il y des chemins, des forêts, des clairières, des... c'est comme si les animaux... se déplaçaient, étaient mobile... c'est comme si c'est une énergie qui bougent sur une énergie plus fixes... et du coup les images elles sont... c'est comme si je pouvais plus facilement me raccrocher à des lieux parce que c'est plus fixe... et puis plus filable... non pas plus fiable, mais c'est là quoi... il y a comme un côté plus... plus stable dans l'énergie, dans la vibration... l'animal il est dans l'ubiquité... alors que le lieu il y a quand même une forme de cartographie pour moi... »

Je dis, le lieu tu le retrouves dans la 1^{ère} image mais dans la 2^e image tu fais appel à l'animal...

« Si tu veux quand je fais appel j'ai très peu d'images visuelles de ce bouc par exemple, il y l'odeur, il y a le chant... c'est vraiment la voix... j'ai un chant très court comme ça mais il... et puis l'odeur... (tu la sens) sur le moment pas trop mais après quoi... c'est pas ça l'image c'est plutôt une conséquence... si le bouc était vraiment là, il y a le fait que je sens le bouc... maintenant je l'appelle même plus vraiment il vient un peu... »

Tu sais comment quand il vient ?

« Et ben soit j'ai le chant avant, soit j'ai le chant quand il est là... et puis je me sens... comme sur un rail, quand je monte tout à coup c'est comme... dernièrement je suis tombé sur les histoires d'aborigènes australiens... sur « les songs line »... (...) où c'est vraiment... l'idée c'est que tu as des chants d'énergie... dans les routes sur la terre... en Australie... dans leur lieu et chacun possède un chant ou couplet un verset... et puis le verset... en fait les chants c'est des cartes... ça t'aide à te déplacer... c'est oral et tu transmet comme héritage un verset... de père en fils... un verset à ton fils... donc t'a ton verset, ben ton verset tu vois... tu parles du rocher, le grand rocher où tu tournes, t'arrives au-dessus de la forêt, ton couplet c'est peut-être la forêt depuis le grand rocher, jusqu'où tu vois... quand tu vois plus ben c'est le couplet suivant... fin etc. pis ces chant, c'est comme des lignes telluriques ou cosmo telluriques, c'est comme les lignes d'énergies mais qui sont chantées... qui ont été chargées par les générations qui ont marché là... est-ce qu'ils ont lu des lignes qui existaient de la terre... mais il se trouve que ça fonctionne comme ça et qu'ils se les passe comme ça... et puis ça m'a halluciné de découvrir ça après mes histoires de bouc... de dire « en fait c'est la même chose que je fais avec mon bouc... je chante le bouc et pis tout à coup ça me donne plus d'énergie, surtout en montée ou quand c'est en grosse descende... quand j'ai besoin... en plus j'ai mal aux genoux donc j'ai besoin d'une force et puis du coup... ça aide... mais c'est pas forcément une image visuelle... si tu veux je le connais, je le connais d'ailleurs... vu que c'est je pense que c'est le même qui est sur la peau de mon tambour... c'est son esprit... »

Quand tu vas chercher ton animal, tu penses que c'est ton animal ou tu en as plusieurs ? Est-ce que le bouc est ton animal principal ?

« Mon animal principal ?... C'est absolument pas lui... non moi j'ai une ménagerie... à force d'en faire... tu as une ménagerie... je te parle de l'ours... pis chacun je peux te dire à quoi il me sert, dans quel cadre je l'utilise, ces deux là... ils sont très précis dans ce cas là, mais... j'ai un animal allié qui est pour mon âme... quand c'est un recouvrement d'âme ben je le vois... j'ai un animal allié pour la mort... quand c'est une histoire de mort... enfin, si je le vois, je sais que c'est une histoire de mort... une espèce de cafard pour les extractions... et tout ça c'est pas mon animal principal... j'en ai chaque fois... après je sais pas peut-être qui ont plus, qui ont moins... là dernièrement depuis une année, j'en vois un que je ne connais pas... je sais pas qui c'est, je sais pas à quoi il sert, pis je l'ai croisé une ou deux fois... dans mes voyages... alors j'en sais rien... après... pour moi c'est des matérialisations de l'énergie, qui me parle à moi à ce moment là... et puis je le... mon animal allié qui est un aigle... des fois c'est un cygne, des fois c'est une poule, des fois c'est une autruche, des fois c'est... ils e modifie en fonction... il joue quoi... il prend plein de posture quoi... donc c'est pas... »

Du coup si c'est pas tes animaux alliés principaux, comment ça se fait que c'est ces images les plus marquantes ?

« Parce que c'est celles-là qui sont venues, où j'arrive à les résumer, si je commente à te parler de l'aigle, on en a pour la nuit... parce qu'il est tout le temps là... »

L'impact dans ta vie ?

« Il y a pas un impact énorme dans le sens où je les utilise à un moment donné où ils apparaissent, où ça se passe, où il y a un truc qui se passe... il se trouve que... ben ouais je vais beaucoup plus en confiance quand je suis dans la montagne, quand je suis dans la forêt, je vais me remettre entre leur patte s'il y a besoin, je vais être tranquille, je vais oser plus de choses... l'ours par exemple... si je suis avec cet ours... j'ai un sentiment... je me transforme au niveau de mon rôle de père... c'est comme si je deviens protecteur avec mes enfants... je suis un ours quoi... je les protège... il y a un côté... je crois que ça change vraiment ma relation... en tous cas comment je me sens par rapport à mes enfants... où je deviens beaucoup plus... j'ai l'impression que ça prend de la place et que c'est bon quoi... ils ne risquent rien... »

Dans quel genre de situation ?

« Si on est... même dans une ville par exemple... si je me retrouve dans un coin un peu chaud... je pense que l'ours il serait là »

Comment tu te sens ? Tu l'appelles ? Il t'habite ?

« Ouais je pense qu'il y a une forme de mélange... ça dépend l'intensité, ça dépend les moments... (...) l'ours, je vais vraiment devenir ours... en tous cas en forêt ou en milieu sauvage... je vais devenir ours... c'est un subtile passage... il y a un moment où ça clic... il y a un moment où il y a une sensation dans le corps qui change quoi... mais c'est bref... il y a un moment où ça fourmille autrement... et du coup c'est plus que tu vois un pote à côté ou que tu sens qqch à côté, c'est que... tu es quoi... donc t'as le regard de... ou t'as la sensation qui change... et ça c'est un bref instant où tout à coup ça pchuuuu... ça fait comme un grand frisson... ça a changé de situation... mais après quand ça a changé de situation c'est pas vraiment... je veux dire j'ai pas la vision d'un ours, je reste moi... je reste aussi vachement moi... mais je sais qu'on est ensemble... mais c'est vraiment cette histoire de frisson... pis après ça redevient plus normal, c'est pas que... voilà... ça redevient... je sais qu'on est ensemble et puis qu'on peut bouger comme ça... et puis après je sais qu'on doit refaire ce... mais c'est des fois juste avec l'intention... ça se fait assez simplement quoi... »

Et l'aigle, ton animal allié principal, tu y fais appel souvent ?

« Ben en fait, il est là... j'ai pas besoin d'y faire appel... alors quand j'en ai besoin... il y a une petite pensée... mais je ferme les yeux et je le vois... il est tout le temps là... et du coup... c'est vrai qu'il y a une situation un peu difficile ou j'ai besoin d'être fort, ou d'être moi ou d'être... quelque soit le truc... ben je vais soit le lui redemander explicitement à ce moment là de m'accompagner... soit prendre 5 minutes avant le rdv avec qqch d'important pour un job, n'importe quoi... avant un soin... mais c'est une forme que je vois tout le temps... et du coup... ben après ça

nivelle par le... s'il est tout le temps là ben ça devient normal... donc si j'ai besoin de son aide, il faut presque que je re-signifie un coup... mais... là c'est beaucoup plus visuel avec l'aigle... »

Tu te sens pas aigle...

« L'aigle on a toujours été deux... je pense que ça arrive... mais on a toujours... on a toujours dansé ensemble... les pattes dans les pattes... on est miroir comme ça... et cette sensation de voler... c'est juste hallucinant... c'est concret... et depuis j'ai fait quand même plusieurs fois des expériences de lévitation aussi... cette sensation où ton corps il n'a plus de poids quoi... et je pense que ça va avec cette histoire quoi... là c'est une relation intime au quotidien je dirai, comparé aux autres où c'est comme des amis que tu vois de temps en temps... ou bien comme... c'est presque de l'ordre... c'est une relation d'âme... c'est comme si cet aigle c'était un bout de mon âme ou une partie de... ou je peux justement questionner aller questionner mon âme des moments... c'est moi mais en même temps c'est moi qui est du recul... fin... c'est un miroir quoi... un miroir peut-être idéalisé... mais c'est... ouais c'est vraiment un morceau de moi qui se matérialise de cette manière là quoi... »

Je trouve intéressant cette différence quand on fait un ou pas...

« Par exemple si je suis dans ma relation avec le monde d'en haut, je vais pratiquement systématiquement me confondre avec mon guide d'en haut... par contre en bas... c'est comme si on était tellement proche, que il n'y a pas vraiment besoin de se confondre... parce que c'est comme si c'est déjà intrinsèquement deux petits bouts de la même chose quoi... »

Je relève que si on est 2, en relation on peut dialoguer, pour poser des questions, que ce n'est pas la même chose que de faire un, de se sentir ours pour protéger sa famille...

« Surtout on joue... on s'éclate ensemble... on rit... on vole... on danse dans l'air... ça c'était une de mes premières images de chamanisme, un de mes plus grand trip, quand tu voyages, quand tu voles, juste parcourir le monde en volant t'as juste rien besoin d'autre... »

C'était donc pas des visions induites avec le tambour

« L'ours c'était un rêve... et puis l'autre... parce que moi, mon chamanisme je le vis beaucoup en nature... je le vis aussi au tambour... pas tous les jours mais presque, je fais tu tambour ou du hochet, machin... mais... mais la base c'est quand même lié à la nature, à ce que je vis dans la nature, et donc souvent avec les plantes... »

« Si tu veux une image avec le tambour, on peut faire... mais il faut que je pioche dans un bouquin quoi (journal de ses expériences) (Parce que c'est pas des images qui t'ont marqué le plus?) J'en ai sûrement mais... mais là j'en ai pas qui vient juste maintenant comme ça... »

Par contre tu as l'impression que tu as l'impression d'être dans le même type d'état de conscience quand tu es dans la nature, qu'avec le tambour...

« Euh... plus facilement... dans la nature... ou plus rapidement... ou même plus profondément... (...) fin ça dépend après c'est des généralités... tout à coup au tambour, prends un truc pas possible, je pars je sais pas où mais moi ma porte aux ECM, ma porte préférée au première... c'est nature... »

Du coup tu pars pas d'un lieu, tu descends ou tu montes...

« Si si si, si je fais au tambour je fais ça, si je suis dans la nature, ça peut m'arriver de faire un voyage dans la nature... en général, il y a pas besoin... si tu veux, quand je pars, j'arrive à l'entrée de la forêt, je sais que c'est une porte... je sais que la forêt va m'emmener dans un ECM assez rapidement... donc j'entre dans la forêt et tout à coup... chuuuu pis là j'ai des visions, des sensations, des choses... et tout de suite ça le fait... alors des fois ça se peut que j'ai un hochet ou une guimbarde et que dans la forêt je fasse un voyage... ça change pas des masses... »

Je relève que c'est intéressant que ça revient souvent dans les entretiens que l'on apprend tout un protocole pour entrer en ECM mais qu'au bout d'un moment il n'y a plus besoin...

« Pour moi c'est... c'est le permis de conduire... t'as le permis de conduire pour savoir conduire... on te donne des bases... pis après tu affines, tu prends ce qui toi te conviens... toi tu vas explorer ta méthode à toi... pis avec tes outils, c'est quoi tes outils, c'est quoi ta méthode, c'est quoi ton chemin... on a tous... c'est tellement perso c'est trucs... (puis après tu réalises plus que tu appuies sur l'embrayage etc. ça se fait...) après tu oublies ce que tu fais pis tu remarques que t'aimes mieux conduire ça aussi... ou que t'as plus de facilité à conduire là... »

« (...)ouais rien qu'avec Isaline (sa femme) on n'a pas le même rythme... forcément... après le tambour ça permet de partager, de se retrouver à plusieurs... parce que tu as ce truc de base, ce canevas de base qui est le squelette toi..., puis tu prends le squelette et puis après chacun y met ses... ses petites fleurs, ou sa chair, ou ses organes... mais je pense qu'il y en a pas un qui... c'est intéressant ton truc... parce que c'est tellement perso et différent... une image c'est quoi... moi je te parles d'odeur... pourtant je suis photographe et puis quand je ferme les yeux c'est quand même plutôt des images que je vois mais... ouais je pense que ça change vachement d'une personne à l'autre... »

Les autres sens dans ces expériences...

« Moi c'est principalement visuel... ben déjà je suis photographe... j'utilise ça dans ma vie... et puis je suis quelqu'un de visuel... fin... si je dois me rappeler de qqch si je le vois pas écrit, je me rappelle pas, il faut que je

puisse le lire, le voir... pis du coup... ben c'est vrai que... c'est des formes, c'est des lieux, c'est des images... la plupart de mes voyages c'est des images... de temps en temps j'ai des phrases, des sons, des chants... des odeurs... à part ça (l'odeur de bouc)... dans les voyages je n'ai pas vraiment d'odeur... les sensations... toucher... non c'est principalement visuel... et puis sonore en petite partie... si je devais faire une estimation de pourcentage je sais pas, 80-20... après ça dépend de l'intention... si je vais chercher une phrase, j'ai l'impression que ça dépend aussi de l'intention posée... »

« Peut-être parce que je suis photographe, j'ai tendance à croire qu'en l'image... je crois ce que je vois quoi... et j'ai besoin de voir ou je cherche à voir... au début j'ai cherché à voir... »

T'as parlé d'une image qui avait plus d'impact mais avec plante...

« Il y en a une en particulier où je me suis retrouvé... aussi au tout début de ces histoires de chamanisme... où j'avais peut-être fait le stage de base avec Ulla, un truc comme ça... puis je me suis retrouvé à me balader là autour... et à un moment je suis arrivé devant une plante... pis je me suis dit « mais... en fait en Suisse on risque rien... on peut goûter des plantes... et puis je me suis déshabillé... fin torse poil... et puis j'ai commencé à bouffer 2-3 baies d'une plante (pourquoi tu dis on ne risque rien en Suisse) Parce que je n'avais jamais mangé de plantes, jamais rien... mais je me suis retrouvé... vraiment je me promenais... hop devant cette plante en me disant « ah ben on risque rien, je peux en manger... » et pis cette espèce de confiance en disant « tranquille » et puis surtout je n'ai jamais fait ça... jamais été cueillir des baies, ni rien... jusqu'il y a 10 ans en arrière, il ne fallait pas me parler de la campagne... j'habitais en ville à Lausanne et puis je détestais ça et ça m'a pris bien 5 ans pour me dire « ouais c'est cool la campagne et puis on est bien ici... » et puis à ce moment là je commençais à me balader de plus en plus et je vivais mes petits trucs dans la forêt sans savoir ce que je faisais... et puis après voilà j'ai fait tout ce stage avec Ulla, ça a répondu à plein de questions... pis dans une de ces ballades je rencontre cette plante qui ma vraiment « crouic » j'ai mangé 2-3 baies et puis... ensuite je me suis endormi un peu plus loin et pis là... encore dans un rêve... il y a une magnifique femme qui est venue... on a fait l'amour... et c'était juste hallucinant... et cette image de cette femme... un peu la sorcière kirikou... black tout ça... et puis voilà, et puis je me suis réveillé, je suis rentré... pis en rentrant j'étais ici... pis j'ai commencé à faire à manger, je cramais tout, j'étais un peu à côté de la plaque... et puis quand Isaline elle est arrivée... elle me dit mais t'es bizarre... j'ai dit « ouais je sais, je me sens un peu bizarre mais voilà quoi... » pis tout à coup, je commence à réfléchir, et je dis, ben je sais pas, j'ai mangé 3 petits fruits... et du coup je tape sur internet la description... je tombe sur la première image « ah ouais c'est ça... » pis c'était de la Belladone (Bella Dona !) pis je m'étais mangé la Belladone et j'ai vraiment fait l'amour avec l'esprit de cette plante... qui est une femme possessive... et depuis ben je connais la Belladone parce que ça fait depuis ce moment là que la diète de temps en temps, que je vis avec, pis on fait des distillations, des onguents, c'est une plante hyper aphrodisiaque... enfin elle a plein de propriété... et puis elle m'a ouvert à cette famille... c'est une solanacée... comme la tomate, comme le tabac, comme les aubergines, le poivron... c'est une même famille... et depuis je vis avec cette famille tout le temps... j'ai une serre remplie de tomates et de tabac... les pommes de terre... enfin toute cette famille qui a envahi... enfin la pomme de terre, la tomate, le tabac ça a un pouvoir sur notre planète... le tabac il tue un nombre de gens... en même temps il y a des gens qui sont accro... le nombre de tomates qu'on mange, le nombre de pomme de terre... c'est vraiment une famille centrale... et... on rigole souvent avec Isaline... elle est plutôt faune et moi plutôt flore... du coup on s'est un peu réparti... à force de s'emmerder... à force de m'emmerder à m'occuper de ses animaux et elle d'arroser mes plantes... mais cette famille de solanacée c'est devenu ma famille... si j'étais végétal je serais solanacée... et quand je vais dans ma serre, c'est ma famille et... quand je suis dans la forêt je les sens... quand je marche je sens les solanacées, je sens la Belladone s'il y en a dans le coin... dans l'odeur et puis dans la présence... et puis ça m'arrive de sentir et puis il y en a pas et je me dis « mais ça c'est la même famille... toi t'es de ma famille... » après je vais checker et puis c'est ma famille... il y a un truc hyper fort... et du coup j'ai envie d'explorer ça... alors j'explore... des fois je diète... que ce soit en le portant, en le mangeant, en le fumant, en vivant avec simplement... mais c'est long parce que je m'empêche d'aller dans les bouquins, d'avoir un savoir si tu veux littéraire ou académique, mais j'essaye vraiment, c'est vraiment empirique, et ça prend vraiment... des années pour que au bout de 4 ans où tu vis une expérience pis que tu vois que ça se recoupe les mêmes choses pis tu te dis « bon ben là il y a un truc qui se passe là »... donc voilà... j'explore aussi dans ce sens là... mais ça c'est les plantes... voilà »

Et elles te donnent des images ?
 « Elles me donnent des images... elles m'aident quand je suis dans la forêt... elle me donne de l'énergie aussi... elle se couple avec une autre... souvent elle vont de pair, je tombe dessus ensemble et puis elles m'emmènent quoi... (sans que tu les manges forcément ?) ouais... une plante, il suffit de.. avec l'intention de la rencontrer... de vivre proche en conscience ou de la porter ou de l'avoir pas loin... les psylos... moi j'ai eu l'effet des psylos sans en consommer... ça te pfuuu... rien que de l'avoir sur soi, tout près ou d'aller le cueillir, ça fait tout de suite un truc... un ECM mais c'est pas juste léger quoi... c'est assez... ça c'est tout un autre domaine qui m'éclate à fond... »

« Pas plus tard qu'il y a 3 jours... j'ai mal au reins depuis quelques temps... et puis là Mario, qui était là avec le peyotl là... il m'a dit « ouais fais toi une tisane pour drainer pour les reins... » je me suis dit « ouais, ok, je vais pas aller chercher dans un livre ce qu'il faut » et puis j'ai déjà fait un voyage ou deux depuis septembre... rien et puis là cette semaine j'ai fait un voyage, et puis c'était le pissenlit qui était là... et puis je me suis dit « pissenlit, ok, super, va falloir attendre mars, chier, tout ça... » je pars une heure plus tard en promenade, il y avait un champs de pissenlits quoi... j'étais là oh yes... je me suis cueilli le pissenlit et puis toute la ballade j'ai croisé des prêles, des prêles, des prêles, des prêles... et j'ai cueilli des prêles... pis le lierre... sur les 3 voyages que j'ai fait il y avait le lierre qui est

revenu, j'ai cueilli le lierre et je me suis fait des tisanes... alors après ça va mieux, je sais pas... mais voilà, les plantes elles sont venues comme ça, elles me drainent les reins, je me draine les reins avec ce mélange de plantes... pis ça le fait... des fois j'aime bien aller contrôler pour me dire « ah ouais super, j'avais raison » et pis des fois comme là, je m'empêche d'aller contrôler pour sentir... »

Ca veut dire que tu fais des voyages au tambour pour aller savoir quoi prendre ?

« Ca je fais au tambour ouais... (...) là je vais me faire un voyage au tambour avec l'intention « je vais drainer mes reins, qu'est-ce que je dois prendre comme plante... et puis il y a le lierre sauvage qui est venu chaque fois... (ça t'es pas allé vérifier ?) le lierre sauvage je sais que c'est toxique quoi... (pis t'en bois) j'en mets quelques feuilles tu vois... j'en mets un petit peu... la prêle je veux bien imaginer que ce soit bon pour les reins, et puis le pissenlit je suis pratiquement sûr que c'est nickel... (en tous cas c'est un joli nom pour les reins...) (rises) ouais à fond... voilà c'est de l'expérimentation et puis ça ça change mon quotidien parce que c'est des images que j'ai au tambour alors ça ouais... et pis j'essaye de me soigner comme ça... ça marche pas pour tout, ça prend beaucoup plus de temps... l'homéopathie, c'est rapide à côté... parce que justement t'explores, tu sais pas, tu... mais moi ça me passionne, j'adore cette relation à un esprit végétal... je sais pas il y a un truc... »

Du coup tu découvres l'esprit du lierre, du pissenlit...

« Alors si je le bois en tisane comme ça, je ne vais pas forcément découvrir absolument l'esprit de... ou faudrait vraiment que je prenne un moment... par contre ça m'arrive, chaque fois au printemps o pendant un certain temps, de une semaine à un mois je vais diéter une plante sous une forme qui va m'être révélée en voyage au tambour... alors ça peut être en le portant, en le consommant, juste en le fumant... ça peut être en allant dans la forêt en allant me poser dessous, ça peut être en le chantant... ça peut être tout ça à la fois... en le cuisinant, en tisane, en fumant, en faisant des distillations, en le mélangeant à l'alcool... voilà... et pis là je découvre l'esprit... mais encore une fois... une année... dans ta vie t'as jamais le temps de faire tout le temps... tu fais un petit peu, après t'oublies pendant 3 jours, pis tu reviens, pis tu regardes ce que ça donne, et pis tu sais pas très bien si vraiment ça a changé qqch ou pas... donc tu ressais, tu ressais l'année d'après... je suis vachement dans le trip de faire un herbier chamanique...

faire des dessins, d'avoir des plantes, de coller des images, et puis de ne pas décrire les fonctions biologiques... pourquoi pas, mais pas seulement... d'avoir tout le rapport à l'esprit et à ce que dit la plante et à son énergie... un peu à la mode Steiner aussi... où il vont étudier l'aura des plantes et tout ça... »

« Tu sens... ben tu vois... donc tu commences à observer vachement plus précisément la plante donc déjà rien que l'observation, comment elle est juste concrètement dans ce monde là et dans cette réalité là, elle te donne plein d'indications... pis après il y a tout un tas d'indication qui en voyage chamanique te sont données... »

T'as un exemple ?

« Faudrait que je sorte mes cahiers... »

« (...) tu sens si c'est une énergie de feu, s'il a une énergie plutôt sombre, s'il est plutôt solaire ou plutôt lunaire, plutôt d'eau... tu peux donner des éléments, et puis tu peux donner, justement par rapport à... ouais si c'est épais et pis colmatant, si c'est fin... si ça vient par petite pique, si c'est plutôt pour faire une protection, si c'est plutôt... et pis là l'esprit il parle... dans les voyages il parle... il y a des images pis il y a aussi des mots qui viennent... donc du coup... ça dans l'ensemble, au fil du temps, tu as des éléments qui se mettent... quand tu as plusieurs fois le même élément... tu te dis là il y a un truc... »

Diéter

« Je décide que pendant un moment je vais être en relation intime avec cette plante. C'est-à-dire par le voyage au tambour, par la rencontre dans la nature, par le fait de la consommer ou de vivre proche... ou ensemble toutes ces possibilités... et puis ces 3 choses, le voyage, le fait de la rencontrer à l'extérieur et de la ramener ou de vivre avec ici, ben il y a les infos qui viennent, il y a l'énergie dans laquelle tu es... pis ça donne une tonalité... et puis la tonalité elle s'affine avec le temps... avec la répétition, avec... Plus t'accordes d'attention plus je vais pouvoir faire un voyage chamanique régulier ou quotidien, plus je vais pouvoir... plus j'y accorde de l'attention, plus ça va être clair et précis... »

Le pissenlit

« C'est une énergie de printemps, avec cette fougue, c'est chaud, c'est solaire, c'est... il y a un pèche, une patate, au printemps tu bouffe ça ça te « pfchhh » et je pense ça te fait aussi une purge, ça te nettoie... après tu retrouves dans le savoir populaire... on fait des salades de dents-de-lion c'est pas pour rien... à quelque part elle est là pour quelque chose cette plante, c'est pas pour rien à ce moment là, dans ce terrain là, chez nous... après en énorme quantité... parce que les paysans ont mis une énorme quantité de purin et ça a fait presque une monoculture de pissenlits... mais c'est égal, le pissenlit il est là, c'est une plante riche, médicinale, nourrissante... ben elle a... c'est d'une logique implacable, tu peux aller visiter des mondes, voir des choses, apprendre des choses, pis en observant juste ce qui est là... avec une autre attention... »

« J'avais tripé sur un pote éthologue qui faisait du chamanisme... et qui en fait, commençait à découvrir une façon de faire où il disait mais maintenant je ferme plus les yeux, je pars plus, je tape le tambour et j'ai mon ECM en observant ce qui se passe autour de moi dans la nature... alors il avait de quoi décoder passablement... mais en

attendant toutes ses réponses elles étaient là, juste en face quoi... Je suis vachement dans ce processus de... ben on ferme les yeux, on va voir ailleurs... et puis en même temps de... d'être là dans le quotidien, dans le concret, et puis à partir de là tu peux faire des incursions, mais de vraiment tout ramener... tout le savoir populaire, toutes les lunes, les choses... tout ça, les gens... il y a des dictons, il y a des choses... qui sont aussi venues de... tu vois, est-ce que ce n'est pas qqch de... un ensemble... un ECM général qui fait que ça vient ? Ou c'est le savoir ? C'est les histoires... mais il n'y a pas de fumées sans feu, elles viennent de qqch... »

Je relève qu'en entrant par le thème de l'image, ça amène plein de choses, c'est riche, alors que dans d'autres interview sur des médecines parallèles on arrivait pas à des choses aussi intime... il y a qqch autour de l'image...

« Si je peux amener une autre... une image générale... là j'ai pris plus de recul pis je me dis « amis cette histoire de chamanisme qu'est-ce que ça a changé, oU ça m'emmène, tout ça... et... Tout à coup l'impression de... voilà, moi il y a 7-8 ans j'étais photographe, en train de faire mes boulots, ça marchait à fond, envie de tout sauf d'être thérapeute, fin en tous cas à l'époque... et puis je me retrouve parce que j'ai un truc à découvrir cette histoire de chamanisme... et puis finalement... je me retrouve... j'avais, jamais ni chanté, ni fait du tambour, tu vois ? Je me retrouve là à adorer chanter, à faire du tambour, à faire de la guimbarde, à plus en avoir... à plus être dans le feu sacré de la photographie dans le sens de réussir, de machin... comme tous mes collègues... il y a tout qui se modifie... et c'est vraiment lié à tout ça quoi... toutes ces images, tous ce machin de... qui m'est tombé dessus, ou je suis tombé dedans, j'en sais rien dans quel sens... et qui... en 6-7 ans comme ça... ouais en un cycle de 7 ans... est en train de révolutionner ma vie... et puis je suis pas en train de me dire « oh zut c'est raté machin... » je suis juste en train de me dire « bon ben je suis plus proche de moi maintenant qu'avant... » et toutes ces images là, elles m'ont aidé à... sans renier l'image, sans renier la photographie, rien quoi... à pouvoir affiner ça, à imaginer... à avoir envie de partager ça avec des gens, d'emmener des gens, de proposer ça... ouais c'est l'image que j'en ai général comme ça... (...) c'est très étonnant... en quelques années il y a tous mes amis qui font ça... ça fait très secte quoi (...) je me suis rendu compte de ça hier ou avant hier en discutant avec Isaline... je disais « mais c'est hallucinant... comment ça se fait que tous mes proches... mes amis, ma famille proche, mes amis quoi... ils sont tous dans cette histoire aussi... enfin d'une manière ou d'une autre... » c'est étonnant quoi... »

Je parle de la rationalité et de la science

« Ben c'est une porte aussi, mais c'en est une petite, le truc c'est que de se dire qu'il y a que ça comme porte c'est un peu fermé quoi... si c'est que ça le chemin... la science ça peut amener à plein de choses... mais il n'y a pas que ça... »

Par rapport à ceux qui ne croient qu'à la science

« moi je crois que c'est de la peur... parce qu'on a tous été confronté à des trucs un peu bizarre, un peu machin... soit t'y apportes de l'attention soit tu te dit « Ca existe pas, pis il n'y a que ça, pis c'est comme ça.. » pis c'est plus simple « clac, clac, clac » »

« Pis j'ai l'impression que t'as besoin d'avoir plusieurs entrées pour avoir... pour que ça puisse avancer... à un moment donner t'arrives face à un mur... si tu prends qu'une option... ou bien t'es complètement illuminé et puis que tu fly et que t'es pas du tout ancré et pis tout ça c'est pas terrible non plus... »

« (...) ça a toujours été un peu difficile de pouvoir amener mon histoire chamanique, dans mon histoire professionnelle... il y a juste pas tellement de portes d'entrée dans le journalisme... (tu travaillais dans la presse) ouais je travaillais dans la presse... je gagne ma vie dans la presse depuis 25 ou 20 ans... et le truc c'est que je me rends compte que plus je suis franc, (...) plus je suis direct, plus finalement je m'en fous... plus ça passe et pire que ça c'est que ça déclenche des réactions en face qui font qu'il y a un dialogue qui s'instaure, qu'il y a qqch... mais c'est pas facile de lier ces deux trucs... il n'y a pas le professionnel et pis la vie privée, il y a pas le spirituel et le matériel... non en fait c'est à moi de faire ce mélange là... si j'y arrive pas, c'est pas les autres qui vont le faire pour moi... et quand j'arrive, quand je suis moi-même et pis... ça passe nickel... »

« C'est toujours des images en mouvement... il y a très souvent des plantes... mais c'est toujours des plantes qui bougent, qui s'ouvrent, qui se ferment, c'est rarement une image fixe... toujours des histoires... de temps en temps les images fixes ce serait des flash... quand j'ai pas des images claires parce que j'ai l'esprit qui part aux fraises ou je ne sais pas trop ce qui se passe ou je suis pas vraiment dans la posture... ben là des fois c'est pas continu et ça fait des « pfiou » et des fois ça a même plus d'impact... alors soit c'est le flash, soit c'est le film, mais c'est plutôt film... »

« Souvent je suis dans un paysage, qui est fixe, pis l'animal il vient, par un endroit... et puis après on bouge... mais c'est plutôt ces paysages qui sont un peu fixes... certains paysages que je connais, qui sont assez récurrents, où il y a des esprits à l'intérieur qui bougent... que ce soit des esprits à l'image humaines, que ce soit à l'image animale ou à l'image végétale... c'est des esprits qui sont souvent en mouvement dans des lieux fixes... et pis après une fois qu'on est ensemble... ou ça m'arrive après de bouger... et les lieux bougent... mais c'est plutôt le lieu qui est fixe en fait, étonnamment... parce que mes points de repères c'est les lieux... bon les animaux aussi je les connais mais... quand j'arrive en haut, il y a un lieu que je connais qui est tout le temps là, après il y a un autre lieu que je connais... après il y a deux-trois repères de lieu où je sais que je suis déjà passé... pis en bas c'est pareil, il y a là, après il y a un rivièr, il y a ça, il y a un truc, il y a une clairière... il y a des spots fixes qui sont un peu mes points de repères... et

puis qu'il peut y avoir untel ou untel énergie qui vient... il peut y avoir plusieurs animaux différents... j'ai vraiment l'impression que c'est le lieu qui... »

Ces lieux tu t'y réfères dans ton quotidien ?

« mmmm... ouais... je pense qu'il y a des... il y a un lieu où il y a tous mes ancêtres par exemple... où je vais... ça m'est arrivé encore pas plus tard que hier de parler avec mon père, de son père mon grand père, ben je visualise ce lieu par exemple... je m'y réfère... c'est pas forcément public mais j'y reviens ou je me réfère à ça... il y a plusieurs choses auxquelles je reviens, il y a plusieurs lieux sur lesquels je viens quand... ouais est-ce que c'est dans le quotidien ? oui mais pas systématiquement... c'est comme des piliers qui sont là... si je dois penser... penser un truc... où m'imaginer... quand je pense à mes ancêtres, qui que ce soit de mes ancêtres il y a ce lieu qui vient... quand je suis dans la force de qqch... des fois plutôt que de faire le tambour truc truc truc... ben je vais direct aller dans ce lieu... avec l'esprit et pis là je sais que je vais trouver un animal... c'est comme une porte d'entrée, c'est comme des passages... mes passages, mes portes elles vont être plutôt des lieux que des animaux... les animaux, ils vont, ils viennent quoi... »

Si tu veux trouver une réponse, une ressource, tu vas t'imaginer le lieu et la ressource va arriver ?

« Disons dans les 3 mondes j'ai des lieux assez fixes où je sais que je vais arriver... je passe et pis j'arrive à un endroit... et puis après selon où je passe j'ai d'autres lieux... ouais je pense que si j' imagine le lieu... l'animal va arriver, ou la réponse va arriver... c'est vraiment une porte d'entrée... comme quand tu t'imagines ton endroit et puis le tunnel, où il va en haut, en bas ou là ou truc... ben c'est un peu une continuité de ça... cad que tu descend, dans un tunnel et pis là t'arrives dans le monde d'en bas... et pis ce lieu là mettons... ça dépend aussi le monde de transport... si c'est par les airs, si c'est par la terre... l'animal avec lequel je suis va m'amener dans un autre lieu... mais dans... est-ce que je m'y réfère quotidiennement comme ça régulièrement ? (disons plutôt dans le monde ordinaire...) non je pense que je me réfère plus à l'énergie des animaux ou des plantes... ces lieux c'est vraiment comme des piliers... de ces mondes où je voyage... et là dedans les énergies bougent, les réponses, les images viennent... et du coup c'est des références dans le sens... quand je me retrouve dans ce lieu, je sais que je suis à tel endroit et puis qu'il y a des chances que je rencontre untel... et puis après c'est comme les marqueurs, les points fixes... et pis le reste c'est plus fluctuant... et si je me réfère... si dans mon quotidien j'ai besoin de qqch, que je dois aller chercher qqch... la première énergie elle liée aux alliés d'en haut, d'en bas, ou même du milieu des fois, vu que je suis beaucoup avec les plantes... j'ai des plantes alliées aussi... qui sont dans le monde du milieu... fin une partie et puis une partie dans d'autres mondes... »

Je dis que je pose la question parce que en hypnose il y a le concept de « safe place » qui est important... et je voulais voir les parallèles...

« ouais le concept de « safe place » il y a vachement aussi dans notre formation de 3 ans... il y a vachement... (tu dis l'endroit de départ ?) non... plus loin... ailleurs... il y a plusieurs fois où pour certaines choses... mais ça, ça, se rapproche vachement de l'hypnose je pense... ma vision... où tu vas... tu vas mettre ton âme en sécurité à qq part... avant un truc où tu sais que ça va être un peu violent, tu vas aller la déposer à qq part... où il y a... (violent en voyage ?) Non... dans ta vie, t'as un truc difficile... tu sais que tu peux y perdre un peu des plumes... tu vas peut-être déposer ton âme à qq part quoi... ouais... et ton âme c'est pas ton animal allié... alors après pour moi ça se confond... mais non mon âme elle a une forme... elle est plus vaste que moi, que mes animaux alliés, je pense qu'elle englobe d'autres personnes peut-être aussi... moi ici je suis une partie de cette âme là... ouais on va souvent chercher des endroits « safe »... un endroit cocon, un endroit où tu peux te poser... alors « en haut » « en bas » les endroits ils sont à priori tous safe, il n'y a pas... tu peux filtrer plus ou moins... tout est plutôt bienveillant quant tu as un peu fait ta protection quoi... mais... mais il y a quand même des endroits où tu retrouves... c'est presque comme si t'as... tu vas retrouver ton essence et tu sais que là tu es bien, et tu peux y laisser qqch, tu peux toi te ressourcer... tu peux... ouais il y en a quelques uns de ces endroits... »

Je dis que je me demandais quel lien avec le lieu d'où tu pars et où tu reviens après un voyage... comme lieu de sécurité...

« En fait tout ça, ça se recoupe sûrement quelque part, on explore différents outils, pour un truc qui finalement nous dépasse mais qui nous aide, nous donne des pistes, nous donne des réponses, nous aide... on y met des mots, des alliés, des guides, des machins... ça nous aide, ça nous parle, quoi... »

« L'important c'est dans l'aventure et la découverte de toutes ces ressources qui permettent de vivre un quotidien riche... et finalement, moi c'est vrai que ça a relativiser complètement le... la réussite, le fait... moi je voulais faire un bouquin... super... tu vas faire un bouquin, tu vas en tirer 500 exemplaires, tu vas en vendre 57, il va t'en rester 400 sur le dos... pour ton ego, tu vas faire un bouquin, tu seras content... enfin oublie quoi... il y a un côté où... ouais c'est comme si finalement c'était plus très important tout ça... ça relativise vachement de se rendre compte de tout... pour moi tout cet invisible, toute cette force, tout ce potentiel, tout ce possible, tout ce contact qu'il y a de possible... super je vais être le meilleur photographe romand, ça me fait une belle jambe quoi... génial... »

« Etre... plutôt que de faire... plus l'être que le faire... mais c'est un peu une dope quoi... dans le sens où quand tu touches à ces états d'extase, à ces états de partage, à ces découvertes, à ces aventures... c'est presque comme si tu pouvais... le risque c'est de vivre hors réalité... youpie d'avoir des enfants, de vivre en famille, c'est cool parce que ça... ben il y a de toutes façons ça qui est là et puis ça pose... mais cette recherche de ces émotions, de ces vécus,

c'est hyper addictif, quoi, dans le sens où c'est infini, c'est vaste, c'est passionnant et pis c'est hyper attirant... et en plus c'est complètement surprenant, je sais pas c'est un truc... un truc addictif quoi... »

Addictif sain non ?

« Oui, ça dépend... si tu fais plus que ça... que tu tournes en rond, ça n'a aucun sens... (...) il faut que ton quotidien il ait une densité aussi... si ça ça devient ton quotidien, d'être au tambour toutes la journée et puis d'être... fin l'image extrême c'est de me dire... justement moi j'ai très peur de cette image de thérapeute où finalement tu planes complètement... tu fais un peu de tambour, et puis t'es plus du tout ancré dans ta réalité, dans un truc de planter des clous... pour moi tout le truc c'est de trouver cet équilibre... ben on est là quoi, on vit, on bouffe du bœuf, on boit du vin et puis en même temps on essaye de sentir les énergies subtiles quoi... et pis c'est vrai que si t'aimes bien manger du boeuf, boire du vin, peut-être que ça marche moins bien mais... »

« Merci à toi, ça me fait me poser plein de questions... (c'est vrai ?) ben parce que du coup... c'est pas souvent que l'on se questionne sur... fin moi je me questionne pas tellement sur cette pratique là, je la vis quoi, pis je la note, et puis je l'explore, mais je prends pas souvent ce recul là... »

Premier entretien : C4

On commence « en demandant d'être guidé dans notre échange » et avec une séance de tambour.

« Par rapport au voyage moi j'ai demandé de quelle image je pouvais te parler, de quelle image je vais te parler, puis là juste là maintenant parce que j'ai trois choses... j'ai vu le travail par rapport aux esprits des personnes qui sont mortes, puis qui sont encore là, j'ai vu aussi du coup tout ce que j'ai pu faire comme voyage derrière la mort... et ça c'est vrai que c'est qqch qui a vraiment changé ma vie, d'aller voir comme c'est beau derrière la mort... et... après j'ai vu en fait... je pense que je vais te parler de ça... mais je sais pas encore comment... si jamais tu me diras ce que tu as besoin mais... c'est hyper hyper intime et puis je pensais pas du tout te parler de ça... j'avais noté 2-3 idées de choses que j'avais vues... c'est la relation que j'ai avec mon guide du monde d'en haut... en fait je l'ai vu et c'est comme s'il me disait « ben ouais parle de ça quoi »... ouais... c'est une relation qui change complètement ma vie... fin dans le sens... ouais je sais pas par quel bout commencer... où au fait, au tout début où j'ai commencé à faire du chamanisme avec Ulla, le stage de base etc. j'ai eu une relation forte d'abord avec des animaux de forces, des animaux de pouvoir... ben mon animal principal mais c'est hyper fort dans ma vie aussi... pis là en fait, plus ça passe... au début je n'avais pas vraiment rencontré ce guide... et puis après... je l'ai rencontré... mais j'ai vu en relisant que je l'avais déjà vu plusieurs fois... mais j'étais jamais vraiment entrée en relation avec en lui demandant pourquoi il était là... et puis... ben... c'est un esprit du monde d'en haut... la première fois que je lui ai demandé ce qu'on allait faire ensemble... la première chose qu'il m'a dit c'est qu'il était là pour me protéger... et puis c'est qqch qui m'a... c'était très rassurant pour moi parce que... je sais qu'à peu près tous les voyages chamaniques que je fais... presque, pas tous... il peut il y avoir des exceptions... mais de manière générale il est là et il me protège et c'est très agréable, très rassurant... ça veut dire que tout à coup je peux travailler avec des énergies très... même des choses assez sombres quoi... là on avait... bon moi j'ai pas fait le soin chamanique... mais on a une amie où je pense qu'elle était dans une histoire... qui vient du Mexique et qui était dans une histoire de possession... c'était assez vivant ce qu'elle vivait... moi j'ai pas fait le soin chamanique... mais j'ai ressenti cet esprit qui se manifestait de façons pas très agréable je dirai... c'était très rassurant pour moi de savoir que je n'étais pas toute seule... je te parle vraiment comme je le vis... parce que tu vois... quand je te dis « j'ai été voir derrière la mort », je peux relativiser... « ben c'est un voyage chamanique, c'est la réalité ordinaire, mais moi je suis pas morte... » mais si tu veux... moi j'ai pas de certitudes que c'est comme ça... mais pour moi, j'ai une conviction que c'est comme ça... je peux... jamais j'irais dire aux gens « c'est comme ça... » ou « mon guide du monde d'en haut ça existe » mais à l'intérieur de moi... c'est une évidence... je veux dire... voilà »

Ca serait intéressant peut-être plus tard que tu me dises comment c'est devenu une évidence...

« Ouais, plus ça passe, plus ça l'est... »

« Alors pour moi c'est vraiment un esprit du monde du haut... c'est là où je l'ai rencontré... après l'autre chose c'est que c'est une guérisseur aussi... il a été guérisseur donc voilà... et puis... en fait quand je fais un soin à qqch... moi je... quelque part... c'est pas forcément tout le soin... enfin, si je dois faire qqch de... s'essaye de réfléchir si je fais ça tout le temps... si je dois faire un soin ici maintenant... que je dois incorporer qqch dans la matière... par rapport à un soin chamanique, cad une extraction, un recouvrement d'âme... je vais l'incorporer... il va venir en moi... et puis c'est lui qui va faire... il sera là, c'est lui qui fait... et puis après je vais être aussi guidée... ouais c'est compliqué en fait... c'est vrai que... en fait je n'en ai jamais parlé de ça... donc c'est qqch qui est... c'est difficile d'expliquer parce que je n'ai jamais mentalisé ce processus... mais ça veut dire... par exemple... si je fais une extraction... moi j'ai un animal pour l'extraction... c'est un magnifique énorme ours qui vient... mais je vais incorporer mon guide dans la réalité ordinaire... il sera là avec moi... et puis après c'est plus ou moins incorporé selon les moments... »

Incorporer ça veut dire quoi ?

« Il vient en moi... il vient dans la matière... et puis on est les deux... quand je dis plus ou moins c'est... j'ai eu une ou deux fois où c'était très très fort, où moi je n'étais presque plus là quoi... où j'ai de la peine à me souvenir vraiment ce qui s'est passé, il était presque plus présent que moi... et puis d'autres fois il est beaucoup moins... il est un tout petit peu... tu vois, c'est plus ou moins fort sa présence en moi quoi... »

Tu peux décrire...

« Ben je peux dire que c'est plus ou moins fort... ouais je... c'est étonnant... c'est vraiment comme un... en plus c'est une homme... donc je sens que c'est une présence très masculine en moi... c'est hyper agréable parce qu'on a une super relation... je suis un peu amoureuse de lui tu vois... pour dire (rires)... c'est vraiment une belle relation quoi... et c'est... je me sens comme un corps d'homme... j'ai l'impression d'avoir les épaules qui s'élargissent... je sens que je bouge pas la même chose... j'ai la voix qui change si je chante... il chante pas mal donc... quand il soigne et j'ai une voix vachement plus basse... et il y a un côté où je suis moins là... mais c'est dur d'expliquer, c'est vachement dur... »

T'arrives bien, je le vis, tu me le transmets

« Pis tu vois, je suis tellement dans une relation de confiance... je lui donne l'intention par rapport au client... et puis c'est comme si je fais des choses que j'aurais pas eu l'idée de faire... il y a des moments, quand je chante... lui il soigne beaucoup en chantant... et quand le chant il monte... c'est beau parce que c'est qqch qui vient de mes tripes... je sens que ça monte de très profond... mais c'est comme si c'est pas moi qui chante... c'est... ça se fait tout seul... je réfléchis pas.. je suis pas en train de me dire... des fois au début c'est un peu hésitant... c'est comme si ça doit se modeler... c'est comme si je dois laisser venir... pis tout à coup ça vient et puis ça sort et c'est... après il y a d'autres moments ou tout à coup... je sais pas... moi ça m'arrive aussi dans la vie de tous les jours... où tout à coup il y a des trucs qui sont plus stressants... »

« (...) tu vois par exemple dans mon travail ou tout à coup, je pourrais sentir qu'il se passe des choses... il y a un enfant qui va pas bien du tout ou comme ça... alors jamais je vais faire un soin chamanique ou comme ça... mais je vais l'appeler (mon guide du monde d'en haut) et je vais lui dire « voilà maintenant tu m'aides, qu'est-ce qu'il faut que je fasse ?... qu'est-ce que moi ? » Mais du coup je vais pas faire le processus de l'incorporer... cad que là ça sera plus une relation... où je sens qu'il est là... et pis peut-être tout à coup je vais avoir un flash, un truc que je dois faire... ouais... »

Je dis qu'on doit être sérieusement guidé parce qu'elle me parle de tous les points qui m'intéressent sans que je pose de question... tous les points qui sont pour moi cruciaux mais pas encore très clairs, tu les aborde...

« C'est vrai... je t'en aurais jamais parlé si on n'avait pas fait le voyage... »

Le lien entre image et guide...

« Moi quand je fais un voyage chamanique... que ce soit pour un soin à qqn ou si c'est... si c'est pour moi, pour avoir une réponse pour qqch, pour comprendre qqch... pour... parce que j'ai envie d'aller me promener dans l'univers où je ne sais pas quoi... au début du voyage... je pose une intention... mais je ferai la même chose par exemple avec une cérémonie... comme avant de faire la cérémonie avec Mario et la plante... l'icuri (?) moi j'ai posé une intention aussi parce que je pense que le travail il est plus intéressant aussi... fin ça c'est mon avis... je pense que de préciser l'intention... c'est une grande partie du travail en chamanisme... là on l'a fait un petit peu mais on n'es pas été très loin... on a fait un petit bout pour moi... après je lâche cette intention et puis je reçois ce qui vient... et c'est aussi là où la confiance elle joue... cad que... là moi j'ai lâché l'intention « comment on peut être guidé dans notre entretien... » et puis « quelle image, de quoi je vais parler, qu'est-ce que je vais te donner ? » parce que c'est un don... que je te fais... (...) c'est un don parce que c'est vraiment qqch de vachement précieux pour moi... et puis c'est ça qui est venu... et puis moi j'étais un peu là « vraiment ? » et puis « oui » donc... après c'est de faire confiance... des fois la réponse elle est un peu à côté... mais pour moi, le « un peu à côté » c'est parfait... »

« Des fois... quand je fais un voyage pour un client... moi je vais recevoir des images que je sais que c'est mon code... c'est le jeu du Pictionary moi je dis avec les esprits... des fois ça me fait marrer... parce que je me dis, des fois ils doivent se taper la tête contre les murs, ils me disent « mais regarde, c'est ça... » et puis moi je... « attends alors c'est... C'est sa mère ? ... non c'est pas ça ? » « Non mais t'as rien compris... » Moi j'ai vraiment cette idée... voilà, ils me donnent des images pour moi, pour que je comprenne des choses, qu'est-ce qu'il y a à faire... « ben tu vois cette personne ben elle a... » Tout à coup moi j'ai des signes qui me diront bon ben maintenant il lui manque un bout d'âme... et puis il faut que tu ailles chercher ce bout d'âme et puis tu vas le lui ramener... et pour que ça puisse bien se... que l'âme elle puisse rester et puis que le processus puisse se faire... et ben tu vas lui proposer tel rituel... tu vois, mais ça c'est des images qui vont m'appartenir à moi, pour que je puisse transmettre... je vais pas les donner au client... si tu veux c'est mon code symbolique de l'histoire... par contre des fois, à la fin du voyage, je dis « est-ce qu'il y a qqch que je... est-ce que je transmets qqch au client ? est-ce qu'il y a qqch pour lui ? » Et là des fois il y a des trucs qui viennent... mais qui n'ont aucun sens pour moi... ou j'hésite presque à dire à la personne... je me dis « mais c'est... ah... il faut que je coasse comme un corbeau... tu es sûr que c'est ça qu'il faut que je fasse ? » et c'est pile... c'est à chaque fois pile... et... et dans ce sens-là je reviens à cette histoire de la confiance... voilà il y a ça qui vient donc c'est de ça que je vais te parler... Mais mon guide je l'ai vu hyper précisément hein... je l'ai... et puis il n'est pas toujours pareil... en général je le vois assez jeune... j'arrive pas à savoir si c'est un indien... c'est pas très important mais... je pense que c'est plutôt un indien Amérique du nord... mais des fois je le vois plus dans la jungle... plus un indien d'Amazonie ou comme ça... mais c'est vraiment un indigène d'Amérique du sud... ça c'est sur... puis des fois je le vois plus âgé, plus jeune... »

Dans ton quotidien c'est quoi ta relation avec ?

« Ben c'est souvent... par exemple si je suis en train de conduire sur l'autoroute pis que tout à coup je trouve que c'est vraiment un peu speed, les voitures ça va vite... et puis... ben il est là pour me protéger... alors je l'appelle... tu vois je t'ai dit il y a un côté très... les gens qui font ça avec la Vierge Marie... « et oh, viens, viens m'aider... » et puis j'ai vraiment une impression que ça me fait comme un chemin de lumière quoi... quand je l'appelle... et jusqu'à maintenant ça marche bien... ça peut être aussi mon animal de force... lui c'est un peu à d'autres niveaux que ça se passe avec lui... mais... moi j'ai l'impression depuis que je fais du chamanisme... que je suis tout le temps... que je suis plus... fin j'ai tout le temps du monde avec moi... moi j'aime bien... je trouve ça assez cool... »

Avant pas ?

« Non... en commençant le... le stage de base avec Ulla... j'ai vraiment eu... c'était assez impressionnant pour moi de... c'est pour ça que j'ai continué hein... j'ai eu l'impression de rentrer à la maison... cad que j'ai eu... j'ai pas eu l'impression de découvrir des choses, j'ai eu l'impression de retrouver des choses que je sentais... tu vois, d'aller voir les lutins dans la forêt, les fées, les esprits de les sentir... fin pour moi c'est qqch que je sentais déjà avant si tu veux... mais il y a eu des moments où ça m'a fait un peu... par rapport aux esprits, aux esprits des morts... ça m'a fait un peu... les fois où j'ai senti... avant d'avoir aucune idée par rapport au chamanisme c'était qqch qui me faisait peur... pendant longtemps moi j'ai dit que je sentais rien du tout... après maintenant pour moi c'est tout tranquille... ma relation avec les esprits des personnes mortes, enfin décédées... c'est comme avec les vivants quoi... un peu un autre mode de communication... mais ça fait plus peur... je trouve même assez... j'aime assez bien... ça dépend des moments... mais ça peut même être magique, de sentir des choses physiques... par rapport aux esprits des morts... c'est impressionnant même je trouve... »

Je dis que j'ai jamais vécu

« Ouais moi j'avais pas vécu avant peut-être... ou en tous cas j'ai pas voulu voir... mais... jusqu'à peut-être 2 ans à venir... mais après, tout à coup de se faire toucher par un esprit c'est... »

Ah ouais ?

« Ouais, je te jure... et ce que je trouve fou... comme moi en tous cas... et je pense qu'on est beaucoup comme ça, j'ai... quand ça m'est arrivé... tout de suite j'ai donné une explication rationnelle... et c'est vraiment après coup... avec le mental que je me suis dit « non mais c'est pas possible... » mais c'est fou comme on essaye de faire entrer dans le cadre du rationnel ce genre de chose... mais c'est encore une autre question... »

« Des fois c'est comme si tu vois... aussi clair que la réalité... et puis des fois c'est un truc... c'est comme une espèce de film que tu vois comme derrière une vitre embuée... tu vois pas très bien ce que tu vois... c'est des images floues... »

A propos de son guide « Je l'ai vu... très fortement... à la première séance d'ayawaska que j'ai faite... il était là... il m'a bien aidé pendant cette cérémonie... mais ça... je l'avais déjà vu avant... fin c'est pas à ce moment-là qu'il m'est apparu quoi... (...) c'était avec Ulla la première fois... (...) au début j'étais pas très sûre que c'était lui, puis après petit à petit c'est devenu plus clair... pis après petit à petit je l'ai toujours plus rencontré... après je l'ai eu aussi dans des rêves... je l'ai senti en moi... et puis après cette histoire de l'incorporé, ça c'est encore une autre étape... la première fois que j'ai fait ça c'était à la formation de 3 ans... où ils nous disent... « bon ben maintenant vous incorporé un de vos esprits alliés quoi » et puis on fait un processus pour se préparer à ça... on le fait... après ce qui est important aussi c'est de te séparer de l'esprit allié... et puis la première fois que j'ai fait ça... la je pense que je l'ai vraiment rencontré... c'était dans la formation de 3 ans... en première année... ce moment-là l'incorporation... là ça a été fulgurant pour moi... de sentir le sentir en moi justement... et puis d'ailleurs... celle qui... parce que tout le monde ne fait pas le même travail avec son guide... de soigner... c'est pas forcément... le guide il n'est pas forcément là exactement comme ça... et pis pas forcément... je suis pas sûre que tout le monde incorpore un esprit au moment où il soigne quoi... je sais pas... moi dans ce moment là où je l'ai incorporé... c'était tellement magique... tu sais une intimité... je sais pas comment dire... c'était jubilatoire de... de sentir un esprit à l'intérieur de moi, mais en confiance... tu vois si c'était... moi j'ai déjà senti par exemple... qui essaye de... qui a besoin de parler, de dire qqch pis où tu sens ça te sers la gorge... pis de couper... de dire « non tu viens pas à l'intérieur... » sans angoisse... mais un truc où c'est trop, c'est envahissant... là pas du tout, c'est vraiment une relation... c'est presque comme... où tu vois ça c'est... là j'ai pas d'interprétation mais je me posais la question... juste ces jours... si c'était... de quelle manière nos âmes elles sont liées avec mon guide... est-ce qu'on est la même âme pis qu'ils vient ? est-ce que c'est une autre âme ? Parce que j'ai eu un truc où à un moment donné, par rapport à lui dans la matière... j'ai fait des voyages pour voir des... des choses symboliques pour lui, par exemple, quel habit il voudrait mettre... et j'ai un signe qui est venu... par rapport aux images... que j'ai dessiné sur un habit pour lui... et... vu que t'allais venir, j'ai ré-ouvert mes cahiers... et j'ai tourné les pages... et je suis tombée, c'était sur le stage du recouvrement d'âme... et il fallait dessiner... notre âme... fin non c'est pas vrai... il fallait faire un voyage pour voir mon âme... j'ai fait un voyage pour aller voir mon âme... et c'est le même symbole... et tu sais je... je peux te dire la date, genre 4 ans en arrière... et je ne me rappelais pas du tout d'avoir fait ce dessin... et c'est à peu près le même que j'ai dessiné, que j'ai revu dans un voyage 4 ans plus tard... pour lui... c'est là que ça m'a interrogé... je me suis dit « dans quelle mesure nos... quel est le lien de... » (me montre le dessin, et d'autres...) »

→ animus, âme masculine...

Je dis que c'est drôle parce que j'ai l'impression que je l'ai déjà vu... (et me rappellera par la suite le même dessin avec Olivier...)

« Pis après il y a des choses que tu comprends plus tard... »

« Souvent quand je commence un voyage au tambour comme on a fait tout à l'heure... moi j'aime bien... je vais à mon endroit... je vais dans le monde du bas... je le fais assez... ça dépend si j'ai le temps ou pas... parce que des fois j'aime bien aussi... quand je sens que je vais... quand je suis dans le monde du milieu... dans la réalité non ordinaire du monde du milieu, j'aime bien me promener c'est joli, je vois les champs pis après paf je descends... ben là c'est ce que j'ai fait... j'ai été demandé plutôt à mon animal de force... je sais pas pourquoi j'ai été chez lui... mais après les frontières elles deviennent vite perméable... c'est pas compliqué d'aller vite dans le monde du haut... ben là par exemple assez rapidement je me suis retrouvée dans le monde d'en haut... parce que j'ai aussi un chemin... ou je peux me dire... « Ok là je vais aller parler avec mon guide... » alors c'est lui que je vais aller voir... je vais... je pars je fais un autre chemin ailleurs... ou je monte dans le monde d'en haut, tac, tac, tac, j'arrive pis... je discute avec lui... mais là maintenant ça va beaucoup plus vite... j'ai pas... fin il y a vraiment... les mondes ils sont perméables... pis là je peux le rencontrer, lui demander un truc, il peut m'amener vers un autre guide... il peut... après, par exemple si je commence à travailler avec des esprits du monde du milieu... parce que en bas et en haut c'est tranquille... c'est des esprits qui sont... je sais pas comment dire ça... ils sont juste là, ils sont juste contents, ils sont juste contents de t'aider, tout doux... mais dès que je vais commencer à travailler avec les esprits du milieu... comme les esprits des morts qui n'ont pas... qui sont encore là... ou bien les plantes aussi... les plantes très très puissantes comme l'ayawaska ou le peyolt... même d'autres plantes d'ici (...) l'esprit d'une plante sans le consommer... ça peut aussi être l'esprit des éléments... l'esprit du feu ou comme ça... ça c'est très fort aussi... alors ça... quand on fait des Swet Lodge entre femmes... toutes les dernières fois c'est moi qui ai été gardienne du feu... mais je vais jamais moi... je vais jamais être gardienne du feu sans incorporer mon guide... c'est vraiment... il me protège... c'est comme ma barrière... parce que justement, ces esprits du monde du milieu, c'est beaucoup plus difficile de travailler avec eux... et peut-être même tu vois si je me retrouve avec eux... par exemple dans une relation avec un humain qui est un esprit du monde du milieu... voilà... ben si c'est une relation qui est compliquée... où je sens tout à coup qu'il y a qqch qui n'est pas net ou comme ça... je peux demander ce filtre... c'est un super filtre... parce que du coup je vais le sentir... bon je me mélange un peu... ou bien par exemple dans l'exemple du feu, je vais l'incorporer... il sera avec moi et puis c'est ma protection et c'est hallucinant comme ça... et peut-être... vraiment... parce qu'avec les éléments c'est tellement puissant... de travailler avec un élément... moi j'oserai pas aller vraiment travailler avec le feu ou l'eau... sans avoir incorporé un esprit protecteur... enfin je dis pas d'allumer un feu... mais de faire un travail comme être gardienne du feu pour une Swet Lodge, moi en tout cas je le fais comme ça... après... alors ça ça peut être... où après lui il va m'emmener, il va me montrer des choses, on va discuter dans le monde d'en haut... tu vois ce que je disais tout à l'heure... je suis allé le voir dans le monde du haut en suivant le protocole... ou alors je suis allée voir mon animal de force qui me dira... mais attends va plutôt le voir lui... ça sera plus adapté pour ta question... mais ça peut aussi arriver... là si j'essaye de décortiquer le voyage que j'ai fait juste avant... je suis descendue dans le monde du bas... j'ai vu mon animal de force... je le vois un peu mais je l'ai senti aussi... et puis tout à coup j'ai vraiment eu la vision du visage... tu sais le signe que je t'ai dit... « ah ben tu pourrais parler des esprits des morts... » ça c'est une vision... après j'ai ressenti comment je me suis senti derrière la mort... comme je me suis sentie bien dans ce moment-là... comme c'était fort ce sentiment d'unité, j'ai ressenti ça rapidement... et après j'ai vu le visage de mon guide... je l'ai vraiment vu... je l'ai vu comme... ce serait peut-être la manière la plus... le plus souvent quand je le vois, la manière la plus habituelle quand je le vois... c'est... tu sais... ces traits comme s'ils étaient en lumière... en lumière sur fond noir... je le vois assez bien... plutôt le visage... juste le haut du corps et le

visage... et ça ça peut m'apparaître sans que je me mette en ECM.. tu vois sans tambour... ça peut être que tout à coup je le sens... (...) entre sentir et voir j'ai de la peine à dire... pis des fois je l'entends... mais je l'entends c'est pas que j'entends sa voix... j'ai des mots qui me viennent dans la tête... c'est pas que j'ai entendu sa voix me parler... mais j'ai les mots qui sont là... mais ça c'est plus récent... moi j'ai d'abord été assez visuelle dans les voyages... plutôt des images, des symboles (...) d'entendre des choses ça c'est plus récent... c'est pas vraiment entendre... d'avoir les mots qui viennent... ça c'est plus récent... et puis les sensations ça ça fait longtemps que j'ai et après ça c'est développé... après si je veux... l'incorporer vraiment... je l'appelle... je l'appelle ici en faisant un rythme au tambour spécial... j'ai mon rythme au tambour qui l'appelle... pis c'est là où l'incorporation elle sera le plus fort... »

Tu disais que tu l'incorporais quand tu fais gardienne du feu...

« Ca me fait bien rire d'ailleurs... parce que c'est des Swet Lodge de femmes et pis... chaque fois ça me fait rigoler... j'appelle un mec « allé, viens... »... mais tu vois c'est aussi ça... c'est très juste... toutes ces forces elles sont là... autant je trouve que c'est passionnant de faire ces Swet Lodge de femme parce que ça permet à certaines choses de... si tu veux ça nous permet en tant que femmes d'explorer des choses qu'on n'arriverait peut-être pas à explorer si les hommes étaient là... en même temps pour moi profondément, il n'y a pas de séparation, on est aussi homme, on est aussi... ce qui est important c'est de se rencontrer... »

Tu as dit qu'il faisait office de filtre dans des relations pas trop claires... la différence avec l'incorporation ?

« Si tu veux, là où j'en suis dans ma relation avec, c'est ces deux choses-là qui se passent entre nous... c'est... il me protège, surtout dans les mondes de réalité non ordinaire, plus quand même... mais aussi... parce que finalement, la réalité ordinaire et la réalité non ordinaire... tu vois on met nos frontières mais... comme on met une frontière entre le monde du haut et le monde du bas et le monde du milieu... mais... on se fait notre carte mentale... mais finalement les mondes ils sont perméables... »

« Le feu c'est un esprit hyper puissant... c'est magnifique de travailler avec... il y a un côté même... presque envoutant... mais c'est dangereux... La Swet Lodge, on brûle une stère de bois... en plus des fois on le fait c'est l'hiver, il y a de la neige, on glisse... je peux glisser dans le feu... je vais porter une stère de bois à peu près... je vais porter les pierres brûlantes qui sont rouge vif, parce qu'ici, il y a tout qui est en pente... donc tu montes, tu glisses dans la boue avec ta pierre chaude... moi mon dos il faut que je fasse un petit peu attention mais je me fais pas mal... et c'est vraiment, je sens que c'est parce qu'il est avec moi... là ça serait pas un filtre... ça serait plus un pont quoi... il fait le pont entre cet élément... mais aussi il met la distance qu'il faut... et ça moi j'ai l'impression que moi je pourrais pas le faire... j'aurais pas la capacité ou la force de faire ça quoi... et puis après si c'est des situations... avec cet esprit... ça c'est peut-être la fois où j'ai ressenti le plus fort depuis que je fais des pratiques chamaniques c'est cette amie mexicaine qui était vraiment possédée par qqch d'assez fort... quand j'ai senti cet esprit qui était là... ben je l'ai appelé... et puis il était là... je pense qu'il m'a protégé directement au niveau énergétique de ce truc là il puisse pas venir trop près de moi... et puis il m'a donné les clés aussi... qu'est-ce qu'il fallait que je fasse avec... et c'était joli... c'était des jolies clés... comment ça allait... c'était l'amour... évidemment... quand tu sens un truc agressif, la meilleure défense c'est... moi j'ouvre et puis j'envoie de l'amour et ça... ça dégonfle l'histoire... si tu commences à envoyer de la peur ou de la haine, ça enfle, ça nourrit le truc... comme tu mets de la lumière dans l'obscurité... et puis l'humour... et c'est lui qui m'a dit ça... et ça a complètement stoppé l'histoire par rapport à moi... cet esprit il a pas pu plus gonflé quoi... parce que si... c'est vraiment le truc... et pis moi j'aurais pas eu l'idée sur le moment parce que c'était un peu... j'étais là « wouah... ce truc... c'est gros... » et puis je l'ai appelé, il était là... et puis il m'a dit ça... et j'ai vraiment une vision pour l'humour, j'ai vraiment une vision... là il m'a parlé en image... j'avais même pas fait un voyage chamanique... ça c'est passé en plusieurs étapes... mais c'était une nuit où j'ai senti que ce truc il venait vers moi... et puis l'amie elle dormait la chambre d'en dessous et puis j'ai vraiment senti que ça montait le truc... après il y a eu cette histoire d'amour, j'ai senti, il me disait ça... pis l'humour, j'ai vraiment vu l'image... c'est ridicule... mais c'était juste ça dont j'avais besoin... il a... en fait c'était de prendre une brosse à dent et de frotter le dos de ce machin avec une brosse à dent... et puis je l'ai fait... et puis ça a complètement renversé la relation avec cet esprit désagréable quoi... il était là un peu « mais tu fais quoi ? »... ouais mais parce que si tu peux faire ça, ça peut plus être qqch qui... ça peut plus t'envahir... en tous cas voilà... dans ce cas-là il m'a donné concrètement la solution... après c'est comme si des fois... par ex si c'est pour un client... (...) bon la personne on parle, elle me dit ce dont elle a besoin... après moi je fais un voyage pour aller voir qu'est-ce qu'il y a à faire quoi... par rapport à ça... en posant l'attention... en disant « voilà, ben cette personne elle aimerait guérir de ça » et pis... si je le pose à lui je vais voir des choses... je vais avoir des images, c'est comme s'il va me montrer un film... (...) mais c'est un film d'image mais après je peux entendre des choses, je peux sentir des choses... même l'odeur... tout à coup je sens une odeur... ouais ça peut être tous les sens quoi mais... je pense quand même que les premières images chamaniques... ben tu vois je dis image... c'était des images... et puis c'est quand même fort pour moi quoi les image... »

Pourquoi tu emploies le terme de symbole ?

« Parce que j'ai... je t'ai dit j'ai mon petit dico... je sais que si je vois telle forme apparaître c'est l'esprit d'une personne qui est décédée et qui n'est pas transcendée... si je vois dans le voyage chamanique, par rapport à la personne, à un endroit du corps, je vais voir une autre forme, une autre matière, une autre brillance, ben ça ce sera une extraction... ce sera qqch à extraire... par rapport à l'âme aussi... et puis ça c'est des choses visuelles... après il y a des symboles où je suis pas tout à fait au clair encore... (...) j'ai des images qui reviennent régulièrement, des symboles... où c'est pas complètement clair encore ce que c'est... »

L'impact sur ta vie, l'impact principal ?

« C'est énorme... ben je dirai que la première chose... c'est très fort de soigner avec lui ou d'être dans des processus de soin avec quoi... c'est vraiment... et je sens lui qu'il est heureux de passer dans la matière... si tu veux c'est vraiment un échange... moi grâce à lui je peux, je pense offrir des soins qui sont... plus percutants... plus efficaces... plus forts... et puis lui, grâce à moi, parce que je suis matière, il peut offrir une aide, ici aux humains, qu'il ne pourrait pas faire... moi je sens ça... que lui il est content qu'on soigne ensemble... et puis ça c'est vraiment joli... donc collaboration professionnelle... bon et puis ce sentiment d'être protégé c'est vraiment agréable... parce que tu vois moi j'ai jamais eu... croire en Dieu tout ça... mais ce sentiment d'être protégé... ça va plus loin... c'est que... je dirais qu'après... ça m'a énormément fait prendre confiance... que c'est juste... que ce qui arrive c'est juste et puis que... aussi... ça c'est encore un autre sujet mais... c'est aussi des trucs j'ai pas vraiment réfléchi mais... on crée les choses quoi... on les... et que... en pouvant... mais ça c'est l'histoire de l'expérience et c'est très dur de l'expliquer parce que c'est vraiment... grâce à lui j'ai pu faire un processus où il y a aussi l'esprit du peyolt qui m'a aidé après... où ça a fini de se... fin ça a pas fini... mais où l'expérience elle a été ancrée fortement en moi... de confiance... que c'est juste ce qui se passe... profondément... mais c'est lui... c'est une grande partie de la confiance que je peux avoir qui vient de cette relation avec lui... et de sa protection... et le fait de me sentir protégée ça m'a permis... ça a été le début de sentir cette profonde confiance que c'est

juste... et ça dans la vie, pour moi, c'est vraiment qqch que... ça va plus beaucoup.. même plus loin que la vie... c'est marrant quand je m'écoute... mais c'est comme qqn qui croit en Dieu à fond... tu vois ce que je veux dire... il y a... ça donne une espèce de tranquillité que j'avais pas avant... aussi dans les choses qui se passent... comme le voyage du début qu'on a fait... où toi tu me dis... tu me parles du guide alors que j'ai demandé une image... mais je me suis même pas posé la question... c'est comme si j'ai pris une espèce d'habitude de faire confiance aux choses... tu vois ce que je veux dire... j'ai cette image qui est venue... et ben c'est ça... ok, on y va... ouais mais j'ai pas trop envie d'en parler... en même temps c'est pas aux esprits de... enfin c'est pas tout qui est décidé... si vraiment ça m'allait pas j'en aurais pas parlé... j'ai aussi mon mot à dire dans l'histoire quoi... mais cette espèce de confiance que « ok ben c'est ça le chemin » et c'est joli du coup... tu vois... du coup d'être plus tranquille ça me permet de sortir mes petites antennes et puis de sentir les choses qui se passent, donc du coup ça devient hyper intéressant de voir... de voir les connexions... »

« Je pousse un peu parce que ça m'arrive quand même d'avoir plus confiance ou d'avoir des peur tout à coup... mais c'est vraiment plus pareil, franchement... des fois j'ai des peurs aussi... mais disons dans tous ces moments où j'arrive à être dans cette confiance... c'est comme si ça me libère le chemin pour faire ce que j'ai à faire... et du coup pour pouvoir le faire ça demande aussi une attention sur les choses... tu vois, les petits détails, les... tout ce que le hasard il fait si bien... je dis au 2^e degré parce que c'est tellement pas des hasards... et ça me libère de l'espace pour des choses bien plus intéressantes que de stresser ou de mentaliser... parce que ça je trouve que c'est très... c'est pas que le mental ou l'intellect il est inintéressant... moi j'aime bien aussi travailler dans le mental... mais c'est pas ça le plus joli... cet espèce d'autel subtiles de petits signes... »

« Tu vois si j'étais pas dans la confiance comme ça... je t'aurais pas parlé de mon guide comme ça... parce non quoi.. c'est beaucoup trop intime... je te livre, je te donne trop... je te parle de mon âme et puis c'était pas mon idée... mais en fait après coup je me dis « mais c'est fou, il y a 2 jours, j'ai relu mes cahiers de note... en me disant... « ben de quoi je vais te parler... quelles images, je pensais qu'il y en aurait plusieurs, quelles images je vais te donner qui ont été importantes pour moi, j'ai pris 2-3 notes... je retombe sur cette image que je t'ai montrée tout à l'heure sur... comment j'ai vu mon âme... mais c'est fou... je me dis « mais c'est fou c'est l'image que j'ai eu pour mon guide donc 3 ans plus tard... j'avais complètement oublié... mais si t'étais pas venue ici... et puis après j'ai pas « tilté » que j'allais te parler de mon guide et puis après je fais un voyage... tu vois c'est des toutes petites choses... mais c'est comme si ces pièces de puzzle, j'ai l'impression que j'en vois pas le un millionième de ces espèces de coïncidences... ou je ne sais pas comment on peut les appeler quoi... mais voilà... ça me libère... cette espèce de confiance... ça me libère un tout petit peu pour sentir ces choses là et pour moi c'est... c'est là où ça devient intéressant... c'est là où ça devient génial quoi... et ça c'est des choses, en stage... spécialement je trouve dans la formation de 3 ans où on peut faire une semaine de stage, donc tu montes toujours plus haut dans ça, dans cet espèce de niveau de conscience différent... où après je pense que c'est bien aussi de redescendre dans la réalité ordinaire... parce que ça devient... ça peut même devenir un peu difficile de vivre dans la réalité du milieu tellement c'est connecté... mais je pense que t'as eu de ces moments où tout à coup... fin je sais pas si t'as eu... où tu commences à voir plein de connexion... ça commence à être fulgurant... »

Je dis que moi il me manque un degré de confiance... que je rationalise trop et je trouve ça dommage
« Je pense que ça vient aussi de notre culture... on nous a appris à voir le monde comme ça, pis je pense que tout ce qu'on reçoit comme information... on aurait tendance à vouloir mettre dans ce moule-là quoi... »

« On pourra toujours démonter ces trucs là... mais là pour moi... alors après je te raconte toi tu vas... très probablement qu'il y a un côté de toi où c'est évident ce que je te raconte... et il y a un côté de toi où tu vas te dire « ouais mais... », tu vas trouver une explication à mon histoire... ton côté rationnel il va faire ça... mais moi là d'avoir vécu ça, je peux plus... je suis arrivé à la limite du truc... je peux plus trouver une explication rationnelle à ça... parce que je l'ai vécu... tu peux même te dire que je te raconte... n'importe quoi... t'auras toujours un moyen mais moi là... (...) je suis contente d'être là... c'est vachement joli, c'est un cadeau d'avoir pu vivre ça... et c'est un cadeau dans le subtil... cad que je l'ai reçu... au moment où je l'ai reçu je l'ai même pas vu... et c'est après de me dire « hennnn ok... »... »

Je dis que je me sens à moitié en ECM, pendant tout l'entretien, d'avoir commencé par le tambour
« On est... moi je suis aussi... ouais ouais c'est légèrement... mais je pense que c'est là le plus joli... »

Elle fait un café... et sort du chocolat...
« ils aiment bien le chocolat aussi les esprits... peut-être qu'on projette aussi... mais les fois où je leur en ai donné ça c'est bien passé pour moi alors je me dis qu'ils doivent bien aimer... »

Comment t'en es venue au chamanisme...
« Au fait c'est Christophe au départ... ça m'est un peu tourné autour.. on est arrivé dans cette maison... ça doit faire 9 ans en arrière... et le gars, le propriétaire de cette maison, il organisait des stages chamaniques ici... (...) ça m'a toujours intéressée... moi quand j'avais 18 ans j'ai lu les bouquins de Castaneda... après... dans les gens qu'on a rencontré... (...) moi je pense aussi ça vient de ma mère... moi j'ai pas été baptisée... ils disaient que je choisirai moi... il y a eu un moment quand j'ai été adolescente où je leur en ai presque voulu, qu'il ne m'ait pas amené qqch au niveau spirituel... après j'ai rencontré d'autres gens, on a discuté... ça m'a intéressé j'ai été voir un peu vers les bouddhistes, j'ai essayé de lire la bible, ça a été pour moi, pas une expérience très concluante, fin ça me parlait pas quoi... et puis après en discutant avec certaines personnes il y a des choses au niveau du christianisme que je trouvais vraiment très très belle aussi... donc au niveau de ma spiritualité... après coup je me suis rendue compte, ma mère elle m'a amené un truc hyper chamanique dans sa façon de voir les choses... cad où il y a les fées qui se promènent au bord de la rivière... elle elle a ça... et puis moi... c'est évident pour moi, je veux dire, l'esprit de la terre... alors voilà il y avait ça... et puis après Christophe il a eu des histoires d'être hyper fatigué, d'avoir des douleurs articulaires, de pas savoir d'où ça venait... il a été voir un homéopathe, un orthopédiste, fin... il a fait un peu un chemin comme ça... il a vu plusieurs personnes comme ça, personne ne savait ce qu'il avait... il a vu un médecin, médecine traditionnelle officielle, la médecine... et puis tout à coup il y a une amie qui nous a dit... « ouais mais va voir un chamane... va voir qqn qui fait des soins chamaniques... » et puis là lui il a été chez une femme... je sais pas si tu as déjà entendu parler Irène Zumsteg... une femme magnifique... qui d'ailleurs comme par hasard avant de faire des soins chamaniques... là elle fait que ça... elle était journaliste... pis tu vois Christophe il est photo journaliste... elle lui a fait un soin et puis à la fin elle lui a dit « mais toi tu devrais faire un stage de chamanisme... va voir Ulla » pis c'est comme ça qu'on est arrivé sur la FSS... lui il a fait son stage de base, il est revenu émerveillé de son stage... il me racontait... j'étais « oh mais c'est trop bien, j'ai envie de faire ça... » et je lui ai demandé si ça lui allait que je fasse et c'est comme ça que... que je suis arrivée à ça... et quand j'ai fait le premier stage, j'ai vraiment eu l'impression de rentrer à la maison... le

monde d'en bas, l'animal de force... parce que moi déjà avant... j'aimais bien faire des oracles... j'ai travaillé avec le Yi-King et puis c'est un peu aussi dans la même vision des choses... »

Je note que je vois le livre de Jung

« Il est magnifique ce bouquin... t'as fait des fois d'ouvrir une page au hasard... »

Le lien avec Jung

« Lui aussi il est... moi je connais pas hyper bien Jung... fin sa vision des choses... et puis en plus ses archétypes par exemple... non mais à chaque fois j'ai l'impression dans mes voyages ils sont là quoi... j'en vois aussi... »

Cad ?

« Je sais pas.. le guide protecteur... moi je connais pas assez bien mais... moi je sens ça... ça peut aussi rejoindre une figure vachement archétypale... je sais pas de Dieu, d'ange... non mais je connais pas assez bien Jung... »

Du coup les archétypes pour toi c'est quoi ?

« Pour moi c'est ces espèces de grandes figures presque mythologiques... je dis ça je sais pas du tout si c'est juste... qui nous accompagnent qui accompagnent les humains et puis que tu retrouves... je dirai même dans toutes les civilisations... ça peut-être tu vois le mythe fondateur, la Pacha Mama, la Terre Mère... après il y a les archétypes plus classiques, le roi, le diable, que tu retrouves dans les cartes

du tarot, que tu retrouves même dans le Yi-King, quand tu regardes les hexagrammes, les situations... il y a aussi un peu des situations archétypales... où tu vas être la personne où toi tu nourris qqch... ou... la mythologie quoi... peut-être que c'est aussi... mais je le dis pas du tout de façon intellectuelle parce que j'ai pas étudié ça... notre façon de symboliser... le monde... ça rejoindrait un peu mon petit Pictionary intérieur... moi j'ai mes petites images, mes petits symboles, mais ça serait peut-être ce que l'humanité fait pour symboliser son histoire, son mythe, le conte qu'on est en train de vivre maintenant... »

Le lien avec le Pictionary ?

« Ben ça c'est mes petits archétypes à moi... J'aurais mon archétype du... l'esprit d'une personne morte qui est encore du monde du milieu... comme ça je sais « toi t'es ça... » peut-être que les archétypes qui sont universels... ou ne tous cas de l'humanité peut-être... c'est la même chose mais au niveau humanité... justement qu'on a ces images là qui nous guident... qui permettent de décrypter notre chemin... »

« C'était assez au début où je faisais des voyages chamaniques... où je fais un voyage où je me retrouve en face d'une énorme araignée... j'étais terrorisée... à ce moment-là, j'avais pas confiance comme maintenant... vraiment elle m'a fait peur quoi... une mygale mais qui ferait 3 m de haut... et puis elle voulait m'avaler... et puis elle m'a avalé (c'était un voyage chamanique avec tambour ? Ca me fait penser yawaska) non sans substances, rien... et c'était très fort, j'ai vraiment eu très peur... et puis quand je me suis fait avaler c'était affreux... et puis à ce moment-là, il y a eu mon animal de force qui est venu m'aider et puis je suis passé de l'autre côté et c'est allé... pis ça ça m'est arrivé une fois... et ça m'est arrivé une deuxième fois... et j'ai pu accepter... elle m'a dit « j'aimerais t'avaler ». La première fois elle m'a forcé... la deuxième fois je me suis fait manger la même chose... j'étais terrorisée mais d'accord... et quelques temps après j'ai rêvé de cette araignée quoi... c'était mais incroyable... en fait c'était incroyable... en fait c'était un rêve... c'était tellement réel que quand je me suis réveillée, j'ai cherché le... j'avais encore la sensation des pattes sur moi... et j'ai allumé en cherchant vraiment l'animal dans mon lit... et en fait j'ai senti qu'elle me sortait... ça c'était en rêve, elle me sortait d'ici, du torse, elle m'est montée... elle me montait... mais elle m'a demandé si elle pouvait venir... sur mon front... pour me piquer... et pis c'était hyper dur pour moi mais je sentais... peut-être comme je l'avais déjà vu deux fois, je la connaissais... enfin je pense... je sentais que c'était juste d'accepter... mais c'était très dur... donc elle m'est montée sur le visage... et elle m'a piqué au front... tu vois après au niveau des chakras, je me disais c'est quand même hallucinant... elle me sort du cœur et puis elle vient me piquer ici au 3^e œil... et puis je me suis réveillée la avec la sensation des pattes sur le front... pis sur le moment... fin c'était un cauchemar... c'était un truc très dur... mais après coup, j'ai vraiment eu l'impression d'avoir reçu un cadeau, c'est comme si ça m'a... c'était une de mes premières expériences de... à travers le chamanisme de ressentir l'amour... ouais d'ouvrir à quelque chose de... c'est comme si elle m'a donné ça... d'amour... une araignée d'amour... ouais... »

Je dis que c'est marrant tu me parles d'araignée et d'amour car une autre personne dans le chamanisme m'a dit que pour un de ces clients l'araignée était apparue... et que ça symbolisait l'amour, alors que ça inspirait le dégoût à la thérapeute

« Pour moi, profondément c'est mon araignée d'amour... mais avant jamais j'aurais dit ça... mais non... jamais... »

L'ours

« L'ours c'est celui qui vient m'aider pour les extractions... et puis j'étais inscrite pour le stage chamanique sur les extractions... je savais... j'avais déjà vu avant le stage... je pensais que c'était mon animal d'extraction, parce que j'avais déjà vu, peut-être dans le stage sur la mort, un truc d'extraction, j'avais aperçu cet animal en me disant... enfin c'était comme une sorte de prémisses comme ça... mais j'avais jamais travaillé avec parce que je n'avais pas fait de... et puis... en fait une semaine avant le stage je me dis « dans ma vie il y a beaucoup trop de truc, je vais pas faire ce stage, il y a trop... » donc je me couche le soir et je me dis « demain j'écris un mail à Ulla et je lui dis que je ne viens pas faire le stage sur les extractions c'est trop... ça va pas... la nuit, j'ai rêvé qu'en bas du chemin là il y avait un énorme ours brun... mais c'était un horrible cauchemar, qui commence à courir vers la maison... vers ici... je vois ça je dis « ha, vite... » je rentre les enfants vers l'intérieur... j'espère qu'elle va tenir avec un ours pareil... je vois que dehors il y a encore un de mes chats... je me dis « est-ce que j'ai encore le temps avant qu'il arrive d'ouvrir la porte pour que le chat puisse rentrer... » avec les enfants je monte les escaliers... après je me réveille le matin et je me dis « mais... c'est génial, il est venu me chercher, il est venu me dire « maintenant tu viens faire ce stage, maintenant on va bosser ensemble » et puis je suis allé faire ce stage... »

L'ours

pour

toi ?

« Il est génial, il est d'une puissance... je veux dire je vais pas aller lui faire des gros câlins... il fait pas dans la dentelle... quand il y a une extraction à faire... mais il déchiquète, il arrache... c'est hyper efficace... et puis quand il y a une grosse extraction à faire, je suis tellement contente qu'il soit là... je dis « allez vas-y » voilà, tu vois... dans le subtil je le vois, c'est lui... je le vois arriver quand il y a une extraction à faire... je le vois, moi je me recule et puis « vas-y »... et puis c'est d'une puissance... c'est pas pour les calinoux mon ours, celui pour les extractions... c'est hyper agréable... aussi un truc hyper rassurant... »

Me dit que c'est l'expérience qui la porte vraiment... et se demande comment je lie mes expériences avec le fait de faire une démarche d'analyse, intellectuelle... fait le lien avec Michael Harner...

Premier entretien : C5

« En tous cas pour moi, le son du tambour a fait le déclenchement... le tambour chamanique c'est ça qui m'a réveillé si on veut... et après autour de ce son-là s'est créé une danse... c'est lors de la première cérémonie chamanique que j'ai pu faire que durant la soirée cette danse était là quasi continuellement présent... pour moi c'était vraiment un appel de dire... il y a qqch là au travers du son... mais au travers du mouvement... et je voyais très bien... je dis des gens... mais pour moi c'était très proche des amérindiens... en train de danser avec un feu, avec le son autour... donc il y avait qqch qui se créait vraiment là au travers... et cette image, si on veut m'a raccroché à mon enfance... des choses qui tout à coup ont pu ressurgir... de dire « mais ça j'ai déjà entendu... j'ai déjà capté qqch comme ça beaucoup plus jeune qui me fait que c'est important pour moi d'aller sur ce chemin là... » Je ne me suis plus posé de question... j'ai dit « ben là il y a qqch à aller voir plus loin... » sans m'engager sur un long procédé... mais de dire « je vais d'une fois à l'autre » et d'une fois à l'autre... ben ça fait bientôt 7-8 ans ou 10 ans que je suis sur ce chemin là... mais pour moi c'est vraiment ce son au départ qui m'a ouvert la voie à cette danse magique pour moi... et cette danse elle m'a englobé et elle m'entraîne sur le chemin... »

C'est « votre » danse qui est apparue ?

« C'est la danse des autres... mais j'étais avec... Tout d'un coup j'étais dedans... je sais pas trop comment... parce qu'au départ j'ai vu et bien vu ce qui se passait... mais au bout d'un moment j'étais dedans... voilà... c'est deux niveaux de conscience d'être assis sur sa chaise ou au sol et puis d'être ailleurs... c'est ce qui était pour moi le plus troublant au départ... de dire « là il se passe qqch quoi »... »

« Il se passe qqch », vous arrivez à mettre des mots dessus ?

« Pour moi ce « il se passe qqch » c'est une reconnexion à qqch que... ben je dirai... de vie passée... de reliance à qqch de passé... »

De vie passée... votre enfance ?

« Oui parce que c'est pas qqch qui m'était inconnu dans mon enfance le tambour je dirai... parce que voilà j'ai peut-être vu un film d'indien ou j'ai peut-être entendu un son qui me rappelait ça... donc ça m'a vraiment rappelé ça... mais après j'étais projeté dans qqch où je n'avais plus pied parce que je pouvais pas le déterminer dans le temps... mais ça a réveillé qqch qui m'a permis de me projeter plus loin... ce son... le son au départ... »

« Pour moi c'est vraiment cette incorporation à ce que j'avais vu... c'est comme si j'étais entré dans l'image quoi... »

C'est quelle part qui a dansé, puisque vous étiez couché ? comment vous l'appellez ?

« Je sais pas trop comment... En tous cas à l'époque je pouvais pas y mettre de nom ou de mots... c'est qqch qui s'est produit... maintenant je peux dire, c'est peut-être... c'est une des caractéristiques du voyage chamanique qui nous amène dans d'autres mondes... il y a peut-être ce vocabulaire là qui pourrait venir maintenant... mais sur le moment vécu, c'était qqch de complètement... hors de mes représentations... où j'étais plutôt pris par les choses un peu cartésienne... »

Avant de faire cette expérience ?

« Ouais... non mais là il y a qqch qui débloque quoi... dans ma réalité... »

Pour vous, ces mots, « voyager dans d'autres mondes » c'est une explication qui a du sens pour vous maintenant, vous le vivez comme d'aller dans d'autres réalités ?

« Moi je vais dans le monde parallèle... oui c'est une autre réalité mais c'est un monde parallèle, c'est un monde où j'ai pas accès dans mon statut de travailleur social je dirais... j'ai accès quand je me mets en... en réception de ce qu'il y a autour de moi... beaucoup plus fort quoi... où je débranche du mental... pour moi c'est vraiment là... à quel moment je peux débrancher le mental... c'est vraiment dans ce travail chamanique... de dire je me reconnecte aux éléments, je me reconnecte à ça et je peux débrancher quoi... et j'ai les informations qui viennent à ce moment là... »

Elles viennent comment ?

« Au début beaucoup par la percussion... j'avais besoin de la percussion du tambour... c'est ça qui me permettait de franchir le cap... et de plus en plus je peux me connecter... en créant le lien différemment... de dire « ben voilà... je coupe le mental suffisamment pour pouvoir créer le lien avec la plante ou ce qui m'entoure ou etc. voir où est l'information... mais c'est... c'est le travail préparatoire je crois du tambour et le fait de l'avoir employé assez régulièrement... qui me permet de pouvoir exercer ça... et si je travaille pas le tambour 15 jours, j'ai besoin du tambour pour de nouveau remettre... comme si j'arrivais à remettre le disc de la vibration qui me permet de partir... ou le hochet... mais je serais beaucoup plus avec le tambour... »

Ma question pouvait être comprise dans 2 sens... comment elles viennent, cad elles se présentent sous quelle forme... avez vous un exemple ?

« J'essaye de re-disséquer cette image du départ... parce que pour moi c'est vraiment cet appel là qui m'a guidé au départ... puis après ben voilà j'en ai eu d'autres dans le cadre thérapeutique... mais au départ, c'est tout à coup trouver un... le message que j'ai eu de cette danse, c'est de dire « il y a un clan autour de moi... il y a un groupe autour de moi... ou je peux être incorporé à un groupe... » voilà... pour moi le message... je peux être entraîné dans qqch que je ne connais pas du tout et que je refuse probablement dans notre mode de fonctionnement de société... »

Et quand vous parlez du clan... c'était les gens qui pratiquaient avec vous ou ceux de la réalité parallèle ?

« La réalité parallèle... »

Il y avait un clan là qui n'était pas perceptible par qqn qui était branché cartésien

« oui »

Vous les voyiez, vous les sentiez, vous les entendiez ?
« ouais »

Tout ?

« Peu la voix je dirai... pour moi il y avait pas de... je peux pas lier ça a une langue par exemple... il y avait quelques sons mais c'était surtout le rythme qui était donné et puis le mouvement... mais je suis très peu auditif alors peut-être que ça correspond aussi à mon mode de fonctionnement »

Donc vous les voyiez ?

« Très clairement... mais je dirai... je les voyais mieux quand j'observais un peu de l'extérieur, mais une fois que j'étais dans la danse... ben... le regard est un peu perdu... et quand j'ai l'observation un peu plus « méta » c'est la que je voyais le mieux... voilà... une fois que je suis dans la danse... ce qui est autour on l'oublie un peu... voilà... »

J'ose vous demander de me décrire comment ils étaient ou c'est secret ?

« Je dis, l'habit c'est le pagne... homme ou femme c'est que en pagne... donc torsen nus... plutôt... les cheveux sont noirs, plutôt longs... les indications que j'ai c'est ça... ils dansent forcément à pied nus... et puis une partie dansent mais pas tous... il y a vraiment un cercle qui danse... et autour ils sont plus habillés, ils ne sont pas que en pagne... habillé local... c'est aussi.. il y a pas mal de couleurs... il y a de la couleur et de la peau... voilà... je dirais... »

Ca correspond à une réalité où vous êtes déjà allé ?

« J'ai pas retrouvé... pas encore... »

C'était plutôt Amérique du sud alors... ou Amérique du nord ?

« Je n'ai pas voyagé dans ces deux pays encore... alors je sais pas... »

Je relève qu'au départ j'avais compris qu'il était réellement autour d'un feu, où les gens dansaient pour de vrai au son du tambour
« Non il y avait même pas le tambour dans la cérémonie... c'était plutôt un... on dit plutôt... calme... il y avait peu de choses qui se passaient... durant... sur ce lieu là... c'est ce qui m'a amené à... à pratiquer avec le tambour... »

Quelques mots sur le contexte ?

« Voilà... j'avais entendu parler qu'il y avait une cérémonie qui se faisait... une cérémonie de purification avec le tabac... j'ai dit... il faut que j'aille voir... parce que ça donnait suite au son que j'avais entendu... donc... je dis « ben faut essayer cette expérience » donc vraiment néophytes... puis là c'est... c'est une partie préparatoire où chacun se pose... et puis une partie où il y a infusion de plantes... de tabac... donc des feuilles... et puis on prend le tabac... mais pour moi ça a déjà commencé avant de prendre la plante... je me souviens pas en l'occurrence si le chamane avait joué du tambour au départ ou pas... »

Ca faisait suite à un appel, un son que vous aviez entendu ?

« oui... un peu par hasard je me retrouve dans un salon... salon du mieux vivre... et puis je passe dans les stands... et j'entends dans une salle qu'il y a le bruit du tambour quoi... puis mon épouse était avec moi et j'ai dit « ben il faut qu'on aille là » puis la porte était encore ouverte puis effectivement le chamane jouait du tambour pour appeler les gens ou je sais pas pourquoi... puis voilà cet appel m'a guidé jusque là... puis après cette personne ben... nous a fait une méditation active sans plus... mais après il proposait de faire cette soirée de purification... et j'ai dit « il faut aller voir plus loin ce qu'il y a derrière... parce que... »

Parce que ?

« Parce que ça m'avait suffisamment interpellé pour... pour me dire il y a peut-être autre chose ou j'ai besoin d'autre chose... mais je pense pas que c'était du tout conscient... on m'aurait dit ça le jour d'avant, j'aurais dit « non mais... »... »

Bon vous alliez déjà au salon du mieux vivre, donc il y avait déjà une ouverture... je travaille avec des médecins en santé publique, je peux vous dire qu'ils ne vont pas au salon du mieux vivre...

« Oui ben c'est surprenant... précédemment... pour moi si on veut le réveil d'une autre conscience c'est fait quand j'ai été initié comme guérisseur... si vous avez suivi un peu Charles... il a fait un gros travail sur les guérisseurs du Jura... et j'ai été initié par un de ces guérisseurs... voilà... ça c'était ma première... et je pense que c'est ça qui était ma renaissance... du monde où j'étais dans le sport... j'étais dans... mon premier apprentissage c'était la micromécanique... et puis après j'étais un peu dans le social... et ben mon premier contact si on veut avec une autre dimension... c'était cette dimension du... qu'est-ce que je peux amener à autrui dans un rapport physique... le rapport physique... le guérisseur qui m'a initié... lui il dit... on prend les énergies là haut et puis elles arrivent chez la personne... »

Et puis ça vous fait rire (rires)

« Oui ça me fait rire parce que j'aime bien cette image... »

« Alors ça ça été vraiment ma renaissance... »

Si j'ose vous avez été initié comme ça ?

« Non ben j'allais chez ce guérisseur quand j'avais 20 ans, j'allais chez lui quand j'étais un peu « déglingandé », je suis retournée après avec ma famille... et puis je descend avec un de mes enfants parce qu'il était sur Delémont et puis je vais chez lui... un jour de printemps... pour moi et un de mes fils je crois... qui était avec moi... et puis il me dit... « oh ben il faut que je te revoie... rappelle-moi cet automne je suis par ces monts... » Et puis comme c'est pas qqn qui parle beaucoup ben... « rappelle-moi » voilà... j'ai attendu l'automne et puis je le rappelle... et là il m'a dit « faut que je te voie » et puis il m'a fait part de son projet d'initier plusieurs personnes parce que lui avait le projet de partir à l'étranger... et puis il disait « je peux pas laisser les gens ici, avec les souffrances qu'ils ont... sans qu'ils aient de ressources si on veut... »... et puis ben il m'a présenté ça... il m'a dit « tu réfléchis, t'en parles à ta famille parce que c'est un travail de... tu te mets au service... donc tu peux pas dire « je travaille de 8h à 17h je ferme la boutique... » si qqn t'appelle... tu es là ou bien tu n'es pas là mais si t'es là... il y a à faire... et pis ben cette étape préparatoire j'ai accepté... puis c'est vrai que j'ai été chez lui pendant une année, en tous cas un jour par semaine... travailler avec ses méthodes sur ses clients... ouais ça m'a beaucoup bousculé... »

Qu'il vous dise ça ?

« Mais qu'il me propose ça... déjà dire, quel est le réveil en moi de capacité que je ne pensais pas avoir... et puis après.. dire « ben voilà, tu as une personne x, bonjour, bonjour, qu'est-ce qui va pas... et puis fais comme moi quoi » fais comme moi avec moi à côté et puis de temps en temps je tourne le dos et fais tout seul... pis petit à petit, « tu peux commencer à faire chez toi » Mais ça a vraiment réveiller qqch de profond, d'une autre connaissance que je n'avais pas... voilà »

Et là vous étiez déjà dans le social ?

« Oui j'étais déjà dans le social... mais le social, je trouve qu'il est très ou il est trop cérébral... »

Vous dites que c'était plutôt physique

« Oui les gens viennent pour des maux physiques... mal de dos, une épaule déplacée... quelques maladies dégénératives ou des enfants handicapés ou des choses assez ciblées... mais voilà, pour moi, la porte d'entrée était physique... mais quand j'allais chez lui pour un mal physique je ressortais avec un mieux être un petit peu plus général... donc j'avais ma propre expérience de dire « c'est pas parce que j'ai mal au dos, qu'il arrive à me remettre le dos, que tout à coup... tout va un peu mieux... donc j'avais déjà cette impression là, qu'il y avait d'autres choses qui se passaient... et encore maintenant, je sais pas trop comment ça se passe mais... il y avait qqch de... qui allait plus loin que le physique... voilà »

Et comment se passe la cérémonie de purification avec le tabac ? C'était un chamane d'ici ou d'ailleurs ?

« Ben lui il vient du Mans... c'est qqn qui s'est formé dans plusieurs tradition mais qui a beaucoup mis en avant la tradition celtique et mégalithique... de dire « on a aussi notre propre culture ici... et lui défendait ça... voilà.. Patrick Dacquay »

« Voilà c'est tout des choses que j'ai appris par la suite si on veut... au départ, il était avec un tambour, il était habillé en blanc mais pourquoi pas... et puis... et puis il avait écrit un livre... voilà... au salon du mieux vivre il signait des livres et je suis allé lui acheter un livre... pour moi c'était très étonnant d'être chamane, parce que ce que je voyais c'était soit les traditions amérindiennes avec le sorcier du village quoi... et puis je dis, comment on peut être chamane dans notre société et rouler en voiture... pour moi c'était vraiment deux mondes... pis il me dit... ben t'as qu'à lire quoi... (rires) pis j'ai pas beaucoup lu... j'ai découvert et puis après voilà... après cette cérémonie j'ai été à une deuxième cérémonie, après lui il proposait un parcours initiatique... je me suis inscrit pour la première année, puis après la deuxième, puis après la troisième, puis voilà les choses s'enchaînent... après... »

« Pour revenir sur la cérémonie en tant que tel c'est... comment je l'ai perçue à l'époque ou comment je la pratique maintenant ? » Les deux ?

« Alors je m'inscris à cette cérémonie en sachant qu'il fallait peu manger, pas de viande sur la même journée... arriver avec l'estomac léger et puis qu'il fallait prendre une bouteille d'eau et puis une tasse avec soi... voilà... si possible en habits clair... les recommandations que j'avais avec le lieu ben c'était ça... donc j'arrive sur place... ben on passe par le paiement et puis après... sa compagne nous passe à la sauge, nous fait entrer dans une salle et puis on prend place dans une salle... on était tous... il y avait un rang de chaises prévus... et lui avait une place privilégiée avec sa compagne où il y avait des affaires à lui des choses comme ça... deux trois explications, qu'il avait appelé le tabac, qu'il avait appelé des esprits... mais c'est pas des choses que j'ai très bien capté au départ disons... « c'est quoi ça ? » mais pour moi... je dirai pas... j'ai pu quitter le contrôle... de dire « ben je suis pris dans quelque chose... » et puis très rapidement c'est... ce son, cette image m'a amené à ce que je décrivais avant... je me souviens bien qu'il y avait une prise de tabac... que c'était pas forcément très bon à boire... voilà, il y avait des gens autour de moi qui pouvait vomir parce que le tabac a un peu cet effet là... je crois qu'il y a eu une deuxième prise... je sais même pas si je suis allé... après j'ai perdu un peu le nord... je me souviens qu'à la fin de la cérémonie... à un certain moment il a dit... « ben c'est la fin, vous pouvez rejoindre... on va se quitter... » donc il y a un rituel où se tient par la main à la fin... et je me suis levé de ma chaise... et je me suis complètement effondré... effondré... »

Physiquement ou émotionnellement ?

« Physiquement... après je me rappelle juste avoir reçu une bonne baffe pour me faire revenir... mais il était là à côté de moi, il m'avait fait coucher un moment... et puis après ma compagne ma rentré... »

Parce qu'elle elle a fait l'expérience aussi ?

« Voilà... on a fait au départ ensemble... »

Elle a aussi eu qqch d'aussi...

« Non elle était toute la soirée dans la résistance... cad... je veux pas entrer, je résiste, on m'aura pas... »

Je dis que moi je crois que je suis aussi dans les résistances avec le chamanisme... que le tambour me suffit pas... en hypnose, j'aurais tendance à dire que le mental est satisfait ou occupé...

« Après sa correspondait plus à l'époque à mon besoin de me situer... j'avais quoi... 45 ans... »

Besoin de vous situer ?

« Je crois qu'on a toujours besoin... dans autre chose en tout cas... c'est vrai que j'ai fait une assez longue carrière sportive donc le sport était très présent... et puis tout à coup découvrir cette autre réalité, ça m'a beaucoup interrogé... ça m'a happé je dirai comme ça... parce que j'ai pas tellement eu besoin de faire fonctionner le mental pour dire « ben je m'engage dans cette voie là... » voilà c'est ça... je remercie vraiment cet appel... maintenant... »

Et maintenant votre perception des cérémonies ? Vous voyez les choses différemment ?

« Ben je la vois différemment parce que je pratique aussi ces cérémonies... pratiquez dans le sens « j'anime »... donc c'est vrai que le rapport à la plante pour moi est différent... apprendre... j'ai pu prendre un tout petit peu ce qu'elle avait à m'apprendre... pour moi c'est sur ce chemin là... le tabac reste une plante maîtresse... elle m'a bien secoué au départ... et pendant une année elle m'a bien, fortement secouée... physiquement elle est venue me chercher... »

Ca veut dire quoi « physiquement elle est venue me chercher » (la plante) ?

« Ben du genre la deuxième cérémonie, elle m'a tellement ébranlé que j'ai pas pu marcher pendant 4 jours... donc... elle m'a bloqué les jambes quoi, vraiment... 2-3- fois j'ai eu de nouveau des évanouissements avec elle... elle m'a secoué au niveau des

arythmies cardiaques... elle m'a... jusqu'à ce que je comprenne qu'elle avait d'autres messages... que la force n'était pas forcément nécessaire... qu'il y avait d'autres choses à comprendre... et au moment où j'ai pu entrer en matière sur un autre message... que j'ai pu lâcher... ce que je croyais être la force... j'ai pu... j'ai pu beaucoup plus m'enrichir... probablement que j'étais dans la résistance et ce qu'elle voulait me faire comprendre ben elle a pris les moyens qu'il fallait... → initiation, peur, choc

Ca vous a pas fait peur...

« Non je la redoutais... mais j'ai pas eu peur... « Qu'est-ce qu'il va m'arriver la prochaine fois ? » ça... avant les cérémonies ça m'arrivait assez fréquemment... qu'est-ce qui va m'arriver quoi... parce qu'on n'est pas forcément très bien après... mais elle m'a amené beaucoup... après X fois où je l'ai prise, où je l'ai contactée sous d'autres forme aussi, par la fumée... par la pipe... voilà c'est une autre collection qui est aussi très présente... »

Vous ne fumiez pas avant... maintenant oui...

« Oui pour les cérémonies, pour me connecter, pour ça oui... mais c'est pas du tout une dépendance... pour moi c'est vraiment dans ce cadre là que je connecte... mais je peux aussi travailler avec elle dans les soins où je la cultive et je suis en lien avec... pour faire des plans... donc les graines elles commencent à germer... je suis en connexion... mais il a fallu quelques temps pour y arriver... »

Quand vous dites que vous êtes en connexion ça veut dire quoi ? C'est comment ?

« Elle me parle... voilà... je dirai que... j'entends presque dans la terre le germe à éclore... » → s'en remettre à, dialoguer avec

Vous entendez ou vous ressentez ?

« Je sais pas... pour moi je l'entends parce que ça réveille en moi comme le battement de la vie... mais est-ce que c'est un ressenti corporel qui me fait penser à ça ? Ben je vais l'arroser chaque jour... ben... voilà... j'ai ça qui se passe... Quand elle est dans mon jardin, je la regarde grandir, je passe à côté, il y a... je vais pas passer sans la regarder... c'est pas possible... »

Avec d'autres plantes ça vous avait déjà fait ça avant ?

« Non... Mais je peux travailler avec d'autres plantes par exemple dans les soins... me connecter à une plante en disant « est-ce que cette plante là ? » ou « qu'est-ce qui m'attire dans cette plante là pour soigner cette personne ou bien pour me soigner moi ? » ou voilà... ça je peux avoir les messages... mais c'est pas du tout de la même... c'est pas du tout la même force... ni avec d'autres plantes ou d'autres préparation... j'ai pas la même connexion avec l'ayawaska, le peyotl non plus... »

« Je pense vraiment, à l'heure actuelle ma plante actuelle c'est le tabac... peut-être qu'il y en aura une autre après mais pour l'instant... elle est là... »

Et puis ce clan que vous aviez vu, ressenti, il est encore présent ?

« Non j'ai plus eu vraiment de connexion avec ce clan là... j'ai plus eu de connexion après... (...) un espoir de le retrouver un jour... »

Pourquoi ?

« D'une part pour les remercier et de pouvoir entrer dans la danse avec eux... en réalité... je sais pas si ça sera possible parce que c'est plus des choses liées au passé... mais... pourquoi pas... tout à coup de retrouver... ou de retrouver l'image... parce que... cette connexion, ben j'ai pas pu la remercier sur le moment, si on veut... elle m'est apparu et puis j'ai un peu vécu ça comme ça mais je suis un peu redevable de qqch que j'ai pas pu aller au bout quoi... »

C'était plus fort que les autres...

« Non après j'ai eu d'autres choses... mais cet appel-là était très fort... peut-être parce que c'est le premier... tout à coup c'était plonger dans autre chose... »

L'impact sur votre vie ?

« Ben... si j'écoute mon entourage, c'était un changement assez radical pour eux... pour mes enfants... pour ma femme c'était assez radical... avec beaucoup de peur au départ... de dire « il va où ? Qu'est-ce qu'il va faire ? » Voilà... ça a mis pas mal en tremblement la vie familiale... les enfants étaient... 2 sur 3 étaient déjà partis de la maison... donc c'était moins fort peut-être pour eux... mais il ont vu le changement quand même... il se passe qqch... il n'est plus comme avant... (...) peut-être dans le sens d'autres préoccupations ou un autre regard sur la vie... ce qu'il m'ont dit après coup, c'était ça... « Tout à coup tu avais un autre regard ou tu avais d'autres références... » Peut-être que je les embêtais moins... »

« (...) pour mon épouse, sentir que tout à coup on prenait des chemins assez différent... c'était pour elle une peur assez importante... »

Pour vous c'était vraiment un appel, et je peux imaginer que si l'autre dans le couple le vit pas ça peut être assez...

« Ben non, c'était assez... assez délicat de dire, on ressent qqch à l'intérieur, qui n'est pas de la relation de couple ou amoureuse mais il se passe qqch de fort... et l'autre personne est dans la résistance... donc si je faisais un module... je pouvais dire « on a fait un beau voyage » mais dire que j'ai rencontré des gens chouette autour de nous, ça pouvait pas être écouté... de dire ben on est 20 dans le clan et puis on se tient tous par la main... ça réveillait trop de chose... ben voilà, elle a quand même bien résisté dans le temps... jusqu'au moment où elle n'en pouvait plus dans le sens de dire... mais... « Soit le couple casse, soit je me mets en route... » et elle a eu l'intelligence de se mettre en route... donc elle a fait aussi un parcours similaire... alors pour elle ça n'a pas du tout la même connotation que pour moi, mais elle sait au moins ce qui se passe... puis elle m'accompagne quand elle peut dans les cérémonie, dans les soins, dans autre chose, elle m'accompagne... donc elle a cet aperçu de cet autre rapport qu'il peut y avoir... ce qui a permis probablement qu'on reste ensemble... parce qu'après la jalousie... « tu téléphones à celui-là parce que tu as passé un bon we... pis tu te réjouis de le retrouver dans un mois... et puis moi ? » »

Elle ça ne lui a pas parlé ?

« En tous cas pas au départ... une fois qu'elle s'est engagée... oui elle était portée... pendant son parcours elle était bien portée... ça lui a permis de lâcher pas mal de choses, le boulet qu'elle trainait aussi... puis de continuer... d'accepter cette force de qqch qui n'est pas rationnel... »

Elle était aussi cartésienne

« Assez ouais... »

L'impact sur votre quotidien... vous travaillez toujours dans le social... que vous trouvez trop cartésien...

Vous avez plusieurs fois évoqué la dimension non cartésienne de l'expérience. Pour vous c'est sa principale richesse ?

« Disons que j'avais besoin de comprendre les choses ou qu'on me les explique dans un rapport plus ou moins scientifique... bon, expliquer l'éducation, je trouve ça toujours difficile... mais disons, je pouvais m'arrêter sur des choses en disant « ben... cette théorie, je peux imaginer que Freud a construit qqch d'intéressant... » et au fur et à mesure j'ai pu... j'ai pu faire plus confiance à mon intuition... de dire « mais qu'est-ce qu'il y a dessous cette approche... » ouvrir sur d'autres approches plus ouvertes... (...) donc dans mon quotidien ben j'avais besoin de cette structure là au départ... j'ai pu quitter ça et arriver sur des choses plus intuitives... j'ai travaillé longtemps avec des jeunes enfants... il peut y avoir autre chose que ce qu'on nous dit... (...) qu'est-ce que nous montre l'enfant et comment je peux communiquer par exemple avec le tout jeune enfant... parce qu'on avait des enfants qui sortait de la maternité jusqu'à 6 ans... donc quand vous avez un nourrisson qui vous tombe dans les bras... qu'est-ce que vous pouvez lui dire... et puis lui dire d'une façon par la parole... et puis d'une façon aussi par le corps... puis une autre façon... vous communiquez quoi avec lui, qu'est-ce que vous lui donnez ? Et tout cet apport-là m'a... j'étais entré dans le chamanisme agrandi de cette voie là... de dire « mais... on m'a certifié que j'avais qqch... intuitivement que je pouvais donner plus aux enfants qui étaient là... » Avec la conséquence que ça a pas été forcément très apprécié des gens qui m'entouraient... (...) jusqu'au moment où ils ont fait suffisamment de pression pour que je quitte... ils voulaient me licencier, j'ai fait opposition... mais les reproches étaient... je correspondais plus à ce qu'ils voulaient mais je faisais un bon travail avec les enfants... »

Vous vous rendiez compte de l'apport de votre travail avec les enfants ? C'était quoi leurs arguments ?

« Ce que j'ai plutôt perçu c'était « on ne peut plus avoir la mainmise sur toi... par exemple j'avais fait opposition au cuisinier qui... qui préparait des repas qui étaient pas à la hauteur de ce qu'on pouvait donner aux enfants... dans la préparation, des choses hyper recuites (...) et j'étais plus du tout d'accord avec des produits qui n'étaient pas frais... voilà, je me suis mis en opposition contre ce phénomène là... »

« C'est aussi beaucoup ça que ça m'a appris... c'est de dire « c'est pas que je ne respecte pas l'autorité... mais je vais pas subir l'autorité pour n'importe quoi... » si elle est là puis qu'elle pose les choses et qu'il y a une valeur derrière, je vais pouvoir la respecter... »

« Comme tout peut se justifier dans le social... c'est un peu la tristesse dans notre monde... je sais pas quel regard vous avez, mais... »

« Je dirais pas que c'est de lâcher le mental le principal... pour moi c'est de pouvoir... vivre qqch d'autre, sans de voir passer par le mental.. de dire mais il y a des choses plus simple ou pour moi plus vraie... et puis je les vis maintenant... et j'ai pas besoin de me poser la question si c'est vrai ou pas... c'est là c'est dans ce monde parallèle mais ce monde parallèle il est à côté de moi, il faut que je garde juste un pied de chaque côté... ou je peux aller d'un côté à l'autre... donc c'est un enrichissement... »

Donc pour vous c'est important de garder un pied de chaque côté (monde parallèle et réalité)?

« Encore quelque temps... »

Des fois de faire se rencontrer ? C'est possible de faire dialoguer ?

« Je pense que l'un va pas sans l'autre... le fait de pouvoir naviguer permet de dire « il y a ça et puis il y a ça » s'il n'y a qu'une chose... ben c'est comme ça... et on est dans cette histoire de norme... mais si on découvre autre chose on peut s'interroger différemment... c'est pour ça que je dis c'est dans la complémentarité pour moi de dire « je peux aller chercher des informations là, je suis bien dans ce monde-là » mais j'aime bien aussi les ramener dans le monde réel... et puis je peux... où j'essaye d'avoir une discussion adaptée dans le milieu où je suis, tout en ayant ces informations... et cette connexion ailleurs... en disant « attention là tu pourrais amener qqch ou tu peux modifier » et toute ma part que j'ouvre pour les soins et accompagner les personnes, dans le « guérissage » c'est encore autre chose... c'est aussi ça... plonger dans cet autre monde et les ramener dans la réalité... que les gens puissent repartir dans leur réalité, avec qqch... qui a peu changer, qui a pu évoluer, qui a pu se transformer... »

Vous connaissez Ulla Straessle et la FSS

« De nom... mais je la connais aussi parce qu'il y a d'autre représentant... dont une femme au Canada qui représente la FSS... et puis voilà j'ai déjà eu des échanges avec elle, sur sa forme d'aborder la vie... mais elle, elle, est algonquin, donc elle est de tradition indienne... demi sang... donc elle a cet apport-là, plus son travail avec l'âme et elle liée à une tradition (...) »

Vous vous travaillez aussi avec l'âme ?

« Dans bien des cas... ou dans ma représentation de l'âme... je sais pas si elle est correcte ou pas... ça dépend des écrits où on se situe... mais pour moi c'est le lien intergénérationnel d'une force... qu'elle soit matérialisée dans un corps ou bien... elle est là... donc oui je travaille avec elle... »

Vous vous différenciez de la FSS ? Par rapport à ce que vous en savez...

« Ouais j'ai lu un ou deux livres d'Harner qui parle de son expérience pour créer qqch qu'il a mis en place en somme dans une structure... ce que je peux constater c'est qu'il y a des choses qui se font pas chez Harner qui se font dans d'autres traditions... et puis mon initiation était portée de dire « ce que je fais, il y a déjà des gens avant moi qui l'ont fait... donc je peux m'appuyer sur cette tradition ancestrale... pour... pour continuer un certain travail mais en ayant cet appui là... et puis il me semble que des fois... avec Harner, il n'y a pas ça derrière... et ça je sais pas comment ils font pour se poser... moi j'ai peut-être besoin de cette tradition quoi... et... ou de plusieurs traditions.. mais j'ai besoin d'avoir ce regard d'ancêtres... »

Vous avez parlé d'ancêtres celtiques ?

« Ben je suis né en Europe quoi... j'ai pu recontacter cette énergie-là, parce que j'ai les pieds là... mais je sais que... que mon attirance elle est plus vers des peuples je dirais pas « encore plus traditionnelle » mais où on voit encore plus leur culture...sur

peut-être la Mongolie... sur ce mouvement qui est sur les amérindiens... ouais... sur les peuples autochtones... Ça m'étonnerait que ce soit l'arctique... (...) mais j'ai besoin de me connecter ici. Et c'est ce qui m'a intéressé dans ce parcours-là, c'est que je travaille déjà chez moi avec ce qu'on a avant d'aller voir ailleurs... parce que j'ai déjà cette base... après je peux aller découvrir autre chose, mais cette base elle est... qui je suis, j'ai besoin de l'avoir... »

« Je fais pas vraiment de stage... mais je propose des cérémonies... par exemple la cérémonie de la hutte de sudation ce qu'on appelle, dans la tradition celtique « chaudron celtique » qui est un autre rituel mais le principe est le même... c'est par la sudation qu'on va atteindre des choses qu'on a besoin de travailler... on entre dans le ventre de la Terre-Mère pour pouvoir ressortir, renaître en qq sorte, des cérémonies de purifications avec la plante... le tabac... »

Je dis que j'ai toujours peur... que je me sens déjà mal dans un sauna...

« Ouais... moi j'ai beaucoup de mal à supporter la chaleur... mais ça m'a fait beaucoup de bien... de devoir résister... de devoir lâcher... parce qu'au bout d'un moment... ben quand votre corps transpire... quand vous avez l'impression d'avoir plus assez d'air frais... ben soit vous criez « maman » (on peut partir toujours ? non) la porte n'est pas toujours ouverte (je sais pas si je vais venir) non si une personne est vraiment en grosse difficulté on va la faire sortir... moi je me connecte... ben voilà... aux énergies qui sont là... ce qu'on appelle les grands-pères ou la grand-mère qui est là... je lui demande son avis, j'essaye de donner un conseil à la personne... déjà de respirer tranquillement si elle sent qu'elle est trop prise, se poser par terre, respirer la terre... se reconnecter complètement à elle... et généralement ça tourne... et puis au bout d'un moment on ouvre la porte et puis là si elle veut sortir, ben... je reconnecte... il y a une négociation qui se fait... mais énergétiquement... en disant « oui c'est en ordre » ou bien « tu as encore qqch à faire ou pas mais décide... si tu sors, tu ne rentres pas après c'est... mais peut-être que tu as fait ton travail... je pense que en une porte... certaines personnes ont fait plus de travail que celui qui dit « j'ai fait trois portes puis... ben c'était pas très chaud votre hutte... » ça m'est arrivé... et puis il y a des personnes, vous les retrouvez autour du feu après et puis elles ont pu vivre ce qu'elles avaient à vivre ou éliminer ce qu'elles avaient à éliminer... mais c'est un passage quand même par une certaine difficulté... voilà, mais c'est à mon avis pas insurmontable... mais ça permet aussi de débrancher... parce que quand on est dans la difficulté, soit on reste dans « ça va plus, ça va plus... » soit on va chercher nos ressources ailleurs... voilà quand vous mettez la tête dans la terre et que vous faites juste un emplacement dans la terre pour respirer la terre qui est plus fraîche... vous êtes complètement connecté à autre chose (...) puis vous respirez... puis vous sentez autre chose... et puis vous avez changé de position... et puis vous n'êtes plus complètement dans votre malaise... et puis vous sentez que les énergies reviennent puis vous allez partir dans le rêve ou dans d'autres réalités puis ça va... »

« Je pense que c'est un des plus beaux... » La hutte ? « ouais... »

« Après c'est aussi un rituel... moi j'essaye d'en faire au moins 4 par année aux 4 changements de saisons... ça permet de se reconnecter à autre chose... laisser de côté une partie... parce que c'est la fin d'un cycle et puis s'engager dans un autre cycle par exemple... »

« Les animaux de pouvoir sont très présents... moi je suis très attiré ou très en lien avec les oiseaux, les rapaces ou autres... souvent j'ai qu'à lever la tête pour en voir... mais c'est toujours un message... le corbeau qui passe au-dessus de vous-même dans la ville, c'est pas qu'il passe là par hasard... (...) il n'y a pas un sens... mais... voilà le fait que je puisse regarder pis me poser une autre réalité... de quitter si on veut mon regard qui est sur mes chaussures, sur le trottoir pour lever la tête, ben ça m'ouvre à autre chose... ça m'ouvre à... à plus de dimension déjà... je crois que... en tous cas les oiseaux m'ouvrent à ça... de dire « voilà, tu peux ouvrir, tu peux regarder le ciel, tu peux regarder le soleil, tu peux regarder ce qui se passe... mais aussi tu peux être aussi focalisé sur qqch... voyez il y a ces deux aspects pour moi... en tous cas dans le rapace... »

« (...) après les autres animaux de pouvoir... c'est des aides... si je suis mal pris dans une situation... je peux les contacter... si je dois préparer qqch, voilà... « qu'est-ce que vous pouvez m'apporter dans ce moment-là... »

Et là, il n'y a pas besoin de tambour...

« non »

Vous les sentez... dans une situation... vous dialoguez ?

« Je dialogue dans ma tête... »

Comme de la télépathie ?

« La télépathie je vais l'employer face à un animal... vivant... autrement c'est plus direct... c'est... c'est « Quel conseil tu as ? »... c'est « qu'est-ce que tu viens m'apporter ? » c'est des choses très très banales je dirais, très directes... »

Vous avez un exemple ?

« L'autre jour, j'avais un travail où il fallait beaucoup de force... physique... et le bison il est apparu... voilà... et le fait d'apparaître le bison, pour moi m'a permis d'aller au bout de ce qu'il y avait à faire... parce qu'il était là... alors je sais pas si ma force a été décuplée... mais j'ai pu faire ce qui me semblait difficile de faire... et puis d'aller au bout... donc le fait... pour moi de prendre l'énergie qu'il me propose... puisqu'il apparaît... là me permet de... me permet d'accueillir les compétences que j'ai pas forcément à l'état naturel... ou bien... si je suis en cérémonie... de ressentir que l'animal est là... que le loup est en train de renifler... ou... ou que la chauve-souris elle dort... quand je vais dans une grotte la chauve-souris est souvent là... donc je vais pas la déranger mais je sais qu'elle me guette, qu'elle me guide... elle est derrière moi quoi... même si elle est au plafond... et parce qu'elle m'est apparue après un voyage dans une grotte... tout d'un coup elle était face à moi... »

« (...) et puis quand vous la (la chauve-souris) voyez passer devant votre vitre... mais là vous vous dites... elle n'est pas là pour rien quoi... mais je pense que pour beaucoup de personne ça n'a pas de signification... mais tout à coup, pour moi ça crée qqch avec ça... »

« (...) et puis comme ça m'aide (d'être en relation avec des animaux de pouvoir).. ben je le prends... et puis bien sûr, ben après... il faut aussi être dans le service... de dire « ben... tu m'amènes qqch mais si je peux t'aider tu peux aussi compter sur moi... » et puis souvent elle (la chauve-souris par ex) m'ouvre la porte de qqch que je peux apporter dans les soins... l'animal apparaît... me guide vers un animal qui pour cette personne pourrait m'aiguiller... voilà... donc... ouais ça travaille un peu par derrière... mais très direct quand même... c'est assez particulier... »

« J'ai en tout cas pris cette aide là pour aller à une place qui me semblait difficile... je rencontre une personne... voilà... mentalement ça colle peu ou pas... mais je débranche du mental et tout à coup il y a qqch qui vient comme ça... un autre message derrière... et puis... et puis ça se transforme... voilà... mais si j'étais resté sur ma première image du mental... si je reprends l'exemple de hier soir avec cette dame... j'aurais dit « ben c'est une dame très froide qui veut tenir absolument... » mais au moment où je descends... pour moi je descends à l'intérieur de moi... où j'ouvre d'autres choses... il se crée une autre ambiance... il se crée qqch qui n'est pas palpable mais qui est ressenti... par l'apport de l'animal ou par l'apport de l'intuition... de dire « mais là tu bloques à qqch quoi... » et puis la plupart des... des soins que je fais, c'est quand le feeling il vient par le kinesthésique ou par... par ce ressenti là... ou les deux ensemble... c'est là que commence vraiment le travail pour moi... qui va permettre à la personne de se guérir... mais... ça commence par là... »

« C'est pour ça que ma représentation de dire... ben quand on est dans le mental, ça bloque un peu... puis quand on est dans le ressenti... on trouve d'autre chose... mais on n'a pas besoin de nourrir par le mental après... bien que dans notre système de fonctionnement... ben chez des gens... « j'ai mal à la nuque... c'est quelle vertèbre qui était coincée ? »... mais que ça soit la 3^e ou la 4^e cervicale quelle importance ? Ou j'ai des gens qui viennent et qui disent « ben voilà, j'ai ce muscle-là qui me fait mal... » je dis « mais... montrez-moi où vous avez mal... parce que ce muscle là il ne m'intéresse pas »... j'ai pas besoin de dire « j'ai travaillé sur ce muscle-là » c'est pas ça... pour moi c'est plus diffus, mais c'est plus large... c'est un autre rapport quoi... celui qui veut ça, il va chez le physio qui va suivre le schéma quoi... »

Je parle de mon expérience du corbeau... et trouve étonnant que lui me dise « le corbeau qui passe au-dessus de vous-même dans la ville, c'est pas qu'il passe là par hasard... »

« Est-ce que c'est l'attention qu'on pose différemment ? Si je suis très cartésien moi je dirai ça (...) mais... »

Je dis que des fois je sais pas si c'est un allié ou plutôt une sorte de « mauvais présage »

« Moi je pense plutôt c'est des alliés... voilà... Je me méfie plus des... des animaux un peu crochu... un peu... dans le voyage chamanique par exemple, quand on va à la rencontre de son animal... si on prend le procédé, c'est descendre dans des grottes et autre... et là il ne faudrait pas s'arrêter sur un animal... je dis trop crochu... parce qu'il essaye de nous accaparer dans notre voyage... c'est un peu l'indication que je mets en alerte... pas s'arrêter là... aller au fond... et puis s'il est encore là au fond, c'est différent... voilà... »

Ce serait quoi un animal crochu

« un animal fantasmagorique je dirais... pour moi c'est un peu ça... ouais j'en ai pas vraiment dans la réalité... mais je sais pas tout à coup ça peut être une tête de cerf avec des... avec des griffes démesurées, des choses comme ça quoi... »

« Enfin moi j'aime bien de me dire qu'ils (les animaux de pouvoir) sont là pas pour rien... même si je comprends pas ce qu'ils ont... puis j'ai pas envie d'aller lire... que dans telle tradition le corbeau ça signifie ça ou pas... c'est... voilà, il est là, qu'est-ce que je peux en faire... qu'est-ce que je peux... comment je peux me lier avec lui pour ce qu'il a à m'apporter... puis que ce soit un animal qu'on peut classifier dans « plus peureux... »... le lapin, il est peureux mais il est aussi plein de qualité... donc est-ce que ça me correspond un petit peu... disant « voilà, j'ai vu un lapin... est-ce que c'est ma façon peureuse qui ressort par rapport à ça ou bien c'est peut-être son autre côté, de pouvoir avoir des terriers... de faire son trou... voilà, à chacun de trouver des choses je crois... et puis si on a besoin de se nourrir le mental... on peut aller lire dans les livres mais... »

Ils vous donnent parfois des messages plus précis, des indications... ou bien comment vous interprétez les messages qu'ils vous donnent... parce que à la FSS on n'interprète pas l'animal mais on interprète ses messages...

« Moi je suis pas du tout là-dedans... si l'animal apparaît et puis... ce que je capte ou ce que j'imagine être c'est « fais attention » ben... c'est « fais attention »... et puis si c'est « continue ton chemin, sois vigilant ou pense à ça »... je prends les choses comme elles viennent... »

Comme quand vous parliez de « capter » l'énergie du bison...

« Voilà... je prends peut-être ce qui m'arrange... peut-être je devrais être plus dans cette description... mais voilà c'est... je préfère rester sur l'expérience que j'ai actuellement... ils m'ont donné des indications claires... certaines fois je n'ai pas respecté ce qu'elle me donnait... et puis... ça s'est pas passé comme j'aurais voulu que ça se passe... ben si je reviens après coup ben... le signe était évident... des fois c'est pas facile de... de dire « non il faut pas que je fasse »... souvent c'est ça... « j'ai cette impression là mais voilà, je dois quand même vite faire ça... » et je me fais gagner par ce vite faire pis... si je reviens après, non mais... « t'aurais mieux fait d'aller faire autre chose... » pis des fois j'ai rien pis je fais ce que j'ai à faire... mais j'essaye d'être de plus en plus réceptif... sans... sans devoir passer par dire... « pour commencer ma journée je dois tirer la carte d'un animal qui va me dire ce que je dois faire... » je suis pas tellement dans... voilà, j'ai des connaissances qui font ça... qui ont besoin... ou avant une cérémonie ils se connectent à ça... moi ça m'attire pas quoi... qu'est-ce qui est juste, qu'est-ce qui est faux ?... je crois qu'il faut prendre ce qui nous convient... »

L'importance du visuel pour vous ?

« Assez bizarrement je dirai que... j'avais plus de visions précise au début que j'ai commencé que j'en ai maintenant... mais tout à coup il y a qqch qui se construit et je peux pas dire, c'est l'image... c'est peut-être le son, c'est peut-être la perception, c'est peut-être l'odeur... qui me font construire qqch là autour... mais probablement que... à certain moment... comme la première image c'était le cinéma quoi... (et après vous étiez dedans) voilà... j'étais pris, le 3D... mais j'ai de moins en moins ça... mais j'ai une construction qui se fait par un autre truchement... donc est-ce que c'est d'autres sens qui se développent et que la vision peut se mettre un peu en retrait... ou pas... mais des fois que... l'odeur de la sauge ça me met en connexion... et même s'il n'y a pas d'odeur, il y a qqch qui s'engage... »

Qui fait que vous sentez que vous êtes connecté à cette réalité parallèle mais il n'y a pas forcément des images ?

« Avec quand même... je dirai de plus en plus un ressenti au niveau du corps physique... je pense que c'est ça qui se développe actuellement le plus chez moi... »

c'est... la perception peut-être d'une légèreté du corps... tout à coup c'est... presque une déconnexion avec la pesanteur... je sais pas ou qqch comme ça... »

Je dit que c'est intéressant car la dernière personne parlait plutôt de pesanteur, de présence...

« Oui il y a cette... la présence d'être posé... mais un ressenti complètement différent... comme... ouais cette histoire d'apesanteur... et je sais bien que la terre est sous moi, que les racines sont là, que je ne vais pas m'envoler... »

Envie de rajouter qqch ?

« Je savais pas de quoi on allait parler (...) je parle pas volontiers... c'est qqch qui me demande un effort... » → je le remercie d'autant plus de ces 2h20 d'entretiens

Me parle d'une chamane du détroit de Béring... et là « tout le clan travaille avec elle »

A propos de rencontrer des « chamanes » d'autres cultures :

« Ce regard de dire... mais on vit avec ça quoi... tandis qu'ici... ben voilà... les gens... si je parle d'animaux de pouvoir ils me prennent pour un illuminé... mais chez eux... c'est... c'est courant... ça fait partie... et ça je trouve intéressant... d'être confronté qu'il y a des cultures qui n'ont pas perdu ça... »

Premier entretien : C6

Dans un voyage chamanique, ce que tu appelles vision... c'est qqch qu'on ressent, qu'on perçoit, et.. et si je raconte la vision... ben toute cette partie c'est difficile de la décrire tu vois...

Je pense pas que c'est un voyage (qui changé qqch dans ma vie)... je pense pas... moi je me rappelle... c'est un peu difficile à répondre par ce que ça fait depuis très longtemps et... j'ai dépassé le stade, que j'ai passé dans le temps aussi... de trouver ça... fin tellement incroyable... oui que j'avais besoin... oui ça me faisait du bien de le raconter... mais ça intéresse peu de gens parce que justement on peut pas.. on peut pas le décrire parce qu'on n'a pas les mots pour... pis on ne peut pas écrire les émotions.. 'fin c'est difficile... ce que je voudrais dire... je pense que c'est pas un voyage précis, ou deux trois voyage précis qui m'ont fait changer ma vie... le chamanisme a beaucoup changé ma vie... tout au début je trouvais ça juste formidable... et naturel... facile.. c'est tout... c'était plutôt cette facilité dans le sens de manque de compliqué... ou de ne pas devoir apprendre des choses compliquées... c'était ça qui 'a fait décidé ça je veux faire... »

« Ca m'a beaucoup rapproché du style de vie que j'avais quand j'étais enfant... »

« (...) et après je me rappelle.. j'avais déjà... travaillé avec des clients, en thérapie, avec une autre méthode... et donc j'avais des clients et je pouvais essayé tout de suite... et ça marchait... »

« Après venait bien sûr en parallèle avec cet apprentissage... c'était tout ce travail personnel... parce que toutes ces choses on les découvre pour soi-même... c'est un travail personnel qui est continu... aussi un apprentissage continu... on passe par des stades très différents... on dit bien que le chamanisme l'apprentissage c'est toute la vie... moi je pense simplement que ces choses sont intégrées dans ma vie.. et donc il n'y a pas vraiment de différence... »

« (...) il y a des choses... je suis devenue différente, de par la tolérance, d'être... d'enlever le jugement... »

« (...) peut-être que c'est cette pratique, que j'ai découvert en travaillant avec les gens que toutes les âmes, de ces humains qui sont venus chez moi... puisqu'on est en contact avec l'âme... je n'ai jamais vu une âme qui n'était pas magnifique... et même si des fois le contact avec la personne était un peu difficile ou quelqu'un qui... par exemple semblait ou était très fermé... fin beaucoup en souffrance... beaucoup centré sur elle-même... quand tu prends le tambour et que tu vas voir l'âme, l'âme est magnifique... il manque peut-être une bonne partie de l'âme qui n'est pas vraiment là... mais quand elle est là elle est magnifique.. et ça ça t'aide beaucoup... fin automatiquement on ne juge plus les gens... »

« J'ai découvert aussi que les gens qui sont très centrés sur eux-mêmes, sur leur souffrance, sur leur injustice qu'ils vivent... c'était que... on s'attache, on s'occupe beaucoup de son ego quand on manque de l'énergie de l'âme... son âme... et donc c'était logique aussi... quelque part... peut-être qu'avant je jugeais les gens... là... peut-être je comprenais que la personne elle devait être dans une grande souffrance... »

« (...) et après c'est aussi tout ce travail en communauté qu'on fait dans les stages... dans les groupes.. j'ai fait beaucoup de choses en dehors des stages aussi avec les gens... les cercles... »

« j'étais dans une vie professionnelle très... où chacun se fait sa place, garde sa place... etc. Ben c'était très différent (que les partages en groupe) »

C'est comment quand tu rencontres l'âme ?

« Ce qui m'a pris le plus de temps, c'est d'avoir confiance, d'avoir une relation aussi confirmée avec mes esprits alliés, pour pouvoir demander, comprendre la réponse et après le dire... fin quand on pouvait le dire... et...de savoir.. ça doit être juste... ça ça demande quand même un entraînement je trouve... et heureusement parce que sinon... on a vite fait de balancer un peu n'importe quoi... donc l'éthique dans ce travail c'est extrêmement important... »

C'est quoi comme entraînement ?

« D'avoir un contact très... confirmé avec tes esprits alliés... C'est à dire des fois tu vois des choses et tu comprends pas... et ben tu dois pouvoir demander à quelqu'un.. qu'est-ce que ça veut dire... parce que tu vois pour la personne... pour toi aussi.. si je reviens à l'âme... si je vois quelque chose... petit à petit.. des fois c'est vite mais des fois ça prend plus de temps... jusqu'à ce que je sais... c'est une partie de son âme... c'est pas une autre âme... ça c'est très important de pas... »

« Maintenant tu vois.. tu parles de la vision... mais c'est pas la vision qui est importante... c'est les esprits... alors là je fais une nette différence... moi je pense que... si je reviens à l'éthique c'est que je dois avoir des collaborateurs invisibles de qualité, de bienveillance et c'est eux qui font.. c'est eux qui quelque part communiquent à travers... surement des visions... mais il y a une intelligence... et aussi une bienveillance... qui finalement... fait le travail... ça je le pense fortement... ça m'intéresserait si quelqu'un va juste visualiser des choses pour qu'après, l'univers nous le... les mots sont bien sûr différents.. chez nous on les

appelle les esprits... on n'aime pas tellement le mot... alors souvent les gens le disent plutôt en français et plutôt en anglais « the spirit »... c'est surtout en allemand que le mot n'est pas très pratique... »

« Donc moi je vois des choses et après je... je regarde ce qu'il se passe... et je capte les messages à travers ces visions des esprits, qui eux finalement vont me dire... ils vont me donner des informations... attention.. ils ne vont pas te dire tout ce que moi je veux savoir... ils ont un langage... ce que je trouve étonnant, souvent ils disent une chose qui va exactement parler à la personne qui est là avec moi et... comme un signe pour la personne... tient il doit y avoir qqch car ça elle ne pouvait pas le savoir... et d'autres choses peut-être que les personnes auraient penser ça elle devrait voir tout de suite... non on ne les voit pas... »

« Moi quand j'ai besoin ou quand j'ai envie... par exemple quand je vais pas bien... ou que je sens bien qu'il y a qqch qui ne va pas... je prends mon tambour... et je regarde ce qui se passe... et après... des fois j'ai simplement... un cris d'aide... aidez-moi... ça c'est quand je suis dans une souffrance physique... et là des fois je demande carrément juste de la force, de l'énergie, pour aller mieux... Et si ce sont des choses non physiques... des problèmes... je demande... de comprendre mieux, de savoir ce que je dois faire... comment ça... si tu veux... peut-être on pourrait dire... nous à notre niveau de conscience... on crée une réalité... quand on change de niveau de conscience il y a d'autres réalités qui peuvent être créées... et les différentes réalités sont quelque part connectées.. et on peut très bien résoudre un problème dans une réalité différente... pour qu'elle puisse après se résoudre dans cette réalité ordinaire aussi... je te donne un exemple... souvent aussi ce que je fais, c'est que je demande des réponses et des solutions dans les rêves... et alors ce qui est important c'est que les rêves se terminent bien.. des fois ça peut durer plus longtemps qu'une nuit... souvent je me rend compte qu'il y a qq chose qui n'est pas en ordre, qui ne va pas... c'est quand la biographie de nuit est très différente de celle de jours... quand le jour je fonctionne bien... ça va ça l'air d'aller et la nuit je fais des rêves difficile.. je me rends compte... il y a un truc qui ne va pas... et alors on peut très bien, après, essayer d'avancer pour en savoir plus et pour avancer... dans un voyage chamanique, et/ou dans les rêves, les nuits à venir... c'est comme ci les choses se créent à différents niveaux et nous normalement on utilise que cette réalité très limitée que nous avons dans notre vie terrestre... enfin dans la réalité ordinaire... donc voilà, ça revient par exemple... ben je dis souvent à mes clients, c'est qu'il faut changer de rêve... il faut bien terminer les rêves... et il se peut que par rapport à la même problématique, il y a une autre époque ou tout semblait bien... »

« (...) ben c'est à dire... si je peux ressentir par exemple des situations conflictuelles... et donc je ressens ça dans les rêves souvent.. j'y travaille et plus tard... souvent quand les choses se sont remises en ordre on se rend pas compte tout de suite... c'est comme quand tu es guéri, tu te rends pas compte tout de suite... parce que tu peux pas dire ah ouais... tout d'un coup... tu n'y mets plus d'attention et tout d'un coup du dis... « tiens, avant j'avais toujours peur et maintenant j'ai plus peur »... mais comme tu n'as plus peur tu ne penses plus à cette peur... tu vois ce que je veux dire... donc il y a des moments aussi où tu te dis tiens « ça va vraiment bien là en ce moment » alors que le potentiel d'avoir des conflits pourrait être le même... tout ça ce sont des illusions quand même hein... »

« Quelque chose qui te préoccupe beaucoup pendant un certain temps... après la situation est peut-être semblable mais il n'y a plus de problème parce que ça fait rien... (...) tout ce qui est émotionnel c'est volatile... Et je pense qu'au même... de la même façon tu... on crée toutes ces émotions... et alors on y croit à ce qu'on ressent... on croit que c'est une... elle me déteste je suis sure... mais finalement c'est quand même mon problème c'est pas le problème de l'autre qui te déteste tu vois.. et si tout d'un coup tu n'y mets plus de la force, tu n'y donnes plus d'importance, ben la chose n'existe plus... et je trouve que dans le travail chamanique, ce qui nous aide énormément à faire ça c'est tout le contact avec la nature... qui te donne une autre relativité... (je sais pas si on peut dire... mon français il faudrait l'arranger) mais tu vois de faire l'expérience d'être quelque part comme un enfant aussi de cette terre... ça te donne une autre perspective que de toujours rester dans cette truc limité moi je suis la fille de ma mère et de mon père... »

« Par exemple quand on a la vision avec les animaux, on ne pense pas ça non plus... on pense pas qu'une vache elle est... toute la vie elle se préoccupe de... de sa relation maternelle, paternelle de... la vache c'est... mais je pense la plupart des animaux sauvage c'est pas ça qui prime... leur relation... alors que chez nous souvent tu vois quelqu'un qui parle encore énormément, mais énormément et tous les jours des problèmes avec ses parents... quelqu'un qui a 60ans hein... »

« Même quand je relis (ce que j'ai écrit dans des stages en lien avec des voyages) je trouve ça un peu ridicule alors... alors que je les ai sûrement faits pour quelque chose qui était... parce qu'on dit toujours dans les stages faisons les (les voyages) pour quelque chose qui est important et quand je relis ça maintenant, je trouve plus d'importance... donc c'est difficile... C'est un peu ridicule de ma rappeler un truc que tu ne vis même plus... mais c'est vrai il faudra que je me rappelle un truc c'est vrai, pour toi... mais je sais plus si j'arrive aujourd'hui... »

« Je vais te dire comment je vais vivre ça... (va chercher son tambour) ... je me sens pas bien... et je capte quelque chose mais j'ai pas cette fascination des visions, de ce que je vois et de ce que ça va me dire... j'ai pas... »

« J'essaie de suivre ces informations et je demande toujours qu'il y ait une solution et le voyage il est fini quand.... Ça va mieux... enfin quand le voyage fini bien... ou bien que j'ai peut-être une autre information... »

L'info tu l'as comment ?

« Je ne l'analyse pas... peut-être c'est ça que je voulais dire... c'est intégré dans ma vie... »

« Maintenant moi je vais te poser les mêmes questions pour les pensées... comment ça se fait quand tu penses ? Est-ce que tu peux me décrire (non) voilà... c'est vraiment comme ça. Alors dans les cours bien sûr on commence comme ça, on transmet comme ça... on dit tu vois... mais (je vois ce que tu veux dire)... vraiment prends la choses... (tape du tambour → décide de poser la question → continue à taper du tambour) »

En tapant le tambour

« Tu vois on me dit : ben voilà... d'abord on me dit elle doit taper le tambour comme ça elle va voir... et après taper le tambour ça le fait déjà... ça le fait déjà.. et maintenant arrive une image... et l'image c'est sur la mer, il y a des bateaux... et je vois que sur chaque bateau il y a comme une autre vie...e t qui est un peu comme une vie propre.... C'est comme si c'était un peuple chaque bateau... il y a un bateau du moyen âge, il y a un bateau de pêcheur, il y a un bateau de pirates... on peut créer tous les bateaux qu'on veut on me dit... et... mais ça n'a rien à voir les bateaux parce qu'ils sont tous reliés par la mer et ça suffit... il y a des gens

qui... qui sont tellement cons, qu'ils organisent des régates parce qu'ils trouvent que c'est important de savoir qu'elle équipe est la plus rapide... alors que le vent... il n'a jamais voulu ça... et l'eau elle s'en fout aussi... et il y a des gens qui doivent être rapide parce que leur travail ou ce qu'ils ont à faire leur demande... et d'autres pas... c'est comme il y a des poissons qui sont rapides et il y en a qui... qui gisent au fond de la mer et qui font une autre vie... c'est ça la diversité incroyable et la beauté parce que tout peut exister... mais il ne faut pas faire des régates... il faut pas essayer de comprendre des choses avec une limitation... qui n'est pas en proportion avec la... avec l'immensité de la mer éternelle... »

Arrête le tambour :

« Ca va jusque là ? Moi C6 je dirai jamais des choses comme ça, jamais sans le tambour... »

« Et quand tu fais ça, quand même après, tu es justement ressorti de tous les petits détails, de tous les petits conflits, des petites choses... tu vois ? parce que oui... c'est pas dans les mots mais dans le ressenti... tu plonges vraiment dans cette mer et tu oublies tous le reste quoi... »

« Après souvent il y a le calme qui s'installe ou le silence (ce qui se passe effectivement dans l'entretien) »

Je demande de préciser la question → « La question c'était comment te répondre »

« Pour moi maintenant tu vois... maintenant ce voyage il ne veut rien dire... mais ce qui m'a frappé, parce que c'est redevenu deux fois comme... comme dans ces études... c'est un peu comme des régates tu vois... ça compare des choses qui ne sont pas comparables... ça ça serait si tu veux... mon... alors attention moi j'ai fait des régates dans ma vie et puis des fois je regarde... tu vois c'est pas que je suis... c'est pas parce que je déteste... cette vision je ne l'aurai jamais imaginée il y a encore deux minutes... mais j'ai parlé très peu là mais tu sais j'ai vu... c'était magnifique sur ces bateaux... parce que chaque bateau avait une vie complètement différente... il y avait même justement comme une scène du moyen âge, les femmes faisaient la lessive... il y avait tout un monde... et c'était une perception quoi de... de 2 sec... il y a eu beaucoup beaucoup beaucoup de chose... quand tu es en dehors du temps ça devient très très riche comme information... c'était joli cette vision puisque tu parles des visions... c'était très joli... et quand c'est comme ça c'est... voilà, c'est quelque chose qui me fait du bien... tu vois comme après on est... »

« Alors quand le voyage il se termine pas bien, il faut après trouver la façon de terminer bien, tu vois, c'est ça aussi le but... enfin la demande aux esprits... voilà maintenant il faut... »

Parle de la formation en Counselling → voyage en direct...

On peut pas transmettre dans des mots

Relations avec les esprits ? comment rencontrer, comment il est ?

« Ca c'est pas chamanique... (de quoi ?) de raconter ça ou même de poser ces questions... non c'est très... non c'est pas... comment dire... si tu veux je demande... encore une fois ce serait tellement un vécu depuis tellement de temps... une relation est... que si j'essayerais de... c'est très intime et... c'est un peu comme les autres choses les plus intimes de sa vie on n'a pas envie de la raconter tu vois ? Peut-être c'est ça »

Commence avec le tambour pour voir ce qu'il dit :

« Je te redis tout d'accord ? Il rigole, il dit viens ici, je m'assieds à côté, il met son bras autour, il dit regarde... peut-être il dit, c'est vraiment la vision mais pas la vision mais pas comme Elodie ou comment tu ressens par rapport aux questions qu'elle pose mais peut-être la vision que nous deux nous avons... cad on est assis là, on regarde dans la même direction et ce qu'on voit c'est splendide... alors on pourrait peut-être dire que dans votre monde qui est limité que c'est une belle vue, mais c'est pas du tout ça... c'est tout... c'est la vie, c'est la vie en devenir... c'est les possibilités, c'est la beauté, c'est le calme... c'est nous 2 aussi, ici, en contact proche... un à côté de l'autre... on se touche... et... et c'est juste vraiment beaucoup d'amour... et là il commence à rigoler parce que c'est aussi la joie... et ne pas se prendre au sérieux... oublier ça tout de suite parce que ça ne veut rien dire... c'était juste ce moment là... mais si c'est écrit dans un livre ça sera pour toujours et ça c'est pas juste, il faudrait poser la question tous les jours... c'est là que on se rend compte de la beauté et de la grandeur de la chose... dit-il »

C'est mon ours !

Chaque fois que tu veux entrer en contact tu utilises le tambour ?

« Oui... enfin quand j'en ai un... des fois c'est (frappe sa jambe avec sa main)... mais oui c'est un peu, c'est devenu un peu comme un interrupteur tu sais... tu allumes la lumière et tu vois d'autres choses que tu ne voyais pas avant... c'est notre code peut-être... ben il y bien dit « tu as qu'à taper le tambour et tu verras ». Ca aide à mettre l'ego de côté et de pas réfléchir comme d'habitude... après tu peux... après techniquement ce qui se passe... tu sais... nous on appelle ça l'état de conscience modifié mais enfin... probablement c'était celui-là celui d'origine et on l'a bien modifié... alors maintenant chercher à apprendre plein de choses qu'on a juste perdu parce qu'on est devenu trop spécialisés... les enfants fonctionnent quand même comme ça tu vois... moi je pense ça serait quand même bien de travailler plus à ce niveau dans l'éducation avec les enfants... ça c'est sur. Comme ça après ça serait plus normal. »

« Après quand il y a la scolarité qui commence ici, c'est vrai qu'il faut... comme on pense qu'il faut cette base pour se faire un métier qui peux tu faire vivre... mais c'est vrai que nous vivons dans cette réalité là et c'est quand même notre but, c'est pas être tous des paumés qui s'amuse autrement parce qu'ils sont paumés. Fin... le but c'est... ça ça aide à mener cette vie qui... qui est plus normal pour tout le monde parce qu'on se reconnaît là dedans... et nous sommes responsables de cette vie là... et c'est important... on peut pas dire... ah mais mes esprits, de toutes façons ils m'on t dit « De toutes façons oublie tout... tu vas... découvrir la mer pendant 2 ans puis on verra... » Quelque part la traduction dans la vie ordinaire, qu'est-ce que ça veut dire pour ma vie à moi... il faut que ça soit réaliste et réalisable dans ma vie à moi... sinon je deviens un poids pour beaucoup de gens... et ça... on trouve quand même chez pas mal de gens qui s'intéressent au chamanisme tu vois (d'être déconnectés) oui et puis pas vraiment réussir... tu vois... et donc avoir plus encore de... de se perdre encore plus... »

« Tu vois, ce que je trouve... ce qui m'aide énormément... c'est que, voilà, je peux prendre un moment comme ça, et vraiment ça ne fait qu'un moment... ça prends moins de temps que la gymnastique pour entraîner ton corps, l'esprit c'est... et après te sentir mais tellement bien... et je dois aussi dire que moi... quand j'ai certain signe... je gère comme ça mon corps, enfin ma santé physique, aussi comme ma santé enfin, le bien être général.. mais quand je suis malade ou quand le corps l'exprime.. j'essaye de savoir, j'essaye de comprendre et après j'essaye de réagir... et là par exemple que j'ai pris la décision de travailler moins, c'est bien le corps qui me l'a dit.. et je me tiens à aller jusqu'au bout... sinon ta relation elle est pas... tu peux pas juste prendre ce que tu as envie et puis le reste... mais il faut que ce soit bien intégré dans ta vie... dans ta vie de famille.. tu peux pas dire... tu vois.. fin moi j'ai jamais vraiment compris.. je connais pas très bien... mais si je pense l'histoire de Nicolas de Flûe qui avait, je sais pas, une douzaine d'enfants... et il s'est barré en forêt pour être le moine en contact avec personne.. ben je sais pas combien c'était sympa pour sa femme et les gamins. C'est un exemple.. (...) de façon générale ça doit quand même aider et non pas détruire la vie... et c'est pour ça quand les gens ils disent... et ça arrive régulièrement...

les gesn disent « ce we ça m'a tellement mis les choses au clair et ça m'a tellement changé que voilà, j'ai eu envie de changer ma vie.. et il y en a même, et c'est pas une blague, et j'ai aussi cassé le travail... mais avec du recul justement.. moi je connais une personne qui a fait ça, je sais pas, peut-être il y a plus de 10 ans, c'est toujours un peu pareil... (que s'il n'avait pas fait ça ?) non... il fait toujours un peu ça... toujours.. encore... c'est à dire, souvent après tu changes pas juste une fois... ça c'est une illusion vraiment... (...) depuis là il y a au moins eu 10 copines et 5 boulots différents... tu vois ce que je veux dire ? »

« Il faut pas trop... il faut pas vraiment prendre ces choses... il faut essayer de comprendre la métaphore de l'information... et après il faut faire... ça c'est le travail vraiment du chamane... aussi de la personne qui apprend à se soigner comme ça... de savoir comment.. est-ce que maintenant cette information je peux l'intégrer dans ma vie... mais beaucoup de choses tu dois pas vraiment les intégrer physiquement dans cette réalité.. tu les a dans ton vécu... si moi par exemple... c'est un peu comme il a dit (dans le voyage précédent) « tous les jours c'est différent » Tous les jours c'est encore une autre magie, une autre beauté... c'est tellement riche... que... ben tu t'enrichis à un niveau qui t'aide après.. 'fin ça te donne la force à fonctionner dans ta vie... force euh... pour des choses négatives ou difficiles.. mais aussi pour les choses positives ou pour t'enseigner ou pour t'éclaircir et... »

« Après je dis pas que toutes ces choses c'est facile et c'est pas non plus changeables... souvent ça change pas en 5 min. Justement on peut quand même... Ça prend très peu de ressource de s'accompagner ou de se permettre de vivre les choses dans la réalité de rêve, dans la réalité non ordinaire... enfin on peut l'appeler comme on veut... spirituelle en tous cas... invisible... pour euh.. pour mener ta vie.. je pense que c'est... c'est normal... (..) c'est normale d'avoir un côté, ou une partie de la vie qui se passe au niveau spirituel... ça a surement toujours été... on dit bien que les chamanes c'est le plus ancien, etc. enfin... c'était plus normal chez les gens qui ont eu et ont encore des vie très difficiles... parce que avoir des vies très difficiles chez les autochtones qui n'ont rien.. qui sont quand même la majorité des gens sur terre qui sont beaucoup touchés par la mort... et.. et nous par contre on en fait un tabou carrément... mais si tu es beaucoup touché par la mort tu es beaucoup plus en relation avec le spirituel je pense... »

Changer les choses dans une autre réalité pour que ça change ici.

« Si tu veux, mon travail vraiment pratique avec les gens c'est un peu ça maintenant... je fais un peu comme je t'ai montré là... et j'amène... la personne elle m'exprime ce qu'elle veut, sa souffrance ou quelque chose et je vais voir... et je fais comme j'ai fait là.. je dis le voyage et puis après je demande à la personne d'entrer dans ce rêve... et elle rêve avec moi... et... et on rêve avec les esprits bien sûr, qui nous aident, qui nous guident... car sinon ça pourrait pas marcher... et jusqu'à ce que le rêve il se termine bien... et moi je ne sais pas pourquoi, ni je peux le prouver, ni j'ai envie de le prouver...et puis d'ailleurs c'est pas une obligation que ça marche... mais... de par ce que les gens me disent après... ça marche très très bien... »

→ travail spécifique qu'à développé C6 avec le temps

→ et ça rejoint le counselling cette façon de voyager à deux

« Et pas seulement c'est une théorie de dire quand la personne elle a elle des visions après que les miennes ne sont plus importantes mais elle ne s'y intéresse même plus aux miennes, tu vois » → importance de ce que la personne vit elle-même

« Et bon des fois parce que c'est un peu différent que de dire, maintenant je vous explique, on va faire un voyage chamanique... maintenant vous allez là, après vous allez descendre... après... la personne elle est déjà bloquée tu vois... je parle pas des apprentis chamanes.. je parle des clients qui ont un problème... ils ne viennent pas pour ça... c'est autre chose que de dire.. voilà je vous propose d'entrer dans ce rêve... ouais c'est très touchant parfois ce que les gens vivent... »

C'est toi qui propose l'image au départ ? Tu ne fais jamais le contraire, par exemple que tu tape le tambour et que la personne dit je vois ça...

« Oui oui bien sûr si la personne sait voyager... mais tu vois les personnes viennent... elles savent pas... »

« Des fois que les gens qui viennent... même ceux qui font des voyages... il viennent pour avoir comme une opinion ou un vécu de l'extérieur tu vois... ça peut être bien... moi aussi des fois quand j'ai un truc insistant, je demande à une collègue de... tu peux pas aller voir une fois... et je suis contente que c'est quelqu'un d'autre de l'extérieur qui va aller voir... et qui va nettoyer... (mais qui te fais pas voyager avec.) »

« Il faut avoir confiance en tes visions... et ça encore une fois... il faut être entraîné... t'es pas un bon skieur si t'es pas entraîné... »

Tu as déjà vu le travail à deux dans le chamanisme traditionnel ?

→ « non ça c'est l'inspiration de Harner »

« Apprendre à parler aux gens c'est important aussi, il y a tout le côté... le plus important finalement... si tu es bon chamane, si qqn es bon chamane par ce qu'il est vraiment.. il a de bonnes visions... un contact avec les esprits fort... ben là il faut encore ajouter tout ce qui est technique et éthique de communication avec les clients.. de pas les rendre plus malade qu'avant... »

Tu parles de finir le rêve bien et d'éthique, ça va ensemble pour toi ?

« L'éthique c'est parfois ce qui est le plus compliqué... ça à voir comme tu disais que finalement ce qui va faire que qqch, qu'un travail de guérison ait beaucoup de chances de marcher, c'est le contact avec les deux personnes. »

« Avec beaucoup de techniques apprises en dehors du chamanisme... il y quand même beaucoup de gens qui ont fait ou qui font autre chose... ce sont très souvent des systèmes qu'on a appris avec beaucoup de peine d'ailleurs, il faut apprendre par coeur, il faut pas se tromper, après il faut avoir le diplôme, il faut... et après il s disent des horreurs aux patients... ils disent c'est du vécu

hein) oui parce que toi, avec tes... peu importe... avec tes prédispositions... toi tu as un problème avec la mère... et alors donc évidemment ça se concrétise dans le ventre... et c'est tout à fait normal que tu as des mots de ventre, maintenant moi je vais t'aider à... donc après la personne te donne une plante, te donne une chose... mais te donne surtout la certitude que tu n'avais pas avant (que tu as un problème avec la mère). »

« Mais souvent il faut dire, les thérapeutes, ben ça fonctionne comme ça... tu prends le livre... tu dis, je trouve... dans le temps, il y a de longues années, je trouvais assez intéressant ces livres qui disent qu'est-ce que ça veut dire les maladies... qu'est-ce que ça veut dire... Mais maintenant je trouve ça grave quand même... il y a qu'à prendre le tambour et demander... c'est plus vite que d'aller trouver la référence... mais les gens n'y croient pas à ça... ils croient à ce livre... »

« Après avec ça tu dois pas y croire, parce qu'on peut pas vraiment croire... mais c'est à moi, et là je parle de l'éthique, de pondérer mes mots... et c'est là que souvent... j'entends quelque chose et je vais pas le dire ou je vais vérifier... est-ce que je dis ça ou est-ce que je vais pas le dire... parce que les esprits n'ont pas l'éthique de ce monde du milieu... ça... souvent ça les intéresse quand même pas notre psychologie à nous... c'est spirituel, tu vois, c'est pas psychologique... donc il y a des choses que tu dis pas... ça veut pas dire que tu dois mentir, mais il faut que ce soit beau, il faut que ce soit... et c'est adapté à la personne... il y a bien des choses où tu sens à cette personne je peux lui dire, à quelqu'un d'autre tu lui diras peut-être pas... fin... c'est une compassion très forte pour l'autre personne en fait... et donc en général ça se passe bien... peut-être pas toujours mais c'est le but... et au début le chamane il a plutôt à dire tout... et son premier intérêt c'est plutôt de savoir est-ce qu'il avait raison... est-ce que ses visions étaient juste... et il faut dépasser ce stade... et là ça devient... fin voilà... la ça devient plus magique et moins spectaculaire sûrement et plus profond je pense... et bien sûr c'est fascinant... encore maintenant moi des choses... par exemple quand je travaille comme ça... les gens ils me disent... tu m'as dit une chose, tu pouvais pas le savoir mais... et après c'est formidable et moi je dis.. moi aussi je trouve... je trouve ça formidable mais pas parce que moi j'ai ces capacités... moi je fais rien... tu vois bien... vraiment rien... et ça il faut dépasser sinon... c'est une relation de pouvoir, de vouloir avoir raison... de vouloir... après tu peux aussi dire les choses et les gens disent « non alors ça me parle pas du tout » et bon ben voilà... et je dis « mais ça ça fiat rien... peut-être que ça vous ferai qqch, vous verrez bien, peut-être pas... » »

Dans les voyages qu'on a fait tu voyais ? → oui

Et les autres sens → « chez l'ours je sentais beaucoup le toucher, très cosy... cette présence en commun, quand tu te sens bien comme ça ensemble... beaucoup d'amour... mais c'est différent... c'est pas un amour exclusif ou... et voilà... »

« (...) tu vois, avec le bateau, l'exemple du bateau... c'est finalement pour donner un exemple on pourrait aller voir encore un peu plus... c'est pas toujours dans la durée que c'est important, c'était juste les messages que après j'essaye... pour moi c'était ces messages dans l'illimité, dans le temps et la distance et même dans les dimensions... parce que ça va dans plein de dimension, que tout est quand même relié par cette eau... qui est l'Univers sûrement... qu'il faut pas toujours ramener tout à une chose parce qu'il y a tellement de dimensions... et beaucoup de joie... si je vois ces femmes rigoler... alors il y a des choses qui restent... mais je réfléchis pas après... »

« (...) tu vois bien que je réfléchis de toutes façons jamais... je laisse faire souvent... c'est pour ça je passe beaucoup de temps... je pense c'est pour ça je sais pas pourquoi c'est... mais j'aime passer beaucoup faire passer du temps à faire du tricot, à... à faire de la poterie... et j'aime pas être dans la technique avec la poterie... de savoir comme je... j'aime juste être là... et quand j'ai besoin, des périodes prolongées (là je suis dans une comme ça) pour me régénérer... et après la créativité, elle est... elle est relancée... maintenant je dois juste... j'ai toujours beaucoup d'idées, j'ai tellement d'idées, des bonnes idées souvent, la créativité elle marche bien... je peux plus tout mettre en réalité... parce que ça ça me prend beaucoup d'énergie et de temps tu vois... mais je dois tout le temps me l'interdire... mon mari il rigole toujours « ah qu'est-ce que tu encore inventé ? » (Tu parles le suisse allemand → non) En suisse allemand il y a une expression qui dit « unsverloret (?) », c'est quand on met à terre un chien, c.a.d qqn qui va, qui crée toutes sortes d'événements de trucs... »

→ créativité, laisser faire spontané, créer, imaginer → guérisseur

« J'ai donné ce stage sur la créativité la première fois... et j'ai trouvé très très guérisseur, vraiment. »

« Et tu sais c'est s'approcher de la guérison un peu différemment que d'enlever des trucs, de rechercher des trucs qui manquent... là c'était encore autre chose... c'était plus dans cette... de toucher à des sphères où tout est possible... (comparer aux extractions ?) »

Je demande si c'est un nouveau de la FSS et comment ça se fait qu'il y ait comme ça une nouvelle dimension. Il y a une évolution de Harner qui derrière se dit « ah c'est ça qu'il faut faire ? »

→ « ou des fois comme lui il veut vraiment très bien faire, il met des années pour faire un cours, tu vois... »

donc c'est le dernier né sur la créativité → oui.

« Ce travail de comprendre les visions c'est une régate »

« Pour les esprits (le travail de la thèse) c'est forcément réduire... »

« Moi ce que j'ai vécu là dans ce petit voyage c'est tellement incroyable, enfin beau, riche... parce que j'étais dedans... c'est pas... et... fin tu vois on sait même plus en parler... »

C'est plus qu'un rêve car « Il y a cette bienveillance des esprits »

« Moi j'ai arrêté, au début, moi je pensais que par exemple ce serait bien d'intégrer ça dans des cours de management parce que je venais de là mais après ça m'a pas pris longtemps... et que je n'avais plus envie de prouver maintenant que ce que je faisais c'était bien... »

« Et après c'est aussi cette histoire de prouver... il n'y a rien à prouver... et c'est ce principe qui ne joue pas... enfin c'est à un autre niveau... mais je comprends... et au début je me suis aussi intéressé à ça... mais j'ai laissé tomber... et en même temps j'ai aussi laissé tomber de lire toutes les expériences des autres parce que finalement ce sont les miennes... (...) Et donc je comprends plus non plus l'intérêt d'écrire ces expériences incroyables dans un livre parce que... mais les autres ce qui est important c'est ce qu'ils vivent eux-mêmes... »

Harner et Castaneda ont toutefois participé à faire renaître l'intérêt pour le chamanisme.

« Avec l'ayawaska, les visions elles s'imposaient...ici je ne sens pas que ça s'impose... ça répond à ma question à mon intention... tandis que là... c'était sûrement toujours en relation avec l'état général dans lequel je me trouvais... »

« Tu sais il faut faire attention à ne pas occidentaliser ces expériences non plus, que après les gens ils te disent ce qu'ils ont vu, quel est le symbole, non ce sont des esprits... et les esprits là-bas on les connaît peu... et ça j'en ai fait l'expérience vraiment que t'es pris par des esprits... je pense que c'est pour ça aussi qui reviennent... possédé.. pas bien... parce que c'est un monde qu'on ne connaît pas... il y a beaucoup d'esprits qui sont reliés à cette tradition... que Harner il appelle ça des esprits ethnocentriques... qui sont des esprits du monde du milieu, qui sont des esprits bien disposés par rapport aux gens qui habitent là mais peut-être pas toujours... aux étrangers qui veulent s'aventurer dans des sphères... et puis après c'est juste pas pratique par ce que si chaque fois tu veux faire un travail de guérison avec qqn tu vas là-bas prendre l'ayahuaska, ça va pas... »

« Là les visions c'était plus... là j'étais dans le film... je choisisais pas le cinéma si je peux dire... »

« Beaucoup de gens ils font ça (prendre de l'ayawaska) aussi parce justement ils 'arrivent pas à couper la tête ou... à ... et avec ça on te la coupe, tu subis ce qu'on te montre et puis tu ne réfléchis plus... maintenant c'est.. 'fin tu n'es plus préoccupé avec tes réflexions à toi, tu es trop pris dans l'histoire... mais moi je trouve que je n'ai pas ce problème... et fin ce problème... ça me pose.. j'ai pas de problème de pas avoir de visions, de pas avoir de visions assez fortes, de pas avoir... et si j'ai des problèmes de ça (...) il y a toujours qqch à enlever aussi... il y a des raisons aussi... chamaniquement on peut résoudre ça aussi je trouve... »

« Et avec le peyolt, c'était un peu différent... le peyolt je subissais pas... le peyolt c'est juste vraiment que tu rentres... ce que tues déjà... ce que tues sur le moment... ça se renforce vraiment... alors les quelques fois que j'ai vécu ça chez les huichol.. j'ai senti beaucoup d'amour... ouais j'étais vraiment bien... et les visions sont des visions dans le monde du milieu... cad tu as les yeux ouvert... tues beaucoup moins pris.. tu es pas sous... juste des fois tu savais que c'était un arbre mais tout à coup tu vois des choses tu sais pas trop ce que c'est... et ça t'étonne et en même temps ça te... c'est très beau... il y a... la perception de la réalité ordinaire devient juste irréaliste ou prend une autre forme et... mais voilà ça c'est pas pour guérir les autres... les chamanes là-bas il font ça et ils chantent... et ils chantent pour toute la communauté... (...) et lui il voyage et il te donne des informations le matin, mais tu vois ça se passe sur des heures et des heures... »

Qu'est-ce qui te ferait dire que c'est des esprits et pas ton cerveau ?

« Après c'est égal le cerveau ou... c'est tout des concepts... »

Mais ça change quand même ta manière de faire ta thérapie que tu utilises un concept ou l'autre...

« Euh... oui... la grande différence c'est que quand tu considères qu'il y a des esprits qui existent... tu... tu n'es pas seul au centre... et parce que ça réduit de nouveau tout à « oui je me suis visualisé... je me suis... programmé... » Ca reste toujours toi... et ça ça je trouve... de par mon expérience, de par mon ressenti, je trouve que c'est faux... et puis c'est pas salutaire parce que t'es toujours au centre, il s'agit toujours que de toi alors qu'il devrait s'agir des autres... comme ça il y aurait beaucoup de problème qu'on n'aurait pas... et puis ça culpabilise aussi parce que tu arrives jamais.. j'arrive à rien... enfin c'est pas logique... tu es séparé des autres... si c'est mon cerveau, mon inconscient, mon... voilà c'est... alors que les esprits c'est... maintenant... c'est vrai que Harner il dit, et nous on dit ça de par notre expérience... le chaman il sait qu'il y en a... c'est pas qu'il y croit, il sait de par son expérience... et alors un exemple, ça pourrait être... ça m'est arrivé... de faire un séminaire à un certain endroit géographique ou quelqu'un est venu y participer depuis le nord de la France... et ça c'était en Suisse dans une région très particulière... et cette personne ne connaissait rien de cette tradition... et elle a.. dans un voyage chamanique qu'on a fait découvert et décrit l'esprit qui est traditionnellement décrit par les gens qui habitent la région, exactement... voilà... après quand elle te le dit, et tu te rend compte... parce que tu connais l'endroit... et tu connais le... pas seulement tu es étonné, mais ça te fait des frissons partout, ça te fait des réactions qui sont quand même aussi... au-delà de... de notre habitude quotidienne, disons... voilà souvent même les esprits, on les ressent pas seulement par des visions... chacun développe un peu des signes... de savoir là il y a qqch... ce dont on se rend compte aussi... comme dans les stages, dans les cercles, on travaille toujours à plusieurs, à beaucoup... la prise de conscience... fin ce que vivent les gens ne s'arrête pas à une personne, il y a des choses très semblables, par rapport... par exemple à l'endroit... par rapport à l'histoire... par exemple je suis allé donné des soins régulièrement en alsace il y a quelques années... une amie avait un cabinet là-bas... donc je suis allée une fois par mois ou tous les deux mois... et j'avais vraiment un peu comme une clientèle qui revenait... alsacien... et je me suis rendu compte de présence... ben de problématiques... ben justement reliées à cet endroit qui était vraiment compliquées, reliées à ce qu'ils ont vécu dans la guerre... ou une fois ils étaient allemands, une fois ils étaient français... ou les frères étaient allemands... l'autre il était... tu vois... et je me suis rendu compte qu'il y avait plein plein de gens ou ces esprits là ou des esprits reliés à ces événements étaient encore très présents... dans la vie des gens aussi bien sûr... et ça c'est pas parce que un client il l'a raconté à l'autre... c'était... ça sautait aux yeux... »

Jung pourrait parler d'inconscient collectif...

« Oui mais lui il parle aussi d'esprit je crois... »

Oui ou il dit que l'inconscient collectif c'est aussi dehors...

« C'est ça... la différence aussi... c'est que tu vois le voyage chamanique.. c'est pas un voyage intérieur... c'est dehors... et moi je trouve... vraiment je suis convaincue que... moi je sais pas... évidemment je suis une passionnée par le chamanisme puisque je fais ça... sinon j'aurais sûrement arrêté... mais aussi s'il y a tellement de bon résultats dans les soins, très rapidement, c'est parce qu'on s'adresse aux esprits... l'autre jour j'ai parlé avec qqn qui m'a raconté toute une histoire par rapport à la mort. Alors il était très... c'est intéressant ses principes... mais je veux dire c'est comme si il sera toujours marqué par la mort... alors que chamaniquement... après je lui ai dit... chamaniquement on va faire un voyage et on va laisser partir le mort... tu vois ça ne lui serait même pas venu à l'idée... »

« Nous aussi on a des mots qui veulent rien dire... la réalité non ordinaire... ça veut rien dire... tu peux dire c'est inconscient... alors tu l'appelle comme ça... mais la différence c'est qu'on communique avec l'inconscient collectif... on ne l'étudie pas... ou on n'arrive pas juste à la conclusion « c'est ça »... donc finalement on le change... on arrive à le changer... »

« Ca c'est vraiment la différence... et souvent je le dit et je le vis... quand les gens ils veulent se libérer des morts, ils ont de ces techniques.. de les chassés, les pauvres... je sais pas comment ils les appellent « des entités errantes »... alors que c'est juste des âmes... on peut leur expliquer ça marche... et souvent il y a encore un joli message.. souvent il y a un merci... à la personne qui est là « c'était bien d'être avec toi, merci »... »

Pourquoi avant tu as dit que ce n'était pas chamanique de parler de son animal ?

« L'important c'est de garder la force... alors moi je suis la première à tout partager, à dire... mais là comme tu m'as posé la question... là c'est la force quelque part... ça c'est... c'est à nous... »

« C'est aussi ne pas considérer le côté sacré de cette relation (...) tu sais quand tu me poses ces questions-là je ressens et après... et après il a aussi a donné une réponse... je pense c'est aussi une réponse de l'ours... »

« Une chose c'est d'avoir... tu vois c'est ça peut-être la différence, une chose c'est ... comme tu peux lire dans tellement de livre, même des cartes de tarots, voilà l'ours ça veut dire ci et ça veut dire ça... ça veut rien dire, pour moi... mais après... tu peux aussi parler de l'ours en tant qu'animal... qu'est-ce que ça t'inspire... mais après encore à la fin, tu as encore ton ours... »

« Et quand qq part je me dis tu devrais garder ton âme... et souvent on le fait pas, on donne aussi... ton âme... et puis ce qui t'es le plus intime... et là ces esprits là ça en fait partie c'est sûr. »

« L'âme aussi c'est qqch qui nous est extrêmement personnelles (et on la distribue ?) oui, oui on la laisse avec tous ceux pour qui on se fait du souci, ou dans nos souvenirs, ou dans le passé, dans le... finalement quand on est confronté avec qqch de difficile, la chose la plus importante c'est de pouvoir ramener l'âme pour qu'elle nous soutienne... et la... quand tu es sous choc tu ne la sens plus... tu vois, tu sais plus, c'est parce que justement c'est mis en retrait... »

A propos de l'âme, et des personnes qui manquent d'âme et dont l'ego, du coup réclame beaucoup d'attention

« Mais aussi longtemps que ton four intérieur ne marche pas, tu peux pas rayonner vers l'extérieur, c'est plutôt... tu demandes plutôt à l'extérieur de s'occuper de toi... »

Lien âme et image... Ca revient souvent dans les interviews...

La différence que tu fais entre l'âme et les esprits ?

« Ben on en fait pas tellement... l'âme c'est un esprit.. tu vois dans ce sens... on n'a pas cette division... tu vois comme les religions... ils ont fait tout un système aussi... »

« Mon ours c'est un esprit mais une âme... »

« Si je parle maintenant d'un esprit je le verrai aussi comme un être tu vois... et que tout être il est animé par... ben ou l'esprit ou l'âme ben voilà... »

Premier entretien : C7

« Une des particularités du soin chamanique c'est que c'est hyper ponctuel. Cad que souvent tu vois la personne une fois, peut-être deux quoi. Et puis après tu la revois pas pendant des années, ou peut-être jamais. Parfois tu la revois au bout de quelques mois... (...) donc souvent il y a qqch d'assez fort qui se passe et puis après tu laisses ça vivre quoi. C'est un peu à cheval entre plusieurs choses. Parce que quelque part on n'a pas de formation de thérapeute, ni dans une anamnèse, ni dans un suivi, etc. d'un autre côté c'est pas vraiment, exactement une pratique de thérapeute parce que c'est quand même assez exceptionnel comme ça... et en même temps t'es quand même dans une relation de soin... »

« (...) moi je découvre ça, tu vois, je viens pas du tout de ce milieu-là, je découvre vraiment ça (la relation thérapeutique) en faisant attention, quoi (en faisant attention à ?) en faisant attention, parce que je suis extrêmement méfiante sur le rôle du thérapeute, sur ce que les gens soignent chez eux en soignant les autres... (...) il y a des tabous... personnellement j'estime qu'il y a des tabous... et le chamanisme, c'est une affaire de pouvoir... c'est une affaire de force, d'accord, mais c'est aussi une affaire de pouvoir... plus tu pousse loin, plus ces forces sont fortes... du coup, rester bien dans l'axe ça fait partie du travail que tu as à faire si tu veux faire des soins ou faire du travail avec les autres dans cette discipline quoi... »

« C'est quelque chose qu'on dit de manière récurrente « c'est le client qui choisit le chamane » et c'est pas le chamanisme, c'est cette personne, sa pratique, ses liens, sa façons de faire... mais c'est pareil pour un psy mais voilà... »

« Par rapport aux images, ce qu'il y a peut-être d'un peu différent c'est que moi j'ai monté des ateliers, des séminaires et ça s'appelle « chamanisme et écriture ». Au début c'est parti comme un atelier d'écriture... mais là il y en a eu 3 ou 4, je sais plus... et c'est devenu... ça c'est de plus en plus éloigné de l'écrit et de plus en plus rapproché des mots et des images... et du coup le dernier travaillait vraiment sur ton mythe intérieur... donc comment tu peux revisiter ton propre récit, tes propres images, et comment l'outil chamanique, tu peux changer le passé, modifier ça... et comment quelqu'un d'autre peut te le rendre... peut te rendre ta force... et je termine avec ça... que ma seule boussole, soit avec les séminaires, soit avec les soins... c'est pas de penser que tu peux faire qqch pour la personne ou bien que c'est une guérison, ou bien que c'est un soutien pour un temps... c'est plutôt de vraiment imaginer, que là il y a des outils archaïques, d'une simplicité folle, qui permettent à chacun de se reconnecter avec sa source et donc avec ses images intérieures... de se reconnecter avec son imaginaire, de se reconnecter avec les mondes qui le peuplent... en partant de l'idée que c'est plus de l'imaginaire que c'est des mondes qui peuplent, mais l'intérieur et l'extérieur il est complètement lié... et du coup... mon idée des soins chamaniques... c'est vraiment d'essayer de rendre cette force et cette liberté à la personne quoi... et contrairement à des choses que je présume parce que j'ai jamais vraiment pratiqué les thérapies X et Y, il y a un côté où il n'y a pas besoin de résoudre les choses... ouais tout ce qu'il y a à résoudre... enfin c'est vraiment de couper le mental, pour passer par l'âme quoi... et dès lors il n'y a pas d'âme qui est moche... l'âme elle est parfaite... donc à la place d'aller chercher l'endroit où ça croche ou bien ce qu'il y a pas, tu es vraiment axé sur ta force, ta lumière, l'essence qui fait que tu es là quoi... et d'aller voir... est-ce qu'il y a qqch qui bloque ça... et de voir comment la personne peut de nouveau le

posséder... et c'est ça que je trouve génial... mais du coup voilà... tout ça est très expérimental... mais c'est ça qui est passionnant... »

« J'arrive pas à dire mon « number one » c'est celle là. Et que j'ai l'impression qu'il y a foison d'images et que peut-être quand j'ai commencé le chamanisme il y a eu des espèces de flash comme ça, pis des trucs wouaw... et pis maintenant j'aurais de la peine à dire ça, et ça rejoint un autre truc qu'on a dit avant sur... comment ça modifie ta vie... j'ai l'impression quand j'ai commencé le chamanisme ça m'a juste permis de rentrer, chez moi, ça m'a ramené à la maison... c'était pas inconnu, c'était « ah enfin quoi ! » c'est ce que je faisais enfant, c'est ce que j'ai toujours cru... rien d'étrange... juste « ah super ! » quoi. Mais quand j'ai commencé, je pense qu'il y avait des expériences vraiment très fortes et pis ça fait genre « paf » et tu sens que ça... où c'est vraiment marquant quoi... et... et où t'as ta vie... enfin moi j'avais ma vie, un peu séparée quoi... il y avait d'un côté ma vie normale et puis de l'autre le chamanisme quoi... et puis petit à petit ça se « merge »... et du coup là... j'ai même de la peine à encore évaluer quel impact ça a sur ma vie, parce qu'au fond si je devais évaluer quel impact ça a sur ma vie, je dirai que ma vie entière en est impactée mais qu'à certains moments ça se contrebalance... que... à un moment tu as ce truc super séparé pis là tu vis ça, pis là tu vis ça... pis il y a un moment où d'une manière ou d'une autre ils se rejoignent un peu, pis à un moment tu te dis « ouais mais il faut qu'ils se rejoignent plus même quoi »... et... et maintenant j'ai l'impression que c'est quand même une espèce de permanence quoi... alors après tu mets l'accent dessus, ou t'écoute plus ou moins, il y a des lieux plus favorables ou moins... mais j'arriverais plus vraiment à démêler ce qui est de l'ordre de... de l'image de voyages chamaniques, de ce qui est de l'ordre de l'expérience de voyages chamaniques et puis ce qui est de l'ordre de l'expérience de ma vie en vivant avec ça, c'est devenu de plus en plus mêlé quoi... donc ouais, j'ai de la peine à juste choisir une image quoi... »

Je relève que c'est une constante que c'est difficile de trouver une image...

« J'ai pas demandé l'autorisation quelque part... (...) pour moi un des fondamentaux du chamanisme c'est que t'es pas en train d'explorer juste ta psyché et les ramifications inconnues de ton cerveau, t'es en train de travailler avec des énergies vivantes, réellement existantes et... un des autres fondamentaux... c'est qu'il n'y a pas de symbolique, il n'y a rien de symbolique... donc quand tu as un symbole, fin quand tu as une image, quand tu as un message, souvent tu fais très attention à... comment tu le traites, comment tu le partages... parce que c'est un peu un être quelque part... il y a un truc sacré, il y a un truc... sans faire dans l'effrayant... si moi je prends maintenant une image, par exemple une image de soin que j'ai, et que je te la donne... c'est pas que j'ai pas confiance en toi... mais je ne sais pas très bien comment elle se modifie... avec ça quoi... et du coup, c'est pas une non envie de faire... mais de se dire « en fait j'ai pas demandé, si c'est une bonne idée ou pas, enfin qu'est-ce qui se passe, pourquoi on se rencontre... » T'alternes tout le temps entre les plans... et ben oui, on a décidé de se rencontrer « ouais bon d'accord super ! » »

« Je fais quand même pas mal partie de la race des sceptiques... donc je pense qu'en permanence je me dis « non mais attend, c'est une projection de l'esprit, ou bien pas ou bien... » tu vois... j'ai pas la foi (c'est pas ce que tu disais avant...) Non ce que je dis c'est que... quand tu entres dans... quand il y a une concentration de force, quand il y a une concentration d'énergie... cette concentration d'énergie n'est pas juste une exploration du subconscient et de... de l'imaginaire... elle est pas symbolique... »

Qu'est-ce que tu entends par là ?

« J'entends par là... je vais faire de mon mieux... la grotte de Chauvet, les grottes de Lascaux... ces images... sur les murs, pour moi, ne sont pas symboliques... l'esprit du cheval qui est dessiné... le cheval, c'est un cheval... on a fait dans notre monde actuel, ici, de beaucoup de chose, des choses qui ne sont plus que l'image de la chose... ne sont plus que la représentation de la chose, mais tu peux avoir l'essence qui est là. Et typiquement pour moi le chamanisme c'est... tu utilises des codes d'images... moi je vais avoir une image... toi tu vas en avoir une autre, ça sera adressé à toi, comme ça tu vas comprendre le truc, moi j'en aurai une autre, comme ça moi je vais comprendre le truc... ça sera pas forcément l'exacte forme qui se présente qui sera importante. Ça ce sera peut-être la symbolique à toi dans ton petit cerveau, mais l'essence qui est contenue, ça c'est pas du symbolisme... c'est pour moi, super réel... »

« (...) par contre, après ce que j'en vis, ce sur quoi je veux m'appuyer, à quel point c'est tangible, moi j'ai pas la foi... genre ok, je perçois ça et c'est fort... mais je peux pas dire « ah ouais, c'est comme ça pis ça marche et pis je peux faire tel truc et tel autre... » parce qu'en permanence... en permanence mon scepticisme va revenir... et la femme avec qui on a fait tous ces cours elle disait « c'est la science des sceptiques... et pis ça c'est un peu ethnographique aussi... »

Je dis qu'Ulla m'a directement confrontée « pourquoi tu fais une thèse ? fais du chamanisme ! » → Carine ponctue « c'est évident non ? » et elle me dit que elle, elle, a rencontré Ulla en faisant un papier sur elle en tant que journaliste.

Me demande s'il y a un type d'image qui m'intéresse plus particulièrement ?

Je lui réponds que pour moi ça fait partie du processus de voir quel type d'images les personnes livrent.

« Il y a encore un petit fusible (dans quel sens ?) Je suis complètement cinglée d'accord, mais est-ce que je suis prête à dire à qq... ça va être difficile « ah ok, d'accord, d'accord » (imite comment je pourrais réagir : disant « ah ok d'accord » et pensant « elle est complètement folle celle-là »)

« Ouais pis il y a des trucs vraiment qui se présentent mais qui sont tellement importants qq part... que c'est... faut que je réfléchisse 2 sec. »

« Il y a deux plans parce que il y a un plan... quelque part... j'ai l'impression qu'on fait de la recherche... en tous cas avec les gens que je connais dans cette histoire... il y a une dimension de recherche un peu, d'exploration, de recherche... ou alors il y a un plan super intime, et pis là « oh, est-ce que c'est une bonne idée ou pas quoi ? » Après il y a le plan des... justement des images de guérisons, il y a le plan des images presque un peu l'oracle... quand c'est prémonitoire... ouais c'est un petit peu vaste... »

Je relève que jusqu'ici on m'a partagé des images assez intimes, mais que c'était avec des personnes que je connaissais et que c'est vrai qu'on se connaît peu, qu'on ne dit pas la même chose lorsqu'on rencontre une personne pour la première fois...

Long moment pour choisir.

A noter que ce n'est pas forcément pour finir l'image qui est importantes, mais c'est tout ce que ma question soulève : c'est quoi une image, dans quel cadre elle apparaît, est-ce qu'on s'en souvient ou pas, est-ce qu'on la partage ou pas, qu'est-ce qu'on en fait, d'où elle vient, les questions que ça pose...

« Non le truc qui vient, c'est les images de synchronicité quoi, qui sont assez proche des images qui se vérifient... et puis l'autre truc qui me met encore la pagaille... c'est que j'aurais tendance à choisir un des trucs les plus récents, mais qui sont pas dans les plus fondamentales, ou les plus importantes ou les plus marquantes, mais disons dans les événements récents... »

« Alors je vais te raconter celui-là, parce qu'il est derrière toi, et qu'il arrête pas de parler... »

« (...) ce que je trouve plus difficile, maintenant là tout de suite, c'est pas d'avoir des images, c'est d'arriver à garder le fil et mettre une cohérence entre ces images... pas forcément de façon volontaire... pas te dire « il faut que je les organise pour qu'elles deviennent cohérentes » mais juste avoir la discipline de les garder avec soi de pas les oublier instantanément, de pas passer à côté des signes, juste se dire « ah ben... » et de se laisser conduire par ça quoi... donc du coup, à certain moment tu as une image, un détail d'une image qui t'en rappelle d'autres et tu fais « ah ouais, d'accord, ok... » mais tu l'avais oubliée et tu vois bien qu'en fait ça se passe tout le temps.. et que tu as tout le temps tendance à vouloir redevenir juste toi et pis garder le contrôle sur... voilà... et qu'en fait chaque fois que tu lâches ce contrôle ou bien que tu ouvres, il y a plein de choses qui se produisent et... le fil continue tout le temps quoi... ça continue, ça continue, ça continue... le fond de ce que j'essaye de dire... c'est que c'est comme si de la part de ces autres mondes il y avait un vrai désir, et un vrai plaisir de communiquer... et que c'est plutôt nous... des fois on est fatigué, ou bien des fois on est triste... enfin l'ensemble du fait qu'on est vivant... mais particulièrement mental, en fait... à certain moment favorise plus ou défavorise cette ouverture... mais je suis tout le temps touchée, de voir à quel point cet autre côté a envie de communiquer avec nous... que ce soit moi avec moi... ou que ce soit mon âme avec mon âme ou mon subconscient avec mon subconscient pour être vraiment sceptique... mais d'une manière ou d'une autre... j'ai vraiment l'impression qu'il y a qqch de cet ordre là... et du coup, l'image que je vais te raconter, elle est assez... bénigne... mais je pense qu'elle est bénigne pour le moment... je pense que c'est dans mon processus et dans mon apprentissage qu'elle se produit... pour l'instant elle est bénigne mais peut-être que elle le restera, peut-être pas du tout quoi... et je choisis celle-là maintenant parce que c'est qqch de récent qui est arrivé (...) »

« Je choisis cette image là parce que ce n'est pas qu'une image interne, ce n'est pas qu'une image intérieure... et je trouve qu'il y a qqch de sidérant, quand ton image intérieure ou ce qu'on t'as montré dans un voyage... se manifeste dans la réalité. Et là encore, tu peux dire « c'est parce qu'on voit ce qu'on veut bien voir et que tout est totalement tellement subjectif dans notre perception de la réalité, etc. etc. mais à la fin ça importe peu de savoir si oui ou non, l'important c'est que voilà, il se passe cette expérience quoi. »

« C'était... on a fait un voyage au Maroc, avec Ulla justement, qui était un mélange entre être assez seul avec soi dans sa tête... faire des activités chamaniques, etc. Et mon image, elle ne concerne pas du tout des choses qu'on a fait dans ce contexte là. C'est juste qu'à un moment... après 4 jours de marche dans le désert... tu sens que tu commences à être moins sale... enfin tu te nettoie un peu... et qu'entre tes mondes, entre ton monde intérieur et ton monde extérieur... je sais pas entre le monde des esprits et le monde d'ici... tout ça devient plus poreux, plus fluide, moins séparé quoi... et puis on a marché toute une journée avec les dromadaires, on a fait toute une traversée de rocaïlle... et puis après on a traversé un col de montagne... et puis on est arrivé pour bivouaquer, vraiment au pied de montagne quoi... de petites montagnes... et là le soir, chacun va dormir où il veut quoi... on dort pas ensemble, chacun va dans son coin de nature dormir... et là c'était hyper clair depuis qu'on était parti le matin... qu'il y avait un endroit pour moi quelque part... qui m'appelait quoi... et puis on s'est arrêté pour bivouaquer c'est pas nous qu'n choisit... et puis il y avait ce pan de montagne, complètement noire... et de la roche noire un peu comme ça quoi... et pis il y avait un petit plat, et puis ça, ça, surplombait le bivouac... et je devais aller dormir là... mais c'était pas très amical... tu vois c'était pas genre se poser, et puis il y a du sable et puis c'est mou... et en plus il fallait un peu escalader... pis en plus t'es vraiment un peu seul... c'était pas tout dou quoi... mais ça semblait que c'était là que je dormais quoi... donc j'ai été me mettre là... et pendant tout le moment de s'endormir, j'avais vraiment l'impression d'être bombardée d'images quoi... et un peu comme dans un... comme dans un cauchemar... où vraiment, j'étais couchée et il y avait plein de visages qui arrivaient comme ça... et où je me disais « wouaw »... en plus tu vois... tu vas dans un pays où tu connais pas bien... rien... et puis tu fais ton petit chamanisme... ben ouais, voilà quoi... et d'un autre côté on avait fait que des truc hyper fort... on a fait des expériences fortes quoi... et là je me sentais... je me sentais pas inquiète mais j'avais l'impression « fais ta bulle quoi » et j'avais vraiment cette bulle comme ça et... des visages qui venaient de coller sur la bulle quoi... et plutôt des visages... ouais après ça devient vite des jugements... mais j'avais pas une impression hyper amicale, décontractée, c'était genre plutôt « wouow, c'est fort mais c'est quoi ? » et pis après je me suis endormie, j'ai très bien dormi, je me suis réveillée au matin et j'étais chez moi quoi, de surplomber comme ça le bivouac, de voir loin, d'être dans cette pierre noire, j'étais vraiment chez moi, et puis ça m'a... c'était une journée où on faisait silence toute la journée donc tu parles pas... et tu as tout un temps de marche... tu montes le col pour aller... un col de montagne... j'étais vraiment à me dire « c'est quoi, en fait cette image, c'est pur imagination, c'est ton subconscient que tu rigoles, c'est vraiment qqch que tu perçois ? » et... (...) il y avait ce mélange de me dire « ouais c'était juste que t'étais un peu stressée » et pis en même temps que je me disais, t'es un peu stressée, j'avais le contrepied qui me disait « ouais mais en même temps tu te sentais vachement bien dans cet endroit, tu te sentais chez toi, t'avais pas une impression que t'étais pas à la bonne place quoi... » Et du coup ça a vraiment fait toute la matinée à marcher comme ça en silence et tout... et on est arrivé au col, et c'est un moment clé tu vois de toute l'expérience quoi... t'arrives à ce col, et ça se dégage devant... et moi j'ai le vertige normalement... et du coup j'avais cette question de me dire « est-ce que je vais avoir le vertige sur ce pan de montagne et pis qu'est-ce que je fais au cas où ? » et en fait pas du tout.. je suis vraiment... mais vraiment mais pas du tout, du tout, du tout... et en fait il y a tout un bout où tu marches à flan de côté comme ça... et dans les pierres... parce que c'est vraiment des pierres... il y avait tous les voyages de la veille... tous les visages, ils étaient là... et c'était tellement chouette de les voir quoi... et vraiment j'étais comme une gosse à courir comme un enfant quoi... ni dans mon mental, ni dans ma peur du vide... ni dans aucun des... des coupes énergies appris ou identitaire... j'étais juste dans cette joie, et il y avait... c'était déliant quoi.. j'étais en plein délire... genre je regardais comme ça « ah ben toi t'es là, et toi t'es là, toi t'es là... » et genre c'était hyper précis, ils étaient là et c'était pas du tout ce truc menaçant et machin, truc... et j'ai pas fini de comprendre en fait... alors est-ce que cette image de la veille au soir... c'était déjà de les percevoir et pis un appel ? ou est-ce que... c'est vraiment un processus de transformation... d'avoir qqch d'un peu effrayant et de se dire « ok c'est bon » et puis d'être dans un endroit qui normalement t'effrayerais mais où tu te sens juste comme un enfant en pleine joie et qu'ils sont là... tu vois quoi... mais cet espèce d'effet miroir, cet espèce de... et pis dans la temporalité, d'un lieu à l'autre, du genre... la veille et le lendemain... et puis après... dans l'intensité des émotions... où justement... une fois qu'on enlève les codes qui peuvent être utilisé pour te faire comprendre qqch, il reste l'énergie... et cette énergie là elle est tellement forte quoi... parce que quand j'étais sur mes rochers là...

le soir à s'endormir... franchement, c'était puissant, c'était vraiment... t'en mènes pas large quoi... et le lendemain cette joie et cette... ce plaisir à être dans le monde... »

« (...) je pense qu'au départ, l'idée fondamentale du chamanisme c'est de nouveau d'être dans le monde, de ne plus être ni son dirigeant, ni de l'assoiffer, mais d'être avec quoi... d'être dans le monde... et là c'était vraiment ça... tout d'un coup, il y avait de nouveau tout qui était fluide complètement... ce truc d'être là, avec cette impression... aussi justement qu'entre la réalité non ordinaire et la réalité ordinaire, se réunissent, font un clin d'œil... et du coup, je pense une des dernières... impression forte que je garde, hein... que je peux partager comme ça... c'est cette histoire là qui est au fond, pour l'instant assez anodine ou je sais pas son importance, qui est récente mais qui est vraiment chargée de cette énergie... et pour moi ça participe vraiment aux images de guérison quoi... et... trouver une image de guérison et pis tu sens qu'elle te fait du bien, elle te porte et pis quelque part elle t'enseigne... c'est génial... mais quand ça se produit comme ça dans la réalité, dans la matière, c'est juste t'exulte... c'est un tel... c'est comme si... c'est une façon tellement simple de te dire « mais tu fais partie du monde, tu nous vois, on te voit... on veut bien jouer ensemble... » »

D'habitude c'est comment, ce n'est pas dans la matière ?

« Si tu veux ce qui me touche plus là, c'est que... c'est que moi je peux avoir une idée, si je fais une pratique chamanique pour quelqu'un de comment faire ça et pis de comment identifier différentes images, et de laquelle rapporter, et comment essayer de la traduire... et ensuite comment essayer d'imaginer qu'elle puisse se mettre dans la matière d'une manière ou d'une autre... là je te parle de celle-là parce que ça me touche spécialement parce que justement ça vient... ben c'est moi que ça concerne, et pis... et pis la seule intervention qu'il y a eu c'est celle de la nature... c'est pas passé par qqn... »

Il n'y avait pas de tambour

« Ouais mais tu vois là on est tellement déjà... fin t'es dans une expérience... t'es en ECM jours et nuits quoi... »

« En fait c'est ça qui me fait hyper plaisir, qui me touche vraiment... c'est de dire « c'est réellement une image de guérison, mais en plus on te l'envoie comme ça ! »

Comme ça ?

« Ben... justement sans avoir fait d'intervention avec qqn, sans avoir forcément été dans la conscience « j'en ai besoin », sans... juste, ce qu'on disait avant... à un moment tu ouvres et il y a des choses qui viennent, et puis... pis là il y avait ce truc, mais attend ce qui vient ça a pas l'air chouette « allo ? » et pis en fait ce qui venait, c'était hyper chouette... à condition de pouvoir le vivre quoi. Mais c'était quand même, tu ouvres, et puis il y a qqch qui vient, et pis tu le comprends pas quoi... et pis... « ok d'accord, faisons confiance » et pis tu te rends compte qu'ils en savaient bien plus que toi... que c'était juste le parfait cadeau et pis que c'était juste ce que tu avais besoin... »

« Quelque part, si tu fais un soin chamanique, c'est ça que t'essayes... de dire « moi j'en sais rien mais... quelque chose dans l'univers sait ce qui est bien pour toi, ce dont t'as besoin ou ce que tu es en train de demander quoi... » »

« Ce que je voulais dire par rapport à ce que j'ai appelé « image du guérison » c'est d'être vraiment en voyage chamanique et de voir qqch qui fondamentalement... résous un truc pour toi, guérit qqch, te fais du bien, je ne sais pas comment il faut l'appeler quoi... qui est une forme d'image ou de vision, qui est porteuse de cette énergie là... donc tu vas décrire toi-même, que tu vas voir toi-même sous une forme qui t'appartient qu'à toi parce que c'est celle qui est la meilleur pour représenter cette énergie... que tu peux vraiment travailler avec... cad qu'une fois que tu l'as, tu peux vraiment te la rappeler et que c'est une clé pour retourner à cette énergie, et que cette énergie puisse se manifester dans ce que t'es en train de vivre, dans ton être, dans ta vie quoi... et c'est ça que j'entendais par « image de guérison »... j'invente tout à mesure mais je dirai c'est plus une image que t'as dans un voyage... tu vois tu fais un voyage, tu pars consciemment en voyage et puis tu peux ramener ça là quoi... et de le vivre comme ça dans le monde du milieu et dans cette réalité ordinaire ici, avec une telle présence, t'es là genre « wouaw, c'est comme un voyage chamanique mais ici... et... ouais, je trouve que c'est assez perturbant mais en même temps vachement fort... ça devient plus poreux... ouais je crois que c'est mieux comme ça, là ça commence à faire sens... »

Je demande si elle a une autre image, induite avec un protocole classique, un voyage au tambour...

« Là tu pinailles (...) je t'assure que le... justement ce moment où il faut t'asseoir, il faut te bander les yeux, faut allumer une bougie, et il faut taper le tambour et dans un certain rythme et avec une certaine fréquence ou bien le moment où en fait, tu fais 3 jours, 3 nuits de marche dans le désert avec les esprits du coin, à t'enterrer vivante et puis à renaître... t'es en plein... en pleine conscience modifiée, pour moi, hein... j'ai souvent un peu plus de peine à... (...) je peux entendre « ce qui serait intéressant, c'est le voyage au tambour, et des images dans le voyage chamanique au tambour... » »

Je dis que rien que pour amener ce que tu viens de dire ce n'est important...

« Je te mets un peu en friction, sur la notion de conscience modifiée... et pis après on peut aller tu vois, aller sur genre, justement... après c'est même seulement de la projection, c'est ton degré de schizophrénie, puisque schizophrénie et chamanisme c'est intéressant aussi, mais bref, c'est un autre sujet... »

Mais me dit que toutes ces dernières expériences sont trop « à cheval » cad trop en ECM sans induction spécifique...

Je dis que si je mentionne les ECM induit selon le protocole de la FSS est ma ligne, que je m'y réfère, mais que tout ce qui s'en écarte est aussi intéressant, mais en référence à cette ligne...

A de la peine à trouver une image induite classiquement...

« Je me rends compte que j'ai de plus en plus de la peine à traduire... (traduire ?) à dire, à pouvoir parler de ça »

A mettre des mots, ou à avoir envie de le partager ou encore autre chose ?

« En fait là, je me sens comme si je pouvais te raconter un voyage... mais ça serait pas vraiment une image... ça serait une suite d'images, plein d'images... »

« Après, si on veut rester sur l'idée d'image de guérison, ça canalise... »

Ca limite ?

« Non ça aide à choisir quoi... »

Ca ou tes alliés, je sais pas

Me fait signe que non

Plutôt pas ? parce que c'est intime ?

« Ouais, il y a un truc où... où j'aurais de la peine à décrire avec des mots et je me méfie de... ouais je me méfie de la parole là... ouais de mettre dans des mots et puis... (...) enfin je pourrais pas parler d'eux en disant que c'est des images... »

Ok alors tu dirais quoi d'eux ? Sans me dire qui ils sont...

« C'est plus proche d'entité et d'énergie que d'une représentation totalement figée quoi... et... ça participe vraiment à une grande intimité, donc... j'aurais envie... voilà j'ai compris... ah j'ai compris putain... ah enfin j'ai compris... (...) En fait pour te parler de mes alliés, il faut juste que ce soit eux qui te parlent et pas moi qui te parlent d'eux... c'est du pipeaux... voilà, c'est hyper clair... c'est genre... c'est pas de la théorie quoi... moi je peux te parler d'images de voyage, d'images de guérison dans des voyages... autrement il faut juste leur donner la parole quoi... parce que, fin... voilà... enfin c'est juste tellement évident... c'est ce qu'elle a fait Isaline, non ? (ouais) Ben elle avait raison dès le début... ah c'est exactement ça... mmm... ah... ça fait du bien... compris »

→ ce qu'on fait Isaline et Ulla (de leur laisser la parole...) → me montrent ainsi le processus, l'expérience qui est plus importante qu'une image semble-t-il... plutôt apprendre à expérimenter cette relation au monde que de vouloir étudier les images dans une thèse (Ulla et Isaline, et Carine...)

→ rajouter un thème sur l'intimité ou intimité = cadre

→ Isaline, tout ce qu'elle dit autour de l'intimité de l'image qu'elle me livre... rajouter dans cadre ?

« Là on a commencé aussi un travail sur les rêves qui fondamentalement se base sur les images de tes rêves quoi... et de voir comment travailler avec ça... »

Tu dis « on a commencé » ?

« Un groupe de plusieurs personnes... »

En lien avec la FSS ou rien à voir ?

« Euh... non... il y a des gens qui ont fait la FSS aussi mais... c'est pas dans le cadre de la FSS... et dans le cadre de la FSS il y a un stage sur les rêves où... il y a eu ça et pis un truc avec la créativité qu'on a fait aussi... où... tu as vraiment profondément une image de guérison qui se présente avec un protocole... c'est comme quand tu fais l'hypnose... t'essaye d'embrouiller ton cerveau pour qu'il lâche prise quoi... moi souvent c'est protocoles je les vois un peu comme ça quoi... c'est pas ton cerveau que tu essayes d'embrouiller, c'est autre chose mais... pour que ça s'ouvre qq part... et tout le truc de l'aléatoire, tout le truc, tu vois ça... ça laisse la décision ailleurs de la bonne façon quoi... et là typiquement, tu fais du travail à deux, et c'est l'autre qui fait l'image pour toi... mais il ne sait pas l'image de quoi... donc il va faire un voyage à partir de... à partir d'une question que tu n'as pas posée... donc moi je suis là avec la chose qui me pèse ou bien la chose où j'aimerais avoir la réponse... et toi tu vas faire le voyage pour moi, sans savoir ma question et tu vas revenir avec une image, et tu vas me dire cette image... et là c'était une femme qui débutait, qui avait fait peu de stages et qui m'a ramené une image mais... pfiou... toute l'énergie y était quoi... il y avait rien à discuter... complètement claire... alors que ça, ça, entre dans le cadre de ton truc ou bien je suis de nouveau en train de niquer le protocole... »

« Dès le moment où tu entres dans « l'image qui a changé qqch dans ta vie » tu entres dans un truc relativement subjectif et intime... pis après je sens que j'ai une grande retenue à vouloir prouver qqch... ou à vouloir dire « ah oui, il y a eu ça et pis après ça a fait ça »... il y a une espèce de truc... de pas avoir envie de dire c'est une méthode et puis ça fonctionne comme ça... du coup ça navigue un peu partout... mais putain, il doit bien il y avoir UNE image... ah ouais... »

On dirait qu'elle est sans arrêt en relation avec monde non ordinaire pour me répondre, pour demander des réponses, pour demande des autorisations... dit par exemple à hautes voix après un long silence « ok, d'accord, ouais... » mais sans s'adresser à moi...

« Je pense qu'il y a des voyages que j'ai fait qui ont... qui m'ont donné l'impression de fondamentalement... enfin il y a des voyages que j'ai fait avec des images qui sont venues qui m'ont conforté dans ce que je ne faisais que ressentir... mon travail de recherche dans le chamanisme... il consiste dans ma petite tête, dans mon petit délire à moi, à... essayer d'aller chercher des informations pour les ramener ici... ces informations, la plupart du temps... sont totalement "irrelevant"... mais me permettent de continuer mon élaboration de comment j'imagine que l'âme, l'univers et mon petit être là potentiellement peut-être fonctionnent... c'est pour moi les images les plus fortes... d'aller genre aux confins de qqch voir comment c'est... revenir avec des bribes d'informations et... pas vraiment comprendre quelle est cette image... mais revenir avec... et la laisser vivre, la laisser travailler... et puis au bout d'un moment peut-être tomber sur qqn qui a vu la même chose ou qui pense la même chose... dire « ah ! voilà ! ça continue mon petit bout de fil »... C'est comme, il y a beaucoup dans le chamanisme qui concerne la mort... il y a beaucoup dans la vie qui concerne la mort... et par exemple aller visiter le royaume des morts, est qqch qui m'a ouvert qqch dans l'esprit, ouvert qqch dans ma façon de vivre, mais qui aussi correspond qq part à ce que j'imagine ou conforte mes intuitions... »

« (...)le fait par exemple de vivre ça... avec un groupe, avec un autre groupe... enfin d'avoir des informations qui peuvent se recouper... ce qu'à fait Harner... recouper des informations... ce qu'il continue à faire... d'avoir des gens qui disent « voilà, moi j'ai été là-bas, voilà ce que j'ai trouvé » et de voir « ok » étonnamment ça donne... on peut appeler ça un délire collectif, mais il se trouve que ça se passe à plein d'endroits dans le monde et c'est l'intérêt de la FSS que ça aille de la Sibérie à l'Amazonie et de faire ça comme travaux pratiques, sans avoir rien lu... sans s'être posé des idées avant, sinon ce qu'on sent dans son cœur ou des influences qu'on ne peut pas éliminer... et de voir que tu ramènes des infos et que d'autres gens ramènent des infos... et de voir qu'elles se recouper... c'est un des trucs qui m'éclatent le plus... et du coup... dans les images fortes que j'aurai... ce serait des images de ce type là... ce serait des images de l'ordre de l'exploration métaphysique... plus que mes alliés ou des entités avec qui je travaille pour des soins... en fait le vrai truc qui m'éclate c'est ça... donc en fait si je dois te parler c'est ça... en fait c'est ça que je dois faire... »

« Et une des images c'est quand on a fait la formation des 3 ans à la FSS, à un moment on fait une cartographie des mondes... donc tu connais il y a monde du milieu, monde d'en haut, monde d'en bas... convention hein ? convention... à un moment tu dessines ta carte des mondes... comment les mondes s'organisent pour toi... et quels sont les différents endroits...et où est quel allié et où est quel truc... vraiment basic quoi... mais c'est jamais basic un carte... et moi j'ai dessiné... pas du tout ce que je pensais dessiner... et je l'ai vraiment fait chaque fois en étant en inspiration, en ECM... et j'ai dessiné là des choses que je sais pas

ce que c'était... et ensuite on a fait un voyage où par exemple... c'est l'image dont je sens de te parler là... d'aller aux confins du monde du milieu... donc de ce monde d'ici... de ce monde là... mais avec les deux réalités... avec les deux états... ordinaires et non ordinaires... et d'aller aux confins du monde du milieu voir les confins du monde du milieu... et en allant faire ce voyage... aux confins du monde du milieu... c'est vraiment loin, et c'est vraiment pas rien... c'est vraiment un voyage marquant... j'ai compris ce que j'avais dessiné... et là c'est pas avec un groupe machin... ok c'est mon propre délire dans mon cerveau... mes propres influence... pas du tout quoi... cad que ce que j'avais dessiné dans ce monde ci comme image, parce que là on est vraiment dans l'image... je comprenais pas... je savais pas ce que c'était, et je savais pas où le situer... et quand on a été faire aux confins du monde du milieu, on m'a montré un des mécanismes selon lesquels tout cela se produisait... dans la méthodologie de l'univers... dans le mécanisme de l'univers... et j'ai compris pourquoi j'ai dessiné ça... et il y avait sur les bords du monde du milieu, des espèces de bulles, de ramifications, de zones grises... euh... il y avait une espèce de monde du néant, le monde du haut, le monde du bas, il y avait ces zones grises comme ça quoi... et en allant aux confins du monde du milieu... j'ai assisté à comment l'idée naît dans la matière... comment ça passe... dans la matière... et d'être à cette membrane et avoir cette membrane entre les choses... avoir le désir qui faut pour que ça se produise... cette énergie hallucinante de créativité... et du coup cette membrane et ces poches étaient exactement ça... et je suis convaincue que c'est comme ça que ça se passe... et c'est là où tu vois on entre dans le genre « ok, t'es cinglée... » machin... je suis fascinée de cette exploration, et je suis convaincue que c'est comme ça que ça se passe, je suis convaincue que c'est comme ça que les éléphants sont nés, que c'est comme ça que les amibes sont nées... et t'es à cet endroit où c'est un délire absolu de créativité, de diversité, et... ok, ça on est tous au courant... mais de ressentir ce moment où ce désir... cette joie... passe... boup... boup... (bruitage qui imite des bulles qui montent) de cette zone un peu entre eux pour naître dans ce monde ci, pouf, naître dans ce monde ci... wouah... de le vivre quoi... et c'est là où ce n'est pas du symbolisme... et c'est là où tu te dis « mais n'importe qui, qui, écoute ça il se dit « t'es cinglée quoi... potentiellement t'es totalement cinglée... » merci les barrés du chamanisme » mais c'est pas du symbolisme... c'est genre... tu vas à cet endroit et tu assistes à ça... mais t'en as les larmes aux yeux, c'est... c'est... et après voilà, tu reviens avec ça... et tu commences à trouver des déliants mystiques qui ont vu la même chose, tu commences à trouver des gens dans le zen, des gens dans le bouddhisme, des gens x et y... on s'est tous inventé ça dans la tête ou on a tous cette mémoire quelque part ? Et tout devient extrêmement poreux... fin tu vois il n'y a plus... c'est même pas... fin c'est... ça devient vraiment très... ça navigue entre les choses quoi... et quelque part... j'ai l'impression... c'est quand même un peu le but quoi... s'ouvrir la conscience c'est quand même un peu nécessaire là tout de suite quoi... et ce système là, genre... peut-être que j'ai été conditionnée, j'ai vu ça dans un film... peut-être j'ai eu plein de vies antérieures et que j'ai vu plein de choses là-bas... mais peut-être que j'ai fait ce voyage et j'ai été assisté à ça... en tous cas mon émotion... mon émotion c'est que j'ai vu ça arriver quoi... et comment ça change ma vie ? Ça m'éclate quoi... c'est... c'est pas l'idée que c'est tellement mieux là bas et du coup tu t'absentes d'ici... c'est pas ça... c'est... »

« (...) moi je suis photographe... au départ je me suis dit, moi la photo je la fais parce que c'est un exhausteur de goût quoi... je vais plus comprendre, parce que je vais plus voir, parce que je vais être là, je vais plus être dans l'instant avec cet outil... et là c'est pas l'histoire de dire... ah ben... j'ai tout compris et puis c'est comme ça que ça se passe... moi je sais... c'est de dire mais « wouah... » ce truc là il est largement aussi réel que ma nécessité de payer des impôts... enfin qq part c'est tellement complémentaire quoi... et de te dire « et si... et si c'est comme ça que ça se passait... et s'il y avait ce désir... cette joie hallucinante pour... » (claquement de doigts, bruitage de bulle qui « éclosent ») « oh un dinosaure » et si c'était ça... et si c'était pas Darwin, et machin truc... et si même... tu vois, l'un n'empêche pas l'autre... et ça me fait mais totalement tripper... j'ai pas eu la chance de vivre pendant les grandes conquêtes... et là, on est dans les grandes conquêtes quoi... les frontières de la conscience, qui n'a pas envie de repousser ses propres perceptions, ses propres frontières de consciences, qui... ben plein de gens... « ah ouais » mais moi j'ai pas envie d'avoir une grosse bagnole, une maison avec piscine... par contre ça !!! wouah !!! et c'est intangible... et c'est... il faut en douter beaucoup... ou pas... mais mon dieu comme c'était beau quoi ! »

« C'est comme si là t'as une membrane comme ça et pis là t'as le grand immense néant... il y a rien, mais alors rien, mais alors rien à un point... c'est pas drôle... et pis... t'sais j'ai pas encore tout compris... j'ai une piste mais j'ai pas encore tout compris... il y a ce confins du monde du milieu là où là dans ce néant... tu as... presque comme un rire... presque comme un rire... tu vois je sais pas comment traduire ça... c'est très difficile en fait de traduire les voyages en image... et de les communiquer vers le dehors... mais c'est presque comme un rire... parce que la bulle elle va être de côté... c'est ce moment où justement il y a cet espèce de... (bruit de bulles...) de « bouillissement » quoi... et d'un côté comme de l'autre... et il y a plus trop cette frontière entre les deux... et là il y a cet espèce de... c'est dur... je sais pas ce que c'est... je sais pas qui c'est... je sais pas ce que c'est ce truc, mais... c'est assez délirant... c'est... ouais comme un rire, de cette énergie... presque totalement gratuite... c'est vraiment en lien avec la créativité quoi... que quelque chose s'assemble... mais il y a... quelque part, dans ma perception, il n'y a pas d'autres motivations... il n'y a pas d'autres enjeux... que... qu'une forme de plaisir... une forme de jeu... c'est comme une forme de jeu quoi... et c'est... il y a un terme en français, il y a un mot... quand tu ne peux pas l'empêcher... (inéluctable ?) oui mais c'est pas celui-là, c'est l'autre... la version positive d'inéluctable... c'est... enfin voilà... c'est ce truc là quoi... où... de ce côté là c'est pas de l'ordre de l'effort, c'est de l'ordre du désir, c'est de l'ordre du rire, c'est de l'ordre de la joie, c'est de l'ordre de... c'est... c'est la graine dans le sol... qui pousse et qui explose à faire une fleur... c'est cette même énergie là, non de dieu quoi... il y en a pas d'autres... on a fait les guerres, on a fait la souffrance, on a fait la douleur... ok mais cette énergie là qui fait du genre que ça fait « PAF » et ben c'est la même quoi... et c'est pas du tout... ouais c'est ça la bonne image... et du coup « pouf » et il y a cet espèce de petit laboratoire « Blup, Blup, Blup... » Tu sais comme le magicien avec son chapeau quoi... « Abracadabra, abracadabri... oh... un dinosaure... oh une fourmi... oh un lapin » mais tout ça est aux confins du monde du milieu... donc c'était intéressant parce qu'il y avait une explication... donc il y avait les moments où il y avait par exemple, tous les animaux en voie d'extinction ou tous ceux... et tout ce qui a disparu déjà, il y a des millions d'années... ok, d'accord, alors il y a un prototype... et tout ça est temporel... donc là par exemple... t'as... je sais pas un nouveau virus... C'est la zone où toutes les nouvelles choses qui vont apparaître dans le monde viennent de là... mais ça peut être une nouvelle conscience, une nouvelle idée... ça peut être un nouvel animal... un nouvel insecte... alors maintenant on a plutôt tendance à fabriquer autre chose qu'un nouvel animal... mais tout ça ça se passe dans cette zone là... et « pouf » ce truc il entre dans ce monde ici... alors après ça n'allait pas plus loin que de voir comment tout ça... mais de prouver par A + B... ouais voilà... »

« Pour dire que c'est ce type d'images-là qui m'apportent ou qui me modifient le plus, par rapport à ta question de début... j'ai jamais été dans la religion, j'ai jamais été dans la spiritualité, et là j'expérimente, au travers de moi-même, comment je peux imaginer, qu'en fait les univers existent, coexistent... ouais c'est un peu ça le plus important... »

Tu dis imaginer... mais t'avais l'air de dire que il y avait des émotions et une certitude, une conviction...

« C'est là où je dis que... malgré tout mon scepticisme, mes machins, mes trucs... même si je peux dire « ça j'ai aucune raison de dire que ça c'est vrai », je peux te dire que moi, pour moi... je sais que c'est vrai... enfin... je sais... enfin je reconnecte avec un savoir... je reconnecte avec un savoir... je découvre mais ça me reconnecte avec un savoir... et... une chose qui fait l'intérêt de ça... parce que dans ma plus large image... c'est de revenir à ce truc que j'ai de la croyance et de la conviction... que plus l'humain il sera connecté avec ça, mieux ça ira quoi... ouais, ça rejoint ce truc de genre « faire partie du monde... à part entière... plutôt que devoir s'en défendre ou dominer... » Ca rejoint... supprimer les intermédiaires entre les forces et toi... voilà, on est tous un peu Dieu, tu vois quoi... Ca rejoint cette immense liberté... immense liberté... si c'est comme ça que ça se passe... si on est né de ce désir et de cet éclat de rire... et qu'on s'en rappelle... ça peut pas aller un peu mieux... et du coup là je m'accroche à mon petit fil... je commence à faire « ok, d'accord... qu'est-ce qu'on fait avec ça ? Comment est-ce que ça peut... comment ça peut changer ma vie ? Comment est-ce que ça peut changer... ma perception de moi-même... comment est-ce que ça peut changer mon interaction avec ce qui m'entoure... comment fondamentalement... peut-être même ça peut changer plus que ça... »

Je dis que c'est vraiment dommage que je filme pas, « parce quand on parle, tu changes de visages, c'est impressionnant »
« ouais ouais ouais (rires) c'est aussi parce que je tournais autour du truc, je trouvais pas l'entrée, et puis tout à coup j'ai trouvé et je suis là « ah ouais d'accord ça ça vaut le coup que tu sois venue parce que sinon c'était un peu... » »

Je dis que pour moi, les premières choses qu'elle a dit étaient importantes pour moi, peut-être pas pour elle mais pour moi oui...

« Non mais là c'est plus frais, ça vient plus du cœur »

Ca se voit

« Et pis ça c'est typiquement les choses à partager... donc ça rouvre plus large... enfin pour moi... »

L'importance du visuel par rapport aux autres sens dans cette expérience ?
« Alors moi... je dois dire.. la façon dont je vis les voyages... je les vis très physiquement... voilà, j'ai entendu suffisamment de gens raconter des voyages pour... avoir une description hyper claire et précise... moi je suis vachement dans le perceptif, mais j'ai des petits flash d'images... et puis après quand tu vas naviguer dans des endroits comme ça... ça se présente sous une autre forme tu vois, c'est pas genre « t'as ton animal et puis tu descends la rue puis tu remontes... » ça se présente un peu sous une autre forme... tout le truc dans les frontières des mondes, dans les trucs cosmiques et tout ça... t'as pas un parapluie et une boîte aux lettres... ça se situe... ben c'est ça qui était intéressant aussi c'est d'avoir d'abord dessiner qqch pis d'aller ensuite le rencontrer quoi... cad que moi ça me montre vraiment à quel point, je vais traduire dans une image... mais là tu vois on rejoint les totem, on rejoint les... toutes les lettres hébraïques... enfin toutes ces images qui sont chargées d'une... d'une force, d'une essence... (...) »

J'ai pas suivi comment tu en es arrivée à ces images qui sont chargées...

« Cad que ça rejoint l'idée... que j'ai l'impression que ces images qu'on utilise sont des décodeurs, enfin c'est comme des lettres de l'alphabet... et si je parlais en chinois, ça serait pas pareil que si je parlais en français... ça... j'ai l'impression qu'il y a une partie de ça qui est « quelle convention on met ensemble en place, pour arriver à communiquer... » Genre moi je pose une question à un allié, pour qu'il puisse me répondre, il faut qu'on ait mis sur pied une base de communication X ou Y... que c'est plutôt lui qui s'adapte à moi que moi qui m'adapte à lui... en gros... il va me dire « parapluie »... voilà... et après il va falloir que je comprenne ce qu'il m'a dit... ça c'est un sens, et l'autre sens c'est... en faisant le dessin de cette chose... ou le travail qu'on fait avec les mots... et les mots de guérison pareil... « les mots sont des images » c'est juste évident... quand moi je fais cette représentation... quand je crée cette image... pas seulement quand je la vis dans mon voyage ou dans mon imaginaire... mais quand je la crée ici, c'est ce truc de mettre dans la matière... et c'est ce truc d'amener... enfin de laisser traverser cette force... mon « blup, plup, blup », c'est rien sans ça mais mon « blup, blup, blup » avec la traduction ou le passage de cette expérience, ça devient une image de guérison... ça devient une image chargée... d'avoir été jusque là-bas chercher cette énergie quoi... Tu rejoins les totems, tu rejoins toutes les petites figurines... dans le chamanisme, toutes les figurines, toutes les représentations en 3D, les sculptures... les masques africains, fin... tu pars du principe aussi que tu peux charger qqch avec un énergie ou te laisser traverser par cette énergie pour... te prêter à la réaliser quoi... et après, ça c'est... par exemple tu dis « ok je vais faire ça pour faire un dessin ou faire une sculpture » ça sera de l'art chamanique, en fait non, en fait l'art a toujours été chamanique... ça a toujours été ça... et à un moment donné tu te demandes si c'est pas en fait ta vie qui est en train de devenir le matériau de ça... c'est ça que j'essaye de raconter avec ma première image... à un moment tu dis « ok, je vais me mettre dans cet état et je vais dessiner cette chose... » ok, voilà, t'es restée dans ton cadre... protocolaire ou je ne sais quoi... et pis à un moment tu as l'impression qu'en fait le matériel maintenant qui est utilisé pour faire la structure, pour faire le dessin, c'est en fait ton existence... »

« Par rapport à l'image de ce voyage là... les images c'était pas, tu vois... ultra clair et... ce qui avait qui était intense, c'était d'être présente à cet endroit-là. Cad que j'étais présente à cet endroit-là, j'étais dans l'image... ensuite je pense que vraiment ça se... en acceptant que c'est un système de codage pour te faire comprendre qqch... que ça reste très relatif... ça se situe un peu comme je te l'ai mimé... avec vraiment une membrane d'un côté, une membrane de l'autre... qqch qui est plus infini que l'infini... enfin comme si c'était le vide absolu... c'est pas concevable en fait... et cette entrée de cette énergie qui vient se mettre à l'intérieur de cet espace... où là c'était beaucoup... encore une fois... c'est tellement des codes... c'est... c'est entre la matière et la non matière... donc c'est entre le vaporeux, le visqueux, le sonore... et ce qu'il y avait d'intéressant c'est que ça n'était pas fermé... cad qu'il y aces bulles comme ça... il y a ces ouvertures de membranes, mais ça se continue, c'est pas seulement à un endroit... ça se continue comme ça et c'est pas forcément droit quoi... ça ne se produit pas forcément à cet endroit précis là... c'est comme ça que ça marche mais c'est pas cet endroit précis... et pis ça c'était l'intérieur de cette membrane... et puis après il y avait ce moment vraiment qui était assez de l'ordre du comique... où quand t'es de l'autre côté de la membrane, c'est un peu comme une naissance quoi... comme si ça naissait quoi... Ca sort et... et là ça devenait... parce on dit toujours, ils ont le sens de l'humour, là ça devenait de l'ordre du comique de... comme une démonstration quoi... une démonstration de... de la folie de diversité, on ne peut pas appeler ça autrement quoi... ouais voilà... »

Je reviens à la question de l'importance du visuel...

« non la part du visuel elle est très importante... après c'est pas forcément un visuel comme ici... c'est pas forcément la même façon de voir... mais ça passe par voir, mais ça donne l'impression que tu ne vois pas qu'avec les yeux... tu vois autrement qu'avec les yeux... donc... j'ai l'impression qu'après quand t'essayes de traduire un voyage.. tu vas utiliser des images comme ici, qui est de l'ordre de ce que tu vois avec les yeux... mais le sentiment pour moi... il est de voir mais autrement qu'avec les yeux... avec... à certains moments une suite d'images très claire... et puis à certain moment pas du tout... ça passe par... je sais pas trop exactement quoi... j'ai l'impression que la fréquence visuelle n'est pas tout le temps la même, tu vois (!) ? La fréquence, l'importance de l'image... l'intensité des images en tant que.. en tant que qqch de visuel... n'est pas tout le temps la même... qu'il

y a des moment où c'est super... voilà, t'as des images super claires... pis qu'après il y peut-être une zone où c'est moins dans les images pis peut-être que ça passe par autre chose pis après il y a de nouveau des images... c'est pas juste super linéaire, pis t'entres... et moi ça m'arrive aussi souvent d'entendre les choses... mais d'avoir l'impression que je vois les mots... donc... mais en même temps je peux pas te dire « je vois les mots »... et en même temps je peux pas te dire « c'est vraiment des sons »... mais je peux dire à ben, on m'a dit ça... mais je peux pas vraiment définir quelle était la forme quoi... »

Par rapport à des expériences avec psychotropes ?

« C'est... c'est pour moi un peu impossible de répondre sous cette forme à la question... parce qu'en fait je pourrais pas dire... quand je prends ou quand j'ai pris ou si j'avais pris des psychotropes « c'est comme ça » J'ai l'impression que l'endroit où je suis dans ma vie, la personne qui... la situation... je peux pas me dire, c'est telle expérience et c'est ça qui va se passer... donc c'est déjà difficile de poser l'un vis-à-vis de l'autre... dans le sens que j'ai pas assez de notion de ça comment c'est... après dans les expériences que j'ai pu avoir... ça a rien à voir avec ta question mais j'aurais envie de poser que quand tu prends une substance, tu es habitée par la substance... donc contrairement aux voyages au tambour... ou quelque part c'est relativement facile à apprendre, à utiliser ton véhicule... quand tu prends des substances c'est comme si... soit qqn d'autre conduit le véhicule pour toi, soit tu ne sais pas très bien le conduire... mais t'es dans un véhicule... donc le tambour, tu peux te dire je garde la maîtrise de quand j'arrête ou comment je fais... avec des plantes par exemple, la plante... est un esprit très fort... et... quelque part, tu te mets à disposition, mais c'est plus trop toi qui décide quand ça commence, quand ça s'arrête et par où ça passe... ce qui est aussi l'intérêt... je dirai que pour moi ça c'est une des grosses différences... ensuite, en dehors de ça... moi les dernières fois j'ai eu des visions super fortes... mais où c'était super visuel quoi... (c'était avec ?)... ben soit avec l'ayawaska, soit avec le peyolt... à la différence que... c'est compliqué parce que... parce qu'ils ne sont pas trop d'accords (là simple être à l'écoute... des esprit)... Si maintenant tu fermes les yeux et dans cette pièce tu vois mon aura... tu vois... la structure de la table, tu vois comment circule l'électricité dans les câbles, tu vois... même du méta plus large... quand tu ouvres les yeux, tu es là, c'est comme ça... enfin comme tu as l'habitude que ce soit... ou que t'as les yeux ouvert et que t'es en train de voir tout ça sous cette forme quoi... c'est un peu ça la différence peut-être... »

« Les images que t'aurais avec le tambour ça serait « t'as les yeux fermé et pis tu peux percevoir tout ça, pis tu voyages... quelque part tu passes dans une autre dimension pis tu fais ton voyage ça t'empêche pas de venir ici... et autrement t'es sous une substance... t'es là, t'as les yeux ouvert, et tu vois tout ça sous cette forme là... (et tu ne vois plus l'autre forme)... Ben ça se mélange un peu... ça c'est une version parce qu'il y a vraiment tellement... ensuite... pour moi encore une fois, souvent, j'ai vraiment expérimenté des flux d'énergie... »

« En fait non, voilà, je sais ce que je voulais dire... c'est cette histoire que quand tu prends une substance, la substance c'est un esprit... c'est vivant, et c'est un esprit, et c'est là avec toi... et ça, ça, se passe dans le monde du milieu, ça ne se passe pas dans le monde du haut, du bas ou très lointain... ça se passe ici et ça, ça, fait une différence énorme en fait... ça empêche pas que tu ailles voyager très loin, ça empêche pas que tu aies des messages cosmiques hallucinants... mais... t'es aussi vachement impliqué dans ce monde ici quoi. »

Tu as l'impression que tu as eu des expériences plus fortes quand tu avais pris des psychotropes ?

« Je dirai qu'elle sont de nature différentes... mais après ça ouvre un vaste débat, parce qu'il y a qq années en arrière... tu pouvais avoir la chance de vivre un truc comme ça, c'était exceptionnel quoi... et que là honnêtement, si t'es un petit peu dans les réseaux, tu peux vivre ça toutes les deux semaines... c'est une drôle de modification... je dis pas qu'elle est mauvaise, je dis pas qu'elle est bonne... mais je dis que ça se passe dans le monde du milieu... et que... et qu'une définition du monde du milieu, c'est que les choses peuvent être plus attachées, peuvent avoir plus de prix, peuvent être coûteuses, peuvent être négociées... enfin c'est pas autant gratuit que dans les autres mondes... c'est pas juste libre... et en même temps, je suis tellement profondément convaincue que ces expériences amène du bon... mais j'aurais pas un discours du genre « ah c'est super génial, et pis il y a aucun danger et pis c'est trop le fun quoi » c'est pas le cas quoi, c'est dangereux... donc... je dirais c'est des expériences différentes, je pourrais pas dire « c'est plus fort là, moins fort là... » mais je pense qu'il peut il y avoir des choses aussi vraiment... il y a des choses qui sont aussi... il y a des choses qui peuvent être traumatiques... mais on amène... on amène un esprit qui n'est pas d'ici... fin qui n'est pas natif d'ici... et qqch qui ne sera pas du tout traumatisant à vivre là bas, sera peut-être traumatisant à vivre ici. Et c'est le grand écart qu'on fait avec... »

« Ouais le monde du milieu... c'est un grand écart qu'on fait... et là petit à petit ces plantes elles viennent de plus en plus ici... et donc ça change aussi peut-être au bout d'un moment... je pense que... ne serait-ce que par convention de comme on fonctionne dans cette société, de ce qui se fait, de ce qui se fait pas... ouais c'est très différent je pense de vivre ça dans le pays de la plante ou de le vivre ici... à bien des niveaux quoi... »

Ouais mais même si on le vit dans le pays de la plante, nous on vient pas de ce pays...

« A un moment moi je peux pas non plus penser que c'est faux. Je me dis mais si cette médecine elle vient soigner ici, c'est parce qu'il y a besoin... ok, mais ça veut pas dire que... ce sera toujours des bonnes personnes qui font ça, ou bien que ce sera toujours la bonne médecine ou que ça se passe toujours juste... par contre c'est super puissant alors quand ça se passe pas bien, ça se passe vraiment pas bien... et ça, ça, sort de l'angélisme, de dire... tu vois... oui c'est une bonne médecine mais... dans l'esprit du milieu, c'est du costaud, c'est pas une solution miracle... Donc est-ce que c'est plus fort ? Ouais sous une certaine forme c'est plus fort... »

Mais juste pour toi dans tes expériences, quelle a été la différence ?

« Mais je peux pas le dire autrement que cette histoire « on est dans le monde du milieu... mais j'aimerais bien réussir à exprimer ce que je veux dire par là... ouais c'est tellement différent quoi... mais les... tout quoi... les coûts sont différents... les informations ne sont pas très différentes je trouve... pour moi, dans mon vécu... après, aussi... j'ai l'impression que c'est pas la même façon d'aborder le travail non plus... cad typiquement si tu prends le l'ayawaska tu fais vraiment un travail sur toi... tu vas te faire confronter ton ego, ça peut être ultra violent quoi... c'est vraiment un travail sur toi... ce qui n'est pas tout à fait vrai non plus parce que des fois c'est arrivé que ce ne soit pas du tout ça quoi... »

« Ouais il y a vraiment ce truc où tu vas être en lien avec l'esprit de la plante quoi... c'est quelque part l'esprit de la plante qui va te faire vivre et montrer des choses quoi... c'est un esprit particulier... c'est pas... c'est pas ton allié... pis tu vas tailler le bout de gras avec... (tu tailles le bout de gras avec ton allié ?)... oh, plein de choses... non mais tu peux discuter, tu peux te poser... tu... t'as aussi un lien sur la durée quoi... un lien... »

Dans ton quotidien, tu fais appel à ton allié

« Non je pense que... qu début de temps en temps je les appelais pis que c'était sympa... et puis après... il faut toujours citer ses maîtres... le but c'est d'être bien ici... si tu passes ton temps à te trimbaler... mais je crois que la vérité c'est pas ça... je crois que la vérité c'est qu'après ils t'accompagnent tout le temps quoi »

Donc là tu dis 2 choses différentes

« Bon ben si je le décris plus... ok tu commences... tu découvres machin truc muche, tu découvres ça... c'est super chouette et tout... et pis périodiquement dans ta journée tout à coup tu fais appel et pis « ouais tu peux venir là... » et pis il y a ce petit moment où ce serait presque tentant de vivre comme ça... t'es là, pis en même temps t'appel l'autre... c'est vraiment plus fun quoi... et pis tout est un petit peu plus... (...) de dire que peut-être à un moment, si le but c'est d'être vraiment là... si je suis vraiment là avec toi pis en même temps j'ai tout ce monde que j'ai appelé et qui se manifeste à droit à gauche... je suis un petit peu en train de ma barrer quand même... et... versus, l'autre version, contradictoire... qui est à un moment, c'est en toi, c'est tout le temps-là, mais il n'y a pas forcément... cette hyper manifestation quoi... cad à un moment ça commence doucement un petit peu juste à te transformer... à être intégré quoi... je sais pas... au fond j'ai pas tellement idée comment ça marche... mais je ne me dirais pas... « j'ai envie de traverser la route... je vais appeler mon allié pour qu'il arrête les voitures... » tu vois... ou bien « je vais me concentrer pour que le feu passe au vert... » Pas maintenant quoi... par contre j'ai besoin d'une place de parc, je la demande quoi... (ah ouais).. ah ouais ! Il faut quand même mieux vivre ici quoi... »

Dans les moments difficiles, tu fais appel pour t'aider (genre un entretien)

« Je sais pas... j'ai l'impression, d'une manière ou d'une autre oui mais pas ce truc genre « je dois faire ma petite cérémonie pour... » Oui, oui, forcément oui... oui... après je pense quand c'est des choses... »

Pourquoi « forcément oui » mais « non » ?

« Voilà c'est comme ça... entre être allumé de la tête ou à moitié barré ailleurs... ou bien il y a qqch qui te tiens vraiment à cœur et qui est vraiment important, peut-être si t'as appris ces choses et pis qu'elles te tiennent à cœur et qu'elles sont importantes pour toi... voilà, tu peux peut-être les mettre ensemble... ouais, c'est un peu ça... et pis, encore une fois... enfin je veux dire... t'as besoin d'une place de parc, tu demandes une place de parc cet si tu l'obtiens, t'es quand même vachement contente quoi... et pis si tu l'obtiens pas tu te dis que c'est pas grave quoi... mais c'est un peu de pas devenir obsédé ou tripé... moi je trouve que c'est un des grands attrait du chamanisme, c'est que c'est quand même vachement ancré... ça rote et ça pète... c'est quand même bien là... et ça je pense que c'est aussi une des raisons pourquoi ça me plaît quoi... »

Bien là, mais en lien avec les autres mondes...

« Ouais mais bon ça pourrait être la définition du chamanisme... »

« Etre en lien ou bien à chaque détour de... de quoi que ce soit, faire une petite prière ou taper le tambour... »

Je t'ai pas demandé ça, je t'ai demandé si t'étais en lien avec eux...

« Ah oui mais je suis en lien avec eux... ah oui, ça oui... j'espère bien quoi... (...) enfin c'est à dire... je pense que c'est comme une amitié ou une relation... ça s'entretiens, ça se développe, ça évolue et ça grandit... »

Et là tu dis que t'es pas barrée ? Rires

« Non je suis pas barrée... non mais je sais pas... non mais barrée, je suis barrée... »

Essaye de me dire la différence quand tu serais barrée ou pas, si tu y fais appel quand tu es en train de discuter avec moi ou pas...

« Par exemple, ça (être à moitié là ou complètement là en même temps qu'être en lien avec)... ou se donner ou croire qu'on a du pouvoir... vouloir... je sais pas ouais... »

T'es en lien mais tu crois pas que t'as du pouvoir grâce à ça ?

« Non, bien sûr que j'en ai... »

Tu n'utilises pas ce pouvoir ?

« Si, si, je l'utilise... »

Essaye de me dire comment ce serait si t'étais barrée ?

« C'est pas une béquille, c'est sans doute une manière de mieux vivre ici. Ce n'est pas une façon de s'en aller d'ici pour mieux vivre ailleurs... voilà... et pis après on a tout dit là... »

Donc ce n'est pas les rejoindre mais les faire venir ?

« Non... non... »

« C'est comme si... tu entres dans une forme de croyance... et que... forcément d'une manière ou d'une autre cette forme de croyance va mettre une limite entre toi et ceux qui n'ont pas cette forme de croyance... pour moi c'est vraiment pas le but... le but c'est qu'il puisse y avoir une ouverture... mieux vivre ici, et pas de me dire... « Ah, au moment où mon chef me parle comme ça, je vais aller chercher mon animal de force et pis ça va mieux se passer... » parce qu'en plus de toutes façons il va venir mon animal de force, tu vois... si tu veux c'est pas le but quoi, le but c'est d'être là... »

Mais pourquoi tu ne le serais pas si tu vas parler à ton chef ?

« Non mais de toutes façons je le laisse... mais je ne vais pas me dire... je vais faire tout un rituel avant d'aller discuter avec mon chef machin... où quelque part là, je me mets dans une forme de croyance où moi je peux faire ça mais pas l'autre... ouais tu mets cette limite entre toi et un autre monde... je sais pas, je trouve que c'est délicat de... »

Qu'est-ce que t'en sais ? Peut-être que ton chef il le fait (de se connecter avec ses alliés)...

« Non mais il le fait... non mais c'est pas ça... mais je pense qu'on le fait tous en fait... je pense que si tu te « plug » un peu, tu vois même avec quel animal il est venu... mais bon... est-ce que tu te concentres sur ce qu'il dit à ce moment-là... alors c'est peut-être pas le but de te concentrer sur ce qu'il dit... mais tu joues... t'es sur plusieurs plan de toutes façons... mais plus ou moins... c'est quoi la différence entre ça et la schizophrénie... plus ou moins... tout ça c'est quand même vachement... c'est pas des définitions... »

Il y en a qui disent que la différence c'est que le mystique il nage et le schizophrène il se noie...

« Alors moi ce que j'ai défini pour la schizophrénie c'est le seuil de souffrance... mais... qqn qui est en pleine crise... ce qu'il voit je peux pas lui dire que c'est faux quoi... mais t'as une histoire de seuil de souffrance... et de capacité de navigation... si je peux naviguer ou pas... bon alors « est-ce que je navigue de façon correcte si chaque fois qu'il m'arrive un truc... je fais appel à tous les autres mondes pour être là avec moi » ou est-ce que j'en fais peut-être un peu trop... peut-être je fais ça dans les situations dangereuses et importantes... ou est-ce que de toutes façons c'est là avec moi ? Puisque ça m'habite... »

Ouais mais si tu n'en tiens pas compte et que tu ne t'en tiens qu'à ce qui se dit, à la raison... est-ce que c'est plus juste ?

« Non... non, non c'est pas plus juste... non, non... pour moi c'était genre par rapport à la question... enregistrée... « ah, quand tu as un truc important, est-ce que tu fais appel.. tu vas te mettre à genoux et allumer une bougie blanche... ? » pis faire appel à tes allies pis « désormais, il ne peut rien t'arriver » ben non quoi... mais par contre que c'est un peu là tout le temps, ouais je pense... mais encore une fois, en réalité je pense que c'est là tout le temps... »

Mais tu peux plus ou moins t'y connecter... ça peut te donner du courage, plus de confiance...

« Oui bien sûr... Mais par exemple... je fais des soins chamaniques... je suis praticienne chamanique... mais je dois avoir une éthique aussi... donc par exemple tu me demandes d'aller regarder un truc... mais je dois aller regarder ce truc là, je dois pas aller regarder les autres... ou bien je peux pas débarquer au milieu de la nuit si tu ne m'as pas invitée... alors le reste il est aussi un peu comme ça... tu peux pas... »

« Je vais à un entretien avec mon chef.. il y a tout ce bordel qui se passe là... et pis après « ah tiens... qu'est-ce que sa mère elle fout là quoi ? » Non.. mais non... (ben non)... alors pourquoi... là je m'arrête... mais je peux aussi m'arrêter un pas avant... ou après... et on m'hospitalise... (rires) Boh... profile pas, profile bas... mais oui bien sûr qu'on est plus nombreux... »

Premier entretien : C8

« L'image qui a eu le plus d'impact par rapport à la notion de chamanisme... c'était lorsque je suis partie faire un voyage au Gabon, il y a quelques années et j'ai participé à des cérémonies. Alors moi-même je n'ai pas pris le bois sacré j'étais juste observatrice. Et à un moment donné dans la cérémonie, à un moment donné il y a... après des heures de trances où les participants prennent le bois sacré, il y a un moment donné, à l'aube, où ils commencent à se peindre le visage... et ils commencent à faire une sorte de danse, où ils commencent à taper des pieds (imitent le rythme sur la table)... et à un moment donné ils prennent un miroir et ils commencent à se peindre le visage. Et il y en a un qui s'est peint le visage tout en blanc. Et il s'est retourné, et il m'a regardé. Et là j'ai vraiment eu... ouais une sorte de... il y a qqch qui s'est passé... vraiment... il m'a regardé vraiment... pis tu vois ses yeux injectés de sang... c'était assez terrifiant... et là bizarrement... je ne suis endormie... je me suis endormie ! Alors je ne sais pas si j'ai fui, je ne sais pas si je suis tombé (?) Mais j'étais sur ma chaise et (imite bruit de chute) j'ai perdu connaissance. Pendant peut-être dix minutes. Pas plus. Quand je me suis réveillée j'étais prise d'une grosse angoisse. Et je me suis dit... c'est bizarre. Il s'est passé qqch. Mais je ne pouvais pas t'expliquer quoi. C'était pas fini la cérémonie. Au milieu de la cérémonie, j'ai décidé de partir... Et en partant je me sentais super fatiguée... il y avait vraiment qqch qui s'est passé. J'arrive à la maison, je dors... Et le lendemain matin quand je me réveille je commence à avoir mal au pied. Je me dis bon, voilà, peut être le voyage... Ca faisait pas deux jours que j'étais arrivée au Gabon. Pis j'ai continué à me dire « ben ça va passer. » Mais au bout de 5 jours j'avais toujours mal au pied. Là dans le village je rencontre qqn qui me dit « faut que tu revienne ce soir, il y a de nouveau une cérémonie ». Et pis je lui dit « non non je peux pas ». Donc là cette fois je parlais donc euh... en pirogue 3 jours et pis j'ai « écoute je peux pas » je suis partie. Et quand je suis revenue, je suis repartie faire une cérémonie. Cette fois ça c'est bien passé. J'ai pas dormi et tout mais je me sentais bizarre. Alors je me suis dit « bon ben c'est la nourriture, le voyage, des êtres là bas... ». Bref, les vacances se terminent, je rentre à la maison après trois semaines. Et quand j'arrive à la maison je commence à faire des rêves bizarres. Et là je vois un petit être blanc. Un petit bonhomme blanc. Euh. Qui était tout le temps sur moi, en moi. Je le voyais vraiment un peu comme euh... un peu comme le pneu Michelin, tu vois ? Mais avec une forme... Pis vachement sympa. Pis il a commencé à se passer des choses bizarres en Suisse. C'était. J'ai commencé à manger une nourriture que je ne mangeais pas... donc le matin petit déjeuner c'était banane, des choses comme ça. Et je me sentais pas bien, j'avais envie de retourner dans la jungle... j'étais vraiment comme ouais.. comment expliquer, un truc euh, qui fait que t'es ré-attirée par là bas et dans ma tête c'était sur qu'il fallait que je retourne là bas ! Et donc j'avais qu'une envie c'était de retourner dans la jungle, dans la nature. Et je passais mes journées vraiment à essayer de comprendre ce qui c'était passé. Et j'arrivais pas à comprendre. Et me rêves c'était toujours avec ce petit bonhomme blanc. »

Moi : Et il était que dans les rêves ?

« Alors au début il était que dans mes rêves. Pis après j'ai commencé à traiter les gens en soins chamaniques et il apparaissait. Il apparaissait. Et ce qui était vraiment bizarre c'est que, par exemple, quand je faisais des soins pour des gens au niveau physique. J'oublierai jamais. J'avais une personne qui était venue de France, qui avait un problème au genou, une dégénérescence des os. Et vraiment je voyais ce petit bonhomme qui sortait de mon ventre et qui sautait dans le genou. Et pis il allait... Il faisait qqch que je gérais pas du tout. Je voyais ce qu'il se passait pendant le traitement mais je pouvais pas te dire ce qu'il c'était parce que j'y avais mis aucune intention. Les choses se passaient. Et à la fin du traitement, je partageais... Pis il me disait « ah c'est drôle, alors j'ai vu un petit truc blanc qui a sauté de votre ventre... » et le gars il me partage exactement ce que j'ai vu... »

« Après j'ai commencé à m'intéresser à... Je me suis dit il y a quand même un lien avec ce Gabon... par rapport à ce petit être blanc... et j'ai commencé à m'intéresser aux Boutis, à leurs cérémonies, et c'est vrai qu'à un moment donné dans les cérémonies, ils se mettent tous en rond autour du feu, les pieds contre le feu. Ils sont assis comme ça. Ils ont leurs pieds comme ça (montre). Et en fait il est dit qu'à un moment donné, du feu naît l'esprit de la nature. Un esprit qui vient et qui possède le chamane, qui va se mettre à danser, à taper des pieds (tape avec ses mains sur la table) pour que l'esprit monte... monte monte monte où il arrive dans la tête et qu'à ce moment là dans la tête avec le miroir, ils se le voient, ils voient l'esprit qui les possède et ils commencent à se peindre. Et moi en fait, ce qui se passe, quand j'ai participé à ça... j'ai dû me faire, je pense posséder par une esprit de la nature. J'avais pas du tout conscience de ce qui s'était passé. Comme je suis partie au milieu de la cérémonie y a une personne qui a pu me dire. Et je suis rentrée en Suisse avec. Et donc je suis restée deux ans à travailler avec lui. Il était totalement

gentil, hein. J'veux dire, j'ai pas du tout eu de problème. Mais je sentais que je n'étais pas moi à 100%. Je sentais qu'il y avait autre chose. »

Et du coup c'était quoi ta relation avec ?

« Alors ma relation avec ben c'était apprendre à le connaître un peu comme si t'as quelqu'un qui vient habiter chez toi et pis ben, il me faut lui dire ok, ouais alors tu cuisines avec, tu voilà... Et je pouvais pas le voir tout le temps. C'était pas quand moi j'avais envie de le voir. Donc des fois il apparaissait dans mes rêves, des fois dans le traitement. Mais ce qu'était sûr c'est que je le sentais tout le temps. Et ça c'était vraiment euh.. voilà... Et il me parlait tout le temps et j'entendais toujours un mot. Un mot que j'ai demandé à qqn au Gabon de me parler « m 'bawe ». Et en fait ça veut dire « Merci ». Et donc cet être vraiment pendant 2-3 ans avant que je retourne, il était là, tout le temps avec moi. Et donc c'est pas vraiment une image, oui c'est une image mais après comment expliquer... si c'est la réalité, pas la réalité comment l'autre à qui je pratiquais les soins... c'était pas le seul. J'ai eu plusieurs cas où ils voyaient ce petit être, où il sentait qu'il y avait qqch. Ou je faisais des rituels que je ne connaissais pas, que j'avais jamais appris. Il y avait des choses qui sortaient de moi mais qui ne m'appartenaient pas et que j'avais jamais appris, étudié... ou que j'ai appris des années après parce que j'ai rencontré après des femmes bouthi qui m'ont dit « oui voilà c'est comme ça que ça se passe ». Elles m'ont confirmé des choses que je n'avais pas du tout apprises... »

« J'aime pas le mot posséder parce que c'est un terme péjoratif alors que c'était.. cohabiter.. je sais pas... je sais pas comment on peut dire tu vois... Mais j'aime pas le mot posséder parce que ça a toujours un esprit négatif alors que pour moi c'était une belle expérience. Mais une expérience qui m'a vraiment transformée dans ma manière de comprendre la nature, dans ma manière de vivre, de me nourrir, où je comprenais plein de choses. »

Pratiquais déjà le chamanisme FSS depuis des années (avec Ulla), mais la manière de s'être mise en contact n'avait rien à voir. Pour me mettre en contact et avoir des images, quand je fais un soin c'est vraiment à travers mon tambour/hochet. Mais là non. J'ai pas eu conscience du monde invisible. J'étais trop prise par la cérémonie. Il s'est passé qqch. Quoi je peux pas te dire. Ca c'est l'expérience la plus marquante... physiquement

L'image pour toi c'était ce petit bonhomme blanc qui t'a accompagné pendant des années et qui est parti après ?

« Après je suis retournée en fait. Je suis retournée au Gabon. Et si tu veux c'est comme si on avait... ben à un moment donné après en fait.. le voyage c'est fait que... je le sentais perdre ses forces.. peut-être moi je n'avais plus rien à apprendre avec lui, peut-être j'avais pas envie. Je peux pas te dire mais à un moment donné je sentais qu'il fallait que je le ramène. Voilà Et je suis retournée le ramener. Et vraiment depuis je suis revenue. Je sais qu'il est plus là. »

Tu as d'autres images ? D'autres personnages qui t'accompagnent ?

→ avec lesquelles je travaille ? oui bien sûr

« Alors la première image en fait, que j'ai eue, qui était une super belle image. C'est quand j'ai fait mon initiation. Et quand on est parti chercher notre animal de force dans le monde d'en bas. Et que là, quand j'ai rencontré cet animal de force. C'était une panthère. Et euh.. elle m'a emmené dans un monde qui était déjà la jungle... Et... ben c'était il y a des années. Et cet animal, c'était cette panthère noire, je suis montée sur son dos, on est parti en haut d'un arbre magnifique où je pouvais voir toute la jungle. C'était une jungle africaine. C'était comme si c'était vraiment les prémisses de ce qui allait se passer plus tard »

Combien d'années avant ? → j'avais 35 ans, c'était 7 ans avant.

« C'était la rencontre de cet animal de force avec qui j'ai travaillé, avec qui je travaille toujours. Il est toujours là. Et à des moments donnés il est toujours là. Tous les jours je suis avec, tous les jours je travaille avec. Je me réveille le matin, ça devient un ami avec qui tu vis. C'est vraiment l'animal. Tu te réveilles le matin, tu sais qu'il est là. Tu peux sentir qu'il tourne autour. Il t'avertit des dangers, il t'avertit de plein de choses.. C'est... Tu vois comme on a ponpon (le lapin sous la table) sous les pieds et pis tobi (le chien) au salon. Et ben c'est pareil. Il est là. Et souvent quand je fais des soins ici, et qu'il y a tobi, quand mon animal, vraiment a des choses à faire, souvent le chien réagit au même moment. C'est drôle. C'est comme si il sent vraiment cette énergie animale. Il y a un truc qui se passe. Mais la vision. Je le vois vraiment bien et je le sens vraiment proche. »

Tu le sens comment ?

« Alors il a une place spécifique aussi. Je travaille avec plusieurs animaux. Donc j'ai une panthère noire, elle est derrière moi, sur ma droite. J'ai un léopard qui est sur ma gauche. Et devant j'ai un vautour du Pérou. Qui est devant. Souvent quand je pars en voyage, soit je pars sur le dos du vautour ou... fin c'est pas un vautour, ça s'appelle un aigle mais il ressemble plus à un vautour. Je travaille beaucoup à faire passer les morts dans une autre monde. Et c'est souvent à l'aide de cet aigle que je travaille. Et cette panthère elle est plus là en protection. Pour éviter qu'il y ait des choses qui viennent et qui se mettent entre. Euh.. comment je la sens.. je la sens un peu comme un chien... »

INTERRUPTION AVEC VOISIN ET CHIEN...

« Alors voilà, la panthère elle est... elle très présente, en fait beaucoup dans ma protection... Et ça a vraiment été ma première rencontre avec mon animal de force. C'était la plus forte. »

Différence : image pour induire, monde d'en bas, la panthère, animal de force puis ce que tu vois sur son dos. Toutes des images, toutes de types différents

« Alors par exemple, le monde d'en bas, au début c'était qqch un peu.. c'était un endroit de mon enfance.. qui est un endroit que je connais bien, où j'ai vécu plein de choses là-bas, qui est dans une forêt au bord d'une rivière. Et au début je me voyais toujours arriver dans cette forêt, arriver près de ce trou pour pouvoir descendre dans le monde d'en bas. Chose qui est devenue de plus en plus courte, et chose qui fait que maintenant j'ai même plus besoin de faire ce chemin là. C'est un chemin qui se fait.. je pense et j'y suis. Je sais pas comment expliquer. »

Et le monde d'en haut ?

« Le monde d'en haut, c'est plus un monde en fait, si tu veux, que j'appelle.. dans mes soins par exemple, à un moment donné où une personne recherche qqch de spécifique, une compréhension.. alors là ils apparaissent. Et si tu veux c'est plus des paroles de

sages, je sais pas comment t'expliquer.. des choses qu'on va me montrer... ouais des paroles de sages. Je travaille beaucoup avec le monde d'en haut quand je fais la psychopompe en fait, quand, si tu veux, j'ai un guide avec qui je travaille vraiment, qui lui aide les âmes à passer dans l'autre monde. Et, c'est le même chemin dans le monde d'en bas, dans le monde d'en haut, dans le sens où j'ai plus besoin de faire... euh.. tout le chemin pour aller dans le monde d'en haut. Cad que.. il s'avère que cette personne je vois qu'elle a un esprit, une âme qu'elle a avec lui qui doit partir... mon guide arrive. C'est même pas moi qui ai besoin d'aller le chercher... l'esprit.. c'est celui-là qui vient. Pour d'autres choses, je travaille aussi beaucoup avec les femmes enceintes, ce sera un autre esprit qui vient. Mais c'est pas moi qui décide à l'avance, c'est pas moi qui les appelle. Si tu veux c'est comme s'ils sont là et qu'ils viennent. Et que c'est eux qui choisissent de venir. Des fois je les ai... je les ai les 4. »

Les 4 ? → les 4 d'en haut.

Quand je te parle d'une image, c'est plutôt monde d'en bas ?

« Peut être que ceux (les esprits du monde d'en) haut j'ai... j'ai depuis, j'ai eu ce lien qui datait de beaucoup plus.. pour moi c'était une évidence. C'était qqch qu'a toujours existé, que j'ai toujours vu et que j'ai toujours senti. Depuis toute petite. Et que c'était... Voilà. Alors on appelle comme tu veux... Ange ou.. je sais pas. Donc pour moi c'était qqch de connu déjà et je les voyais déjà et je les sentais déjà. Maintenant la manière de travailler avec c'était totalement différent. La manière de les accueillir c'était aussi totalement différent. Voilà C'est difficile à expliquer. »

« Par contre le monde d'en bas, c'est vrai que c'est qqch j'étais vraiment étonnée parce que c'était qqch que je connaissais pas... J'avais fait des rêves aussi petites où je voyais souvent une panthère, je voyais souvent les yeux d'un hibou. Mais ça c'est vraiment des souvenirs d'enfance. Et... et le hibou je l'ai jamais revu. Ma panthère ouais. C'est vraiment la première chose qui est apparu. Ouais. Avec le monde d'en haut. Mes guides qui sont venus, surtout celui quand je suis psychopompe. C'était vraiment à un moment donné il est apparu, je savais même pas ce que j'allais faire avec.. quand je l'ai rencontré je savais même pas.. c'est un peu lui qui m'explique les choses.. c'est pas que. Comment dire.. c'est pas par rapport à la situation, je me dis « Ah ben tiens aujourd'hui on va faire ça je vais appeler telle personne... » Pas du tout. C'est .. la personne arrive avec ses besoins, et là il y a mes guides qui viennent. Et c'est eux qui vont choisir, c'est eux qui vont faire le travail. Moi je fais rien. »

Tu sais ce qu'ils font tu vois ?

« Je vois. Il y a une femme guide avec qui je travaille... qui elle travaille beaucoup avec les chants. Ben voilà, je vois pas, je chante. Et je sais que c'est pas moi. »

Tu sais pas ce que t'enlèves, etc ?

« Ah si, alors je sais qu'avec cette femme c'est beaucoup soigner les blessures de l'enfance. Voilà. J'ai aussi différentes tambours, avec lesquels je jongle pendant le traitement où je sens qu'à un moment donné quand qqch a été nettoyé, maintenant je peux touché un autre niveau.. et que ce sera comme.. en changeant de tambour je me relie à une autre énergie. Voilà... »

On a parlé guide, induction, et les visions, qui ont eu un impact personnel. Une vision personnelle ?

« Alors c'était très fort je sais pas si on peut dire une vision ou un rêve. Ce qui était sur c'est qu'avant que je tombe enceinte du dernier de mes fils. (c'est pas avec le tambour ? → non) Je fais un rêve un soir, une nuit.. non mais grave, hein. Je vois une femme, j'oublierai jamais son visage d'ailleurs... avec des cheveux, coupe au carré, jusqu'aux épaules, des cheveux raides, châtains clairs qui vient vers moi et qui me dit « bientôt tu vas avoir une enfant, et cet enfant, il faut que tu saches que quoiqu'il arrive, quoi qu'il advienne, il faut que tu le gardes ! »

Alors j'étais avec un homme, on vivait pas ensemble, il avait déjà trois enfants, moi j'en avais deux... la situation.. mais c'était quelque chose de tellement fort. Je me suis réveillée le matin, je me suis dit « ah mais c'est quoi, c'est quoi cette histoire ?! » Trois mois après, j'apprends que je suis enceinte. Je vais chez mon médecin et je lui dit « non mais c'est pas possible, je sais exactement les dates où j'ovule, je sais exactement... y a pas eu, je vois mon ami que le we.. tomber sur le we ça le fait pas j'ai pas d'ovulation... » Il me fait « ah ouais mais une fois par année il y a des extra ovulations... » bon d'accord, je tombe enceinte ! J'arrive chez le gynéco, pour le deuxième mois... Donc le père lui ne voulait pas d'enfant ! Ca a créé pas mal de tensions entre nous, donc j'ai décidé de me séparer, de le quitter... Et j'avais toujours ce souvenir de « quoiqu'il arrive tu dois le garder » mais je savais pas pourquoi... Après j'étais enceinte, je vais chez mon gynéco. Et là pas de bol, j'apprends que j'ai un cancer... de l'utérus. Il me dit : « Bon ben de toutes façons vous en avez deux grands, c'est bon on l'enlève. » Et pis là j'ai toujours pas oublié la phrase et j'ai dit « Ben non je le garde ». Il me fait mais vous êtes au stade trois, et quand on est enceinte, les cellules se multiplient et donc ça veut dire que vous avez un risque de faire un cancer général et je lui dis « Non j'ai la foi ». Et vraiment.. Et donc je l'ai gardé tout en faisant un traitement ayurvédique. Donc j'étais suivie en Suisse par une femme naturo avec un traitement ayurvédique. Et du stade 4 j'ai touché le stade 4, c'est passé au stade 3. Au milieu de la grossesse c'est passé au stade 2 qui évoluait plus, mais qui descendait plus mais qui restait au stade 2. Donc.. il m'a fait signer décharge, papiers et tout... moi j'avais vraiment la foi.. j'ai jamais oublié son image.. de cette femme.. et elle avait rien d'une sainte, elle avait rien... (d'une madonne... (moi)).. RIEN. Rien mais alors rien qui pouvait me dire, c'est marie ou c'est.. rien du tout. Elle était habillée comme toi et moi. Mais il y avait ce truc. Et donc au bout de 8 mois, je revois mon oncologue qui dit « Bon ben comme quand même c'est risqué... je préfère vous faire accoucher à l'avance... » Mais je lui dit « Ben non, on va aller à terme... y a pas de risque là » ... « oui mais c'est mieux ». Bref. Au lieu de naître à 9 mois, il a pas voulu sortir, donc j'ai du me battre avec les médecins et tout. Il est finalement né à 10 mois. Et à 10 mois, il me fait « bon, en même temps on va vous opérer... » Je lui dis « ouais mais si on m'opère maintenant ça veut dire que je peux pas l'allaiter. » Il me fait « non ». Pis j'avais toujours cette foi, mais j'ai... En fait ce qui s'est passé c'est que j'avais la foi totale.. à aucun moment j'ai eu un doute. Pour moi c'était clair. C'est que si on m'avait dit ça c'est que c'était juste et qu'à aucun moment il fallait que l'enlève.. Mais c'était comme si le monde entier s'était mis contre moi et voulait vraiment que je l'enlève cet enfant. C'était hallucinant.. Et j'ai décidé de le garder. Et donc j'ai pu l'allaiter 3 mois et demi. 3 mois et demi après, là je me suis fait opérer et pis tout à bien été donc voilà, aujourd'hui il a 13 ans, il est en pleine forme. (Et toi aussi ?!) Et moi aussi (et donc le cancer...) Ah, il était descendu au stade 2, je me suis fais traiter et puis c'est parti. Et donc l'oncologue il veut plus jamais me voir, il y croyait pas. Et je lui disais depuis le début « ouais mais il faut avoir la foi, il y a des choses qui existent, regarder en médecine chinoise ils disent que la naissance ça purifie, ça nettoie » Il voulait rien entendre. Et j'étais plutôt très ouverte spirituellement, mais j'étais pas encore dans le chamanisme, j'étais pas encore dans tout ça. Et suite à cette naissance, donc il y a eu qqch qui s'est passé, j'ai vraiment senti. Ou j'ai commencé à avoir une vision très claire du monde d'en haut, j'ai commencé à voir les esprits, j'ai commencé à vraiment être proche du monde d'en haut. C'est pour ça que je te dis. Il y a vraiment

eu qqch qui s'est ouvert à ce moment là. C'était dingue... ouais. Et là, à partir de ce moment-là, ma vie a changé. Je suis partie dans la spiritualité, je suis partie dans le chamanisme, j'étais trader avant. J'ai changé ma vie, tac, comme ça. (Impressionnant) Ouais.

Et c'est ce que je me dis aujourd'hui, 13 ans après « Est ce qui si aujourd'hui ça m'arrivait, j'aurais cette foi totale que j'avais ? » Je crois pas. (Ah ouais, c'est fou...) C'est dingue, hein. Ouais. C'est drôle, hein. Je crois pas dans le sens. J'étais portée Il y avait qqch qui fait que j'étais portée, j'étais soutenue, que je voyais tout ce qui se passait. J'ai eu des visions. C'était vraiment une période pour moi hallucinante. Je voyais des choses qui se passaient autour. J'avais vraiment des trucs dingos qui se passaient. Et je pense que si je l'avais pas fait, je me serais pas écoutée au niveau de mon âme, il y aurait eu qqch qui serait parti dans un autre, un autre sens.. sombre.. ou j'aurais peut-être pas pu m'envoler comme ça. Je sais pas. »

Pis t'as pas eu peur ? → pas une minute.

Même l'oncologue me disait que j'étais une criminelle que j'avais déjà 2 enfants.

« Il essayait de me balancer plein de choses négatives qui ne m'appartenaient pas... »

Cette vision, la plus importante, t'en as eu des comme ça avec le tambour, pour toi ? → oui bien sûr

« Si tu veux quand je commence à moi recevoir des soins avec mon tambour où je commence à me dire, attends occupe-toi de toi, nanana... J'ai toujours des réponses. Je demande des choses et c'est toujours très clair. Mais en même temps c'est toujours très clair dans le sens où je sais pas où ça va me mener... mais sur le moment... étant donné que j'ai quand même vécu ces expériences passées qui font que... avec le recul j'ai vu que ça m'avait apporté qqch... eh ben, du coup, j'ai une foi, où je me dis ça me coûte rien d'essayer. Et je le fais et ça s'avère toujours positif. »

Tu serais d'accord de me raconter une vision avec pratique du tambour ?

→ il faut que je m'en souviene... (difficile de trouver, c'est souvent comme ça, jamais évident...) Il y en a une mais je peux pas te le dire, il est aussi chamane et gens en commun...

« Alors c'était à un moment, si tu veux où je me sentais vraiment très déconnectée de moi... Et je me suis dit, comment je peux me reconnecter à moi. C'était à un moment donné où on a, en haut justement où j'étais avec mon ex-mari, on travaillait énormément, je me suis vraiment éloignée de tout ça, et je me sentais déconnectée de moi, du monde spirituel. C'est comme s'il n'y avait plus la connexion, il y avait qqch qui s'est coupé, qqch qui s'est cassé. Et j'arrivais plus à me reconnecter à moi. Et donc quand j'ai pris mon tambour.. et j'ai décidé avant de penser à prendre mon tambour, à faire une marche, je suis partie faire une marche de 2 jours dans la nature. Et je me suis dit, avec la nature, là je vais me reconnecter à moi. Ça c'est vraiment être dans le monde du milieu. J'avais choisi ce moyen là parce que je trouvais que je m'étais déconnectée de mon corps, déconnectée de mon être total. Et après cette marche de deux jours, j'ai réalisé qu'il manquait une part de moi mais j'arrivais pas à dire laquelle. Donc j'ai commencé à prendre mon tambour et à tambouriner... Ça a duré plusieurs jours avant la reconnexion. Ça a duré peut-être 4-5 jours. Donc au début il y avait pas de réponses et tout. Et à un moment donné, j'ai vraiment pu voir en moi, à l'intérieur de moi, un vase. Un vase rouge, tout cassé en mille morceaux. Un vase qui était... Ouais tu sais comme cette terre argileuse mais avec cette vieille teinture de chine. Pis c'est là où je me suis dit : « qu'est ce que ça représente ce vase en moi, qui est tout cassé, et comment je peux faire que je me reconnecte à moi ? » C'était vraiment ma question... et pis là j'ai vu.. qu'il fallait que je parte. J'ai vraiment vu un voyage. Il fallait que je parte, il fallait que j'aie me reconstruire, que je reconstruise ce vase intérieur. Et c'est là que j'ai décidé de partir en Inde et d'aller faire un traitement ayurvédique dans une clinique. Et là, à ce moment-là, quand j'étais en Inde.. j'avais pas pris mon tambour, mais par contre j'avais pris un hochet. Et là, tous les jours, pendant quelques heures, j'avais ces images justement, où je voyais ce vase cassé.. d'abord il a commencé par disparaître, se nettoyer, où il y avait le grand vide. Et après j'ai vu comme un vase de cristal remonter et se reconstruire en moi. Et là j'ai su que la reconstruction était en train de se faire. Et donc tous les jours.. j'ai travaillé pendant 15 jours... de cette manière.. et tous les jours.. c'était bizarre, c'est comme si l'image s'arrêtait... je m'arrêtais, je vivais ma vie, j'allais manger, je recevais mes soins, j'allais me promener. Et quand je recommençais le soir où le lendemain matin, c'était exactement sur l'arrêt image. Comme si une vidéo cassette avait fait pause et que je rappuyais dessus et que ça continuais le film. C'était vraiment intéressant.. Jusqu'au jour où j'ai vu que ce vase est devenu un canal et qu'à travers ce canal y a vraiment la lumière qu'est revenue et que j'ai pu me reconnecter en haut, en bas et.. en moi. Et ça c'était aussi qqch de très fort, c'était aussi par rapport à ma santé... »

« Quand j'ai... j'ai aussi... fais des voyages... avec mon ex-mari, chamaniques.. pour savoir... on était partis en Australie. On voulait s'installer en Australie et la question c'était « est-ce qu'on va trouver là-bas qqch ? » Et j'ai vraiment eu la vision de l'endroit, j'ai vraiment vu l'image de la maison qu'on allait avoir. C'était drôle. J'étais de l'extérieur. J'ai vraiment vu un champ. J'ai vu de l'herbe, comme un jardin anglais. J'ai vu des murs blancs. J'ai vu des arcades. J'ai vu les fenêtres et on est partis en voyage en Australie et chaque fois on allait visiter des choses. Pis chaque fois j'étais là...non mais c'est pas ça, pis ça nous convenait jamais. Pis ce qui était bizarre, c'est qu'au bout de 4 mois on est rentrés en Suisse et quand on est rentré en Suisse, mon mari il a postuler pour travailler au château de Prangins. Quand je suis arrivée, j'étais là, « mais c'est dingue, quoi on est partis en Australie et c'était là » J'avais le jardin anglais, j'avais les champs derrière et quand on est arrivés le château, c'était vraiment ces arcades. Et j'avais vu ça quoi c'était hallucinant. Alors qu'on est partis faire le tour de l'Australie pour trouver ça. Et voilà, et on a été là bas, c'était dingue. »

Vous êtes restés longtemps ? → il a travaillé dans le château 5 ans.

« Ca c'était aussi une image, c'était tellement clair. Et j'étais là » mais non on a fait le tour du monde et c'était là ».

Pis ça a marché, il a été engagé ?

« Tout de suite ! Je veux dire, il y avait 50 personnes, il l'a tout de suite eu. Voilà. Tout de suite il l'a eu. Tout de suite ça s'est fait. C'était dingue. »

L'analyse, tu la faisais en continuant à voyager, en réfléchissant aux symboles ?

« Alors, non parce qu'au début je comprenais rien. Quand tu vois une sorte poterie cassée dans le ventre, t'es là.. t'as beau essayé de réfléchir... avec une peinture rouge ! Pour moi c'était vraiment un vieux vase chinois qui était cassé. Et me dire, un vieux vase chinois ça me ramène à quoi ? Tu vois... alors quand j'essayais mentalement d'analyser, ça voulait rien dire... mais alors absolument rien dire... Quand après, je laissais simplement passer ces images, et que je les visualisais simplement... J'observais. J'étais observatrice de ce qui se passait... Et ben je voyais qu'il y avait qqch qui se reconstruisait. Un vase transparent, épais, en

crystal, qui est devenu une toute autre forme, qui était assez, comme plus... un tuyeau.. c'était un vase tuyeau. Et puis après il a carrément grandi jusqu'à ma tête, il s'est pas arrêté simplement dans le ventre. Et que là, à un moment donné il y a une lumière qui a traversé ce vase. Alors voilà c'était tous les jours j'observais, mais j'analysais pas. Je me souvenais exactement de ce qui s'était passé avant, parce que chaque fois que je m'arrêtais ça recommençait au moment où je m'étais arrêté. C'est pas que j'avais une autre image qui est apparue.. c'était vraiment la suite du film... ça c'est vrai, c'était intéressant. »

Ca t'as permis de te reconstruire ?

« Ben en fait c'est comme si je sentais qu'au niveau énergétique les choses étaient en train de se reconstruire à l'intérieur de moi. Je sentais que je me rouvrais. Je sentais que les choses étaient en train de pouvoir recirculer. »

Impression que c'était important d'accompagner avec la visualisation où ça ce serait fait de toutes façons ?

« Non je pense que le fait d'accompagner augmentait la conscience que j'avais de cette déconnexion. En fait je pense que si j'avais pas eu cette conscience, j'aurais pu partir en dépression ou.. voilà.. Ce qui était le résultat de ce vase cassé sans avoir la conscience de ce qui se passe. Et alors j'aurais pu prendre des médicaments ou recevoir exactement les mêmes soins et me reconstruire.. mais je pense pas que j'aurais pu avoir cette conscience de la transformation qui s'est passé intérieurement. Et que le fait de visualiser tous les jours ces petits morceaux font que, à un moment donné, j'ai pu voir qu'il y avait une nouvelle construction... comment expliquer... j'ai pu voir que cette nouvelle construction était qqch de solide qui allait tenir le coup en moi. Et quand vraiment j'ai senti cette lumière, à la fin, j'ai vraiment vu cette lumière traverser ce canal. J'ai su que j'étais de nouveau reconnectée à là en haut et en bas. »

Il y a combien de temps ? → Il y a 2 ans

« Et du coup je suis retournée plusieurs fois, là-bas, en Inde. Et chaque fois que je retournais là-bas. Ben après c'était bon. J'ai plus jamais revu ce vase. J'ai plus jamais revu ça. Ici j'ai beau essayé de faire... la transformation s'est faite. Il y a plus lieu de s'accrocher à ça. C'est fait. Tu vois. Et c'est qqch qui a été nettoyé, transformé. Et c'est fait. Voilà. Après j'ai eu d'autres choses. D'autres voyages. »

D'autres voyages ? → d'autres images.

« (...) des fois simplement je tape le tambour, je demande rien et je reçois des images... Je ne demande rien du tout. Alors quand tu pars avec une intention claire, te reçois un message clair.. mais des fois je demandais rien et je recevais des images... et voilà.. et ça te nourrit comme ça mais tu t'en souviens pas forcément.. tu vois c'est comme tes rêves... sur le moment ça peut te nourrir.. si tu t'en souviens le matin tu te dis « ah ouais, j'ai vécu ça, ça, ça... c'était beau.. » Pis voilà ! Ca t'as nourri sur le moment mais tu portes pas plus d'attention. Ce vase pour moi c'était qqch de puissant qui représentait vraiment une reconnexion spirituelle que je m'étais perdue. Ouais. Maintenant je fais des rêves, des images si tu veux.. qui sont vraiment.. des fois je ris moi-même.. des fois je fais du tambour et je rigole et là je me dis « c'est pas possible ». J'avais Pauline qui était là. Et pis tu sais Pauline, elle était un train de préparer un... (Ca faut peut être pas dire parce qu'il y avait justement de la huatchuma(?) du san pedro..)

...

Et ben elle était ici, il y avait les mexicains qui étaient là., et pis, simplement leur énergie.. avoir l'awatchuma chez moi, j'ai fait des voyages... mais c'était tellement drôle.. j'étais par exemple... et j'ai pas pris tu vois.. pour dire que t'es pas obligé de prendre de la substance pour la ressentir... c'est à dire que j'ai rien pris (j'en ai déjà pris, mais je veux dire à ce moment-là je n'en ai pas pris) mais le fait d'avoir la plante chez moi, m'a fait repartir dans cette énergie-là. Donc.. j'étais dans une forêt, de nouveau la jungle, mais là il y avait une clairière. Et là il y avait un lac suspendu pis c'était vachement joli.. tu vois le lac il était pas très épais.. c'était pas très dangereux mais on pouvait vraiment plonger dans ce lac... et pis pas être mouillé.. c'était nickel.. pas se noyer, enfin tout était beau, tout était rose.. Il y avait les animaux de la jungle. Alors ma panthère elle était là mais elle était en panthère dans Mowgli ! Tu vois, en BD. Il y avait tout mes animaux qui était là mais en BD. Tu vois c'est presque sous substance mais c pas sous substance. Et ça m'a carrément coupée mon voyage. Mais c'est pas possible. Pauline elle a du me cuisiner un truc et m'en mettre. Tu vois. C'était drôle. Voilà ça c'était des images drôles. Pour dire il y a pas que des trucs sérieux, machin.. qu'au contraire parfois c'est carrément walt disney.. On peut vivre des trucs vraiment walt disney des fois »

Avec substance ? différence de qualité, d'impact sur ta vie ? Intérêt ou non ?

« Alors une fois j'ai fait une expérience, c'était magnifique aussi, c'était avec des champignons hallucinogènes.. en fait non c'était des amanites. Et j'ai pu vivre vraiment, j'ai été, sous champi, j'ai été, la naissance d'une abeille. J'étais l'abeille qui naissait et qui sortait, et qui déployait ses ailes. Et j'ai pu vivre, si tu veux vraiment, j'ai pu être l'abeille.. ressentir la naissance de l'abeille quand elle commence à déployer ses ailes, quand elle s'envole, voir ce qu'elle voit. C'est intéressant. En fait elle voit que des couleurs, elle voit pas des formes et que t'es attiré par des couleurs et pas par des formes. Donc c'était super intéressant. Ce que ça m'a apporté, rien ! Une expérience qu'aujourd'hui quand je vois une abeille, je peux la comprendre.. mais c'est pas qqch qui m'a apporté. C'est qqch qui me resserre. Et quand je vois l'abeille. Ben je vais pas tuer une abeille, je vais l'aider à sortir de chez moi.. Si j'observe l'abeille je peux imaginer ce qu'elle peut observer.. voilà... tu vois ce que je veux dire.. C'est pas qqch qui va faire que ça change ma vie.. personnellement.. mais c'est qqch qui fait que je peux comprendre une abeille... Voilà. »

Et de pouvoir comprendre une abeille ça t'apporte quoi ?

« Ben alors j'ai pas du tout mis d'intention quand j'ai pris ça. C'est comme ça c'est apparu. Et comprendre ce que peut voir une abeille ? C'est un peu comme si tu regardes un reportage et pis que tu vois la vie des ours et que tu peux comprendre comment l'ours vit, c'est un peu autodidacte mais carrément tu es l'abeille.. Et pis on te donne toutes les informations, toutes les sensations et du coup tu restes.. ouais t'es plus dans l'empathie et le respect de l'abeille.. Tu dis wouah.. quel voyage ! Ouais voilà ! Mais ça va pas changer ma vie. »

Par contre la panthère, dans ta vie de tous les jours elle t'apporte quoi ?

« Alors par exemple, si tu veux, les seules fois où vraiment, je la sens vraiment.. parce qu'elle est derrière moi.. je ressens juste. En ce moment-là elle est couchée, elle est apaisée.. Quand il y a des choses où il y a un danger. Je la vois qui commence à tourner autour de moi et se mettre à rugir. Dans les soins pareils. Des fois, si tu veux ça se transforme où ma panthère, elle est.. je deviens la panthère.. elle est tellement proche de moi que je suis carrément la panthère.. »

Ca c'est dans les soins mais dans la vie quotidienne ?

« Non je suis jamais devenue une panthère dans la vie quotidienne ! Par contre je la sens quand elle est nerveuse, où qu'il y a qqch qui approche.. et je la sens vraiment... et là je m'arrête et j'essaye de comprendre ce qui se passe.. et je me dis « ben voilà, il y a qqch en ce moment qui joue pas ». C'est qqch qui m'avertit.. de quoi je sais pas.. tu vois je veux dire.. mais il y a qqch qui se passe qui est pas juste, qui est pas.. et pis alors je fais un petit nettoyage. Ou alors je prends 5 min pour essayer de sentir ce qui se passe et voilà. »

Tu dialogues avec ?

« Ouais si tu veux, de tête à tête... Je parle à mon chien. Je parles pas à ma panthère « oh ben viens on va aller se promener ». Tu vois. Par contre je la sens, elle est dans mon énergie et je la sens. Voilà. Ouais. »

« Tu fais pas lire ça par un psychiatre... »

« Voilà ça reste un cercle restreint avec qui on peut partager ça. »

« C'es pas qqch que tu peux.. même en soin, tu vas pas pouvoir partager certaines choses avec certaines personnes qui viennent simplement recevoir un soin. Si eux ils ont envie à rencontrer leur animal petit à petit voilà. »

« Mais là par exemple c'était tellement beau. La semaine passée j'ai eu un business man. Mais vraiment le gars business man et tout.. et il m'a dit : « J'aimerais aller chercher mon animal de force.. » J'ai dit, ok. Il avait juste reçu un soin chamanique. Le gars il y connaît que dalle.. Et donc il va chercher son animal et il a une énorme araignée qui est sortie comme son animal de force. Pausée sur son épaule. Je veux dire lui il m'aurait dit ça. Ça c'est qqch. Et il l'a tellement bien vue. Et il est parti en pleurs. Le fait de recevoir une araignée. Je veux dire, moi je reçois une araignée, je pars en courant. Mais lui, il est parti en pleurs, parce que ça lui a amené de la tendresse, de la douceur.. Tout ce qu'il avait pas. Il pleurait parce qu'il m'expliquait : « Je sens cette grosse araignée sur mon épaule avec ses poils qui me touche et c'est presque un massage » Et en fait, il venait de me dire qu'avec sa femme ça n'allait plus depuis des années, qu'ils n'avaient plus de contact physique.. et cette araignée ça lui amenait ça. Et c'est aussi l'araignée qui tissait des liens dans son nouveau job.. et je trouvais tellement beau le cadeau de... juste aller chercher cet animal-là. Pour lui. Parce qu'il est parti, et j'ai senti qu'il avait reparté plein. Et il m'a envoyé 36'000 messages la semaine d'après en me disant que c'était le plus beau cadeau qu'il avait pu vivre que de recevoir.. une araignée... alors que si moi j'avais du interpréter son truc, ça m'aurait fait « gloups ». Et c'était juste beau de sentir que voilà.. il y a ça. »

Ce que tu me dis c'est tu peux pas interpréter, que les symboles ils sont différents pour chacun... ?

« Ils sont différents par rapport au vécu, par rapport au ressenti, par rapport à ce que la personne elle est en train de vivre.. son araignée qu'est là sur son épaule..

voilà.. pour lui ça lui a rappelé d'être soutenu épaulé, d'avoir cette araignée avec ses pattes, ça lui représentait une main qui était posée sur lui, ça lui représentait le contact, la douceur, tout plein de chose que si on va lire sur internet, l'araignée dans le symbole de l'animal de force.. ça représente rien de tout ça. Rien de tout ça. Mais lui, vraiment cette sensibilité qu'il a pu me sortir. Pis vraiment, on ne s'attend pas d'un gros homme comme ça, avec le mental tellement rempli... qu'il puisse connecter à une énergie pareille c'était magique.. pour moi c'était vraiment.. ben t'es vraiment obligé de rester humble à chaque fois.. et pas vouloir entrer dans le mental et laisser vraiment la personne... sentir ! Ouais. »

La vision comparée aux autres sens ?

« Alors pour moi la vision, est un sens très développé et très important. Comme je te dis, depuis longtemps, j'ai des visions même sans faire du chamanisme. Mais le fait d'avoir cette vision claire. Pour moi elle m'apaise énormément. C'est un peu comme avoir la lumière... ouais.. être dans une maison et avoir la lumière allumée. Et c'est vraiment ce qui s'est passé quand ce vase était cassé j'avais plus

ces visions aussi claires.. c'était un peu comme si en fait cette lumière, qu'est la vision, elle était éteinte, elle était faible, affaiblie. Du coup j'avais plus la vision claire mais mes idées claires. J'avais plus les idées claires parce que j'avais plus les visions claires. Pour moi c'est très proche. Et donc depuis, pour moi c'est très important de pouvoir partager ça avec mon ami, de pouvoir le vivre avec lui. C'est une part importante de ma vie. De pouvoir partager nos visions et d'être les deux dans ces visions-là. Je pourrais pas être avec un homme qui n'a pas ça. Je pourrais pas vivre ma vie et partager ma vie. Je vais au travail, je fais mon travail en tant que thérapeute et soins chamaniques et je rentre à la maison et tout ça je laisse de côté. C'est qqch qui fait partie intégrante de ma vie. »

« J'ai rarement fait un voyage qui était pas juste. Fin je veux dire parce que c'est pas tout le temps moi qui interprète.. à moins que la personne elle ait absolument rien vu.. alors là je partage vraiment ma vision. Mais il y a des moments donnés elle vit sa vision, elle partage sa vision. Et c'est bon. J'ai même pas à dire quoi que ce soit. Au contraire. Mais quand la personne vient faire une recherche et qu'elle un peu comme moi à la base quand j'avais ce vase cassé, et qu'il y a plus rien qui circule, qu'il y a plus rien qui se connecte. Et qu'elle est juste dans ce noir, ce flou. Alors je pense que c'est important que la vision du chamane l'aide à revoir et à se reconnecter à cette clarté. Mais souvent quand la personne a une vision claire je vais même pas rentrer en matière. Car pour moi le travail il est fait. A sa manière à elle. Et le fait de moi rentrer dans sa vision à elle, ferait que.. elle va se mettre dans un mental ou elle va essayer de comprendre qqch alors qu'elle était dans un autre niveau. Elle était dans un niveau où elle a vu, elle a ressenti et elle a pu exprimer, expliquer ce qu'elle a vu. Et si moi là-dessus je viens et je lui dis alors moi j'ai vu ça, j'ai vu ça c'est lui imposer ma vision qui synonyme de mes archétypes, mes ressentis et ma traduction. Ce qui serait pas juste pour elle. »

Pas interpréter mais comment accompagner pour faire qqch de cette vision.

T'as une vision.. et pis quoi ?

« Peut être juste ce qui s'est passé, ça a eu son effet guérissant qui fait qu'on n'a même pas besoin d'en rajouter. Qu'elle a reçu à ce moment-là ce qu'elle devait recevoir et stop et qu'après moi j'ai.. ben voilà par exemple ce business man il est venu il y a 7 ans pour la première fois. Il y a 7 ans il est venu recevoir un soin. Et 7 ans après c'est la petite graine qui a poussé qui a poussé... qui est venu et qui m'a dit.. je pense à vous depuis une semaine et je me suis dit il faut que je vienne refaire chez vous un soin. Et voilà et 7 ans après. C'était... à ce moment-là il a reçu qqch, je pourrais même plus te dire ce que c'était il y a 7 ans. Et 7 ans après il s'est dit « C'est ça qu'il faut que je reconnecte. » Mais à ce moment-là il était peut-être pas prêt d'en faire qqch. Ou peut-être que ça s'est fait pendant ces 7 ans. Ce qui est sûr c'est que là quand il a accueilli son araignée, il était prêt. Il a fait plein d'autres trucs entre 2 pour revenir 7 ans après à ça. »

« Donc la vision. Il y des gens qui n'ont pas du tout de vision dans le sens où ils ont que du ressenti. Et qui peuvent guider les gens très bien qu'avec du ressenti. Moi j'ai une collègue avec qui je travaille.. alors elle fait pas du chamanisme... elle fait plein d'autres techniques.. elle fait aussi du chamanisme de temps en temps avec moi. Elle n'a aucune vision. Par contre elle est très clair dans ce qu'elle entend, elle reçoit et ce qu'elle peut aider la personne. Elle va guider la personne et l'aider par rapport à du ressenti et par rapport à ce qu'elle entend qui est très clair. »

Vison claire = idée claire.

« En tout cas moi j'aurais pas eu la vision, je sais pas si j'aurais percé la dedans. Parce que étant donné que je suis qqn de très cartésien. Il faut voir pour croire. Donc vraiment la première fois où j'ai vu. J'ai dit « non mais c'est pas possible ». Et pourtant je veux dire je suis super ouverte mais je suis très cartésienne. On me parle de guérisseurs philippins, je dirai attention. Je suis pas qqn qui saute dans tout. Au contraire je veux dire, je suis super enracinée. Et il faut beaucoup pour que je croche et que j'y croie. Je suis plus « attention » même la méditation, les gourous les machins, j'y crois pas à tout ça. Je me dis « mais pourquoi avoir besoin d'un gourou pour se connecter alors qu'on peut se connecter directement ». Pourquoi faire de l'enseignement alors que, moi j'apprends plein de chose seule, comme je t'ai dit. Dans le sens où je me connecte à mes guides et ils me disent « fais comme ça, tu fais comme ça, tu fais ci, tu fais ça, et voilà ». Après c'est la confiance en soi est-ce que tu.. Mais parce que je les vois et pis pour moi c'est super clair et quand je le fais c'est juste sur le moment et je ne me pose même pas la question. Quand je vois arriver mes guides pendant les soins et que je vois ce qui se passe et ce qu'ils font.. des fois je touche même pas la personne, c'est juste au tambour et je vois tout ce qui se passe, le soin tout ce qui se fait. Au moment du partage, la personne elle me dit exactement ce qu'elle a vu, il y a des personnes très sensibles. « Ah ben j'ai vu ça, j'ai vu ça, j'ai vu ça... » C'est ce qui a été fait. Et j'ai pas bougé. Donc.. ouais.. »

Archétypes, ta définition ? Tu l'as appris où → je sais pas

« Pour moi, quand j'ai une image, par exemple quand j'ai une de mes guides qui vient et qui travaille beaucoup avec le cœur, l'énergie de l'amour, l'énergie du cœur... je vais savoir que ce guide-là dans l'archétype ça représenterait Marie la Sainte. Mais comme j'ai pas d'image que ce soit catho, bouddhiste, ou comme ça...

et que j'ai pas envie de mettre justement une image qui définit une religion ou un archétype justement bien clair, je la vois comme une femme lumineuse qui a le cœur ouvert. Après on peut dire « c'est Marie, c'est... » Je sais pas comment elle s'appelle, la mère de Mohamed.. enfin je connais pas tout ça.. ce qui est sur c'est cette énergie là. Et que je vais utiliser (c'est une énergie ? ouais) Pour moi c'est une énergie qu'on attribue à qqch de matériel alors que... si tu veux on étiquette qqch et moi j'essaye d'enlever les étiquettes. Parce que plus tu étiquettes qqch et plus tu deviens fermé dans un truc et plus tu te mets du mental et moins tu t'ouvres à tout ce que tu peux recevoir. Et l'archétypes, ben voilà, c'est, comme je disais, par exemple quand j'ai une image j'essaye justement de pas rentrer dedans pour ne pas bloquer l'autre qui lui sera peut-être musulman.. et si je lui parle de Marie, il va peut-être se vexer. Tu vois ? Maintenant, Marie, en gros, ça représente, l'énergie d'amour, l'énergie de la mère.. l'énergie.. voilà.. mais sans dire qu'elle s'appelle Marie, je dis un truc comme ça hein... ce qui pourrait faire que l'autre dit « ouais ça y est l'autre elle connecte avec Marie, bientôt on va voir Jésus... » Tu vois. Donc voilà, pour moi c'est vraiment l'énergie de l'amour, l'énergie de la mère, l'énergie de.. (que les chrétiens attribuent à Marie → mais pour toi c'est l'énergie ou c Marie ?) Non pour moi l'archétype ce serait justement dire que c'est Marie alors que je ressens cette énergie. Et donc c'est pour ça que j'essaye pas d'imposer mes archétypes et que je dis juste une énergie. Alors maintenant si je vois une araignée, je vais définir... ben je peux pas dire aux gars.. ben un animal poilu avec des pattes.. je serai quand même obligée de l'étiqueter comme une araignée... je vais pas essayer de définir l'araignée... Ca c l'autre qui va essayer de définir... et je vais le mener à ça.. Je vais dire « ben vous en ressentant cette araignée, qu'est-ce que vous ressentez ? » Et là il va me dire « ben je sens comme une main, en fait c'est une main, et pis elle descend là, elle se pose sur mon cœur ». Et donc c'est lui qui va s'ouvrir. Alors que si j'avais défini l'araignée, ce qu'elle représente. Ça fermait tout notre travail. »

Tu demandes ?

« D'abord je lui dit, je lui demande l'endroit qu'il essaye de situer où est-ce qu'elle est posée cette araignée, est-ce qu'elle est devant, est-ce qu'elle est derrière, est-ce qu'elle a un espace. »

C'est lui qui l'a vue ? Oui → Mais des fois c toi ? Oui des fois y a des gens ils disent « j'ai rien vu » « Alors là j'essaye de développer : « est-ce que vous avez senti qqch ? » « oui alors j'ai senti qqch de dos » « est-ce que vous avez senti si c chaud ou froid ? » Tu vois j'essaye vraiment de les développer dans leur ressenti, dans leur sens. Pour que ce soit qqch que eux attribuent et pas moi. C'est facile aussi de prendre qqch et de le coller sur la personne et ça leur appartient pas du tout. Et ça il faut faire attention aussi. Parce que c'est facile. Tu prends ton truc à toi, pis en fait c'est ta merde à toi et pis tu la colles à l'autre. Et l'autre «ouais mais non j'ai pas vécu comme ça.. » C'est pour ça qu'il faut être vraiment clair. »

Tu demandes par exemple pour l'araignée « où elle est » ?

« Où elle se situe, où elle est placée, tu vois ? Par exemple moi, ma panthère elle est derrière. Qu'est-ce qu'elle fait ? Est-ce qu'il arrive à communiquer avec où est-ce que c'est.. est-ce que l'araignée lui a parlé est-ce que.. j'essaye vraiment qu'il puisse essayer de s'approcher comme.. tu vois... comme ton lapin, comme ton chien.. tu apprends à le connaître. Au début tu le regardes tu fais attention avec.. tu sais pas s'il a des réactions bizarres. Moi au début où j'ai eu mon chien, pendant qq jours on s'est juste regarder comme deux animaux, j'avais la peur de lui.. je savais pas s'il allait me bouffer, pas me bouffer.. on a essayé de s'apprivoiser, on a essayé de rentrer en communication. Et pis après c'était clair. Et ben c'est un peu pareil ton animal de force. Et la personne qui le découvre, ben j'essaye de lui apprendre ça. A découvrir.. cet animal, et comment il va l'utiliser.. »

« Alors le fait de lui apprendre à s'approcher de cet animal et de lui demander ce qu'il ressent... fait que tu vas dans l'autre étape qui fait que à un moment donné il a pu me dire « mais je sens vraiment comme de la douceur, comme une main et pis qui m'apaise le cœur. » Et c'est là qu'il est parti en larme et pis il m'a expliqué que dans sa vie de couple ça allait pas qu'il avait plus de lien avec sa femme. Et il sentait que cette araignée c'est comme si elle lui apportait ce manque-là. »

Qu'est ce que cette pratique t'a apportée de manière générale ?

« Je pense que quand j'utilise pas ça, quand j'essaye de faire autre chose, parce que j'essaye souvent de faire autre chose, ça marche pas, je me perds. C'est vraiment une part de moi qui est tellement forte que je peux pas la renier. Et quand j'essaye de la renier et que j'essaye de rentrer dans autre chose, que j'essaye, comme j'ai essayé d'être trader, comme j'ai essayé de faire plein de chose.. ben je me perds moi.. ce vase cassé.. et quand je reconnecte à ça.. je vois que je suis bien, des choses arrivent, et que je suis en santé, et que je fais des rêves posés, et que je me sens bien, quoi, en équilibre avec moi. Et quand j'ai pas ça, je suis stressée.. je

suis pas heureuse. Alors je dis pas que t'es millionnaire. Parce qu'en tant que trader t'as des sous mais t'es pas heureux. Et en tant que chamane t'en as peut-être moins, mais t'es tellement bien. T'es en accord avec toi, avec ton être profond. Et c'est cette relation je veux dire.. tu peux pas.. j'arrive pas à ne pas être en accord avec moi.. faire semblant.. j'aimerais bien mais j'arrive pas.. ouais. »

Qu'est-ce qui te permet de te sentir vraiment toi, t'arrives à dire ?

« Je pense que je suis en accord avec tous mes sens... avec mon corps, avec mon âme et mon esprit. Être l'être plein.

TROISIEME ENTRETIEN

Troisième entretien : J1

« Parce que l'objectif et l'intention du travail en général, ça me paraît de mettre la personne en contact avec son inconscient et puis favoriser une fluidité entre le conscient et l'inconscient ou retrouver, favoriser, trouver ou retrouver... une fluidité... dans une situation de blocage, l'inconscient peut apporter un éclairage, quand le conscient patine, ou alors la crise est tellement violente que tout à coup les rêves se mettent à proliférer... et ont besoin qu'on les écoute et qu'on les considère... donc voilà, moi je suis dans cette optique, c'est le travail jungien classique... »

« En général j'interviens sur ce qui est sain... enfin j'essaie d'utiliser, de parler de la vie qui soutient... soutenir ce qui va bien, soutenir les ressources... »

« On essaye de soigner, de prendre soin, dans ce sens-là... »

« C'est clair que mon approche ben c'est un travail avec l'inconscient... et puis moi je dis aux personnes que le propre du travail avec l'inconscient c'est de ne pas savoir combien de temps ça va durer »

« Et puis le travail d'ailleurs il s'engage, j'ai le sentiment, avant même la première rencontre sur... des fois on dit la voix au téléphone... fin tout à coup, il y a des éléments de transfert qui viennent très rapidement au-delà même de ce qui est dit ou pas dit, autour de la voix, autour de l'accueil au téléphone... ou autour d'un premier rêve après le premier téléphone, avant même la première rencontre... donc... il y a plein de facteurs comme ça qui sont profondément subjectifs... aussi où l'inconscient a sa part... une grande part... c'est une part qui est constellée avant la première rencontre... ou qui peut l'être en tous cas... »

« Je demande aux personnes qu'est-ce qu'elles attendent... et... ça fait partie au fond du portique d'entrée comme ça... et puis... en général c'est adéquat... (...) je demande quand même assez systématiquement aux personnes quelles sont leurs attentes... et puis je demande, alors ça c'est aussi un outil très... ça fait partie du rituel d'entrée... qu'elle me raconte leur rêve initial... le rêve initial c'est le premier rêve qu'on a après le contact téléphonique en général... pour quoi c'est important parce que ce rêve initial il contient en général à la fois la problématique, et les ressources... et ça permet de parler des attentes autrement, en incluant le point de vue de l'inconscient... ce qui est très riche de pouvoir... quand il y a un rêve initial... parfois il vient un peu plus tard mais c'est le premier rêve de toutes façons qui survient après.. peut-être c'est pas la première séance, peut-être c'est juste après... ça fait rien, ça n'a pas d'importance mais ça c'est important parce que c'est justement la manière dont le conscient n'aurait pas raconté l'histoire. (...) ça c'est typique de la démarche jungienne, de se pencher ensemble sur le rêve initial... et parfois ça clique immédiatement... parfois j'ai l'impression de voir ce que le patient voit pas encore... ça fait rien, c'est pas important... si la personne ne voit pas encore c'est pas le moment... mais parfois on partage là consciemment qqch que le rêve renvoie... donc et puis on se met immédiatement dans ce dialogue où il y a à la fois... où il y a beaucoup de monde.. enfin, il y a le patient, il y a moi, et puis il y a le rêve... et puis les figures du rêve... donc ces forces qui sont mises en scène par le rêve... »

Si la personne ne rêve pas ?

« Alors ce qui est le plus souvent, de commencer une thérapie jungienne, ça favorise les rêves, enfin la mémoire des rêves... et puis quand on arrête tout à coup on se souvient moins... »

« Ça fait rien parce qu'à ce moment-là j'utilise d'autres supports, on parle d'un film, quelque chose qui a une valeur symbolique pour la personne... »

« Je le dis de manière générale mais je dis pas ça à la place du rêve initial pour à tout prix avoir qqch à ce moment-là... s'il n'y a pas, c'est pas grave... mais à d'autres moments de la thérapie c'est très riche d'échanger sur un livre qu'on est en train de lire, un film qui m'a frappé... en fait l'inconscient... la symbolisation passe par d'autres canaux... et puis ça fait pas de problème... j'ai jamais l'impression qu'on se retrouve le bec dans l'eau parce qu'il n'y avait pas de rêve... si ça se prolonge qu'il n'y a pas de rêve... ça ça me pose une colle... cad que je me demande « tiens est-ce que j'ai fait qqch qui a fait tarir... est-ce que j'ai fait une mauvaise association, interprétation.. enfin comment expliquer ça... » des fois l'énergie... enfin on a une quantité d'énergie limitée... donc si elle passe dans les rêves, enfin une vie nocturne très développée... mais ça peut se faire que la vie est tellement pleine je dois sauter dans mes baskets tellement rapidement le matin que le souvenir des rêves passe à l'as, c'est une autre raison... enfin s'il y a une longue période sans rêve, soit ça m'amène à m'interroger « est-ce que j'ai provoqué une résistance... » ou bien je trouve pas de réponse ou bien je vais du côté de ce que je lis là où je vais du côté des associations « association for experiment test », le test des associations, qui est un outil jungien que Jung a mis au point dans les années... enfin tout au début de sa carrière... ça lui a servi à élaborer la théorie des complexes... ça consiste à énumérer une centaine de mots et le patient associe des mots... et on mesure le temps de réponse, on regarde les réponses corporelles... surtout ça, et puis ensuite on fait un deuxième passage et puis on observe les discrepancies entre le premier et le deuxième passage... c'est le test des associations... alors avec ça on tombe... après c'est tout un travail de dépouillement... des mots étaient répétés ou des mots étaient pas trouvables la deuxième fois ou.. tout à coup il y a eu des sueurs froides, un tremblement, un bégayement, enfin des choses corporelles ou... fin tous les indicateurs sont passés aux cribles et ensuite on arrive à définir les complexes cad les territoires où il semble y avoir des choses qui perturbent le déroulement... alors là on va tomber sur des choses parce que des mots forment des ensembles... si vous voulez... ça forme un ensemble ici ou ça forme un ensemble là ou que les deux se chevauchent... enfin et puis ça va redynamiser l'échange parce que ça redonne... c'est du temps qu'on a passé... et ça redonne des possibilités de s'adresser à l'inconscient, en fonction des réponses... donc ça ça peut être une manière de relancer l'inconscient s'il n'y a plus de... enfin c'en est une mais... Tout ce qui a trait à l'imagination active que vous connaissez euh c'est propre à fournir du grain à moudre... il y a des choses imprévisibles, que tout à coup on se rend compte que tiens... une production... où on voulait dessiner ou faire une statue comme-ci, comme ça puis on se

rend compte que ça a échappé puis c'est parti... tout à coup apparaît qqch qu'on n'a pas voulu y mettre et puis là ça devient intéressant parce que.. voilà, donc ça c'est des outils qui permettent.. pas seulement prendre le relais, parce que c'est pas pour se substituer à qqch qui ferait défaut, c'est des vrais outils en tant que tels... »

Vous proposer de dessiner ou sculpter ?

« Oui alors ça c'est des choses que j'utilise de manière variée... soit la personnalité des gens, soit l'envie du moment... par exemple j'ai des très grands papiers que je fixe derrière ma porte pour de la peinture à doigts... c'est pas minutieux du tout hein, c'est plutôt le geste... la couleur, alors ça c'est une chose mais il y a des crayons, il y a des pastels, il y a de la terre... c'est ce que j'utilise... parfois ça m'est arrivé de proposer de faire un masque en fin de thérapie, avec des gens... qui l'emmènent chez eux... ouais j'aime bien aussi utiliser d'autres médias que parler des rêves... mais ça peut être raconter la fin d'un rêve, imaginer la fin d'un rêve, dessiner un rêve... une extension du rêve... donc c'est extrêmement riche la manière dont on favorise ce dialogue entre le moi et l'inconscient... hein la dialectique du moi et de l'inconscient c'est un des bouquins de Jung... »

Ça ne vous est jamais arrivé qu'il n'y ait rien qui se manifeste, pas de rêves ?

« Les rêves, ils ne vont pas tarder à se manifester... mais en tous cas c'est important d'avoir confiance que... on fait confiance dans le processus... et puis que c'est... on est là pour le favoriser mais on peut pas le convoquer... donc... voilà... »

« En fait tout ça (l'objectif d'une séance) vient de l'observation fine des séances précédentes... »

« (...) essayer de faire... si proposition doit venir de ma part... de faire qu'elle soit en phase, qu'elle facilite la problématique telle que je l'ai perçue... qu'elle permette... peut-être qu'il y aurait une fonction de « point d'orgue »... je dis comme ça c'est pas un terme... fonction de ralentir... par exemple un rêve il est important... moi j'écris les rêves qu'on me raconte ou alors on m'apporte le texte du rêve et puis en général je prends le temps quand j'entends un rêve de le restituer à la personne... qu'elle l'entende comme si c'était un bouquin, un film, une production qui lui vient de l'extérieur... des fois il y a des éléments qui apparaissent à ce moment-là qui n'ont pas été perçus... (...) donc cette fonction de ralentir... moi je pense que le travail des rêves, avant d'être un travail d'interprétation c'est permettre que la personne soit exposée à des images... donc c'est pour ça que moi j'essaie toujours de me faire une image très précise.. donc je pose des questions... « mais c'était comment ? et puis vous étiez où ? » Fin j'ai besoin de me faire une image, et je vais pas aller dans l'interprétation, du moins pas... fin... c'est possible que je le fasse... mais ça vient toujours beaucoup derrière, beaucoup après... je crois que le travail principal c'est aussi une certaine patience... et permettre, comme on expose du papier photographique... le temps qu'il faut pour que l'image se révèle... et ben je pense que justement tout ce qui est imagination active autour d'un rêve... tout ce qui est... c'est là qu'il peut y avoir des silences... tout ce qui est... il faut du temps pour faire connaissance avec une personne... il faut du temps pour faire connaissance avec un rêve... et je trouve important qu'on n'est pas là pour faire des interprétations... même si on a sa petite idée... en général les interprétations qui s'imposent trop rapidement ne sont pas forcément les meilleures... mais pour être exposé à une image... pour que l'image puisse se déplier, se déployer... donner tout son... toute son épaisseur... une certaine lenteur dans le travail des rêves... en tous cas tel que je le perçois... »

En général c'est quoi la demande des gens qui viennent ?

« Et ben ils exposent une crise dans laquelle ils sont par exemple... parce que c'est souvent là qu'on a besoin d'aller au fond... besoin de profondeur... donc ils racontent la crise dans laquelle ils se trouvent et... quelle est la difficulté. La plupart du temps c'est ça, il y a un élément déclencheur... s'il n'est pas présenté spontanément je vais poser cette question « est-ce qu'il y a eu un événement déclencheur ces derniers temps ? Pourquoi maintenant ? Ou alors pourquoi moi ? Ca peut aussi être un élément parce quelque chose est projeté sur moi qui fait que cette personne choisit de venir là plutôt qu'ailleurs... et ça ça parle de l'intention justement... aussi indirectement... (...) il y en a qui sont plus... ça peut-être plus dramatique... survivre... trouver un sens à ma vie... toutes sortes de choses... »

« (...) moi j'essaie d'être attentive au corps aussi... qu'il soit mentionné ou pas dans les éléments de crise... je suis attentive à comment les gens s'asseyent... je dis respirer, poser vous... »

« (...) pis j'ai des petits rituels... j'ai une petite corbeille avec des cailloux que je ramasse... au bord de la mer ou à la montagne et tout... et parfois j'offre à la personne de choisir un caillou... quand c'est un moment important, à marquer d'une pierre blanche, justement... « vous pourrez le garder dans votre poche, le caresser ces prochains temps, ancrer le travail d'aujourd'hui... » qui est une technique en particulier de PNL mais qui est très liée dans le système jungien à ce qu'on appelle les « objets mana » qui ont une puissance... »

Pour l'intention entre ce que la personne dit, ce que vous interprétez, supposez, ressentez et le rêve, vous vous mettez d'accord, vous verbaliser ?

« Au fond moi je pense que le monde de l'inconscient c'est un monde extrêmement riche parce que c'est pas le monde du « ou... ou... » c'est le monde du « et... et... »... donc ça m'arrive relativement souvent de dire aux gens « oui j'entends ce que vous dites... comment ce serait de voir la chose comme ça » et de poser autre chose à côté, qui n'est pas en contradiction avec mais qui est dans... justement cette mouvance « et-et »... et des fois déjà rien que de maintenir fermement ce « et... et... »... parce que c'est un lieu de liberté le « et... et... ».. le conscient il est pas du tout là dedans... donc assez rapidement... les choses... ça va être explicité... Assez au début... mais c'est pas qqch que je coche sur une liste voyez... mais ça vient très vite parce que... c'est vraiment le monde dans lequel on est quand on s'ouvre à l'inconscient... ce monde de la compensation... donc il y a des choses comme ça qui sont dites... souvent dans les premiers temps... par exemple qu'on n'est pas responsable de ses rêves... parce qu'il y a des gens qui sont gênés de raconter ci ou ça... qui se sentent responsables de leurs rêves... donc il y a cette histoire du « et... et... » et du juste rapport au rêve... et c'est important de pouvoir dire assez rapidement... ça vient, forcément ça va arriver tôt ou tard, sans que ce soit forcément des coches, mais ça va arriver tôt ou tard que ben ouais que je leur dise « ben non on n'est pas responsable de nos rêves mais on est responsables de comment on répond au rêve » ça c'est le job du conscient... « Tiens voilà quelque chose que j'entends, qui m'arrive »... et comment se déterminer... et ça c'est pas le domaine de la morale, c'est le domaine de l'éthique... enfin c'est autre chose... comment tenir compte ? Parce que les rêves ils disent pas il faut faire ci, il faut faire ça... c'est des histoires... c'est comme une fiction... c'est une histoire ces pas des conseils, c'est pas unilatéral, c'est poly... sémiques... »

« Dans le cadre, moi ce que je dis c'est que je sais pas, comme on travaille avec l'inconscient, combien de temps ça va durer... parce que ça c'est une question qui revient immanquablement... je dis « je sais pas » parce qu'autrement ce serait pas un vrai travail avec l'inconscient... par contre je leur dit... » on ne sais pas combien de temps ça va durer mais on va essayer au fur et à mesure d'évaluer, si on trouve une boucle comme ça, où on en est de la boucle... il y a un processus... on va faire confiance à un processus... on va essayer d'évaluer... tiens, si ça c'est la boucle de la thérapie, elle peut être plus ou moins grande, prendre plus ou moins de temps à être parcouru, mais ce qui est important c'est d'avoir l'impression que c'est possible de boucler la boucle... et puis je demande aux gens autant que possible... il y en a qui n'y arrivent pas parce qu'ils ont besoin de quitter sans avertir... voilà ça c'est des fois des personnes se sabotent aussi... idéalement je leur dit ça serait bien, et en général moi je sens ça aussi bien que vous... tiens où on en est dans le processus... est-ce qu'on arrive bientôt vers la fin... et à ce moment-là on essaye d'amener ce sentiment que « ouais on a fait un tour » et puis qu'on peut boucler... et je dis aux gens que c'est important de pouvoir faire ça, autant que possible, donc de prévoir la fin et de la préparer... par au sens où on fait qqch de spécial mais disons au sens où on sait « tiens il me reste un mois » ou « la prochaine fois je boucle »... on dit pas les mêmes choses... et d'anticiper un peu ça... alors ça je dis assez systématiquement... et je crois que c'est réellement important... de sorte que la personne ne reparte pas avec une fuite quelque part... mais qu'elle puisse contenir le processus en partant, et tout emmener, boucler, et que toute l'énergie lui soit restituée, qu'elle puisse vraiment emballer... »

En général ça dure combien de temps ?

« Je dirai 2 ans... une année et demi ... deux ans... »

« Au début j'aime bien que les gens viennent une fois par semaine... enfin c'est un peu comme en cuisine... d'abord on a un feu assez élevé et puis après on mijote... »

au début il faut porter à ébullition ou je sais pas quelque chose comme ça... l'important c'est que d'une fois à l'autre, qu'on sente que le processus il ne refroidit pas... ça peut être tous les 15 jours, chaque semaine, ça peut aussi être un peu plus... hein parfois si on... est dans un processus qui dure depuis un certain temps... mais quand on commence un processus... en dessous d'une fois par semaine moi je descend pas... parce que j'ai le sentiment qu'on ne s'y met jamais... c'est comme quand on veut faire justement qqch en terre... d'abord il faut chauffer la terre... une fois qu'elle est chaude on peut la travailler... mais voyez il faut qu'elle soit chaude... »

Différence avec hypnose et chamanisme : une ou deux séances ou 4-5 séances, c'est complètement différent...

« La thérapie la plus courte que j'avais accompagnée, c'était 11 fois... mais c'était fini, c'était bon quoi... je me suis souvenue de ce chiffre probablement parce qu'il est inhabituel, il est très bas, il ne correspond pas aux standards habituels d'une thérapie jungienne... »

Vous avez dit que vous pouvez pas savoir la durée car vous suivez l'inconscient... mais vous avez l'impression qu'il faut du temps pour laisser émerger les choses ?

« Ouais c'est une... c'est vraiment un processus qui peut prendre du temps... il faut être prêt à... le maître c'est le processus... c'est quand en alchimie, l'élève il est dévoué au processus alchimique... et c'est qqch qu'on sent... ou en tous cas c'est important d'essayer de le sentir pour être au service de ça... »

« Si on arrête, on arrête, cette phase elle est terminée... justement pour que la personne puisse repartir... il a fait une petite boucle, une grande boucle, peu importe, mais hop... si après il revient c'est autre chose... mais partir et garder les marrons au feu, ça je refuse toujours... ou alors il se peut aussi que je dise, sur la base de rêve... ça m'est arrivé, pas souvent... mais ça m'est arrivé de dire, là je pense que c'est pas le bon moment d'arrêter... rarement mais ça m'est arrivé de dire ça... et ça a été entendu ou non... mais les rêves des fois montrent ça... »

« Je peux imaginer que le rêve initial peut s'approcher du travail initial, c'est-à-dire de voir... bon ben à telle date, il y a une photo témoin... voilà le tant du tant c'était ça... et puis on donne ça et puis débrouillez-vous... ben c'est un peu... un chamane ou qqn qui a qqch de... qui a des accès ouvert comme ça qui va donner une sorte de... alors je sais pas comment les chamanes appellent ça... donner une image probablement... en disant ben voilà... le rêve initial il peut fonctionner comme ça... en général justement nous on l'utilise comme un panneau indicateur et on se met en route... mais mais on peut tout à fait... je peux tout à fait concevoir... mais c'est pas dans notre pratique... mais que le rêve initial se rapproche du point de vue de ce que vous êtes en train de me dire... d'une sorte de révélation que le chamane transmet à une personne à un moment donné... une image... parce qu'un rêve initial c'est une image... »

Vous ce que vous dites c'est que vous faites tout le travail après, d'accompagnement... « ouais... »

→ cf à la FSS ce qui manque c'est l'intégration...

→ mais selon Erickson ça peut être court... prise de conscience puis intégration se fait en une séance... ou une séance et le travail se poursuit inconsciemment et ça se règle dans les jours, semaines, mois qui suivent... la personne réalise tout à coup que c'est réglé (comme lorsque qqn réalise tout à coup qu'il n'a plus mal, cf Ulla)

« C'est à dire que c'est aussi ce qu'on trouve dans des démarches comme le Yi King ou le tarot ou comme... des situations... tout à coup le conscient est prêt à recevoir une image de l'inconscient, à être atteint, travaillé par une image qui lui vient de l'inconscient, ou qui lui vient de l'inconscient du chamane ou... voilà... en ça, ça se ressemble... »

Si vous deviez décrire le travail que vous faites en plus ?

« Le travail il consiste à essayer d'émettre des hypothèses... pour soi-même d'abord en tant que thérapeute... tiens de quoi ça me parle... pour savoir tiens c'est quoi la problématique... quel est le tableau là... c'est cette place centrale du rêve qui va... quand il y en a... mais il y en a presque toujours... qui va être le guide... il se peut que la personne voie le problème d'une certaine manière et que l'inconscient le voie d'une autre manière... parce que le rêve, il voit... si vous voulez il y a toujours ce qu'on appelle le niveau subjectif et le niveau objectif... dans la réalité, qqn peut avoir un problème, une crise conjugale énorme et puis penser que son conjoint a fait ça ou ça ou que l'un ou l'autre ou que l'un et l'autre ont interagit de manière telle... et il s'est passé tel événement... et on reste au niveau objectif... et en général, quand on aborde un rêve, on l'analyse toujours au niveau objectif... la réalité objective, où les personnes sont les vraies personnes, surtout si des gens que je connais qui apparaissent dans un rêve... et puis il y a un autre niveau, qui est le niveau qu'on appelle subjectif... où les figures, à ce moment-là on parle de figures dans les rêves plutôt que de personnages... les figures, surtout si elles ne sont pas des figures connues, représentent des aspects de l'inconscient du rêveur... et donc il y a ce retournement qui se passe, entre regarder une situation objective sur laquelle on pourrait donner des conseils... c'est pas ce qu'on fait... on essaye de voir, ben pourquoi par exemple ces deux-là se sont rencontrés, qu'est-

ce que ça ça représente chez moi, pourquoi tel aspects m'est insupportable... chez l'autre... on prend les rêves au niveau subjectif... et ça c'est un... ça complexifie et en même temps ça enrichit énormément... »

« Alors peut-être les gens qui viennent sont déjà familiarisé avec le monde des rêves... mais s'ils le sont pas, il y a toujours un moment où se retour sur soi où « au fond ces rêves, ils m'aident à découvrir quoi chez moi ? »... donc c'est au fond ça l'enjeu... de rendre vivant... de répondre au besoin de l'âme... de quoi a-t-elle besoin ? qu'est-ce qu'elle cherche ? pour se sentir vivante ? et c'est ça l'enjeu d'une thérapie jungienne. C'est de s'adresser à l'âme et de permettre à la personne de se sentir animée ou réanimée... ça c'est le travail, le processus... il y a des gens qui se sentent vides... ils ont l'air d'avoir tout ce qu'il faut, tout va bien, mais ils sont complètement vides... ils sont comme inanimés... dans tous les cas il s'agit de ça... donc qu'on vive en couple ou qu'on vive tout seul, de toutes façons on sait ça, c'est que notre seul compagnon fidèle c'est notre propre peau jusqu'à la fin de nos jours... et que voilà... de faire ce travail sur ce côté subjectif, c'est qqch qui prend du temps, parce que ça nécessite une ouverture... »

« Et ça c'est qqch qui est médiatisé par le thérapeute pendant un certain temps... et puis à un moment donné, chacun, que ce soit le thérapeute ou le patient sent que ce travail est possible par soi-même... que je suis devenu qqn de fréquentable pour moi même... que... encore une fois là la longueur c'est pas une histoire de qualité, ce qui compte au niveau de la qualité c'est cette notion de boucle... mais elle peut être petite ou grande... ouais c'est accepté de faire confiance au processus et sentir... que je suis travaillé par qqch en moi qui n'est pas moi ou qui n'est pas le moi... qui n'est pas le moi... c'est pas autour de moi que ça tourne... c'est comme Galilée... pour les jungiens on l'exprime en disant le Soi... et que le moi pour entrer en contact avec ce Soi, cette individuation qui essaye de se faire, le moi il rechigne à ça, il préfère être au centre, il a été habitué à être au centre... mais ça peut être... la révélation c'est plutôt qqch qui est de l'ordre du spirituel... mais quand on... c'est important dans une thérapie jungienne, disons... de ne pas absolutiser les images... une image elle est datée... un rêve il est daté... à tel moment l'enjeu était tel, et tiens ce rêve tout à coup m'a ouvert les yeux... et puis après le symbole dépérit tout seul si on veut... parce que l'objectif est atteint, parce que l'enjeu est ailleurs... et un rêve il est investi d'énergie tant qu'il sert à qqch, le corps le guide... mais à un moment donné... certains rêves agissent pendant des années et d'autres on ne s'en souvient pas le lendemain matin... »

Différences entre dire que c'est des figures... des parties de soi... ou de dire qu'on rencontre des esprits... Le statut qu'on donne à ce qu'on rencontre est différent va influencer même le rapport au monde...

« Jung par exemple quand il parle de Dieu, il parle toujours de l'« image de Dieu » que l'homme il ne peut pas connaître autre chose que l'image de Dieu dans sa propre psyché... parce que c'est par ma psyché que je perçois... de toutes façons... ou alors bon certains... d'ailleurs quand on dit la psyché ou l'âme, où est-ce qu'on la met ? il y en a qui la mette ici, il y en a qui la mettent ailleurs, ici, au cœur, le Hara, la tête... localiser ça... il y a X... les cultures proposent des endroits différents... donc effectivement aborde... il parle de l'image de Dieu, donc c'est pas le discours qu'on entend à l'église ou Dieu existe sans intermédiaire, encore qu'il y un livre... ben c'est une révélation... donc Jung quand il parle de Dieu, il parle de l'image de Dieu. Et nous on est là avec effectivement avec... il y a qqch d'immanent... »

Jung parle de Dieu mais il parle des esprits aussi, du coup je sais pas les liens qu'il fait

« C'est vrai... alors l'image de Dieu, le Soi... il y d'autres figures du Soi... mais c'est qqch de central... justement si on prend le parallèle avec le système solaire c'est justement autour de quoi tout tourne... lui il parle d'un cercle... comment est-ce qu'il dit... c'est une sphère dont la circonférence est partout ? Je ne me souviens plus (...) mais je pense que dans le rapport aux esprits, on est dans le domaine de... fin ça dépend où on les situe... pour nous, j'ai l'impression que les esprits apportent un correctif à cette vision où la conscience de l'homme prend une place prépondérante... on n'est plus des animistes... justement on a une conscience... on est à un moment de l'histoire où on a besoin de retrouver le chemin vers qqch qui n'est pas élaboré par la volonté ou la conscience... et que les esprits on qqch à voir avec ça... dans la construction... comme des aspects... du moments qu'il y a des esprits... c'est des aspects différents qui ont... et ça c'est... les symboles c'est une réalité... enfin psychologique... »

« (...) alors moi je fais très attention quand je parle de réalité avec les personnes... je parle de réalité psychique pis de réalité concrète... mais il n'y a pas une réalité... il y a des réalités qui ne sont pas matérielles mais qui sont des réalités psychiques... et là-dedans il y a des entités qu'on peut appeler des esprits... mais c'est la réalité... encore une fois telle que... c'est au niveau de l'image... c'est une réalité psychique... (...) quand je dis réalité psychique, c'est qqch d'immanent... ou les symboles ils sont... un symbole il unit deux mondes, le conscient et l'inconscient... et l'inconscient... on ne maîtrise pas l'inconscient... alors moi j'ai l'impression que quand on parle des esprits ou des symboles... pour moi... le symbole est qqch de vivant... fin tant qu'il est nécessaire, il est réel... il n'est pas matériel... il est de l'ordre de l'imaginal... c'est la réalité, telle que moi qui suis limitée dans mon enveloppe corporelle peut saisir des esprits... parce qu'un rêve ou une vision, il y a une différence de statut... cad, qu'une vision on est réveillé, un rêve on dort... mais quand à la réalité de ce qu'on voit... on est rendu au même point... à mon avis... cad qu'on perçoit, comme un homme limité, les phénomènes... et aussi c'est encore plus le cas avec la physique quantique... tout ce qu'on a découvert sur le point de vue l'observateur depuis la phénoménologie et tout ça... en fait on fait partie de l'image... on ne peut pas s'extraire... de ce qu'on observe ou de ce qui nous parvient... on en fait partie... voilà. »

J'essaye de nuancer qqch que je perçois comme différence entre chamanisme et jungien... même si pour les deux, les esprits et les symboles sont réels... j'ai l'impression que chez les jungiens... ça reste lié au psychisme... alors que dans le chamanisme les esprits existent indépendamment de nous...

« De toutes façons on ne sort pas du monde de la représentation... c'est le monde de la représentation... de celui qui perçoit ça comme une entité extérieure... ça a trait quand même au monde de la représentation... »

« Le lien à établir avec la psyché... enfin il me semble... c'est que c'est la psyché qui est le réceptacle... on ne peut pas réceptionner les messages des esprits en dehors de notre existence matérielle... c'est ça que Jung il dit quand il dit « l'image de Dieu »... on peut pas réceptionner, on ne sait pas... la position jungienne en fait... je sais pas... mais de toutes façons je ne peux pas percevoir ça en dehors... c'est mon corps qui reçoit ça d'une manière ou d'une autre... »

J'ai l'impression qu'il y a des implications dans le quotidien de la personne selon le statut qu'elle donne à ses représentations, même si de toutes manières ce sont des représentations...

« Je pense qu'il y a qqch dont on n'a pas encore parlé et qui est tout à fait pertinent maintenant là-dedans, c'est l'histoire de la synchronicité... c'est à dire que ce n'est pas qu'une histoire de personne, c'est pas qu'une histoire d'inconscient personnel... quand Jung tout à coup donne ce terme d'inconscient collectif... tombe sur ces réalités qui sont justement liées à l'humanité dans son

ensemble, et tout ce qui se transmet ou tout ce qui existe en dehors d'une transmission, qui expliquerait pourquoi on trouve la même culture en Amérique du nord et en Sibérie, c'est parce qu'avant le détroit de Béring... Jung il ne dit pas ça... ça c'est une histoire de transmission... Jung quand il parle de l'inconscient collectif, il parle de structure de la psyché qui sont immémoriales, qui font que l'on se trouve en présence de choses qui traversent le temps et l'espace... et puis c'est l'histoire de la synchronicité... alors je pense qu'elle a beaucoup à y voir cette notion de synchronicité dans le thème dont on est en train de discuter... cad tout d'un coup quelque chose me parle... ça peut être justement que je vois telle présence dans la forêt... (...) ou qqch se matérialise... ça c'est des vraies synchronicités... cad c'est vraiment tout à coup des choses inexplicables qui donnent du sens à un moment précis ou à un fait précis, qu'aucune logique causale ne peut exprimer, expliciter, expliquer... et cette notion de la synchronicité, elle est là au carrefour de ce que je perçois de l'univers... dans les manifestations tout à coup qui deviennent profondément significative... que je ne peux pas expliquer... qui existent... »

Est-ce que ce n'est pas non plus des projections, des interprétations parfois

« Ça c'est une remarque très importante... Des synchronicités il y en a probablement beaucoup moins qu'on pense... et si on voit des synchronicités partout, il faut se méfier... parce que justement on est dans le projectif... et donc... vraiment, une vraie synchronicité... moi je pense qu'il y a qqch du New Age qui déteint puissamment lorsqu'on parle de ces choses... moi ça me fait grimper aux rideaux quand on parle de synchronicité comme si on était en présence du dernier gadget... on le voit partout... je pense que il y a qqch de très autocentré dans les synchronicités qu'on voit partout... et que les vraies synchronicités qui sont pas de l'ordre de l'anecdote qui tendent au... ce qu'on essaye de mettre en mots, ce dont on a raison de se méfier... parce que ça devient tarte à la crème, parce que il y a confusion... une synchronicité il y a qqch de l'extérieur qui tout à coup fait sens, mais qui est vraiment à l'extérieur... tandis que si on est dans le projectif, on part de soi et on voit partout telle et telle chose... ça c'est pas du tout la même chose... on n'est pas partis du même endroit, on est centré sur soi et le moi est ravi que tout le monde lui parle de lui-même... en gros c'est un peu ça le danger, ou lui parle, ou lui réponde... et finalement ça veut plus rien dire parce que l'on confond... la synchronicité c'est le rapport entre l'intérieur et l'extérieur... entre deux choses... qui n'ont pas de rapport causal, et tout à coup ça rentre en collision... et une synchronicité elle va être puissante... et donc qq part elle dérange... elle dérange un ordre... tandis que la projection elle contribue à me... à me maintenir dans l'illusion égoïque... on ne parle pas de la même chose... »

« Il y a une attitude qui est fondamentalement différente... ou bien on est dans une crainte... de Dieu... la crainte de Dieu c'est pas n'importe quoi... la crainte de l'inconscient... on a raison de craindre l'inconscient... parce que l'inconscient il n'est pas orienté comme étant bon ou mauvais... il est... donc craindre l'inconscient... on peut pas faire copain, copain... pour savoir à quelle place on est... le capitaine du navire c'est le moi, le conscient, dans sa coquille de noix, sur l'océan avec les profondeurs abyssales... alors il ne faut pas confondre les ordres de grandeurs... »

« Si il y a de la crainte, s'il y a du respect, ça on trouve dans l'attitude correcte par rapport soit à l'inconscient, soit à Dieu, soit aux esprits, ça c'est l'attitude correcte du moi... être dans la crainte... »

Attention au terme crainte... le lien avec les superstitions...

« Faut faire attention, il ne faut pas parler de la crainte comme ça... mais on ne peut pas être relax avec ces choses et qu'on le considère comme un esprit, comme une vision, comme un rêve, l'attitude est quelque part dans la crainte. Ça c'est juste, parce que ça nous dépasse complètement. Bon là je suis plus en train d'insister sur ce qui est commun. Vous m'interrogez plus sur les différences... je vous mène sur le terrain de ce qui est commun. Donc c'est l'incommensurable... donc une fois qu'on est sorti e l'inconscient personnel, du moi, etc. on est dans un monde où les choses se recoupent en partie... mais il y a beaucoup de gens qui parlent de synchronicité à tort et à travers, mais non, ça ne va pas... là il y a qqch de l'ordre de la toute-puissance, de la magie, il faut faire très attention... »

Je parle du risque de vouloir manipuler le monde, pour essayer d'arranger ce qui nous dérange avec 3 séances d'hypnose...
« exactement »

Même si on peut aussi avec es métaphores, l'art thérapie, et ça change...

« C'est à dire qu'on peut appeler les choses comme on veut, mais on est petit, hein c'est ça le rapport juste... parfois dans les rêves... il y a des choses très amusantes dans nos métiers, et les rêves ont beaucoup d'humour... mais il arrive qu'un rêve qui nous met au 7^e ciel parce qu'on a l'impression qu'on est un chef, on se ramasse derrière un rêve extrêmement désagréable... mais droit derrière... disons si... l'inconscient peut-être soit drôle, soit sans pitié, si tout à coup on a des fantaisies de grandeur dans un rêve, on peut avoir un rêve qui corrige ça assez violemment... »

« L'inflation... voilà le mot que je cherchais... »

Et pourtant quand on est animé, ce qu'on recherche avec la thérapie, il y a une sorte d'exaltation ?

« Il y a qqch que vous pouvez lire de James Hillman, la Trahison... (...) et il y a qqch sur les cimes et la vallées et il fait une association entre les cimes... l'esprit, et l'âme et la vallée... et il y a aussi une autre auteur qui s'appelle Diane Cousineau Brutsche qui a écrit sur le paradoxe de l'âme et qui met en avant... fin qui énumère, les caractéristiques de l'âme... que l'âme au fond il y a un aspect corporel, il y a qqch de très... il y a qqch de mélangé, de corporel, de féminin, de pas clair... Ca ça serait le domaine de l'âme, la vallée... opposée à l'esprit qui plane sur les sommets... et je crois que c'est cette composante, dans la littérature jungienne, qu'on trouve... l'âme est toujours associée au corps... et dans ce sens-là... c'est pas tellement ex-haletant... c'est plutôt l'esprit qui est ex-haletant... tandis que l'âme elle a... il y a qqch de très... d'incarnation... et quand on dit animé, c'est aussi d'incarnation qu'on parle... et c'est probablement la grande différence entre ce qui est spirituel et ce qui est psychologique... c'est que ce qui est psychologique est en même temps... on est lesté dans notre corps... »

Je relève que pour moi ce qui est psychologique est souvent déconnecté de l'âme, souvent surtout en lien avec l'esprit...

« ouais... il faut dire psyché à ce moment-là... on voit pas la psychologie expérimentale... on est mieux, on est plus confortable, on sait mieux de quoi on parle, si on parle de la psyche (...) voilà en terme jungien c'est ça que... vous pouvez lire Hillman (...) là il y a qqch à prendre qui est assez fondamental, assez fondamental pour ne pas décoller... »

« Tout ce qui est abstrait est étranger à l'âme, l'âme aime les détails... »

« C'est aussi une différence qu'on trouve dans le bouddhisme... moi je connais pas bien hein, mais je me suis laissé dire que l'illumination chez les bouddhistes ou bien c'est ça « claquement de doigts », ou bien c'est un travail méditatif... qui fait... c'est une peu les deux manières de concevoir l'illumination... et les deux ont leur place... ben je sais pas c'est pas un hasard qu'on les retrouve... ont leur place dans l'âme humaine... parfois c'est clac, et en même temps il y a un travail, il y a un processus... justement l'adepte dans l'alchimie... il y a une dévotion... il faut... c'est chaque jour, c'est recommencer... mais c'est aussi, ça fait partie du truc, parfois dans l'illumination, dans l'instant... »

Peut-être plus que l'illumination... être accompagné pour métaphoriser... je cherche une réponse par rapport à une situation précise... et je vie quelques séances pour essayer de favoriser un travail pour qu'une image apparaisse...

Entre thérapies courtes et thérapies longues... « C'est un mode opératoire différent... je vois bien comment une image qui vient dans une transe peut soigner... que l'image soigne... par rapport à une... dans le travail jungien, ce qui se passe la plupart du temps... je vous donne un exemple... j'ai un Monsieur qui vient me consulter parce qu'il a des problèmes avec ses enfants... « comment faire pour retrouver contact avec ? » Une année plus tard ce problème il est devenu... il est pas secondaire mais il fait partie d'un tableau plus général où les rêves, avec des figures féminines, l'amènent à se soucier de son âme... et tout ce qui pourra se passer avec ses enfants sera au fond une conséquence du travail qui se passe maintenant qui est beaucoup plus général... donc dans une thérapie jungienne, même si on vient pour résoudre un problème pointu, un problème spécifique, il va se produire ça. Cet élargissement... en fonction des rêves et du dialogue avec l'inconscient... il va y avoir... la manière dont le conscient définissait le problème n'est plus la seule manière possible de définir le problème et au contraire ce qui devient le plus vivant à travers les rêves, c'est pas une problématique par rapport aux enfants... ils ne reviennent pas tellement souvent ses enfants... il m'en parle... quand il y a des événements pendant la semaine... mais il ne rêve pas de ses enfants... il rêve d'autre chose... il rêve de ce dont son âme a besoin qu'il rêve... (...) mais la réponse se trouve un peu dans le rapport entre lui et lui sur des plans qui étaient insoupçonnés au départ... donc il y a cette décentration qui se passe... dans le travail jungien, entre les problèmes tel que le moi les perçoit, les pose... donc c'est très bien, c'est nécessaire, c'est le point de départ... quels sont vos objectifs... mais il y a la manière dont l'inconscient va pouvoir dessiner la problématique qui est nouvelle... et qui va emmener la personne ailleurs... là où il a sans doute besoin d'aller... le rôle psychopompe du rêve... qui signifie qui conduit l'âme.... »

Vous pensez que de rester sur l'objectif, ok on travaille ça, c'est ne pas forcément respecter cette boucle, l'inconscient ou on va bien voir

« moi disons je pense que... moi je travaille pas par objectif... parce que ça a un côté psychologie expérimentale où je vois pas où ça peut franchement mener au niveau profond... »

« (...) donc moi je pense... puisque vous citez l'hypnose, j'en bénéficie énormément moi-même, en tant que patiente et puis le chamanisme ça j'ai pas de rapport direct avec. C'est très valable, je pense pas que c'est critiquable par ce que ça permet pas de... (comme vous avez dit avant, respectez la boucle, l'inconscient) mais je fais cette expérience que l'inconscient... que quand on fixe des objectifs... le conscient aime que ce soit du lard ou du cochon, alors il y a des objectifs... comme ça... je dis pas justement... parce que ça a beau être bref... l'hypnose et le chamanisme ne sont pas des thérapies où le conscient a une part majeure... donc c'est pas ça... ce que je dis c'est que quand on prend en compte l'inconscient... justement l'inconscient a sa propre manière de définir des objectifs... il ne parle pas en termes d'objectifs... il raconte des histoires... et si on écoute ces histoires et qu'on essaye vraiment de se demander, pourquoi j'ai ce rêve aujourd'hui... qu'est-ce que la vie attend de moi, en gros... ben je suis frappée justement que ce monsieur ne rêve pas de ses enfants... c'est étonnant, c'est remarquable, n'est-ce pas... par contre tout ce qui est abordé dans ses rêves qui concerne sa croissance psychologique, il va y avoir immanquablement un lien, une efficience sur la manière de se positionner par rapport à ses enfants... voyez comme ça fait... »

Par rapport aux rêves vous analysez, ou surtout pas ?

« Alors les personnes qui le peuvent, m'envoient leur rêve par mail... je les lis avant... et puis la personne lit son rêve au début de la séance... et beaucoup de choses... moi je prends les rêves très au sérieux... comme des personnes, vraiment... cad... les personnes ne demandent pas à être interprétées, les personnes demandent à être accueillies, c'est pas la même chose, c'est ça fondamentalement... après ça veut pas dire qu'on n'utilise pas nos intelligences, nos souvenirs, plein de choses... mais la première chose c'est que les rêves demandent à être accueillis... alors moi je veille que ce soit ça le mouvement de base... du respect, de l'accueil pour ces images, pour ces histoires... et ça débouche sur des questions éthiques... de prendre le rêve au sérieux... ça c'est la question éthique de la thérapie jungienne... si je prends pas le rêve au sérieux, ça sert à rien de faire de la thérapie... Jung par exemple... explique je ne sais plus où... il avait des patients allemands après-guerre à qui il posait la question éthique... qu'est-ce qui s'est passé, c'est quoi, et les personnes qui ne pouvaient pas faire ça... il ne les prenait pas... cad, cette responsabilité éthique par rapport à ce que propose le rêve c'est très sérieux. Parce que ça peut avoir des répercussions après dans... ça peut prendre des formes concrètes... des décisions

se traduisent par des événements finalement, des choses comme ça... qui sont si on regarde à la racine, comment se situer, et ça c'est le rêve qui nous titille... il dit jamais ce qu'il faut faire un rêve, mais il nous prend au paletot pour qu'on se... détermine « que faire avec cette image ? »... « Qu'est-ce que la vie attend de moi ? » Si je ne me pose pas sérieusement cette question, en accueillant sérieusement le rêve, sans interprétation savante forcément... je rate le coche... et en général... on peut aussi expliquer certain... on tombe malade... on se fait du mal si on... si on n'a pas compris ce que la vie attend de moi, maintenant et que je me dirige ailleurs, c'est pas sans conséquence... si je me mets à l'écoute, ça veut pas dire que je vais y arriver... mais si je suis dans une attitude de respect par rapport à ce qui m'est raconté là... que j'essaie de me mettre au diapason... je vais vers plus de plénitude et un peu de... je me rapproche de ce pourquoi je suis sur la terre pour le dire autrement... mais il y a une responsabilité éthique et elle est très importante... »

« C'est pas une question de savoir, c'est une question d'accueil, ça veut dire qu'on se laisse impressionner... on s'ouvre à qqch ou pas... et bien sûr ça requiert... ben on fait des études c'est pas pour des prunes... il y a de l'interprétation... les bouquins de Jung sont... c'est ça... beaucoup quand on va à ses séminaires... ce sont des interprétations assez savantes... mais je veux dire par là que ce n'est pas une interprétation intellectuelle... le sens ça se vit... et c'est pas qqch qui se comprend... c'est pas comprendre le sens de la vie, c'est vivre le sens qui guérit... »

« Cad le sens c'est deux choses, c'est la signification et en même temps la directions... que dit le rêve, dans quelle direction aller ? »

« Au fond Jung il disait... je sais plus comment il disait... ben c'est important d'étudier... puis après oublier tout ce qu'on a étudié et être la pour la personne. »

Pour certaines personnes, l'image elle soigne d'elle-même, il n'y a rien besoin de dire, faire, interpréter... il me semble que j'ai même déjà lu ça chez des jungiens...

« Bien sûr, cad que le rêve il agit... même si on n'en parle pas, même si on ne s'en souvient pas... et bien on l'a eu, on a vécu qqch, et ça change le tableau ce qu'on a vécu dans le rêve, même si le conscient n'arrive pas à l'attraper le matin... maintenant si il arrive à les noter, à les attraper, de surcroît on se fait accompagner... on potentialise l'efficacité du rêve et ça c'est important... donc oui c'est l'image qui guérit... mais... il faut pouvoir observer... on apprend à observer... après il y a des... de l'encodage, fin il y des choses comme ça mais... oui... je suis d'accord avec les deux choses... je dis « et... et... » très bien. L'image elle parle d'elle-même... il y a trois semaine j'étais chez... justement une transe, séance d'hypnose... j'avais des énergies très basses, j'étais pas, j'avais mal au sciatique... je dis ça pour orienter la personne... et puis dans la transe je vois le luminions du tabernacle... ces luminions rouges qu'on voit toujours dans les églises catholiques... qui indiquent la présence réelle... j'ai vu ce petit luminion... bon... ça a eu... j'ai ressenti une grande paix... je me suis dit... tout est ok... tu es sur mode veilleuse, mais la veilleuse est pas menacée, elle est là, l'essentiel de toi est là, t'es pas menacée, c'est tout bon. Je suis sortie de là, l'image elle-même m'avait totalement... vraiment c'est une image, elle est efficace maintenant... j'ai ensuite partagé son image... donc on n'a rien dit, pas interpréter rien... maintenant qu'est-ce qui fait qu'elle est si puissante pour moi... ben il y a beaucoup de chose... il y aurait beaucoup de choses à dire là... qui ont à voir avec plein de choses... donc c'est vrai de dire que l'image elle agit seule... je trouve que c'est important de vénérer les images »

Mais vous dites que vous avez quand même fait des études pour aller encore plus loin...

« Maintenant si j'ai... si qqn rêvait de ça et me le racontait... je lui demanderais ce que ça évoque pour elle, est-ce qu'elle est catholique, est-ce qu'elle a déjà trouvé ça dans une église, qu'est-ce qui l'émeut... dans cette image, j'irai à fond dans ses associations à elle, je me garderais bien d'ajouter quoi que ce soit, mais j'irai chercher le plus possible à donner vie à cette image, à aider la personne, à « amplifier » on appelle, à « associer » d'abord personnellement puis à « amplifier ». Ben oui, telle cérémonie, tel moment, tel endroit, j'étais venu chercher ceci ou cela. Les amplifications c'est ce que je peux savoir sur la religion... enfin il y a un tas de choses aussi... donc j'essayerais, parce que j'ai une formation, à habiter plus et plus cette image ou se laisser habiter... »

Pour vous associer et amplifier ça va permettre de mieux être habité par l'image que de juste l'avoir eue...

« Ça permet de rendre vivant... c'est ce lien entre... c'est ce qui est profondément individuel, qui est profondément universel aussi... oui je pense effectivement que c'est en associant, en amplifiant, qu'on donne du temps à cette image, une chance à cette image... qui ralentit les choses... qui permet de... de lui faire une place... de veiller à ce qu'on puisse la retrouver facilement aussi... que ça dure pas juste l'espace d'un instant mais qu'on puisse y retourner... et plus je vais rajouter des harmoniques à ça par le biais des associations et des amplifications, plus j'enrichis l'image... il ne s'agit pas de couper les cheveux en quatre... mais de permettre à l'image... de se déployer... quand j'étais petite il y avait des fleurs en papier dans des petits coquillages... ça vous dit qqch ? (non) on achetait ça dans les magasins de jouets, c'était des petits machin en papier avec des petites fleurs en papier qui avait été, ça devait être chinois... qui avait été emprisonné comme ça et puis plongé dans l'eau ça s'ouvrait et puis la fleur voilà elle se déployait... ça faisait rêver... c'était très très chouette... voilà je pense qu'une image... une image elle a besoin de pouvoir... parce qu'on vit dans un monde de signe et pas de symboles, on vit dans un monde rapide, dans un monde où il s'agit de comprendre... et l'image elle a besoin qu'on l'accueille... elle est polysémique, elle est belle... enfin c'est toutes ces notions qui sont fortes, et en même temps qui ne sont pas alignées couvert... il y a qqch à apprivoiser... c'est donner du temps et de l'espace aux images... et leur donner l'occasion de se remanifester... »

Peindre, sculpter ou mettre du sens en amplifiant, quelle différence ?

« C'est deux moments différents, qui ne sont pas à opposer... »

Qui ne se remplace pas pour donner du temps, accueillir, qu'elle puisse se développer... pour ma part j'ai besoin de verbaliser...

« Moi j'oppose pas les deux... on ne découvre pas les mêmes choses à travers le verbe qu'à travers les... si on peint on découvre d'autres choses... que si on écrit... et tout ça c'est des harmoniques complémentaires... alors il y a des canaux d'expression privilégiés... on est plutôt visuel ou olfactif... enfin ce qu'on connaît là... à part ça ça dépend aussi des moments... »

J'ai l'impression que c'est une des différences avec les autres thérapies c'est que vous laissez faire tout ce travail autour d'un rêve ?

« Oui on va laisser ça... les images... je crois que les images elles ont pour fonction de guérir, si on leur laisse la place... il faut pas être trop intelligent avec les images... il faut pas être intelligent au sens où l'intelligence la situation et exclusivement... et donc il y des moments où c'est important de mettre des mots... il y a des moments où c'est important de méditer... il y a des moments où c'est important de dessiner... tout ça c'est pas à opposer... »

« J'ai parlé d'exigence éthique par rapport au rêve, qu'est-ce qu'il attend de moi »

Moi j'ai parlé de tâche thérapeutique, de rituels, comment faire le lien, quel pont avec le quotidien

« Alors par exemple, j'avais en thérapie une jeune femme... je pense qu'elle a la trentaine... dont... les parents... je sais plus si c'est ces parents ou sa mère, son père, incinéré et les cendres étaient dans le jardin dont elle avait hérité... et il y a tout un travail qui s'est fait... qui a débouché sur le fait qu'il s'agissait de déplacer ces cendres maintenant au cimetière... en tous cas de les sortir de cette maison qui devenait un mausolée... et quelque chose qui était un peu insupportable avec ça... donc elle a pris contact avec la commune pour faire cette translation des cendres... moi j'ai pas assisté, mais j'ai demandé quel jour, quelle heure et j'étais présente dans mon cabinet... et j'ai vécu ça aussi au moment où ça se passait... ça c'était un rituel précis... et c'était absolument important pour qu'elle se libère de cette... il y avait qqch à recouvrer là qui était absolument important... »

« Il y a qqch qui était exigé pour aller mieux, pour sortir d'un blocage »

Si la personne ne prend pas au sérieux

« Il faut mouiller sa chemise quand on fait ça... faut pas avoir peur de s'engager parce que si on ne le fait pas... il ne se passe rien... et ça se traduit par un ennui du thérapeute... »

Avait préparé une situation dont on n'a pas parlé pour finir...

« Le travail avec le rêve, je vous résume le truc, c'était une personne qui a un moment donné rêve... qu'elle vient dans mon cabinet... mais c'est pas moi qui suit là, c'est un remplaçant un jeune un peu... pour la faire courte... à un moment donné c'est elle qui lui tend un kleenex, et tout à coup la situation s'inverse... c'est un rêve qui a été très... et trois séances plus tard elle a arrêté la thérapie c'était fini... et c'était vraiment fini... c'était très intéressant de voir ça... »

Troisième entretien : J2

« Je parle maintenant du jeu de sable spécifiquement je crois pour se concentrer un petit peu sur ça... parce que c'est vrai le jeu de sable s'inscrit dans un contexte thérapeutique plus large. C'est un outil pour moi... et puis voilà peut-être le contexte global ou plus large, c'est une prise en charge psychothérapeutique... donc les personnes viennent ah oui comme vous dites... avec une demande de thérapie, il y a un malaise, il y a un symptôme, il y a une maladie... un trouble suivant comment on veut définir ou pas définir... la problématique... donc il y a une problématique psychologique qui doit d'abord être cernée... on comprend pas tout de suite évidemment... en tous cas il y a un objectif que ça doit aller mieux, ça devrait aller mieux... au plus vite possible souvent... c'est ça quand même, voilà c'est pas pour s'amuser, c'est pas un cadre où on s'intéresse... bien sûr on s'intéresse après au contenu qui apparaissent... mais d'abord il y a cette idée que ça doit aller mieux bientôt... donc... on est dans cet objectif là... globalement, il y a une demande d'amélioration d'une problématique... il y a un contexte extérieur, de la réalité extérieure, qui vient que ça change, qui attend un changement dans le comportement, dans le ressenti, oui dans des... dans les relations concrètes qui se passent à l'extérieur... je crois que ça c'est vraiment une spécificité... et après j'essaye de voir pour cette personne qu'est-ce qui peut l'aider à ce que l'on s'approche de ce qui fait problème, toucher cette dynamique intérieure qui cause des problèmes, et là c'est pas forcément le jeu de sable qui va apparaître... donc c'est un des outils de j'ai, c'est ouvert au début si on va utiliser le jeu de sable ou pas... juste pour contextualiser un petit peu, du plus large... de la demande thérapeutique... après j'écoute vraiment le besoin du patient... pour pouvoir s'approcher de qqch qui lui parle, qu'il peut utiliser, qu'il a envie d'utiliser et puis peut-être ça sera le jeu de sable et peut-être pas. Donc il y a toute cette période où j'essaye de voir quel outil ou quel moyen sera utile ou à quoi il est appelé ou à quoi il peut se lier lui-même comme moyen d'expression, comme moyen de travail... Et puis une fois... voilà maintenant on focalise sur le jeu de sable... »

Qu'est-ce qui indique plutôt le jeu de sable par rapport à d'autres choses ?

« Disons, moi je guide peu... je présente les possibilités qu'il y a ici, surtout pour les enfants... il y a vraiment une différence enfant-adulte »

(jeu, dessin, peinture, livres, dessin, peluche, poupées, et puis il y a le jeu de sable, aussi des instruments de musique... → regarde vers quoi est attiré)

A moitié-moitié enfants-adultes... je demande qu'on focalise plus sur les adultes... pour la comparaison...

« Pour l'adulte effectivement c'est autre chose... parce que l'adulte... les adultes qui viennent chez moi soit, ils ont entendu parler du jeu de sable et ils viennent particulièrement pour ça... ça existe... ou bien c'est des adultes qui viennent pour travailler une problématique de leur vie et qui... sont pas forcément intéressés par une expression par l'image, symbolique... et après il y a plein de choses qui peuvent se passer avec des adultes... il y en a qui viennent plutôt pour des conseils assez pratiques... au niveau plutôt pratique, après ça peut s'approfondir vers une expression symbolique ou travail de rêve aussi... ou un travail sur les émotions ou un travail d'imagination active... donc c'est aussi... je prends pas mal de temps pour sentir... est-ce que à un moment donné je vais leur proposer le jeu de sable... donc... parce que c'est vrai pour un adulte... il connaît pas ça... il pense c'est pour les enfants, c'est pas pour un adulte... (...) et il y en a pas mal où je propose jamais, parce que ça se donne pas, c'est pas nécessaire on trouve d'autres moyens de travailler les thèmes... (aussi avec le symbolique ou l'imagination active ou ça reste plus pragmatique ?) parfois ça reste plus pragmatique, parfois c'est vraiment un travail sur l'émotion par rapport à la perception de l'émotion plus direct disons du vécu... parfois j'amène un petit peu des éléments symboliques... ou qui passent à la symbolisation... ça m'arrive que parfois, il y a eu une longue prise en charge peut-être... et à un moment donné la personne me parle d'une émotion très forte et que je lui propose de choisir une figurine pour cette émotion là ou pour cet état intérieur... mais c'est pour cette personne ça suffit... c'est pas le souhait ou c'est pas nécessaire d'aller plus loin dans l'expression par l'image... on reste plus au niveau de ce qui se passe concrètement parce que parfois c'est des personnes qui ont vraiment besoin de... comment dire... d'aller vers le monde, d'analyser, de parler des situations concrètes, de réfléchir sur leurs émotions dans ces situations là... et qui... ouais où ça prend beaucoup de temps de sentir, de percevoir ce qui se passe en eux... et de se rendre compte de ça... devenir plus conscients, de chercher leur vrai souhaits... donc c'est un travail différent... d'approfondissement quand même... mais plus... on passe pas forcément au symbolique »

Je dis que c'est une de mes questions... quel est l'avantage, l'intérêt ou tout simplement la différence de travailler avec le symbolique.... Pour vous ?

« Moi je crois ce que je cherche vraiment c'est l'accès à qqch de profond et d'authentique... et vraiment cette intériorité... l'accès à l'intériorité... quel est le moyen pour la personne pour accéder à qqch de plus... qui va l'aider à... j'ai 2 situations en tête... une fois j'ai choisi de pas utiliser le jeu de sable, une fois j'ai choisi de l'introduire... avec des personnes, jeunes adultes... où je choisis de pas l'utiliser, j'ai l'impression pour cette personne-là, la relation, le contact direct est tellement important... c'est tellement difficile d'accéder à lui-même et en même temps rester en relation... que c'est important de rester avec lui dans ce contact direct... sinon il peut vite se fermer, il peut vite... on peut vite se perdre dans la relation... j'ai même des patients, où j'ai l'impression, si je dis maintenant allez faire qqch dans le sable, c'est comme si la maman les envoie, aller va jouer j'ai pas le temps pour toi... donc c'est vraiment le travail, la sensibilité à la relation est primordial je crois au transfert-contre-transfert... qu'est-ce que je fais si je propose à une personne d'aller vers le sable... qu'est-ce qu'il se passe pour lui au niveau relationnel avec cet acte-là ? ce passage-là ? Ça peut signifier plein de choses... et puis c'est vraiment très important que je sente, ce que ça signifie pour cette personne là, ça peut être une ouverture à qqch d'autre, et puis on s'ouvre à une autre dimension qui va amener... on est les deux curieux, on est les deux dans cette idée ça va enrichir le travail... mais ça peut signifier... voilà je te laisse faire qqch... et puis c'est des personnes qui ont une tendance à vite se renfermer, à toujours fonctionner dans leur monde intérieur, ça elles connaissent... ils vont... je les perds dans la relation... pour moi c'est vraiment ça le plus important... de comment on peut trouver qqch pour que dans la relation on reste vivant ensemble... »

Est-ce qu'il y a d'autres expressions symboliques qui pourraient maintenir la relation ou de toutes façons c'est un tiers ?
 « Voilà tout à fait, par exemple si... si on reste juste dans le dialogue et puis je propose de laisser venir une image par rapport à l'émotion qui est là... ou bien de dire, par rapport à cette souffrance, quel aurait été le besoin de cette partie de vous pour aller mieux ? Est-ce qu'il y a une image pour ça ? par exemple... et puis là il peut il y avoir une image qui peut venir... mais on est toujours dans ce même contact »

Là il y a l'introduction du symbolique, qu'il n'y a pas forcément dans toutes les prises en charge... et pour vous, cette introduction du symbolique, elle amène quoi de différent par rapport à quand il n'y a pas ?

« Elle amène un passage à se connecter, à une ressource, à d'autres ressources... qui est possible dans l'imaginaire, qui n'est pas possible dans les réflexions par rapport au passé... raconter, réfléchir... il y a je crois avec l'imaginaire, on se connecte à d'autres ressources qui... des ressources qui, je crois que j'ai déjà parler d'énergies, donc qui sont des ressources... énergétique... des ressources énergétiques... qui amènent une vivacité, qui amènent qqch de vivant, de dynamique, qui peut se vivre à travers les images... plus facilement que si on reste au niveau de la réflexion... donc l'image a vraiment qqch d'énergétique et de dynamique... et... qui quand elle est bien liée à qqch de vrai et de vivant... qui amène du nouveau... où le nouveau... qqch de nouveau est possible... une surprise... de qqch qui se passe... et pour moi le plus que je réfléchis sur tout ça, c'est vraiment une notion très importante... qu'il y a des surprises... qu'on peut vivre à travers l'imaginaire ou l'image, ou la symbolique... ces surprises... voilà qqch qui se montre de façon évidente... qu'on n'aurait jamais pensé, enfin qu'on n'aurait jamais réfléchi, fin... on n'aurait pas eu accès à ça par seulement l'analyse du passé ou... qui est importante pour créer une base pour tout ça... une base réelle... ça je suis convaincue mais ce passage à l'image qui permet que qqch, des éléments nouveaux apparaissent... Et ce nouveau-là qui peut... qui sont comme des germes... on peut se connecter avec ça... on peut les reprendre à un autre moment, on peut les garder en soi, on peut les cultiver, voilà, on peut se rappeler... oui c'est un peu des germes pour aller plus loin... voilà, nouveau... c'est ça le potentiel du symbole et de l'image, et de l'imaginaire... la surprise, oui. »

« Parce que ça veut vraiment dire, on dépasse ce qui est connu, on dépasse ce qu'on connaît, ce qu'on sait, ce qu'on a préconçu, ce qu'on a déjà compris sur soi-même... c'est important de comprendre beaucoup de choses mais voilà... je crois que c'est aussi la notion de l'inconscient de Jung, l'inconscient qui contient beaucoup plus que ce que l'on sait de nous mais pas seulement les déchets quoi qui ont été éliminés par souffrance... mais aussi des contenus vivants, des choses qu'on ne connaît pas encore comme des petits trésors... un symbole qui vient souvent dans les jeux d'enfants par exemple... le trésor qui contient quelque chose d'inconnu et de très précieux qui peut... qu'on sait qu'on peut le garder et puis ça va enrichir la vie... et toute cette symbolique qu'on ne savait pas avant, qu'on ne connaissait pas et qui... voilà... qui rend la vie intéressante et précieuse quoi. »

Il vous arrive de ne pas introduire la dimension symbolique → oui

C'est lié à quoi, ce serait quoi disons la restriction ?

« Les personnes viennent, les adultes viennent avec une grosse problématique... »

Je me dis pourquoi pas avoir ce trésor, ce germe, cette surprise ?

« Et puis si je viens tout de suite avec ça... ça peut... le danger c'est que ça reste déconnecté... pour moi c'est vraiment très très important de partir de la réalité, de la réalité qui est là, la réalité que la personne vit dans son quotidien, dans son couple, dans sa famille, dans sa place de travail, dans tout ça, quels sont les enjeux, quels sont les dynamiques, quels sont les vécus, les pensées... tout ça c'est très important de partir avec ça... d'ancrer vraiment le travail dans tout ça... et puis des fois c'est tellement laborieux déjà de parler de tout ça, de réfléchir, et parfois c'est la question, mais pratiquement... est-ce qu'on peut changer qqch au niveau pratique... ou... ou de comprendre aussi comment la personne est arrivée là et quels sont les enjeux relationnels avec ces personnes où il y a des difficultés. Parfois je trouve, il y a nécessité de bien s'occuper de ce qui est réel. Oui ça dépend de la personne. Parfois les personnes se plaignent, se plaignent... c'est les autres, de toutes façons... là c'est pour moi, très important, de bien comprendre ce qui se passe chez eux, chez l'autre, parfois c'est même des conseils par rapport à la communication, comment communiquer d'une façon différente pour pas se blesser constamment mutuellement... je trouve parfois ce travail du réel ou de la situation concrète est très important déjà... et puis que il y a plein d'aspect parfois à élucider ou à vraiment se concentrer sur ça pour que la personne se connaisse mieux elle-même et l'autre au niveau de la réalité Pour moi c'est très important aussi, de ne pas aller parfois dans des situations, dans le symbolique très vite, ce serait de nouveau rater cette chance de connaître les fonctionnements dans la réalité ou de... de passer à travers ce qui est réel, les relations qui sont dans une certaine dynamique... bien sûr après on peut parler de d'où ça vient dans leur passer... voilà, je peux pas l'expliquer autrement que pour moi il y a aussi la nécessité de toucher la réalité concrète, de se lier à ça... parfois c'est un travail à ce niveau-là qui est important. Parfois si des personnes sont très projectives surtout. C'est les autres et puis, pour eux, eux ils veulent que du bien, et c'est les autres qui leur font avoir la vie difficile, donc là je trouve d'abord ce travail important de voir, quel est leur rôle, quel est le rôle de l'autre, de sortir un petit peu de cette attitude projective. Si dans ces cas là on va tout de suite dans l'imaginaire, on rate cette étape un petit peu important pour moi aussi. »

Est-ce que le symbolique ne pourrait pas amener de voir qu'on est projectif ?

« Bien sûr parfois c'est possible. Parfois c'est une fuite. »

« Le contact avec la réalité pour moi est important »

Par rapport à l'objectif, dans quelle mesure vous envisager de se laisser surprendre plutôt que de coller à la réalité ?

« On travaille vraiment en processus. Je crois que pour moi. C'est personnel aussi. Ce lien à la réalité concrète est important pour moi. Et je crois que j'ai besoin de rester connecté à ça quand même. Car pour moi l'extérieur reflète l'intérieur. C'est pas deux dimensions séparées pour moi. Donc une situation banale à l'extérieur, avec des adultes on peut vraiment travailler ça. On peut la prendre comme un micro... comme un reflet des dynamiques intérieures... Je crois que pour moi ce qui est vraiment important c'est de ne pas perdre le lien à la réalité extérieure. Comment dire... C'est peut-être la réalité extérieure... après voir comment l'approfondir, comment ajouter une autre dimension, comment l'ajouter, mais c'est pas la priorité, on ne va pas tout de suite se plonger dans qqch d'extraordinaire, mais à partir voilà de ce niveau concret, réel... mais c'est lié à moi je crois cette démarche. A partir de là voir où sont les possibilités pour approfondir, où sont les possibilités pour aller plus loin, pour ouvrir, pour... comme j'ai dit voilà... vers toutes ces dimensions là et pour ramener tout ça de nouveau à qqch de... de réel ou de... intégrer ça, intégrer ça dans la vie... ouais concrète... qu'est-ce que c'est... par rapport... oui je crois qu'il y a d'autres méthodes qui vont beaucoup plus vite chercher dans l'autre dimension qqch, des informations ou des ressources... ouais moi je crois comme je suis faite ou comme je suis devenue, ce lien à la réalité ou de partir de ce contexte réel revenir et revenir c'est très important... par contre ça

peut prendre beaucoup de temps aussi.. une fois qu'on fait ce détour par le symbolique... ça peut prendre pas mal de temps pour revenir à qqch de plus terre à terre ou biographique... »

« (...) définir un objectif n'est pas si facile dans ce travail... c'est des phases qu'on prévoit pas forcément qui vont être déclenchées qui vont se déclencher... c'est un processus mais pour moi le processus voilà, j'accompagne dans le but de comment intégrer ces choses, de nouveau comment revenir avec ce trésor, comment revenir dans la réalité avec tout ça.. je crois que c'est vraiment à partir de là, plonger, revenir, qui est important pour moi... »

« Ca peut venir très tard aussi. C'est vraiment très individuel. Si je peux parler d'un exemple... je peux parler de cet exemple parce que je l'ai publié dans un journal de Sand Therapy qui est américain... où il s'agissait d'une personne qui venait pour venir faire du jeu de sable, une femme de 63 ans qui a donc déjà vécu un bon bout de sa vie.. qui venait pour faire du jeu de sable, pour essayer ça mais avec beaucoup de doutes... par rapport à est-ce qu'elle voulait vraiment faire un processus de thérapie ou pas, si c'est vraiment ça ou pas, plein de doutes par rapport à la relation et à l'engagement thérapeutique et qui s'est plongé très vite dans les jeux parce que dans les jeux elle a oublié tous ses doutes et puis elle a vraiment.. elle a construit (me montre le photos des scènes) des Scènes où elle a raconté des histoires, oui vraiment au niveau symbolique... elle a joué des scènes... c'était pour elle un vécu très important et très intense ces scènes qu'elle a créées là dans le sable... et elle ne m'a rien raconté d'elle.. elle voulait pas vraiment psy etc. c'était qqn... justement où j'avais très peu d'informations au début par rapport à sa vie concrète... et déjà si elle voulait vraiment se lier à cette thérapeute ou pas.. donc très fragile au niveau du transfert... et j'ai laissé ouvert aussi pendant assez longtemps si on va faire qqch ensemble ou pas... c'était pas possible de définir un projet.. juste c'était à travers le jeu où on voit, oui là elle vit qqch d'important pour elle.. donc elle est allée très vite dans cette dimension là... j'étais là, j'étais ouverte à ce qui va se passer... j'ai pas insisté qu'elle me raconte sur elle qqch... c'était pas encore le moment, et puis au fur et à mesure, c'était même dans le jeu de sable, à maintenant elle commence à avoir confiance en moi... dans la situation thérapeutique, il n'y avait plus la question de continuer ou pas continuer, donc même c'est vrai, la décision de faire une thérapie ou pas, avoir confiance dans le thérapeute ou pas s'est travaillé à travers ses créations.. et quand même à travers la situation que j'ai laissée ouverte de l'accompagner de là où elle en était... et elle a fait une longue thérapie et c'est à la fin, tout à la fin que tout d'un coup elle a vu le lien.. où elle a pu saisir ce qui correspondait à cette problématique qu'elle a développé dans les jeux de sable... ce qui correspondait biographiquement à tout ça... un traumatisme qu'elle a vécu jeune qui s'est formé, transformé à travers beaucoup de création et que... je crois voilà dans la 4^e avant dernière séance, tout à coup elle a réalisé à quoi correspondait réellement cette souffrance qui s'est exprimée là, à quoi ça correspondait dans son passé... donc là on monte à cette dimension concrète, réelle de sa vie, donc de sa vie passée, de sa vie présente... et puis à ce moment-là, les choses ont vraiment aussi pu se transformer dans sa vie pratique concrète... et il y a eu une transformation, une métamorphose aussi au niveau réel, concret, vraiment étonnante... mais c'est venu très très tard... disons tard.. il fallait passer par tout ce processus imaginaire pour à un moment donné être surprise... ouais pour pouvoir... comment dire.. faire le lien, ou pour pouvoir concevoir ou se lier à... à ce qui était.. ce qu'elle avait vécu dans son passé... passé de l'imaginaire au concret de son passé et après au concret de sa vie actuelle.. donc c'est vrai là c'était elle-même qui a choisi cette dynamique là... j'insiste pas « maintenant, dites-moi plus sur votre vie » si je vois que pour cette personne c'est nécessaire de passer par ce chemin là... c'est vraiment très varié au fond... si je réfléchis avec chaque personne c'est une autre démarche... pourtant je crois que ce qui est important pour moi que je restais curieuse pendant tout ce temps... mais de quoi elle parle ? De quoi est-ce qu'elle parle avec ces images... qu'est-ce qu'elle a vécu ? qu'est-ce qui s'est passé dans sa vie pour vivre les choses comme ça. Et cette double écoute, l'écoute par rapport au message symbolique et l'écoute qu'est-ce que.. ça correspond à quelle réalité de son passé, de sa vie actuelle. Cette double écoute qui me guide ou qui est importante pour moi... que j'essaie de garder. Et parfois si on est trop dans les pensées... je crois que j'ai déjà aussi évoqué cette situation-là. Si on est trop dans le connu, dans le réel, ça peut aussi être très superficiel. Ou ça me manque l'écoute de l'autre côté... où j'introduis, par exemple, quand même, un peu plus de travail symbolique... ça c'est l'autre versant de l'histoire... ou bien chez elle, j'avais vraiment... parce que le symbolique était très facile pour elle... mais où est le lien à la réalité... »

Jung parlait de l'attitude symbolique dans la vie « symbolische anstellung » c'est vrai, c'est aussi cette ouverture à ce qui se passe à l'extérieur dans la perception de ce que ça signifie maintenant pour soi-même. Je ne sais pas si j'ai déjà évoqué cet exemple d'un jeune qui me dit « Quand l'arbre était abattu... » disons pour moi c'est un exemple de cette attitude symbolique. Un jeune de 20 ans qui me raconte que... qui était beaucoup dans les questionnements par rapport à ce qu'il voulait devenir, l'enfance qu'il doit quitter et puis cet âge adulte qui lui faisait très peur... et un jour il voit que l'arbre dans la cour de là où il habitait était abattu et il a dit, à ce moment-là je savais « mon enfance tombe... maintenant c'est terminé mon enfance avec cet arbre qui tombe... » Donc, effectivement, cette perception de ce qui se passe à l'extérieur, peut être vu... symboliser qqch à l'intérieur pour la personne... je crois que c'est profondément jungien cette idée là et puis il va encore plus loin avec les phénomènes de synchronicité, voilà... où effectivement ce qui est vécu à l'extérieur est vécu pas comme une pensée ou une explication.. mais vécu comme qqch d'uni avec ce qui se passe à l'intérieur... donc un événement qui est en même temps... qui se passe à l'extérieur et à l'intérieur en même temps... et c'est uni... c'est une... voilà il n'y a pas de dualité entre l'intérieur et l'extérieur dans ces moments-là. C'est des moments très significatifs pour beaucoup de monde... Quelqu'un qui peut vivre qqch dans le... par exemple parfois dans le jeu de sable, ils créent qqch et ils regardent par la fenêtre et il y a le même aigle qui croise dans le ciel que dans son jeu. C'est arrivé. Et donc c'est des moments très significatifs... il y a qqch qui se touche à l'extérieur-intérieur... on n'est pas toujours dans cette perception là mais quand ça se passe, c'est peut-être ce vécu dont parle les mystiques... les grands sages... qu'il n'y a pas de séparation entre intérieur et extérieur... on y a accès par moment... à cette couche de la réalité... où justement les deux réalités se vivent connectées. Et puis Jung par cette idée de la synchronicité, il y a conceptualisé cette possibilité. Voilà je le verrai plutôt comme ça... ou c'est pas des projections, même si on dit... voilà on projette sur la figurine qqch d'intérieur, on la voit à l'extérieur, là il y a encore la différenciation entre extérieur et intérieur... mais il y a cet autre vécu où c'est plus... ou il n'y a plus deux mondes, où il n'y a plus de séparation, c'est uni.

Et ça fait partie des vécus qui se passent dans ces thérapies. »

Je réfléchis à haute voix, on peut dire « On projette sur la figurine qqch d'intérieur et d'extérieur mais on projette mais peut-être le fait après de prendre la figurine, d'en faire qqch concrètement ça peut changer réellement et à l'intérieur et à l'extérieur » ? → tout à fait

« C'est vraiment cette zone où ça se touche, c'est pas déconnecté. Je crois que c'est ça l'approche Jungienne du symbole. »

Je reviens sur une notion évoquée l'entretien précédent : l'importance d'être témoin

« On avait parlé un petit peu du rapport à ce qui apparaît dans le contenu symbolique. Parce que dans le chamanisme on a encore, on va incorporer totalement l'image, et puis là moi je disais dans cette approche il y a plus la dimension du témoin parce qu'on est quand même à l'extérieur. Il y a quand même... On ne va pas danser cette figurine, on ne va pas la laisser parler à travers soi... on a de la création là, on la vit mais on est quand même un petit peu à l'extérieur en tant que témoin de ce qui se passe... il y a cette dimension-là dans cette approche... et puis... c'est vrai je crois que pour moi ce qui est vraiment important... et je l'ai écrit qq part (rires) dans mes réflexions... c'est que pour moi ce qui est très important dans tout ça, dans tout ce qu'on peut vivre, dans l'imaginaire, imaginal, symbolique, tout ça... c'est quand même en fin de compte la prise de conscience... la prise de conscience « ah c'est ça qui m'habite, c'est ça qui vit en moi, c'est ça qui... existe en moi... toujours dans cette dimension de la surprise... parce que ce n'est pas une surprise c'est déjà du préconçu, du pré-pensé. Ça doit être quand même cette prise de conscience de la découverte de ce qu'il y a en soi. Et puis donc de la prise de conscience on revient vraiment à soi en tant qu'être peut-être non symbolique... on quitte un petit peu la dimension du vécu du symbole, quoique... mais on n'est plus complètement dans le vécu de l'imaginaire pur... mais il y a ce petit mouvement de prendre conscience « ah en moi il y a ça... ou il y a ça que je peux vivre... » le Moi c'est encore une question... c'est qui Moi ? Mais il y a cette dimension du témoin justement. Du témoin qui peut prendre conscience ou qui prend conscience... Donc cette conscientisation pour moi est très importante dans tout cela. C'est pas seulement le vécu extatique ou le vécu... supra qqch... ou le vécu extraordinaire... ou le vécu dans un état modifié de conscience mais ce retour à la prise de conscience de qui je suis oui... donc de moi-même... ma conscience réalise que c'est ça qui existe en moi... vous voyez ce mouvement de conscientisation qui est pour moi très important dans tout ça... »

« Dans le jeu de sable on parle d'une interprétation retardée. Donc on n'interprète pas ou on n'essaie pas de comprendre maintenant au niveau mental immédiatement après la création... donc c'était très important pour Dora Kalfff et pour beaucoup de praticien du jeu de sable que on va amener ou chercher une interprétation immédiatement après le vécu. Et je crois que c'est très important tout ça... Et ça c'est aussi qqch de très cher pour moi de vivre qqch au niveau disons pré-conceptuel ou disons en dessous de tout ce qui peut être pensé et réfléchi, rationalisé... en dessous... ça n'existe pas encore... plutôt dans cette couche pré-verbale, pré-conceptuelle, pré-symbolique parfois... parce qu'il n'y a pas toujours une construction qui exprime qqch... parfois c'est juste travailler le sable, toucher le sable, faire des tas, qqch qui ne ressemble rien... donc pour moi c'est très important d'ancrer l'expérience dans qqch où il n'y a pas encore de réflexion possible... et on reste dans cet espace-là autant qu'il le faut, pour rester connecter à qqch de vivant, de profond, de pas encore saisissable par les concepts, on reste là-dedans, on observe... voilà le témoin qui observe juste ce qui est là... c'est pour ça que j'aime l'idée du témoin parce qu'il... le témoin ne juge pas, n'existe pas... il est juste ouvert à ce qui se passe... ça peut-être bien, ça peut-être mal, il ne juge pas... ce témoin-là dont je parle ici... il observe, il est phénoménologique... on suit cette attitude... moi je dirai... autant qu'il le faut... ou même... le plus longtemps possible... comme dans ce cas là... il y a un moment qui sort du processus même ou qui se... qui se donne par le processus même où tout à coup il y a une envie ou une disposition à aller un petit peu plus loin dans la compréhension... classiquement dans le jeu de sable on fait même tout un processus d'images, sans analyser, sans interpréter... jusqu'au bout on fait ce processus... et à un moment donné on voit... on a l'impression ça se termine et puis on va terminer... les choses ont changer... on peut terminer ce processus... et puis après 6 mois ou une année ou 2 ans après... on regard les images sur photo, ensemble et on peut plus analyser, on peut faire le lien avec la réalité, les choses donc concrètes et on analyse plus les processus inconscient, les significations de symboles, on analyse, on interprète... mais vraiment la génération.. la première génération des thérapeutes par le jeu de sable insistait beaucoup sur ça... donc l'interprétation retardée ou décalée... ça doit d'abord se vivre à ce niveau inconscient et pas perturbé par la réflexion... ça doit se vivre là librement.. et puis après, à un moment donné on peut regarder ça avec beaucoup plus de rationalisme ou d'esprit analytique... »

Mais c'est important de faire ce processus après ?

« Disons on ne le suggère même pas... classiquement.. oui là de nouveau... il y a des thérapeutes qui disent « c'est pas du tout important « l'inconscient sait » ce qu'il veut vivre, ce qu'il doit vivre... il y a ça aussi pour les thérapeutes du jeu de sable... Maintenant j'observe plutôt une tendance... donc 2^e, 3^e génération que cet élément de l'interprétation devient quand même de plus en plus important... surtout dans le travail avec les adultes effectivement... il y a quand même cette approche là où ça se présente plus facilement avec les adultes qui posent la question « ça signifie quoi, c'est quoi maintenant ce que j'ai fait là, ça représente quoi ? je fais quoi avec ça ? » Parfois ça m'arrive, si je vois que la personne a une tendance de mentaliser beaucoup trop vite de bloquer ces processus inconscients trop facilement avec la raison.. de freiner, de dire « on va essayer déjà comme ça... qu'est-ce que vous vivez... qu'est-ce qu'ils vivent les figurines ? qu'est-ce qu'ils ressentent ? Donc de vraiment de ramener à ce niveau-là. Parfois je sens quand même que la personne est prête à comprendre ou à vouloir comprendre qqch pour sa vie... de l'image... qu'elle a faite.. et... je l'induis pas.. je l'induis jamais mais si ça vient de la personne elle-même, j'essaie de voir si elle peut à la fois rester connectée à la profondeur de l'image et puis voir... voilà qu'est-ce qu'elle peut amener de là pour sa vie concrète si elle pose vraiment la question... donc vous voyez la prudence quand même... est-ce que c'est nécessaire ? Je crois que ne n'ai jamais eu un processus avec un adulte où ça n'est jamais apparu cette question-là. Voilà de « qu'est-ce que c'est pour ma vie, qu'est-ce que ça signifie »... donc à un moment donné, quand même ben... je crois que c'est la question comment lier tout ça à la réalité. Quel lien... oui mais de nouveau... je trouve que c'est très important de rester dans le vécu intense intérieur, de ne pas le rationaliser trop vite mais de voir quand même ça peut... ça peut élargir le vécu quotidien... On ne va pas dire... « Ah ça ça représente la mère... ça représente les enfants... parfois dans les premiers jeux de sable les personnes font elles-mêmes... elles font ça... elles prennent des figurines... ça c'est la mère, ça c'est le père, ça c'est mes enfants, ça c'est mon chat... donc ça c'est un niveau très concret pour... disons c'est qqch pour commencer... après ça doit s'approfondir... si c'est vraiment un processus... ça devrait devenir qqch de plus agissant... ça doit quitter ce niveau là... et puis... après... je le force pas ce retour à la réalité... souvent ça vient tout seul.. et j'accompagne la personne... »

Vous ne l'empêcher pas ? Des fois j'avais presque l'impression qu'il était empêché

« Je l'empêche si je sens que c'est trop vite... c'est de nouveau mon impression, ou ma façon de ressentir la chose.. si ça va trop vite... et trop vite dans la réflexion du connu... alors je vais plutôt l'empêcher... disons... empêcher... freiner un peu pour dire non... mais qu'est-ce qu'ils vivent ces personnages ? Là c'est utile avec ces personnages, on peut ramener la personne à ce niveau un peu narratif de l'histoire et du vécu des figurines... »

Je trouve important cette différence... c'est pour moi pas la même chose de ne rien dire du tout (ce que j'avais compris de la part de certains de vos collègues) pour ne pas favoriser la rationalisation... ou de ramener la personne au vécu des personnages

« Pour animer cette dynamique intérieure, effectivement, qui peut permettre à des personnes qui rationalisent très vite... justement à suivre ce mouvement énergétique qui s'exprime dans l'image qui en fait la dynamique.. on dit dans la psychologie jungienne et aussi surtout dans le jeu de sable que l'âme ou la psyché a une tendance auto-guérisseuse ou auto-réparatrice... qui part eux-mêmes

si on les laisse se développer librement... ou leur libre évolution... ils vont aller vers qqch de plus équilibré, de plus libre, de plus harmonisé... donc c'est aussi une idée de base je crois... qu'on ne doit pas intervenir de l'extérieur pour réparer... mais on ouvre l'espace où ces choses peuvent circuler librement, peuvent retrouver une dynamique vivante... et puis ça va trouver un chemin pour se rééquilibrer ou pour se redynamiser dans le bon sens... donc je crois que c'est aussi ça une attitude de base dans le jeu de sable.. c'est pour ça qu'on n'a pas besoin forcément de faire... »

« Ca peut être tellement bloqué... ça peut être tellement clivé... ça peut être tellement étrange que la personne n'arrive pas du tout à ramener... à rendre vivant qqch... mais... parler ou pas parler c'est déjà une grande question dans le jeu de sable... d'abord quand la personne fait qqch je dis même pas... mais qu'est-ce que c'est ? ou qu'est-ce qui se passe ?... je pose la question la plus ouverte possible si elle veut verbaliser ou pas parce que au fond c'est une méthode non verbale... on dit toujours c'est une méthode non verbale, ça peut se passer sans parole... et moi quand même quand la personne a fait qqch, elle est toujours libre de parler ou de ne pas parler... ça dépend... mais après quand elle dit « j'ai fini », je viens voir... et puis je pose la question « est-ce que vous aimeriez dire qqch par rapport à ça ? » Donc elle peut ou elle peut ne pas dire qqch. Cette liberté est pour moi très importante. Si je dis, mais qu'est-ce qu'il se passe, vous aimeriez m'expliquer... ou vous m'expliquez un peu... voilà j'induis déjà beaucoup... donc elle doit passer à un niveau où elle doit expliquer... c'est pas toujours utile.. donc je laisse libre si elle veut verbaliser ou pas... après si cette verbalisation d'une façon très factuelle, A c'est ça, et puis lui c'est mon père... ou bien il y en a encore d'autres qui sont déjà un peu formés en psychologie qui savent tout de suite ce que tout ça signifie comme symbole.. donc là, c'est là que je pose ces questions d'amplification... pour ramener tout à ce niveau tout à ce niveau du vécu pré-conceptuel... »

Vous avez des exemples de ces questions d'amplifications ?

« Oh ça peut être très simple... disons dans l'image... il y a un chien et puis plusieurs animaux... et je pourrais dire mais ce chien, comment il se sent par exemple... est-ce qu'il voit un autre animal ou il ne voit pas... ? »

D'après votre ressenti vous choisissez le chien ou bien pas ?

« Voilà... oui tout à fait, donc vraiment pour rester dans le vécu des figurines qui sont là... ou bien oui voilà c'est... mais oui... donc ça c'est vraiment cette idée de ne pas trop vite mentaliser et d'attendre au fond le moment où la personne peut de nouveau lier ou rester en lien avec ce vécu préverbal, pré-conceptuel... qu'on ne peut pas encore penser ou... ce vécu et puis de rester en lien avec ça et en même temps voir sa vie, ou la situation de sa vie... donc rester en lien avec ces deux réalités, et là on peut parler plus de qqch de concret... ou voilà par exemple, comme elle qui a tout à coup réaliser ce que signifie cette sorcière dans sa vie... »

En posant ces questions ça peut prendre sens tout seul ?

« Tout à fait... ça vient de la personne elle-même... de nouveau dans cet effet de découverte... « ah il y a ça... » cette surprise de nouveau... si c'est pas ça... ça vient de là (la tête) »

Je dis que je trouve difficile d'accéder à ce niveau de surprise sans aide → non pas toujours...

« Il y a des personnes où on parle ¾ d'heure de ce qui se passe dans l'image... sans aucune interprétation, c'est vraiment... ça devient tellement vivant... chaque élément.. de la danseuse par exemple qui est vue par le tigre ou pas vue... c'est important qu'elle soit vue par le tigre... et vraiment des éléments extrêmement... oui on explore, c'est une exploration... mais à ce niveau là... »

« J'essaie d'accompagner... j'essaie d'accompagner où elle en est et ce qui va l'aider à rester en contact avec ce vivant, avec cette couche vivante en elle. C'est vraiment... je crois... on sent quand on quitte cette couche où cette dynamique est vivante... on quitte cette couche pour un peu plus réfléchir... « voilà, je sais bien, c'est ça... » oui on se déconnecte un petit peu... de ce vivant, du symbole, qui est toujours dans l'inconnu, qui reste inconnu... il doit y avoir cet esprit de découverte, de curiosité... on ne sait pas encore... « mais alors si je regarde... ouais si je sens... il y a ça... non il y a plutôt... » Donc on est plutôt dans l'exploration... et pas dans le déjà su, déjà connu. »

« Il peut se passer tellement de choses différentes... il y a un autre exemple d'une jeune femme qui est beaucoup dans la réflexion.. dans la souffrance... dans les symptômes, de parler, parler, parler... et... cette nécessité d'expliquer, de comprendre, et avec un symptôme très marqué, je l'invite à arrêter de parler et puis à toucher le sable.. donc là j'ai vraiment proposer pour quitter ce niveau où on s'en sort pas... et puis voilà... elle va vers le sable, le sable mouillé, et puis elle travaille le sable, elle s'installe vraiment et puis c'est que du toucher, c'est que du travail, c'est que du remuer... il y a pas du tout la nécessité ou l'idée de faire qqch d'imagé... c'est que du touché, que du vécu sensoriel mais qui l'amène justement à qqch de complètement différent que ça... elle parle en même temps... et tout à coup elle trouve... il y a un souvenir d'un vécu traumatisant... corporel... qui est là... et puis... et là évidemment je reste avec elle... je pose des questions et puis on est là... on reste avec ça... et elle continue à travailler, à travailler avec le sable... donc cette matière qui la ramène à la matière de son corps... et puis le souvenir arrive... tout seul... le souvenir du traumatisme... qu'elle sait jamais permis de nommer ou... de voir comme qqch terrible... parce qu'elle a toujours dit... non mais c'était normal... et puis tout à coup, il y a là, avec ce vécu du sable... donc dans ce travail corporel, quoi... on trouve le souvenir corporel, la mémoire corporelle qui permet... voilà, de comprendre après autre chose, qui permet vraiment de libérer... pour elle c'était une séance et puis tout son rapport au corps à commencer à changer mais vraiment de façon... flagrante... après... avec ça... donc... pour elle j'ai induit qqch de complètement... autre que tout ce fonctionnement là... donc vraiment où on ne pense plus... on touche... vraiment un vécu corporel qui est possible avec le sable... voilà... c'est pas encore dans le symbolique même... mais il y a cette dimension de l'être global.. je crois que c'est ça qui est très important dans cette approche que... on fait vivre... ou on vit qqch à un niveau plus entier, global, et le corps en fait partie... et là il n'y a pas de paroles, il n'y a pas de pensées, d'explications... de raisonnement encore... c'est que du vécu... et à partir de là, il se peut que « ah.. il y a un souvenir... » voilà un événement qui après... comme élément significatif... d'abord significatif... et on ne veut de nouveau pas dire « ah oui c'est à cause de ça que... » mais on va le vivre, voir... et là c'est la relation qui est très très importante je trouve... tout ça se vit dans la relation thérapeutique... donc pour moi la relation.. comme je l'ai dit au début est un outil ou un véhicule, un moyen extrêmement important dans tout ça... »

Je questionne autour de la notion de « témoin » par rapport au danger de l'imaginaire dans le travail avec des personnes qui ont des tendances psychotiques. On subi pas on a une conscience toujours de ce qui se fait...

« Oui tout à fait... ça je trouve c'est vraiment qqch d'important pour moi... cette conscience qui supporte d'être témoin, qui supporte de ne pas agir... (...) supporter de ne pas agir, de freiner... ou de... cette poussée vers l'action, d'être témoin... le témoin... je me suis inspirée de la philosophie hindoue pour ça aussi... il y a des jolies écritures dans la philosophie hindouiste par

rapport à cette attitude du témoin... c'est justement la conscience qui est important... c'est pas seulement s'immerger dans du vécu... mais cette étincelle de conscience qui... mais qui doit s'allumer là dedans.. c'est ça.. c'est pas une conscience qui vient d'en haut, qui regarde... voilà qui est en même temps liée à ce processus.. vivant... aveugle aussi dans une certaine mesure... mais comment l'allumer pour pas... venir d'en haut ?... moi je crois que le mouvement jungien c'est vraiment ça... de venir d'en bas... voir comment dans les processus les plus irrationnel, trouver cette étincelle de la conscience. »

Et pour ne pas non plus confondre, ce qui est intérieur et extérieur ?

« Tout à fait... pour pas se faire envahir... je crois que c'est ça aussi... parce que tout ça, ça peut envahir la conscience ou l'extérieur ou comment dire, ce qui est vécu, ça peut envahir le... la conscience ou la clarté... disons la perception du réel quand même dans lequel nous vivons aussi... »

Je relève que c'est subtil, croire à la synchronicité et sans être envahi...

« C'est ça et je crois que le seul moyen c'est cette étincelle du témoin... qui regarde ça... voilà c'est d'une clarté, d'un calme et... d'un lien à qqch qui est soi-même ou pas soi-même mais quand même qqch de personnel... qui est ancré dans la personne... dans le plus profond... de la personne... je dois quand même savoir que c'est une conscience qui est ancrée en moi, elle n'est pas moi... elle est plus grande peut-être... oui elle est certainement plus grande mais elle doit être ancrée ici, quelque part... (...) pas dans l'aveuglement... même si... et c'est ça la délicatesse dans l'approche jungienne... parce que Jung il s'est plongé complètement dans tous ces vécus imaginaires, dans sa peur de devenir fou lui-même, mais avec vraiment cette rigueur de vouloir être témoin... et le Livre Rouge c'est l'expression de ça... »

Important de laisser faire ce processus, de ne pas rationaliser, ni regarder d'en haut, rester connecté au vivant et en même temps rester dans le pragmatique, le terre-à-terre... on suit, il n'y a pas forcément d'objectif du coup... à part le fait de vouloir laisser faire et être le témoin... le thérapeute joue ce rôle de témoin ?

« Tout à fait... Je crois que c'est vraiment cette question d'un équilibre, de... je sais pas... parfois on s'égare beaucoup aussi... parfois je me dis « mais voilà, on en est où, on va vers quoi ? on va loin dans une direction... » mais c'est des vécus contre-transférentiel... après... comment dire... difficile à verbaliser toutes ces choses parce qu'elles sont dans un domaine très... si on dit une chose... l'autre est vraie aussi... c'est vraiment une question d'équilibre... de ne pas tomber dans un extrême... et puis oui... d'adapter à la personne, de quoi il a besoin et puis... où il y a un chemin pour la personne... ça je crois ça c'est ça aussi... de sentir où est un chemin pour la personne parce que pas chaque personne peut aller tous les chemins... ou peut aller, voilà... voilà, je crois que c'est ça que j'essaye de sentir, là où il y a l'ouverture pour cette personne... Où est-ce qu'il y a une vraie ouverture parce qu'il y a des personnes qui fonctionnent, fonctionnent, fonctionnent mais c'est toujours dans leur même circuit... mais où est-ce qu'il y a une vraie ouverture pour aller plus loin ? Et parfois c'est une ouverture qui est nécessaire par rapport à ce qu'il se passe dans leur vie... parce qu'ils ne sont tellement pas en lien avec ça... parce qu'ils ne sont tellement pas... je sais pas ils ne considèrent tellement pas ce qui se passe... ils sont dans des jugements tellement vieux... de voir autrement la réalité... oui parfois c'est ça qui est... où le chemin peut commencer... et pour d'autres qui sont déjà beaucoup dans des réflexions, réflexions sur tout ça, c'est plutôt le chemin de l'approfondissement... où il y a une ouverture... il y a une ouverture là.... Ouais.. j'ai quand même aussi qqch où j'essaye de guider la personne qq part où elle va... elle va pas automatiquement... en sentant où elle peut aller... vous voyez c'est aussi ça... je sens où elle veut aller... mais... voir un peu comment l'accompagner pour aller un peu plus loin... dans cette direction... elle dit des choses complètement anodine et puis je peux prendre ça... et on regarde ce thème un peu plus... voilà on le regarde dans tous les détails... et puis là on approfondit... on va vers qqch de plus profond... par exemple... »

Trouver le chemin, trouver ce qui va surprendre... est-ce que ce n'est pas l'accès à un autre état de conscience modifié ? Quand vous explorer, amplifier, rendre presque palpable un vécu subjectif. Ca m'est apparu que c'était une induction hypnotique. Et cette amplification, description, induit un état de conscience modifié, qui permet tout à coup qu'apparaissent une surprise, un cadeau ? (« Tout à fait ») qui permet de voir les choses autrement... (« tout à fait »)

Est-ce qu'on et toujours surpris avec un symbole ?

« Oui moi je crois quand même qu'il y a cet aspect de la surprise... parce que... oui ça peut partir par exemple d'une situation quotidienne... après on explore... et puis la personne parle de sensations corporelles par exemple... ça la ramène à des souvenirs quand elle a eu cette même sensation corporelle aussi... une sensation désagréable... et moi je peux poser la question mais... « quand vous avez cette sensation là... qu'est-ce qui ferait du bien à cette partie de vous qui sent ça... qu'est-ce qui lui ferait du bien ? » Et là il y a une image qui vient... donc là je trouve c'est le passage au symbolique... »

« Après on a qqch qu'on peut partager... on reste dans cette image ensemble... la personne je l'invite à sentir ça... comment ça fait par rapport à ce qu'elle vit dans le corps... donc effectivement, c'est vrai... si on veut c'est un changement de niveau de conscience... je le vis surtout comme un... je dirai approfondissement du vécu... approfondissement du vécu, ça je sens avec ça... il y a un approfondissement, la personne est plus entière tout à coup... »

Permettre aux différents plans de coexister...

Est-ce que la ressource elle est presque toujours dans l'image ?

« Je dis même pas image... je dis « qu'est-ce qui ferait du bien à cette partie de vous ? De quoi elle aurait besoin ? » et... ouais... ça abouti quand même souvent à une image... ça vient facilement... une image tout seul... même si je dis pas « une image »... parfois il y a... il y a par exemple un mot... « protection, une protection » mais après il y a une protection, « qu'est-ce que ça serait, une protection vraiment agréable ? »... et puis voilà, il y a d'image d'un manteau, une couverture, d'une personne qui met une couverture ou qui prend dans les bras ou qui voilà, donc... c'est très rapidement dans une image, même si je le dis pas... »

« A quoi on peut se connecter, on peut se rappeler de ça... souvent... parce que vous avez aussi, je crois, posé la question, les tâches... »

« Je peux proposer à la personne de temps en temps de se rappeler à ça où même régulièrement de se rappeler à cette sensation, à cette image... et pour ça une image est extrêmement utile effectivement... une image on peut la dessiner, on peut la peindre, on peut se rappeler, on peut là... évoquer justement, ré-évoquer très facilement... beaucoup plus facilement qu'une émotion, ou que qqch de plus abstrait... c'est ça le grand avantage de l'image je trouve... qu'on peut... la ramener à la... à la conscience, au vécu... »

« Pour moi c'est toujours très important aussi que ces choses restent à l'intérieur, c'est même pas nécessaire de l'avoir concrètement... »

« Parfois les gens après me disent, oui à la maison j'ai dessiné mon image ou j'ai décrit mon image... ou bien j'ai... mais... parce que parfois ça peut aller aussi trop vite je trouve de vouloir l'extérioriser... surtout avec là les images aujourd'hui... les gens veulent vite prendre le natel, prendre une photo de la construction... et puis ça j'empêche, je ne suis pas d'accord que ça soit tout de suite à l'extérieur... moi je trouve beaucoup plus puissant quand ça reste un travail... un petit travail intérieur, de le rechercher, de le réactiver, de le réanimer, dans la situation... dans laquelle elle se trouve concrètement... de voir où est cette ressource maintenant... comment je peux là... voilà la retrouver maintenant, aujourd'hui... je trouve ce travail est important... après bien sûr on peut... moi aussi j'ai plein d'objets qui sont significatifs pour moi... à l'extérieur, oui, on peut le faire... (...) mais ça a seulement du sens si de nouveau on prend du temps pour bien se reconnecter avec... bien l'activer, le réactiver... le contempler, le méditer... c'est la que ça redevient vivant... ça doit devenir vivant de nouveau à l'intérieur, sinon c'est un objet extérieur, une photo qu'on croit posséder... c'est vraiment cette idée que ça doit être vivant, redevenir vivant chaque fois... »

« Comme dans les religions on a plein d'objets... »

Je mentionne la dimension secret-sacré, garder pour soi.
Qqch de très personnel à protéger. → « exactement »

« Effectivement il y a qqch avec la « profanation » ça perd de... »

« Peut-être que ça a à voir avec le « container »... le container... les alchimistes, on dit que le processus peut seulement le faire s'il se passe dans un container fermé ou dans un vase... le vase alchimique... donc ça doit rester fermé pour que le processus à l'intérieur puisse se faire... ça peut pas se faire dans une ouverture... ou qqch qui n'est pas délimité. C'est aussi qu'on a ce bac assez petit... donc c'est un espace... circonscrit, c'est à l'intérieur de qqch. C'est cette notion d'intérieur qui est, je crois important pour tout ce qui peut vraiment agir, pour tout ce qui est agissant, il faut ça, il faut cette... ouais qqch qui est clos. « Clos » pas dans l'idée de fermeture, mais de protection... où on n'est pas dans l'ouverture à tout et n'importe quoi... je crois que c'est ça... Dora Kalf par exemple, pour elle, (...) qui a insisté vraiment sur l'importance de la relation thérapeutique, dans le sens d'un espace libre et protégé... Ça c'était vraiment sa notion-clé. L'espace libre... donc on ouvre à toutes les possibilités qui peuvent se passer mais protégé... donc protéger dans la relation, dans le secret, aussi des influences extérieures, et aussi des dynamiques qui peuvent être destructrice de l'intérieur... donc vraiment cette sécurité de la protection du processus... je crois que c'est ça effectivement qui... »

Je relève combien le symbole est souvent comme ça à la charnière... entre deux mondes, deux possibilités...

« Oui je crois que ça c'est vraiment l'idée jungienne du symbole... l'union des opposés. »

Je dis en « entre beaucoup de choses » et c'est cette connexion qui rend vivant...

« Voilà, et c'est ça le critère pour moi »

Et qui surprend...

« C'est pour ça que c'est difficile à dire aussi toutes ces choses parce je crois le critère ultime pour moi c'est « vivant », « le vivant » »

Avec la surprise... ça met en mouvement, ça émeut...

« ouais suivre cette piste là, l'écouter, la chercher, rester en contact... avec ça et dans l'intimité du... du processus... »

Ouvrage de référence : J'ai pensé à 2

- le livre rouge, c'est qqch de très important pour moi
- l'autre c'est pas du tout dans la psychologie jungienne. Je sais pas si vous connaissez, l'histoire une jeune hollandaise qui a vécu... décédée dans un camps de concentration qui a écrit des journaux intimes, qui étaient jeunes et je trouve ça extrêmement important ce qu'elle écrit. C'est pas dans le symbolique. En allemand ça s'appelle « Das Denken des Hertz... » pour moi c'est vraiment une synthèse de tout ça... le cœur pensant, la pensée avec le cœur... le cœur qui pense, cette unité entre la pensée et le cœur. L'important pour moi chez elle c'est vraiment l'accueil de ce qui est... avec cette attitude du témoin... je la retrouve beaucoup chez elle même si elle ne l'appelle pas forcément comme ça... être témoin et en même temps d'être connectée à qqch de plus grand, je le sens beaucoup chez elle... et en même temps en contact avec qqch de terrible parce que voilà elle était juive et elle a vécu toute cette persécution. Elle voulait être le cœur pensant au milieu de cette réalité terrible.

Troisième entretien : J3

« Alors c'est vrai que moi pour l'instant ce que je peux voir... je pars de la demande de la personne, de sa situation actuelle, dans quelle difficulté elle se trouve actuellement... j'ai rarement eu des personnes qui m'ont dit j'ai ça comme objectif. C'est plus une situation difficile dans laquelle elles sont intriquées... et on part, on part un peu de ça je dois dire... pis après... moi je laisse assez l'interaction avec la personne, aussi au niveau inconscient, comment les inconscients sont connectés pour peu à peu me laisser guider, ou suivre les impulsions... j'ai pas vraiment de plan défini, je ne vais pas aller consulter mes guides ou mes esprits... je pars plutôt, et ça c'est assez typiquement jungien, de ce qui se constelle au niveau de l'inconscient pis ce qui est palpable au niveau de l'inconscient... parce que oui chez certaine personne il y a un rêve initial où tu vois un peu un aspect prospectif, cad ben voilà un peu ce que la personne va développer... ou ce vers quoi elle se dirige... après t'as des rêves initiaux qui sont vraiment plus des rêves qu'on appelle compensatoires... cad qu'ils vont mettre en exergue comment la personne elle se... elle se situe, qu'est-ce qui se passe en elle par rapport à la difficulté à laquelle elle fait face dans sa vie au moment où elle apporte le rêve... alors ces rêves là qui sont plus compensatoires ben ça montre qu'il y a un espèce d'équilibre qui se fait avec l'inconscient... mais pour moi c'est plus difficile de voir sur quoi l'analyse va porter... plutôt dans le niveau prospectif... alors sur quoi l'analyse va porter au niveau de la situation actuelle et ce qui se passe et les besoin de compensation au niveau de la conscience... ça on voit... mais voilà ça dépend... j'ai pas de règles en fait je me laisse assez libre de suivre... là par exemple j'ai une jeune femme qui vient... elle a très peu de rêves... c'est aussi... tu vois il y a des gens par exemple... même aussi avec l'autre patient que je vois encore régulièrement, il n'y a pas beaucoup de rêve... donc on est plus à un niveau plus clinique du travail... cad à la structuration de la conscience... quels sont les complexes activés... comment la personne répond à ces complexes... quelles sont les défenses dans lesquelles elle est prise pour faire face à ces énergies inconscientes... et pis ben des fois ça prends beaucoup de temps à simplement travailler à

la structuration de la conscience... cad aider la personne à prendre conscience quelles sont les mécanismes en elle activé, qui sont peut être présent depuis très longtemps... pis en principe voilà... quelqu'un qui va arriver avec une structure qui est bien structurée... paf tu vas pouvoir travailler avec les rêves, tu vas pouvoir créer des liens avec les énergies plus inconscientes, tu vas peut-être pouvoir faire un travail peut-être plus chamanique justement... mais moi je suis toujours main dans la main avec l'âme de la personne... mais avec certaines personnes tu peux pas.. parce qu'il n'y a pas le contenant nécessaire pour rentrer en contact avec les énergies brutes de l'inconscient... alors moi ça ne me fait pas trop peur, je pousse pas et puis je fais confiance aussi à l'autoprotection de la personne... cad qu'il y a une sagesse chez l'autre... même si des fois je lui suggère des choses... des fois je suis plus directive avec certaines personnes qu'avec d'autres... des fois j'avais peur au début, maintenant ça va mieux, d'être trop directive... et puis petit à petit je me rend compte que la personne elle prend que ce qu'elle a besoin de prendre... il y a une autoprotection comme ça qui se fait. »

« Pour moi le but... vraiment... le but que je poursuis avec les gens... c'est de les rendre autonome par rapport à leur vie inconsciente et puis de leur donner une part d'autonomie... donc je veux surtout pas créer une espèce de dépendance... ouais ça c'est important pour moi... mais tout en étant consciente que pour un moment je vais être un peu une sorte d'incubateur... ou que l'espace d'analyse va être un incubateur... mais le but je dirais que je poursuis... même si c'est... là j'ai un patient que je vois depuis deux ans et demi hein... bon on ne se voit plus toutes les semaines... il vient moins régulièrement... mais je sais, je vois qu'il y a besoin de ce lieu pour venir incubé, venir chercher une sorte de sécurité, de contenant. Et puis petit à petit le but c'est de le rendre indépendant... mais voilà typiquement une personne... son moi est tellement peu structuré, qu'il ne peut pas être autonome, et qu'il ne peut pas dialoguer... avec les énergies inconscientes... et je pense que c'est une question de suivre le rythme de la personne... »

Parce que pour toi le dialogue avec les énergies inconscientes c'est une question de structuration du moi ?

« Le dialogue conscient... ouais... parce que je dirai... le contact avec les énergies inconscientes tu les vois... ben simplement quand une personne est prise dans un complexe et pis qu'elle active une défense... mais c'est pas conscient de sa part... et le dialogue conscient avec les images de l'inconscient ça demande une structuration du moi qui soit assez forte... parce qu'autrement... alors oui on a entendu à l'institut... il faut faire attention, on peut partir en psychose, en bouffée psychotique, voilà ! oui ! mais en même temps moi je fais confiance à la personne... et pis je fais confiance aussi au processus... je veux dire s'il n'y a pas de rêve, s'il y a une coupure avec l'inconscient où la personne n'amène pas de rêves... voilà, c'est comme ça... tant qu'il n'y a pas le matériel qui vient c'est qu'on doit travailler à une autre niveau... alors c'est un peu frustrant des fois... parce que quand t'as des rêves... là j'ai travaillé avec des étudiants de l'institut de l'IMD à Lausanne... et pis il y avait notamment une personne qui est arrivée avec des rêves, avec une structuration du moi, intelligent et tout... Wouah, voilà... on a fait 20 séances parce que c'était le deal au départ... mais tout à coup tu as quelqu'un comme ça... c'est super intéressant... mais les gens qui sont consciemment sur la voie de l'individuation, c'est pas la majorité quoi... je pense que dans les patients on en a... on fait beaucoup beaucoup de travail de structuration de la conscience... »

Tu arriverais à décrire concrètement ce que ça veut dire (le travail de structuration de la conscience) ?

« Par exemple... tu as quelqu'un qui... je peux te donner l'exemple de cette personne avec laquelle je travaille en ce moment... quelqu'un qui se critique toujours énormément... mais ce critique intérieur, c'est une énergie inconsciente, un complexe... mais elle est identifiée avec... elle n'arrive pas à voir qu'il y a qqch en elle qui la critique... elle prend ce rôle de critique... donc il y a tout un travail à faire, au niveau de la conscience... pour qu'elle prenne conscience de ce qui agit en elle... et qui... tu vois... pis après il y a aussi... elle s'identifie aussi totalement avec la partie qui est... soumis à ce critique... et voilà, le travail de la conscience, c'est de pouvoir un bout se distancier et de voir ce qu'il se passe à l'intérieur, quels sont les conflits... et pis ça ça prend du temps... il y a... notamment chez elle... il y a vraiment un très grand manque de sécurité maternel... donc énormément besoin de bienveillance de... donc moi des fois j'essaye de « décoller » « mais là vous êtes en train de vous critiquer »... pour essayer de créer ce pont et cette distance... et je vois qu'il des fois ça prend il y a une pièce qui tombe... et puis des fois ça prend pas... et... parce que le but après c'est le dialogue avec les énergies inconscientes... ça serait le dialogue ou en tous cas la distanciation d'avec ce critique intérieur... là où on a un complexe paternel négatif... et puis petit à petit de se démarquer, de se dés-identifier... et c'est ce qui permet de ne plus être sous le joug de ce critique... de récupérer de l'énergie... alors des fois ça peut aller très vite... c'est pas que je dis que chez des personnes ça prend des années... non des fois on est étonné... moi j'essaye de rester... j'essaye de pas, et j'espère vraiment rester là-dedans... de ne pas avoir de... de croire que tout à coup que ça peut changer... de rester devant le côté un peu « si dieu le veut » ça c'est un peu pour moi l'approche chamanique aussi... cad ça dépend pas... on ne sait jamais... une personne peut aller très très vite, guérir très très vite... et puis pour certaines personnes ça peut prendre plus de temps... moi j'aime assez cette vision-là, je trouve qu'elle est très saine... faire confiance à ce qu'il y a de plus grand que nous quoi... et... voilà un peu comme... mais j'arrive un peu maintenant que je travaille comme ça, c'est avec un peu... maintenant je commence à avoir un peu plus d'expérience même si ça fait pas longtemps tu vois... mais c'est... ça permet aussi que ça circule, que l'énergie circule... »

Je donne l'exemple de comment on pratiquerait en hypnose... par ex, par rapport avec la partie critique... « où elle est, quelle forme, quelle couleur ? » et que ça permet de mettre à distance... est-ce que ça permettrait de structurer la conscience ?

« Alors moi je l'utilise ça... notamment de me dire, « dans le corps où est-ce que ça se situe ? » ou bien notamment avec un patient qui avait un complexe maternel très fort... bon ça je crois que c'est un peu d'actualité malheureusement... (...) je lui ai demandé si c'est une couleur, une forme... et puis il est arrivé à me dire... « c'est un carré rouge » fin voilà, c'est un carré rouge... et puis oui ça permet... mais dans son cas, ça permet sur le moment, mais tu vois le but à plus long terme, c'est quand le complexe s'active, sur le moment... et ça c'est... ça prend du temps... et je suis de plus en plus respectueuse... et j'ai envie d'être de plus en plus respectueuse du temps... parce que... ça c'est le féminin, le cycle, on a besoin du temps, les choses prennent du temps, et se donner le temps d'aller mieux, se donner le temps de guérir, se donner le temps de réfléchir, d'intégrer les choses... le temps c'est un ami, pas un ennemi... et... voilà, moi je pense que c'est cet aspect de maturation qui est très importante... mais oui pour répondre à cette question-là... je pense que c'est des choses que moi j'utilise comme ça spontanément... cet accès au symbolique... mais après tu ne sais jamais l'effet... sur le moment la personne elle arrive à dire où alors c'est comme ça... mais après... moi ce qui m'intéresse, c'est qu'est-ce qu'elle en fait dans sa vie de tous les jours... comment elle manage quand elle est dans une situation et puis qu'elle a ce critique intérieur qui vient très fort... et pis qu'elle est de nouveau en prise avec le complexe... est-ce qu'elle arrive à être consciente... du conflit qui se joue à l'intérieur d'elle-même ou elle continue à la projeter à l'extérieur... et plus une conscience est structurée, plus la conscience elle est capable de voir les conflits à l'intérieur... mais pour quelqu'un qui vient te voir, et puis... de séances, en séances, ouais mais c'est tous des cons... c'est de la projections dans le monde extérieur du monde intérieur... mais t'as beau lui dire ça... ça sert à rien parce que la conscience n'est pas assez structurée... ce qui... en tous cas un bon bout est un manque de sécurité affective de base... donc après petit à petit tu approches dans des traumatismes, dans des couches... je pense

à ce patient, qui est dans ce cas là... avec une... une espèce de respect... en tous cas par rapport à lui, un noyau traumatique que j'approche pas trop... quand il émerge je... voilà... j'ai eu de la peine.. je l'ai une fois nommé mais c'est comme un espace sacré à ne surtout pas profané quoi... pis ça ça se sent... »

Tu dis que c'est un espace sacré et en même temps une blessure ?

« Énorme... indicible ! C'est même impensable et c'est surtout... ça ne peut pas être métabolisé tant qu'il y a cette défense autour érigées... cad que la défense elle est... il y a une raison... et je vois... moi j'apprends beaucoup aussi avec certain cours qu'on a à l'institut ou bien avec certain collègues qui dans les supervisions de certains cas, ou comment on traite les cas et tout... alors c'est très très enrichissant... et c'est vrai que... je pense que quand qqn vient vers toi et que tu as une capacité de vision ou bien que tu arrives à sentir comment la personne elle est agencée, comment elle s'est structurée et tout... il y a vraiment ce souci... d'infini respect, d'humilité, mais pour moi, en tous cas dans mon travail... j'arrive de plus en plus... j'espère encore tendre l à dessus, à être dans ce respect mais parce que c'est des zones que j'ai vécues que je suis allé voir en moi.. et que je sais la souffrance qui est derrière... et il y a des personnes qui sont tellement blessée.. que si tu pèses dessus, ça peut te faire un... c'est pas le but non plus... mais j'ai vécu ça des fois en allant voir des thérapeutes ou des gens un peu qui font des choses... alors moi je pense qu'on a une sacrée autoprotection... peut-être des personnes plus que d'autres... mais... des fois tu peux te retrouver à aller chez des thérapeutes qui disent... « c'est bon le problème est réglé... je m'en suis chargé » Je me suis retrouvé face à des gens comme ça. C'était très formateur aussi mais... je pense le problème est réglé je pense dès le moment tu peux être en conscience en face et puis... intégrer tu vois les choses... ben après ben voilà... avec les personnes qui viennent... moi je pense que les énergies de bas fond par rapport à ça c'est... maintenant j'arrive à dire... c'est l'énergie d'amour... pas l'énergie d'amour cucul mais de profond respect et puis d'empathie profonde avec la personne et les zones qu'on touche chez elle, moi c'est aussi ma cartographie intérieure qui me permet de savoir dans quelle zone on se trouve... et puis quand on va... en fin moi je suis allée toucher en moi des parties qui sont tellement douloureuses... où il faut des années et des années pour aller les toucher un peu, revenir et après retourner.. pis revenir... et pis c'est chaque fois plus profond... t'arrives dans des espaces tellement béant de souffrance... mais il y a qqch derrière... voilà, je pense que c'est... ça c'est un peu, en ce moment ce que je suis en train de me rendre compte dans le travail avec les personnes...

« (...) pis après, comme maintenant je vais commencer à travailler avec des personnes handicapées mentales... où là il n'y a pas la protection, en tous cas la persona, le masque, tu vois, il y a tout de suite qqch de brut... pour moi ce respect là il est d'autant plus précieux... pis c'est aussi une protection pour moi parce que... je pense c'est ça travailler avec la lumière... (le respect, l'amour ?) (acquiescement) parce que tu peux tellement être prise dans le complexe de pouvoir, sans t'en rendre compte... ça c'est le piège... je pense que c'est un peu le piège aussi dans toutes les voies spirituelles... c'est tout à coup l'identification avec... »
→ danger

« pis surtout les gens que je vois et que... je les aime quoi... tout à coup tu te dis « ouais ben.. » De toutes façons travailler avec qqn qu'on n'aime pas ça se fait pas... je pense que ça se règle... »

La place, le rôle des symboles dans la structuration de la conscience ?

« Bon moi je pense, le symbole il est toujours présent... même un symptôme il peut être symbolique... on peut aussi l'interpréter symboliquement... par exemple les douleurs, dans quelle partie du corps, c'est proche de quoi, de quel chakra ou corps énergétique... mais c'est vrai que... qu'il n'y a pas besoin d'avoir un rêve pour travailler au niveau symbolique parce que le symbole il est un peu partout... mais... la capacité de pouvoir se brancher sur le symbole... donc d'être en lien avec l'inconscient... ça dépend justement du patient que tu as en face... avec certaine personne moi je n'arrive pas... alors je peux avoir des effets au niveau contre-transfert... je peux me sentir monstre angoissée tout à coup quand la personne me parle de qqch... « ok bon ben il y a une angoisse, qu'est-ce que c'est ? » Moi je suis très branchée émotionnellement.. tout à coup des colères, des trucs, mais des fois voilà c'est difficile de donner un sens... j'ai envie de commencer à travailler avec le jeu de sable notamment ben avec les personnes handicapées... je pense que j'ai encore beaucoup à découvrir par rapport au symbole et puis... mais le symbole a besoin de... enfin pour l'instant... moi je suis plutôt dans le côté où le symbole pour pouvoir... pour que le symbole soit curatif, il y a besoin quand même d'une certaine conscience...

« Parce que les forces inconscientes peuvent être autant curatives que destructrices... c'est ça c'est une énergie qui est tellement brute décoffrage, tellement nucléaire... plus tu vas dans les archétypes c'est une énergie... ouais plus t'avances là-dedans plus t'as besoin d'avoir une structure de la conscience qui soit assez forte pour pouvoir rentrer en dialogue... donc je pense que c'est vraiment pas tout le monde qui peut aller là-dedans... »

Autant destructeur que constructeur ?

Le processus d'individuation ne tend pas vers qqch de positif selon Jung ?

« Bien sûr... tu dis bien « le processus d'individuation » ouais le processus d'individuation qui implique qu'on ait un moi assez structuré pour rentrer dans le processus d'individuation qui est le processus à proprement parler, de dialectique avec l'inconscient... et bien sûr qu'une fois que ça c'est... le moi est assez structuré pour, à proprement parler, pour rentrer dans ce processus là... les aspects destructeurs de l'inconscient, tu vas pouvoir en prendre conscience... donc ils seront moins destructeurs... parce que tu les vois, tu en prends conscience... quand tu es face à des énergies qui sont... ouais qui sont des énergies de l'ombre... c'est moins destructeur à partir du moment où tu en prends conscience... mais certaines énergies elles sont... je sais pas elles peuvent se manifester par des maladies, elles peuvent se manifester par des accident, il peut y avoir des synchronicités... il y a des choses aussi... quand t'es en phase avec l'archétype de la mort, que tu le sens... voilà, c'est des zones où... il faut quand même cette force là... ça veut pas dire que les énergies sont bonnes ou mauvaises... je pense qu'elles ont les deux mais... bien sûr que le but du principe d'individuation c'est d'être nourri par l'inconscient... et je pense que l'inconscient a besoin d'être nourri par la conscience aussi. C'est ça la dialectique, c'est un peu Dieu et l'homme... cad que Dieu a besoin de l'homme pour prendre conscience de lui-même... donc c'est pas que l'inconscient ou que la conscience c'est vraiment les deux, il y a besoin des deux... je sais pas pour parvenir... je sais pas peut-être l'illumination, j'en sais rien... je pense aussi qu'un inconscient qui est destructeur... quand t'es sur la voie de l'individuation, c'est qqch qui demande à être intégré... mais par exemple qui est psychotique, qui est possédé par un complexe négatif, des gens qui sont possédés même par des archétypes... je sais pas ce qui s'est passé à Paris... je sais pas ça c'est aussi de l'énergie inconsciente, c'est pour ça que je dis cette énergie elle peut être très... »

En fait si on est capable de la regarder, de dialoguer avec, elle devient moins...

« Après je pense qu'il y a des parties de l'inconscient, il faut même pas essayer de rentrer en dialogue avec elle... Marie Louis von Franz a pas mal parlé du mal... je pense que quand tu touches à certaines facettes du mal absolu, tu peux que en prendre conscience

et te tirer, surtout pas entrer en conversation avec... c'est là aussi où... tu vois il y a des choses... moi j'ai eu des fois des perceptions... par rapport à des personnes... tout à coup t'es face à qqch... bon t'en prends conscience mais instinctivement je ne vais pas essayer de dialoguer avec... parce que non, c'est pas... ça existe ces énergies là, ça existe aussi... alors c'est une face de Dieu qu'en tant qu'être humain on a un peu de la peine à comprendre... mais c'est aussi une face du divin, c'est des énergies (c'est dans réponse à Job) Moi je pense plus à ML von Franz dans « le Mal dans les contes de fées » et puis elle a aussi donné des entretiens où elle parlait de ça... »

Je dis que j'ai tendance à croire qu'on peut tout transformer... comme l'ombre

« Bon l'ombre c'est un peu tout ce qui n'est pas conscient. Donc ça peut être aussi bien l'ombre blanche on dit... mais je pense même que... ML Von Franz disait «des fois il y a des gens c'est des âmes perdues, on ne peut pas s'en occuper... ». Moi j'aime à penser « Inch'Allah » on ne sait pas... peut-être il y a quelqu'un qui... il y a une rédemption... mais c'est qqch qui ne nous appartient pas, on n'a pas de prise dessus. C'est plutôt dans ce sens-là. Moi je suis assez attirée par ces zones d'ombre... je pense que le mal a une emprise tant qu'il nous fascine... c'est ça c'est qu'on est fasciné par le mal... regarde tout avec le nazisme... tout ce que ça constelle... il y a qqch dans le mal qui nous fascine, qui nous attire... parce que le mal nous demande d'augmenter notre conscience... moi je pense que c'est ça qui est tellement magnétique... »

« (...) il y a des patients qui sont venus là... notamment un patient... où tout à coup il y a eu des personnages dans la pièce, je ne savais pas qui c'était... alors là c'est les pieds sur terre, je me centre, je prends bien conscience de l'énergie qu'il y a... j'ai eu peur des fois... »

La personne elle en était consciente ?

« non... c'est des possessions... c'est là où tu vois... la personne en est pas consciente... mais voilà il faut contenir... tu contiens... je contiens... j'ai eu une fois ce petit tableau qui est tombé, j'ai eu une fois la porte qui s'est ouverte et puis après qui a claqué de l'appartement... moi je ne l'avais pas fermée à clé... enfin des manifestations comme ça énergétique de complexe très fortes... donc Jung en a aussi parlé dans... heureusement qu'il a parlé de ces choses parce que ça nous donne une cartographie encore une fois... tout à coup quand ça se passe... c'est « ok qu'est-ce qui se passe là ? Il y a une intrusion, il y a qqch... » Pis il faut contenir, avec la conscience. En prendre conscience c'est la seule chose que je peux faire. Pis petit à petit c'est des énergies... comme chez ce patient ben c'est énormément d'énergie d'agressivité refoulées mais énorme... maintenant ça commence à se métaboliser... il arrive à exprimer son agressivité... aussi dans le corps... mais... ça fait c'est celui que je vois depuis deux ans et demi... c'est long long long long long quoi... mais aussi dans le contre-transfert... je me dis je suis seule là avec un homme... je sens ça... j'ai le type, mais il fait ce qu'il veut.. tu vois t'es quand même face à des trucs comme ça tout à coup... ça je trouve moi... bon je trouve ça passionnant mais... »

Je relève qu'on dit qu'il faut avoir travaillé sur soi pour accompagner qqn mais ça me semble aussi valable pour ce qui se manifeste à l'extérieur... ça se manifeste pas chez les thérapeutes qui ne l'ont pas vécu...

« Ce qui m'avait touché à l'institut notamment on avait fait un... on avait fait un séminaire sur « rencontre du masculin et du féminin » et puis on était des femmes... un groupe de femmes, un groupe d'homme... et puis pendant un moment les hommes travaillaient avec un analyste et puis nous on faisait des choses... on devait faire dans la glaise et tout... et pis moi je ne sentais absolument pas le leader du groupe homme mais vraiment pas... mais lui je sentais qqch de démoniaque chez lui... et il y a eu un moment... je me souviens plus trop... où on s'est rassemblé, les hommes et les femmes... et moi j'ai eu une vision à un moment donné d'un cobra moi qui m'est apparu devant moi pis qui était hyper en colère... mais qqch de... je l'ai interprété comme une colère de la déesse mais très très fort... il y avait une colère du féminin blessé qui se constellait... et puis voilà on s'est retrouvé tous ensemble... et cet homme a complètement pris de lead sur tout le reste... cad qu'il a commencé à dire « ce qui se passe ici c'est super important... » bref, aucun respect du processus qui c'était mis en place et ben du féminin, du... de ce qui avait pu émerger, il voulait tout de suite s'en emparer... moi je le voyais un peu comme un... et bon les gens l'écoutait... après on en discutait, il y avait des gens qui n'avaient pas aimé sa façon de conduire le groupe, qui s'étaient senti mal à l'aise... mais pendant que ça avait lieu il y a eu un orage, et à un moment donné il a pris la parole au même moment un éclair... mais il a dû tomber à 50m... mais pour moi c'était tellement évident ce qui se passait... je suis tellement branchée la dessus... j'ai dit « ça va pas... il y a qqch qui ne va pas là... il y a une violation du féminin, mais tellement forte »... moi je l'ai vraiment ressenti comme ça... pis effectivement, il y a pas beaucoup de gens qui ont réagi à ça... et je me suis dit, « Ben je sais pas... des fois il peut y avoir une certaine naïveté... on sait que les énergies sont très fortes mais... » mais aussi là dans le monde jungien j'ai l'impression qu'il y a... je sais pas... fin moi je suis qqn qui ressent les choses hyper fort et tout... et que ça existe, c'est là, pis des fois « attention »... il faut pas dire « attention maniaque, prudence... » mais des fois une certaine naïveté, j'ai l'impression des fois qu'on parle de choses, on fait des choses un peu très naïvement, un peu comme là pendant ce séminaire, alors que c'était fort... alors je sais pas si... c'est toujours la question... « Est-ce que c'était ma blessure féminine... ? » si j'étais pas jungienne, je dirais « je projette ma propre blessure sur ce qui se passe à l'extérieur, et puis ça se passe... » mais c'était quand même qqch de collectif... et comme j'appartiens au collectif, la blessure du collectif est aussi la mienne... je sais pas si c'est clair... pour dire des fois il y a peut-être des phénomènes qui se passent... et puis ben on peut y être sensible ou pas... ça veut pas dire que les phénomènes ne se passent pas... mais bon moi, les exemples que je t'ai donné heureusement ça ne se passe pas avec tous les patients, mais ça c'est eu passé, ouais... »

Tout le monde ne va pas déjà voir le Cobra... cette connexion au monde symbolique... souvent on coupe...

« Est-ce qu'on coupe ou est-ce que ça apparaît mais on n'en prend pas conscience ? Je sais pas... »

On ne capte pas... et puis après le sens que tu peux y mettre...

« Et pis là il y a eu après... je sais qu'entre la leader du groupe femme et le leader du groupe homme... il y a eu une monstre bagarre... et pis elle s'est fait... enfin elle a été prise dans un truc... mais justement, elle ce que j'observais, c'est qu'elle a voulu négocier avec cette énergie là... et moi ce genre de gars... enfin, l'énergie dont il était porteur, je ne négocie même pas... je prends conscience, je me casse... et c'est là où... où le féminin naïf qui va vers le diable... mais je vais faire en sorte qu'il va m'aimer... les autres n'y sont pas parvenus... mais moi je vais... il y a un opéra de... Bartók de Barbe bleue qui diffère un peu de la version qu'on connaît... où la jeune fille elle épouse le Barbe Bleue mais elle sait à l'avance ce qui est arrivé aux autres épouses... mais avec sa naïveté, elle pense que elle, elle va réussir à le changer... elle, cette leader, je la voyais un peu là-dedans, dans ce côté... pis moi j'y suis tombé un peu là-dedans... (est-ce que c'est pas le propre des femmes de tomber là-dedans ?) ouais je crois... et pis on est tellement dans l'Eros les femmes, on est tellement dans la relation on croit qu'au travers de la relation on va pouvoir... »

on va pouvoir changer un homme... on va pouvoir changer, on va... et pis c'est là où il y a une phase un peu de naïveté... la naïveté qui.. voilà, c'est une étape initiatique... mais ouais l'énergie de Barbe Bleue et ben salut... l'archétype... »

Je mentionne mon expérience au stage de tantrisme... que dans cette perspective je pourrais envisager comme une étape d'individuation de sortir de cette naïveté...

« et pis de faire confiance à ton ressenti... parce que tu vois si t'es pas forte, assez forte... t'as ressenti que ce mec il est mauvais pour toi, il est en train de te faire du mal... mais si t'es pas assez forte, tu vas mettre en doute ton ressenti... tu sais la voix « mais non, mais il faut être gentille, c'est pas vrai... c'est vrai que j'ai des choses à dépasser.. » et c'est ça le piège.. et il y a tellement de femmes... et d'hommes aussi avec leur féminin blessé vachement là dedans... »

Comment tu travailles avec le symbolique quand la personne a une conscience assez forte ?

« Ben pour l'instant c'était beaucoup au travers du rêve... »

Et du coup ça se passe comment ton travail avec les rêves

« Ben c'est assez mystérieux parce qu'il y a des... il y a des rêves qui sont très... notamment... moi j'ai eu une personne où je sentais que ça partait sur la voie de l'individuation assez net... euh il a eu un rêve juste archétypal, un truc pfou... mais lui-même n'avait pas conscience que c'était un grand rêve... donc t'as le rêve... toi tu dialogues avec le rêve et tu peux sentir ce que le rêve... je parle plutôt des rêves archétypaux, pas les rêves personnels où là il y a les complexes pis là il y a besoin de dialoguer avec la personne pour voir un peu ce qui est constellé dans le rêve et pis qu'est-ce qui se passe... mais ces rêves où il y a ces grands symboles/archétypes, tu dialogues avec le rêve, le rêve te parle il y a qqch, t'es connecté parce que c'est collectif, mais l'autre en face pas... donc je crois... »

Tu arrives à illustrer ?

« Ben par exemple cette personne... là j'en parle parce que c'est un rêve archétypal, je ne parlais pas d'un rêve personnel où il n'y a pas de matériel... ben par exemple lui il a rêvé... c'est qqn qui est libanais donc qui a grandi dans ce berceau, Liban, Israël, enfin voilà... et il a eu un rêve où il allait discuter avec un homme dans le cadre d'un travail et cet homme lui disait qu'ils avaient trouvé... ils avaient trouvé le moyen de transformer l'énergie de la bombe nucléaire pour faire le bien... donc là, c'est un rêve... ça parle pas forcément du patient lui-même, c'est un rêve prophétique, qui est clos dans la psyché au niveau du patient, il y avait des aspects après au niveau du travail qui lui appartenait, mais ce message-là par exemple... ça c'est un rêve qui appartient à tout le monde... »

Comment tu sais ?

« Je le sais, alors là j'arrive pas à expliquer... c'est quand qqch te parle... »

Comment tu dialogues avec le rêve et pas avec la personne ?

« Ben avec lui je lui ai quand même dit que c'était un grand rêve... et... j'étais toute excitée quand il m'a donné ce rêve... j'étais « wouah » je lui ai montré que j'étais impressionnée par le rêve... mais voilà, lui il était « ouais, ouais, ouais... » il arrivait pas à saisir l'accord, c'est pas pour rien que l'inconscient a choisi cette chaise là... » donc déjà, t'as l'énergie un peu de la grand-mère, t'as un truc qui... pis après tu fais la même chose avec les bouquets de fleurs, après le collègue... c'est qqn qu'il aime, qu'il ne peut pas voir, on a des clés, si c'est qqn du même sexe que le rêveur, c'est souvent l'ombre, justement ce qui n'est pas vécu consciemment... et pis le message du patron passant par le collègue, il y a beaucoup de risque que ce soit justement un complexe paternel négatif qui critique le patient et tout... et pis voilà, ça je ne vais pas forcément l'expliquer au patient... et pis des fois, là je contrôle tout parce que des fois il y a des rêves, bien sûr tu comprends pas, t'as juste quelques petites pièces de puzzle... voilà on discute du rêve et il y a des fois ça fait un insight, ça réveille qqch au niveau de la conscience, des fois pas... pis des fois il y a des rêves, t'en as discuté il y a trois mois, il y a même une année... et puis tout à coup, dans la vie du patient t'as des symboles qui reviennent... alors ça peut être des situations de vie tangible... par exemple là ça serait... non mais l'histoire de la chaise ça ne va pas trop mais... fin un symbole qui revient dans la vie du patient qui était apparu dans un rêve il y a deux ans en arrière pis du coup ah... tu reviens au rêve tu dis « ah mais le rêve avait parlé de ça... » c'était un rêve qui était plus prophétique, c'était un rêve qui était plus prospectif, qui était tourné vers l'avenir... après il y a des rêves qui sont purement compensatoires... qui ne sont pas mauvais hein... mais qui compensent une attitude trop rigide, latérale... par exemple qqn qui s'astreint à un régime à fond, il mange aucun sucre... il va rêver qu'il bouffe une boulangerie.. parce qu'il y a besoin, la psyché a besoin qu'il y ait un équilibre.. la fonction de l'inconscient là elle est purement compensatoire... avec ce genre de rêve... ce serait de voir petit à petit comment la personne se dé-rigidifie... »

Tu aurais des exemples d'associations, d'amplification ?

« Ben les associations... je sais pas, si par exemple tu as un patient qui rêve qu'il est dans une salle avec une chaise au milieu... et puis qu'il y a des... il y a plein de bouquets de fleurs dans la salle et puis il y a un collègue qui vient le voir, et puis ils ont une discussion ensemble et puis le collègue lui dit... je dis n'importe quoi... le collègue lui dit qu'il a reçu un message du patron... que le patron était très mécontent de son travail... déjà, t'as les éléments du rêve... t'as la salle, t'as la chaise, t'as les bouquets de fleurs, t'as le collègue... déjà là « la chaise elle est comment ? » Tu demandes au patient de la décrire... alors des fois il arrive à décrire la chaise, des fois pas... « est-ce que cette chaise vous fait penser à qqch, à une chaise, ou à qqch... ? » Et pis soit oui soit... « ah ouais ça me fait penser aux chaises que ma grand-maman elle avait dans sa salle à manger... » c'était comment dans cette salle à manger ? » Ben après il peut donner un ou deux souvenirs par rapport à la salle à manger... mais il faut pas aller trop loin... chez Jung, on reste collé au rêve, les freudiens après continue les associations, la grand-mère, nanan... nous on revient... d'accord, c'est pas pour rien que l'inconscient a choisi cette chaise là... » donc déjà, t'as l'énergie un peu de la grand-mère, t'as un truc qui... pis après tu fais la même chose avec les bouquets de fleurs, après le collègue... c'est qqn qu'il aime, qu'il ne peut pas voir, on a des clés, si c'est qqn du même sexe que le rêveur, c'est souvent l'ombre, justement ce qui n'est pas vécu consciemment... et pis le message du patron passant par le collègue, il y a beaucoup de risque que ce soit justement un complexe paternel négatif qui critique le patient et tout... et pis voilà, ça je ne vais pas forcément l'expliquer au patient... et pis des fois, là je contrôle tout parce que des fois il y a des rêves, bien sûr tu comprends pas, t'as juste quelques petites pièces de puzzle... voilà on discute du rêve et il y a des fois ça fait un insight, ça réveille qqch au niveau de la conscience, des fois pas... pis des fois il y a des rêves, t'en as discuté il y a trois mois, il y a même une année... et puis tout à coup, dans la vie du patient t'as des symboles qui reviennent... alors ça peut être des situations de vie tangible... par exemple là ça serait... non mais l'histoire de la chaise ça ne va pas trop mais... fin un symbole qui revient dans la vie du patient qui était apparu dans un rêve il y a deux ans en arrière pis du coup ah... tu reviens au rêve tu dis « ah mais le rêve avait parlé de ça... » c'était un rêve qui était plus prophétique, c'était un rêve qui était plus prospectif, qui était tourné vers l'avenir... après il y a des rêves qui sont purement compensatoires... qui ne sont pas mauvais hein... mais qui compensent une attitude trop rigide, latérale... par exemple qqn qui s'astreint à un régime à fond, il mange aucun sucre... il va rêver qu'il bouffe une boulangerie.. parce qu'il y a besoin, la psyché a besoin qu'il y ait un équilibre.. la fonction de l'inconscient là elle est purement compensatoire... avec ce genre de rêve... ce serait de voir petit à petit comment la personne se dé-rigidifie... »

Et là tu ferais comment ?

« Ben écoute, moi des fois ça dépend, j'ai pas de règles en général, il y a des fois où je sens où je dis vraiment au patient... et pis il y a des fois où je le dis pas... et j'ai eu une fois le cas d'une personne qui est venue, elle est venue qu'une séance, elle n'est pas revenue, je pense que j'ai eu un message qui l'a heurtée ou qui lui a fait peur, mais j'ai senti sur le moment de lui dire... c'était quelqu'un qui était très... qui travaillait, qui faisait un stage d'avocat et qui était complètement dans un stress, complètement... dans un énergie, pis fallait bosser, pis elle dormait plus, pis elle commençait à être dépressive, pis ça n'allait pas parce que... mais un état de rêve... et pis elle m'a rapporté un rêve avec un train qui déraillait et pis... où il y a eu un accident, le train tombe d'un pont et elle ne se réveille même pas dans le rêve, donc dans son rêve elle voit le train détruit... bon il y avait son frère qui apparaissait dans le rêve... un truc... et pis moi simplement je l'ai mise en garde... je lui ai dit « attention, il faut un peu lever le pied... parce que là visiblement il y a... » alors je sais pas, elle n'est pas revenue... est-ce qu'elle n'est pas revenue... je sais pas... mais moi sur le moment, j'ai senti... sur le moment j'ai senti que je devais le lui dire... tandis qu'avec d'autres personnes ça ne va pas être le cas, je vais pas dire... mais j'ai vraiment ressenti ce rêve comme un avertissement... elle allait trop vite... en plus le train allait trop vite, il y avait un train devant qui allait plus lentement... son train ne... ralentissait pas allait de plus en plus vite et carrément rentrer dans le train qui allait trop lentement... et pis peut-être qu'inconsciemment elle est venue là juste pour recevoir ce message... »

« Est-ce qu'on dit juste... mais je crois que c'est là qu'il faut être... J'apprends hein... maintenant je me suis vachement... ramollie au début j'avais juste l'impression qu'il fallait faire attention à tout ce que je dis parce que ça pouvait avoir un impact incroyable, jusqu'à ce qu'avec ma superviseuse elle dise « mais ça c'est un peu... on se croit tout puissant... on croit que parce que on va dire qqch à qqn, ça va soit l'aider, soit le détruire, alors que justement... il y a cet aspect protection, régulation, et tout... » pis je lui fais un peu confiance, maintenant... pis aussi se laisser le droit à l'erreur... sur le moment je l'ai senti comme ça... Jung a aussi travaillé comme ça... il disait le message du rêve et pis il y avait des rêves « voilà, maintenant ça suffit quoi »

Oui, l'éthique du rêve...

« Ben c'est ça... c'est que le rêve, moi je le prends au sérieux... je le crois... le rêve pour moi c'est la vérité pure... donc ce qui se passe, ça donne une fenêtre sur ce qui est en deçà de tout ce que la personne peut te montrer... donc t'as aussi un sacré pouvoir, tu vois ? T'as une vision, t'as une fenêtre sur une authenticité... mais après, suivant quelle personne... autant faire les associations... des fois toi-même tu ne comprends pas le rêve... tu fais les associations avec la personne... et puis tu laisses... tu dis ben rien que le fait de rêver c'est curateur... et qu'on ait pu se pencher les deux sur le rêve et qu'on ait pu voir... c'est déjà curateur... »

Est-ce que s'il y a juste le rêve, est-ce que c'est curateur ?

« Moi je pense que c'est curateur si on en fait qqch, si on en prend conscience... si on en fait qqch... si... après peut-être qu'il y a aussi des rêves... je sais pas, tu te réveilles un matin après un rêve, tu te sens vachement bien, t'as une énergie... alors là je sais pas, c'est un rêve qui t'as amené une énergie qui est bonne... à l'inverse... un rêve « prou... » tu te sens mal toute la journée... après il y a des gens qui ne rêvent jamais, ou qui ne se souviennent pas de leurs rêves on est d'accord parce que il y a... »

Oui et qu'est-ce qui fait qu'on fait plutôt un rêve personnel un grand rêve, un rêve compensatoire... bon il y avait un analyste qui me disait que plus tu dialogues avec ton inconscient, moins tes rêves sont archétypiques...

« Ben c'est ce que je te disais un peu... au départ de l'analyse, c'est là où t'as des grands rêves, t'as des trucs... pis après... c'est pas que t'en as plus... moi j'en ai encore... c'est plus tu instaures un dialogue avec l'inconscient, moins il a besoin de venir taper à la porte au travers du rêve... parce que tu vas peut-être être plus connectée à ton corps, à tes symptômes, à tes émotions, à une énergie autre qui peu s'exprimer directement, qui a moins besoin d'utiliser la voie du rêve, j'en sais rien... moi je sais que je rêve... mais il y a beaucoup de mes rêves que je n'apporte plus du tout dans l'espace d'analyse... par contre ce qui me reste du rêve en termes énergétiques suivant comment je me sens... ça je l'apporte... ça je... pis après il y a ces rêves un peu plus avec ces trucs vibratoires dont on a parlé... ouais c'est fou comme moi je me souviens d'un grand rêve que j'avais eu au début que j'ai commencé l'institut... pis on avait fait un séminaire de groupe sur les rêves... où on devait amener un rêve, j'avais parlé de ce rêve... un peu comme celui qui m'a parlé de la bombe nucléaire... et pis moi « pff... ben c'est un rêve quoi... » pis c'est maintenant que je me rends compte ce que c'était comme rêve... j'ai encore pas tout pigé... je pense que ce rêve m'expliquait ce que c'était mon destin mais qu'en termes symboliques... »

C'est quoi analyser un rêve ? Qu'est-ce que tu fais de ce que la personne amène ?

« Je crois que pour moi analyser le rêve c'est un peu ce dont je t'ai parlé... avec les associations, le vécu, ça fait ressortir des fois des émotions, des complexes... après suivant la personne où elle en est ça m'est arrivé de demander... « Est-ce que vous pourriez me dessiner un des personnages du rêve... ou est-ce que vous pourriez me dessiner... un patient avait fait un rêve avec une fontaine, avec de l'eau croupie... voilà je peux donner cet exemple là... il était très dédaigneux, c'est pas intéressant ce rêve... Il rentrait dans une pièce sombre où il y avait une fontaine avec de l'eau croupie et sale... pis moi tout de suite... claquement de doigts... le symbole de la fontaine, c'est un des symboles tellement fort, la source enfin... et... par exemple avec lui il dédaignait cette fontaine, je lui ai demandé de me parler de cette fontaine... et puis je lui ai posé la question « Pour la prochaine séance, est-ce que vous seriez d'accord de me dessiner cette fontaine ? » Alors il l'a fait, j'étais étonnée... Et le dessin qu'il a fait... cette fontaine est magnifique... entre ce que... comment vous la décriviez du rêve et comment elle est là... et pis après, avec lui j'ai fait une imagination active. J'ai dit « ben maintenant cette fontaine elle a une eau croupie sale, si vous pouviez imaginer ce qui sort de cette fontaine, est-ce qu'on peut essayer de voir ensemble... prendre cette fontaine, et voir qu'est-ce qu'elle devient cette fontaine... » Et puis il a eu une vision... enfin dans l'imagination active, il a vu une femme qui sortait de cette fontaine avec des cheveux blonds, une robe blanche, pas mouillée... donc son anima... et avec un glaive, un épée donc un masculin... donc juste une image incroyable... là aussi je me retrouve face à une image... je peux lui dire « mais c'est incroyable, vous vous rendez compte l'image que vous avez ? » C'est juste un féminin et un masculin régénéré... c'est incroyable ce qui sort de cette fontaine avec ses eaux croupies... Dieu merci que ce symbole est arrivé dans le rêve... Le patient, je ne lui ai pas dit, parce que ça sert à rien, là c'est aussi intellectualiser si je... et pis après je me dis toujours, c'est peut-être ma perception enfin... c'est toujours difficile... mais après, les séances d'après, il y a eu qqch qui s'est passé... un regain d'énergie... une capacité à être moins rigide dans sa vie, à... voilà... »

Toi tu n'as rien dit ? Et lui il en a dit qqch ?

« Ben lui ça ne l'intéressait pas... La femme et l'épée ? Non il n'en disait pas grand-chose il disait juste ce qu'il voyait... mais l'important c'était pas qu'il en dise qqch... l'important c'était comment... comment énergétiquement cette image se liait à lui... »

(mais il s'y reliait ?) pas consciemment non... mais il y a qqch qui s'est passé après... donc je pense ça, c'est un peu le rêve qui travaille tu vois... ça travaille, il y a qqch qui se passe.. mais moi je ne fais rien... »

C'est toujours la question de savoir si le rêve c'est le témoin de ce qui se fait ou bien ça enclenche qqch...

« Moi je pense... le rêve c'est le potentiel... je veux dire, dans le rêve il y a le potentiel, il y a une fontaine... l'eau elle est sale, elle est croupie, visiblement elle n'est pas utilisée... c'est qqch qui est laissé à l'abandon... moi peut-être mon rôle c'est simplement d'attirer son attention... de le relier avec cette fontaine... pis après il y a qqch qui se passe... mais voilà... c'est là avec les rêves, c'est essayer de créer un lien conscient entre la personne et le rêve, les images du rêve... mais dans un premier temps, pas forcément un lien de dialogue... parce que lui-même à la fin, cette fontaine elle n'était pas très importante, il n'avait pas vraiment pris conscience de... de ce qui s'était passé quoi... »

Et l'imagination active ça se passe comment ?

« Mais moi aussi, là je suis très... vu qu'il a amené le dessin de cette fontaine qui était très belle je lui ai dit « est-ce que vous seriez d'accord, on prend un moment, de fermer les yeux, pis d'essayer d'imaginer cette fontaine... puis de voir s'il y a qqch qui se passe ? pis voilà... »

Pis juste comme ça en fermant les yeux, il y a cette image qui est venue...

« Incroyable, donc en même temps un lien avec l'inconscient via l'imagination active incroyable... (oui parce que c'est pas donné à tout le monde) c'est pas donné à tout le monde, ah non... et lui ce n'était pas quelqu'un qui avait des grands rêves, des trucs... il avait des rêves super intéressants, c'est pas vrai... il avait des rêves super intéressants, qui montraient un féminin complètement dévitalisé, robotisé, d'ailleurs un rapport avec son corps... il avait eu un début de cancer, il était jeune, il était très dans le mental, très coupé de ses émotions, tout ça... et puis tout à coup le rêve de cette fontaine, qui montre un peu cet état du féminin ou de son âme, qui est un peu laissé à l'abandon mais qui est là donc il y a le potentiel pis tout à coup ben voilà, essayer de la faire revivre au travers le l'imagination active... et puis il y a ça qui sort... mais c'est un... c'est un mystère quoi... mais effectivement, c'est pas tout le monde qui... »

Au niveau du symbole des fois on dit que le symbole doit mobiliser pour agir... et là il n'était pas plus mobilisé que ça ?

« Non... justement... moi je suis pas sûre que le symbole doive mobiliser au niveau émotionnel... moi je pense qu'il y a un niveau plus profond où... où peut-être il accroche ou il y a qqch qui se passe, et puis... »

« Bon là le symbole il y a quand même qqch d'émotionnel dans le sens où ça ne l'intéressait pas, pis là il y a déjà une émotion... dans le sens de dédain... ça ne m'intéresse pas... je veux partir de cette pièce, il ne voulait pas rester dans cette pièce, parce que ce qu'il y avait dans cette pièce ne l'intéressait pas... donc là, il y a déjà qqch... il a déjà un lien avec cet espace qui effectivement ne l'intéresse pas, on le voit bien dans sa vie... pis le but c'était juste de lui dire « mais ça a de l'importance, regardez... » Pis il l'a fait... après on n'en a plus discuté... c'était à un moment donné... mais il a retrouvé... parce qu'il avait une façon de vivre une vie très comme ça... « moi j'aime pas trop... quand je sors, je bois un ou deux verres et puis après c'est tout... » Et puis tout était « Tac, tac, tac... » Puis moi je lui ai dit une phrase qui l'a marqué, je lui ai dit « Mais c'est pas un peu... enfin en anglais... *it is a bit boring... isn't it to ?* » Je sais pas chaque fois de se dire, je sors et je bois que deux bières et je ne fais que ça, très rigide... et je lui dis ce mot « boring » pis la séance d'après... et c'était là où il y avait eu l'imagination active avec la fontaine, il m'a dit « ah mais comme vous avez dit que j'étais ennuyeux... » mais c'est pas ce que j'avais dit... mais j'ai laissé... alors et pis tout à coup, ben là, il s'est permis d'aller à Lyon avec sa copine, d'acheter un poster d'art assez cher... de vivre quoi... alors tu vois ça et le rêve, et le fait que je lui aie dit « boring » ça a réveillé qqch... mais ça des fois tu dis des choses tu n'as même pas conscience que tout à coup ça va résonner chez l'autre... pis c'est là que je dis qu'on ne contrôle pas tout... »

A propos du dessin, j'aborde le dernier point : est-ce que tu donnes des tâches dans l'idée de nourrir l'inconscient, de nourrir la vie symbolique de la personne ?

« Moi je pense que la vie symbolique elle n'a pas besoin d'être nourrie vu qu'elle est là...mais il y a besoin de relier à l'inconscient via le symbole vu que le symbole c'est le... c'est l'objet transitionnel on va dire entre l'inconscient et le conscient... donc c'est simplement de relier la personne à son monde symbolique... mais de nourrir la vie symbolique... mais je pense que c'est en donnant... quand on prend conscience de notre vie symbolique qu'elle va se manifester encore plus pis qu'elle va... (c'est ça que je veux dire...) c'est un monde parallèle qui est là pour lui même, et qui existe voilà, de facto. »

Je redonne l'exemple de la vache... → inciter à entretenir ce lien

« et puis ça suffit... »

Elle n'a pas d'exemple en tête de ce type

« Après je pense que je propose des choses à des personnes, mais... elles le font ou elles ne le font pas, après je ne sais pas.. mais en lien avec les rêves, le symbole... voilà je peux proposer de... de faire des dessins des rêves... je peux demander que... que ça me ferait plaisir... (rires) Avec ce patient vu qu'il était tellement dédaigneux, je lui ai dit « ça me ferait vraiment plaisir de voir cette fontaine, moi je m'y intéresse beaucoup à cette fontaine... » (rires) et pis voilà, il l'a fait le dessin, donc... »

« (...) après comme la patiente que j'ai eu ce matin elle a des rêves mais elle s'en souvient pas... et pis... c'est ça... au début ça m'énervait que les gens ne rêvent pas ou qu'ils ne se souviennent pas de leurs rêves, ou qu'ils ne prennent pas la peine de les noter le matin... mais c'est maintenant que je commence à comprendre que ça sert à rien de... d'aller plus vite que la machine... comme avec elle, il y a vraiment ce travail de structuration à faire avant... et pis un symptôme... un symptôme physique ou un complexe qui s'active... pour moi ça provient aussi de... de l'inconscient... donc on peut y avoir accès... je sais pas... »

« Mais tu vois c'est très intéressant de parler avec toi parce que je fais les choses, sans forcément... je me laisse assez guider par ce que je ressens sur le moment... pis des fois ça prend, ou ça ne prend absolument pas... ou ça prend d'une façon que j'avais pas... à laquelle j'avais pas pensé... »

Un point commun, c'est oser se laisser aller à l'intuition une fois qu'on est formé, qu'on a travaillé sur soi...

« Et puis une chose à prendre en compte... parce que il y a l'aspect jungien, il y a l'aspect avec les rêves, et tout... mais il faut aussi penser à l'aspect purement humain... cad il y a tellement de personnes qui sont blessées... qui ont des blessures relationnelles énormes... là on est plus dans la psycho... je sais pas la psychologie développementale... mais simplement la capacité de rentrer en relation avec... d'avoir confiance dans le thérapeute... de pouvoir être là pour écouter la personne, lui donner de l'importance

au niveau relationnel... que la personne puisse sentir, à un moment donné, dans sa vie un espace de sécurité... moi j'ai deux personnes, ça m'hallucine, mais elle me parlent de choses... elles n'ont que moi à qui en parler... c'est là où tu dis, c'est impressionnant quoi... et tous ces aspects là... je pense que dans la relation avec l'inconscient, c'est un peu les mêmes... s'il y a des manques, ou une incapacité... ouais il y a vraiment besoin de travailler sur cette capacité à se relier... à se relier à l'autre et puis à se relier au monde intérieur... chez certaine personne ça a été tellement blessé que c'est une découverte pour eux... de tout à coup se rendre compte qu'on s'intéresse à eux... simplement qu'ils soient là, qu'ils parlent de ce qu'ils ont fait le we... et des fois t'as des séances... t'aimerais aller dans le coin, t'aimerais aller dans le symbole... mais simplement pour la personne c'est bon... parce que tu l'écoutes, tu lui donnes un espace où elle peut s'exprimer... ça c'est un travail très important du thérapeute je pense que ce soit un chamane, que ce soit qqn qui fait de l'hypnose, que ce soit un jungien, n'importe quelle méthode dans la relation d'accompagnement... c'est juste d'être là pour l'autre à un moment donné... »

« Ce que j'aime bien aussi... on avait parlé la première fois, tu te souviens... comme quoi le monde symbolique il est aussi dans le monde matériel enfin... et pis... peut-être que dans l'exemple d'un we, il y a un bout d'un conte de fée qui ressort dans ce qui s'est passé... et pis là paf, il y a l'accès au symbolique... mais après c'est ça où je trouve que c'est... c'est que des fois toi tu as conscience de ça mais tu ne le dis pas à la personne... (parce que les personnes ne sont pas ouvertes ? Je mentionne qu'en tant que patiente j'ai souvent été frustrée qu'on ne m'aide pas plus à faire le lien...) Je comprends parce que toi tu as déjà une structure, t'es en recherche avec tout ça... mais de la part d'une personne qui vient parce qu'elle a des problèmes relationnels avec ses parents, et pis que c'est juste ça et tout... peut-être que effectivement... de lui lire le conte de fée ça peut être curateur aussi... c'est vraiment... ça c'est l'aspect jungien que j'ai bien, c'est que c'est le contact avec l'archétype qui est curateur plus que ce qu'on en fait... (quoique avant on a un peu dit le contraire, non ? dans le sens c'est pas d'être en contact, c'est d'être en conscience...) en contact conscient ouais, ouais... qui est curateur... dans un chemin d'individuation... mais dans un chemin avant l'individuation... Avant d'être dans cette structuration... je ne sais pas ça... est-ce que le contact avec l'archétype est curateur en soi ? »

Je relève qu'on tourne beaucoup autour de ça aujourd'hui...

« Je sais pas... Ouais... c'est intéressant... parce que je dirais qu'en théorie oui... mais... je pense que c'est vraiment important de différencier... pis en même temps, tu vois, quand on parle de structuration du moi... c'est le prémisses du processus d'individuation... on ne peut pas complètement le mettre à part... t'as ça et pis après... ben tu vois déjà là c'est pas blanc ou noir... mais après dans le travail avec la personne tu sens ce que la personne amène comme matériel... parce qu'elle arrive avec un matériel... il y a des gens qui arrivent puis qui parlent de leur semaine... pis c'est voilà... et pis si t'essaye d'aller un peu plus creuser, il n'y a rien... bon ça moi je n'ai pas eu beaucoup de patients comme ça... mais j'ai des collègues qui me disent mais... des fois des patients c'est pénible parce que c'est juste le factuel... mais effectivement... peut-être que si le contact avec l'archétype il est pas conscient... mais de toutes façon le contact avec l'archétype il est... le contact avec l'inconscient mais de façon inconsciente... si par exemple on prend un maladie que là on peut conceptualiser comme étant qqch d'inconscient qui a besoin d'advenir à la conscience... ben écoute je sais pas en fait... je n'en sais rien... mais comme dans le cas de cette personne que j'ai eu là en analyse avec cette fontaine... il y avait plus le processus d'attention sur cette fontaine... lui donner de l'attention, qui a créé qqch... donc cette attention c'était déjà un lien... mais ce n'était pas la conscience dans le sens... « wouah... la fontaine, je suis en lien avec ma fontaine intérieure, avec ma source, avec le Soi... ah ma fontaine elle est croupie, elle est en mauvais état... » mais c'est là où je pense que même le contact... de regarder, c'est curateur... ouais... »

Et après c'est toujours la question des psychotiques, qui regardent mais qui ne savent pas...

« Là c'est... mais je sais pas s'ils peuvent regarder les psychotiques justement... parce que à partir du moment que tu regardes, tu es séparé de l'objet que tu regardes... donc tu as une distance... mais le psychotique, il fait un avec celui qui regarde... »

Mais celui qui croit qu'il y a un monstre dans la pièce, quelqu'un dans la pièce...

« Justement il n'y aura pas de distance... »

Il n'y a pas de distance mais il le regarde quand même... après c'est toute la question... est-ce que si on favorise le dialogue... ça va permettre de... d'agir...

« Ils le voient, ils ne le regardent pas... ah... peut-être que c'est différent au niveau du psychotique... il voit... mais regarder ça implique déjà une distance... par exemple si je vois cette chaise... ouais elle est séparée de moi... mais dans le cas du psychotique c'est... en même temps il y a une certaine séparation parce qu'il va voir quelqu'un... mais il y a pas de capacité à se détacher, à... ses émotions, tout de suite c'est brut, il y a qqn qui prend possession de lui, il y a... il est sûr que des pensées venant de l'extérieur, c'est ses pensées... on lui impose des choses donc il y a quand même un manque d'espace... il n'y a pas d'espace psychique propre... mais c'est assez barge la psychose... pis c'est vrai qu'un psychotique qui arrive à parler de ses hallucinations, il fait déjà un travail de distanciation... j'avais travaillé avec des personnes, justement à Champ-Fleuri... où on travaillait au niveau TCC, mais c'était déjà un travail de structuration... « oui alors j'ai une voix dans ma tête qui me dit que je suis méchante » Donc ça c'était déjà qqn qui avait plus de structuration, même si elle était psychotique, que... il y avait des personnes où on leur demandait... une elle avait des hallucinations visuelles... alors quand on lui demandait de nous expliquer ce qu'elle voyait elle arrivait à nous dire... bon déjà là il y avait un peu de distanciation... mais après il y avait des personnes qui avaient plus une psychose sur un mode paranoïaque très fort... alors elle... aucune distanciation... c'était l'horreur ça... euh mais ça c'était la pire personne... alors autant les borderline... moi je trouve que c'est difficile... mais alors elle... t'étais dans la rue, il y avait une voiture noire qui passait... tu levais la main comme ça, tu te grattais, c'était la voiture noire de la mafia, tu t'étais gratté, c'était un signe de reconnaissance t'étais de mèche avec la mafia... des trucs... et d'une agressivité... huann... et ça servait à rien de lui dire que ce n'était pas vrai... voilà, là il n'y avait pas de capacité de conscience de se dire « ah... je suis en train d'avoir un délire comme quoi la mafia... » pour elle c'était vrai... et c'est impressionnant... quelle horreur cette femme... ça c'était mon cas d'école... et ça a été une étape initiatique, parce que la première fois j'avais 20 ans, fraîche diplômée de psychologie, aucune idée de la psychose, rien du tout... j'ai eu une séance avec elle, elle commence à me parler de la mafia... on m'avait pas dit son diagnostic... un délire super structuré... comme quoi elle habitait Lausanne, qu'elle était à la place du tunnel, qu'elle avait vendu de la drogue... elle était dans la cocaïne... il y avait un groupe de mafieux qui s'en était pris à elle... bref une histoire super structurée... moi j'avais cru complètement... après je vais voir l'infirmier chef... « tu te rends compte... » « et ben ouvre son dossier, tu regardes son diagnostic... » C'était que du délire... Par contre après t'as des délires... « ouais il y a un peuple souterrain, je dois travailler pour eux... » alors voilà où là, les codes... tu sais que c'est un délire... mais elle, c'était hallucinant cette nana... »

Ou ceux qui parlent à Dieu ou à Jésus...

« Ou bien un, il ne fallait pas prendre de médicament parce qu'il y avait de l'électricité dans les médicaments... pis si il prenait son médicament... Ca faisait, l'électricité faisait que ses pensées pouvaient être entendue à la radio... qui passait dans le home... des trucs... moi je trouvais magnifique quoi les délire... des machins, tu te dis, mais c'est... après une différence entre ceux qui arrivent à dire « je vois des choses... » et puis celles qui n'arrivent même pas à dire « Je ». C'est comme ça... une elle voyait des cercueils qui tombaient du ciel.. non mais des trucs... aussi une grande souffrance je dois dire... parce que c'est une angoisse... mais là, il n'y a pas d'aspects curateur... c'est une possession, assez clairement... on peut juste donner des médicaments pour éviter qu'elle soit complètement désintégrée.. et encore « Inch Allah » on ne sait jamais... Marie Louis Von Franz disait qu'on peut travailler avec des personnes schizophrènes... qu'on peut guérir de la schizophrénie, mais que ça prend des années et des années... »

Elle disait qu'on pouvait ? Comment ?

« Ben en structurant le moi... en apprenant à la personne à dialoguer avec ses hallucinations... je sais pas si tu as vu le film « Un homme parfait » Cette histoire de ce prof... ce professeur de mathématique aux Etats Unis... et puis qui... tu vois sa vie en fait au départ... il est assez bien fait le film si t'as l'occasion de le voir... au départ, je crois... tu le vois puis tu penses que c'est sa vraie vie... pis petit à petit tu te rends compte qu'il est complètement psychotique, qu'il est dans un monde de délire... il est sûr qu'il va trouver une super formule pour révolutionner le monde... pis au début t'es dedans, t'y crois... un peu comme moi avec le délire de la parano... pis après tu te rends compte qu'il est chez lui et qu'il a des monstres colonnes de chiffres et puis ça ne veut rien dire... et pis il est diagnostiqué schizophrène, il est interné... et à un moment donné, il arrive à faire la différence quand il est en train de délirer ou pas... parce que les personnages de son délire... il y a une petite fille.. et puis il dit, la petite fille elle ne grandit pas... elle a toujours le même âge... pis c'est grâce à ça qu'il arrive un peu à faire la différence quand il hallucine ou pas... pis je trouve qu'on voit bien les différences... (quand il y a la petite fille ?) ouais la petite fille qui est là... la petite fille qui est toujours accompagnée d'un homme... et pis je crois que l'homme, il a toujours un chapeau... pis il a fallu longtemps pour se rendre compte que ça... ça faisait partie de son délire ou de son hallucination c'était pas la réalité... mais il les voit... en même temps, ça doit être super dur de voir des choses pis de te dire c'est pas la réalité tangible... ça existe peut-être dans ce monde d'où on parlait... intermédiaire... (en tous cas les autres ne peuvent pas le voir) Les autres ne peuvent pas le voir... »

« Dialoguer avec les hallucinations... ça... comme cette dame... elle disait « j'ai des voix dans ma tête... elle me disent de me faire du mal, mais je leur répond que je ne vais pas le faire... » voilà ce genre de dialogue, pas... moi je pense que oui, la conscience elle peut structurer... Je sais pas j'ai jamais trop travaillé avec ces personnes en analyse jungienne... mais ça doit être impressionnant de faire par exemple du jeu de sable avec ces personnes... je pense qu'il y a de ces trucs qui doivent sortir... »

« Après t'as les flambées psychotiques pis entre deux ça se calme un peu... pis maintenant avec les médicaments, le but c'est de stabiliser... mais jusqu'où les médicaments empêche le contact avec... ce qui se passe entre les flambées... je ne sais pas... »

Jung c'est quand même en travaillant avec des psychotiques qu'il a mis à jour le processus d'individuation non ?

« Il a découvert... entre guillemet l'existence de cet inconscient collectif... avec ce psychotique qui avait eu cette hallucination pis qui parlait de ce tube qui sortait du soleil... il est devant la fenêtre pis il voit un soleil avec un tube pis il parle de vent... un tube qui ressemble à un pénis... pis il y a du vent solaire... et puis Jung l'écoutait un peu d'une oreille flottante parce que... il avait l'habitude d'entendre les délire des psychotiques... je crois qu'il en avait un peu marre... et puis je crois que c'est quelques années plus tard où il tombe sur un article qui relate d'un symbole très fort dans une peuplade d'Amérique du sud, des indiens je sais plus quoi... où il y a exactement la description de ce symbole avec ce pénis solaire que le psychotique lui avait donné... le psychotique ne pouvait absolument pas être au courant de cet article, de cette peuplade, nananan.. pis là tout à coup il s'est dit... il y a des symboles qui sont présents... incroyable ce gars ce qu'il a fait quand même... au niveau occidental... je pense que c'est... bon il ne l'a pas fait seul, on en a déjà discuté la dernière fois

« Ben écoute c'était intéressant... je dois dire que ce matin j'étais un peu fatiguée pis avec cette patiente et tout... mais je vois que ça me nourrit, ça me donne de l'énergie... »

« Je pense c'est bien... c'est aussi joli symboliquement que tu seras à la fin de tes entretiens...(et que je vais accoucher) et pis laisser aussi reposer tout ça un moment... »

« Laisser agir tout ça comme un rêve justement... »

Troisième entretien : J4

« Alors moi de manière générale je dirai que je travaille énormément au feeling et à l'intuition... j'ai pas un plan d'action préétabli, en me disant voilà je vais me donner tant de séances pour voir ci, pour voir ça... en général c'est vrai que la personne quand elle arrive je vais voir quelle est sa demande... ça c'est une des premières questions « Ben voilà, pourquoi vous êtes là ? Qu'est-ce qui vous amène ? Pourquoi maintenant ? » Pour moi c'est aussi important de savoir pourquoi la demande elle se fait maintenant... il y a des gens qui viennent avec des problématiques qui datent d'années en arrière, mais c'est intéressant de savoir qu'est-ce qui fait qu'ils ont fait la démarche à ce moment-là. Et pourquoi aussi ils sont venus me voir moi. Je demande toujours une explication. Qu'est-ce qui les a amenés. Je trouve que ça donne aussi toujours des éléments... à partir de là, il y a des fois des demandes effectivement extrêmement précises. Il y a des gens qui viennent me voir en séparation par exemple... et on va travailler en effet sur cette séparation... parce que la personne sait pourquoi elle vient, c'est explicite, c'est clair... bon si je vois qu'il y a d'autres choses à travailler je vais tendre des perches mais si je vois que la personne n'est pas preneuse...je vais effectivement dans ces cas-là, m'en tenir à cette demande... après... il y a des gens qui arrivent avec une demande qui n'est pas claire...ils ne se sentent pas bien, ils sont anxieux, déprimés... des changements dans leur vie sont difficile mais c'est des choses qui sont beaucoup plus floues ou qui sont beaucoup plus... oui qui sont moins précis... et il y a des gens qui viennent avec une demande de faire un travail analytique... donc à partir de là moi là je prends ce qui vient... donc on va partir sur les rêves, sur leur récit du quotidien... donc à travers le récit du quotidien, je vais voir quels sont les complexes, qu'est-ce qui les touchent où se trouvent les conflits... et on va travailler comme ça. Et dans ce genre de situation qui sont en général effectivement un travail thérapeutique ou analytique de plus longue durée.. là j'ai pas... à nouveau j'ai pas un plan d'action A+B. Je prends vraiment ce que m'amène le patient... et je dirai qu'il y a des boucles et on revient... on va passer par des gros chapitres, par exemple du complexe maternel, et puis je sais

pas peut-être qu'on va passer à la mère, et puis après à travers le père on va venir sur le couple, et puis on va revenir... mais c'est des choses qui se font, je dirai assez naturellement. Et je dirai, même moi, je peux avoir des grandes périodes où je me laisse porter sans consciemment revenir dessus ou relire mes notes ou travailler dessus en disant « ben tiens, où est-ce qu'on en est, qu'est-ce qui a été réglé, etc. Donc je dirais que moi je laisse vraiment une grande part à ma propre partie intuitive et... de feeling comme ça... et les choses elles se déroulent comme ça... beaucoup aussi avec le transfert, le contre transfert... qu'est-ce qui se passe... au moment de... des séances, quels sont les sentiments, quelles sont les images qui me viennent ? »

Ça vous les partager ?

« Non, non... alors c'est pas vrai, je peux partager des émotions, le je vais dire « ah ben là quand vous me dites ça... » en miroir... « Ca me rend triste » ou « A votre place ça me mettrait en colère... » ou... ça oui... ça c'est des choses que je partage... par contre si j'ai des images... ou ça m'est arrivé évidemment d'avoir des rêves de mes patients, ça je partage pas avec eux... et puis... de manière parallèle, il y a cet accès au jeu de sable, à la peinture etc. qui vient je dirai comme complément, et là à nouveau c'est très... en fonction des personnes... en général je propose toujours une fois pour essayer... et puis il y a des gens qui me disent, ça me plaît pas, ça m'inspire pas, ou je ne sais pas peindre... et je rassure toujours en disant... « ben c'est pas les beaux-arts, moi non plus je ne sais pas peindre, j'attends pas non plus de l'esthétique... mais c'est ce qui se passe etc. Et puis il y a des gens qui sont très friands de ça, qui aiment ça, qui trouvent que ça les relaxe, qui se sentent bien d'autres c'est ponctuel... et puis ça j'essaye de sentir... il y a des gens qui ont besoin de déverser des choses ici avec la parole, des fois il y en a qui disent « ben voilà j'ai rien de spécial » ou « j'ai qqch mais je sais pas comment le dire, c'est difficile, je suis pas bien mais c'est pas palpable » alors là en général, je propose, je dis « bon, allons de l'autre côté et puis... » je trouve que ça se communique d'une autre manière et puis ça c'est bien approprié... (...) si je vois que c'est très intellectualisé comme ça oui je vais en général proposer d'aller plonger les mains dans le sable... alors à nouveau il y en a qui découvrent et qui prennent... il y en a d'autres qui ne vont pas forcément aimer... je ne vais jamais... forcer ou imposer... »

Intention autour d'un jeu de sable ?

« Alors ça je laisse la personne... j'explique le cadre, voilà qu'ils ont ces deux bac à sable, avec du sable mouillé, l'autre avec du sable sec... et qu'ils peuvent choisir, et puis qu'ils peuvent faire ce qu'ils veulent... donc à nouveau je ne donne pas vraiment de consignes de production... c'est plutôt... je leur demande d'être plutôt attentif à ce qui se passe à l'intérieur d'eux, à comment ils se sentent, qu'ils se laissent inspirer sur le moment, qu'il n'y a pas de juste, il n'y a pas de faux, qu'il n'a pas de beau, il y a pas de laid, c'est pas le but... qu'ils peuvent utiliser des figurines... qu'ils peuvent ne pas vraiment les utiliser, qu'ils peuvent rajouter de l'eau... et puis moi en général je m'assied sur une chaise à côté, je reste silencieuse, je ne vais pas faire de commentaires... je vais prendre qq notes en général sur comment le jeu de sable se construit... quels éléments ils vont utiliser parce que des fois il y a aussi... surtout les enfants... mettre des figurines et puis les reposer et puis en mettre d'autres... et ça en général je vais noter ça mais je dirai plus par... je vais pas forcément en faire qqch après... ça dépend un peu ce qu'il en sort par la suite... mais c'est plus vraiment comme un carnet de bord... de dire ben voilà, comment le jeu de sable s'est construit, d'où on est parti et puis jusqu'où... quel est le résultat à la fin... et puis je ne vais pas interpréter le jeu de sable... en tous cas pas devant eux... je vais plutôt à la fin... à nouveau revenir... s'ils ont qqch à raconter du jeu de sable ? parce qu'il y en a qui voilà ont vraiment des choses à en dire... quelles sont leur ressenti... quelles sont leurs émotions... par quoi, le processus par lequel ils sont passés... pendant la création du jeu de sable... je vais pouvoir noter moi aussi à nouveau quels ont été... les éléments de mon contre-transfert pendant... mais je vais pas le partager avec eux... et puis je vais prendre à la fin une photo... ça j'ai toujours une photo que je conserve dans leur dossier, de leurs productions de jeu de sable... et puis après, en fonction... en fonction de l'avancée, en fonction du moment, alors je peux revenir sur ce qu'ils ont fait... en général j'observe quand même ce qui a été produit... je vais faire une interprétation pour moi-même, ça va me donner des pistes de travail mais c'est pas qqch que je partage avec eux au niveau de l'interprétation... avec eux je vais vraiment rester à un niveau imaginaire, émotionnel et subjectif, s'ils ont des associations, des choses comme ça. »

Vous faites amplifier ?

« Oui oui je vais faire amplifier (...) je vais dire par exemple... ben voilà qu'est-ce que ça représente ? Qu'est-ce que c'est ? Comment ils se sont sentis ? Qu'est-ce que ça signifie pour eux... je sais pas s'ils ont utilisé un dragon... c'est quoi le dragon pour vous... est-ce que ça vous fait penser à qqch ? Est-ce que c'est un animal qui vous fait peur ou que vous aimez bien ? Voilà... de tourner un petit peu autour des symboles... Est-ce que ça leur rappelle des souvenirs ? Dans le corps, à quel niveau ça s'est passé ? Est-ce qu'ils ont senti des modifications dans leur corps, de quels niveaux... »

Est-ce que ça vous arrive de dire « là il a eu peur de traverser le chat ? » ou « et la il veut aller où ce personnage »

« Pas tellement... plutôt avec des enfants... ça m'est arrivé de jouer dans le jeu de sable avec des enfants... il y a vraiment... on joue et on utilise le jeu de sable pour que qqch s'y passe... mais ce n'est plus un tableau... souvent les adultes... je sais pas hein, c'est peut-être moi qui induit ça... je sais pas c'est intéressant d'y réfléchir... c'est plus un tableau, où il y a un début, une construction et une fin. Et puis après j'ai plus l'impression que c'est qqch de statique... avec des enfants ça m'est arrivé par exemple de construire des petits personnages dans une séance... et puis après de la faire jouer dans le jeu de sable... alors là oui, là on est ensemble dans le jeu de sable... et qu'est-ce qui se passe... puis ce personnage là... j'ai eu fait par exemple le cirque... on a eu je me souviens avec une petite patiente, le cirque dans le jeu de sable avec nos propres productions qu'on avait fait à d'autres séances... (...) j'avais fait avec des bâtons en bois... de glace... et puis à partir de là on a mis des décorations, de la laine pour les cheveux, des paillettes, des costumes... et puis ça ça a fait des petits personnages et on les a mis en scène... mais improvisé, sur le moment, ça n'était pas qqch... on n'a pas décidé qu'on faisait le cirque mais elle, elle, a commencé à utiliser dans le jeu de sable... et puis après elle m'a invité et je suis intervenue en me disant « ben voilà » on a fait jouer ces personnages... Après j'ai eu des enfants, j'ai eu une fois une petite patiente qui était très inhibée, et qui me demandait de faire aussi le jeu de sable comme elle... alors là... pas comme elle mais qui me demandait de aussi faire un jeu de sable en même temps qu'elle... alors là il y avait qqch de l'ordre du miroir où dans le jeu de sable il y avait sa partie et ma partie... et par exemple, c'était la même chose avec les dessins... elle voulait que je dessine avec elle sur la même feuille... donc là on faisait ensemble... »

« Oui ça je pourrai d'avantage dire, quel est l'état d'un des éléments ? Ca c'est qqch que je pourrais effectivement... si je repense au dragon... il menace l'autre personnage, et comment il se sent comme ça... »

« En général je ne montre pas les photos aux patients... j'ai des fois des patients qui souhaitent eux faire des photos et qui repartent avec ça... je laisse faire... si eux ils ont envie de conserver pour eux et qu'ils en font la demande... pour moi il n'y a pas de problème... (...) je rends à la fin les productions par exemple les bricolages, la peinture, ce genre de choses oui. Ça je leur redonne à la fin... mais c'est vrai que ce qu'ils ont produits dans le jeu de sable... bon c'est vrai que j'ai jamais proposé d'imprimer des photos et puis de leur donner à la fin... non ça j'ai jamais fait. »

« Ca revient des fois sous forme de souvenir... il y a effectivement des gens qui vont m'en parler après ou se référer... ou même moi, c'est possible tout d'un coup « ah ben voilà ça me rappelle le jeu de sable »... ça oui »

Vous partez du principe que le travail se fait sur le moment ? Vous n'analysez pas, ne faites pas de liens avec le vécu.

« Je pourrais faire des liens avec le vécu au niveau du souvenir... oui je pense que c'est quand même quelque chose... cette expérience-là, ils vont la vivre... par exemple après le jeu de sable on vient toujours un moment ici. Donc la construction de la séance c'est quand même de revenir ici... (...) donc peut-être dans ce dernier moment il y a parfois effectivement des liens qui se font. Ou en tous cas la boucle elle se ferme. Des fois on revient... on a ouvert qqch, on a travaillé et puis la on revient et la séance elle se conclut comme ça. Mais pas tellement sous forme d'interprétation et puis je dirai que... c'est vrai que je ne vais pas forcément sur le long terme, revenir en disant... j'ai pas tellement le sentiment que je vais revenir sciemment... disons que si ça émerge, si ça revient, si c'est un symbole, une thématique, une sensation qui revient... mais je ne vais pas sciemment dire « voilà on va reparler de... » « on va revenir sur x séances en arrière quand vous avez fait le jeu de sable. »... Si par contre il y a un lien qui se fait en terme d'association, oui, mais pas de manière intentionnelle alors... prévue ou organisée... »

Vous donnez des tâches pour faire le lien avec le quotidien ?

« Rarement... ça m'arrive plutôt, j'ai le sentiment... comme je vous avais dit la dernière fois, j'ai ce début de formation en systémique donc avec les couples et les familles... où là il y avait des tâches... dans la systémique, on donne en général des tâches thérapeutiques... et je me rends compte que quand j'ai en face de moi des gens avec des problématiques de couple... alors là je vais avoir parfois tendance à donner des tâches... c'est pas tellement donner des tâches... je vais faire des suggestions... »

« Ou alors ça m'arrive de suggérer à des patients d'utiliser la créativité, s'ils sont mal... de dire « ben voilà, dessinez, écrivez ou allez courir, allez faire... » mais je peux pas appeler ça des tâches... c'est vraiment des suggestions... »

« Si j'ai des gens qui ont des rêves très prenant, alors oui je peux leur dire... « Dessinez votre rêve » ou « dessinez ce symbole-là » ou on peut des fois faire une imagination... et puis dire « voilà maintenant vous pliez le papier et vous le gardez avec vous » oui ça je vais faire comme ça... un peu des totem... gardez cette image, gardez ce symbole avec vous qui vous fait du bien... quand dans la semaine c'est difficile, sortez-le de votre poche, gardez-le proche de vous... ou effectivement des dessins ou des choses comme ça. Ca oui... mais pour moi c'est plus... en tous cas de mon expérience avec la systémique... les tâches thérapeutiques c'était vraiment des choses « voilà vous allez au restaurant ce soir et puis vous faites garder vos enfants puis vous prenez un bain avec votre femme... » Fin des choses vraiment très... Là, ça je... en général je fais pas... »

« Moi je le vois vraiment comme un continuum... j'ai l'impression qu'il faut d'abord avoir un moi suffisamment fort pour pouvoir... faire un zoom out et pouvoir être... je dirai, dans les plus hautes sphères symboliques... et puis des fois, souvent... enfin c'est rare que les gens viennent me trouver en ayant déjà... ces premières strates ou un moi suffisamment fort... en général les gens ils arrivent... et puis ils sont juste là... effectivement ça leur fait une belle jambe de savoir que c'est symbolique, que... les conflits, les horribles conflits qu'ils ont avec leur partenaire c'est leur animus négatif... ils s'en fichent... c'est pas le moment... donc je crois qu'il faut aller où les gens se trouvent... il faut aller les chercher où il sont... donc en général mon expérience avec les longs processus thérapeutiques... j'ai commencé par faire des choses très pragmatiques, de base, de renforcement du moi, justement avec ce qu'on disait avant, le retour en miroir... quand les personnes me parlent, qu'est-ce que ça me fait, comment je reflète ça à l'autre, comment l'autre se voit... et puis ça, ça, permet déjà au moi de se renforcer, de devenir un petit peu plus autonome... et ensuite on peut commencer à voir « ah oui c'est les projections » « ah oui, au fait les conflits avec ma sœur, avec mon frère, ben c'est aussi des choses qui sont perpétrées depuis longtemps avec mes parents... c'est des projections parentales que j'ai intégrées... ah vous commencez à voir l'autre d'une autre manière, ah on peut commencer à voir le partenaire d'une autre... et puis les rêves vont enrichir ça... tout d'un coup la personne découvre son monde intérieur... donc pour moi c'est vraiment une construction... et j'ai des très beaux exemples comme ça... de gens qui ont commencé en étant vraiment dans une pagaille quotidienne terrible... avec vraiment une grande détresse intérieure... mais aussi une grande détresse dans leurs conflits avec voilà, le voisin, le couple, la famille, etc. et puis qui maintenant, arrivent à avoir un plus grand équilibre, qui arrivent à fonctionner de manière plus autonome, qui ont pu retirer une grande partie de leur projection, qui arrivent à accepter l'autre... moi j'ai toujours la métaphore du paquet... l'autre qui vient nous agresser et bien c'est son paquet, on n'est pas obligé de prendre le paquet... donc on se détache aussi... et puis on se rend compte que s'est instauré une autre dynamique... et puis qu'on ne rentre pas en symétrie... et puis ça c'est vraiment qqch de l'ordre du continuum... et ça me paraît difficile de tout de suite commencer dans les hautes sphères... je crois qu'il faut vraiment aller où les gens se trouvent... et en général on commence par le début, donc par des choses très... éducative ou... »

Vous parlez de « hautes sphères » et moi j'aurais dit « aller plus profond » → « ça se rejoint »

« Il y a des gens qui m'ont amené des rêves dès le départ et là on a pu rentrer tout de suite... même s'ils étaient encore pris justement par leur projection et dans des choses très basiques, ils pouvaient venir compléter... Mais il y a des gens qui disaient, « comment est-ce que je ressens ? Je sais pas moi... je ressens rien moi... donc ça dépend vraiment des personnes qu'on a en face de soi... »

Qu'est-ce qui différencie une personne qui peut entrer dans le symbolique, le ressenti de qqn qui ne le peut pas

« Certainement que ça dépend des problématiques qu'ils ont, ça dépend de leur construction... je dirai qu'effectivement quelqu'un qui arrive qui a un... quoique... j'avais des personnes qui avaient des troubles de la personnalité et qui étaient très imaginatives... et d'autres qui avaient une névrose mais qui étaient très... je sais pas... peut-être leur vécu... je sais pas ce qui fait que... »

Vous dites que le symbole ne va pas toujours être une ressource... pas pour tout le monde ?

« Je dirai pas pour tout le monde au début... il y a des gens qui ont besoin de travailler d'abord... de stabiliser d'autres choses... et puis il y a des gens qui ont une méconnaissance complète de leur vie intérieure... donc qui vont pas... je crois qu'il faut aussi... là aussi dans ce travail de miroir c'est au thérapeute de montrer le chemin... quand je dis à un patient « ah ben voilà ce que vous me dites ça me mets en colère ou ça me rend triste... » c'est montrer « ah oui on a des émotions » Il y a des gens qui sont complètement... qui ont un clivage énorme... qui sont complètement... qui sont plus du tout reliés à leurs émotions... qui n'ont pas accès non plus à ce monde intérieur symbolique, etc... donc il faut retisser, il faut refaire des ponts... et ça ça se fait beaucoup dans le miroir... on montre à l'autre... ben moi ça me fait... (...) de parler de mon propre ressenti par rapport à son discours très

froid, très rationnel... certainement très défensif, il a sa raison d'être... mais disons je pense que ça ça commence à faire bouger qqch, et puis après on laisse du temps et puis peut-être on reviendra dessus... »

« A nouveau je crois qu'il faut aller au rythme du patient... si demain elle vient avec un rêve, avec voilà... un symbole qui vient d'elle, qui a émergé en elle... alors évidemment je ne vais pas le mettre à la poubelle... mais c'est qqch qu'elle va amener elle... c'est différent si c'est moi qui amène qqch... et là je crois que ce n'est pas à nous d'imposer... on brûle l'autre si on va trop vite... je dirai à nouveau, il a des gens qui... qui vivent leur symbole sans forcément les comprendre ou sans forcément en être conscient... mais ces symboles, ils agissent sur eux... »

Je demande s'il y a un travail symbolique avec les ados à faire autour de film, de héros, etc. Est-ce que le symbolique peut offrir qqch de plus ?

« Mais là par exemple avec cette ado d'hier, voilà, j'ai posé ces questions par exemple, j'ai exploré « est-ce que t'es fan de qqch, la musique, un groupe, le cinéma ? » alors pour l'instant il y a rien... fin il n'y a rien... il n'y a rien qui est ressorti mais pas encore maintenant... j'ai exploré l'imaginaire... c'est une jeune fille qui est assez anxieuse donc j'ai exploré, une image... qui lui fait du bien, où elle se sent en sécurité, où elle se sent bien... ça été un souvenir, une chose assez concrète avec une amie à elle... donc à nouveau là, pour l'instant elle ne m'a pas donné de porte d'entrée sur le monde symbolique, elle est plus dans le souvenir, elle est plus dans des éléments de la vie quotidienne... peut-être c'est trop tôt... alors voilà j'entends... et peut-être que la prochaine fois je vais proposer un jeu de sable... et puis on verra s'il y a qqch qui sort... mais voilà, je vais vraiment au rythme... »

Pour vous le souvenir c'est pas symbolique ?

« Oui après je pense on peut... oui je ne dirai pas que ce n'est pas symbolique... mais pour moi c'est une autre route que l'imagination... c'est quand même qqch qui se réfère à qqch qui a été vécu... oui on peut le mettre sur un plan symbolique, en effet... mais... c'est qqch... c'est qqch qu'on va rechercher, plutôt qu'on va produire... j'aurais envie de dire... je sais pas... pour moi c'est effectivement... c'est un autre chemin... mais à nouveau... ça serait intéressant de se pencher... »

Je dis qu'en hypnose on ne fait pas la différence entre un lieu imaginaire ou un souvenir, notamment par rapport à la safe place.

« Oui mais est-ce que ce n'est pas différent même de se trouver dans un lieu où on se... pour moi je fais encore une différence entre se trouver... par exemple on connaît un lieu et... on s'imaginer maintenant dans ce lieu... on crée qqch.. ou de dire, « ben voilà il y a deux semaines, j'étais là sur un banc, dans un parc, avec ma copine puis c'était sympa... il y a qqch de différent... on va chercher dans le sac à souvenir et on ressort... mais pour moi elle a moins donné ou elle a moins produit qqch... que même si elle parle de ce parc mais qu'elle va dire « voilà alors maintenant je m'y vois, et puis ah tiens je vais mettre ce personnage là avec moi ou je sais pas mon chien va venir avec moi, finalement je vais y planter un pommier parce que j'aime les pommes » ou j'en sais rien quoi mais de l'incarner sur le moment... pour moi ça c'est beaucoup plus proche du rêve où effectivement, il y a des éléments de la vie quotidienne, du vécu, mais qui sont... voilà qui sont travaillés, qui sont transformés... »

« J'ai pas le sentiment qu'elle a pu rentrer dedans et créer qqch à partir de cet endroit réel... »

Synchronicité, projection, monde intérieur, élément extérieur ?

Et discussion jusqu'où on conforte une pensée magique, psychotique et en même temps est-ce que ça permettrait de les accompagner si on prenait au sérieux.

« Moi je pense que je suis dans une voie du milieu... j'ai pas d'idée bien précise... c'est-à-dire que... c'est vrai que par rapport à ce que j'ai appris, au monde jungien, et en l'occurrence par rapport aux psychotiques... pour moi le psychotique il a un moi qui est faible, qui se fragmente et du coup il tombe à quelque part dans la mer de l'inconscient collectif... donc le contenu de ses hallucinations... et ce qu'avait d'ailleurs découvert Jung et qui l'a pas mal différencié de Freud c'est que lui, il s'est penché en disant « mais qu'est-ce qu'ils disent, qu'est-ce qu'ils voient ces schizophrènes, quels sont les contenus de ces hallucinations auditives ou visuelles ? » Et il s'est rendu compte que le contenu était... par exemple faisait référence à la mythologie... notamment il y a un cas, je crois d'un patient (...) qui hallucinait, qui rêvait, qu'il voyait la queue du soleil, et ça c'était une image de la mythologie égyptienne, très ancienne... et ça, ça a permis à Jung d'émettre cette hypothèse qu'effectivement il y avait un inconscient collectif dont tous les êtres humains... tous les êtres humains étaient structurés de la même manière au niveau psychique et qu'effectivement, quand un moi est faible, se fragmente et qu'il y a une décompensation, la personne psychotique va être plongée dans ce substrat là et c'est ce contenu là qu'il exprime à travers ses hallucinations... je dirai que c'est pas... oui c'est une réalité... c'est une autre réalité... mais pour moi c'est quand même une réalité... mais maintenant... effectivement dans la gestion de cette dimension là sur terre, ben on appelle ça une hallucination... cad que ce n'est pas partagé par d'autres personnes qui n'ont pas la même structure que cette personne là... donc maintenant c'est vrai que la vie symbolique, c'est effectivement des choses de l'extérieur qu'on vit... ce sont des choses qui oui... ont un sens et qui sont... reliées aussi avec le monde intérieur... maintenant j'irai pas jusqu'au... ben le bouddhisme qui dit qu'effectivement la réalité n'existe pas... pour moi c'est quand même difficile de pousser jusque-là... et je pense pas qu'on a une complète... maîtrise... ou que si on avait une vie psychique... la vie psychique c'est quand même qqch qui est dynamique donc... ça bouge, c'est pas qqch qu'on... j'ai pas le sentiment... alors peut-être le moine bouddhique qui arrive au nirvana ben il arrive à une... voilà à une complétude qui est parfaite et totale... mais en même temps... il est plus là non plus à qq part... j'ai l'impression que si on veut vivre dans ce monde-là... Piaget parlait d'équilibration... on n'est jamais en équilibre... c'est toujours un processus, parce que les choses elles sont dynamiques à l'intérieur... donc même si on règle nos conflits, on retire nos projections etc. je pense qu'on va toujours avancer... et puis c'est ça aussi le processus d'individuation... c'est pas qu'un jour « cool les gars j'ai fini, je suis individué, puis j'ai plus jamais de conflits... » Et je crois qu'il y a aussi qqch de l'ordre de... cette image de la spirale... on repasse toute notre vie sur des... on continue à se développer mais avec des nœuds qu'on va je crois toujours se confronter à certaines difficultés... bon il y a des complexes comme ça qui sont un peu... les mêmes pour tout le monde... on parle souvent du complexe du père, mère, la mort, l'argent, le sexe... c'est un peu schématique mais disons que c'est quand même un peu des choses qui en général touchent tous les êtres humains d'une manière ou d'une autre... et je crois on n'est pas au même niveau, on n'est pas touché de la même manière par ces mêmes complexes de la même manière tout au long de notre vie... je dirai a fortiori, si intentionnellement on prend part à ce processus d'individuation, on intègre les images de l'inconscient... mais je pense pas qu'on soit complètement libéré de ça un jour... je pense que la libération c'est la mort... (...) mais ça veut pas dire non plus qu'on tourne en rond... il y a des choses qui se résolvent, c'est pour ça que j'aime bien cette image de la spirale... je pense qu'on avance mais qu'on repasse quand même par des nœuds, des choses, tout au long de notre parcours... et en ce sens-là on n'est pas maître de l'extérieur complètement, ni de l'intérieur d'ailleurs complètement... l'inconscient il est... de nouveau l'inconscient collectif va émerger... va être pris aussi... on va aussi puiser des choses dans l'inconscient collectif dans notre inconscient individuel, qui va émerger et

puis ça... on peut pas maîtriser ça... on va toujours... l'ombre sera toujours là... comme la lumière sera aussi toujours là... cette dynamique intérieure, je crois que c'est... c'est la vie, c'est la libido, c'est qqch qui est là mais qui du coup... à mon sens n'est pas complètement maîtrisable... donc je dirai ni trop dans un sens ni trop dans l'autre... maintenant effectivement... oui je pense que quand on fait un jeu de sable on s'ouvre à ses projections et qu'on projette des choses du... mais je dirai du moment... comme un rêve aussi.. le rêve il faut aussi tenir compte du contexte... il y a vraiment des gens des fois, j'ai des rêves extrêmement bizarre... mais bon... peut-être qu'il y a des gens qui rêvent de zombies mais ils ont vu un film d'horreur la veille et que ça a influencé... il y en a d'autres qui vont rêver de zombies et qu'ils ont une problématique liée à eux... alors ça c'est autre chose... je crois qu'il faut toujours prendre des pincettes... se dire mais il y a aussi des contextes, des choses de l'extérieures qui sont là, qui influencent et qu'il y a un double... on n'est pas hermétique... »

« Je crois que tout est relié... mais à nouveau, je crois que c'est aussi l'histoire de... si on reprend l'idée du psychotique qui a peut-être effectivement des bonnes raisons d'halluciner ce qu'il hallucine... mais en attendant, il n'est pas... il est pas adaptable pour cette vie sur terre... et il souffre... je crois qu'il y a ça... certainement je pense qu'il y a d'autres entités, qu'il y a des esprits, etc. mais on est pas... à nouveau à cette idée du moi, du Soi... on n'est pas... je crois que c'est très important de reconnaître qu'il y a un Soi qui est là au niveau intrapsychique et qui est... qui nous nourrit... mais, Jung dit aussi, ça doit passer par le moi... si on est absorbé par le Soi... justement on est ou dans l'inflation complète, on est dans la psychose... mais si notre but c'est effectivement d'être là, de vivre sur terre... on est obligé de filtrer par ce moi... on n'est pas assez fort pour être complètement, sur du long terme, dans ces autres sphères... et je crois que le chamane aussi... (...) il y a une préparation, il y a ce moment où il est vraiment en transe dans le monde d'ailleurs, mais après il doit revenir ! il peut pas rester... ça le détruirait... et je crois que le chamane, il y a aussi cette grande souffrance, et puis c'est difficile aussi... c'est là, mais c'est pas forcément toujours à notre portée... ou en tous cas c'est pas... je crois qu'on y accède des fois par bribes ou en étant préparé... mais qu'après je crois que c'est aussi important de revenir entre guillemets « les pieds sur terre » et puis « les pieds sur terres » ça veut dire l'ombre et la lumière, des conflits, des choses qu'on ne maîtrise pas... alors on peut essayer de trouver un équilibre là-dedans... (...) Je pense que c'est une réalité qui est faite de ces deux entités qui doivent être là... et le but c'est peut-être d'essayer de les équilibrer ou de les intégrer le mieux possibles... mais les vagues je crois qu'elles font partie de la vie... »

« (...) et c'est ce que dit aussi Jung par rapport aux complexes... on peut pas vivre sans complexes... on peut faire en sorte qu'ils nous absorbent pas trop, qu'on les connaît, qu'on les appréhende mais je crois qu'ils sont toujours là d'une manière où d'une autre... et tant mieux qq part, parce que c'est aussi ça qui donne la couleur de notre vie... sinon il n'y aurait pas d'amour non plus... »

Je dis que pour moi le symbole qq part manifeste la rencontre de ces différentes réalités... mais qqn qui est psychotiques... il ne vit pas cette rencontre... est-ce que c'est des symboles ou des images archétypiques qu'il vit... dans le pragmatisme et le coaching on est pas trop dans cette rencontre...

J'aime bien l'idée que le symbole, c'est un cadeau, il procure de la joie...

« Oui c'est le « clic » »

« Alors moi je pense en effet que le psychotique, il se noie... il est en train de se noyer dans la mer archétypale... maintenant est-ce que un psychotique qui est stabilisé... parce que je pense effectivement le symbole, il y a une partie qui est archétypale... mais il y a une partie qui est plus liée à, si je reprends cette image, des pieds sur terre... si on est complètement dans le monde archétypal, on est effectivement dans un monde psychotique mais on ne nage pas... »

« Donc je pense que c'est effectivement pas à la portée de tous d'aller dans cette mer archétypale qui est trop puissante pour... maintenant le symbole je pense que c'est un pont entre les deux mais il faut avoir aussi, je pense, un bon pied, dans la réalité concrète... et c'est pour ça que... je dirai qu'avec les patients... cette vie symbolique, il y en a chez qui je ne vais jamais... je vais la voir... je vais moi me faire le tilt pour eux, mais je ne vais pas l'évoquer, parce que je pense qu'ils ne sont pas forcément prêts à faire ce pont là... »

Pas prêt dans quel sens ? ça pourrait être dangereux ?

« Ouais je pense... »

« Mais à nouveau c'est qqch que je fais de manière extrêmement intuitive... par exemple quand j'étais en supervision... alors oui ben j'étais obligée de parler des cas, de réfléchir et de mettre des mots dessus... mais généralement je le fais de manière... je sens... effectivement... »

« Après il y a effectivement... ces synchronicités qui là aussi, je pense que c'est « clic » des moments de rencontre et... là des fois c'est plus difficile de ne pas les évoquer parce que c'est assez fort et c'est dans la réalité de l'autre... »

« J'ai un souvenir d'une patiente qui était extrêmement... il y a eu beaucoup d'événements comme ça synchronistiques... entre elle et moi, ou des rêves où elle rêvait de moi, ou par exemple elle rêvait que j'étais enceinte alors que je ne l'avais pas encore dit... et ça c'est vrai que c'était très perturbant, et très fort... et ça m'a aussi beaucoup questionné et j'ai eu aussi beaucoup de... j'ai eu un examen que j'ai quasi raté à l'institut... car moi j'amenais ça de manière plutôt positive en disant « ben voilà c'est aussi ce que Jung appelle « entre inconscient qui communiquent »... et puis en face de moi, j'ai eu des analystes qui m'évaluaient qui disaient « non, cette personne elle est trop fragile, elle a un inconscient qui a des fissures... elle sent trop » qui m'ont amené une vision beaucoup plus alarmante de l'état de cette patiente par exemple... Moi j'y voyais beaucoup plus... Jung parle de cet aspect dialectique dans la thérapie... Je pense que c'était une femme qui avait une constitution très intuitive aussi... et qu'il y avait vraiment nos conscients... on était bien connectée je dirais mais qu'il y avait beaucoup au niveau de nos inconscients... où elle elle venait percevoir qqch de mon inconscient qui ressortait chez elle... sous forme de rêve ou sous forme de synchronicité... c'est un modèle qu'à mis sur pied Jung de manière générale, qui disait que lui dans le travail thérapeutique a contrario de Freud qui se voyait plus « voilà moi je sais et j'analyse les patients, je suis en dehors du système... ». Jung il disait « non, le thérapeute il est dans le système avec le patient... et il en sort modifié autant que le patient en sort modifié... bien sûr c'est lui qui mène, bien sûr c'est lui qui a déjà cette expérience du travail analytique sur lui et en ce sens-là c'est lui qui est le leader... mais il est au même niveau, au niveau dialectique, c'est vraiment le niveau « chacun apprend de l'autre » et puis il y a voilà, nos conscients, nos inconscients et puis votre inconscient a une action sur mon conscient et sur mon inconscient.. pareil pour moi... et puis au niveau de l'inconscience aussi... » Donc moi j'avais plus mis en avant ce modèle-là, où je disais « ben voilà, il y a vraiment des choses qui... nos inconscients se rencontrent aussi beaucoup... »

Et eux n'étaient pas d'accord ? Parce qu'on pourrait dire...

« Moi j'ai trouvé aussi... parce que au final ça a été... c'est qqn qui a fait un très beau développement... mais ça pas été perçu comme ça... ils ont trouvé que j'avais une analyse qui était trop positive par rapport à cette femme. »

Elle note que c'est aussi intéressant de prendre du recul, que souvent en supervision elle n'était pas d'accord et ne suivait pas les conseils.

Je relève que oui il y a tellement d'avis parmi les différents jungiens que j'ai rencontrés, (chez les chamanes et hypnothérapeutes aussi)

« Mais c'est pour ça je crois que c'est vraiment... une rencontre... évidemment on a une obédience... mais après on incarne ça en fonction de qui on est, de notre vécu, de ce qu'on a retenu, pas retenu... compris, pas compris, validé, expérimenté... »

Je confie que j'avais tendance à idéaliser, à croire qu'il y avait une façon juste...

« Moi je pense que j'idéalisais aussi beaucoup le « une fois qu'on est formé, on sait » en fait on ne sait pas... on sait pas et on fonctionne beaucoup à tâtons... et plus j'avance et je me dis « mais heureusement qu'on ne sait pas » Je crois que c'est justement ça le fait d'être... un bon thérapeute... c'est faire avec le pas savoir... parce que dès qu'on commence à appliquer des recettes, des copier-coller, des... et là aussi, j'ai le sentiment des fois aussi ça me... je me rends compte aussi dès fois quand vous me posez des questions je me dis « ah mon dieu » je projette sur vous que vous allez vous dire « mon dieu, en fait elle en sait rien » mais je crois que c'est vraiment un art... c'est qqch qui se pratique et de nouveau je répète, je le fais de manière extrêmement... je sais pas... ça me guide, ça vient tout seul mais je peux pas... j'essaye vraiment d'être pas trop dans la tête... et pour moi j'ai l'impression « moins je suis dans la tête, mieux ça va ». Peut-être ce qui est difficile, c'est qu'on est aussi dans un monde maintenant qui se veut scientifique, et puis il faut faire des rapports pour les assurances... »

« J'avais encore ma belle-sœur qui est médecin qui travaille avec des psychiatres... oui alors tu as besoin de combien de séances pour voir la problématique du patient... et je me dis « oh my god »... ce genre de question, je me dis « j'en sais rien... ça dépend » et à nouveau, ça me met toujours... j'ai là un complexe d'infériorité où je me dis « aaaah j'en sais rien comment ça les autres ils font comment ? » et puis après je me dis « mais en fait, à nouveau, certainement que si je travaillais dans le monde hospitalier où il faut rendre des comptes ben voilà peut-être je travaillerais autrement mais certainement c'est pas un hasard que je sois pas dans le monde hospitalier, parce que je pense que ça me... ça me conviendrait pas... » alors s'il faut que je fasse des rapports, ça m'arrive mais ça m'arrive assez rarement somme toute parce que j'ai souvent une clientèle qui fait cette démarche personnelle et puis qu'il le fait en s'autofinancant... mais c'est vrai je crois que c'est des choses qui sont vraiment importantes de ne pas être trop dans un truc petit a, petit b, petit c, voilà le résultat... mon expérience me montre que c'est en effet pas comme ça que ça marche et que moi ça me met pas... je suis pas bien là dedans... mais à nouveau j'ai choisi le monde jungien peut-être que si j'avais aimé les a+b+c je serais cognitivo-comportementaliste... je dis pas que ça marche pas mais... à nouveau je crois que le monde il est riche et puis qu'il y a de tout... »

Je dis que selon Roustang, si je caricature, c'est quand on ne sait pas qu'on soigne parce qu'on devient créatif

« oui je crois... »

« (...) la recherche des causes... pour moi c'est pas ça qui soigne... c'est pas en expliquant... c'est pas en recherchant le pourquoi du comment, c'est pas ça qui fonctionne... »

Elle ne sait plus qui disait « « Ce qui soigne c'est la rencontre avec l'autre... » c'est vraiment le lien... et c'est vrai que le transfert c'est qqch d'extrêmement puissant... »

« (...) pour moi c'est vraiment ça qui me plaît... j'ai quelqu'un en face de moi et je me dis « je sais pas quel livre je vais ouvrir » et puis on découvre... et puis je me laisse porter, je me laisse découvrir... c'est pour ça que je suis assez vite désemparée par rapport à des questions de méthodologie, parce que je vais vraiment me laisser guider... je sais pas combien de séance ça va durer... souvent pour moi c'est difficile de savoir quand la thérapie se termine... des fois il y a des choses qui montrent que « voilà, il faut clore », des fois c'est des éléments extérieurs... des fois j'ai l'impression que c'est bon et la personne elle continue, elle demande... et je me dis « bon il y a encore des choses que... on n'a pas... » c'est vraiment des choses... chaque personne est différente... chaque livre est différent... alors évidemment il y a des structures... (...) entre jungiens il y a certainement des manières d'appréhender les choses un peu similaires mais après je crois qu'il y a vraiment des choses très différentes qui se passent... et tant mieux, je trouve que ça fait une richesse... »

Troisième entretien : J5

A propos des tâches... ex d'aller fréquenter les vaches...

« Effectivement de se connecter avec le cadeau de l'inconscient et de le faire vivre dans sa vie en... aussi une manière d'honorer le rêve qu'on a fait ou de... aussi de l'enraciner dans des tas d'aspect de son vécu pour que ça ne reste pas juste une compréhension ou juste un moment privilégié qui fait pas... j'allais dire « qui ne fait pas de petit dans l'existence » qui n'est pas fécond en qq sorte... »

« Mais je pense que c'est assez varié selon les séances... je pense que c'est un peu comme ça pour tout le monde mais j'ai l'impression particulièrement dans ma situation... parce que quand je suis avec la personne j'essaye vraiment d'être entièrement dans ce que je sens et ressens... et je me rend compte une fois que la personne est partie je l'oublie très rapidement... mais si elle revient, je reviens très rapidement aussi... (...) Ça doit aussi être un état de conscience particulier parce que ça m'arrive d'oublier les personnes... »

« Si je me sens un sentiment de responsabilité, là les cas me préoccupe... mais en règle générale... voilà... »

« Si on interprète ou pas, de toutes façons c'est toujours à deux si on interprète, c'est pas tellement... si j'ai pas du tout l'impression de retenir un truc que j'aurais compris et que je partagerai pas... des fois j'ai des lectures à moi, et en voyant dans quelle direction la personne part, je me dit « ah c'est pas le moment d'ajouter ça » et puis je note... j'ai un système de note, je met entre parenthèse,

carré, les choses auxquelles j'ai pensé... à part moi entre guillemets... pour des fois retrouver l'image ou l'idée qui m'est venue... et puis des fois ça sortira à la séance d'après... des fois ça sortira pas parce que décidément ça prend une toute autre direction et ça apparaîtra comme n'étant pas nécessaire... ouais ça dépend si la personne est très très sûre et s'embarque dans qqch qu'elle a ressenti... alors vraiment je la suis totalement ou si... si c'est une interaction plus silencieuse... alors là je dirais peut-être plus qqch que moi aussi j'ai ressenti... ou alors... j'ai plutôt l'impression que c'est des sortes de partages en petit peu... des fois ça m'arrive d'être plus explicative en disant... voilà, souvent... la vache symboliserait ceci... de l'eau dans un rêve pourrait symboliser l'inconscient... donc quand on nage, quand on baigne, quand on plonge sous l'eau, c'est des moments où on descend dans un état, un inconscient assez profond... donc des fois je peux donner des éléments d'information... mais c'est toujours des généralités... cad que moi-même je les considère comme des règles générales et que la situation particulière peut donner qqch de complètement différent... c'est comme en hypnose par exemple... j'avais une personne, son lieu de sécurité c'était l'océan, mais elle avait horreur d'être dans l'eau, donc c'était vraiment voir et entendre l'océan... mais il fallait surtout pas induire un bain quelconque... mais... »

« (...) je me rappelle qu'on nous avait tout à fait bien dit dans notre formation... une personne rêve d'une montagne, ça va à coup sur pas être votre montagne à vous... donc il faut vraiment demander des détails, pour vraiment entrer de très prêt dans... l'imaginaire de la personne et pas trop y mettre du sien... »

L'intention

« Alors effectivement moi je suis plus du côté de l'intention que du côté des objectifs... dans le sens que l'intention c'est un petit peu... qu'est-ce que je dirai... quelque chose qui va guider ce qu'on va faire en lui donnant une forme très souple mais qui va... je sais pas comment dire... pour moi ça a quand même quelque chose de religieux mais dans le meilleur sens du terme... c'est comme si on mettait la séance sous le patronage de qqch de plus élevé qui est l'intention... et du fait que c'est peut-être une intention de libération, ou une intention de croissance ça va orienter tout ce qui va se passer dans la séance dans le but de cette intention donc c'est important qu'il y ait une intention... pour moi elle se détermine, l'intention de la thérapie c'est souvent quand même pas mal dans la première séance... cad que dans la première séance on voit... fin on sent il me semble, une nostalgie de la personne où elle, elle dit qqch du genre comment elle aimerait être elle-même, qu'elle a le sentiment de pas être elle-même ou de rencontrer des obstacles dans sa manière d'être elle-même... puis on vraiment l'impression qu'il y a un rapport avec une envie d'être plus soi-même d'une manière ou d'une autre, un obstacle par rapport à ça... et alors à ce moment là l'intention ça va être quand même que cette personne se déploie et devienne plus elle-même... ou l'intention que elle elle a formulée... mais l'intention la plus générale fin je sais pas comment dire ou des fois un sorte de rêve secret qu'elle aurait ou d'attente qu'elle a... et ça ça va servir quand même d'intention... cad que les passages difficiles par lesquels elles vont passer c'est au nom de cette intention, donc moi je vais le garder à l'esprit pour pas me décourager... et puis aussi je vais... voilà si la personne se perd un peu... essayer de lui réinjecter ce qu'elle m'a elle-même donné de son propre, de sa propre intention... pour lui rappeler que c'est ça qui... et puis aussi que je la connais comme ça... aussi des fois quand on tombe dans un complexe on tombe dans une sous-personnalité extrêmement restreinte et on ne voit plus de tout les progrès qu'on a fait, on dit « je suis retombée en arrière » et moi je dis « non je vous ai connu aussi autrement... » fin « je vous connais aussi autrement... je vous connais aussi comme ça... alors en ce moment vous vous l'avez oublié mais je sais que vous êtes aussi celle-là là, et celle-là là, et celle-là là que vous m'avez décrite... » Voilà ça c'est une manière de tenir l'intention... »

« Au niveau de la séance concrète, c'est la personne qui amène les thèmes de la séance vraiment... soit un épisode relationnel, soit un rêve, soit une question qu'elle s'est posée à laquelle elle a réfléchi cette semaine là... c'est toujours la personne qui apporte le thème, la chose la plus « urticante » en ce moment-ci dans sa vie... on peut passer des... il y a des phases où on travaille plutôt ceci, plutôt cela... donc moi j'ai pas vraiment d'objectif... ça dépend aussi du genre de thérapie. La j'ai pris la situation d'une personne qui a fait... on peut bien dire qu'elle a fait une analyse... depuis 2009 et elle termine maintenant... (on est fin 2015) au début elle est venue toutes les semaines, après tous les 15 jours, après tous les mois puis maintenant on a décidé qu'elle venait 4 fois par an... enfin elle a décidé que sa manière d'arrêter serait de venir une fois chaque solstice jusqu'à la fin de l'année... puis elle m'a donné donc l'autorisation d'amener ses jeux de sable... c'est une personne qui a travaillé surtout avec le jeu de sable... donc là ça été un travail assez conséquent où on a laissé aussi ben... son quotidien, ses problèmes... être le déclencheur des séances et... il y avait pas par exemple d'objectif. Mais si quelqu'un vient par exemple pour de l'hypnose, pour un truc très précis, style je suis très angoissé aux examens et j'ai des examens dans deux mois... alors à ce moment là il y aura des objectifs... ça sera... je sais pas moi... 1) un exercice qui permettra de voir si elle réagit bien à l'hypnose... 2) une safe place classique pour voir quel type de safe place elle se construit et puis peut-être un essai de résolution de problème en safe place... 3) je sais pas moi, différente... une sorte de bulle de sécurité dans laquelle elle peut observer les situations sans être trop prise... selon le cas... donc là ça va être beaucoup plus... aussi parce qu'on va pas avoir énormément de séances ensemble... on va donc juste alléger la chose en question pour laquelle elle vient très précisément... Par exemple, les messieurs ont plus tendance à venir pour des problèmes tout à fait précis de souvent... soit de vie professionnelle, soit de vie sentimentale... il y a un problème particulier qui s'est constellé sur lequel ils ont besoin vraiment d'un avis et puis d'y voir clair... parce que temporairement ils voient plus très bien où ils en sont et puis ben voilà... en quelques mois, une fois qu'ils ont décidé qu'est-ce qu'ils allaient faire et qu'ils ont commencé à l'appliquer et qu'ils voient que ça marche... ben en général ils disent qu'ils sont contents et puis on en reste là... donc ça peut être aussi assez court... vraiment ciblé sur une difficulté... ouais relationnelle ou professionnelle bien précise... et puis quand la personne elle a de nouveau le sentiment qu'elle y voit clair dans ce qu'elle a envie de faire... ben... ça dure peut-être 6 mois ou qqch comme ça... là il y aura peut-être pas d'objectif mais comme elle vient vraiment pour cette crise conjugale par exemple, ben je vais revenir en disant et puis comment ça se passe à la maison, et puis comment ça se passe dans cette situation, pour ramener... de toutes façons la personne elle va le faire aussi... pour découvrir aussi quelles sont ses valeurs qui peuvent l'aider à traverser cette crise... qu'est-ce qui est le plus important pour elle... une fois qu'elle le sent ben... les décisions viennent un petit peu d'elles-mêmes... quand elle retrouve quelle sont ses priorités... alors voilà, l'intention, je dirai qu'il est quand même pas mal poser par la personne lors de la première rencontre... parfois même lors du téléphone, j'ai noté un ou deux mots clés... mais même si je note des mots clés, j'attends de voir la personne et puis je lui demande de tout me réexpliquer à zéro, maintenant qu'on est face-à-face l'une et l'autre... et puis dans certains cas ça aboutit à un petit peu à un plan un peu précis... mais voilà, ça c'est plutôt des cas de psychothérapie ponctuelle... et puis dans les cas où la personne vient vraiment pour une phase de vie ou pour une problématique plus ancienne ou a vraiment envie de se découvrir elle-même... on ne se fixe pas vraiment un agenda précis dans le temps... à ce moment-là c'est vraiment l'intention directrice qui l'amène qui va faire son travail... »

J'interroge par rapport à la demande implicite ou ce qu'elle en tant que thérapeute verrait ou ce que l'inconscient exprimerait...

« En fait si j'ai l'impression qu'il s'agit d'autre chose... assez rapidement je vais lui dire... mais je me demande si là derrière il n'y a pas ça... donc je vais toujours être assez explicite... ben pour dire la personne en question qui a fait ce travail de 2009 à

2015. Elle est venue pour des séances d'hypnose pour se désensibiliser de son allergie, donc pas du tout pour faire une analyse et puis c'est vu les fortes émotions qui sont venues etc. etc. lors de ces séances etc. qu'elle s'est rendu compte qu'il fallait qu'elle fasse un volet de thérapie. Elle ne savait pas quelle longueur... Donc par rapport à la demande initiale, je voudrais une désensibilisation... ben voilà c'est devenu qqch de tout à fait différent mais vraiment avec son accord et rapidement... ou bien, ça arrive plutôt avec les demandes d'hypnose... une autre personne qui demandait de l'hypnose pour... elle partait en voyage dans 3 semaines et puis elle était phobique de qqch qu'elle allait rencontrer là-bas... et puis voilà, on avait planifié qu'on faisait 3 séances avant son départ, de toutes façons on ne pouvait pas faire plus... sur très spécifiquement cette phobie là qu'elle avait... et puis en... voilà toute la structure de la personnalité apparaît... puis je lui dis « mais j'ai l'impression que... en fait ce qu'il y a, tout là dessous, il y a un immense problème de contrôle... une tentative de contrôler les choses... et vous m'apparaissez comme qqn qui vit pas aussi pleinement qu'il le souhaiterait car tout à l'air très constricté dans ce que vous me décrivez... il y a vraiment essayez de faire bien, de faire mieux, de faire au mieux... vous êtes sans arrêt en train de vous contrôler... comme vous le décrivez vous-même vraiment... c'était pas... et puis ça l'a beaucoup touchée et puis elle dit « ben oui, c'est vrai que... si je pouvais... si je pouvais mener une vie plus légère, j'aimerais bien faire un travail pour y arriver... » Je dis toujours aux personnes, « Avec moi ou avec qqn d'autre, maintenant ou plus tard, mais ça pourrait être important de travailler ça, parce que c'est dommage d'être comme ça constrictée par vraiment une problématique de contrôle très très aiguë. Donc si j'ai un sentiment comme ça je le dis... moi j'ai l'impression, je suis touchée par ce que la personne dit, c'est pas seulement une demande, elle a un style... je sais pas comment dire... C'est vrai que pour les hypnoses « arrête tabac » je ne le fais pas parce que ça me frustre... moi j'aime travailler... moi je dis à la personne « vous savez moi je fais du travail... je vais pas vous faire ça... en 3 séances... j'ai un excellent collègue vers qui je peux vous envoyer qui fait ça en 3 séances... moi ça m'intéresse pas parce que j'ai besoin de savoir pourquoi vous avez besoin de fumer... enfin ça va être un travail plus profond... vous pouvez tout à fait aller chez la personne que je vais vous indiquer... » Et puis là récemment il y a une personne qui m'a dit « ah ouais mais après tout ça fait 10 ans que je fume... j'ai le temps en fait, et ça m'intéresse d'aller voir un petit peu à quoi ça correspond... »

« C'est tellement varié, c'est ça... une autre fois, une personne qui était venue pour un problème conjugal... qui s'était mise en couple avec qqn qui avait déjà des enfants, et puis elle c'était sa première union, ils n'étaient pas mariés... elle sortait d'une histoire amoureuse difficile et qui l'avait beaucoup blessée dans sa confiance... beaucoup de peine à faire confiance à son nouveau partenaire... et puis elle venait pour ça... et puis en fait dans son rêve initial, donc c'était avant qu'on se voie... elle avait pris rdv... et puis elle dit, j'ai rêvé que j'étais dans votre salle s'attente et ma mère était avec moi dans cette salle d'attente... et j'étais fâchée que ce soit elle qui soit venue m'accompagner et non pas mon compagnon... et ben pour moi ça voulait dire « ok la mère s'invite dans le rêve initial... ça veut dire qu'il faudra explorer le complexe maternel, avant de passer au problème conjugal... » si vous voulez c'est la même chose... alors je ne sais plus comment j'ai dit ça mais... moi effectivement j'avais la confiance en me disant « le rêve inaugural indique dans cette direction-là, donc je sais que... » même pour un problème conjugal que je ne perds pas de vue, que c'est ça son objectif, c'est d'améliorer, d'être capable de faire vraiment confiance à cet homme et de construire qqch avec lui mais apparemment sa relation avec sa maman fait partie de l'obstacle qui l'empêche de se donner toutes ses chances dans cette relation là... donc je sais plus comment je l'ai dit mais je pense assez simplement... j'ai demandé « voilà... comment elle avait pris son autonomie en tant que jeune femme, quelle relation elle avait avec sa mère ? Fin est-ce qu'il y avait des points communs entre ce qu'elle avait ressenti avec sa mère et ce qu'elle ressentait des fois quand son compagnon sortait le soir par exemple... elle se sentait abandonnée... s'il y avait des parallèles ? » Donc en fin de comptes, c'est assez naturel... des fois je garde moi la chose en tête en me disant « ah oui, il va falloir, il faut que je me rappelle que... les problématiques sont liées au complexe maternel... mais en général j'arrive à dire qqch assez ouvertement... je sais pas comment dire... je tiens beaucoup à faire les choses ouvertement... il y a pas de côté caché... parce qu'en plus je sais pas si j'ai raison lorsque je fais une hypothèse... donc je la garde comme hypothèse... ou souvent je la présente à la personne en disant « écoutez, ici on travaille par hypothèse... alors l'hypothèse qui m'est venue c'est que ça pourrait être ça... qu'est-ce que vous en pensez ? » La personne elle est pour, elle est contre, puis des fois elle est pas d'accord... et moi je me dis « non mais il y a quand même de ça... on va voir, peut-être dans 2 mois ou 3 mois moi je vais affiner mon hypothèse là dessus, la personne aussi elle sera plus à l'aise, elle aura moins besoin de se protéger et peut-être qu'elle pourra entrer un petit peu dans ma proposition... et puis que moi je trouverai les mots pour lui proposer d'une manière qui rencontre sa situation... » puis des fois non... des fois je garde mon hypothèse en me disant « mais je pense quand même qu'il y avait ça... » mais voilà ça ne m'empêche pas de dormir... d'autre fois je me dis « bon ben... vraiment je crois que ça devait pas être important pour ce qu'elle avait à faire ici » je sais pas comment dire... donc oui... tout le monde n'a pas toujours un rêve initial ou un jeu de sable initial à amener... mais ça... des fois justement c'est un téléphone initial ou dans ce qu'elle dit il y a qqch qui est touché au niveau des émotions qui est de la même famille que si... que si elle raconte un rêve... je sais pas comment dire... où on sent que quelque chose est touché de profond... et puis... c'est là-dessus que je vais un petit peu me guider moi... en me disant « ben elle a cette partie-là, c'est au nom de cette partie-là qu'on va faire ce travail... » je sais pas si c'est très clair... »

« (...) il faut aussi que je puisse être touchée par la personne... des fois je ne suis pas touchée tout de suite... et puis quand je vois... par exemple un petit garçon dans cet homme-là... ça va pas forcément être un petit garçon mais par exemple tout à coup je vais voir une partie par laquelle je peux, je peux sympathiser avec la personne ou que j'entends cette partie qui parle au fond d'elle-même et... j'ai envie de nouer alliance avec cette partie-là qui parle au fond d'elle-même, je ne sais pas comment dire... (...) »

« (...) des fois c'est par un rêve, des fois c'est par une rencontre ou des paroles touchantes... des fois même justement au premier téléphone... souvent quand les personnes arrivent au début, il sont très vulnérables, très émus, ils vont pleurer facilement, en général ils sont... en général ils ont trop attendu avant de venir donc ils sont vraiment un peu à bout... voilà c'est un petit peu là que ces intentions curatives se mettent en place... après les choses c'est vrai si je pense aussi... les choses deviennent plus obscures dans la deuxième partie de la thérapie... Jung disait ça aussi des rêves... au début les rêves sont criants, en disant pourquoi la personne vient ou qu'est-ce qui est difficile... puis après les rêves vont devenir plus confus, plus compliqué... il dit « puis la je sais que la deuxième partie de la thérapie a commencé... on va brasser le brouillard le patient et moi, pendant un certain temps... jusqu'à ce que ça devienne de nouveau... » »

« Je dirai que c'est assez mon expérience... les premiers rêves ou des fois les premiers jeux de sables, ils ont une ambiance très particulière... et puis alors après ça il va se passer plein de choses, on va partir dans toutes les directions... et puis à la fin... la gerbe va se nouer à nouveau... on va sentir qu'on a atteint... pour moi c'est un petit peu comme on avance, puis on arrive à un plateau... et puis quand on arrive à un plateau ben la personne peut décider qu'elle est contente... que ça va bien comme ça et puis qu'on s'arrête là... la personne peut décider qu'on continue ce plateau, qu'il y a un moment où on s'ennuie un peu en thérapie... puis alors elle va refaire des nouveaux progrès, une nouvelle exploration, et puis on peut s'arrêter à chacun de ces plateaux... des

fois ça fait des longues thérapies et puis des fois, voilà la personne elle est contente parce qu'elle est à nouveau fonctionnelle... elle est retombée sur ses pieds, ou cette difficulté-là a été réglée et puis on s'arrête là... et puis il y a beaucoup de gens qui voient beaucoup de thérapeutes dans leur vie... suivant leur âge aussi, quand ils sont jeunes, je trouve qu'il se replonge dans la vie, qu'ils ne restent pas trop longtemps... c'est pas une vie pour une jeune fille de passer tous ses mercredis après-midi en thérapie quoi... si elle le fait parce qu'elle n'a vraiment pas le choix et puis qu'il y a vraiment des troubles etc. mais dès que ça va qu'elle s'est un peu intégrée qu'elle a des amis, je sais pas, que... que son activité l'amène qq part, moi je suis pour la laisser voler de ses propres ailes et puis ensuite elle pourra toujours venir faire une tranche chez une personne ou l'autre... et puis ce qui est étonnant... je sais pas si c'est une particularité de moi, j'aimerais bien le savoir franchement, j'aimerais bien le savoir... je reçois beaucoup de gens qui me disent... j'ai déjà fait une longue psychothérapie, j'ai fait une longue psychanalyse, s'il vous plaît je veux pas recommencer... je veux pas ça... j'ai déjà raconté tout sur toute mon enfance.. j'aimerais être sûre qu'ici on ne va pas me redemander, mon papa, ma maman... Puis je dis « Bon ben si c'est votre intention on va partager ce qu'on a à partager ensemble maintenant... » Évidemment, plus la personne est expérimentée plus elle le sait... on va fatalement parler de ces choses-là, mais au moment où elles arrivent... si lorsqu'on travaille un complexe ou un rêve, il y a besoin d'une info et puis vous me la donnez et puis on travaille à ce moment-là, ça suffira... puis en fin de compte on fait pas mal d'aller-retour avec son passé... mais je sais pas si les autres c'est comme ça aussi... je suis effarée du nombre de gens qui, me disent-ils, ont fait des longues psychanalyses ou des longues thérapies avec des psychiatres ou comme ça, qui ont envie de faire encore un morceau de thérapie mais qui veulent être sûrs qu'on ne va pas leur mettre le grappin dessus, qu'il va pas falloir recommencer... »

« Je dirai ce qui me gêne un petit peu le plus dans ce que vous m'avez décrit, c'est des personnes qui font un autre travail que celui qu'elles ont été payées pour faire, entre guillemet, sans le dire à la personne... Je comprends qu'on fasse confiance aux esprits alors vraiment tout à fait... si quelqu'un vient pour un truc et puis que l'esprit avec qui je travaille dit « vous devez... c'est plutôt ça qu'il faut lui faire » je vais lui dire « écoutez je suis désolée mais mon esprit me dit qu'il faudrait plutôt faire ça, est-ce que vous êtes d'accord ? » (...) donc j'essaye toujours, d'être toujours très explicite il y a pas vraiment... alors je sais pas si c'est parce que je suis aussi enseignante... mais il n'y a pas vraiment de mystère... »

« Je sais pas pourquoi j'aime pas trop ces demandes qui viennent avec l'hypnose, je me dis « oh mon dieu, ça va être encore des attentes magiques » (...) il y le côté baguette magique et d'ici qu'ils aient compris que c'est eux qui doivent se mobiliser s'ils veulent qu'il se passe qqch... »

« Moi je trouve chouette de faire confiance dans sa méthode... par exemple si c'est les rêves ou si c'est le jeu de sable, l'hypnose moins... je sais pas comment dire... mais je fais confiance à ce moment-là, à la sagesse du corps si je fais de l'hypnose... je me dis « de toutes façons le corps il sait ce qu'il lui faut... » ou « de toutes façons la personne elle a les ressources... » et puis de le sentir que c'est vraiment vrai... « toutes façons ce corps il est capable de s'autoréguler... ces ressources ericksoniennes elles sont disponibles... » Maintenant comment ça va se passer j'en sais rien... moi je réussis à donner accès à la personne avec ça... est-ce que la personne arrivera à s'en saisir, à se connecter à ça, mais je sais que... que son corps est intelligent... moi ça me calme, par exemple si je dis « sentez votre respiration, et vraiment vous sentez cet air qui toujours vous amène qqch de neuf, qui toujours emporte l'ancien... » moi ça me tranquillise du coup parce que je sais que la respiration on peut compter dessus, je sais que le corps on peut compter dessus, donc... tout à coup ça me redonne ma sécurité... ou les choses les plus simples ou je sais que... un rêve... si un rêve dit maman est dans la salle d'attente ça veut dire que « Pourquoi maman était dans la salle d'attente ? Pourquoi vous ne venez pas à votre séance toute seule psychiquement ? » Je sais qu'il y a qqch à creuser... donc je suis tranquille... pas parce que c'est moi... fin c'est pas moi qui fait en ce sens-là... comme les guérisseurs, c'est pas moi qui fait non plus... puisque il y a une certaine logique... par exemple par rapport à la personnalité... moi je me suis beaucoup intéressée aux fonctions de la personnalité... le système est tellement bien fait... c'est pour ça qu'on peut deviner certaines choses... si la personne est très très forte dans un truc, elle va forcément être faible dans l'inverse... je sais pas comment dire... ou si elle est sous-dimensionnée quelque part, elle va être surdimensionnée ailleurs... donc ça se tient tellement bien... ce truc conscient, inconscient, quand il y a un truc dans le conscient, il y a l'inverse dans l'inconscient et vice et versa... que on peut le postuler quasi à coup sûr et je trouve qu'on se trompe rarement... »

« Fin ça marche pratiquement... je sais pas comment dire... par exemple qu'est-ce qu'on pourrait dire... oui, c'était une personne on cherchait quel pouvait bien être son type jungien... et puis c'est une personne... enfin il faudrait expliquer tout le système... on est arrivé à la conclusion que son type ça devait être le type « sentiment », donc je lui décris un petit peu les trucs... ce qui donnait l'idée qu'elle devait être type sentiment, c'est que c'était une personne qui était à la fois très adroite, dans le domaine concret et extrêmement intuitive... et si elle est à l'aise aussi bien dans le domaine, dit « sensation » : comptabilité, secrétariat, dans quel ordre je fais les trucs... et en même temps très intuitive, ça veut dire qu'elle est de fonction première soit « sentiment », soit « pensée ». Parce que si elle était intuitive pure... elle aurait des problèmes affreux avec l'organisation, si elle était sensation pure, l'intuition serait un domaine totalement saugrenu pour elle, comme elle était à l'aise dans les deux, elle était forcément l'un des deux autres... et puis il restait pensée et sentiment... et puis vu son style c'était plus pensée que sentiment... et puis elle l'a dit aussi... et puis pour confirmer ça j'ai dit alors si vous êtes fonction première « sentiment », ça veut dire que vous avez la pensée, comme fonction inférieure inconsciente... ça veut dire que vous êtes fascinée par les théories... et puis c'était très drôle parce que dans sa vie sentimentale, elle est chaque fois tombée sur des gars qui faisaient des théories splendides, pour lesquelles elle avait une immense admiration puis maintenant elle s'était très calmée là-dessus... et je lui ai dit « mais à ce moment-là vous allez tomber amoureuse de système de méthode tellement bien faite et tellement intelligente et c'était tout à fait ça... donc c'est seulement que le système est tellement bien fait que si on a des pièces, on sais où sont toutes les autres... et ça marche, en général quand on en discute avec les gens en général ils confirment... »

« Ce qu'il faut bien comprendre c'est que c'est pas question d'étiqueter les gens et de dire « hahaha » mais de comprendre pourquoi ils ont des difficultés, et puis des difficultés avec quel genre de personne et puis aussi comment est leur chemin de vie, c'est un petit peu comme petit... en disant « ben voilà, ça c'est vous est facile et ça ça vous est difficile, donc vous devez vous développer dans cette direction... et puis aussi un peu mieux comprendre... »

« Alors voilà... effectivement, faire confiance à la méthode, à ses outils, en se disant vraiment... aussi nous parce qu'on les a expérimentés comme sujet, ensuite on les a étudiés pendant des années, ensuite on a vu des foutititudes de cas quand même, assez rapidement on a vu pas mal de monde... et puis aussi on sait que si ça ne marche pas à tous les coups... il y a des gens qui prennent pas ce qu'on propose, avec qui on n'arrive pas à créer l'alliance thérapeutique, ou la personne reste défendue, et on n'arrive jamais vraiment à percer ses défenses et à commencer un vrai travail thérapeutique... il y a des gens... par exemple là je vois une personne

que je trouve vraiment très belle avec... on a des beaux échanges, mais j'ai l'impression que la thérapie n'a pas encore commencé après 5x. Pourtant elle dit des tas de choses qui sont profondes... mais j'ai l'impression qu'il y a une partie d'elle-même qui échappe complètement à notre travail et que cette partie n'a pas encore été touchée... chez elle par exemple, je sens pas encore le « dooong » dessous qui fait qu'il y a une petite fragilité qui demande quelque chose... donc j'attends... »

Donc il faut sentir ça pour...

« Je ne sais pas si c'est comme ça pour tout le monde mais pour moi oui, pour la fameuse intention... ou avoir le sentiment que la thérapie a démarré... tout à coup on a... il y a qqch de fort qui est sorti... ou qqch de très authentique, qui sonnait très vrai pour moi et pour l'autre... et... et cette chose-là devient aussi un peu une intention... cad développer ça ou aider ça à s'insérer... ou faire d'autres découvertes du même ordre... et puis d'autres fois ça reste lisse, lisse, lisse, lisse... »

« Donc ça ça serait pour l'intention. Effectivement il y a quand même pas mal de moyen de déterminer... c'est vrai que pour les gens qui rêvent ben ça c'est une chance... mais j'ai quand même des gens qui ne rêvent pas... les jeux de sable tout le monde n'en fait pas non plus... sinon on part avec les épisodes relationnels... comme j'accorde beaucoup d'importance aux complexes. Bon c'est très jungien, mais ça c'est vraiment qqch qui m'a vraiment convaincu dans ma formation... à quel point c'était intéressant et ça allait loin de travailler avec les complexes... ça permet même un travail de type transpersonnel dans une certaine mesure. Ben... une fois qu'on a un complexe, là aussi, on tient qqch qui est ancré sur l'inconscient. Même si on ne parle que de problème relationnel au boulot ou je ne sais pas quoi. On a cet ancrage... Du fait que j'essaye d'aider la personne à sentir comment ce complexe se manifeste en elle, qu'elle le repère elle-même... qu'elle se rend compte que les émotions qu'elle vit dans ce cadre-là ne sont pas objectivement liées au déclencheur, mais liées à sa problématique à elle... de manière à pas être si projective sur l'autre enfin... et puis à éviter de tomber la même piège ou de diaboliser l'autre... de comprendre aussi mieux la complexité psychique d'elle et de l'autre dans les conflits relationnels. Si par exemple elle s'est identifiée comme victime. Il faut aussi qu'elle comprenne qu'elle a aussi des côtés agresseurs... vice-versa si ça se présente... qqn qui se présente comme celui qui mène toujours le jeu... il doit aussi entrer en contact avec une partie très très misérable et vulnérable à l'intérieur de lui... un petit peu comme la personne donc je vous parlais... c'est une personne, rationnellement elle est tip-top mais quelque part elle se présente quand même toujours comme le maître du jeu et je pense qu'à quelque part à l'intérieur il doit y avoir... alors là c'était un rêve aussi. La personne elle a rêvé qu'elle rencontrait quelqu'un qu'elle aimait beaucoup en chaise roulante et qu'elle l'embrassait... et je pense qu'il doit y avoir une partie d'elle qui est en chaise roulante en ce moment, mais elle ne peut pas encore la voir... ça ce serait un exemple des choses que je subodore... je sens qu'il y a cette partie qui est en chaise roulante... je le sais grâce au rêve... j'ai déjà simplement dit « ah ben on fait ce rêve en lecture objective... on pourrait le faire aussi en lecture subjective... mais on ne l'a pas fait... pas encore... mais je le garde en réserve, s'il y a qqch qui sort... je pourrais dire... ah ben c'est comme dans le rêve de la personne handicapée vous voyez... C'était déjà un aspect de vous qui avait cette difficulté... on va voir un peu de quelles difficultés il s'agit, ça on ne sait pas encore vraiment... donc avec les complexes, ça permet de travailler les deux facettes... la facette dans laquelle on a vécu une relation qui se répète et la facette dans laquelle on a aussi acquis comment la faire subir à autrui d'une manière tout à fait dissimulée... et on doit s'en rendre compte pour prendre la responsabilité de ses actes... je sais pas comment dire... et pour se rendre compte aussi... ouais pour acquérir une vision du monde plus nuancée aussi... C'est pour ça que je n'aime pas tellement... c'est la mode des pervers narcissiques... ils sont dangereux tout ce qu'on voudra... mais maintenant tout le monde se met à traiter tout le monde de pervers narcissique... c'est quand même un thème extrêmement précis... (...) et puis alors comme ça on peut s'asseoir sur son fauteuil et récriminer contre le monde entier jusqu'à la fin des temps et on ne prend jamais la responsabilité de sa vie. Alors des fois il y a des modes comme ça... enfin bref, ça c'est un petit aparté, mais pour dire ce genre là ça continue à, cette mode du pervers narcissique, segmente le monde entre les victimes qui ont droit à réparation jusqu'à la fin de temps et qui ne prennent jamais la responsabilité de leur vie... et les agresseurs qui sont des monstres... c'est clair si il y a qqn qui est manipulateur, il faut complètement couper avec cette personne... mais malgré tout on doit quand même identifier, comment nous on fait subir des aspects comme ça aux autres... je trouve que c'est important... donc il y a mon petit côté aussi éducatif dans la thérapie... »

Pour vous les complexes, c'est forcément une partie d'elle-même ?

« Oui comme une intrusion que chamaniquement on dirait, qqch qui s'est introduit en vous et qui n'est pas vous en quelque sorte, c'est ça ? »

Ça peut être ça mais ça peut aussi être des parties de moi ou c'est les deux parce que c'est et...et... c'est un esprit, une énergie... on pourrait dire qu'on s'en fiche, l'important c'est comment ça agit...mais ça change le rapport au monde...

« Je suis pas sûre de vous comprendre parce que quand on fait une lecture subjective, j'ai pas l'impression qu'on reste centré sur soi. Cad que quand on parle de Soi on confond, petit moi et grand moi... alors si c'est pour dire « oui il y a un petit moi blessé, un petit moi ci, un petit moi ça... » c'est pas intéressant, et puis effectivement c'est égocentrique. Mais quand on prend la responsabilité de partie d'ombre, dont certaines sont des ombres familiales, ou des ombres groupales... ben par exemple une des personnes qui m'a donné son accord pour parler de ça est une personne qui est née en Allemagne, et apparemment son grand père a été comptable dans un camp de concentration... donc il y quand même une ombre collective... et elle entre en contact dans ces rêves... enfin, au début on n'a pas compris ce que le rêve voulait dire et puis après, elle est entrée en contact avec ça. Cad, c'est une ombre de toute l'Allemagne, c'est une ombre de sa famille, elle m'a raconté un peu le traumatisme que son père avait eu en allant voir son père emprisonné à la fin de la guerre... donc c'était le grand papa qui avait été comptable, le père comme jeune enfant avait dû aller voir son père en prison... et puis elle est la fille de ces gens-là qui vit ici... donc je sais pas comment dire... il y a aussi des altérités... cad que nous on a des parties d'histoire à réparer, des parties d'histoire... là par exemple c'est vraiment une partie familiale, de toute sa famille comme elle me décrit sa lignée familiale et puis aussi allemande... et puis cette personne fait un peu un travail d'intégration je dirai... de tout ça... donc ça 'est grand moi... quand on prend responsabilité du nazi en soi... ça c'est grand moi, je sais pas comment dire... donc quand on prend responsabilité de ses parties en disant, oui je suis aussi cela, je trouve que ça nous agrandit... c'est pas moi et ma petite psychologie... je sais pas comment dire, ça me donne une meilleure impression de l'être sacré que je suis ou des réconciliations que je peux faire à l'intérieur de moi et ça c'est des réconciliations qui peuvent avoir lieu à l'extérieur aussi... je pense que après avoir travaillé ça, je pense que cette personne va parler à ses enfants de l'histoire de l'Allemagne d'une manière différente... ça va se mettre en mouvement... ce qui est coincé va pouvoir se rejouer... ouais vraiment sur un plan aussi des relations... peut-être même des activités qu'elle avait fait, qui l'a mis en... qui finalement on l'a découvert, était déjà un rêve là-dessus... bon je l'ai qq part ici... elle allait dans un camp... où était emprisonné des enfants... et ces enfants... alors c'était plutôt comme en Palestine ou comme ça... et ces enfants devaient faire des sortes... il devait fabriquer des objets d'artisanat qui après seraient vendus... c'était vraiment... pas maltraités, mais on s'occupait très peu d'eux, ils n'arrêtaient pas de travailler et puis elle, elle allait et elle leur disait « c'est beau ce que vous faites, je vais rester un peu avec vous... » enfin elle avait une action fin... dans le rêve elle avait envie de faire que ces enfants soient plus heureux, qu'ils soient valorisés, qu'ils soient mieux traités... et puis on s'est demandé, est-ce que ça a voir avec une orientation qu'elle pourrait prendre dans sa

profession... et puis ensuite de ça, le souvenir traumatisant qui est sorti lorsqu'elle a travaillé sur son père et sur son grand-père justement c'était que ce grand père qui avait été comptable dans les camps de concentration... à la fin de la guerre, il avait changé de nom... puis le père se trompait des fois... parce que c'était un petit garçon... et un contrôle, il avait dit, il avait sorti son passeport, et il avait dit « non c'est pas tel nom de famille, c'est tel nom de famille... » et le père avait été arrêté... au fond parce que l'enfant avait gaffé... il n'arrivait pas à se mettre ce nouveau nom de famille dans la tête... et puis là il a été interné... c'était pas un grand gars monstrueux, donc je crois qu'il est simplement resté en prison... mais lui allait le voir dans le camp des prisonniers nazi tenus par les américains et ils allaient leur apporter... les enfants de ces personnes allaient leur apporter de la nourriture parce qu'ils avaient très très peu de choses... donc il allait avec des sacs à dos, où la maman, la grand-mère avait mis de la nourriture, des saucissons, des trucs comme ça... et puis il devait passer tous ces contrôles, avec les américains... et puis je sais pas il avait honte, il se sentait mauvais, coupable, il avait peur... jusqu'à ce qu'il arrive dans le coin où il y avait son père et les autres hommes, qui étaient tellement contents de les voir arriver... ils prenaient ce qu'il y avait dans le sac à dos et puis après il devait repartir... enfin donc... ces enfants dans ces camps, avec ces objets qu'ils trimballent, qui ne sont pas à eux et puis... il y avait vraiment un lien avec les blessures d'enfants à cause de la guerre et des monstruosité qui peuvent bien s'y passer... et je pense que chez cette personne qui a... une dimension altruiste qui est très très nette, il y a sans doute qqch qui va se mettre en place, qui va lui permettre, soit de prendre mieux soin des enfants sur un plan ou sur un autre... puis elle a fait qqch que j'ai aussi trouvé très courageux... elle est allée, quand elle était... elle est allée en vacances avec ses propres enfants en Hollande, et puis ils ont visité la maison pas d'Anne Franck mais de Cori Tainbaum (?) qui est je crois aussi une femme qui a été internée, une juive qui a été internée... et c'était les seuls allemands... et c'est très gênant en tant qu'allemand d'être au musée de la libération ou à ces trucs là... et simplement de dire voilà, je suis un enfant de ce pays là... et puis ils sont allés... ils ont sympathisé avec le destin de cette femme juive-hollandaise qui avait été arrêtée, elle s'est achetée ses livres... fin je sais pas moi j'ai trouvé que c'était vraiment très beau... et ça vous voyez bien c'est pas du tout « petit moi » découvre ses facettes multiples, c'est petit moi dans le grand jeu du monde parce que c'est... fin je sais pas comment vous liriez ça sur le plan de ce qui est intérieur et extérieur... il y a vraiment les deux qui sont entremêlés je trouve... »

Alors je suis d'accord avec vous, cette dimension collective est extérieure mais ce n'est pas que j'essaie de mettre en exergue avec le chamanisme, mais je sais pas comment faire cette articulation ou pas...

Je parle de l'exemple de l'apparition de mon grand-père par rapport à mon chef, soit j'analysais ça en termes de mon rapport au masculin, de ce qui se répète, dans ma vie, à travers les lignées... soit tout à coup il est venu cette figure de force, protectrice...

« Moi je dirai dans ce cas-là, ben c'est super, vous avez rencontré un de vos protecteurs, puis je ne définis pas à quel point ils sont intérieur ou extérieur... »

mais en hypnose ça m'arrive par exemple de faire des exercices qui sont passablement chamaniques... de genre que la personne veut couper avec qqch, elle va jamais le faire toute seule pour moi... Je dis « ben voilà, vous allez dans votre lieu de sécurité, etc. et puis là l'un de vos ancêtres va venir pour vous aider à faire votre travail... » je l'ai reçu comme ça et je trouve que c'est très bien, que la personne ne le fasse pas avec ses petits bras musclés... je sais pas comment dire... surtout qu'en général il se sent faible... donc là « un de vos ancêtres va venir, et il va vous apporter l'outil pour le faire... » alors là il peut se passer des tonnes de trucs, une fois l'ancêtre lui a apporté un aspirateur... j'aurais jamais pensé qu'il apporterait un aspirateur... mais ça a été très efficace... dans la chose en question... donc là dans ces cas-là je dirai... je sais pas moi... ça m'arrive de parler aux gens « ben vos protecteurs » sans dire du tout, parce que j'en sais rien du tout, quels y peuvent bien être... et puis ça dépend de sa spiritualité, et puis ça dépend... donc quand je dis ça je pense pas que tout est intrapsychique... mais je vais pas le définir... mais je vais pas le définir... il faut que la personne sente qu'elle est en contact avec qqch qui la protège, quelque soit le nom quelle lui donne par exemple... donc dans ce cas-là je dirai « ah ben c'est fantastique, dans cet état de conscience élargie ou hypnotique, vous avez contacté une dimension protectrice qui vous a inspirée... j'en sais rien moi où sont les esprits des morts, j'en sais rien du tout mais... mais je constate que dialoguer avec elle est bénéfique pour pas mal de personnes... surtout si c'est bénéfique... si c'est terrifiant là le travail à faire sera différent... »

« J'ai quand même le sentiment que vous avez une lecture, enfin une expérience un peu étroite de ce que c'est qu'une lecture intrapsychique... il me semble que c'est beaucoup plus vaste... et que ça fait droit à beaucoup plus de niveau de réalité que ça... et c'est pas lié simplement à ma biographie... mais simplement il faut être prudent parce qu'on ne sait pas et il faut respecter les systèmes de pensées des gens... peut-être que je dirai à priori c'est sans doute logique que ceux qui sont très axés sur l'extérieur... cad c'est tous des puissances, des pouvoirs, etc. doivent un petit peu arriver à leur intériorité et ceux qui sont très axés sur l'intérieur, ils doivent un petit peu s'ouvrir sur l'extériorité et considérer un petit peu plus l'altérité... certainement que ça doit être un petit peu comme ça... parce qu'il y a... de nouveau c'est ces lois de l'équilibre, un petit peu... quand même j'ai l'impression qu'en intrapsychique, c'est un monde... et c'est un monde qui aussi celui-ci... je sais pas comment dire... ben par exemple, mon grand-père qui m'apparaît cette fois-ci, ben il va m'apparaître sous un aspect, je sais pas... souriant... une autre fois il va m'apparaître fâché, une autre fois il va m'apparaître avec un drôle de chapeau qui me fera penser à qqch, donc c'est quand même mon grand-père, qui... qui je ne sais pas pour quelle raison m'apparaît comme ça... on peut dire « c'est lui qui a décidé » mais c'est aussi semble-t-il en lien avec la disposition dans laquelle je suis maintenant et ce dont j'ai besoin moi... c'est un petit peu comme lorsqu'on dit qu'on travaille avec l'image paternelle... c'est pas Monsieur votre papa, c'est l'image, l'imagos paternel... donc sans doute qu'il y a des traits d'imagos de comment ces esprits nous apparaissent à nous... je pense... »

Jung c'est le plus flou

« Je suis d'accord que c'est un peu flou... »

« Ben la notion théorique c'est vraiment la lecture objective et la lecture subjective... mais on ne dit pas qu'il en a une qui est meilleure que l'autre. Il faut que les deux alternent. Par exemple si le rêve que j'ai fait me renseigne sur ma relation à mon chef. Ca c'est ma relation objective, c'est très important. Et puis on peut se contenter de celle-là là, parce qu'il y a vraiment un problème... puis ça nous donne des aperçus sur comment on vit ça ou comment ça s'est constellé chez nous dans cette relation-là ou quels aspects de l'autre je n'avais pas vu et que le rêve me fait voir que j'ai eu ce sentiment-là sans en prendre conscience... puis quand je fais la lecture intérieure en disant « voilà, c'est la répétition d'un complexe par lequel je me maltraite moi-même d'une certaine manière... ça peut être utile aussi... et puis selon les personnes, il y a des personnes pour qui ça va être l'intrapsychique qui va tout leur apporter, d'autres personnes pour qui ça va être la lecture objective, fin subjective, objective, reprenons les mots, mais en général... la vérité, les deux sont vrais... c'est pour ça qu'on peut revenir sur un rêve et y voir encore qqch d'autres après, aussi à cause de ce jeu-là. On peut le voir seulement interne, seulement externe. On peut jouer entre les deux. Ouais ça serait un petit peu... »

Pour moi on reste sur le plan psychique...

« C'est vrai que de ce point de vue-là le chamanisme se démarque je pense »

Oui mais des fois je trouve que chez les jungiens, et dans les ouvrages jungiens, c'est pas clair

« Non c'est pas clair... ça dépend des personnes, je pense aussi des sensibilités des analystes, peut-être que c'est du fait aussi... je sais pas mais... comme on dit que le symbole c'est qqch qui a une facette dans la réalité concrète vraiment matérielle et ne facette de sens, et que c'est qqch qui réunit, un sens et une réalité tout à fait concrète... ben si on le prend côté matériel, on va réifier... matérialiser les choses avec lesquelles on est en contact... et puis si on le prend sous la facette de sens on va les prendre comme des pures significations... et puis aucune des deux ne seraient exactes... il faut qu'il y ait l'interface ou ce jeu que... la réalité matérielle féconde le sens et vice et versa... mais d'où aussi des positions qui peuvent être graduées en très très matérielles mais quand même avec une facette de sens ou très très au niveau du sens mais quand même avec une petite composante concrète. Puis entre les deux on a sûrement tout un... et puis selon les jungiens, selon les clients, selon les moments, etc. selon les styles mêmes de ces analystes... je pense qu'on peut avoir des choses assez différentes... mais je veux bien croire que ça doit être difficile de synthétiser ça pour faire un travail là-dessus parce que moi-même je ne me sens pas particulièrement claire, je suis même pas claire du tout... »

Je dis qu'en général quand on aborde ça avec les jungiens on arrive à la notion de synchronicité...

« Alors peut-être que ce qu'il y a de plus jungiens qui ressemble au chamanisme c'est la notion d' *Unus Mundus*, je pense qu'on vous a parlé de ça ? Ce qui permet la Synchronicité c'est qu'en fait il y a sans doute l'*Unus Mundus* qui est le monde dans lequel les différents niveaux de réalités coexistent tous, il n'y a pas de contradictions entre le physique et le psychique, entre le spirituel et le matériel, c'est le monde un, mais nous n'avons pas accès à ce monde-là, nous sommes un monde de dualité, et de temps en temps... certaines choses se passent comme des synchronicités qui montrent qu'en fait l'*Unus Mundus* est le substrat de toute cette réalité qu'on vit, mais c'est pas ça avec quoi on est en contact dans ce monde-ci en quelque sorte. Mais c'est ce qui explique que ce soit possible, tout est unifié à un niveau vraiment... ce qu'on découvre les alchimistes en quelque sorte... à ce niveau-là c'est un mais on ne peut pas entrer en contact avec cette unité là... construit comme on est, un petit peu... donc ce que Jung a dit, en allant plus loin... ça serait quand il parle, en parlant à propos de l'alchimie de Dorn sauf erreur en particulier... il assoit cette notion d'*Unus Mundus* qui réunit totalement les différents niveaux de la réalité... et ensuite et ben on a... voilà le monde séparé où on a le matériel et le spirituel par exemple et de temps en temps... par exemple des synchronicités se passent qui montrent que en réalité il n'y a pas de contradictions... »

Jung, unus mundus, Ghérard Dorn

Je trouve que ça change quand même notre rapport au monde, selon le parti pris.

L'induction

« Avec un rêve ou un jeu de sable, là on va être assurément en état de conscience modifié... avec un jeu de sable, c'est particulièrement frappant puisque ça implique le corps puis vu que mon travail à moi consiste à me laisser ressentir des choses pendant que la personne fait son travail de jeu de sable... »

« La personne fait son jeu, elle est vraiment en état de conscience modifié parce qu'elle entre dans ce qu'elle est en train de faire. Bon des fois il y a des personnes qui en sortent en disant « c'est moche, ça ressemble à rien, puis maintenant qu'est-ce que je fais... » mais c'est comme s'ils entraient et ressortaient de transe par fragmentation... et puis moi j'essaie vraiment de sentir dans mon corps qu'est-ce qu'ils vivent... des fois les personnes parlent des fois elles ne parlent pas... alors comment est-ce qu'on fait ça je sais pas... parce qu'on est saisi par ce qu'il se passe... un peu comme en hypnose ce serait que le focus serait sur ce qu'il se passe, mais pas seulement avec la vision, aussi avec le ressenti corporel... des gestes ou des tensions, du rythme aussi, si elle fait très vite, ou si elle soigne la chose ou si elle fait des grands mouvements... c'est comme si ça brassait aussi l'intérieur de moi... enfin je ne sais pas comment dire... donc j'essaie vraiment d'être extrêmement disponible à toutes les dimensions de l'expérience... c'est un mode d'accompagnement... donc je me tiens généralement visible de $\frac{3}{4}$ (...) et puis il y a des personnes qui parlent, des personnes qui parlent avec moi, des personnes qui restent totalement silencieuses jusqu'à ce qu'elles aient fini... il y a des personnes qui ferment les yeux, tout ce qu'on veut... et puis à la fin ben on échange, ben elle dit ce qu'elle ressent sur sa pièce, puis moi je ne vais vraiment pas l'interpréter, surtout pas en jeu de sable, je vais soit montrer que j'étais là aussi, en disant « tiens l'écureuil s'est bien amusé » si j'ai ce sentiment... voilà ça va être une sorte d'échange... Ou ce qu'elle y voit, ou ce à quoi ça lui fait penser... ce qu'elle a senti... voilà... une sorte de... où on partage... je crois vraiment que c'est un moment de partage à la fin du jeu de sable... donc voilà. Là ça va être le jeu de sable qui va être un inducteur par lui-même, parce qu'il a cette capacité-là, et donc aussi chez celui qui l'observe si on entre dans l'expérience... »

« Si c'est de l'hypnose, ben on va aussi entrer... la personne va aussi entrer dans son état de transe plus ou moins légère et moi aussi... c'est vrai que la temporalité est très différente... une séance où il y a de l'hypnose, le temps passe mais je ne saurais pas dire comment, enfin je regarde ma montre quand même mais il y a des sortes d'accélération ou la personne peut vivre comme un ralentissement ou moi, si il y a aussi un jeu de sable il s'est aussi passé un moment où la temporalité a été différente... et alors des fois quand on raconte un rêve c'est la même chose... la personne raconte un rêve, elle a ses images, elle a ses émotions... moi j'essaie de comprendre... ses montagnes, justement ses montagnes... comment sont ses montagnes quelle me décrit vraiment... et j'entre à ma manière dans son rêve aussi... enfin je sais pas comment dire... je me laisse affecter par son rêve... je sais pas comment dire ça... et je pense quand on échange sur le rêve... on est les deux aussi dans un état un peu second... mais je sais pas comment bien l'expliquer... Peut-être que c'est la cohérence interne, ce que Jung appelait des fois le sentiment de numineux, ce « numinosum » là, c'est qqch qui montre qu'il y a qqch de sacré dans qqch de banal... c'est peut-être aussi une synchronicité... et puis si on est sensible à ce numineux... je sais pas... je pense que moi j'y suis bien sensible... ben ça me touche et puis ça m'ouvre d'une certaine manière... pour réceptionner l'expérience de l'autre... Et puis des fois l'autre aussi il est touché par son rêve... Peut-être qu'il ne mettra pas ce mot de numineux dessus, sans doute même c'est certain que non mais... qu'il y ait qqch d'étonnant ou qqch d'étrange, ou qqch de bizarre qui le convoque, qui le surprend, donc il va y avoir une implication... peut-être que c'est par l'implication que c'est entré dans un état un peu second se fait... je sais pas comment expliquer ça... mais ça se passe dans pas mal de moment de thérapie... je pense qu'une heure de thérapie où il n'y aurait pas ça... ça serait un peu raté de mon point de vue... dans le sens où il y a beaucoup de gens qui disent « A quoi ça sert de parler des problèmes, moi je veux faire qqch de plus pratique parce que je trouve que parler ça sert à rien... moi j'ai envie de lui dire... si on n'a fait qu'en parler, on a perdu notre temps, et vous et moi... c'est pas parler, c'est ressentir des tonnes d'émotions, des tas d'activation, il nous vient des

images, on fait des liens... c'est ça parler... c'est pas blablabla... alors quand c'est vraiment que parler, qu'il n'y a pas eu ces moments soit d'échange, soit avec une temporalité différente soit où on accède à un niveau d'implication différent, soit où une émotion vient et qu'elle est dite et partagée... ça c'est des moments transformateurs.... En fait on essaye de vivre que chaque séance ait des moments transformateurs... des fois vers la tristesse, des fois vers la lucidité, des fois vers... vers un contact avec soi-même tout simplement... et c'est pour ça que ce n'est pas que de la thérapie par la parole... donc des fois c'est très visible que c'est pas par la parole parce qu'il y a un autre moyen... »

« Donc il y a effectivement toujours des états modifiés de conscience qui peuvent être induits simplement par une charge émotionnelle ou un niveau d'implication je dirai... des fois aussi ce qu'on appelle un état régressé... par exemple quand on fait des associations... il faut descendre dans un état un peu régressé pour que l'association vienne... si par exemple je fais... c'est très rare mais le test d'association de mode Jung qui permet de détecter les complexes... je l'ai fait encore récemment avec quelqu'un et puis la personne est vraiment descendue dans un état régressé pour faire le test... elle a fermé les yeux... donc on est dans cet état régressé où on laisse les associations venir « ah ça me fait penser à ça, style un petit peu plus freudien, mais malgré tout c'est aussi qqch de... où on est dans un ECM... »

« Pour moi il y a qqch de sacré dans la rencontre... quand on voit vraiment qui est qqn, pas une petite facette, qu'une personne nous livre qui elle est et que nous on peut être là aussi en tant qu'humain. Enfin je trouve que ça a qqch de sacré. »

« Moi ce que j'ai appris le plus du symbole chez les jungiens, que c'était pas juste ben « la mer symbolise l'inconscient, le forêt symbolise la nature primitive... » (...) mais qui avait vraiment une expérience très physique et que plus on aimait la vie et qu'on savait des choses concrètes, sur l'objet en question, plus on comprenait le symbole... on a fait un week-end sur le symbole du chat... on est allé à fond... on a avancé à 4 pattes, on s'est donné des coups de griffes, on a vraiment chatifié notre we et puis plein de choses sur les mœurs des chat, leur système reproductif, la manière dont ils sont parents, la manière dont ils s'alimentent... ça a pris une place immense et puis après il y a eu ce que le norvégiens disaient des chats, ce que les égyptiens disaient des chats... il y a aussi eu ça... mais c'était sur une base vraiment d'expérience de ce que c'est le chat... le matou, la chatte, comment ils s'expriment, comment ils expriment leur sensualité, c'est un animal très très sensuel... donc on du rentrer en contact avec... pis ça, après ça, le symbole du chat on ne peut pas simplement dire « alors le chat symbolise la nature sauvage dans notre féminité... » ce serait archi plat...

Pour moi le symbole c'est qqch avec lequel on doit entrer en contact... c'est pour ça que j'avais dit à la personne... effectivement entrer réellement en contact avec les vaches... parce que justement, le symbole est un transformateur, il lie le sens et la matière... donc quand un symbole s'active et ben il faut qu'il s'active, il faut pas simplement qu'il soit lu dans un livre, ou rêvé, en disant tiens je note mon symbole... la tortue qui est symbole de ci... il faut vraiment que ça nous fasse vivre, que ça nous fasse vibrer, pour que ça exerce sa fonction de transformateur. Et là aussi on retrouve la problématique des alliés... par exemple je sais pas quelqu'un qui rêve d'une tortue on peut lui dire vraiment « contactez la tortue en vous, à l'extérieur de vous... cette tortue qui nage comme-ci, comme ça, sentez là... portez un collier tortue... aussi pour se sentir protégé et inspiré dans notre mode d'incarner notre corps, dans le mode que la tortue a de le faire... je sais pas comment dire... ouais je dirai que les symboles ils sont intéressants en tant qu'ils sont des transformateurs... pour qu'ils soient des transformateurs, il faut leur donner beaucoup de notre vie psychique et aussi s'intéresser à notre vie à eux... et la se passe des choses qui n'étaient pas prévues... il y a toujours le côté inattendu aussi... c'est un petit peu comme la typologie malgré tout... quand on voit un symbole à fond... on se dit c'est incroyable, c'est aussi un symbole de ça, ça me concerne comment ça se fait... donc là ça veut dire qu'on a vraiment bien trouvé notre... on a été bien rencontré par ce qui nous est venu... »

« C'est un livre sur le guérisseur blessé. Cad que si on veut soigner, on doit être en contact avec notre part de vulnérabilité, sinon on devient un espèce d'autocrate... ça c'est très chamanique... et si le soignant est en accord avec sa propre partie blessée, le client-patient, ça réveille en lui le thérapeute intérieur... dans le sens que c'est pas le soignant qui soigne... le patient mais le soignant, en étant en contact avec sa blessure intérieure, constelle comme ils disent, chez l'autre, son guérisseur intérieur... et c'est ce guérisseur intérieur qui guérit le patient... (...) et donc ça montre aussi que si la personne est en train de travailler son aspect intérieur sur le jeu de sable, moi je dois aussi travailler le mien si je veux qu'il se passe quelque chose... c'est pas du tout la même chose que si la personne faisait un jeu de sable toute seule et puis qu'après elle le prenait en photo et qu'elle disait, c'est super ce que j'ai fait, un beau jeu de sable... le fait que ce soit dans une relation thérapeutique, que je vive aussi qqch même si j'en dis pas grand-chose, est un transformateur... à cause de ses polarités disons, je pense que c'est assez vrai aussi, je sais pas si ça vient de Stern ou pas, mais si on s'aligne, je sais pas par exemple, si on s'apaise... si par exemple, c'est arrivé des fois... maintenant je me suis un peu améliorée mais j'étais très vulnérable à l'angoisse... quand j'avais qqn qui était monstre angoissé moi ça me faisait « heuuuu !!! » comme c'est aussi... pis mon travail c'était de me calmer moi-même... pis quand j'étais calmée moi-même, la personne se clamait aussi... il y quand même quelque chose qui se passe... ou quand tout à coup on sent que l'autre a peur d'être fou... on comprend bien hein, tout à coup il fait « heinnnnn !!! » il voit un peu le gouffre de la folie s'ouvrir sous ses... fin... et moi aussi je me dis, mon Dieu quelle horreur, il va décompenser, ça va être la cata, faudra que j'appelle le 121, 124, ou je sais pas quoi, l'ambulance... ou je sais pas quoi... bon en général je n'ai pas le temps de me dire ça mais j'ai peur, ce genre de peur là... puis si j'arrive à « ffffiou » à me dire « ok, voilà », fin je sais pas comment dire... à considérer ça avec... une certaine sérénité... en me disant « c'est une possibilité, on verra bien... » mais je fais confiance à la structure de la personne, en ses protecteurs et les miens aussi... je constate que ça calme le jeu en face aussi... donc cette idée du guérisseur blessé elle est très importante parce que si on prend soin de notre blessure, malgré tout, l'autre aussi il se constelle une possibilité de prendre soin de lui-même, à l'intérieur de lui... puis qui fait partie de la guérison... »

Ça va aussi dans le sens d'une communication d'inconscient à inconscient...

« oui tout à fait... c'est vraiment ça qui se passe... alors Stern ne fait pas tellement allusion à l'inconscient mais... mais je pense que ça enrichit beaucoup... c'est ça qui se passe... »

Je parle de ma mauvaise compréhension de ce que Bonvin a eu formulé, disant que c'est la relation qui soigne. Mireille me dit que pour elle aussi c'est la relation qui soigne

« Mais je pense aussi, fin d'après tout ce que j'ai étudié... ce qui est le meilleur facteur, c'est la fameuse alliance thérapeutique... si l'alliance thérapeutique ne se noue pas, s'il n'y a pas une rencontre et ben ça sert à rien du tout... »

Je relève que pour moi, il va encore plus loin dans ce que j'ai compris...

Qqch comme objectiver le subjectif... l'imaginaire, la subjectivité de personne devient objective, on en parle, on échange à son propos, elle devient réelle entre deux personnes et ça soigne

« Puis c'est au niveau du vécu quand même... parce justement on nourrit cette expérience, chacun tous les deux de notre vécu en quelque sorte, et donc il y a une circulation de... de vie qui se fait à partir, ouais à partir de cet intermédiaire possible, effectivement, qui est par exemple le symbole qu'on partage... »

« Et puis ça branche le corps donc forcément il va y avoir guérison, parce que le corps est là quoi... »

« Moi je pense quand même que juste parler, le corps n'est pas présent et l'émotion n'est pas présente... fin de toutes façons, l'émotion elle est corporelle aussi quoi donc ça s'apparenterait un petit peu à une rationalisation où chacun garde un peu son quant à soi et échange des produits manufacturés qui sont des idées ou des théories... et puis on débat d'une théorie si elle est plutôt ci ou ça, on décrit, mais on... le corps et les émotions sont très peu présents... ça veut pas dire qu'on va avoir des débordements émotionnels mais on va vraiment être là avec toute notre personne et... par exemple le rythme va être différent... dans une communication thérapeutique, on va ralentir, des fois il y aura des moments de silence... ces moments de silence ne sont pas du tout de ces espèces de moments piégeant qu'on voit à la télé... mais c'est pour un peu sentir, comment ça va dans notre ventre, comment ça se pose ou se pose pas ou comment ça s'agite... et si la personne commence à être agitée ben ça sera intéressant qu'elle dise qu'est-ce qui va pas dans ce qu'on a dit... donc... ouais si c'était que parler, je sais pas comment dire, ce serait que... ce serait décorporé, des contenus creux un petit peu... du fait qu'il y a une implication de toute la personne et un sorte de respect, d'intérêt, ça c'est la dimension du sacré peut-être... enfin... que ce qui se passe là est précieux, que cette personne est précieuse pour nous... fin du fait qu'elle est là et qu'on se livre à l'une des plus vieilles activités de l'humanité ensemble, en quelque sorte, qu'est la thérapie... »

Pour moi, j'ai l'impression que de s'intéresser au vécu intérieur, d'en faire faire une description phénoménologique induit presque systématiquement un état de conscience modifié

« Oui je pense... »

« Finalement un ECM c'est peut-être un état de présence mais... justement on est tellement peu présents que c'est un ECM de réussir à être présent... »

Du coup on peut l'induire en s'intéressant phénoménologiquement à la personne...

« Je trouve bien ce « phénoménologique » parce que ça veut dire que ça s'incarne... ça va beaucoup s'incarner... et puis effectivement dès qu'on est intéressé à cette myriade de détails ou de couleurs, ou je ne sais pas trop quoi, ça devient... ça prend de la substance... (...) ça fait que c'est très simple finalement... »

« Mais l'ennui c'est que je me désintéresse des conversations du type café du commerce et il faudrait pas devenir érémitique, ça c'est un problème... c'est qu'il se vit des choses tellement intéressantes ici que... des fois je suis pas très sociable à l'extérieur. »

« Et puis Guggenbühl-Craig dit aussi une chose qu'il faut aussi faire attention comme psychothérapeute... c'est le danger auquel je pense de vivre par procuration... cad tous ces morceaux de vie qui se jouent ici sont d'une telle intensité et tellement gratifiant, même qu'il y en a des affreux et puis des dont je mets du temps à me remettre... mais de toutes façons c'est garanti que ça va être intense... et tellement plus intéressant... alors moi j'aime beaucoup faire mon ménage, et cuisiner... mais que les relations superficielles... on peut avoir l'impression d'avoir vécu tous ce que les gens ont vécu et puis finalement non, nous on est resté dans notre fauteuil. Donc ça ne nous dispense pas de aussi faire des expériences dans la vie réelle avec des vraies familles, des vrais voyages, des vraies maladies, des vraies... »

« Le mot « intimité » il parle bien de ce dont il s'agit... »

« Surtout si la personne n'a pas d'idée je vais induire des trucs... des fois par exemple je vais raconter un conte... et dire « ça me fait penser à un conte... » aussi dans l'idée... et ben je sais plus la dernière fois c'était une personne... je sais plus ce qu'elle avait comme difficulté, et puis j'ai dit, ben il y a par exemple ce conte, etc. Et puis elle est arrivée elle-même à l'idée que c'était réconfortant de se dire qu'il y avait beaucoup de gens qui avaient eu ce problème après tout... et puis beaucoup de gens avaient dû faire face à ça dans l'histoire de l'humanité et qu'elle elle pourrait sans doute le faire... c'est le but de l'amplification, quand on propose une amplification, c'est aussi pour donner ce sentiment de solidarité, en disant « ben vous êtes vraiment dans une épreuve, beaucoup de gens ont traversé cette épreuve... » oui c'était qqn qui a un partenaire qui est encore extrêmement capturé par son partenaire précédent... et il y a des contes, où l'époux reçoit une boisson soporifique de la fausse épousée qui l'endort toute les nuits, et la vraie épousée vient hurler autour de son lit en disant revient à moi, redevient toi-même et l'autre et complètement... et puis il y a toute une procédure, jusqu'à ce qu'il se réveille... c'est le beau au bois dormant... il y a des contes où l'homme sauve la femme d'une malédiction, des contes où la femme sauve l'homme d'une malédiction et puis des contes où ils se sauvent mutuellement mais... l'un après l'autre, comme Eros et Psyché... ou des choses comme ça... où il y a vraiment des quêtes... des quêtes d'un personnage pour l'autre, puis ensuite quête de l'autre personnage pour l'un... puis beaucoup d'histoires de couple ressemblent un peu à ça et puis si je propose un conte par exemple, comme ça... là ça a bien joué dans le sens où la personne a pu prendre ça comme une sorte d'encouragement que il y avait une structure universelle... et aussi dépersonnaliser son histoire, c'est pas l'infâme autre uniquement mais c'est le problème de la... de la magie amoureuse, je sais pas comment dire... et comment redevenir présent après une relation captative... qqch comme ça... je vais surtout proposer des amplification ou des interprétations comme ça quand la personne n'a pas beaucoup d'idée ou elle est un peu coincée... pour partager en disant « moi ça me fait beaucoup penser à ça... » Puis après, effectivement on va l'utiliser un peu comme une métaphore, on va continuer sur ce conte ou cette histoire... si ça accroche... d'autre fois, ça n'accroche pas du tout, alors... je laisse tomber quoi... Je crois que Jung il disait « et ben un rêve, le but c'est de continuer jusqu'à ce qu'on trouve un sens qui touche la personne... fin qui a un sens pour la personne et qui éveille son assentiment... donc on bricole... on cherche... jusqu'à ce qu'une lecture de la situation de vie, ou du rêve, ou du conflit que la personne décrit, rencontre son assentiment... et puis il y a une sorte de vrai Oui. Ou bien rien que trouver le mot juste et puis ça fait « Ouais c'est ça... » « Non c'est pas de la déception c'est de la... rancœur... »... donc je sais pas comment dire, on essaye d'obtenir ce moment de oui, ou ce moment où la personne, ça touche et donc il y a un regain d'énergie ou de vitalité, d'espoir ou d'intérêt pour la vie ou je ne sais pas trop quoi... fin c'est... voilà ça c'est curatif en soi... donc selon le style de la personne et comment elle est etc. Il y a des personnes qu'on peut beaucoup suivre et puis il y des personnes où on peut

proposer un certain nombre de choses... mais j'essaye de pas l'envahir de propositions non plus... même si la personne reste très discrète... parce que sinon... qu'elle se sente étouffée... »

« Puis d'autres personnes avec qui je fais peu de propositions parce que elles déroulent leur fil... le but c'est plutôt de se rendre compte qu'elles sont toujours sur leur fil puis qu'elles ne commencent pas à se raconter des histoires, ou qu'elles ne partent pas dans qqch d'autres et puis de les ramener à ce qu'elles sont en train de dire ou ce qu'elles sont en train d'explorer à cette séance-ci... L'intervention ça va être de les ramener ou la limite de les recentrer sur la fameuse intention... et puis alors par rapport à ça qu'est-ce que ça donne, de manière à ce qu'elles tirent le fil de ce qu'elles ont fait... donc voilà, les interventions c'est un peu ça... »

Du coup votre bagage de culture antique vous sert beaucoup ?

« oui oui tout à fait, et puis je me passionne pour l'étymologie alors des fois je peux faire une proposition si je sens que ça répond en face et que ça peut être bienvenu... ou aussi pour surprendre... »

J'ai l'impression que ce bagage est nécessaire pour être analyste jungien

« Si on ne l'a pas on l'acquiert au cours des études, il faut effectivement faire des études de mythologie plus approfondies... mais on peut aussi se spécialiser dans un domaine. Par exemple il y a des gens qui sont passionnés par l'Égypte moi j'aime très peu l'Égypte, je ne sais pas pourquoi d'ailleurs, donc je ne vais pour ainsi dire jamais avoir une métaphore égyptienne par contre j'aime beaucoup la Scandinavie, la Grèce, (...) alors je vais plutôt faire des propositions dans cette direction là, ça dépend de l'univers culturel de la personne aussi... si je sais qqch un petit peu de là d'où elle vient... j'ai quelques patientes sud-américaines par exemple, donc j'essaye de proposer qqch qui me paraît cohérent avec l'horizon... »

« Moi je trouve personnellement connaître le monde animal c'est très très utile. J'ai très souvent travaillé avec les gens... un animal stressé se comporte comme un animal proie... l'animal proie dort très peu, il a toujours les oreilles en alerte, il est prêt à fuir et puis il y a des personnes qui vivent vraiment comme ça et puis qui sont stressées et qui dorment mal, qui digèrent mal, qui n'ont pas le temps d'aller aux toilettes, fin... toute sortes de choses... ou bien dans les problèmes éducationnels, très souvent j'utilise, comment c'est dans un clan de loups ou comment c'est dans un troupeau de ci ou de ça. Pour ça je trouve il faut avoir aussi l'éthologie... d'ailleurs par rapport à l'origine de ces fameux archétypes... d'après des cours que j'ai eu à l'institut Mario Schlegel, (...) et ben lui il fait carrément le lien en disant c'est d'une origine ethnologique, c'est un inconscient animal qui vient des expériences vraiment de la vie animale, et c'est ça qui a donné la base des archétypes... les archétypes ne sont pas des abstractions, dieu sait quoi, c'est des sortes de... de solidification un peu d'expériences auxquelles l'éthologie nous donne accès... je trouve que c'est probable... donc je trouve important de connaître aussi beaucoup de choses sur la vie animale et naturelle... et sur les saisons, fin sur les cycles de la vie... ouais ça me paraît utile... »

« Mais comme vous disiez la cuisine, aussi connaître qqch à comment on fait

pour qu'une recette aboutisse à qqch... comment on fait du pain, comment on fait lever de la pâte c'est une chose de métaphore extrêmement utile... »

Rites, tâches

« Je dirai c'est nourrir l'inconscient... donc prendre au sérieux ce qu'on a vécu pour que ce ne soit pas juste un moment mais que ce soit un moment transformateur dont on prend soin par la suite... des fois je peux dire... ben soyez attentive la semaine prochaine qu'est-ce qui enclenche cette réaction chez vous, essayez de remarquer qu'est-ce qui enclenche cette réaction chez vous... pour qu'on en parle plus en détails la prochaine fois, si la personne la connaît mal ou si elle a eu un rêve, qu'il y a un symbole important qui est sorti et ben je l'engage à garder le lien avec ça... des fois si on fait un travail sur l'enfance, je peux dire est-ce que vous avez une photo qui ressemble à cette petite fille intérieure que vous avez contacté... mais je vais pas faire ça lourdement... des fois la personne dit elle-même que ça lui rappelle un souvenir ou une photo qu'elle a. Je dis ben mettez la sur votre table de nuit ou qq pat pour l'honorez aussi... Ca va être un petit peu ouais, incarnez tous ces... incarnez tous ces symboles quand il y a des symboles de manière... vraiment dans sa vie... ben la personne est encouragée à tenir un cahier de rêves si elle ne l'a jamais fait... pour des personnes c'est tout à fait nouveau elles ne l'ont jamais fait... donc il n'y a pas vraiment des tâches comme un comportementaliste... ça va plutôt être des tâches de s'observer dans certaines situations... »

« Honorez... nourrir... (en partant du principe que c'est pas tout d'avoir le symbole) non... il faut vraiment l'incarner... ça peut être effectivement... ben comme on avait dit... danser le chat, ça peut être le bouger... ou aller dans des endroits où il aime être... ou, si c'est le chat, je sais pas moi, en se couchant sur son lit penser à la manière dont le chat va se coucher sur un lit et puis prendre son confort un peu à la même manière que lui, ou manger du poisson... ça peut être beaucoup de choses... voilà... et puis en général il y a une dimension ludique, il faut que la personne s'amuse un peu à faire ça... fin je veux dire qu'elle trouve ça inspirant... ce côté ré-enchanter le monde c'est ça... qu'elle ré-enchanté un petit peu sa vie par rapport à ce qu'elle a vécu... ça c'est le cas vraiment idéal... mais des fois je propose aux gens de faire une petite folie puis de me dire laquelle c'était... je sais pas du genre de mettre deux chaussettes différentes ou qqch d'un peu inhabituel, qui réveille leur... ouais... peut être que c'est... effectivement, vu que l'inconscient est qqch de sérieux, de très fondé, de très profond. Quand on a reçu un cadeau, il faut être reconnaissant et montrer qu'on est conscient de la chance qu'on a eu que cette facette de vérité-réalité ce soit communiquée à nous... je sais pas comment dire... ça ce serait un petit peu le côté rituel... je trouve que ça ressemble assez au chamanisme, dans le sens qu'il y a remercier, honorer, montrer qu'on est du clan du truc en question, d'une manière ou d'une autres... »

Vous avez l'impression que ça potentialise le travail ?

« Oui, oui je pense vraiment... puis aussi pour que la personne n'ait pas l'impression que ça se passe ici mais que dehors ça ne change rien... mais vraiment qu'il y a un lien entre l'intérieur et l'extérieur... aussi cette attitude que la personne est comme un explorateur, maintenant dehors elle va être... Ouais repérer les synchronicités ou voir comment ça se joue et donc sa vie peut devenir plus intéressantes... parce que tout à coup elle va la regarder pour en ramener aussi des morceaux ici, je ne sais pas comment dire... Ouais c'est une entreprise de vitalisation je dirai et de prendre au sérieux aussi... »

« Voyez symbolum c'est mettre ensemble hein... donc il y a vraiment deux faces et puis il y a cet *unus mundus* mystérieux dans lequel c'est totalement unifié. Mais nous on voit ça et puis on voit ça... on peut pas les voir les deux en même temps... »

Troisième entretien : J6

Relève différence entre analyse et thérapie brève où il y a des objectifs précis

Intention, demande :

« Ca peut être un problème très concret, un malaise diffus... « je sais pas... je me sens triste tous les matins » ou des peurs, ou des choses très concrètes, ou diffuses... ou bien... j'ai besoin de faire un travail sur moi, parce que ça m'intéresse... parce que les gens savent un peu qu'il y a cette partie inconsciente qu'ils ont envie de rencontrer... donc je pense qu'il y a un peu ces différents aspects... mais quand même, je dirais actuellement, une grande partie des gens viennent quand même avec un symptôme, avec une problématique qui n'est peut-être pas du tout le problème... ça peut être « j'ai souvent mal au ventre » ou... « j'ai des boutons... » ils se rendent compte que c'est lié à... ils ont fait toutes les démarches auprès des médecins, ils savent que ce n'est rien de physiologique... ils ont compris que c'est l'expression d'autre chose... très souvent c'est quand même dans des situations de vie difficile... que ce soit des difficultés avec leurs enfants, que ce soit une séparation, un deuil à faire... mais alors là c'est plus diffus, c'est « voilà, j'ai perdu ma mère il y a deux ans et j'arrive pas à dépasser la douleur, je n'arrive pas à faire le deuil depuis... j'ai plus d'énergie... c'est souvent hein... une question d'énergie... »

Par rapport à la définition de l'intention

« Mais ça c'est personnel... chacun travaille différemment... je ne suis pas tellement... focalisée sur l'objectif ou sur le but... ça peut arriver, là actuellement il y a une dame qui a, suite à un accident, a peur de prendre la voiture... mais un accident d'il y a très longtemps, d'il y a 15 ans et c'était un accident de ski donc ça n'avait rien à voir avec la voiture, mais depuis elle supporte pas quand c'est qq d'autre que elle qui conduit... alors c'est clair, qq part c'est dans ma tête et puis on en parle, mais c'est pas là autour que je me focalise... donc généralement... je laisse quand même émerger la chose... je me dis... on sait où on commence on va voir où l'inconscient nous mène... et les difficultés qu'on a notées aux débuts, bien sûr de temps en temps on... on fait un check, on regarde où on en est mais c'est vraiment pas une priorité... donc c'est qq part « in the back of the mind » »

« Alors il n'y a pas que le jeu de sable... parce que le jeu de sable, ça fait aussi démarrer une activité onirique donc on regarde aussi les rêves... au début je demande quand même s'il y a des rêves... parfois il y a, parfois il y a « je ne me rappelle pas » donc c'est plutôt un peu l'initiation... donc comment faire pour vous rappeler de vos rêves, ne pas les oublier, parce que les gens se réveillent le matin et ils savent mais la journée ils oublient... voilà essayer de voir comment faire, avoir son cahier de rêve à côté du lit, enregistrer sur le téléphone, voilà... il y a... finalement... pas souvent des gens qui demandent une thérapie par le jeu de sable... ça arrive, c'est plutôt « en accompagnement d'une analyse » dans le travail englobé dans ce que je propose... donc... je le dis toujours dans le 1^{er} entretien que c'est une possibilité... alors il y a des gens qui s'y intéressent et d'autres pas du tout... qui pensent que ce n'est pas pour eux... et je leur dis aussi qu'il se peut qu'au cours du travail je leur propose qu'on passe dans le sable... parce que il y a un moment où il y a peu d'activité... enfin, il n'y a pas beaucoup d'accès aux rêves, que je sens qu'il y a des émotions mais qui n'arrivent pas à être verbalisées... qu'il y a une qqch qui bloque... et là on voit des choses très très intéressantes... les gens souvent... les adultes en tous cas sont un peu dubitatifs, ils disent « si vous voulez... mais je vois pas ce que je peux faire... » et là, j'ai en tête deux situations, d'adultes... qui ont déjà fait un bout de travail avec moi, où la relation thérapeutique était bien engagée... qu'il y a déjà eu... disons les choses... dans un cas c'était une situation précise de séparation, donc toute la période de se décider de se séparer, de la faire, fin ça a été fait... donc il y avait un recul par rapport à ça... donc maintenant il faut intégrer, il faut digérer... et là... ce qui a déclenché que je lui ai demandé le sable... c'est que... j'ai l'impression qu'au niveau... l'adaptation au niveau du conscient... il y avait des décisions à prendre, il y avait à agir, il y avait à protéger les enfants... tout ça a été fait... et tout est réglé maintenant... si vous voulez... donc on pourrait arrêter là... mais au niveau plus profond... ben c'est pas encore réglé... évidemment... alors à ce moment là je me dis « comment on peut arriver à travailler des choses moins concrètes ? » avec une personne qui est physicienne, donc hyper rationnelle, qui dit toujours « moi je suis scientifique, j'ai besoin de comprendre... » (mais qui vient chez une jungienne !) (rire) Là... bon, il fallait aussi tout un travail pour qu'elle puisse accepter... en scientifique qu'elle est de se mettre au bac au sable... et puis elle était pas spécialement à l'aise... mais elle s'est laissée prendre au jeu... mais je pense que c'est vraiment la relation thérapeutique, la confiance qui a fait qu'elle a accepté malgré tout, mais c'était un très gros effort à faire quand même... d'oublier qui elle est... dans la vie de tous les jours et de se mettre devant ce bac à sable... et c'était impressionnant... »

« (...) d'abord « mais je sais pas quoi faire... » (...) Donc je lui dis simplement, de prendre contact avec l'élément, le toucher et puis voir ce qu'elle ressent... j'ai dit très peu de choses... après elle a dit « ah mais c'est agréable au touché... » puis si je touche si longtemps ça devient plus chaud... voilà des perceptions comme ça physiques... elle a mis vraiment beaucoup de temps... à juste toucher le sable, en remettre... et l'enlever... enfonce sa main... elle est cachée... elle revient... enfin comme... après très vite, l'association « ah oui c'est comme quand je suis chez moi, dans mon pays, au bord de la plage... » et je sentais que « ffff » la respiration elle devenait différente, elle parlait de manière moins saccadée... et aussi la peur... de ce vide du bac à sable... disparaissait peu à peu... et ça ça a duré un long moment et après elle s'est retournée pour voir un peu... et elle a pris quelques objets, très peu... des cailloux, des coquillages, je crois c'est à peu près tout (si vous voulez on peut les regarder les images si ça vous parle plus... pour l'instant je suis...) et puis tout à coup... « c'est fini ». Pour moi c'était ok, elle a fait qqch, mais alors... du moment où elle a dit comme ça « C'est fini ! »... C'est comme si la scientifique est revenue... et puis elle m'a dit « c'est n'importe quoi... » et j'ai dit « mais pas du tout, c'est magnifique ce que vous avez fait... » Parce que déjà esthétiquement c'était très beau, c'était très joli, c'était très épuré... et pour moi c'était vraiment le début de qqch... parce que ces images symboliques représentent aussi en image, l'évolution du moi (...) »

« (...) et on sait d'après Neumann, comment cette évolution... hein au départ quand un enfant... au début l'enfant il sort du chaos et puis les images qu'on voit à cette époque là c'est plutôt des images... assez archaïques, où justement, il n'y a rien, il y a la terre... il y a de temps en temps un caillou... et peu à peu hein dans le courant de l'évolution normale de tout être humain ou rejouée dans le bac à sable à n'importe quel âge, on voit ces différentes étapes de l'évolution du moi. Il y a ce que l'on appelle le chaos, la phase végétale, l'image dont je vous ai parlé, la phase animale... qui serait alors c'est toutes ces images qu'on voit beaucoup avec les enfants où il y a plein d'animaux... alors il y a des arbres et des animaux, des choses comme ça... et ensuite la phase guerrière c'est la phase où on voit... il y a des indiens, les cow-boys, ils sont toujours en guerre, il y a des conflits... qui représentent cette phase de l'enfant qui doit trouver sa place dans le monde, qui doit se battre pour exister... (...) et ensuite il y a l'intégration... il y a cette phase plutôt où l'on voit des constructions, des maisons, des champs, des zoos, un enclos pour chacun, où il y a plus de l'ordre qui se fait... parce que... enfin si on reprend au niveau de l'enfant... l'enfant ou l'adulte... peu à peu, il arrive à prendre sa place dans le monde... il s'est suffisamment battu pour savoir qui il est, son moi est suffisamment fort, pour se situer par rapport à son monde extérieur, par rapport à sa famille, etc. Et ensuite bien sûr, il y a les images du Soi. Le Soi qui est le centre de tout... »

C'est l'aboutissement ou c'est à chaque phase (les symboles du Soi qui apparaissent) ?

« Alors ça peut venir à tout moment mais ça vient pas si souvent, c'est quand même... c'est comme les grands rêves, c'est... moi je le vois plutôt dans des moments importants... pendant des moments de crises par exemple... ben justement, on est désespéré, on ne voit pas de solution... et qu'il y a une solution qui vient justement d'ailleurs, de ce Soi qui nous porte aussi... ou quand... il y a des grands changements... par exemple à l'adolescence ou au tournant de la vie... ou préparation de la mort... bien sûr la naissance aussi. »

Erich Neumann, les racines de la conscience, 1^{er} jungien à s'être intéressé à l'enfant. Proche de Jung, vivait à Tel Aviv.

« Cette femme... alors après on s'est rassisi... « Comment vous vous sentez ? » « Un peu pas très à l'aise d'avoir les mains pleines de sable... » Je lui propose d'aller laver les mains... et puis elle dit « Je sais pas, je me sens bizarre, j'arrive pas à dire ce que c'est mais... elle sentait qu'il y avait qqch au fond d'elle-même qui a été touché, qu'elle ne connaissait pas... elle a dit « J'arrive pas à dire si je suis triste... c'est une sorte de tristesse mais pas la tristesse dont j'ai l'habitude... » Voilà puis je l'ai laissée partir comme ça en espérant qu'elle n'allait pas rentrer dans une dépression quand même... (...) en même temps j'étais inquiète et pas inquiète... parce que je me disais, j'espère que ça va pas déclencher chez elle qqch... mais en même temps je sentais que c'était le bon moment... et puis quand elle est revenue... je crois que c'était 3 semaines après... j'ai demandé « comment vous vous êtes senties ? » « Ah oui, je me suis sentie très spéciale pendant 2-3 jours, mais en fait j'étais bien... » Donc elle lui a dit que ça lui a donné de l'énergie et qu'elle était beaucoup moins fatiguée et qu'elle dormait mieux... alors ça c'est juste un exemple... comment induire un jeu de sable... »

« Quand on regarde un peu la psyché en rang d'oignons, on enlève des couches, on enlève des couches mais finalement... au centre il y a quoi ? Là dans ce cas-là, le jeu de sable c'est un peu la dernière phase de l'analyse... parce que je l'ai beaucoup accompagnée justement dans la fin de la relation... c'était extrêmement de prendre des décisions, la culpabilité, les enfants tout petits, il y a eu beaucoup de violence, il y a eu beaucoup, beaucoup de choses... après on a travaillé en parallèle sur les relations avec ses parents, qui étaient évidemment présents, qui l'ont aidée mais ça a aussi réveillé plein de choses... donc, voilà, il y a avait des couches, des couches... après on a parlé sur sa culpabilité et... trouver en elle les ressources pour se battre... Parce que c'était des années de bataille avec les services sociaux, avec les tribunaux... (...) quand elle est arrivée elle était complètement perdue, sous l'emprise de ce Monsieur, tout en sachant que ça n'allait pas... une chose qu'elle ne pouvait plus accepter... quand elle est arrivée, si je me souviens bien... elle pouvait pas imaginer même de le quitter, de faire ça à ses enfants, et d'avoir la force de le faire... donc pour moi c'est la dernière phase de la thérapie... donc je pense que elle... pendant longtemps elle n'avait même pas entendu parler de jeu de sable, elle ne savait même pas que ça existait ou elle imaginait peut-être pour les enfants... mais pas pour elle... c'est justement dans ce genre de situation... c'est pour s'éloigner un peu du factuel... des choses qu'on peut mettre dans les mots... donc qu'on peut rationaliser... c'est vraiment atteindre ce qu'elle est au fond, au centre d'elle-même, son noyau... »

Et c'est seulement à la fin ? Mais c'était quand même présent tout au long ?

« Mais bien sûr... mais c'est elle qui n'était pas en contact avec... on sentait... parce qu'elle a pris des décisions, elle avançait, elle a fait les choses très bien... mais elle-même elle ne se sentait pas capable. Donc en fait je lui ai toujours montré qu'elle avait des ressources mais elle n'avait pas confiance en ces ressources... et puis peu à peu, maintenant elle voit qu'en fait, elle a une force... mais voyez comment c'est quand on est sous l'emprise de quelqu'un qui vous critique, qui vous dévalorise... donc c'était complètement perdu, elle n'avait aucune confiance en elle... »

Donc au départ vous n'aviez aucune idée de ce qui allait se passer ?

« Non rien du tout... c'était une petite chose qui venait, qui pleurait... elle... elle pensait même au suicide, elle ne pensait jamais avoir la force de s'occuper de ses enfants alors que le dernier avait qq mois... qui était vraiment démolie... là c'était juste l'accompagner... pour moi, mon rôle c'était « accompagner »... je pouvais pas savoir où on allait et on ne pouvait pas parler des grands mots à développer je ne sais pas « l'animus » ou... c'était juste l'accompagner... pour la ramener à elle-même... je pense que c'est ça un peu la chose... retrouver un lien avec qui elle est... tout en la débarrassant de ce qu'on lui a en fait balancé pendant des années... t'es nulle, tu viens d'un milieu pas possible... de dévalorisation de tout son être... qu'elle a le droit aussi d'avoir un ressenti, d'aimer, de ne pas aimer... d'avoir peur... de décider qu'elle ne voulait pas continuer de vivre comme ça... de s'imposer... »

Retrouver ce lien, j'imagine que dans d'autres situations c'est aussi ça qui vous guide ?

« Exactement, mais clairement... ouais c'est pour ça que je dis « objectif de la thérapie »... si on doit absolument mettre quelque chose... ça va pas pour les assurances mais je dirai « se retrouver soi-même, on se connaît à l'état pur... »

« Ca, ça prend des détours... on sait que... voilà ça ça peut être un objectif... qui est assez vague, mais on a aucune idée du chemin que ça va prendre... et je trouve que c'est ça qui est passionnant dans notre métier et dans l'être humain... »

C'est ce qui m'interroge par rapport à des thérapies brèves...

« C'est plus compliqué »

Peut-être qu'on reconnecte à une situation, on permet peut-être une reconnexion grâce à un symbole...

« Et après on fait quoi... voilà... et on fait quoi ? moi j'ai un peu de peine avec ça ? »

« Ca suffit pas et... pour y arriver il faut du temps... donc il y a quand même toujours, c'est important aussi dans le jeu de sable... il y a la relation thérapeutique qui est essentielle... c'est notre outil de travail... et ça ça se construit... »

« (...) ça arrive que les gens viennent très brièvement, pour des raisons différentes... là on est vraiment focalisé... »

« C'est pour ça que c'est difficile de dire pour nous ça prend tant de temps... c'est une question qu'on pose souvent... »

« (...) on n'a pas de contrôle sur quand c'est que ça va connecter... ça connecte quand ça doit connecter parce que la personne est prête... et je pense que le rôle du thérapeute c'est de reconnaître ce moment-là... c'est pas toujours évident alors... il peut y avoir des signes à travers les rêves, les images, mais autrement aussi on peut le ressentir dans ce qui se passe avec les personnes... »

Est-ce qu'on peut dire que les ECM et les symboles facilitent cette « connexion ».

« Je pense... »

Est-ce qu'on ne maîtrise pas ou est-ce qu'on peut l'induire cette reconnexion ?

« Je pense qu'il y a les deux... effectivement ça peut être, l'expression c'est « ça c'est fait tout seul... et tant mieux parce que en principe ça devrait pouvoir se faire naturellement mais des fois... en théorie... si vous prenez un enfant... un petit enfant il est connecté à ça... plus il est petit, plus il est connecté... et finalement dans cette première partie de la vie... parce que le moi se développe, on se distancie de ce lien avec le noyau... parce qu'on doit... développer plein d'autres choses, et c'est juste... et Jung il parle de la 2^e partie de la vie où l'énergie se retourne de nouveau contre soi... Et c'est là qu'instinctivement on devrait pouvoir se retourner de nouveau plus vers l'intérieur... quand on s'est fait sa place dans la société... on a créé sa vie, on a une famille, on a une place dans la société, donc l'attention peut se tourner de nouveau plus sur soi... et là... c'est là où on peut dire on peut reconnecter avec qqch qui a déjà existé au début de notre vie... mais comment trouver le chemin, pour reconnecter... c'est ça qui est difficile... moi je pars de l'idée que on a tous été enfant, on a tous été petit, donc on a tous été en contact... simplement parfois il y a des sacrées barrières... et je pense que c'est là que justement, toutes les expressions de l'inconscient nous aide... et il y a des images qui semblent justement aberrantes pour certaines personnes... qui n'ont pas de sens... comme cette dame que j'ai mis en exemple, elle dit « mais j'ai rien fait, j'ai mis 3 cailloux... » mais en fait, ce qu'elle a vécu émotionnellement c'était important, ça lui a permis de se mettre en phase de nouveau avec ça. (...) »

« Et il faut bien tenir compte du rythme... ça sert à rien de se dire... « ben maintenant elle est là, elle vient toutes les semaines pour ne pas perdre cette connexion... ça aussi je pense que c'est très individuel... puis il faut laisser au temps aussi de faire les choses tout simplement... »

Avant le jeu de sable qu'avez-vous fait pour favoriser cette reconnexion ?

Est-ce que les rêves ça facilite pour entrer en relation avec l'inconscient ?

« Ça dépend aussi des gens, mais là... je pense, c'était souvent, pendant toutes ces années... moi en tant que thérapeute qui faisait des liens... quand elle apportait un rêve, puis elle dévalorisait beaucoup le rêve « mais c'est rien, c'est de la bêtise... » mais c'est juste une image, une demi phrase... ou bien... de reconnecter avec ses ressources... de lui montrer « mais voyez... une fois que vous avez réussi à prendre la décision de quitter le père de vos enfants... ça c'est fait... vous avez eu très très peur, mais ça c'est fait » Donc c'est à ce moment-là, quand je parlais de ces ressources dont elle n'était pas consciente... je pense que ça ça commençait à ouvrir... le chemin vers ce noyau... »

Vous diriez que le chemin c'est...

« C'est pas une technique, parce que je pense que tout est là et l'accès est bouché ou bloqué... donc de montrer de temps en temps des petites failles dans ces portes... »

J'aurai tendance à penser, c'est mon postulat, qu'avec les ECM, les symboles, dans les rêves, le jeu de sable, c'est là qu'il y a le meilleur accès à cette reconnexion...

« Oui bien sûr, bien sûr... avec les symboles c'est au moment où on n'est pas conscients de ce qu'on fait, au moment où « c'est juste les mains qui travaillent » bien sûr. Mais dans quel sens ça va. Est-ce que c'est l'ECM qui permet aux images de surgir, où est-ce que c'est parce qu'on sent que c'est le moment, qu'on met la personne dans une situation... ou elle se met toute seule dans une situation... »

« (...) j'ai un peu de peine avec ce terme ECM... moi ça ne me parle pas trop... parce que c'est pas un ECM... pour moi rêver, toute cette activité onirique... c'est un état naturel aussi, c'est parce qu'on dort et que le moi est mis de côté... et devant le jeu de sable... on prend le moment de faire « ça »... »

« Parce qu'il y a des gens au jeu de sable, pour pouvoir ne pas trop réfléchir... est-ce que pour vous c'est déjà un ECM parce qu'on met de côté un peu le conscient ? »

« Ce que je voulais vous dire c'est qu'il y a des gens qui ont besoin de beaucoup parler pendant le jeu de sable... même d'autre chose que ce qu'ils font... pour permettre à l'inconscient de s'exprimer... cad que les mains elles font des choses, et la tête elle est occupée à me raconter je ne sais pas quoi... »

Je dis que c'est une technique d'hypnose d'occuper le conscient...

Je dis qu'un certain type de relation permet d'accéder à un état particulier, par exemple de pouvoir partager/objectiver le subjectif, phénoménologiquement, en référence au sens, ça met en ECM.

« Alors nous on a un autre terme pour ça... c'est finalement... c'est un espèce de miroir... peut-être la personne subjectivement ressent des choses qu'elle n'arrive pas encore à mettre en mots... mais que je peux quand même ressentir ou voir dans l'image ou dans le rêve et je reformule, ce que la personne sent... et c'est effectivement « objectiver le subjectif » et c'est ça la formation de l'analyste... qui doit justement faire la part des choses pour ne pas mélanger ce qui vient du patient avec ce qui vient de sa propre histoire... et alors là la technique c'est que... quand tout ça est déjà bien établi dans une relation thérapeutique, ça se fait... et... le patient a une certaine confiance... et puis évidemment puisqu'on objective, on verbalise... en tout cas moi je pense qu'on a cette fonction aussi de permettre au patient de le faire pour soi-même... et on voit ça dans les rêves mais on voit aussi quand... quand le thérapeute arrive dans le rêve... c'est qu'on intègre en fait l'attitude du thérapeute... mais souvent les gens me disent aussi « je vous ai entendu me dire... » et c'est ça la relation thérapeutique... c'est vraiment une technique... »

« L'image qui vient dans le rêve, un jeu de sable, un dessin... est effectivement subjective... c'est pour ça on dit jamais « t'as dessiné une pomme ça veut dire... ». C'est là où on commence à associer autour « mais qu'est-ce que c'est cette pomme, qu'est-ce que c'est pour toi, pour moi » l'amplification... »

« C'est pour ça que le travail de thérapeute il est fatigant parce qu'il faut essayer de se mettre dans la situation de l'autre... alors lui il dit « objectiver le subjectif » nous on utilise souvent le terme « un pied dedans, un pied dehors » ».

Je précise que je crois que c'était aussi dans le sens de « rendre visible, rendre palpable qqch qui ne l'est pas... »

« Rendre palpable qqch qui ne l'est pas... mais c'est ça le symbole, parce que le symbole, la pomme c'est autre chose... la définition du symbole c'est une image, ça exprime qqch d'autre... »

Mais il y a cette dimension matérielle...

« Oui parce que pour pouvoir l'exprimer... même en dessin... quoique parfois le symbole il est très diffus, ça peut être juste des couleurs ou juste un gribouillis... mais c'est utiliser une image pour exprimer autre chose... qui permet... c'est en fait un outil... ou un vecteur... pour arriver à qqch qui est moins concret... là on a besoin de qqch, une image, pour s'exprimer... »

Je dis que si on fait décrire la pomme par exemple ou une montagne, la description d'une image, en rendant palpable (en s'intéressant aux sens) une image intérieure, on va induire un ECM.

« Mais c'est qui, qui, induit l'image, la montagne par exemple ? »

(le rêve ou les souvenirs d'une situation (idéale ou problématique) sont souvent un point de départ, d'ailleurs on raconte le souvenir du rêve → déjà ECM puis pour aller encore plus loin bac à sable ou transe hypnotique, comme pour ancrer dans le corps, le cénesthésique)

« Parce que là, une des différences j'ai l'impression... en hypnose on va à sa séance et on sait, on va être dans cet état, alors que dans les séances de thérapies on ne sait pas si on y arrive aujourd'hui ou pas... c'est pas... en tous cas moi je ne le vis pas comme ça... je le vis pas que je dois à chaque séance mettre la personne dans cet état pour qu'à chaque séance il y ait des séances qui viennent... c'est quand ça se donne... et puis les images ne viennent pas seulement quand elle est là chez moi... parce qu'il y a les rêves... »

Après quand elle vous parle du rêve ?

« Alors là quand elle parle du rêve il y a déjà... elle est revenue à la conscience car pour se rappeler du rêve il faut que le moi il soit là, à la conscience... et puis le rêve il a eu lieu il y a 2-3 jours, donc généralement ils l'écrivent... donc là il y a déjà... on n'est plus dans cet état là... et c'est la différence du travail entre le rêve et le jeu de sable... parce que le rêve finalement c'est un petit peu plus objectif... puisqu'ensemble... elle a déjà écrit qqch la personne, donc elle a déjà rationalisé... si on doit l'écrire... on peut le dessiner aussi... mais c'est déjà un peu plus objectif... on regarde ensemble ce qu'il y a eu, pendant cet état où on a dormi... Par contre le jeu de sable, on est les deux... on est impliqué les deux... même si l'analyste reste en dehors, il prend des notes, il regarde, il observe, il ne participe pas... »

Donc 3^e point quand vous accompagnez un jeu de sable, vous faites quoi ?

« Alors on reste très discret, ça dépend des gens... il y a des gens qui ont besoin d'être plus contenu que d'autres... disons... le cadre c'est que nous on reste assis à notre place... et on suit la production en faisant un croquis par exemple, en notant... moi je fais mon cadre... dans le sens où elle est la personne... la personne elle choisit où elle se met... si c'est à la verticale ou à l'horizontale... et puis je note, je dessine ce qu'elle met... ou s'il y a des commentaires, ou s'il me vient moi une association je note... en général je reste assez discrète et je laisse la personne faire, tout en étant attentive quand elle a besoin d'être soutenue, quand c'est trop difficile... alors là il faut juste trouver qq mots pour la relancer... ou bien parfois je sens c'est pas une théorie ou un outil... je sens qu'elle a besoin que je dise qqch ou que je manifeste ma présence... ça c'est dur... ou bien je sais pas... « le chien... c'est effectivement... c'est dur pour ce chien de traverser ce pont... » juste un commentaire comme ça... mais j'essaie vraiment de laisser l'espace à la personne. Il faut surtout être très attentive. Être concentrée sur la production, la personne... tout en restant dehors... « un pied dedans, un pied dehors » »

Être témoin ? « Oui »

« Moi je suis plus dans le ressenti que schématiquement dessiner, d'ailleurs il y a eu des fois où j'ai réalisé que je n'arrivais plus à lire ce que j'ai écrit... non, non, on essaye d'être émotionnellement là. (...) non non c'est accompagner émotionnellement ce processus... Aussi ressentir la peur du vide quand il n'y a rien... ne pas savoir qu'est-ce qui va se passer... et à chaque fois il se passe qqch... donc aussi ressentir le soulagement... à là il y a qqch qui émerge... là ou là là il y a qqch qui me fait peur... »

Donc là, par rapport au fait que vous me disiez que les symboles/images n'apparaissent pas tout le temps dans les séances, lorsque vous faites du jeu de sable ça apparaît tout le temps

« Même s'il n'y a rien d'autre que du sable... ah oui... là c'est là... ouais... »

« Il n'y a pas toujours un rêve, une image symbolique, mais la relation thérapeutique en tant que telle est aussi symbolique... parce qu'après il y a toutes ces histoires de transfert, de contre-transfert... quelqu'un peut vous parler d'une relation conflictuelle au travail... donc c'est loin de l'inconscient à la limite... On parle de ce qui s'est passé au bureau... mais après le fait d'induire « mais en fait, à qui est-ce que cette personne vous fait penser... qu'est-ce que vous voyez dans cette personne que vous avez en vous mais qui ne vous plaît pas » ça devient symbolique... dans ce sens-là, la notion du symbole elle est là toujours... ça doit pas toujours être une image... ça peut être une relation, Ça peut être une rencontre... »

Et le fait de décrire... de faire exister le monde intérieur

« Donc c'est toujours renvoyé au monde intérieur... mais pour ça est-ce qu'il faut être dans un état d'ECM ou pas... ? »

« Donc à ce moment-là, on pourrait dire qu'à partir du moment où la personne est installée dans la pièce de thérapie, elle est dans un autre état... »

« J'ai l'image d'une personne... quand elle arrivait... ben c'est toujours la même chose... ben c'est toujours la même chose... elle enlevait les chaussures, elle mettait les pieds en tailleur... c'est de prendre une position particulière... il y a des gens où c'est moins poétique, ils posent leurs clés, leur téléphone, leur porte-monnaie sur la table et puis on commence... je pense... c'est quand même un moment en dehors de la vie... la séance... donc dans ce sens-là on est déjà dans une autre sphère... ou on peut l'appeler comme on veut... ou on est là pour... soi »

Et où le monde intérieur, le ressenti

« ouais... il a le droit d'exister... ce qui est tellement difficile aujourd'hui dans la vie... et il n'est pas jugé... parce que c'est ça aussi la relation thérapeutique... et il est pas... la personne n'est pas seule avec ce monde intérieur... qui peut être inquiétant... elle se sent portée ou contenue... »

Et il peut exister... et vous vous y intéressez...

« Ca justement, c'est aussi un peu un but d'arriver à ça... c'est pas toujours donné dès le début du travail... parce que les gens viennent souvent avec une espèce d'ordre des points du jour... L'ordre du jour, voilà, on va parler de ça, ça, ça, et on a oublié ça... alors que moi je n'ai pas de programme, on va parler qu'est-ce qu'on va faire... donc d'arriver à se laisser guider par ce qui vient de l'intérieur, donc de l'inconscient... et puis si on doit parler de ça, ben on parlera de ça... même si sur ta liste tu as autre chose... »

Vous vouliez faire le lien avec le dernier point, les rituels, les tâches particulières

« Je pense chacun à une manière de commencer la séance. Ce n'est pas moi qui impose un rituel... »

Je pensais à des tâches en lien avec ce qui est apparu pendant la séance

« Alors ça peut arriver... c'est pas systématiquement à chaque fois... mais souvent je dis... mais repensez à cette image du sable et puis parlez à des personnages... essayez d'entrer en contact avec... ça, ça peut, ça peut arriver... ou la tâche c'est « notez vos rêves... » « oui j'ai rêvé des trucs super mais je ne me souviens plus... » Donc c'est un peu dans le but de laisser cette ouverture... que c'est pas parce que la séance est terminée qu'on doit revenir que... dans un état où l'on n'est pas en contact avec l'inconscient... Donc l'inconscient il est là tout le temps, il a le droit d'exister, donc de nourrir un peu ce passage... »

Le nourrir ça l'amplifie ?

« Oui bien sûr... sinon les défenses vont toujours se reconstruire... les résistances (...) parce que les gens... ils ont beaucoup de résistances à ce qui vient de l'intérieur... ce qui vient de l'inconscient c'est pas... justement, c'est pas rationnel, c'est pas sérieux... donc de juste permettre à l'analysant d'expérimenter que même s'il est dans le bus et qu'il a une image des vaches ça peut lui faire du bien... que ces images-là elle sont à l'intérieur de lui, même s'il n'est pas à la montagne auprès des vaches... »

J'explique que j'en suis venue à avoir à chaque fois cette discussion, est-ce que je rentre en contact, avec des esprits, des images intérieures...

« C'est certainement des images intérieures ou alors... un écho à l'intérieur par rapport à l'images... parce que les images elles existent aussi dans la réalité... on a tous vu des vaches concrètes, c'est pas une construction de mon inconscient... « Pourquoi aujourd'hui je rêve d'une vache ou je pense aux vaches ? » Donc c'est la rencontre entre les deux. »

J'explique que je trouve que c'est différent ce que l'on vit si on considère que l'on rencontre une image intérieure ou une réalité extérieure, l'attitude face au monde est différente après... pour vous donner une piste avec vos collègues jungiens on est en souvent arriver à parler de la synchronicité avec cette discussion

« C'est vraiment ça. »

« Bon il y a d'une part justement ce... cette rencontre entre une image intérieure et ce qu'il y a à l'extérieur... ce qui nous entoure, ça fait partie du collectif... maintenant il y a des images qu'on ne peut pas... qui sont des choses qui n'existent pas... on peut rêver d'un monstre... alors c'est quoi à ce moment-là ? Ça c'est une construction de l'inconscient et c'est pas un écho de qqch qu'on a vécu, qu'on a vu x fois... »

« Alors justement ce monstre... c'est ce qu'on disait tout à l'heure... est-ce qu'elle est quand même alimentée par des films, parce qu'on a tous vu des films où il y a des monstres... même si c'est qqch qui n'existe pas dans la réalité... est-ce que c'est l'expression d'énergie, de sentiments ou d'émotions éprouvants... et comme on avait dit tout à l'heure, l'homme a besoin d'une image pour exprimer ce côté éprouvant, effrayant... et il le fait sous forme de monstre... parce que c'est qqch qui est admis... qui a toujours existé au niveau de l'inconscient collectif... il y a des deux... »

« Donc déjà, il y a toujours le niveau subjectif et le niveau objectif... et je pense que c'est important de regarder les deux... est-ce que cet homme... est-ce que c'est une figure intérieure... l'animus... alors c'est intérieur, il ne me fait penser à personne, à rien que je connais... ou est-ce que c'est un esprit c'est un esprit qui me possède... c'est déjà une traduction de qqch... ou est-ce que c'est l'image d'un homme qui me possède symboliquement... d'un masculin qui a une telle influence sur la personne... »

« Nous on dit « on peut être possédé par l'animus... »... mais l'animus, c'est symbolique ou c'est concret... »

Justement c'est ça ma question...

« Et c'est là pour moi, c'est objectif ou subjectif... il y a les deux et je pense qu'il faut examiner les deux... et c'est trop facile... et je pense que c'est un des dangers de l'analyse jungienne, c'est de voir tout ça seulement au niveau subjectif... »

Pour vous le subjectif c'est forcément le vécu, l'histoire, ça ne peut pas être...

« L'objectif c'est l'extérieur pour moi... »

L'Unus mundi par exemple... « il est objectif ou subjectif ? Ça ça dépend des croyances »

Oui mais justement j'essaie de mettre en relief l'implication de ces croyances...

« Alors là personnellement, et je peux juste parler pour moi... pour moi, je veux bien entendre, il y a des esprits, mais c'est pour moi, une image, un symbole, ils n'existent pas... donc j'en tiens compte dans le sens... si la personne a l'impression d'être possédée par un esprit ce qu'effectivement elle doit se sentir en danger. Il y a qqch en elle qui... qui la panique ou qui la possède, donc la personne elle est sous le contrôle de cet esprit... mais pour moi c'est pas parce qu'il existe... mais ça c'est moi, ma culture... »

« A ce moment-là, quelque chose qui est vu comme extérieur, l'esprit, moi je le ramène au ressenti, donc au subjectif. »

Qu'est-ce que vous faites de ce qui apparaît dans un jeu de sable ?

« Bonne question ! Donc, ça, vous le savez déjà, on le prend en photo et on le dit à la personne... parce que évidemment les dessins on peut les mettre dans une fourre, pas les jeux de sable. Donc c'est important d'avoir ces images, parce que pour moi elles racontent une histoire, c'est différentes pages du livre... avant de prendre la photo, je le regarde avec la personne... donc la personne me dit c'est fini, c'est terminé. Je me lève et je me mets à côté de la personne pour qu'on regarde ensemble... on discute... alors parfois la personne raconte une histoire... parfois... elle raconte comment ça s'est passé pour elle... Oui il y a des explications aussi... « J'aime bien » ou « j'aime pas » ou « celui-là il me fait peur » enfin ce vit la personne, donc c'est toute une discussion autour de cette image pour un moment. Après on prend la photo... et la personne part. Et c'est moi qui range après. Donc il ne faut jamais détruire une image devant la personne... en principe je ne donne pas d'interprétation sur le moment... par exemple à la

dame, dont je vous ai parlé, j'ai dit « c'est intéressant, avec cette image ça commence vraiment au début... des origines... où il y a encore cette phase, où il n'y a encore rien... et que ça représente où elle en est dans son psychisme... non c'est pas « où elle en est » mais « on touche cet aspect-là de sa psyché » Mais je ne fais pas d'interprétation... (mais vous lui avez dit ça... pour moi c'est déjà en quelque sorte une interprétation) oui... en une phrase... « moi je vois là, en cette partie, le début de quelque chose... » parce qu'elle avait besoin de partir avec qqch... mais pas vraiment de grandes interprétations comme on fait avec le rêve où on interprète au fur et à mesure... »

« Et ça, ça, dépend beaucoup des gens... parce que je propose parfois aux personnes après un certain temps qu'on regarde sur l'ordinateur toutes les photos, et là il y aurait une interprétation... on regarde ce qui a changé, le cheminement qui a été fait ou non... mais pas pour tout le monde parce que pour certaines personnes ça s'intègre tellement dans le processus thérapeutique qui est dans tout le reste que ce n'est pas nécessaire de faire des séances où on regarde les images... ça, ça, dépend de comment ça se passe... parce que, il y a quand même des images qui reviennent dans la discussion... tout à coup il y un rêve qui me fait penser « ah vous vous souvenez le serpent dans votre jeu de sable ? » Les images restent présentes... »

Pour le rêve par contre vous faites de « grandes interprétations » ?

« En grande partie je dirai... des grandes interprétations mais on essaye de comprendre ensemble, de travailler sur le rêve on fait des amplifications... »

Le terme interprétation porte parfois à confusion...

Pour vous les amplifications sont des interprétations ?

« On amplifie beaucoup et puis... alors aussi, il n'y a pas de règle... ça dépend de la personne, de ce qu'elle peut entendre, de ce qu'elle peut saisir... »

Vous auriez un exemple ?

« C'est tellement différent selon la personne... généralement la personne le raconte, parfois dans les détails et parfois très en... donc j'essaye d'avoir plus de détails... je... après je m'arrête un peu à la partie qui me semble importante parce que c'est en lien avec ce que nous avons déjà travaillé, une problématique que la personne amène dans les relations humaines... « et à quoi le singe il vous fait penser ? » quand il y a des personnes c'est peut-être plus facile... qu'elle est la place de cette personne. Donc là on peut vraiment jouer sur le côté objectif ou subjectif... « Qu'est-ce que cette personne dans la réalité représente pour vous... ? Les relations que vous avez, les difficultés, est-ce que ça vous fait penser à qqn d'autre ? Et après intérieurement... pour arriver « est-ce que c'est une figure de l'anima ? » Est-ce que l'ombre de cette personne touche sa propre ombre ou la personne touche l'ombre, etc. »

Vous utilisez ce vocabulaire avec la personne ?

« Oui mais j'explique d'abord ce que c'est... »

« Peut-être que cette personne elle vit ce que vous ne vous permettez pas... l'ombre ce n'est pas qu'une poubelle, ça peut être aussi un potentiel, des choses à développer »

Ça vous ne faites pas avec le jeu de sable ?

« Non pas du tout... parce que ce processus dans le sable, c'est justement beaucoup plus direct... donc on laisse faire, et on veut pas interférer avec des interprétations qui ferait qu'au prochain jeu de sable la personne elle est moins... elle y pense... alors que le rêve, ça se fait de toutes façons, le moi il n'est pas là. Parce que si je dis à la personne « dans le coin de la mer vous avez mis ça et ça... » Après dans le prochain jeu de sable, il va savoir... « ça c'est le coin de la mère »... donc qu'est-ce que je mets dans le coin de la mère. Donc c'est déjà trop conscient... alors peut-être quand vous parlez d'ECM c'est aussi une technique, c'est de ne pas donner d'interprétations pour que la personne reste dans l'inconnu... »

Je dis, ok, pas « dans le coin de la mère » ce qui est une interprétation mais justement sur le mode de l'association, de l'amplification, comme pour le rêve

« Ouais mais des amplifications, là on continue l'association, on continue l'imaginaire... personnellement en tous cas, je fais très attention de pas trop dire « ah oui mais la dans le coin de la mère » mais à un moment donné ça sort quand même... mais pas d'emblée, tout de suite... mais parfois il y a des moments ou quand même... je dis c'est intéressant, la ligne du développement de voir comment elle change d'une fois à l'autre... »

Donc vous avez des outils pour interpréter...

« Ouais, qui sont vraiment des outils jungiens, comment utiliser l'espace. »

Référence : dans les livres de Ruth Amann : le jeu de sable...

« De continuer à ce niveau-là (le mode de l'imaginaire, de l'inconscient) la discussion, de pas trop rationaliser... »

Ça vous le faites après un jeu de sable ?

« Ça pour moi c'est de l'amplification... »

Comment vous faites l'amplification ?

« Donc vraiment se mettre dans la peau du personnage, dans le jeu de sable... je parlais du chien qui a de la peine à traverser le pont, c'est, pour moi, c'est clair que le chien représente qqch à l'intérieur de la personne qui a fait le jeu de sable... mais je ne lui dis pas « c'est vous qui avez peur de traverser ce pont », je reste au niveau du chien... « mettons-nous un moment dans la peau de ce chien, qu'est-ce qu'il ressent ? qu'est-ce qui pourrait l'aider ? Est-ce que dans le bac, il y a un autre animal qui pourrait peut-être l'accompagner ? »

« Ça c'est le moment où on regarde ensemble l'image, on est les deux debout »

Dans le rêve vous faites aussi de l'amplification

« Oui beaucoup, c'est beaucoup plus travailler avec les images du rêve pour que le rêve continue à agir sur la personne... »

Vous amplifiez aussi avec des contes ?

« Ça me fait penser à... Ouais bien sûr... quand ça vient... ou alors on peut dire à la personne... par exemple vous dites, les tâches thérapeutiques... ben ça me fait penser à tel conte, est-ce que vous le connaissez ? Relisez-le, cherchez... après il y a des gens qui sont plus ouverts que d'autres. »

« C'est finalement, quand je dis, tiens vous pourriez regarder ce conte, agir directement sur le monde intérieur et ne pas passer par le conscient... ça va de l'inconscient à l'inconscient... »

C'est pas on crée et on en fait rien, ça, ça me paraissait frustrant

« Ça, ça serait frustrant... c'est pour ça ce moment où on parle, où on regarde ensemble le sable c'est important... c'est pas clic clac on prend la photo, au revoir Monsieur... ça fait partie de ce qui s'est passé dans la séance... »

Il n'y a pas vraiment de méthode...

« non ça se fait comme ça »

C'est un état d'esprit

« C'est un état d'esprit... ça peut arriver qu'il y ait des jeux de sable qui ne me parlent pas du tout, ça peut aussi arriver, donc là c'est plus difficile, faut se faire expliquer... »

Vous êtes formé à l'institut pour amplifier ?

« Ouais ça devient une deuxième nature, ça ne s'apprend pas dans les livres... »

« A deux niveaux, on parle... on parle du chien, mais on parle aussi... évidemment... moi je parle beaucoup en posant des questions... c'est pas un interrogatoire mais c'est les questions qui permettent de réfléchir ensemble... et puis après... »

De réfléchir au niveau...

« pas trop conscient... justement... c'est ça qui est... et puis après on peut aller dans une direction où on voit que ça joue pas. La personne peut dire ça ne me parle pas du tout... parce qu'un symbole est tellement multiple... ça peut aller dans toutes sortes de directions... »

Troisième entretien : J7

Accord d'une personne pour partager son cas...

« Moi je travaille avec des enfants, adolescents adultes, il y a des situations où je travaille presque uniquement avec le jeu de sable... je sais pas ça peut être une séance avec un enfant où il y a 30-40 min de jeu de sable... et puis 5-10 min de paroles... et puis des séances plutôt là avec des adultes mais ça peut être avec des adolescents, où il n'y a que de la parole et puis pas de jeu de sable ou 30-35 min de paroles et 10 min de jeu de sable donc ça déjà c'est complètement variable en fonction des personnes... »

« Et puis après les rêves qui sont peut-être la deuxième dimension. Là aussi, certains vont amener beaucoup de rêves, d'autres pas du tout... donc ça c'est complètement variable... »

La situation choisie : « Là c'est exemplaire, chez les jungiens on aime bien quand on a les deux... du coup on peut bien travailler avec la dimension de l'inconscient qui est là.. c'est vrai que quand on a et les rêves, et quelqu'un qui avance aussi dans les jeux de sable, je trouve intéressant. Là c'est un exemple de ce type là. »

« C'est une femme 49 ans, et puis peut-être je te dis quand même en deux mots la raison. C'était des difficultés professionnelles au départ, des relations au travail. Avec un travail finalement qu'elle a quitté... dans des mauvaises conditions... et c'est qqch qui se répétait dans son existence... et puis donc voilà, les premières séances, à découvrir la situation, faire l'anamnèse, entrer un peu plus dans l'histoire de la personne... je vais pas rentrer dans ces détails là. »

Je parle de l'intention, comment on part de ce qui est explicité et comment on prend en compte d'autres éléments

« C'est bien souvent le cas, c'est une porte d'entrée, là je pense que c'était le symptôme effectivement d'un dysfonctionnement plus complet, d'un malaise plus complet dans son existence... c'est comme la goutte d'eau qui fait déborder le vase... à un moment donné... puis elle est arrivée avec ça... et puis en avançant on a vu qu'il y avait des difficultés familiales aussi importantes, de rapport à sa famille qui sont très vite apparues, de rapport à son environnement... et puis finalement... le rêve initial a permis peut-être de centrer sur le processus inconscient, en route ou qui est appelé pour dépasser ce symptôme là aussi.

Mais remettre en mouvement beaucoup plus que le symptôme... »

« Il y a une demande manifeste si tu veux, et puis il y a une demande latente... on pourrait dire de l'inconscient... »

Comment tu tiens compte de l'un et de l'autre... là c'est une thérapie à long terme, alors que dans les thérapies brèves on va plus rapidement sur une demande latente que l'on verrait...

« On va beaucoup plus se baser sur le rêve initial qui va donner le point de vue de l'inconscient.. alors on entend le point de vue conscient... la personne au niveau du moi elle a envie de travailler là-dessus et puis qu'est-ce que va dire ou comment va réagir l'inconscient... et puis euh... c'est vrai que c'est quand même le fil conducteur... on attend toujours un peu de voir... qu'est-ce qui apparaît et on encourage la personne à se mettre dans cette écoute là... forcément par notre attitude aussi... ok vous venez avec cette difficulté, peut-être qu'il y a des rêves qui vont apparaître, c'est bien s'il y en a, c'est bien de les noter... parce qu'on écoute aussi le point de vue de l'inconscient... et c'est vrai qu'après quand il y a un rêve initial qui nous semble assez important, moi j'y reviens souvent. C'est un fil rouge... Si il n'y a pas de rêve, ça arrive... c'est plus difficile pour moi quand même... mais on est plus dans l'histoire de l'ajustement du moi avec les événements de la vie courante... et puis... par contre... l'inconscient va quand même se présenter dans la vie extérieure... je peux donner l'exemple d'une femme qui a de grands soucis avec sa voisine et son environnement proche.. alors... dans mon interprétation, bien sûr je vais recourir au concept d'ombre, à ce qui n'est pas intégré en elle, comment ça se fait qu'elle se retrouve dans des conflits comme ça. Donc la dimension de l'inconscient à intégrer, apparaît

soit à l'extérieur, soit à l'intérieur. C'est pas non plus uniquement à l'intérieur. Beaucoup dans les relations, l'environnement. Le conjoint, c'est quand même le cœur de la relation le conjoint. Mais aussi les voisins, les relations professionnelles, les enfants... et même je pense qu'il faut pas... le risque peut-être aussi, c'est un risque au début pour les jungiens c'est de presque trop se baser sur l'aspect introversion, images intérieures. Parce qu'au fond les images extérieures de notre environnement sont tout aussi importantes... et il y a beaucoup de jungien qui sont tout à coup désemparé parce qu'ils n'ont plus de rêve... « Qu'est-ce que je fais, j'ai plus de rêve » Mais en fait, c'est peut-être juste que la vie, soit s'équilibre à un moment donné, soit que ça se joue plus avec l'extérieur... c'est un appel à aller plus sur l'extérieur, ou bien l'écoute de ce qui se passe à l'extérieur... »

Tu interprètes ce qui se passe à l'extérieur, aussi au niveau symbolique ou très concrètement ?

« Peu à peu c'est important parce que l'idée c'est de ramener la projection à l'intérieur. Pour pas rester uniquement dans le « il est méchant » « il est insupportable, elle est insupportable » Comment ça se fait que ce sentiment soit si fort et que ce soit elle spécifiquement ou lui qui soit le point d'accroche vers lequel vont les flèches. (...) Elle utilise ce terme Von Franz, à un moment donné, des projections vraiment comme des flèches qu'on lance vers l'autre... il y a quand même projection en fait... mais de pouvoir rapatrier ça à l'intérieur... alors ça ça se fait vraiment par le... un accompagnement lent et progressif et à la mesure de chacun, de pouvoir ramener à l'intérieur ses projections... donc du plus en plus de faire des liens avec son vécu intérieur, en disant, ah mais oui... et c'est vrai que le rêve aide beaucoup... parce que le rêve aide pour dire tout à coup « ah mais oui cette personne là, c'est une partie de moi à l'intérieur... parce qu'elle apparaît dans le champ du rêve... alors qu'à l'extérieur on risque toujours de ne voir que les aspects négatifs et projetés sur l'autre. Ouais je pense que ça dépend... Et il y a des personnes qui n'y arriveront presque jamais j'ai envie de dire... des structures de personnalité plus « état-limites » où on est dans des processus de clivage... et là ça sert, j'ai envie de dire, à rien. Il faut plutôt maintenir ce qui est là. En termes de structures de personnalité. Donc tu vois c'est très ajustable. »

Je demande si ça reste très pragmatique ou est-ce qu'il y a recours à des symboles, des métaphores, des contes...

« De nouveau là j'utilise souvent des métaphores qui sont en lien avec la personne aussi quand même... si c'est qqn dans le monde médical, je vais utiliser plus des choses... je vois que je le fais intuitivement, c'est comme pour essayer d'utiliser le discours de l'autre... ou entrer dans sa perception ou ses références... pour le toucher... mais si c'est qqn pour qui les contes ça lui parle pas du tout, ou ils ne sont pas dans cet univers là, je pense pas que je vais les utiliser... »

« Là je pense à... j'ai une femme de ménage qui vient me voir, qui est peu là dedans, donc je vais pas tellement utiliser ces dimensions là... et puis là ça sera plus l'accompagnement un petit peu au jour le jour, et puis voir comment conforter le moi, ça trouver un peu plus d'espace... c'est vrai qu'il y aura un travail moins au niveau symbolique... dans ce cas là il y a pas de rêve, il y a pas... il y a ses projections un peu à l'extérieur... d'amener un peu de sens critique par rapport à ces projections là, d'amener au moins un peu de recul... »

Conforter le moi ?

« C'est parce qu'il y avait un inconfort dans la relation, là c'était dans la relation professionnelle, il y avait un inconfort aussi dans la dynamique de vie... bon là je l'ai quand même, si je pense à cette situation là, amenée vers le jeu de sable les dernières fois, mais peu à peu. (...) et puis elle est entrée un peu voilà en transe à ce moment là quand même, on sentait qu'elle était voilà sur une plage, elle était ailleurs, il y avait un moment de transe j'ai envie de dire, légère... tout à coup elle rentrait plus en contact avec elle-même. Ce qui est quand même toujours cet objectif là, qui est quand même toujours là... surtout face à des personnes qui sont beaucoup dans l'extériorisation, ce qui était le cas. Oui maintenant je me rappelle, c'était qqn qui n'arrivait pas à être seule sans musique... voilà c'était ça le déclencheur, à un moment donné elle disait il faut toujours qu'il y ait du bruit ou des sons, et là j'ai dit bon est-ce que vous voulez essayé... ça me semble important de pouvoir apprivoiser sa solitude à un moment donné, est-ce que vous voulez essayé juste là d'être un moment en contact avec vous, de voir ce qui se passe ? sans vous mettre à l'extérieur... »

Je demande si ça n'est pas accessible à tous le travail symbolique ?

« Avec certain ça prend un peu de temps... parce que c'est quand même une couche où tu descends plus profondément... comme ça de rentrer dans le contact avec le sable, donc dans le contact avec soi-même avec les images intérieures, seule avec soi-même... »

« Les rêves quand on en a viennent compenser le point de vue conscient... des personnes peuvent avoir beaucoup de rêve mais avoir beaucoup de difficulté à entrer dans l'imagination active... ou le jeu de sable qui est une forme d'imagination active, où il y a un jeu entre le conscient et l'inconscient... désiré, voulu... et pas seulement une compensation subie... ça qqn qui vit des rêves terrible il peut te les amener, alors qu'il est dans qqch de consciemment très crispé, et puis... c'est vrai que là je pense que c'est un plus, dans ce sens là, d'arriver, et Jung en parlait aussi comme ça quand même, qu'à un moment donné, l'imagination active, c'est rentrer dans une créativité, dans la vie... entre le conscient et l'inconscient... un processus désiré... dessiner consciemment voir ce qui émerge, ressentir un aller-retour... »

« Ce qui est symbolique c'est ce qui a du sens pour toi comme image, c'est pas forcément le plan archétypique avec des grandes images... donc le voisin peut-être... (pour moi symbolique c'est quand même passer par des métaphores on va dire, peut-être) alors pour moi c'est pas le cas... pour moi vraiment le symbole c'est là où il y a de l'énergie pour toi, dans ton prochain pas d'intégration. Donc ça peut être le voisin... comme le... un objet désiré... tu vois après comment tu le ré-intériorises, le sens que tu mets là –dessus par rapport à ton intégration personnelle, là ça devient, le symbole c'est de l'énergie pour l'intégration... au sens jungien c'est ça... et c'est pas la métaphore, c'est pas forcément une grande image. C'est d'autant plus une grande image que tu es loin de l'intégration... »

Alors passé par le tiers des images, de l'imaginaire, qu'est-ce que ça apporte ?

« Je pense que ce qui compte, c'est le lien entre les deux, images intérieures, images extérieures, faut pas coupé, il y a un aller-retour »

« Dans un long processus, il y a vraiment une boucle avec l'intériorisation qui fait émerger après qqch qui peut prendre forme à l'extérieur... ou qqch prend forme à l'extérieur qui s'intériorise... Jung le dit vraiment clairement à un moment donné, ça peut se produire... le symbole apparaît soit à l'intérieur, soit à l'extérieur, ça peut être tout à coup une occasion d'intégration à l'extérieur qui est là... souvent il y a vraiment un jeu entre les deux... »

« Moi à un moment donné je ne rêvais que d'adolescent... je me disais mais qu'est-ce que c'est ce symbole de l'adolescent qui est là, est-ce que c'est qqch de mon adolescence intérieure à comprendre comme ça et... ça s'est arrêté parce que deux mois après j'ai

commencé à travailler dans une école, j'ai été engagé, donc c'est comme si l'inconscient préparait cette prochaine étape qui a pris forme à l'extérieur. »

« Il y a une dimension vraiment de jeu entre l'intérieur et l'extérieur, parce qu'autrement il y a le risque de couler les choses, de cliver les choses... il y a des gens qui sont... trop dans l'extérieur, on a envie de dire, parce que tout se passe dans l'extériorisation mais il y a aussi le risque de trop d'introversion... il y a des gens qui resteront toujours dans une image, qui est jolie, qui est magnifique, pis finalement il n'y a pas de passage à la concrétisation extérieure tu vois... »

« Je donne un exemple d'un rêve. Qqn qui est beaucoup dans la projection où clairement une femme qu'elle connaissait apparaissait comme un diable. C'était le diable. »

« Il y a l'image du diable qui apparaît c'est vrai et qui amplifie... et qui utilise au fond un fond symbolique occidental... un archétype... (...) d'un symbole de l'archétype du mal qui effectivement vient amplifier... mais qui crée un choc... alors c'est vrai que c'est l'occasion d'un réveil... parce que c'est tellement fort que ça peut « c'est pas le diable quand même. Je la vois comme le diable » Et puis elle est dans une diabolisation extrême à tel point qu'il y avait une lutte qui s'en suivait. Mais c'est vrai que le rêve, et l'image, le symbole et l'archétype ont été l'occasion... ça ça ne peut pas se produire dans la réalité, parce qu'au fond les images sont pas aussi... vont te transformer en diable comme ça... le jeu archétypique des images intérieures et leur plasticité font qu'elles peuvent nous situer... « ah ouais c'est vrai dans la réalité je la vois comme ça »... après, parfois je peux faire appel au conte, comme si c'est ouvert, la personne au fond beaucoup plus archétypique... puis l'autre question... c'est vrai, le jeu de sable tu rentres dans une dimension complètement imagée de ce type là, où au fond chaque image, c'est vrai, amplifie une dimension de ta réalité intérieure... puisque tu choisis tel personnage... tel animal, tu le mets en relation... donc tu es dans une forme d'amplification de ton rapport au monde... donc... »

Différence entre ton rapport au monde, et ton monde intérieur ?

« Bon elle fait un premier rêve qu'elle amène à la première ou deuxième consultation. On est toujours intéressé par les premiers rêves qui sont un petit peu là au début d'un suivi, qui était très court. Je l'ai considéré comme le rêve initial. J'allais chez l'ophtalmologue... il mettait une lentille et puis encore une autre sur l'œil droit. C'était une solution, je voyais clair, je ressortais, j'avais des lunettes et je voyais bien. Petit rêve très court... Elle avait pas d'association spéciale avec l'ophtalmologue... on se questionne toujours sur les associations... (...) alors moi c'est sur que je me mets un... peut-être pas tout de suite, mais en réflexion dans un deuxième temps, à réfléchir sur ce rêve et à amplifier un petit peu pour le comprendre... là j'ai mis effectivement que les yeux sont les organes qui permettent de discriminer les formes, et les lentilles viennent corriger une vue trop floue sur le réel... et à deux reprises des corrections sont faites qui permettent à la fin du rêve de voir bien... donc j'ai vu cette image comme un point de vue encourageant de la réalité psychique objective sur le processus analytique mis en route. Donc la réalité psychique objective, ben c'est l'inconscient qui se prononce... de manière... comme... alors l'ophtalmologue je l'ai vu un peu comme le psychanalyste mais dans son aspect de celui qui va aider... c'est en même temps le psychanalyste et la figure du guérisseur intérieur de la personne... parce qu'il y a un potentiel de développer l'œil droit, de corriger l'œil droit. De rendre le monde plus lisible, plus clair... et là on est dans qqch de la projection aussi, du retrait de la projection... il y avait effectivement beaucoup de projection sur les professionnels avec lesquels elle travaillait, un sentiment de rejet, qu'elle a pu peu à peu mettre en lien avec sa situation familiale... et donc ça ça l'a beaucoup aidé... mais ça été un processus sur une année-deux ans, ouais deux ans... mais souvent, enfin qq fois, on est revenu sur ce rêve, mais pour elle c'était un rêve aussi important... elle a senti qu'il y avait vraiment qq chose qui la soutenait dans son processus... et le rêve est souvent très très fin... parce que là c'est vrai que c'était une première fois puis une deuxième fois... je me suis même dit peut-être qu'il y aura deux parties d'analyse... puis c'est vrai qu'elle est venue une fois, on a fait une pause et puis là elle est revenue, on est dans une deuxième partie... Donc là on est vraiment dans la sagesse de l'inconscient. Mais voilà dans un premier temps de l'analyse, j'ai dû vraiment la soutenir parce qu'elle était dans des éléments... ben voilà quand on perd un travail... début de chômage... et il y avait beaucoup de chose à régler, justement du soutien au moi. On n'était pas dans un premier temps, dans une analyse. Il n'y avait pas de jeu de sable. Il y avait un peu de travail sur les rêves mais pas beaucoup. Je les notais... uniquement, elle les déposait... il fallait parler de ce qui était là, elle avait besoin d'un vis-à-vis, pas dans du coaching mais il y avait presque cet aspect là. J'ai envie de dire, de soutenir le Moi qui était en risque de perte de contrôle et de manque de... ouais elle arrivait plus très bien à se situer où elle en était et elle avait besoin d'un vis-à-vis pour clarifier ça. »

« Le Moi il est vraiment pour moi ces deux facettes, il est à l'interface de l'intérieur et de l'extérieur... mais parfois il faut faire plus face à des choses de l'extérieur et l'énergie est moins là pour l'intérieur, puis quand les choses sont plus stables à l'extérieur il y a peut-être plus d'énergie pour l'intérieur. C'est d'ailleurs ce que... Von Franz elle en parle aussi très bien à un moment donné. Si tu fais une retraite ou tu pars dans un endroit où tu n'as rien à faire pendant 2-3 semaines. Bien souvent tu as une montée de l'inconscient parce que tu n'as pas le souci extérieur. (...) Donc le moi se retourne qq part vers l'intérieur et l'énergie est libérée pour l'inconscient, tu vois. »

A propos du cas qu'il expose, au début sont vraiment dans la recherche de travail, régler des choses matérielles... sont aussi beaucoup en contact avec les rêves.

« Elle fait un rêve, à la 9^e séance, qui l'a mis en contact avec un chat... « j'étais avec un groupe de gens, les gens étaient un peu loin, pas tout près, une dame disait « c'est bien cette sortie car il y a des gens qui dansent bien » on cherchait un endroit pour faire la fête. On était dans des termes désaffecté. On était à l'intérieur dans des bâtiments en ciment, il y avait de la boue part terre. Je vois alors un chat sauvage, lumineux, bleu phosphorescent... je sais qu'il y en a plusieurs. Il y a des la boue sur lui, il me regard comme s'il voulait que je le suive, ça faisait plaisir... » Voilà une situation assez désaffectée... le rêve décrit souvent assez bien la situation... puis en même temps il y a ce chat qui était phosphorescent qui est quand même une figure très forte... et qui lui apparaît comme un aspect très positif, une énergie à suivre, une invitation à dimension... alors le chat c'est un grand symbole du féminin, de l'inconscient... c'est lui qui voit dans l'obscurité. J'ai mis « Voilà la qualité du chat qui apparaît comme une lumière, une conscience, invitant certainement la rêveuse à intégrer certains attributs du chat sauvage... la notamment, c'est très lié à l'indépendance aussi le chat... donc une féminité émotionnelle indépendante... elle sentait qu'elle était beaucoup dans la recherche mais elle n'était pas dans cette indépendance là... intérieure... et puis qui a sa lumière intérieure parce qu'il s'allumait lui même ce chat... »

Là c'est toi qui amplifie ou c'est elle ?

« D'abord je pose la question, toujours à la personne... est-ce que chat ou le chat en général, à quoi ça vous fait penser ? alors elle a parlé d'un chat qu'elle avait eu pendant longtemps, qu'elle avait aimé, mais ça n'était pas ce chat là, c'était quand même très différent.. c'est vrai que quand c'est une dimension assez archétypique comme ça on va plus dans l'amplification type conte, type archétype du chat... donc si la personne n'amène pas ces associations là, ou en a peu, ou n'en a pas... là je vais moi en amener un petit peu. Au niveau de l'indépendance par exemple... ça je pense que je l'ai amené à un moment donné, ou la féminité... »

Tout à l'heure tu as dit que souvent plus c'était archétypique, moins c'était proche de l'intégration ?

« Oui d'ailleurs c'est un chat, c'est pas encore un être humain, c'est une ombre »

Donc toi tu penses que quand on est plus proche d'intégrer un aspect, il devient moins archétypiques

« C'est l'approche jungienne qui le dit. Cad qu'en général, les choses très archétypiques, même les psychotiques ont des choses très très archétypiques... voilà où il y a peu d'intégration de l'humain. Ça pourrait être que des animaux ou des Dieux... des choses qui sont très lointaine, les animaux, les Dieux. Et puis quand on suit des rêves on voit très bien comme ça s'humanise peu à peu... et un autre aspect c'est que la différence entre l'ombre et l'anima. C'est à dire que l'ombre pour un homme est toujours un homme et l'anima est une femme. Et l'anima sera toujours plus lointaine et moins intégrable pour l'homme parce que un autre sexe... la même chose pour la femme, l'ombre sera une femme, et l'animus un homme... et souvent dans les contes... même l'animus qui n'est pas encore bien intégré ou en bonne relation, c'est un animal-homme ou pour l'homme un animal-femme »

Tu parles des psychotiques qui ont des archétypes, des images moins intégrées...

Est-ce qu'il n'y a pas une deuxième phase, après l'intégration où on peut être relié aux grands archétypes ?

« C'est des archétypes, c'est vrai qu'ils existent et on peut s'y relier... mais sachant que... l'humain il est... »

« Moi le processus d'individuation c'est un processus d'intégration peu à peu de toutes ces dimensions-là, donc qui les rendent moins... quelque part moins divines, j'ai envie de dire... même si elles restent divines... mais il y a quand même un processus pour moi de divinisation de l'être humain, et de réintégration de ses projections... pour moi c'est l'image du christ vraiment... qui intègre... il y a des images de Moyen-Age, où tu vois le Christ au centre de mandala... de la roue astrologique, où il intègre au fond toutes ces énergies là. Donc il sais se faire béliet quand il met en route qqch... il sait faire appel à chacun de ces énergies... mais c'est un peu la magie blanche... c'est lui qui fait appel parce qu'il est en contact... c'est pas de la magie... c'est simplement qu'il est en contact avec ces énergies... mais peut-être le jeu... moi je peux entendre ça... à un moment donné il y a un jeu libéré avec ces énergies là, qui n'est plus « je suis victime de... ce dieu là ou de cette énergie là »... »

« L'individuation c'est être plus humain et plus divin, et plus nature, c'est les deux... parce que quand je te dis c'est intégré, c'est pas se couper, c'est pas une vision du moi... c'est l'intégré dans le Soi. C'est à la fois l'humain qui devient plus divin, ou plus animal ou plus proche des dieux, et les dieux qui deviennent plus proche des hommes »

Et du coup il n'y a pas une communication plus facile avec les images archétypiques ?

« Non... non, non je pense pas que c'est avec des images archétypiques, sinon on en reste de nouveau... moi je pense que c'est une intégration complète de l'être humain entre ciel et terre, c'est avec la vie, donc c'est autant avec l'extérieur, on pourrait dire dans le rapport au monde quotidien... la vie... il y a une image... je pense à l'image taoïste je crois, où tu vois les étapes de la domestication du bœuf... de la puissance au fond archétypique... bon t'as le bœuf qui est noir d'abord, puis il devient peu à peu blanc, après il n'a pas de bœuf, après il disparaît il n'y a plus qu'une roue, et après il revient mais là où il marche il y a les petites fleurs... »

« D'ailleurs la Nechia, la descente dans les profondeurs, elle est suivie d'une remontée et d'une réintégration dans le quotidien... donc l'analyse jungienne on pourrait dire ou l'expérience avec les Dieux, elle est... il y a une sortie... mais il y a une sortie effectivement où la personne ramène qqch de cet aspect là »

C'est quoi qu'elle ramène ?

« La relation aux Dieux. On peut dire l'imagination active ou le... le Soi au sens de la reliance... Je pense que ça c'est dans le vécu... cad que quand on a vécu des éléments forts, c'est sur que le moi... c'est une blessure... Jung il en parle, la blessure du Moi... le Moi est blessé, comme le christ sur la croix, parce qu'il y a qqch de plus vaste... donc il ressort avec cette blessure et avec cette ouverture en même temps parce que c'est là que la lumière peut entrer, face au plus vaste... »

Qui se manifeste comment ?

« Je pense que la personne est à sa place, elle fait ce qui est juste pour elle. Elle fait fleurir ce qu'elle a à faire fleurir. Et ça c'est différent d'une personne à l'autre. Mais parce qu'elle est en relation avec sa destinée et ses Dieux... (et son inconscient ?) Une meilleure circulation... mais pas forcément des plus grandes images... au contraire... c'est pas ça... dans beaucoup de mythes au fond, la dernière étape, c'est très très fin, il s'agit de traverser une épée, une passerelle très fine. Donc on est plus dans une oscillation... peut-être qu'il y a... parce que si on suit l'inconscient... l'inconscient a une autonomie donc a un moment donné, si c'est comme la mer ou les vagues, il y a peut-être des nouveaux éléments à intégrer mais ça veut dire que la personne de nouveau a peut-être des rêves... faut peut-être pas le voir non plus en terme trop linéaires... je pense que c'est des processus d'intégration, mais qui font peu à peu, normalement, le rapport à l'inconscient, ou au Dieux, ou à l'inconnu, plus poreux... et le Soi, d'ailleurs le Soi, on pourrait dire c'est le conscient et l'inconscient... donc du coup, l'individu se situe, l'individu ou le Soi ou la personne se situe pas seulement comme ça figée par rapport au conscient mais dans un jeu libéré... »

« Parce que c'est le paradoxe, et ça je pense que c'est le propre du divin... et peut-être le propre de l'humain, la réalité ultime ne peut pas être exprimée autrement que par le paradoxe et l'image... ou la poésie c'est peut-être ça qui se rapproche le plus... »

« Alors on pourrait dire comme ça. C'est pas le monde... quand on dit archétype c'est ce qui est derrière le symbole... et on n'a pas accès à l'archétype, on a toujours accès au symbole... alors oui, moi je pense qu'un parcours d'individuation amène à se rapprocher du symbole, donc de l'image... de ce qui est de l'ordre de du reflet du monde qui nous dépasse, et qui lie la terre et le ciel, les paradoxes... oui ça je pense... »

Par rapport au conflit de la patiente avec sa voisine : « On peut imaginer que de se mettre en ordre avec cette réalité là à l'intérieure va permettre une autre intégration... en tous cas aussi dans le lien avec l'autre... t'es plus proche de toi, et t'es plus proche de l'autre... »

Je m'interroge comment l'individuation rapproche du symbolique, je vois dans le monde intérieur, mais pas dans la réalité extérieure, dont il faut faire attention à ne pas se couper, qu'il faut intégrer.

« Ok, alors un des grands thèmes alchimiques, c'est la conjonction, c'est l'androgyne, mais c'est aussi le rapport à l'autre... dans l'image tu vois un homme et une femme qui fondent... à un moment donné qui se fondent en un, mais à un moment donné tu vois une sorte de... tu vois une tension d'abord, après il y a une descente dans l'eau et puis après il y a une figure de l'androgyne. Alors le voisin ou le conjoint extérieur, ou intérieur... finalement la partie aussi en soi aussi rejetée... on peut voir dans les deux sens... à un moment donné on peut voir qu'une intégration c'est une pacification à l'intérieur et à l'extérieur... c'est pour ça que par rapport à l'éthique du mal... la vision des jungiens du mal dans le monde... il y a un travail à faire sur notre ombre... mais dans les deux sens... cad l'extérieur nous est utile pour pacifier, pour se pacifier... mais au fond qu'est-ce que j'ai à développer, soit parce que je supporte pas l'autre, soit parce que j'ai envie... là il y a clairement une dimension d'ombre. Si je l'intègre, la pacification va avoir lieu à l'intérieur, elle va avoir lieu à l'extérieur et à l'intérieur... dans une certaine mesure jusqu'à un certain moment, jusqu'à une prochaine intégration dans le processus... mais pour aller par là... bien souvent... il y a cette descente... moi je pense que ça dépend aussi du processus d'individuation... jusqu'où la personne est amenée à aller rencontrer les puissances, des puissances qui échappent au moi. Plus cette rencontre se fait... comme Jung en tous cas lui a fait l'expérience dans le livre rouge où c'est très très fort ces images là. Il en revient avec une vision très diminuée de la puissance du moi. Donc en même temps il y a une pacification qui se fait. Et en même temps, un autre rapport au monde... où le moi, bon il fait ce qu'il peut là au milieu, mais il s'ouvre à la grâce à un moment donné parce qu'il voit bien qu'il y a un mouvement autonome... il a expérimenté une réalité autonome de l'inconscient... qui lui échappe... donc il y a qqch de plus vaste, en nous... »

Et qui s'exprime souvent sous forme « imagée, poétique, bien sûr »

Et moi je me demandais comment ça s'exprime quand le matériel c'est le rapport à l'extérieur... comment on intègre cette relation qui nous dépasse

« C'est pour ça que c'est pas si pur, je pense que si la personne ne passe pas à un moment donné par l'intériorisation, comme je te parlais de cette femme là, à mon avis là il y a un début d'amorce parce que cette femme a fait un rêve avec ce diable, cette diablesse... et je pense que c'est une amorce de réintégration pour elle, et de pouvoir descendre et vraiment intériorisé... autrement on peut faire un travail un peu de retrait des projections mais qui est assez mental un bout... on peut se dire bon il y a peut-être qqch de moi... pas que mental parce qu'on peut le ressentir peut-être un peu... mais euh... le passage par l'image intérieure, c'est la rencontre... de l'intérieure... parce que c'est moi avec moi-même... »

c'est quand même ça, Sans qu'il y ait un autre à l'extérieur. Donc c'est moi avec soi on pourrait dire, le moi avec le Soi. Même si à l'extérieur ça y est aussi... »

« C'est une voie initiatique quand même dans ce sens là l'image intérieure... que ce soit par le rêve ou l'imagination active... »

Qui agit sur l'intérieur et l'extérieur..

« Ça dépend ce qu'on en fait, pour autant qu'on la ramène aussi à l'extérieur à un moment donné ou qu'on ramène l'extérieur à l'intérieur... »

« C'est très intéressant pour moi que tu me questionnes la dessus... moi ça m'intéresse parce que... et je vais... et j'ai l'impression que je vais faire ma thèse sur l'imagination... plus j'avance plus... » avec Corbin, Hillman... ils se sont inspiré du musulman qui a écrit « l'imagination créatrice ».

Moi je suis très Hillman « moi aussi... »

Maintenant si on met en perspective avec la vision chamanique, on peut se dire que d'imaginer se réapproprier les projections, c'est une vision un peu fermée ou tu ramènes tout à toi... mais comment entrer en relation avec ces énergies sans vouloir se les réapproprier...

« Moi je pense que là il y a une erreur, c'est que c'est pas des parties de moi, c'est des parties de Soi... qu'on récupère... donc qui élargissent le moi... donc c'est des parties du monde... c'est plus une vision indienne que j'ai moi... cad atman... on est le monde, donc on le devient et le monde devient nous... cad c'est pas intégré dans le moi, c'est devenir le monde et que le monde devienne soi. Du coup c'est vrai que si t'es dans un lieu et puis que tu te relies à un endroit... et que tu sens que c'est ce type de lieu... ça t'ouvre... qq part tu t'ouvres... donc tu t'ouvres à une nouvelle partie de toi ou du Soi... Au fond c'est comme si cette partie du monde qui n'existait pas avant, si ce n'est, on ne sait pas dans quelle conscience parce qu'il n'y avait pas de conscience... puisqu'il semble que c'est quand même le propre de l'être humain d'avoir la conscience, on le fait vibrer, ou on le fait exister... »

« (...) c'est dans un reportage sur les papous... c'est intéressant parce qu'à un moment il se déguisent en sorte d'oiseau dans une région. Et puis les anthropologues ils disent « ah vous vous déguisez comme les oiseaux » et eux ils disent « non non c'est pas ça, c'est eux qui sont comme nous... » Tu vois ils renversent complètement la chose, c'est parce qu'eux se mettent comme ça que les autres existent aussi... ça rejoint un petit peu un esprit on le fait aussi un peu exister qq part... et il y a un lien entre l'être humain et le monde »

L'âme du monde

« Quand tu dis âme du monde je pense que c'est très important parce que... Hillman il a beaucoup critiqué l'anima, justement parce qu'il y a une vision trop personnaliste, « c'est mon anima »... et lui, il dit « non c'est pas mon anima, c'est l'âme du monde »... donc du coup... moi j'ai l'impression que c'est les deux... parce qu'en même temps, c'est parce qu'on se relie personnellement au monde, mais en même temps ça nous échappe complètement et c'est l'âme du monde... et c'est pas l'ombre... l'ombre il y a qqch d'un peu plus personnel encore mais plus on élargi, plus on va dans une dimension trans-personnelle... où on s'intègre de plus en plus dans le monde au fond et on fait de plus en plus partie du monde, de toutes ces énergies là, qui existent c'est clair. On sait que ces énergies elles existent dans le monde et qu'elles nous échappent plus ou moins. »

« Jung a été très clair « il y a une puissance autonome de l'inconscient » ça veut dire quoi. C'est au fond une divinité, il y a pas mis ce terme-là, quoi qu'il a parlé d'image de Dieu qui apparaît mais c'est qu'il y a une puissance qui... qui suit certain rythme... »

« On peut entrer au mieux de notre destinée avec différent, on pourrait dire, partie du monde... quand je dis partie du monde... certains appelleraient ça les esprits ou énergie... selon notre destinée... et je pense que c'est ça l'individuation... c'est être à sa place dans ces liens là qu'on a privilégiés selon notre constitution. Parce qu'en même temps on est différent l'un de l'autre. Je pense à l'astrologie quand je dis ça, c'est un peu ma référence. Si tu accomplis ton thème qq part t'es bien dans ton axe quoi. Moi qui suis très cancer, je sais, je travaille très bien avec les enfants, il y a une énergie avec le monde intérieur, la lune, le monde de la lune, de l'imaginaire... j'ai une relation privilégiée avec l'esprit de la lune, c'est aussi un de mes totem. »

« Parce que c'est inaccessible au niveau de la pensée, parce que la pensée c'est du Moi, il faut passer par l'image... alors ça c'est clair que l'image ouvre... »

Et par rapport au travail limite psychotiques, ces frontières entre imaginaire, réel, pas réel, c'est compliqué...

« Non ça il faut conforter le moi d'abord. Ça alors pour moi c'est clair. Il faut un moi qui puisse. Parce que c'est le rôle, selon moi, du moi, c'est le principe de discrimination et de réalité... entre justement ces parties là... c'est comme un organe aussi de filtration... qui permet de se situer... si t'as pas de moi tu peux pas te situer... tu es juste l'objet de toutes ces énergies là... »

« Moi j'ai trouvé assez inquiétant quand j'ai vu les papous... ces masses, ces hordes qui vivent... tu les vois tout le temps en train de faire des rituels... »

mais je trouve super inquiétant... tu as l'impression que c'est que l'inconscient qui parle.. bon là il font là, il font des naissances, ils font des... puis je disais mais attend... il est où le moi qui voit ça, qui observe, qui se positionne, qui décide d'entrer dans le groupe, de sortir du groupe... de changer de groupe... ça c'est quand même... »

En même temps tu as dit que quand Jung est revenu de ses expériences il avait conscience que le moi avait peu de pouvoir

« Oui, le moi est relativisé mais il est pas supprimé. Parce qu'il peut écrire des livres encore, il peut réfléchir là-dessus... les livres de Jung après, ne sont pas du tout des livres analytiques mais tout à fait dans une pensée circulaire, presque impossible à lire... et complètement qui ouvre sur 1000 possibilités, et 1000 références... il y a plus d'ailleurs de références autres que ce qu'il écrit. C'est intéressant. Il se référence presque plus à l'histoire, à tout ce qui a été dit que lui ne dit presque. »

« Je pense que plus tu es loin du ciel, plus tu as des images on pourrait dire quand même archétypiques dans ce sens-là, le ciel devient très fort... les religions deviennent très fortes aussi, quelque part... plus tu l'intériorise... plus l'âme devient forte (...) l'âme elle exprime ce lien à l'indicible mais par quoi, par la musique, par le chant, par l'amour, par la poésie, c'est l'âme qui peut pulluler là on pourrait dire, la création... donc la personne devient très créative... »

« On retire le pouvoir aux dieux. Moi je pense que c'est important aussi. IL monte au ciel et il prend le feu des dieux... dans les successions grecques c'est vraiment celui qui refait le lien avec la terre... après bon, il se prend pour Dieu... et ça c'est le risque, c'est là où on est actuellement. Et après à la fin du mythe, il doit rester enchaîné à un rocher pendant je sais pas combien d'année... et après il garde qqch du rocher... ça je trouve intéressant parce qu'il a l'ancrage avec la terre mais il a le souvenir des dieux.. et je crois qu'on doit... c'est un bon mythe pour notre culture qui est prométhéenne... il y a cette descente... pour faire fructifier »

Retour à la présentation du cas

« J'ai envie de dire, des éléments très archétypiques au départ, tu vois, si tu veux là, c'était un jeu de sable où il y avait beaucoup d'animaux avec des, bon de la lave, c'est un volcan, un serpent, pégase, des insectes.. le cerbère... on est dans qqch d'effectivement très archétypique, mais aussi inquiétant.. et puis il n'y a pas d'humain, il n'y a pas de personne, et puis... il y a beaucoup d'énergie on pourrait dire, mais c'est pas humanisé... »

Le jeu de sable ça privilégie quoi pour toi ?

« Bon, un contact, comment dire, c'est quand même un contact... avec l'inconscient... une possibilité pour l'inconscient de se manifester et de mettre en route ce processus de régulation de la psyché. »

Mais ça on pourrait dire que c'est le but de la thérapie en général ?

« Oui mais justement... certains... je pense là qqn qui est très mental... même les rêves ça peut être difficile, parce que si on n'a pas des rêves vraiment qui viennent percuter la conscience elle va rester toujours au niveau plus de l'analyse... parfois d'entrer vraiment en contact physiquement corporel, ça permet de descendre, parce qu'on est dans la sensation... c'est quand même la grande différence par rapport à l'analyse des images, la dimension de la sensation... qui permet de descendre au niveau de l'inconscient et en même temps de donner un ancrage corporel... face à des gens qui sont un petit peu désorienté, aussi ça peut être l'occasion d'un ancrage corporel... »

« Là j'hésitais un petit peu parce que c'est vrai qu'elle assez désorientée, des fois on se dit « est-ce que c'est trop, il y trop de choses qui vont monter » Donc il y toujours cette évaluation qui est un peu au feeling, et puis voilà il y quand même la supervision... (...) mais là ça été positif, car elle a pu avancer dans le processus »

Le jeu de sable peut aussi enraciner le moi.

« Oui, parce que c'est la sensation. Si on fait confiance et puis qu'on évalue les forces de la personne... ça veut dire qu'il y a quand même un moi qui peut se situer en face. Si c'est qqn qui est vraiment trop psychotique... non je pense qu'il faut faire attention... »

Tu penses pas que ça peut aller dans le sens de consolider un moi ?

« Non... moi je connais pas, j'ai pas travaillé avec des purs psychotiques, donc difficile à dire mais... il y a quand même des structures qui sont assez données à un moment donné... de ce que j'ai vu il y a quand même des types d'accompagnement où on se dit « bon ben on maintient ce qui est là. » Parce qu'il y a des personnalités qui ne sont bien qu'en institution. Là où il y a beaucoup de choses extérieures qui les tiennent. »

Je me réfère aux enfants...

« Oui mais c'est aussi une phase, c'est une phase de développement... »

Certains ont fait l'expérience de rentrer dans le monde des hallucinations ?

« Faut connaître et sentir soi ses limites... (...) là c'est à chaque thérapeute de se dire je peux aller jusque-là... »

« Elle a fait ensuite un rêve avec un homme qui était mi-homme mi-animal, justement cet animus, comme un premier animus qui apparaît... ensuite il y aura beaucoup d'images d'hommes... donc en lien avec cette vision droite que j'ai mise en lien avec plus du masculin... de ce qui est capable de se positionner dans le monde, de voir, d'agir, de réfléchir aussi... mais qui est mi-animal, mi-humain donc qui est encore une dimension non intégrée on pourrait dire... »

« Et dans ce sens-là tu vois, ce jeu de sable où il y avait des scissions là comme ça puis des choses encore aussi archétypiques mais plutôt inquiétantes, fantôme, petit rongeur, disons qui symbolisait des aspects de l'inconscient plutôt... soit dévorateurs ou inquiétants... mais en même temps, il y avait une émergence... peut-être dans ce que tu dis... moi j'ai interprété... il y avait souvent 2 axes qui sont apparus comme le transfert-contre transfert, à l'intérieure du sable... une partie introjectée de moi dans cet aspect-là qui quelque part la protège aussi... donc elle a mis aussi bien la sphère de chacun mais aussi une verticalité au milieu de cette imagination active et un début de vie... là c'est des musiciens, là noirs, des squelettes, noirs, il y a les serpents, il y a qqch qui se met aussi à vivre... »

« Les deux, ce qui est le propre de l'inconscient, un côté inquiétant mais un côté de la vie aussi. »

« Un jeu de sable avec un homme soufi, là, qui danse, comme on appelle, les danses tournantes... il y a un aspect dynamique vraiment qui émerge quoi... avec... là on observe aussi le chiffre 3 qui est un symbole dynamique... donc on est dans cette observation là avec le jeu de sable. Mais toujours face à un dragon, plein de têtes... donc un inconscient qui apparaît comme dangereux et potentiellement dévorateur quoi... »

Et pendant qu'elle fait ça toi tu fais quoi...

« Je note, je dessine ce qui est là, mais plus dans l'idée d'être en contact avec ce qui, avec l'autre, la présence... »

Des fois tu fais un commentaire ?

« Non, pas là... ça c'est de nouveau un peu au feeling et en fonction... cad que parfois si on sent que c'est trop chaotique souvent on va plus amener du moi qui va réfléchir sur le processus... pour dire ben hein... si on s'y retrouve pas trop... mais la tendance c'est plutôt de pas trop verbaliser pour que le processus se fasse, je dirai... là ce qui s'est passé c'est vraiment ça... elle prenait 10-15 min à la fin, elle faisait, on regardait... alors souvent... ce qui est important c'est de prendre note à la fin, d'être vraiment avec la personne... d'observer, de dire est-ce que vous avez qqch à dire là-dessus... elle avait souvent pas grand-chose à dire, elle disait deux-trois choses qui l'avaient frappée... ce qu'elle avait vécu comme émotion... »

Tu amplifies des fois

« Non pas trop ramener trop au cerveau frontal ou interprétation pour laisser le processus se faire au niveau de l'image... »

Un exemple que l'on me donnait que je trouvais intéressant entre analyse et amplification... : Exemple d'un renard... dire « c'était difficile pour ce renard de passer ce pont » « ouais c'était difficile »

« En général je le fais peu, sauf si je sens que la personne est loin de ce qu'elle a fait et qu'il y a un gain à faire un lien à ce moment donné, mais c'est rare. Moi j'ai l'impression que la plupart des... je fais confiance au processus effectivement... qu'il y a une évolution qui se fait, et la personne elle est en contact avec... et c'est déjà, c'est déjà énorme... on recherche déjà le contact avec ce qui se passe... puis notre culture on a tendance à tellement analyser. C'est plutôt l'inverse quoi. »

« Ouais il y a quand même un inconscient qui apparaît comme dangereux... il y a des cauchemars avec un tigre qui mange les membres de sa famille... donc on était... c'est quand même... ça touche un peu à ces mythes de la lutte contre le dragon, contre l'inconscient... c'est pas tout simple, c'est pas que des belles images... donc on va toucher ça mais en même temps, elle va assez mobiliser le héros qui se met en contact mais qui en même temps se défend. Donc là il y a de nouveau le volcan, t'as le dragon, et puis là il y a une femme qu'elle utilise à plusieurs reprises, qui est avec un arc qui vise justement le dragon... un peu dans beaucoup de conte il s'agit de tuer le dragon et puis après on prend qqch du dragon, le trésor... mais le dragon est l'aspect dévorateur de l'inconscient... et là elle a pris yoda, la figure du singe qui est derrière, donc là il y a quand même un aspect positif, qui est posé, là derrière elle. Il y a de nouveau les deux arbres comme ça... Tu retrouves justement après, la personne n'a pas forcément conscience mais peu à peu tu vois les... »

Est-ce que tu invites la personne à agir dans sa vie quotidienne à partir de ce qui apparaît ?

« Non surtout pas à ce moment-là, à ce moment je sens qu'il y a un processus qui se fait en profondeur et c'est pas du tout le moment... c'est justement... on essaye de toucher quand même ces couches profondes, pour restructurer au fond donner l'occasion à l'inconscient qu'il remette en mouvement qqch... sans que le moi interfère... »

« Elle fait un rêve intéressant aussi où elle est opérée des dents par un médecin ORL... « Le médecin me montrait l'opération, il m'expliquait que ça pourrait être long, voire très long... » Voilà je me dis déjà là « on est dans un processus qui... d'une opération... » l'inconscient le dit, il y a qqch qui est en cours mais c'est long, c'est très long puis ça a à voir avec les dents... il y avait l'œil mais c'est aussi les dents... « il y avait des chiens qui faisaient un travail de force pour les opérations il devait leur mettre des bandes de laine chaudes pour favoriser l'effort... » Donc il fallait mettre des bandes de laines chaudes sur les chiens... on voit que c'est vraiment l'inconscient qui travaille quelque part... c'est les chiens... elle est en train de gager au niveau des dents, donc de la lutte... de ce qui mais c'est les chiens qui travaillent... donc on met en... pour reprendre l'idée des esprits... « tu mets en route ces esprits là c'est vrai, mais qui peuvent être dangereux aussi, mais en même temps... il faut les réactiver quoi » »

Un élément qui m'interroge c'est que tu dis que lorsque ce sont des animaux qui se présentent ce n'est pas encore intégré... chez les chamanes ce n'est pour ainsi dire que des animaux, en tous cas dans le monde d'en bas... et ils disent qu'il ne faut pas intégrer, c'est à l'extérieur de nous...

« Ouais mais moi je suis opposé à ça, c'est-à-dire que je vois vraiment le processus de l'alchimie aussi... c'est l'opus... c'est vraiment un processus d'intégration dans le Soi de nouveau... pas dans le moi, au niveau du Soi... »

Justement, de dialoguer, de faire des voyages chamaniques où tu rencontres tes animaux, il y une intégration... là ce qui me frappe c'est que tu dis, après il y a l'évolution pour humaniser presque... tandis que là pas

« Là je pense qu'il y a une nuance quand même... il y a une nuance dans le sens que ces... est-ce qu'ils voient le danger de ces forces-là ? Oui quand même... Nous on va dire c'est peut-être pas lesquelles... alors peut-être c'est ça... ils disent l'animal pour se protéger... alors oui c'est ça.. quelle défense on a au niveau du moi, comment on a construit ça... on pourrait dire c'est les animaux qu'on a pour se protéger... ça se relierait dans ce sens-là. »

Mais eux il faut que ça reste des animaux

« Moi je me base par rapport à ce que je vois dans les images... cad que je vois une humanisation, peu à peu de ces forces... ou moindre dangerosité... cad que le chien à un moment donné... après elle a fait un autre rêve avec un chien... il y avait deux chiens, puis un qui était très grand puis l'autre un peu moins grand mais on sentait que un était dangereux et puis pas l'autre... donc du coup effectivement elle intègre le chien, l'énergie du chien... il devient pas humain là... mais elle l'intègre comme une force positive... c'est surtout ça, c'est entrer en bonne relation... mais du coup ça devient presque une part de nous parce qu'il est domestiqué... c'est un chien qui était domestiqué... l'autre était sauvage... tu vois... »

Est-ce que le plus important c'est pas qu'on les fasse dialoguer (dans le bac à sable), est-ce que par exemple il y a besoin de tuer le dragon ?

« Ben bien sûr, c'est ça le trésor... le tuer c'est qq part lui retirer un peu de force... c'est quand même... la domestication c'est peut-être ça... retirer un peu de force... le dragon on ne va jamais le domestiquer mais le chien on peut le domestiquer... lui retirer un peu de force pour nous avoir un certain pouvoir aussi sur lui... donc il y quand même... on tue qqch, on prend qqch aux Dieux, dans ce sens-là... et... il y a un transfert de force on pourrait dire... mais c'est vrai qu'on les réduit pas complètement... c'est peut-être encore cette idée de l'être humain de domestiquer la nature, de plus que domestiquer... s'approprier la nature, s'approprier les choses... et ça c'est pas juste... »

Je relève que pour Erickson on n'essaye rien d'enlever, de couper, on intègre, on rajoute...

« Je trouve que c'est intéressant d'avoir plus l'articulation... ne tous cas d'avoir bien l'articulation de relation... Jung a quand même... dans un de ces livres c'est « Dialectique du moi et de l'inconscient »... il a beaucoup insisté sur la dialectique... et que le Soi c'est pas devenir imperméable au monde, c'est être dans le monde au bon endroit, dans la juste interaction avec le monde... parce qu'on pourrait avoir autrement une dimension très... autonome... comme ça... qu'on n'aurait plus rien à faire à l'extérieur parce que je suis dans mon Soi... ça c'est pas juste... c'est bien comme distinction... c'est important... peut-être là le chamanisme peut aider à.. éclairer ces dimensions-là d'être en bonne interaction avec des forces qui nous dépassent... »

Je relève que dans une de mes dernières lectures d'un des polycopié de l'institut Jung « le fripon divin », l'auteur considère les complexes comme une entité diabolique séparée... des parties autonomes... L'auteur parle d'intégrer, mais quand il cite Jung, Jung ne dit pas qu'il faut les intégrer, il dit il faut leur parler, il faut dialoguer...

« Parce qu'au fond il y a les deux, il y a l'entité archétype qui est l'esprit qui va rester toujours là le même, et puis le symbole qui apparaît à travers notre culture... et le moi personnel... donc c'est ça l'image qui apparaît... mais le fond archétypique, il va toujours rester... l'esprit sera toujours là... et dialoguer c'est mettre en circulation... c'est du coup, se relier... forcément... la partie devient... mais bien souvent ce qu'on voit c'est qu'on dialogue, on dialogue, on dialogue, au bout d'un moment il y a une forme d'intégration... mais on n'annule pas cet archétype, l'archétype il continue à exister... d'ailleurs il réapparaît dans les contes, chez d'autres personnes, dans d'autres cultures... peut-être qu'à un moment donné il apparaît moins ou il est moins fort, parce qu'il fait partie des animaux qu'on a avec nous... voilà c'est ça... »

« Donc là en tous cas ça été un peu le cas par rapport à ce chien... qui était très présent dans le moment de l'analyse, des chiens aussi, puis peu à peu une intégration... je trouve plus de son... aussi de son... bon l'agressivité, c'est quand même les dents aussi, la discrimination, ce que je met dedans, dehors... mais un vrai travail... là le rêve insistait vraiment que c'est une opération, c'est un travail... c'est intéressant qu'il parle d'opération parce que l'alchimie parle d'opération alchimique... donc justement de transformation des métaux... des métaux c'est aussi des dieux... on a parlé des animaux mais peut-être les alchimistes parleraient de métaux, on transforme le plomb en or... on va utiliser tel métaux, c'est l'histoire de substance brute qu'on transforme... il y a quand même l'idée de transformation... je pense que c'est important quand même... »

« En même temps il y a des retours vers l'extérieur, parce qu'à un moment donné, elle reprend contact avec sa famille. Avec plus d'aplomb... justement ce sens de l'agressivité... donc il y toute une phase aussi... il y une extériorisation pendant l'analyse... voilà elle reprend contact... certainement qu'il y a des liens... je peux pas le garantir, mais elle le fait quand même à ce moment-là... elle s'inscrit à des cours aussi pour le chômage... voilà après il y de nouveau le symbole du chien qui apparaît... à la séance 30, 34... il y a un chien qui l'inquiète d'un côté.. « il y a un chien à ma droite comme domestiqué, un autre à ma gauche plus sauvage... il était très grand, maigre, fin comme un doberman.. il m'arrivait à l'épaule, sa couleur était celle d'un berger allemand. Ce chien m'inquiétait... à mesure que j'avancais sur la plage, il part et revient vers moi... je sens le chien moins agressif, c'est comme s'il me choisissait... et moi je disais pourquoi pas... j'allais l'adopter... » donc on est tout à fait dans cette intégration progressive... »

« Et toi tu parlais du trickster (le fripon divin), il apparaît... alors là il y a un jeu de sable après qui apparaît... puis un nouveau symbole justement... alors il y a un peu plus d'humains qui apparaissent... il y a un pont entre les deux parties qui étaient séparées précédemment et ... il y a encore des animaux peut-être un peu voilà... peut-être un peu plus dangereux mais moins agréable, le crâne... et puis... puis là il y a un miroir... là il y a une personne... là il y a elle... j'ai compris après qu'elle m'identifiait un peu à ce personnage... et là il y a le fou du roi... qui est apparu pour la première fois... et là il y a eu vraiment une énergie archétypique... qui est apparue à travers le fou du roi, le trickster... qui a vraiment... qui l'a mise en route vers l'extérieur... le fou du roi c'est souvent celui qui vient bousculer les règles établies... c'était qqn qui avait plutôt tendance à être dans l'introversion, à avoir de la peine à extérioriser les choses... et puis... clairement là, dans les séances suivantes et les semaines suivantes... elle est beaucoup plus... (...) il y vraiment de l'énergie qui est arrivée... »

« (...) et un rêve très très fort... c'est celui-là que je voulais aussi partager, qui l'a vraiment marquée... elle a rêvé qu'elle était... c'était elle mais elle se voyait comme une danseuse, dans une femme très puissante, musclée, qui était dans la terre et elle sortait de la terre en spirale comme ça... il y avait des racines autour d'elle qui la soutenait dans cette force... et puis elle avait des yeux jaune-brun... elle dira après un peu comme un tigre... voilà donc... et il y avait le visage qui sortait déjà de la terre avec ce mouvement là... donc c'est une image très très forte... »

« Là je l'ai invitée à dessiner... clairement... c'est la première fois, avant je ne le faisais pas... mais là il y a une image comme ça, je me dis... en fait pourquoi dans ces moment-là on se dit « il faut dessiner » ? C'est justement pour faire la jonction... il y a un côté très archétypique en même temps là-dedans... et comme se dire, là il faudrait pas... il faudrait garder ce lien-là, avec cette énergie là... et le fait de le dessiner on se relie quoi... »

Faire la jonction entre ? le conscient et l'inconscient, le monde subjectif et objectif ?

« Cette partie de l'inconscient qui est en train d'être activée, qui est en train d'émerger et puis d'alimenter le psychisme... et qui amène beaucoup d'énergie... »

« Puis pas laisser juste passer comme ça... parce qu'une énergie peut monter et justement le moi qui est quand même cette partie qui décide... qui se tourne vers un côté ou l'autre... en fonction d'orientation dans le réel... ben disait ben je me tourne vers cette partie à un moment donné, et j'y reste... »

« J'ai retrouvé dans Humbert... je trouve super intéressant... (...) alors là il parle des trois moments, des trois activités du conscient, à partir des trois verbes.. je trouve super intéressant... un peu de l'opération jungienne... d'abord c'est laisser advenir... donc laisser monter... puis après « betrachten », « considérer, engrosser », et puis ça c'est tout à fait cette étape-là de vraiment considérer cette partie qu'on a tendance à dire « ouais bon, c'est qu'une image » et en même temps le fait de considérer ça engrosse le moi... (...) et... là il disait c'était intéressant... au début de l'analyse, souvent c'est l'analyste qui fait beaucoup ça, parce que... simplement parce qu'il va dire « est-ce que vous avez eu un rêve » ou bien... et puis prendre du temps pour analyser le rêve donc porter de l'importance là-dessus... Voilà il dit à un moment donné « le sujet peut lui aussi être engrossé par l'image » (...) puis justement ces trois parties que je trouvais très claires... (la troisième ?) Se confronter avec... (c'est drôle j'aurais plus mis le dessin dans « se confronter ») Ben... se confronter avec c'est plus... ce que dit aussi Jung à un moment donné... c'est éthiquement maintenant ça veut dire quoi dans ma vie aussi... ok alors... considéré je pense si tu entres dans le dialogue... ça peut être aussi dans cette partie-là... c'est un peu entre les deux... (...) pour ne pas rester justement dans cette vision intérieure... »

« D'abord elle la dessiner... au crayon assez léger pas un dessin très très puissant.. comme ça... fin disons... quelque mois après elle a voulu le refaire... elle l'a redessiner... et puis on a arrêté l'analyse à un moment donné... et puis quand elle est revenue là il y a un mois... elle m'a dit... « ah mais j'ai fait un atelier tout ça et puis j'ai re-eu cette image là et puis je l'ai faite en terre... et là elle m'a dit « et là j'avais vraiment la sensation de spirale en fait... » »

C'est souvent de dessiner les tâches que tu donnes ?

« C'est eu arriver que je dise « est-ce que vous avez une photo de vous enfant ? » quand à un moment donné c'était relié plus à l'enfant intérieur, « est-ce que vous aimeriez... est-ce que ça fait sens pour vous... » mais je pose comme une question « de l'avoir quelque part ? » « ça ça peut arriver ou... par rapport à un rêve... par exemple là qqn qui avait un rêve par rapport à des enfants et puis c'était un peu difficile... les enfants apparaissaient comme problématique... spécialement des enfant entre tel âge et tel âge et puis je lui disais « et ben voilà, la prochaine fois, si vous avez des enfants là, comment vous pouvez essayez même entrer en contact ou sentir... consciemment... alors que vous avez tendance à les éviter... essayer d'entrer en contact... à l'intérieur, juste sentir... sous quel angle vous pourriez les voir... est-ce que vous pourriez voir des côtés positifs, par exemple... » Ouais donc il y des liens comme ça avec l'extérieur... sans que ce soit des tâches parce que c'est des propositions... »

J'aimais bien l'expression « tourner l'attention du moi sur... » parce qu'il peut regarder plein de choses...

« Exactement ouais... et on a tendance à diminuer le... dans notre culture... le réel de l'imagerie intérieure... donc ça demande quand même d'essayer de rester focaliser sur ce qui est amené... »

« Elle a fait encore à la fin des jeux de sables... je trouvais intéressant les derniers... donc là voilà il y a une rivière mais effectivement il y a un passage entre les deux... il y une dimension un peu plus archétypique de ce côté, il y a la licorne, il y a 3 statues qui sont les 3 arts... la peinture, la lecture et la musique je crois... donc là on a des dimensions... plus la licorne... elle a une dimension plus quand même... humaine parce qu'en même temps elle a voulu faire des--- c'est la première fois que ça apparaissait comme ça... la terre, justement... donc un paysan... une terre qui est labourée, un arbre, un cheval, des animaux... un clown... un peu le trickster... de nouveau... et là autour, des divinités égyptiennes... donc là il y a Hathor la déesse aux cornes de vaches... et Ibis le dieu Ibis et puis Horus... qui est le dieu de la renaissance en fait quand même... donc du coup-là des dimensions quand même assez archétypiques qui apparaissent... en fait en t'en parlant je trouve intéressant par rapport à ce qu'on a dit avant... c'est que là c'est comme si les dieux sont là mais... autour... ils n'ont pas du tout une dimension envahissante ou dangereuse... ils sont présents... ça c'est un peu l'autre monde, le monde d'en haut... »

Je dis que j'ai l'impression qu'ils sont même plus présents que dans les premiers jeux de sable où il y avait un fantôme, un serpent, un dragon...

« Là ils étaient plus dans leur position vraiment envahissante »

« Des dieux à tête d'animaux... c'est vrai que c'est des dieux mi humain, mi animaux, aussi... les égyptiens étaient forts pour ça... ils parlaient déjà de cet aspect-là... »

« Clairement celui-là il y a un apaisement... il y a qqch qui est apaisé et puis qui verdoie, des arbres... Voilà... séance 62 quand même... on s'était vu depuis 2 ans... mais voilà, mais elle était toujours au chômage et là maintenant... mais j'avais le sentiment... elle, elle sentait que là elle arrivait au bout de qqch dans notre travail... »

« Elle a fait encore un dernier jeu de sable où il y avait... alors là c'est la première fois que la spirale apparaissait... avec le trickster là au milieu et puis vraiment un courant d'énergie on pourrait dire qui va comme ça vers... vers la sortie, vers Merlin... »

« On a interprété beaucoup l'énergie comme la libido, l'énergie de vie parce que c'est ce qui nous meut, le mouvement... »

Par rapport à ce que tu disais au début que plus il y a des images archétypiques moins c'est intégré... là j'ai l'impression qu'elles sont plus présentes... mais moins envahissantes ? tu peux entrer en relation avec ?

« Voilà, elles sont relativisées parce qu'il y a une relation... elles sont pas juste... « hen... » et on est complètement sous l'emprise... ou l'adoration... (...) je trouve que là... même... bon il y a merlin qui est quand même à cheval, il est humain et magicien... c'est la magie qui ouvre... c'est l'intégration des deux... »

« Ca se fait... moi je pense qu'il n'y a pas besoin... on n'en a pas parlé de ça... de ce dont on parle là... c'est qu'elle a trouvé un rapport plus juste avec l'énergie... parce qu'il faut bien comprendre... juste je me dis les dieux c'est vraiment une énergie aussi... si on est en relation avec les dieux c'est de l'énergie autrement on... »

Je dis qu'au départ quand il disait que moins c'est intégré plus c'est archétypique, j'avais compris que l'individuation correspondait avec la disparition des images archétypique, plus que des humains et des voitures par ex...

« Non, non... non mais bien sûr, c'est la relation vivante... le chemin continue mais dans une relation plus juste avec la divinité... moi je pense que c'est ça le processus d'individuation... c'est pas que ça disparaît... c'est une bonne relation avec ce monde... le magicien dans ce sens-là est une bonne figure... surtout merlin... c'est celui qui est un en bonne relation ce qui dépasse l'humain mais il est humain... »

« Donc voilà c'est vrai qu'il y avait beaucoup d'énergie avec ça... elle fait encore un rêve ou elle a une fusée qui prend son décollage... « j'allais qq part, j'étais décidée... mais pour pas être disloquée je devais me rassembler physiquement... donc en même temps toujours cette force... elle est toujours... il faut être attentif... ça demande aussi que le moi soit là... je trouve que c'est un excellent exemple cette situation... de l'articulation entre être en contact avec ces forces là mais en même temps, être vigilant... le moi doit toujours se dire, « ben voilà, je suis où ? Comment je me situe par rapport à ces forces-là ? » »

Comment tu invites à dialoguer, ou c'est pas le moi qui doit faire attention à pas se disloquer... mais où elle pourrait s'appuyer sur ces forces ?

« Le risque, c'est une reprise du conscient... dire voilà « je vais entrer en dialogue avec ça... avec ça... avec » si ça se fait et puis que je vois une évolution comme ça qui se fait... pourquoi pas, c'est intégré... je vais pas forcément dire « maintenant... ce serait bien de dialoguer avec cette partie-là... » (...) ça c'est une question de feeling de nouveau je dirai... ça m'est arrivé de prendre des figurines, même de les placer à des endroits, de faire des discussions, des personnifications... je le faisais plus au début... maintenant je le fais presque plus jamais... parce que je pense je laisse plus le processus se faire... et l'intégration se faire, de manière naturelle... enfin au sens de l'inconscient qui prend en charge le processus... parce que si elle a intégré cette magie en elle... elle le fait de nouveau, elle a pas forcément besoin de faire appel à Merlin, Merlin il est là à côté... »

Mais ça pourrait aller dans le sens de renforcer le moi

« Oui ça peut être si on sent qu'il y a une fragilité... »

« La peut-être le risque c'était la dislocation... je sais plus ce que j'ai fait mais j'ai certainement fait une proposition... en disant « ah ben oui ça vaut la peine si vous vous sentez comme ça dans les semaines qui viennent d'être attentive... comment vous pouvez revenir à vous, d'une manière ou d'une autre... alors... est-ce que là c'est Merlin qui l'aiderait... mais ça pourrait... proposer justement une figure... ou de faire appel à cette figure... »

« On sent vraiment bien l'intériorisation, d'abord la descente et puis après l'énergie remonte... elle devient de nouveau plus consciente mais différente d'avant... il y a vraiment eu une transformation... »

Quand tu parles du feeling quand il faut intervenir ou pas...

« C'est cette balance du sentiment... les jungiens parlent de sentiments... c'est vrai que tu sens... c'est pas tellement dans la pensée... là je sens la personne elle est... Ce serait bien de laisser l'inconscient jouer sa partition puis le moi on le met à côté ou le conscient ou bien non là je fais le pont... ou je l'encourage à faire le pont... ou à être un peu plus active au niveau du conscient... donc c'est un petit peu la partition soit plus... de l'inconscient, du conscient... »

J'ai l'impression que si on dialogue symboliquement sans faire intervenir la rationalisation... sinon j'aurais l'impression de scinder... soit d'être trop dans l'instinctif ou alors dans l'analyse

« A mon avis si tu le fais là en présence et en conscience... dans ce cas-là en tous cas c'était suffisant... il était là, il était constellé Merlin... et donc il était constellé en elle... (...) je pense que c'est justement le propre de l'image, si tu as touché qqch, c'est en toi... ça reviendra, tu referas rappel à cette image là à un moment donné... »

J'insiste sur le fait que ça m'a parfois vraiment aidé de développer autour de ce qui apparaît, pas de manière cartésienne... mais pas juste de laisser comme ça

« Ce que tu dis c'est le prolongement dans l'imagination active... parfois c'est ce qui est proposé pour approfondir la relation avec le symbole... et parfois c'est bien, c'est vrai... si on se dit « là vraiment il y qqch qui émerge et puis allons plus loin... » et ça peut être à ce moment-là dessiner... entrer en dialogue avec la partie... et c'est vrai que la ça dépend un peu du moment... mais c'est vrai que c'est quand le contenu il est encore trop... archétypique quelque part... il y a qqch à domestiquer, là je pense que c'est très bien effectivement... »

Je demande s'il n'y a pas lieu de proposer à la personne de se relier à une figure particulière dans sa vie quotidienne, de la dessiner, d'aller l'acheter...

« Ce qui est un peu délicat c'est tout le jeu de sable... et le risque c'est de focaliser alors que la meilleure synthèse de l'image c'est l'image elle-même donc tu peux pas... tu peux pas faire mieux que l'image, que ce qu'elle présente... qui est une totalité de sa situation et de sa prochaine étape d'intégration... et le risque c'est de refocaliser au niveau du moi sur une image... l'image vient toujours ouvrir... donc il vaut mieux rester sur l'impression... « voyez comment vous pouvez vous laisser imprimer par l'image ou la laisser... et puis comment elle va peut-être vous nourrir ou rester là les prochains jours » une sorte de suggestion, mais sur l'image entière... parce que c'est ça, c'est toute l'image qui est là... Après le risque c'est de repartir dans une voie... alors qu'il vaut mieux laisser l'image, tourner autour de l'image par-contre... il y a cette partie-là... après il y a cette partie-là... »

« Mais tu vois dans le processus de jeu de sable... souvent en fait l'imagination elle est là... parce que tu as un thème qui apparaît... sans que tu l'aies prémédité il apparaît... et puis tu rentres en relation avec, parce qu'il réapparaît... donc c'est aussi... mais au niveau de l'image une imprégnation, une intégration... et puis au bout d'un moment il n'est plus là... donc c'est qu'il est là... tu vois... c'est une autre manière de faire au niveau non verbal... le propre... peut-être qu'on... à mon avis on est quand même à un niveau plus profond parce qu'on est au niveau non verbal, on essaye de rester au niveau non verbal... donc mystérieux... pure image qq part... et pas de remonter même au niveau trop verbal... il y a quand même cette tentative de dire « on reste, on reste, on

reste, on reste... » et puis on regarde comment l'image se transforme toute seule... et puis l'opération opère quoi... il y a des transformations au niveau de l'image ce que je trouve assez magique... fin c'est beau... »

« La fonction transcendante qui permet la dialectique entre le conscient et l'inconscient... »

Livres : Jung, Von Franz, Hillman, Humbert

Troisième entretien : J8

L'objectif/l'intention

« Je pense que c'est qqch qui se fait au fur et à mesure et qui change tout le temps avec les choses qui émergent... donc... les gens peuvent venir souvent avec une anxiété diffuse... des phobies spécifiques... et puis il faut essayer de voir ce qui est sous-jacent à ça et de comprendre d'où ça vient et... et qu'est-ce qu'on peut faire avec... donc quand vous dites justement par rapport ce qui est conscient dans ce qui va pas, c'est souvent modifié ou clarifié par les rêves... on va voir... ce qui sous-tend les problèmes actuels des gens mis en forme symbolique, qui est beaucoup plus parlant que les perceptions conscientes de la personne. »

« Dans les rêves, je trouve que c'est une aide extrêmement précieuse... il y a des gens qui ne vont pas amener des rêves mais c'est au fur et à mesure de les écouter... comprendre comment ils décrivent leur relation avec les autres ou leur perception des choses que... que c'est là que se trouve le problème et qu'on va petit à petit... mais ça peut prendre assez longtemps... pour trouver quel est le vrai problème et commencer à travailler là-dessus... je trouve c'est toujours qqch... cette recherche est toujours présente dans les consultations... et c'est... et puis au fur et à mesure il y a d'autres choses qui viennent, qu'il faut traiter, d'autres problèmes qui vont surgir... donc des problèmes de la vie de tous les jours... et puis par rapport à ces problèmes aussi on peut mieux comprendre quelle est la vraie demande de la personne et quels sont les points à traiter... donc je trouve que c'est qqch qui est un peu en flou... c'est rare qu'il y a qqn qui vient avec un problème spécifique... où il vient avec ça et ça nous amène un peu partout... »

Pour déterminer un peu plus clairement la problématique, vous avez dit, vous vous intéressez aux rêves, aux relations...

« oui à leur histoire familiale, aux relations avec la famille, avec les collègues... et puis la perception de ces relations aussi... donc au fur et à mesure il y a des choses qui vont émerger... par exemple tout à l'heure j'ai eu qqn avec qui je travaille depuis, je crois 3.5 ans... et c'est qqn qui a connu l'abus dans l'enfance et puis aussi dans des relations par la suite et qui a une très mauvaise estime de soi, avec une voix hyper critique qui va tout le temps... et donc on travaille là-dessus, et puis aujourd'hui il y a qqch qui a émergé en parlant de ses relations avec ses parents, qu'on a parlé maintes fois et maintes fois mais... comme elle disait, c'est comme si chaque fois il y a une couche qui s'enlève au fond d'elle... il y a qqch qu'elle règle et puis elle tombe dans autre chose et puis elle a l'impression que le plus on s'approche du vrai problème, le plus elle se défend contre ce problème et je pense que aujourd'hui on a enfin touché ce qui est à la base de ses problèmes relationnels et existentiels... mais ça a mis 3.5 ans pour que moi j'ai le déclic et que je transmette à elle et qu'elle ait le déclic, et maintenant il faut qu'on élabore... donc... elle est venue parce qu'elle était boulimique et je l'ai accompagnée dans l'abstinence qu'elle traitait aussi avec des programmes AA qui est pour les alcooliques mais il font aussi pour les problèmes de... les troubles alimentaires... donc ça nous a amené étapes... et je trouve que c'est une très bonne image qu'il y a des choses qu'il y a des choses plus ou moins apparent que l'on peut traiter et petit à petit selon le trouble que la personne peut avoir, on enlève les couches et on trouve... un nœud qui est peut-être à la base du problème... plus profond... on va traiter ça... et puis peut-être d'autres... et puis est-ce que si on arrive à avancer avec cet insight que nous avons eu aujourd'hui, est-ce que ce ne serait pas le moment de terminer la thérapie. Je pense que peut-être on aurait fait tout ce qu'on peut faire ensemble et puis c'est autre chose à traiter avec qqn d'autre à venir. Mais c'est toujours qqch qui est en cours... pour moi... »

Est-ce que vous voulez dire que ça peut même être le but de la thérapie de découvrir la cause du trouble qui amène la personne en thérapie et une fois qu'on a mis le doigt dessus ça peut être le moment de terminer la thérapie ?

« Oui... si dans sa vie elle est capable d'intégrer cet insight dans sa vie... et améliorer ses... car c'est surtout des problèmes relationnels et l'estime de soi, après donc... peut-être ce moment elle doit vivre avec ça... elle doit voir... elle doit être autonome... et peut-être à un moment donné elle va revenir ou elle va voir qqn d'autre parce que c'était pas complètement réglé ou il y a qqch qui est venu et elle a juste besoin de faire un point... mais ça prend du temps... »

« Si la personne n'amène pas des rêves on va travailler avec ce qu'ils apportent... donc cette personne dont je parle elle amène très peu de rêves mais après pendant les sessions ou en dehors des sessions, elle dessine ou elle va apporter... qqch qu'elle a fait après... parce que c'est plus son monde... et donc c'est comme ça qu'elle a accès à son inconscient, plus. Mais si elle fait pas pendant les sessions c'est parfois trop édité par le conscient... »

Donc parfois vous faites dessiner pendant les séances ?

« Je lui demande de dessiner qqch dont elle vient de parler... comment est-ce que... soit une personne, soit une émotion et puis après on en parle... »

Et là vous induisez un état de conscience particulier pour faire émerger... ou le dessin en soi c'est déjà...

« Oui je pense que c'est le dessin... mais c'est aussi la relation qui se passe sur le moment... parce que je pense que quand on est vraiment dans l'écoute de qqn et quand on est vraiment en train d'être entièrement dans la relation pour comprendre il doit y avoir aussi un état de conscience un peu différent où... où c'est plus perméable entre les deux... où je peux ressentir tout d'un coup une émotion forte... et me dire que c'est très... Jung disait que les inconscients sont en contacts... donc on peut être envahi par une émotion et se dire c'est qqch qui vient de la personne... ou c'est ma réaction à ce que cette personne ressent à ce moment là... alors tout ça c'est des informations qui sont importantes... et je pense que quand on est dans cet état... entre les deux, c'est comme si... on est dans un monde à part, où il n'y a que ça qui existe pendant ce temps défini et où on plonge dans les profondeurs... »

On rend palpable le monde intérieur de la personne... et avec des détails, ça se rapproche de l'induction hypnotique...

« Tout à fait c'est dans la description, dans le ressenti aussi. Si qqn est très défendu ça va être beaucoup plus difficile... même si elle décrit ce monde, de rentrer dedans, parce qu'il ne va pas y avoir les couleurs qu'il peut y avoir s'il y a les sentiments derrière... »

donc je trouve qu'il faut pas... donc plus que les mots il faut qu'il y ait les émotions qui sont là... et le manque d'émotion ça nous donne une information mais ça va être difficile d'aller aussi profondément que quand on peut être dans l'émotion »

Vous poser des questions pour aider la personne à décrire son monde, à se connecter à ses émotions, vous avez une technique ?
« Non je dirai pas une technique... je dirai c'est plutôt d'être immergé dans le récit, dans le ressenti que j'ai... et de demander des précisions par rapport à ça... par rapport à des choses qui me... si c'est un rêve... par rapport à des images qui me retiennent... ou si c'est par rapport... à un mot qu'on utilise qui me dit « tiens c'est curieux... ce mot ça veut dire quoi »... mais c'est vrai que je demande beaucoup de précision... »

Pour bien percevoir ce qui est vécu, sans projeter, le dessin c'est aussi une manière d'objectiver le vécu subjectif.

Comment on accompagne ? Donc vous ressentez, vous demandez des précisions... dans ce qui émerge quel est la part du symbolique dans ce qui est décrit...

« Ça dépend des personnes... il y a des personnes où c'est assez symbolique et des personnes où ça ne l'est pas du tout... donc... ça dépend des rêves de la personne... mais il y a des personnes qui, de nouveau, vont avoir des rêves très symboliques, et d'autres pas... donc c'est pas... on fait le même travail mais avec différents outils... s'il n'y a pas les symboles... je vais me fier beaucoup plus aux mots, au sens qu'il donne aux mots qu'il utilise... à me faire donner... souvent je demande des exemples... donc quand elle me dit « telle personne réagit de telle façon... » je vais demander des exemples... des exemples de comment ils réagissent donc pour pouvoir essayer de me mettre dans les situations avec eux et analyser qu'est-ce que l'autre personne voulait dire... comment la personne qui est face à moi à interpréter la situation et comment peut-être l'autre personne était en train de dire... juste pour imaginer d'autres possibilités... mais de ne pas laisser les gens dans les généralités mais qu'on amène... quand il s'agit de parler de la famille qu'elle me décrit leur mère, leur père, comment c'était... pour aussi avoir un ressenti par rapport à ça... »

→ donc vous faites décrire le plus concrètement possible comment ça se passe, comment c'est vécu

« oui tout à fait, quelles sont les pensées qui viennent avec, qu'est-ce qui s'est passé avant, quelles sont les pensées qui sont venues ensuite... »

Et je m'intéresse dans ma thèse tout particulièrement à la place du symbole dans la thérapie

« Un symbole peut être construit par les deux et peut venir... par exemple avec la personne que j'ai vue cet après-midi... tout à coup il y a une chanson qui m'est venue à l'esprit... en anglais c'est « everybody hurts... » et elle a l'impression qu'elle est la seule au monde qui souffre... et qu'elle souffre plus que n'importe qui n'a jamais souffert et ça fait plusieurs années qu'on travaille sur ça... que les autres aussi ressentent des émotions négatives et avec plus ou moins de progrès... et elle parle bien l'anglais... donc c'est peut-être un symbole cette chanson... ça peut devenir un symbole... tout le monde va mal... et c'est pas tout le temps... mais on est ensemble là dedans... donc une sorte de... qqch autour de laquelle on peut un peu se fédérer ou on peut travailler qui... qui illustre ce problème... c'est important... qqch peut venir avec une scène dans un film... ça peut être... un poème... ça peut-être qqch que qqn a dit... donc ça peut être beaucoup de choses... donc c'est pas forcément juste une image non plus... »

Alors on est d'accord que c'est pas forcément des images ces expressions symboliques mais vous pensez que c'est crucial ces expressions symboliques ou pas plus que d'autres choses ?

« Je pense que c'est très important, parce que ça nous donne qqch auquel on peut se référer... et on peut revenir... et c'est un peu un point d'ancrage du problème et du travail... dans ce cas... »

Comme un guide ?

« oui voilà... qqch qui est collectif, qui n'est pas forcément personnel ou qqch qui nous relie aussi aux autres... que la collectivité traite aussi dans un film... le même sujet que la personne vit en ce moment et donc... ça peut être symbolique pour elle... et l'utiliser dans la thérapie... »

Vous analysez les rêves, si qqn vient avec un rêve. Est-ce que je peux vous demander de décrire comment vous procédez ?

« Donc déjà qu'il raconte... que j'écris... après je vais demander des précisions sur des choses que je n'ai peut-être pas comprises... après on va regarder les différents symboles... aussi je vais demander à la personne ce qu'elle pense de ses rêves, quelle émotion ça évoquait... et puis regarder les symboles, les uns après les autres... et puis souvent... en parlant des symboles il y a qqch qui fait « tilt »... si la personne n'a pas d'association qui est très prenant... si moi j'ai une association symbolique on va en parler... et souvent ça va nous mener de nouveau sur qqch à laquelle on n'a pas penser par rapport à la problématique à laquelle on n'a pas penser par rapport à la problématique qu'ils vivent en ce moment ou leur situation de vie... »

« Jusqu'à ce qu'on trouve qqch qui parle à la personne on va creuser dans les différents symboles... »

Vous creusez comment ?

« Alors je vais leur demander ce que ça amène pour eux et des fois il y a des choses qui sont assez parlantes... et puis sinon je vais parler de ce que moi je sais par rapport à la représentation collective de tel et tel symbole... et voir ce qui leur parle... »

« J'ai juste qqn tout à l'heure qui m'a dit « j'ai pas fait de rêve, si juste un rêve, c'était très bizarre, elle m'a donné un samsung et elle m'a dit que c'était mieux que mon iphone... mais c'est rien » et puis elle a tout de suite commencé à parler ce qui la préoccupe aujourd'hui dans son couple... et moi j'ai tout de suite dit... « ah est-ce qu'il y a besoin de changer de manière de communiquer ? » et puis on était partis sur ce qu'elle vit et puis à un moment donné je me disais mais il y a quand même qqch... « qui vous a donné le téléphone ? ou c'était qui ? ou qui a un téléphone comme ça... » alors elle me dit ma mère et une amie... mais je pense que c'est ma mère qui m'a donné le téléphone... mais juste avant ça elle avait dit « ma mère a beaucoup changé avec ses petits enfants... avant elle arrivait pas à connecter avec eux, maintenant elle fait les choses et puis elle critique... ou avec ses petits enfants et ses filles... elle fait les choses et puis elle critique moins... » et puis j'ai dit « est-ce qu'il y a un message pour vous là-dedans, dans ce que vous vivez aujourd'hui ? » et puis elle me dit « ah oui... c'est peut-être ce qu'il faut dans mon couple... » donc c'était le samsung qui avait amené ça... »

Est-ce que vous proposez des tâches ?

« C'est demander aux gens d'écrire leurs rêves mais il y a des gens qui le font d'autres qui ne le font pas... donc on peut pas les obliger non plus... des fois de dessiner comme j'ai dit entre des séances... des fois juste essayer d'être conscient de qqch dont on

a parlé et de garder ça en tête dans nos interactions avec les autres ou de méditer sur ce plan spécifique... donc ça dépend de la personne et du... de ce dont ils ont besoin et ce dont ils sont capables... »

Je donne exemple vache ou photo d'un ancêtre ou...

« Oui, oui, oui, ou d'apporter une photo la prochaine fois ou de... oui, oui, tout à fait s'il y a des choses qui sortent comme ça, oui ça... ça dépend du contexte mais ça arrive tout à fait... ou de demander d'aller parler avec leur parents, de savoir plus sur leurs ancêtres, sur leur famille, sur ce que les parents de leur parents ont vécu... parce que des fois ils ne connaissent pas grand chose et on voit que la problématique a déjà commencé bien en amont de cette génération là... c'est des choses qui sont importantes... de faire ces liens là... c'est pas qqch que je fais systématiquement mais si ça se présente... oui tout à fait... »

Réalité des esprits ou personnages intérieurs et ça n'existe pas à l'extérieur, pour certains de vos collègues c'est les deux, j'avais envie de vous inscrire là dessus...

« C'est difficile... je pense il faut regarder cas par cas... il m'est arrivé de... je me souviens il y a quelques années en arrière, j'avais une jeune éthiopienne qui... dont le père était membre de l'opposition... et qui était pris par les militaires qui sont venus le prendre dans la maison devant elle... elle n'avait plus de nouvelles de son père et sa mère l'a pris et l'a emmené en Suisse et elle était toujours complètement déchirée parce que elle savait pas ce qui était arrivé à son père (...) et quand elle est venue me voir elle avait vu plusieurs personnes avant moi... elle avait essayé à plusieurs reprises de se suicider... elle s'était coupé les veines à plusieurs reprises (...) elle a failli se jeter du 7^e étage d'un immeuble... et je ne sais pas quelle question je lui ai posée et elle a commencé à me parler de... elle avait comme des paralysies de sommeil... et pendant ces paralysies de sommeil... c'était souvent une femme... donc elle était musulmane mais elle était très... moderne... elle buvait de l'alcool, elle avait des copains, elle vivait avec un iranien qui était beaucoup plus religieux qu'elle et puis elle avait des rêves où c'était une femme qui venait lui faire... une espèce de Burka, habillée en noir, qui se transformait en énorme serpent... et qui voulait l'étouffer... et c'est qqch qui la terrorisait... et elle arrivait pas... c'était une des choses qui l'a poussée au suicide... entre temps elle était très malheureuse avec son ami... elle se sentait étouffée par lui parce qu'il était très jaloux... elle était désespérée parce que elle ne se sentait pas capable de rentrer en Ethiopie parce que ça lui faisait tellement mal de voir d'où avait disparu son père et le fait qu'elle avait rien pu faire... mais elle avait laissé un frère plus jeune là-bas et elle voulait tellement aller le voir... donc... il y avait toutes ces choses sur lesquelles elle devait travailler... et elle travaillait en parlant de ses problèmes (...) mais aussi moi je la mettais dans un état de relaxation et puis elle allait parler avec cette femme... qu'elle soit un serpent ou pas... donc elle venait souvent avec des rêves et puis après on essaye de retourner dans les rêves... et de voir ce qu'elle voulait... et il y avait souvent... on avait trouvé qu'il y avait souvent une présence masculine qui veillait sur elle... et petit à petit ça devenait de moins en moins affolant... et un jour elle a fait un rêve... elle est venue avec un rêve où elle avait rencontré son père... qu'est-ce qui s'est passé ? Je me souviens pas... mais en tous cas il y avait un taureau et le taureau a tué cette femme serpent et puis son père est venu et lui a donné un porte monnaie qui était fait de la peau du serpent femme et du taureau... c'était un mélange des deux... et puis... elle allait beaucoup mieux... elle a pu aller en Ethiopie pour aller voir son frère... elle a eu le courage de le faire... elle avait quitté son mari, elle avait repris ses études... et c'était vraiment important de traiter cette femme serpent comme étant une entité qui était là parce que c'était ça... pour elle, elle, le voyait... Elle était en paralysie de sommeil donc elle voyait cette femme dans la pièce, elle était clairement avec nous... et elle a pu la vaincre avec l'aide de son père... alors vous voyez la frontière entre la réalité ou... juste parce qu'elle la voyait dans la pièce... est-ce que c'est la même chose que de le voir en soi... c'est le surréel et rien d'autre ce qui se passe dans ces deux mondes sont autant réel pour la personne... alors vous avez lu ma thèse... moi je trouve que cette frontière entre... ce qu'on voit ici dans cette pièce et ce qui se passe autour de nous... c'est assez fine... donc je suis convaincue que les choses existent dans différentes dimensions... de les appeler des esprits ou des démons ou quoi... je mettrai pas des mots dessus... mais je crois que ces choses là sont présentes et sont avec nous... »

Impact du parti pris sur le quotidien dans la personne

« Je dirai que quand on travaillait ensemble je lui ai expliqué ce que c'était des paralysies de sommeil, que c'était qqch qui était connu, que c'était bien documenté, et que ce qu'elle décrivait ça ressemblait tout à fait à ça... que pour elle c'était très réelle quand elle rentrait en contact... mais... je me souviens plus... si on a parlé de... est-ce que c'est un esprit ou est-ce que c'est qqch dans mon imagination... moi j'ai travaillé avec comme un rêve in vivo... en même temps que l'amenant à être en contact avec cette femme... mais... comment dire... quand on travaille avec des gens avec des cultures très différentes, pour moi mettre mes mots ou mes croyances par rapport à ça dessus, ça n'a pas de sens... je peux lui dire comment en tant que thérapeute occidentale je vais voir ces phénomènes comme une paralysie du sommeil parce que elle avait seulement peur... elle pouvait pas bouger, elle ne pouvait rien faire... après de rentrer dedans, c'est son monde... c'était pas psychotique, c'était pas qqch qui m'a fait peur à l'encontre d'autres patients qui vont voir Jésus Christ et penser qu'ils peuvent voler... ça c'est autre chose, d'autres types d'hallucination... je ne vais pas lui dire non plus que c'est un esprit parce que qu'est-ce que j'en sais... après c'est elle d'après sa vision du monde, ses croyances qui doit réinsérer ça dans sa propre histoire... même si dans un rêve son père lui a donné ce porte-monnaie. Ça n'enlève rien si il le lui a vraiment donné ou pas, s'il est présent ou pas... c'est à elle de décider ça... »

« Quand je travaille avec certaines personnes... et surtout les personnes que je vois à l'hôpital qui viennent de partout dans le monde qui sont très traumatisées et qui ont souvent perdu leur famille... on parle beaucoup de « cette personne est en train de veiller sur vous... » ou... je pense que c'est très important d'être ouvert à ça et de mettre des mots dessus... si ça rentre dans leur façon de voir le monde je crois que ça peut être qqch de très aidant... tout comme la religion c'est qqch que j'utilise énormément parce que c'est une grande ressource... mais de là à dire quelqu'un vient avec un rêve... qui a vu sa grand-mère qui était là... oui peut-être elle est en train de veiller sur elle, mais je ne vais pas... qqn qui rêve d'un homme qui l'attaque dans son sommeil, je ne vais pas dire que c'est un mauvais esprit qui autour de vous... parce que je trouve que c'est dangereux et c'est pas mon rôle... je n'en sais rien... je trouve qu'un esprit qui veille sur soi c'est qqch qui peut être protecteur... un mauvais esprit qui l'attaque au niveau psychique, c'est pas pourquoi je suis là... on peut dire que c'est peut-être un conflit interne... c'est peut-être un avertissement aussi parce qu'on a des avertissements dans les rêves et il faut les prendre au sérieux... il y a beaucoup de choses mais... dire... »

Et si la personne croit à un mauvais esprit vous allez lui dire que c'est un conflit interne ou un avertissement ?

« Je vais chercher s'il y a qqch à l'intérieur d'elle qui peut... qui se passe qui est représenté par cet esprit aussi... parce que si on a des esprits négatifs qui nous attaquent c'est pas... peut-être c'est parce qu'il y a qqch qui se passe à l'intérieur qui attaque depuis l'intérieur... et puis je pense qu'il faut être très vigilant par rapport à la psychopathologie des gens... parce que... certaines personnes ça peut les pousser vraiment dans une pathologie grave... si leur ego n'est pas assez solide... c'est très dangereux de commencer à parler de démon... que l'esprit de notre grand-mère veille sur nous parce qu'elle fait partie de notre histoire, parce

qu'elle fait partie de notre être, parce qu'on est sa descendante, et que maintenant elle fait partie de l'inconscient collectif, c'est une chose... et de projeter sur l'extérieur, si ça peut rassurer d'accord, mais les démons c'est quand même qqch... toutes ces représentations, c'est les démons internes que nous devons combattre... donc si on veut aller voir un chaman pour faire ce travail... mais moi je reste assez prudente ayant vu des personnes ayant fait des décompensations psychotiques... sur des thèmes de ce genre... c'est quand même qqch avec lequel je suis très très prudente... »

« Oui je pense qu'on peut faire qqch... écrire qqch et le brûler ou purifier son appartement et ce genre de chose... »

« J'ai eu des cas de personnes borderline... je pense à qqn... qui voyait... qui faisait aussi des démarches avec des personnes qui... comment dire... interprétaient ces problèmes plutôt extérieur, des forces démoniques... c'était très difficile parce qu'elle vivait dans une terreur de son intérieur, une terreur de l'extérieur... et c'est des choses que la personne a besoin d'intégrer en elle, et on lui dit, « non, non c'est pas à vous c'est qqch qui est en dehors et qui vous veut du mal » ça peut ajouter des terreurs pour qqn qui est déjà fragile... »

Mais est-ce que qqn qui est psychotique, si on rentre dans son « délire » est-ce qu'on pourrait lui apprendre à dialoguer ?
« Ça dépend de son état, ça dépend de où il en est... donc il faut déjà que... ça dépend de la pathologie... si c'est qqn qui fait une psychose bipolaire avec un délire de... se prendre pour le messie ou religieux... de toute puissance... on ne peut absolument pas rentrer dedans parce que cette personne se met en danger... alors après dans la thérapie on peut essayer de travailler sur ça, une fois que la personne est stabilisée, a une médication adéquate... on peut peut-être travailler avec ça... et ça c'est qqch que je trouvais dommage... par exemple dans les hôpitaux... on m'a envoyé un certain nombre de schizophrènes qui ont eu des hallucinations et qui sont compensés depuis longtemps par les médicaments... mais personne n'écrit jamais ce que c'était les hallucinations, et la personne elle ne sait plus... au moins si on savait ce qu'était l'hallucination, on pourrait mieux comprendre l'histoire de la personne... et peut-être commencer à l'aider à les intégrer... mais les gens en psychiatrie... ils mettent ça complètement à côté... hallucinations, on donne tel médicament, tel dosage et puis voilà... après ça va dépendre vraiment de la capacité de la personne... j'ai un jeune bosniaque schizophrène, où je me suis battue longtemps pour qu'il soit reconnu comme schizophrène qui a toujours les mêmes hallucinations... parce que quand il avait.. il était à Srebrenica quand il avait 10 ans et puis à l'âge de 19 ans on lui a demandé d'aller identifier les restes de son père... et il y avait juste les ossements partout dans la morgue... et des bouts de vêtements... il a eu une peur énorme et depuis ce moment-là, il a des hallucinations de ces cadavres qui l'appellent de se joindre à eux... et donc si on revient sur ça... on peut juste pas toucher... donc il est bien compensé maintenant... il a des enfants, il est marié... ça va... de temps en temps il commence à avoir des peurs, on a mis en place des stratégies, mais pour l'instant on a jamais pu aller toucher là... parce que c'est juste trop dangereux... ça dépend vraiment des cas et vraiment des capacités des personnes et... il faut bien connaître la personne, il faut qu'il y ait un psychiatre à côté si les choses se passent mal... »

Parce qu'il fera quoi du coup le psychiatre ?

« Qu'il soit hospitalisé rapidement, parce qu'il peut mettre sa propre vie en danger ou la vie d'autrui... (...) même si moi travaillant à l'hôpital, je travaille pas en psychiatrie donc... je peux pas faire hospitaliser d'office donc il faut qqn... fin je peux mais c'est moins compliqué s'il y a un psychiatre qui est à et surtout pour des médicaments... pour ajuster les dosages et tout le reste... pour l'instant notre société n'est pas prête à intégrer dans notre communauté des troubles psychiatriques graves... »

« Oui ça je peux tout à fait imaginer que pour certaines personnes ça peut aider à l'intégration... mais moi j'ai pas les compétences... et ici je connais pas trop... et je dirai surtout par rapport à ma casquette à l'hôpital... (...) avant schizophrénie c'était pas un vrai problème... on avait un message à communiquer au groupe et on arrivait à gérer... aujourd'hui on est pas là... si on voit un schizophrène dans la rue on va plutôt changer de trottoir, c'est qqn qui est délirant... et il devient surtout très dangereux pour eux-mêmes parce que c'est vraiment une énorme souffrance quand même... »

« Il y a un psychiatre américain qui a fait beaucoup de travail avec les schizophrènes mais de nouveau il faut avoir le cadre où on peut le faire... et le contenant... donc selon... »

Il y a qqn qui le fait aux USA ?

« Oui oui c'était, peut-être pas dans ce sens... mais qui a beaucoup travaillé avec les schizophrènes, avec leur... leurs hallucinations et qui a eu beaucoup... qui les a beaucoup aidés... c'est vrai qu'il a fait le travail... Sealle... »

« Ça m'a toujours interpellé quand je vois des dossier et on sait même pas pourquoi qqn est psychotiques, des crises psychotiques ou des hallucinations ou délires... on ne sait pas ce que c'est... il y a juste l'appellation... et je trouve que c'est vraiment frustrant d'avoir juste ça... »

« Je pense que c'est vrai qu'il y a beaucoup à faire... mais de nouveau dans un cadre comme ça, on ne va pas parler des esprits et tout ça... ça va être plus de travailler avec ces hallucinations... j'avais parlé avec qqn qui est érythréen... qui m'avait été envoyé par un psychiatre... de nouveau on ne savait absolument pas ce que c'était ses hallucinations... lui il ne savait pas non plus... mais il y avait plusieurs... il savait pas s'il avait un état de stress post traumatique mais il y avait plusieurs souvenirs de choses qui se sont passées dans son enfance qui était très « persécutoire »... et on avait travaillé ensemble un petit moment... et puis il est rentré en Érythrée... mais on n'avancait pas beaucoup non plus parce que il y avait les médicaments et puis il comprenait pas vraiment le sens de ce qu'on lui demandait et... mais j'aurais toujours aimé faire un travail plus profond avec qqn comme ça mais de nouveau j'allais plutôt de l'intérieur... parce que c'est mon domaine et pas par l'extérieur... »

Même si vous croyez que c'est lié

« Oui, mais c'est pas mes compétences... »

Un ouvrage qui vous inspire pour votre pratique ?

« Je dirai que ça dépend des différents cas... je ne pourrais pas choisir un ouvrage.. ça va dépendre des problématiques... »

→ sa thèse sur la synchronicité...

vol 16 de Jung sur comment être psychothérapeute...

Irvin Yalom : thérapie existentielle

Troisième entretien : H1

« La dessus j'ai évolué avec le temps... je la prends pas très au sérieux la première demande en fait... je la prend pas très au sérieux dans le sens que les gens ils veulent une rencontre et ils savent un bout de ce qu'ils veulent... par exemple si c'est une souffrance particulière, etc. mais ils formuleront pas nécessairement avec des mots ce que moi je peux entendre comme demande, donc quelque part je suis beaucoup plus dans une attention globale, de comment les gens se tiennent, de qu'est-ce qui se passe dans la manière de se présenter, dans la manière aussi de chercher le lien, de chercher aussi tout de suite soit de l'approbation, soit de la grande... puis je sais que ce sera pas dans le premier entretien que je vais reformuler qqch autour de leur demande. Ce sera plutôt plus tard... qui permet... « voilà vous êtes venu la fois passée, quelle est votre préoccupation du jour ? » Puis je reprends les choses en termes de préoccupation du jour... et puis je vois qu'entre ce qu'ils avaient dit la première fois et ce qu'ils disent la deuxième fois, c'est terriblement articulé à tout ce qu'on a fait la première fois, qui était une espèce de vision d'ensemble... Si c'est très professionnel, par exemple je pose toujours le problème... comme je fais de la supervision avec toute sorte de gens, je fais de la supervision avec des juristes, des enseignants... je fais de la supervision avec des assistants scolaires, avec des médiateurs, avec des assistants sociaux qui font de la protection des mineurs qui sont sur submergé par des affects forts, etc. Il s'arrivent parfois avec une question qui concerne une situation extérieure. Mais dans le premier entretien, moi j'écoute ça mais c'est pas sur des demandes par rapport aux demandes extérieures que je vais répondre. C'est « et vous ? et vous ? Comment vous vivez ça ? » Un assistant social complètement traumatisé par une situation de grand malheur auquel il est confronté dans une famille, avec des enfants qui déconcentrent complètement... parce qu'il y a des parents qui ont mangé du raisin vert comme on dit. Et ben je vais m'occuper de lui. Pas nécessairement m'occuper de résoudre le problème qu'il a professionnellement mais je vais voir par exemple qu'il néglige le trauma qu'il reçoit... oui je vais peut-être parler de « mais vous, comment vous avez dormi après... comment vous digérez cette affaire, comment vous digérez votre accordage avec la police... » Aussi une juge qui a du prendre des décisions, qui a dû se montrer très ferme alors qu'elle même elle est très compassionnelle spontanément... et ben... comment elle a vécu son après jugement... Je vais moins m'occuper de ce qui les préoccupe en termes de périphéries sur les objets extérieur, mais je vais m'occuper plus alors... et c'est pour ça la deuxième fois je vais voir s'ils vont venir avec une question d'eux ou une question penchée sur l'extérieur... c'est extrêmement rare qu'ils reviennent avec qqch d'extérieur. Après on prendra ça comme exemple... C'est surtout autour de leur propre personne que les choses vont se passer. »

Tu tiens compte du symbolique, des images ?

« Tout ce qui advient. Avant hier, lundi, je recevais une jeune femme qui n'en peu plus d'un travail, elle travaille avec des réfugiés, elle n'est peut plus de... elle dit moi si je continue comme ça je vais arriver en burn out... et puis je l'écoute... et puis totu à coup je ne l'écoute plus, je la regarde... et puis elle fait comme ça... puis peu à peu elle me montre qu'elle est enceinte... mais elle ne sait pas qu'elle me montre qu'elle est enceinte... puis à un moment donné je lui dis « faut que je vous pose une question : j'ai le sentiment que vous me montrez qqch, avec votre geste là sur votre ventre » elle se rendait pas du tout compte... elle dit « mais oui je suis enceinte et j'ai ces mouvements qui me débordent un peu ces temps... et puis il n'y a pas longtemps que j'ai appris et puis c'est important pour moi... » et ben voilà, c'était quand même fantastique le cadeau qu'elle me donnait parce que ça allait être la possibilité d'avoir en même temps le noir des situations difficiles qu'elle vit, et en même temps l'or qui est promis... et qui va être probablement, dans le travail qu'on va pouvoir faire, dans la logique des priorités c'est l'or qui va donner le sens... »

Se rend compte très vite que le sentiment d'être déloyale prédomine. C'est une jeune fille qui a beaucoup voyagé, qui s'est beaucoup impliquée pour la cause des migrants, envisager de changer de priorité (parce qu'elle est enceinte) est pour elle très difficile à penser, elle se sent déloyale. Lui propose d'arrêter de travailler mais plutôt d'écouter des histoires

« « Est-ce que vous êtes d'accord que je vous raconte des histoires ? Je vais vous raconter des histoires. » Puis je lui ai raconté des histoires, c'est tout ce que j'ai fait pendant cette séance. Mais évidemment je ne lui ai pas raconté n'importe quelle histoire... je lui ai raconté des histoires sur la culpabilité... sur comprendre que la culpabilité pouvait figer, pouvait empêcher de penser, pouvait stigmatiser, j'ai raconté l'histoire de Persée, la Gorgone qui présente la culpabilité et l'arrogance de se croire coupable en même temps, elle lui règle les choses, etc. Et puis Dieu veut détruire ces villes, parce que c'est le fameux Dieu de la colère de quand on ne fait plus les choses juste... et puis... il y a quand même quelqu'un qui est en contact avec lui dans cette ville. C'est Loth et sa femme... ils gardent un contact... et à un moment donné, Dieu est un homme poli... il dit à Loth et sa femme, il dit « écoutez je vais détruire ces deux villes... il faut que vous vous en alliez » Et puis Loth dit « non non c'est pas possible, vous ne pouvez pas faire ça... » et puis il commence à dealer quoi... Dieu leur dit « écoutez si vous trouvez 10 justes dans la ville, je renonce à détruire ces villes, allez-y, allez chercher... » et puis ils ne trouvent rien, quand ils reviennent Dieu dit « maintenant je vais détruire ces villes mais surtout ne vous retournez pas, partez... ne vous retournez pas parce que si vous vous retournez, vous allez être transformés en statues de sel... » J'ai changé l'histoire c'était Loth qui regarde devant et qui s'en sort mais la femme de Loth elle se retourne et elle est figée sur place, transformée en statue de sel... j'ai changé, j'ai dit que la femme de Loth... (rires)... le problème n'est pas là, simplement c'est une histoire extrêmement importante parce que, quand on se sent coupable, du moment où on se sent coupable, on n'a qu'un mouvement à faire qui faut réussir à en faire un réflexe. C'est se tourner et ne pas regarder en arrière... et de vivre, de transformer la culpabilité naissante en responsabilité. De ce qui est devant. Et renoncé à se faire un torticolis en regardant en arrière... et c'est une logique de détermination... le message que je donnais à cette femme c'est « si vous n'êtes pas déterminée à mettre votre enfant en priorité, vous allez vous faire des torticolis madame, voire pire que ça... » le message c'est ça. Mais ça je peux le dire très vite... je peux pas le dire de manière directe. Je suis obligé de le passer par les détours des petites histoires... pour faire léger un petit peu car c'est trop lourd tout ça est beaucoup trop lourd. »

Elle a compris sans explications ?

« « Est-ce que j'ai bien compris ? elle me demandait, vous voulez me dire ça alors, vous voulez me dire que je suis figée ? Vous voulez me dire que ? » J'ai dit : « je veux rien vous dire, c'est l'histoire qui vous raconte des choses... Partez avec ces histoires vous verrez bien » Et puis elle verra bien... Et puis tu vois l'autre histoire. Je ne sais pas si tu la connais ? C'est l'histoire de Sodome et Gomorre... et donc Sodome et Gomorre c'est deux villes où il n'y a plus rien qui tient, il n'y a plus de lois, il n'y a plus rien qui règle les choses, etc. Et puis Dieu veut détruire ces villes, parce que c'est le fameux Dieu de la colère de quand on ne fait plus les choses juste... et puis... il y a quand même quelqu'un qui est en contact avec lui dans cette ville. C'est Loth et sa femme... ils gardent un contact... et à un moment donné, Dieu est un homme poli... il dit à Loth et sa femme, il dit « écoutez je vais détruire ces deux villes... il faut que vous vous en alliez » Et puis Loth dit « non non c'est pas possible, vous ne pouvez pas faire ça... » et puis il commence à dealer quoi... Dieu leur dit « écoutez si vous trouvez 10 justes dans la ville, je renonce à détruire ces villes, allez-y, allez chercher... » et puis ils ne trouvent rien, quand ils reviennent Dieu dit « maintenant je vais détruire ces villes mais surtout ne vous retournez pas, partez... ne vous retournez pas parce que si vous vous retournez, vous allez être transformés en statues de sel... » J'ai changé l'histoire c'était Loth qui regarde devant et qui s'en sort mais la femme de Loth elle se retourne et elle est figée sur place, transformée en statue de sel... j'ai changé, j'ai dit que la femme de Loth... (rires)... le problème n'est pas là, simplement c'est une histoire extrêmement importante parce que, quand on se sent coupable, du moment où on se sent coupable, on n'a qu'un mouvement à faire qui faut réussir à en faire un réflexe. C'est se tourner et ne pas regarder en arrière... et de vivre, de transformer la culpabilité naissante en responsabilité. De ce qui est devant. Et renoncé à se faire un torticolis en regardant en arrière... et c'est une logique de détermination... le message que je donnais à cette femme c'est « si vous n'êtes pas déterminée à mettre votre enfant en priorité, vous allez vous faire des torticolis madame, voire pire que ça... » le message c'est ça. Mais ça je peux le dire très vite... je peux pas le dire de manière directe. Je suis obligé de le passer par les détours des petites histoires... pour faire léger un petit peu car c'est trop lourd tout ça est beaucoup trop lourd. »

La culpabilité tu l'as identifiée comment ?

« Je peux pas te dire comment ça m'est venu, ça s'est imposé à moi... je sais pas toujours comment les choses arrivent... l'intuition elle est... c'est ça aussi... l'intuition c'est des images intérieures qui se formulent, qui se mettent en place, parce qu'on capte des tas de choses... on est des « piqueurs » télépathiques... on pique tout, on pique, on pique, on pique et puis tout à coup on va faire miroir de ce qu'on a piqué... et moi les images que j'ai, c'est des images qui me viennent d'elles, c'est pas des images qui me viennent de moi... enfin j'essaye moi, de me purifier dans mes intentions, pour pouvoir sentir les choses et être dans une attention qui respecte d'une manière fondamentale ce qui est en face de moi... c'est pas à moi de manipuler... et puis après je pose des questions, je cherche... j'essaye d'être sur de mon coup et quand je commence à être sur de mon coup, et ben voilà, j'y vais quoi... »

« on se lie... à travers les métaphores, on se lie etc. et en même temps ça donne la possibilité d'en prendre et d'en laisser... comme ça j'impose pas... c'est une histoire... elle prend ce qu'elle veut de cette histoire... mais cette histoire est là et c'est une histoire qui est née entre nous... et puis après... c'est pas à moi d'aller asséner des trucs, des théories sur la culpabilité. C'est à elle d'aller voir ce qu'elle en fait... mais je sais qu'elle a pris. Parce que ce qu'elle en a dit m'a montré qu'elle a complètement saisi qqch en lien avec ça. Et qu'en fait elle était toute bien quand elle est partie. Parce qu'elle avait l'impression d'avoir fait un gros pécher... elle savait pas quoi... c'est un peu des fois... »

« (...) moi quand j'étais gamin j'allais me confesser... comme catholique... des fois je savais pas ce que j'avais fait de mal... j'avais fait du mal mais je savais pas quoi... et ben le fait d'y aller, ça suffisait... »

« Des fois je sens qu'il y a ça aussi. Des fois même depuis la première séance. Un espèce de libérer qqch, de libérer de l'énergie qui peut après être disponible pour dire « viens on va pouvoir monter qqch là » Cad des mécanismes de résilience peuvent se mettre d'emblée tout de suite en route, et c'est pas en termes d'argumentation logique, c'est pris parce que qu'on a mis dans le terrain, dans l'espace thérapeutique qu'on a construit ensemble, et qui nait déjà dans le téléphone qu'on m'a fait pour me dire « est-ce qu'on peut prendre rdv » des fois moi je l'entend dans la voix déjà des tas de choses... qui sont pas... c'est pas en termes de contenu, c'est en termes de ton de voix, c'est en termes de tremblements, c'est en termes de... des fois je trouve des choses, des images folles du genre « tiens c'est une petite deux chevaux qui me téléphone mais elle croit qu'elle a un moteur de Ferrari... » Mais c'est des fois rigolo... ça s'impose. Cad c'est des gens qui sont en surrégime tout le temps... »

« Je travaille avec relativement peu de séances, de plus en plus, parce que mon boulot le plus important c'est un boulot institutionnel en ce moment, donc je fais de la thérapie institutionnelle on va dire, je travaille sur des trauma institutionnel... ce qui fait que j'ai relativement peu de temps à disposition pour des individus et des petits groupes. Donc je travaille quand même... avec les individus c'est toujours du plaisir parce que j'ai l'impression que ça va vite... je rentre pas dans des longs processus... (...) très souvent c'est 10 fois... bon j'ai des gens à long processus. Il y a des gens que je vois encore parce qu'en fait le travail qui est fait c'est pas un travail sur des problèmes, c'est un travail plus philosophique, sur le sens de la vie, récupérer qqch qui n'a pas pu être monté, qui se monte quand on est enfant, quand on est jeune, quand on a la possibilité de se construire des espaces de transformations... qui permettent de se peser puis de capter ce qu'il y a de bien et puis de transformer pour pouvoir transformer... il y a des gens qui n'ont pas la possibilité de faire ça... qui n'ont pas eu... pour toutes sortes de raisons... et les personnes que j'ai à longue durée c'est ceux où il faut prendre beaucoup de soin à construire ça pour qu'ils puissent travailler ça tout seul... et entre les séances... c'est des gens que je vois sur des longues périodes mais je les vois tous les mois et demi... c'est très différent. Ça c'est un processus très différent. »

Je dis qu'une des différences qui m'apparaît c'est que parfois les chamanes ou hypnothérapeutes sont consulté pour un problème spécifique, alors que plus souvent, pas toujours, les jungiens accompagnent les personnes pour apprendre à dialoguer avec leur inconscient, accompagner seule les transformations...

« C'est ça, c'est là que je suis jungien, avec les long processus, c'est là que je suis jungien en vrai processus d'individuation... enfin toute cette question du processus d'individuation qui s'est mis en panne à un moment donné et où il faut décrocher un peu les choses... décrocher les wagons progressivement, remettre les morceaux ensemble, parce que c'est des personnes qui ont peut-être bien fonctionné socialement mais qui ont un désert intérieur tellement grand qu'il faut prendre beaucoup de soin, d'égard, de passer souvent par des petites choses du quotidien, pas nécessairement du grandiloquent... »

C'est comme si tu parlais de personnes particulièrement blessée...

Alors que parfois dans le discours des jungiens j'avais presque le sentiment que c'était une richesse supplémentaire... certains jungiens ne peuvent qu'accompagner pragmatiquement... ils sont contents quand ils peuvent explorer un monde intérieur riche.

« Winicott il avait une théorie, enfin c'est pas une théorie. Dans sa pratique il a remarqué que les gens qui venaient avec une terreur de s'effondrer, il dit que dans 99% des cas l'effondrement a déjà eu lieu mais que les émotions en lien avec cet effondrement n'ont jamais pu s'exprimer... le symptôme qui sort c'est la peur de l'effondrement... sachant ça... je peux aller vers lui en parlant de l'idée que l'effondrement a déjà eu lieu. Je le dis pas... mais je peux avoir une attitude non angoissée... en lien avec lui... parce que si je viens, je prends sur moi la même angoisse d'effondrement que lui, il va pas pouvoir parler de ça... il va surtout pas pouvoir exprimer les émotions en lien avec l'effondrement. C'est là que la théorie peut être intéressante... »

« J'essaye d'utiliser les moyens du bord... et aussi il y a des fois où je peux prévoir, et même venir équipé en séance, cad je vais même prendre un morceau de terre avec... c'est ce qui m'est arrivé avec le Monsieur dont je parle, (...) parce qu'en fait... je vais pas le remettre en situation de tout m'expliquer il sait ça très bien, il le fait très bien, tout le monde le croit tellement il est persuasif... je vais pas rentrer avec le langage... alors là je suis arrivé, la 2^e séance... je suis déjà arrivé avec un carton, une motte de terre etc... et disant... je savais pas si j'allais l'utiliser ou pas, mais je me suis équipé pour que je puisse le faire... puis j'ai dit « écoutez... la fois passé, j'ai vu que vous aviez beaucoup d'émotion quand on a parlé de votre naissance... et je vous propose aujourd'hui de ne pas parler, mais de rester avec ces éléments, etc. » Je lui ai proposé de faire une sphère, avec l'idée qu'après la sphère soit là et qu'il puisse faire autre chose à partir de la sphère... il n'a pas pu faire autre chose que la sphère... mais il était dans un état... incroyable... c'était le bébé... et il... c'était l'enfant qui se fait naître... il a eu une telle attention sur cette terre, il était tellement doux... il y eu... je lui ai donné quoi 20 min pour ça puis au bout de 20 min je lui ai dit... vous pouvez maintenant ouvrir les yeux si vous voulez... parce que vous avez été tout calme, tout bien... et puis voilà on peut en parler... on a pu parler, on n'a pas parler d'autre chose de ce qu'il avait fait et de ce qu'il avait éprouvé... »

Pour toi un des moyens de rentrer en ECM c'est la terre ?

« oui c'est la terre, c'est la terre-apie, l'art thérapie... ce qu'on appelle l'art thérapie c'est quoi ? c'est utiliser le média des mains avec des couleurs, des objets et des sons, etc... et de donner la place aux mains avant de donner la place à la tête... et puis c'est mobiliser le cerveau de mains... »

C'est aussi rendre palpable et partageable un vécu intérieur ?

« Oui »

« Mais lui il m'a dit le mot indicible au moins 20 fois. C'était indicible. Cette sensation c'était indicible... donc en fait c'était le bon chemin de mon point de vue pour le remettre en chemin. Et puis après la théorie de Winnicott elle m'aide beaucoup.... »

Cf Winnicott, angoisse → Ca c'est déjà produit, traumatisme, sinon la personne n'est pas angoissée

« Tout le temps, tout les temps aux aguets, donc la peur de l'effondrement, elle devient le leitmotiv de sa vie... donc la justesse c'est sur un tout autre chemin... c'est là... ça va pas s'effondrer... c'est là, c'est solide. Avec lui on fait de l'art thérapie, et puis après un peu d'hypnose... et puis un jour je n'avais pas pris la terre avec et puis je sentais que j'avais fait une connerie de ne pas la prendre... je vais lui proposer autre chose mais je ne vais pas rentrer dans l'argumentation. Avec lui il ne faut pas argumenter... c'est contre... sa persona est tellement puissante qu'elle étouffe complètement l'essence des choses. Donc je ne vais pas aller encore enrichir sa persona, elle est déjà assez forte. Plutôt pour pouvoir créer un dialogue pour que la persona soit au service de ce cœur intérieur, de cette boule d'ont il y pris tellement soin, pour le moment il faut s'occuper de faire rayonner la boule, et puis après la persona elle ira se mettre en lien avec ça. Mon idée c'est qu'il ait moins peur... »

Mais pour toi, toutes ces techniques, ça permet quoi

« De se relier... de se relier à soi, de se relier au Soi... de se relier au Soi et d'être progressivement dans l'accueil de la guidance du Soi... »

« Donc en fait quand j'essaye de revenir sur ce que je lui ai proposé... je lui ai proposé donc de se mettre... une fois qu'il a été bien dans son espace, dans son espace dans lequel il commence par l'hypnose toujours, on commence par le VAKOG, hein tu connais ça... une fois que ça a été fait, il était dans cet espace, il était bien, je lui ai demandé « voilà vous pouvez parler maintenant... vous pouvez me décrire ce que vous voyez, et moi je vais chercher à vous suivre » et là il décrit surtout des émotions, il ne décrit pas des objets, il ne décrit pas des animaux, il décrit des émotions et puis ces émotions après il dit « c'est bleu, c'est des couleurs » et puis après il a décrit des odeurs.... Après il a décrit un son... je lui dit « mais ce son il est près, il est loin ? » « Ouais je sais pas... je sais pas l'origine de ce son... » « Ca vous dit d'aller à la quête de l'origine de ce son ? » Et voilà qu'il part en voyage. Il est devenu un explorateur du son. J'arrête là. Fin on a fait tout un voyage sur le son... et puis après (...) moi j'ai juste continué à lui montrer que j'étais là. A dire « bon... donc le son... il est toujours là.. vous l'entendez toujours ? » « Oui oui mais il s'éloigne... » « qu'est-ce qu'il vous fait ce son ? » et il n'est pas arrivé à remonter à l'origine puis à un moment donné « ah je vais revenir, c'est pas aujourd'hui que je vais arriver à le rencontrer » Puis là ben c'était le fin de cet épisode et puis après quand il est sorti de la transe... j'étais en transe avec lui... quand on est sorti de la transe il m'a dit « ah, alors on a parlé de son ? » Il s'est fâché, fâché contre lui... parce que quand il était jeune, il était musicien il a plus touché son instrument de musique... depuis longtemps... je sais pas si on peut faire l'hypothèse que peut-être la musique était sa manière de se mettre en lien avec lui-même ? On peut faire cette hypothèse mais je ne veux pas aller trop vite parce que ça pouvait aussi être... que la musique pouvait être une identification héroïque au groupe de rock héroïque qui allait faire fortune ou s'imposer ou je ne sais pas quoi... qui était purement un rapport de pouvoir ou de séduction... c'est possible aussi... mais peut-être que le son est un chemin vers le Soi, pour lui, peut-être, on verra, je ne sais pas encore... ce que je sais maintenant, c'est qu'il a accepté de s'arrêter, de se mettre à l'abri. Il a demandé à son médecin de le mettre hors course pendant qq temps parce qu'il voulait s'occuper de lui... »

Qu'est-ce que permet une thérapie qui recourt au symbole par rapport à d'autres thérapies ?

« Ben cad c'est un détour... donc pour moi finalement, qui suis assez jungien sur le fond... cad quel est l'équilibre d'un être humain ? Quand est-ce que même moi je suis au meilleur équilibre possible ? C'est quand j'accueille ma double filiation.. quand ma filiation en lien avec l'essentiel peut être en accord avec ma filiation existentielle... quand mon ego est en harmonie avec le Soi... quand il y a un rapport là, quand il y a qqch qui se passe... là ça circule, il y a de la joie c'est l'indice, la joie c'est l'indice... quand je vois que qqn sort d'un séance et qu'il a retrouvé un peu de joie je me dis « ok on est sur le chemin juste » l'indice c'est la joie, et c'est pour tout... »

Est-ce que tu dirais que tout à coup il y a une connexion entre différents plans et il y a émergence d'un symbole ou que tu peux proposer un symbole pour favoriser cette rencontre, cette reconnexion ?

« C'est les deux... parfois tu sens très bien que les choses se cachent et que la joie c'est de voir que qqch s'est laissé trouver. Et puis des fois... c'est aussi pour ça que je me méfie beaucoup de l'hypnose telle qu'elle est pratiquée... moi j'ai pas une hypnose classique... (...) l'hypnose qui téléguide les gens je déteste ça... je trouve que c'est... il y a de l'abus avec ça... je trouve que dans l'hypnose qq part il y a des cadeaux, qu'on peut saisir...on peut pas... c'est pas à l'hypnothérapeute de les offrir... les cadeaux ils sont dans les ressources des personnes... et nous ce qu'on peut favoriser c'est que la quête soit bonne... et aussi que les personnes comprennent que finalement l'essentiel il est tout le temps là et il cherche à être trouvé. Donc qq part, on est dans une situation plutôt de rendre ces choses favorables... de contribuer à ce « symbolein » qui est « mettre ensemble » qui est le contraire de « diaboléin » qui est « séparé » donc on est dans cette logique là... la thérapie c'est ça c'est « symbolein »... »

Que ça se fasse tout seul ?

« Pas tout seul, mais en créant un cadre favorable pour que ça se passe... un thérapeute il peut contribuer à créer un cadre favorable pour que ça se passe. »

Pour Bonvin, le symbole c'est le résultat... mais ça me questionne parce que pour moi quand on raconte des histoires comme celles que tu m'as racontées on offre quand même qqch...

« On offre un champ dans lequel des choses se passent et puis les gens par résonnance se mettent avec ou pas... mais il faut qu'ils aident le choix de se mettre avec ou pas... c'est ce que je condamne moi dans certaines thérapies hypnotiques, c'est qu'il n'y a pas de choix du tout... »

Je ne connais pas trop des gens comme ça... tu en connais toi ?

« Ben je vois ça dans la formation... parce que spontanément il y a des gens qui se mettent à s'identifier au pouvoir, à celui qui suggère... »

« Si tu veux on peut prendre un autre chemin pour parler de ça... de cette tension qui peut... j'aime beaucoup la phrase de Durkheim, qui dit... et j'utilise ça pour expliquer ce que c'est le secret... tu vois j'ai le secret pour les brûlures... les gens me téléphonent quand ils sont brûlés... puis il me disent « mais c'est quoi le secret ? » Je réponds jamais à la question mais je raconte toujours une histoire... et je brode autour de l'histoire suivante... Durkheim il dit une phrase seulement... « Une tension s'exprime entre la détresse de l'un et la sollicitude de l'autre... une corde se tend, un troisième conduit l'archet, et le son libérateur résonne »... Il y a tout là-dedans. »

« Ca c'est si tu veux, sans relation, sans alliance thérapeutique, rien. On est... c'est pour ça que les arguments tout ça... ça coupe ça en plus... parce que qq part ça nous met dans la forêt sauvage de la toute puissance ou de la soumission qui est la même chose... dans les pulsions, dans les grandes pulsions... l'esclavagisme, le cannibalisme, on bouffe l'autre, etc. Ca nous fait descendre en fait dans la forêt sauvage, si on n'est pas dans une vraie alliance thérapeutique... tu vois les premiers moments du lien qui se construit, au téléphone quand on prend un rdv. C'est hyper important, je sens tout de suite ça... si c'qqn de totalement soumis ou si c'est qqn d'arrogant qui veut... « mon patron m'a dit que je devais faire une supervision, alors je viendrais faire cette supervision... » il va m'utiliser, c'est pas une relation... donc déjà, tu choisis à donner de l'importance à cette polarité. Et cette polarité là elle est civilisée dans les rapports quotidiens... l'hypnose conversationnelle ça peut être ça... et puis t'as une deuxième manière de faire par le modèle... tu appliques le modèle... tu appliques le modèle rogérien, tu appliques le modèle de jeu de sable ou de l'imagination active... et ça c'est toujours pour moi assez nombreux parce que quand on fait du modèle... on est dans des rapports de pouvoir... on échappe difficilement la logique de l'asymétrie de celui qui sait et de celui qui ne sait pas... de celui qui est en haut et de celui qui est en bas... toute cette logique je modèle pour moi elle est... elle est naturelle aussi... parce que quand tu vas voir Bonvin, tu vas pas te mettre tout de suite à son niveau, tu sais qu'il y a un cran de plus que nous... (...) et puis tu as le modèle de la référence ça c'est le troisième chemin, qui est celui que je préfère... si tu veux c'est le chemin de la référence... dans la référence si tu veux... c'est toujours pour aller, être entre un pôle et l'autre pôle... dans ce chemin là, l'autre l'offre t'offres des choses à prendre et à laisser mais n'impose rien... pas comme dans le modèle où tu peux imposer qqch... tu n'imposes rien, c'est pour ça que dans le modèle de la référence c'est très propice... c'est pour ça que j'utilise des détours... comme raconter des histoires... parce que ces détours permettent d'en prendre et d'en laisser et n'altèrent pas la capacité de qqn de le prendre au niveau où il est... et il le prendra, il prendra la petite histoire de Loth au niveau où il peut la prendre... s'il n'en n'est pas là il la prendra sûrement comme une morale et si il est déjà dans la subtilité de la chose, il va dire « tien pourquoi je me laisse piéger ? Pourquoi je veux absolument me faire du torticolis à regarder derrière ? Pourquoi je ne suis pas déterminé vers le devant ?... mais il prend ou il laisse ce qu'il permet à l'autre de personnaliser sa relation, d'être un acteur libre... c'est plutôt par ce chemin là que j'ai envie d'aller... et c'est peut être ça la différence qui utilise ces outils en exerçant une influence qui est presque manipulatrice ou bien en offrant un champ de relation où des détours sont possibles pour en prendre ou en laisser... »

« J'aime beaucoup l'anecdote de Durkheim. Karlfried Graf Durkheim il avait des disciples qui venaient toujours le voir... et puis certain, il avait l'impression qu'ils venaient juste se nourrir et puis repartir, se nourrir et puis repartir, etc. alors il leur a dit « Vous savez, dans la vie, si vous avez une automobile... et puis qu'il y a une pompe à essence, vous pouvez penser ou bien de tourner autour de la pompe à essence parce que vous limitez votre action, parce que vous pensez qu'il n'y a que cette pompe à essence là. Ou bien vous avez l'idée « tiens on peut trouver dans le monde d'autres pompes à essence » et que vous pouvez continuer votre chemin... (...) »

« C'est aussi ça, c'est un espèce de sentiment qu'il ne faut pas se montrer plus important qu'on est... qu'à un moment donné la personne... je me souviendrai toujours... je crois même que je te l'avais dit... mon analyste il avait été extra quand j'ai terminé mon analyse... vraiment extra... c'était la fin moi je le sentais mais lui il le sentait aussi... et puis un jour on en parle je dis « ouais ben on arrive un peu à la fin, hein » il me dit « ouais... ah ça va me faire drôle, parce que je m'étais bien habitué et j'aimais bien vous voir » qu'il me dit... « mais ça serait une grande erreur si on continuait » et c'était super sympa parce qu'il ne me chassait pas, c'est pas parce qu'il ne m'aimait pas... c'était parce que c'était... il fallait respecter les cycles... »

« Il faut laisser le 3^e jouer l'archet. Et le 3^e c'est quoi ? C'est le Soi, qui relie les 2. Parce que est-ce que entre ton Soi et mon Soi il y a tellement de différence ? Bien sûr, mais... c'est le Soi »

Je questionne autour de l'inconscient collectif, intérieur-extérieur, des esprits, des projections, de la notion de synchronicité, il me répond

« Parlons de la mort à ce moment là. Parce que la représentation de la mort qu'on a elle répond à cette question là. Moi j'ai une représentation de la mort... en lien avec des expériences intérieures... en lien aussi avec des références extérieures... en lien avec des... des références comme Leloup (?), (...) Marie de Handel (?), Marie Louise Von Franz, qui a fait son livre sur les rêves et la mort, le livre de la vie et de la mort de Rimpoche (?)... et j'ai aussi fait des expériences avec des morts réels... je peux en tous cas, maintenant... je ne peux rien affirmer comme absolu... parce que ce n'est qu'une représentation que j'ai... peut-être que ce n'est qu'une pure projection... qqn pourra dire mais tout ça c'est à l'intérieur... mais j'ai une représentation de la mort en lien avec la naissance... où l'être profond qu'on est... on est... au delà de la naissance et de la mort... on est... et ce être est relativement impersonnel... c'est pas l'ego, ça n'a rien à voir, c'est l'essence des choses... mais il y a quand même une entité, qui est une parcelle du tout, qui vient s'incarner et puis qui sort du champ à un moment donné. Et quand tu nais tu meurs à l'autre monde et quand tu meurs tu nais à l'autre monde... on dit même que les étapes que vit un enfant quand il naît c'est exactement les mêmes étapes qui sont là quand on meurt... juste inversée... par exemple l'enfant qui naît est dans une totale clairvoyance. Et peu à peu il a un fameux écran qui fait que peu à peu il n'est plus qu'un petit humain qui crie comme le bébé qu'on entend là... »

Les symboles, ou les esprits chez les chamanes, pour toi, c'est ?

« C'est le monde intermédiaire, pourquoi pas ? oui bien sûr. »

La synchronicité ?

« Qui fait qu'il se passe des choses... mais il y a aussi des intercessions de Saints chez les catholiques, ou des intercessions d'animaux auxiliaires chez les chamanes ou de... ça existe... pourquoi ça n'existerait pas ? »

Et les mises en garde par rapport à la psychose lorsqu'on pratique ce type de thérapie

« Oui mais ça alors... bien entendu que si je suis que dans le monde intermédiaire je suis dans la psychose ça c'est sur... mais si je vais dans le monde intermédiaire alors que j'ai les pieds sur terre, je ne vais pas être psychotique pour autant... je peux faire un voyage dans l'autre monde sans être psychotique... on peut avoir même des épisodes délirants quand on fait de la mystique... qui ne sont pas nécessairement de la folie... là il y a un livre qui est intéressant par rapport à ça. C'est Assagioli (?) qui a créé la psychosynthèse, c'est très jungien, c'était un gars qui connaissait très bien Jung. Il a un chapitre dans son livre qui montre comment l'expérience mystique est très proche de la folie et qui lui ne confond pas... »

« Moi j'ai vécu des expériences, disons avec le monde intermédiaire qui est incroyable... donc me dire que ça n'existe pas... je laisse ceux qui disent que ça n'existe pas le dire mais... mais moi tu peux pas... quand tu fais l'expérience de qqch... tu peux bien te dire, c'est de l'illusion tout ça... mais quand tu ressors de là, tu... tu peux dire « là j'ai déliré » mais c'est très différent d'avoir déliré comme quand on a de la fièvre ou bien de faire vraiment une expérience dans le monde intermédiaire qui a un caractère un peu objectif quand même... dans l'expérience du monde intermédiaire... c'est des personnages quand tu les rencontres, tu les rencontres vraiment... pour ça les chamanes je pense qu'ils ont vraiment une hypersensibilité à ça... fin il se sont entraîné à ça... »

Qu'est-ce que tu fais après un voyage, on analyse ou pas, on propose d'explorer qqch ?

« Ça dépend, pour moi ça dépend beaucoup. Pour moi là en l'occurrence... parce que quand on va vers l'analyse on va vers le rationnel, on va vers l'argumentation, on va vers des références extérieures... parfois c'est ce qu'il faut faire parce que la théorie elle aide à mettre les choses en lien les unes avec les autres, etc. ce qu'on fait nous là par exemple... on est entre le monde des images, des symboles et le monde de la réflexion sur ça. Pour moi c'est important qu'il y ait les deux phases, que le monde de la réflexion critique existe aussi... mais pas à n'importe quel moment... avec le gars dont j'ai parlé, je peux pas mettre ça tout de suite... ce que je vais faire... c'est dire « tiens... » la question que je lui ai posée au sortir de sa transe c'est « le son, ça vous fait penser à qqch ? » Puis c'est là qu'il s'est mis à être fâché. « Bien sûr que le son... » et puis après il m'a parlé qu'il voulait reprendre sa guitare, qu'il voulait s'y remettre... et moi j'étais content d'entendre ça... parce que je me suis dit, « c'est pas de l'argumentation s'il fait de la guitare, s'il fait vibrer du son... » mais j'ai pas été faire de la théorie là-dessus.

Je n'ai pas été lui dire... « ah ça serait super quand même que vous tiriez profit de ça, parce que vous savez le son... peut-être quand on a une discipline musicale c'est une manière de se relier au Soi ou je ne sais pas quoi... » Non... (...) c'est juste un soutien... pour le moment... après coup... dans 5-6 séances... peut-être la chose va se dire... mais c'est pas le moment... il faut le laisser avec son son quoi... puis on verra ce qu'il en fait... s'il vient me dire, dans quelque temps « ah écoutez je me suis remis à la guitare, Dieu ce que ça me fait du bien... » Ca me suffit, pas besoin de faire de la théorie là-dessus... Quand on fera le bilan à la fin puis qu'on dire « ah il y a eu un moment particulier où j'avais exploré le son et puis après ça m'a fait retoucher ma guitare, ça ça été génial pour moi parce que ça m'a rééquilibré. » Et ben tant mieux si c'est ça qui va me dire... »

Tâches ?

« Là je laisse faire... dans ce cas là... mais dans d'autres je peux dire aussi, comme Jung le disait... avoir fait un bout d'analyse d'un rêve et ne pas en tirer profit dans son expérience quotidienne c'est une indiscretion et sur le plan du rêve inacceptable (...) je peux avoir ça aussi comme conception... et peut-être que dans la méthodologie, je sais pas... j'ai peut-être même dans mon sac... que j'utilise même pour le groupes... c'est très jungien ma méthodologie avec les groupes... et ben il y a toujours la phase socialisation... cad « ok on a amplifié ça, on a associé ça, on a fait telles hypothèses... quelles hypothèses vous souligner. Si vous souligner telles hypothèses, qu'est-ce que vous allez en faire ? » C'est ce que j'appelle, cette hypothèse-là, c'est ce que j'appelle la socialisation. Comment on socialise qqch qu'on a appris »

A propos de l'analyse de la socialisation, je dis que c'est vraiment important pour moi et que ça me manque souvent

« Pour moi aussi mais je ne vais pas faire ça à l'importe quel moment. C'est vraiment une question de « trop de lumière »... le rationnel c'est du néon sur des choses qui méritent la lumière d'une bougie... moi je préfère pour le moment avec les personnes dont je viens de te parler, la lumière de la bougie... à un moment donné on va pouvoir dire « ah... dans cet espace autour de la bougie, il s'est passé des tas de choses... qu'est-ce qui s'est passé, qu'est-ce que tu retiens de ce qui s'est passé autour de la bougie ? »

« Moi je laisserais pas quitter qqn quitter l'espace sans (...) »

Est-ce que des fois tu donnes des actes à faire pour la fois d'après

« ah ouais, je fais beaucoup ça, bien sûr... je dis « ça vous plairait de... » pour pas qu'ils reçoivent ça comme un ordre « Ah vous aimez dessiner ? Ca vous plairait d'apporter la prochaine fois un dessin en lien avec ce dont on a discuté là » Mais ça je t'avais dit... avec une personne que j'ai à long terme on travaille toujours devant une production qu'elle a faite... un mandala qu'elle a fait en Inde, sous un arbre... et on est comme ça... on travaille pas tête à tête... on travaille devant le mandala, qu'elle a fait elle, en Inde, devant un arbre, moi je me sens très à l'aise et elle se sent très à l'aise de travailler comme ça... on se regarde relativement peu... mais bon alors elle... elle est dans des histoires où elle va bientôt mourir... c'est bientôt la fin... on est dans comment se présenter devant la porte finale... »

le sapin c'est l'arbre le plus sombre.. on y met de la lumière

La crèche c'est pareil, dans le fumier, dans la paille, naît qqch de précieux, c'est aussi qu'il faut se baisser, être humble...

Structuration de l'espace et du temps en fonction de l'ombre et de la lumière qui est un symbole très puissant

Troisième entretien : H2

Intention, objectif, je sais qu'il y a déjà un débat à ce niveau là

« Oui, c'est deux choses différentes pour moi et ça m'amène à comment j'accueille la personne et comme je la questionne sur quel est son projet, sur pourquoi elle est là. Je reprends les quelques mots qu'on a eu au téléphone, hein, souvent... souvent il y a déjà eu un pré-cadrage, de ce que je moi j'offre, en fonction de ce qu'elle veut... donc il y a déjà qqch qui s'est noué au moment de l'appel, parce qu'elle ne peut pas arriver chez moi si on ne s'est pas entendu au téléphone. Je ne prends pas des rdv par mail par exemple, je ne prends pas des inscriptions de façon standardisée du tout... pour moi ça fait déjà partie voilà... oui il y a plusieurs choses... je dirai, l'intention c'est beaucoup plus vaste que l'objectif... et l'intention c'est aussi ce avec quoi je travaille... c'est à dire moi je dois revenir et là c'est déjà... ça sera déjà le chapitre suivant de ce que tu m'as évoqué tout à l'heure... mais je dois

revenir à mon intention concrètement, cad pas seulement intellectuellement cad quand je me mets en autohypnose avec la personne. Et c'est pour ça que l'intention, elle est beaucoup plus vaste, pour moi, que, objectif... Quand je suis dans la période où on parle, avant d'entrer de façon conventionnelle, en hypnose dans une séance privée. Pour moi il y a déjà un énorme travail qui se fait à ce moment là... donc je vais re-cibler mon intention qui est très large... alors je vais mettre des mots là dessus. Pour toutes les femmes qui viennent en général chez moi, l'intention c'est « mettre au monde » même si c'est après, même si c'est en post-partum. Je pense à ça parce que dernièrement, il y a une femme qui est venue... suite à avoir fait un travail avec sa physiothérapeute pour rééducation du périnée... où elle pleurait beaucoup, elle exprimait beaucoup, beaucoup de souffrance en lien avec un moment particulier de son accouchement... et cette physiothérapeute lui a proposé de faire un travail avec moi... fin lui a dit que ça existait, on s'est rencontré... et donc elle était dans les suites de couches, donc post-partum... même avec un enfant qui avait déjà 6 mois à peu près... enfin, bien quelques mois... et... j'ai commencé avec cette mère... en lui clarifiant mon intention parce que ça me remet de l'accompagner dans la mise au monde même si elle avait déjà accouché, parce que ça me remet dans une position stable, bien assise, je suis la sage femme, je peux vous accompagner... pour ça... et je peux même l'amplifier, et je peux même lui donner beaucoup de valeur, beaucoup de poids, et puis ça clarifie... à ce moment là, dans l'introduction, en parlant de l'intention toujours, ça clarifie déjà tout le cadre thérapeutique dans lequel je peux travailler. Et à ce moment là donc je lui dis qu'on peut même accompagner la mise au monde, même si c'est 6 mois après, parce que voilà il y a... il y a les 9 mois avant... grosso modo... il y a toute la vie après (rires) mais disons dans qqch d'une dynamique, d'un processus, voilà... donc pour moi l'intention elle me permet déjà... de mettre le fond, que sera la séance d'hypnose, et de mettre le cadre qui est la limite de mon intervention... et les deux vont ensemble... mais ça c'est la plus grande je dirais... mais elle a beaucoup de poids... à ce moment là ça résonne déjà, la femme elle se recentre déjà si moi en face je lui dit « là je peux vous accompagner, mais vraiment, mais si ça dépasse ça je vous enverrai chez qqch d'autre, ou.. je vous proposerai... ou en en parlera... mais voilà, il y a une limite à mon intervention... voilà... et en même temps, il y a un centre... »

« (...) et puis après il y a différents objectifs, que je vais relier à l'intention... et pis il y en a même d'autres qui vont apparaître pendant la transe. Et ce que la femme me dit par exemple si elle vient en disant « moi j'ai peur de la douleur... » et pis si on approfondit ben c'est très large... ou bien « j'ai pas peur de la douleur... » ou bien « la dernière fois j'ai vécu telle expérience, une déchirure par exemple... » une femme qui disait « une déchirure d'une douleur intolérable, le périnée antérieur, etc... avec des lésions de tissus... » Il y a des objectifs très, très clairs et puis après je recadre de nouveau, aussi au niveau de l'objectif. En disant, « il y a ça et en fonction de ce que vous me dites dans l'anamnèse, je pense qu'il y a aussi ça et pis il y a aussi ça. » Et puis on voit ensemble toutes les deux des choses un peu plus précises... qui s'appuient sur l'intention de... parce que de toutes façons cet enfant va être mis au monde... ça m'aide beaucoup... parce que c'est déjà très hypnotique le fait qu'on n'a pas le choix... si on va voir un... je vois bien mes collègues qui font de l'hypnose dans l'éducatif, je sais pas pour les examens, tout ça... bon ben si on rate cet examen on peut le repasser 6 mois après, et pis finalement si l'anthropo ou la psycho, ou l'ingénierie c'est pas mon truc et ben je peux faire autre chose... fin voilà... il y a des échappatoires, alors que là, il n'y en a pas.. il y en a pas et ça c'est hautement hypnotique... au sens large, ça veut dire, ça permet à la personne de se centrer, et quand elle est en face de qqn qui lui dit « mais oui vous allez mettre votre enfant au monde » ou bien « oui, il a été mis au monde ce bébé là, oui il est au monde, vous être là mère, il est là » c'est tout ça qui est derrière, qui est tacitement là et qui prend forme et poids et valeur... voilà, donc il y a toujours un lien entre cette intention large, qui elle-même, pour moi... est assez confortable, parce que ça me permet de me remettre tout de suite dans « ici, maintenant qui relie à avant et après... » qui est déjà un état... qui est déjà de l'état hypnotique qui est... cet autre rapport au temps... et à l'espace parce que c'est lié. Mais pour ce qui est des objectifs, je ne me gêne pas non plus de partir sur un objectif, peut-être très précis parce que je vois que la femme y tient beaucoup, même si moi en arrière plan j'en ai d'autre déjà. Ne sachant pas par quel chemin elle va passer... Je vais prendre l'exemple de cette femme dont j'ai parlé tout à l'heure qui me vient à l'esprit... qui vient après l'accouchement, qui vient en post-partum, qui vient en disant « j'ai un traumatisme de l'accouchement » mais qui me raconte finalement dans l'anamnèse, tout en pleurant, plusieurs éléments traumatiques de sa vie, en lien plus ou moins avec la mort... la mort de qqn dans sa famille, la difficulté d'avoir cet enfant et les traitements médicaux qui étaient liés à ça, où elle s'est sentie... maltraitée... donc toute une série de situation, qu'elle revit en me racontant, comme négatifs, lourds, ou elle a été ou mal traitée, ou victime... fin elle se met dans une position plutôt de victime... et finalement elle arrive à l'accouchement... en même temps avec un vécu très positif de la grossesse, un vécu très positif dans le couple, un désir très fort de l'enfant... arrive cet accouchement, où elle peut construire qqch avec une sage-femme, elle peut accoucher comme elle veut en maison de naissance... mais elle décrit, elle focalise, le moment de l'accouchement, et en particulier, du cri qu'elle pousse, comme étant le traumatisme, le cri est le traumatisme... pour faire court... donc moi je l'accueille avec ça, je recentre sur l'intention de la mise au monde... et quand on peut faire la transe... ben il y a eu d'abord une pré-transe, mais après quand on a fait la transe plus longue... c'est là où je veux en venir, par rapport à l'objectif... moi quand elle me raconte tout ça, intérieurement, la première chose qui me vient, c'est combien c'est difficile pour cette femme de devenir adulte, de grandir... je la vois se positionner beaucoup comme une petite fille... alors on pourrait dire « c'est une interprétation, c'est un jugement... » ça c'est au moment du récit, on n'est encore pas dans l'hypnose... mais pour moi c'est redondant, c'est de plus en plus clair et c'est ce qui se dégage... bien sûr qu'il y a d'autres choses et bien sûr que je ne sais pas si elle veut faire un pas en avant, deux pas en arrière... j'ai aucune idée... toujours est-il qu'elle vient voir une sage femme et qu'elle me parle de ce cri... et en même temps qu'elle me raconte toute son histoire... et j'ai aussi des doutes sur le fait que... et je me doute plutôt que probablement ça suffira pas une seule séance avec moi, mais je ne sais pas... et quand elle fait cette transe et que je l'amène à... tout en reprenant dans les séquences... ben ça sera après, en parlant de l'induction... mais disons, toutes les séquences d'induction qui étaient déjà là avec le « yes set » où je lui dit « et vous avez fait tout ça » « oui », « et vous avez travaillé avec la physio » « oui » « et finalement vous êtes là vers moi » « oui » « et c'est bien ça que vous voulez » « oui » « et on va aller en transe » « oui » « et on va trouver le moyen... » voilà j'exagère un peu mais c'est ça qu'est le « yes set » et je la vois de plus en plus et je l'accompagne de plus en plus... à ce moment là, on s'approche de ce moment de l'accouchement, je lui demande de se replonger dans l'histoire, etc. les détails... et je lui dit « et quand... ça va venir, et quand le moment est là... » je sais plus exactement mes mots, je dis « vous approchez de ce moment où vous mettez au monde » je mets en lien la mise au monde et le cri, pour voir comment elle peut organiser les deux, étant moi la gardienne du fait, qu'elle a mis au monde, qu'elle met encore au monde, qu'elle est la mère, et qu'il y a d'autres femmes avant elle qui ont mis au monde et qu'elle... est-ce qu'elle peut se tenir et soutenir ce cri ? Ce cri... et je lui donne plein de possible, j'ouvre l'éventail « ce cri en même temps de délivrance et en même temps de souffrance, en même temps de colère et en même temps de bonheur... » voilà je fais mon job d'hypnose (les contraires)... et la transe se passe... donc j'utilise l'objectif de cette femme ou un mot clé qui était le cri que j'identifie moi quand même le moment central du récit et moi étant la sage-femme forcément je vais travailler sur ça... qu'elle décrit comme qqch qu'elle refuse, qui l'obsède, qu'elle rejette... qu'elle voudrait gommer, qu'elle voudrait éliminer avec l'hypnose... avec une pensée magique de matérialiste... qu'à quand même la société, je pense de l'hypnose, qui serait « on peut aller bidouiller un truc dans le passé et pis ça va faire que comme tout est en place, comme dans un ordinateur, mon programme va fonctionner et je serai de nouveau « normale... heureuse et je n'aurais plus de problème, en l'occurrence, avec mon nouveau né, avec mon conjoint, avec moi-même... » Même si je caricature c'est quand même souvent cette pensée là. C'est dans ce sens là

que cette femme en tous cas entendait le traumatisme. Elle l'entendait aussi en lien avec une chaîne de plaintes... et c'est la que je rejoins Roustang, parce que je m'appuie beaucoup sur « La fin de la plainte », « Il suffit d'un geste », quand je travaille, là, je m'appuie vraiment sur ça... sur cette certitude... je ne fais rien d'autre que d'être dans cette certitude... donc je reviens à mon intention... que la mise au monde est là. Voilà.

« Et pis cette femme elle a pu faire son travail, on en reparlera peut-être après mais ce qui m'a le plus étonnée c'est que pendant sa transe elle a pleuré beaucoup... donc ça, ça m'étonnait pas du tout voilà ça arrive des fois, des fois ça n'arrive pas... mais elle a dit, quand elle était là dans ce cri. Elle a dit « ça me fait tellement mal de devoir grandir et de pas être une petite fille » Vraiment elle l'a dit, donc elle a pu travailler avec ça. Elle a pu travailler avec ça... elle est partie avec ça. Bien sûr après il y a d'autres étapes dans la transe, il y a eu d'autres étapes dans le retour... où moi je n'ai jamais prononcé ce mot là. Bien sûr je l'ai pensé, on était connectées, on pourrait toujours dire, est-ce qu'elle donne en miroir, en résonnance, ce que moi j'ai pensé ? On ne le saura jamais dans la relation comment ça fonctionne. Mais enfin c'est comme ça qu'elle l'a exprimé à ce moment là. Entre autre, après on pourra peut-être détailler. Mais... tout ça pour dire, « Voilà, il y a un objectif... fin il y a des intentions, il y a un objectif, les deux sont reliés, les deux collaborent, et puis parfois, il y a un objectif, sous l'objectif... Là je suis restée dans l'objectif parce qu'il était très... il était central, c'était la demande, ça rentrait complètement dans le cadre de ce que je pouvais lui offrir, enfin de mon rôle on va dire, comme accompagnement... »

« (...) mais parfois, dans préparation à la naissance, il y a d'autres objectifs comme « je ne sais pas respirer, vraiment j'aimerais apprendre à respirer... et puis au bout du compte... au bout du compte, non... après un moment d'interaction, que ce soit verbal ou para-verbal et non verbal en hypnose... en hypnose en général parce qu'il y a aussi du verbal en hypnose même s'il y en a moins... où là je vois qu'il y a d'autres objectifs, il y a des peurs beaucoup plus profonde, il y a à un moment donné une impossibilité d'imaginer le bébé... d'autres choses qui seront peut-être visible, donc la femme ne va pas le demander, mais moi je vais pouvoir travailler avec ça... tout en reliant avec son objectif... donc il y a comme des petits chapelets d'objectifs... alors je vais prendre la première perle du collier ou du chapelet... et puis je vais essayer d'activer les autres que je vois dessous mais qu'elle amène, que la transe amène... donc ça c'est plutôt dans le développement de la transe que peuvent apparaître d'autres objectifs et... parfois ils ne m'étonnent pas ces objectifs, parce que je les sentais déjà, ou il y en avait déjà dans la partie anamnèse qui étaient apparus. Parfois c'est des grands classiques... je veux dire, quand je dis des classiques... plutôt archétypique au sens jungien hein... quelle femme n'a pas peur de mettre au monde, quelle femme n'a pas peur de souffrir... donc je sais qu'il y a toujours ça... mais par contre, comment le collier est organisé pour chacune... ben parfois ça me surprend... parfois il y a une couleur de perle, pour reprendre cette image, qui... ou qui se présente plus tôt que prévu... où ça prend un contour là, inattendu, si je suis la forme du collier... et heureusement parce que moi, plus c'est inattendu plus ça me montre, d'une part que je la suis, d'autre part.. que elle est dedans aussi puisque ça peut venir... donc... qu'elle est en mouvement dans sa transe et dans son processus de mettre au monde, pour reprendre l'intention générale... »

« Donc voilà, même si j'ai débordé dans ce premier chapitre, mais il y a pour moi, principalement... maintenant au moment où j'allais clore il y a une dernière chose qui vient... c'est je pense... ça m'intéresse... on en parle parfois avec mes collègues, ça m'intéresserait d'approfondir, c'est dans quelle mesure... fin jusqu'où je peux aller... travailler un objectif qui n'est pas du tout visible pour la femme... mais des fois l'objectif le plus caché contre lequel elle a le plus de résistance, devient le plus visible parce qu'il y a beaucoup de résistance... si elle me dit « non, non, non... moi j'ai pas du tout peur... pis qu'elle insiste, ça va devenir un objectif... donc voilà, je travaille aussi avec les choses... évidemment je travaille avec la résistance... parce qu'il y a beaucoup d'énergie dans la résistance... c'est très utile, ça met l'objectif refoulé... ça le met au premier plan j'ai envie de dire... refoulé pas au sens freudien, je dirais au sens général... oui ça pose toujours la question... jusqu'où on est comme thérapeute... on travaille... on est à fond dans un truc d'influence (...) quand moi je suis dans l'autre pôle... quand je suis la personne qui reçoit un accompagnement par un thérapeute... que ce soit en hypnose... ou dans mon cas en analyse jungienne... je le sens quand l'autre me travaille ailleurs... quand l'autre me touche dans la transe... sans me toucher mais par les suggestions, par son accompagnement, quand je me sens vue ailleurs de mon objectif, je le sens... donc je sais pour l'avoir expérimenté... des deux côtés, combien c'est sensible de... pas de devancer l'autre, mais quand même d'avoir toujours un tout petit pas d'avance... de laisser le collier des objectifs apparaître dans le tempo qui est le bon tempo, et en même temps, je ne peux pas faire comme si je n'avais pas vu... où comme thérapeute... c'est pas très clair comme j'en parle... (si, si) où il y a cette espèce de limite... et qui est là quoi... et qui fait que en même temps je peux pas aller plus vite dans cette danse... maintenant je change de métaphore... dans ce duo... mais je dois, parce que j'ai quand même cette responsabilité... faire des propositions claires, donc des suggestions claires... pour au moins sonder la possibilité d'un mouvement à cet endroit-là... sans forcer ni prendre le pouvoir... c'est toujours ça la... sans forcer ni prendre le pouvoir... et c'est ça que c'est intéressant... et c'est là que... bien sûr je fais des faux pas... soit dans un sens, soit dans l'autre... soit je reste un petit peu trop en retrait... soit peut-être je bouscule trop... et à ce moment-là ce serait le risque de renforcer la résistance... »

Je relève que c'est intéressant le fait qu'elle s'adapte au gré de la séance, plutôt que de dire « on s'est fixé un objectif si qqch apparaît, on l'abordera lors d'une autre séance (maintenant que j'y réfléchis, on parle pas du même moment entre Irhys et Denis, du moment où on fait de l'hypnose ou pas...) »

Je souligne qu'elle reste très fluide comme ça

« Ah moi je laisse qqch de plus fluide parce que... peut-être c'est mon style hein d'une part... mais d'autre part parce que je suis très très attentive au continuum... qui fait partie de la mise au monde... si je reste dans mon intention de la mise au monde... moi je sais que cette femme elle aura évolué parce qu'elle est dans un processus dynamique, du fait qu'elle est dans le cycle de la maternité... là je reviens au prénatal, mais j'inclus aussi le post-natal... parce qu'elle vit ce moment particulier de sa vie, où elle n'a pas le choix que de se transformer chaque jour, et qu'elle met au monde cet enfant, et que cet enfant grandit de façon incroyable... surtout les premières heures, les premiers jours, qu'il y a une histoire de vie et de mort entre eux... autant pour l'un que pour l'autre, donc c'est un passage qui fait que la fluidité, au-delà de mon style ou pas, pour moi, il fait partie de l'intention... elle est de facto dans mon intention si je reviens à mettre au monde... donc je ne suis pas dans « régler un problème » alors là je me positionne clairement « je ne suis pas dans régler un problème ». »

→ rite de passage, initiation

« C'est pas mon propos (régler un problème) mais quand je vois les autres faire, quand je vais dans les congrès etc. Je vois que c'est là où je réagis... donc émotionnellement il y a un bout où je pense que j'ai besoin d'affirmer ça... parce que c'est peu reconnu effectivement... je pense que c'est peu reconnu dans le monde du soin, dans le monde de la médecine, dans notre médecine occidentale au sens large et dans la pensée occidentale au sens large... ce qui est peu reconnu c'est l'aspect dynamique de la vie... »

de la remise en mouvement qui serait le soin, qui serait la guérison... on est beaucoup plus dans une résolution de problème... et je pense que d'une façon générale, périnatalité ou pas, sage-femme ou pas, obstétrique ou pas, c'était là où je mettais une limite en disant « c'est mon business » mais non... non c'est pas vrai, ma pensée elle va au-delà, parce qu'il y a une émotion quand je te parle... j'ai besoin de revendiquer quand je parle... de dire « mais là, je pense, j'affirme aujourd'hui, je pense qu'on est dans un déséquilibre en occident... qu'on va trop loin dans le crédit qu'on donne à ce que pourrait arranger une pseudo résolution de problème en fonction d'une norme... on est dans une vision trop matérialiste, trop mécanique de l'humain. Je le pense vraiment... et dans la psychologie... largement... dans une certaine psychologie... largement... ce qui est d'autant plus désespérant... je pense que c'est désespérant parce que pour moi il y a une perte là... une perte d'âme... il y a un déséquilibre dans cette vision, on a perdu de vue le fait que la vie est plus grande que nous... on croit vraiment qu'on peut ouvrir l'humain, l'arranger, ouvrir le cerveau... l'arranger, faire faire 10 min de méditation x,y,z et les ondes se remettent en place... mettre un petit « pchit » d'électricité pour que tout rentre dans l'ordre... fin on est vraiment dans cet aveuglement, dans le paradigme de base... dans un déséquilibre pour le moins parce que c'est intéressant de savoir faire certaines choses... »

Donc tu n'es pas dans la résolution de problème... tu es dans...

« Je suis dans l'accompagnement pour que la vie se remette en mouvement comme elle doit pour cette personne-là, à ce moment-là... et comme elle doit, je peux pas savoir... ça me dépasse... je m'appuie pas sur une norme... bien sûr j'ai des normes comme sage-femme, parce que j'ai appris ce que c'est un accouchement physiologique, qu'est-ce que c'est la pathologie et puis je sais... je sais ça... mais je sais aussi... que la physiologie ça ne sera jamais exactement la même chose pour deux personnes, je connais bien la limite aussi de ce modèle... parce que je l'ai... je l'ai vue à l'œuvre cette limite mille fois... de personne où on avait prédit... parce que la norme est beaucoup plus dans le prédictif... on est dans le prédictif... et c'est intéressant on va faire une médecine prédictive... qui a aussi son intérêt... mais ça peut être complètement enfermant... »

« De nouveau quand je dis « résolution de problème » je fais référence à certains contextes... si on change de contexte... qu'on est dans un contexte plus large... ce que j'appelle plus large mais qui pourrait être... je fais référence à Roustang par exemple... pour rester dans l'hypnose... mais je pourrais faire référence à d'autres philosophie... plus que des philosophies... d'autres relation au vivant, au réel... probablement qui si on se met dans un paradigme... paradigme c'est plus large que philosophie pour moi... dans une autre relation au monde vécu... donc pensé aussi... et vécu... donc des fois... on va pas dire « résolution de problème » on va utiliser un autre vocabulaire... mais je pense bien qu'il peut y avoir... qu'on peut utiliser ce vocabulaire très occidental... et puis l'élargir... et se positionner dans qqch de plus vaste aussi... ouais ouais je suis d'accord... mais moi en tous cas ne me convient pas... parce qu'il signe qqch d'une croyance que parce qu'on a résolu un problème... c'est pour ça que je préfère les images... si on dit on... la vitalité, la santé, c'est l'énergie qui circule, dans le corps et au-delà... et dans le corps de cette personne et dans la pensée, le cœur de cette personne, voilà... et pis moi je suis là comme thérapeute pour juste soulever des endroits où il y a des petites écluses qui font que ça circule pas ou des barrages, c'est encore différent que de dire « résolution de problème... »... parce que c'est une vision trop de cause à effet « résolution de problème »... ça sous-entend qu'on aura forcément le résultat attendu... mais moi si je soulève une écluse ou j'accompagne une mise en mouvement je peux le faire... et en hypnose, par définition je suis dans cet espace... et je peux le faire... que parce que je ne sais pas comment ça va se faire, ni même où... mais il me faut bien un point de départ, il faut bien un début une fin... parce que je suis aussi dans une pensée rationnelle... la séance elle va durer une heure, elle va coûter tant, la femme elle va accoucher... voilà... je suis dans cet espace linéaire mais quand je fais une plongée en hypnose pour... d'ailleurs c'est bien la preuve que j'ai une pensée occidentale si on parle d'objectifs... l'objectif par définition, il a défini qqch hein... c'est le mot objet, c'est cette racine là... mais pour pouvoir euh... atteindre un objectif, je dois pouvoir m'appuyer sur plus vaste, qui est mon intention... et qui n'est pas que la mienne, qui est le propos de cette femme et de moi... et le pourquoi elle est là... mais pour pouvoir m'appuyer sur cette intention et pour que quelque chose se passe... je dois me mettre dans cet endroit où je ne sais pas exactement où le problème va se résoudre... même si j'ai objectivé un problème... quand je parlais des perles, hein... je dois m'approcher d'une perle, ça a une forme, c'est délimité, c'est comme un objet, c'est formulé comme un objectif... mais je dois être prête à ce que ça se passe ailleurs... et à un autre moment, et autrement... parce que c'est les règles du jeu de cet état modifié de conscience... pour reprendre ces mots... disons de la transe... ouais... »

« (...) pis aussi je pensais à ça par rapport à préparation à la naissance standardisée... à quel point je suis... je me positionne après... c'est ma vie hein... je crois que je réalise pas comment au fil des ans, à quel point je me suis mise dans une position où quand même, c'est pas de la personnalisation, c'est de l'hyperpersonnalisation... »

« Alors je sais pas si c'est le moment mais... quand tu me dis ça, ça m'amène pour le répondre à un endroit sur lequel je n'ai encore pas du tout insisté... on pourrait dire qu'il y a un objectif pour moi... qui est l'objectif de base... qui est l'outil autohypnose... qui est la capacité de se mettre dans cet état... on n'a pas parlé encore de ça... mais il est toujours là... je l'annonce aux femmes... je leur dis « Voilà il y aura des choses plus personnelles que vous allez travailler, il y aura votre façon de faire, il y a ce que vous me dites aujourd'hui... » je parle d'une perle « mais il y a surtout, si vous voulez utiliser l'hypnose pour mettre au monde... comment vous arriverez à vous mettre en hypnose... » ce qui fait que quand je l'accompagne la première fois... souvent... enfin chaque fois, il y a deux objectifs, mais d'autant plus au début... c'est de repérer comment elle se met en hypnose, qu'est-ce que c'est cet état... comment elle sera capable de le reproduire à la maison ou pas... comment elle va rentrer dans une pratique... Donc parfois cet objectif là il prend le dessus... mais alors il se marie très bien avec l'autre... parce que si la perle c'est « je n'arrive pas à respirer, j'ai peur, ou j'ai le souffle court... » finalement je dirai les perles les plus habituelles et les plus emblématiques... tout à fait emblématique et légitime d'une préparation à la naissance, elles sont... elles entrent vraiment en... mutualité, en potentialité de se mettre en autohypnose parce qu'elles vont expérimenter, de facto, dès la première séance, avec l'induction, cad quand je commence l'entrée en transe... une femme qui me dit « je sais pas respirer. » Je vais tout de suite mettre au travail avec elle et elle va se mettre au travail avec moi... le fait que « (...) il n'y a rien à faire il faut juste observer la respiration... une respiration qu'on ne sait pas faire et une respiration qu'on sait faire... et les zones qui respirent et les zones qui ne respirent pas... comment... voilà... » et là il y a toujours le... et ça peut durer très longtemps... parce qu'au début... et d'autant plus maintenant, je veux dire ces derniers mois... comme j'ai eu beaucoup plus de demande et que j'ai travaillé plus... j'ai expérimenté... ce chemin particulier de la première séance... de m'en tenir à qqch de très simple... si c'est simple d'avoir peur de mourir... je veux dire c'est toujours complexe... mais de m'en tenir à qqch de simple... qui pourrait revenir à ce que tu viens de dire dans « s'en tenir à un objectif »... alors moi je dirai « je m'en tiens à... peut-être l'objectif prioritaire, qui est d'expérimenter l'hypnose, de le vivre et de le vivre complètement... »

« Là je vais donner un autre exemple... qui correspond vraiment à ça... une femme est venue, une demande de préparation à la naissance... avec des peurs sous-jacente qu'elle me nomme dans l'anamnèse mais où à la fin on a recentré toutes les deux sur...

l'objectif d'expérimenter l'hypnose... et je lui dis « ben pour expérimenter l'hypnose... j'amène l'histoire de la pratique... vous allez le faire aujourd'hui, vous allez le refaire à la maison... je pense que je donne beaucoup plus d'accent sur ça... on va faire cette première expérience » « oui » « quelle est la position que vous voulez ? » Déjà je laisse choisir une ou deux postures... déjà elle choisit le ballon, donc la verticalité... ça me donne un indice sur ce qui lui convient... sur peut-être comment on va commencer l'induction... et là je lui demande d'imaginer un endroit où elle se sent bien... c'est vraiment le truc de l'espace de sécurité, la « safe place » et « qu'est-ce qui apparaît ? » en lui faisant différentes propositions... très large... « un espace réel... pas réel, un mélange des deux... intérieur-extérieur, etc. » et elle me dit « il y a un lac » « ok, vous y êtes » donc je fais toutes mes techniques d'induction... en utilisant ce qui apparaissait déjà pour elle et en même temps en approfondissant sa transe... et en même temps en lui faisant remarquer qu'elle était capable de le faire, qu'elle faisait cette expérience avec moi... et elle y allait de plus en plus... et j'y allais avec elle... comme toujours, il y a l'autohypnose du praticien... et là... elle était sur ce lac... elle était sur ce lac... elle me le décrit, etc. pis je lui dis « pis quand vous trouvez peut-être l'endroit où vous voulez vous installer... » pour moi qui est déjà la métaphore de comment on peut aller encore plus profondément... et je commence à saupoudrer avec les mots « et comment vous pouvez vous installer encore plus confortablement, encore plus profondément... » donc je reprends ce que j'ai mis dans l'induction, quand je lui laisse choisir une posture... qui sous-entend que quand elle va accoucher, elle va elle choisir sa posture le plus confortable possible avec des contractions qui vont être inconfortables... fin voilà... donc il y a tout ça... et à ce moment-là, cette femme-là, elle me dit « ah mais en fait, je suis sur un rocher... »... verticalité... donc le lac qui est l'horizontalité, le rocher... enfin elle a déjà... elle est déjà dans une polarité... ce qui me montre pour moi qu'elle est en transe... en plus j'ai tous les signes habituels je dirais corporel... mais j'ai dans le retour... donc on va dans ce rocher... et là pour moi on entre dans une phase de transe plus profonde... ou en tous cas je suggère... moi-même je me mets un peu plus en autohypnose parce qu'elle a trouvé son endroit de sécurité... pour maintenant, c'est là qu'elle est, c'est ça qu'elle a choisi, durant cette séance... donc il y a une espèce de profondeur qui peut s'installer... profondeur de la transe... et là je... je la fais durer... et descende le plus dans la densité, dans la masse, dans le poids... et elle y va... et j'ai des indices autant physique que du lien que j'ai, parce que je suis en autohypnose avec elle... il y a forcément une partie qui est une projection de ma propre transe sur un rocher... mais il y a une résonnance qui est aussi objectivable... parce que j'arrive quand même à distinguer un peu les moments où je suis emporté un peu plus du côté de ma transe, et les moments où je suis plus vers l'autre... enfin ce mouvement dans l'accompagnement de la plongée hypnotique je dirais... comment la relation se tisse pendant l'hypnose, pendant la relation de l'hypnose... alors là, cette femme, après un long moment de suggestions avec objectif d'amplifier l'état d'autohypnose... je la re-questionne... je lui dis « voilà, vous laissez vos lèvres, votre bouche, tout en y restant, comment c'est pour vous, où vous êtes... peut-être vous avez déjà changé... peut-être vous êtes dans ce rocher... » J'avais jusqu'à suggérer qu'elle devenait le rocher peut-être... voilà jusque-là... et elle me dit « c'est incroyable, je flotte, je flotte... » donc elle me dit « je suis... sans poids dans l'air, au-dessus du lac, au-dessus du rocher... et en même temps dans le rocher » elle me donne juste quelques mots clés pour me montrer qu'elle vit cet état d'hypnose où il y a cette polarité... ou plus on va dans le dense, et le lourd, et le profond... plus on peut être dans le léger... ce que j'avais peut-être suggéré, parce qu'en principe je saupoudre une idée de polarité... et... je vérifie à ce moment-là... « vous continuez... » « oui » « qu'elle veut retourner et à flotter et d'être lié au rocher... » « oui »... enfin voilà... le travail habituel... et puis on replonge dans qqch de plus profond... où elle peut et flotter donc être ailleurs... et là je l'autorise à même aller plus loin... étant donné qu'elle est tellement enracinée dans son rocher, je peux même l'autoriser à aller très très loin... ce qu'elle fait... je sais pas jusqu'où... je suggère même qu'elle peut aller au-delà de ce qu'elle a l'habitude d'aller, etc. etc. pis après elle revient ».

« Donc l'objectif de l'hypnose, de l'expérience et de la pratique de l'expérience de la pratique en cabinet... ouverte... apprentissage... au retour de cette transe il y aura des suggestions post-hypnotiques, qui ne sont pas des actes magiques pour moi, qui sont des suggestions post-hypnotique parce que je ne pratique pas l'acte magique en tant que tel... mais des suggestions... les plus... en même temps étonnantes... pour un peu faire qqch d'étrange... et en même temps réaliste pour qu'elle puisse être utile à la personne, cad qu'elle puisse se mettre dans cette pratique, vu que c'est son désir... fin son objectif. »

Donc là tu as déjà décrit une induction, un accompagnement... est-ce que c'est une manière générale ou est-ce que c'est spécifique ? « Non alors du coup... il y a beaucoup beaucoup de façons de faire... si je raconte ça c'est qqch que j'aimerais souligner... c'est que pour moi la transe, vu que mon intention c'est la mise au monde, quelle que soit la transe que je fasse, et l'accompagnement que je viens de te décrire avant et maintenant de manière plus détaillée, est la métaphore de l'accouchement lui-même... cad si moi je suis dans cette posture... que je viens de détailler, à savoir, que je ne peux pas savoir comment ça va se passer... c'est parce que j'ai l'intime conviction que c'est comme ça qu'on accouche... et que la femme elle est mise face à ça... et que en allant avec elle en hypnose, en me mettant de la façon la plus honnête dans cette position là... c'est ça que j'appellerai l'intention... je lui fais... non pas la démonstration mais une forte invitation que c'est possible... que ça va se passer et que ça se passe déjà du fait qu'on est en vie... donc à partir de là, si je ne perds pas mon intention et que je construis une transe x, y, z... jaune, organe, verte, avec différentes techniques... pour moi c'est bon... mais bien sûr c'est intéressant de savoir jongler avec des techniques, parce que c'est plus... c'est plus vivant, ça sera plus adapté, ça me permet d'adapter... de façon plus ajustée... une personne qui va résister à un endroit... l'inviter d'une autre manière... mais mon propos... pour moi la transe, quelle qu'elle soit, cad telle que je viens de la décrire, où on n'a pas parlé de l'accouchement... pour moi c'est déjà... c'est pas un apprentissage d'une technique... même si ce que je viens de dire... ce qui fait que ça m'intéresse et que ça a du sens c'est que c'est déjà une métaphore de la mise au monde... »

Pour toi c'est quoi la métaphore de la mise au monde dans l'exemple précédent ?

« Alors pour moi c'est le fait, qu'elle est d'accord, enfin elle peut choisir dans le monde réel, en relation avec une sage-femme la position qu'elle veut... ça vaut 10'000 fois plus dans un cours standard où je donne des infos « voyez Madame, ici il y a des ballons vous pouvez vous asseoir dessus si vous voulez... » mais là pendant le cours on ne les laisse pas s'asseoir dessus... parce que c'est des choses qui existent... non mais là on est d'accord... ce serait le niveau que l'information... on est très très loin de la métaphore quand on est dans l'information... c'est lui montrer que c'est une évidence... c'est elle qui va choisir sa posture... et même elle va interrompre la transe, ce que je lui dis, si... ça lui convient pas... et on s'arrêtera et on changera de posture... »

Et pour l'induction, tu commences toujours par un endroit de sécurité ?

« Non ben la en fait l'endroit de sécurité, normalement c'est... c'est déjà l'objectif de transe si je reviens à qqch de très scolaire... mais moi je trouve que ça peut être hautement inductif... surtout s'il y a une introduction... là en l'occurrence c'est une hypnose conversationnelle au début... vu qu'on veut qu'elle ramène des éléments... pour pouvoir après approfondir... »

« Elle est déjà assise sur son ballon. On sait déjà qu'on va aller dans un lieu de sécurité. Mais je pourrais dire « ... avant d'avoir des images de votre lieu de sécurité, qui est peut-être sont déjà là... on va, si je faisais qqch de plus formel, faire une induction sur la respiration, sur le poids, sur un point... tout ce que dans les écoles d'hypnose on apprend au niveau sensoriel... avec le VACOG,

les différents sens... si on repéré avant dans le dialogue que la personne est plus auditive, elle est plus visuelle... ça on fait plus au début... moi je faisais plus au début et pis c'est comme ça qu'on apprend souvent... cad on va être plus formel... parce qu'on a besoin pour soi-même aussi... il faut être soi-même sécurisée pour pouvoir aller dans un espace de sécurité avec l'autre... donc si comme thérapeute, j'ai besoin d'être sécurisée, de passer par quelques secondes, quelques minutes d'une induction plus formelle sur la respiration... autant pour la personne que pour moi, c'est légitime... et pis seulement après lui dire, et là où vous êtes, et là où le souffle vous a amené, vous pouvez glisser maintenant vers une image, qui peut être floue, peut être claire... si elle est pas trop visuelle, parce que souvent la personne quand je dis le mot « image » souvent elle entend une image au sens visuel, pas une image au sens large, au sens sensoriel... voilà... peu importe... et vous allez me dire où vous êtes... un endroit de sécurité, je peux développer à ce moment-là... »

Pour toi ça peut être l'induction de décrire le lieu de sécurité ?

« Pour moi ça peut être tout de suite... cad... ça peut être l'induction si je sens qu'elle est prête... d'ailleurs des fois elle garde les yeux ouverts... ce que je vais valider en disant « et vous pouvez avec déjà accès à cet espace, les images qui arrivent, les sensations... » j'ai tendance pour élargir le panel d'images... à associer... images et perception... je pourrais dire « image et odeur » j'ai tendance à faire ça parce que j'ai moi un canal cénesthésique prioritaire... »

Tu ne fais pas une induction formelle de 15-20 minutes avant de proposer une métaphore, un exercice ?

« Non... non... mais je pense que c'est très bien de le faire si on en a besoin... et c'est là où j'ai envie d'introduire l'histoire de l'autohypnose... parce que si moi, je ne peux pas me mettre en autohypnose parce que je suis trop agitée... je viens d'avoir un téléphone, j'ai couru... et ben, j'ai drôlement avantage à faire une bonne induction... et ça va être bénéfique pour elle autant que pour moi... donc là il y a une légitimité à le faire... je suis pas en train de donner un mode d'emploi... »

Tu ne fais donc pas, comme je l'ai appris, une induction de 15-20 min ?

« Ça dépend du rythme... pour moi le réel il est tellement vaste... il y a tellement de façons de faire une bonne transe... (...) je trouverais complètement arbitraire... par contre pour apprendre je trouve super... mais si on me dit pour apprendre... comment tu peux pendant ¼ d'heure, et t'y tenir et t'y tenir et t'y tenir... je pense qu'à ce moment-là c'est ça qui devient l'objectif... il faudrait s'entendre sur le mots... mais pour moi l'induction elle est plus courte forcément... et à ce moment-là c'est plutôt des approfondissements de la transe... peut-être qu'il y a une histoire de vocabulaire... »

Je décris ce que j'ai appris... par exemple focalisation sur une main, puis sur l'autre, puis les deux... pendant 15 min... puis soit voir ce qui se passe entre les deux mains... ou soit ouvrir un espace pour y voir une image, soit pour y accueillir une histoire... et ça dure encore ½ heure

« Alors ça je le fais... mais c'est très bien hein... je le fais plus dans les groupes... parce que là, il y a deux fois une transe de 20-25 minutes... et parfois je ne fais qu'une seule transe quand ça fonctionne bien... mais de nouveau comme je suis avec des femmes enceintes qui sont rarement confortables 40 min dans une même posture, surtout quand elles ont 39-40 semaines... enfin entre 36 et 40 ou 35 et 40... c'est quand même là qu'elles sont dans le groupe... je tire un bénéfice, pour garder la métaphore de l'accouchement, quand même à faire deux transes en principe... et pis de toutes façons si je ne le fais pas, les rares fois où je fais plus long... c'est qu'aucune n'a commencé à bouger et à montrer par là qu'elle ne pouvait plus tenir ou s'est carrément levée, vu qu'elles ont encore cette autorisation... je pourrais

Par rapport à l'accouchement :

- faire deux transes ou dire que quand on sort de transe, ça permet d'y re-rentrer encore plus profondément (pour préparer aux contractions)
- travailler sur l'ouverture la plus vaste possible quand on est proche du terme
- proposer pour la deuxième transe, « vous allez laisser votre bébé choisir maintenant la position » Parce qu'il y a aussi cette polarité, par rapport aux choix... « et pis dans cette autre position vous allez expérimenter... le même exercice autrement, découvrir d'autres choses... » par exemple

« Oui il est fin le passage entre induction et transe... de façon formelle... parce quand l'induction dure longtemps, on est en transe par définition... et on sait qu'il y a autre chose qui va encore venir, et qu'on est dans les préparatifs et en même temps qu'on est déjà dans une expérience... alors est-ce qu'une bonne transe, est-ce que c'est qqch où on peut expérimenter qqch de longtemps... probablement quand même... ou est-ce qu'une bonne transe... quand on a un objectif de mettre au monde on peut et sortir, et retourner... et aller plus profondément... pour moi l'idée de la durée, de la profondeur, l'idée de donner plus d'espace, parce qu'il y a un lien entre l'espace et le temps... l'espace-temps... bien sûr qu'elle est là... je peux pas faire que du court... ça c'est vrai... mais je dois désamorcer et j'ai peu de séances pour ça... parce que les femmes elles viennent 2-3 fois en individuel et pis après minimum 5 fois en groupe... maintenant vraiment ce que j'essaie qu'il y ait au moins 8 fois... je pense qu'il faut ça... je pense que plus court c'est un peu court justement... vu qu'on parle du court et du long... »

« Oui l'idéal c'est qu'il y ait qqch qui s'installe... ce serait ça la bonne transe, aussi... par rapport à l'outil lui-même... »

Je relève que pour Denis, s'il privilégie les longues transes... c'est parce que pour lui on ne tombe pas en transe, mais c'est un travail actif d'entrer en transe... même si plus on pratique, plus on peut y entrer facilement...

« Alors c'est bien que tu me parles de ça... parce qu'il y a dans la métaphore de l'accouchement quand même l'idée de l'abandon... d'autant plus... parce qu'à un moment donné, il y a quand même, ça j'ai remarqué de nouveau... par exemple le groupe avec lequel je suis, ça va être demain le groupe d'hypnose... j'ai toujours un petit objectif que je mets moi avant d'arriver... et pis après je le relie à ce qui se passe... cad à ce qu'elles amènent... mais c'est du côté de l'abandon... parce qu'il y a ce moment terrible où on doit s'abandonner... je dis il est terrible parce qu'il est terrifiant... du fait que c'est plus vaste que nous... que de toutes façons pour qu'un bébé descende à travers notre vagin ça reste un truc complètement... fou, insupportable pour certaines, incroyable... ou ça peut aller jusqu'à génial parce qu'on arrive à vivre l'abandon. Mais ça reste un truc extrême... et... j'utilise aussi un fil rouge dans ma rhétorique... qui s'est installée ces derniers mois... je vois, sur lequel je peux me reposer... et que certaines femmes ont reprise en disant « c'est ce qui m'a aidé dans mon accouchement : surtout ne rien faire... » Dieu c'est si c'est une suggestion d'abandon... qui est à l'opposé de « et maintenant je vais investir ma transe... » fin je caricature un petit peu... « surtout ne rien faire, parce que là je ne peux rien faire... » »

« Donc ça devient une puissance incroyable dans la polarité de ne rien faire... oui parce que comme on est toujours dans la polarité, le plus grand rien faire, va être la plus grande puissance en l'occurrence... donc il y a un investissement... donc c'est pas pour rien que je vais choisir comme objectif de transe dans l'abandon... de tenir cet abandon... de l'investir... et puis chacune va utiliser des images... mais il y a une femme qui m'a raconté son accouchement de son 4^e et elle avait peur de la douleur, et pourtant elle voulait pas la péri... elle avait expérimenté des accouchements sans péridurale et des accouchement physiologique et elle avait peur... en disant « je ne sais toujours pas si je prendrais la péridural ou pas... » et je trouve qu'il faut, dans la transe, dès le début, laisser cette éventualité... sinon c'est un conditionnement... sinon c'est une prise de pouvoir... « Mais oui Madame, je vais faire en sorte que vous n'ayez pas de péridurale... » C'est une prise de pouvoir qui fait que... à ce moment-là par exemple, je ne travaillerais pas avec la résistance du tout... donc elle c'est drôle... et c'est pour ça que je pense à elle... cette femme elle m'a dit « Au moment où je suis rentrée dans l'eau... » donc ce que je raconte c'est de mémoire, donc c'est un petit peu transformé, comme tout ce que j'ai dit, parce que j'ai pas les dossiers sous les yeux où j'ai écrit des choses... mais quand même, elle m'a dit dans le récit de son accouchement, qu'elle a vécu dans l'eau, et disait-elle « avec presque pas de douleurs... » c'est ce moment où elle a passé la jambe par-dessus la baignoire où elle a dit non à la péridurale, donc elle a choisi l'eau, vu que c'était la baignoire d'accouchement et qu'elle était à 8 cm ou 9... 4^e 8-9 cm, la sage-femme dit « c'est la dernière limite pour la péri... » et elle dit « non » et elle rentre dans la baignoire... pour elle c'était le moment... ben ouais... et elle dit « ce qui a fait que j'ai pu enjamber la baignoire... c'est que j'ai entendu votre voix qui m'a dit « surtout ne rien faire » et là c'était bon... » et c'est comme ça qu'elle l'a vécu... et puis il y avait son mari qui était là... qui est très pragmatique... qui se tient à distance de ces histoires d'accouchement, de femmes, d'hypnose... il était venu juste... il a dit « oui je veux voir ce qu'elle fait... mais en fait... voyez moi... » mais chou, vraiment pas dans le sens... pas une grande résistance, il l'aime, il l'a accompagnée, il a été là... mais un homme qui ne voulait pas rentrer dans la baignoire avec elle, hein comme ça... »

« Pour revenir à l'abandon... ce moment où elle rentre dans l'eau... pis elle a dit « comme un mantra... » elle a peut-être utilisé ce mot, peut être utilisé ce mot comme une prière... voilà, c'est état de transe... « surtout ne rien faire » mais elle l'a construit avant à sa manière... mais elle elle a « attrapé » si on veut bien cette phrase, cette voix... donc il ne s'agit pas... moi je sais pas ce que ces femmes vont attraper... il ne s'agit pas pour moi d'être toujours douce et rassurante quand je dis « ne rien faire »... parce que c'est quand même aller à cet endroit... une partie de nous ne veut pas y aller... quand je dis « nous » je parle d'une femme en train d'accoucher... ou de nous en tant qu'être humain... il y a une partie de nous qui ne veut pas aller dans l'abandon... parce que c'est quitté l'illusion qu'on a de toute puissance en fait... »

« Parce qu'il y a une illusion de toute puissance dans la demande de l'hypnose... souvent, souvent, souvent... et pis je trouve intéressant de travailler cette limite... pour moi déjà... »

Je dis qu'il y les 2... être tout puissant, mais accepter...

« ... la puissance justement... peut-être pour pouvoir gagner en puissance quand on accouche ou dans la vie en général pour pouvoir accueillir la vie... donc il y a une forme de puissance... faut abandonner la toute puissance qui est peut-être la construction d'un humain un peu plus immature ou plus jeune... la fameuse toute puissance décrite par les psys... du petit enfant... qui croit que parce qu'il est en colère... maman donc l'univers va lui obéir... »

« J'ai commencé à parler du labyrinthe qui me permet d'être une métaphore très éclairante pour revenir à l'intention... ce qui doit être non pas le plus clair, peut-être... je dirai plutôt le plus ferme... donc, quand je rentre dans le labyrinthe, qui serait la métaphore dans notre propos... d'une prise en soin thérapeutique, d'une prise en charge si je suis un psychothérapeute pour un processus, ou moi qui ne suis pas un psychothérapeute, qui suis une sage-femme, d'un accompagnement dans le cycle de la maternité... je rentre dans le labyrinthe avec cette femme... où je m'engage à l'accompagner dans son labyrinthe... parce que je me tiens fermement... je pourrais pas dire « clair », parce que le mot « clair » il suppose que moi je connais le chemin du labyrinthe... mais par contre là où je suis le plus claire possible... et à où je suis obligée de revenir à cette clarté, c'est plutôt une fermeté. C'est de dire déjà que moi je sais qu'il y a un labyrinthe... c'est là-dessus que je m'appuie... j'ai dans ma vie déjà traversé des labyrinthes... je pense même qu'une femme qui n'a jamais accouché, une sage-femme qui n'a jamais accouché, peut accompagner une femme dans ce labyrinthe, si elle a été forgée au fil de la vie qu'elle est rentrée dans des processus profonds, qu'elle a vécu elle-même une naissance quand elle est née, des deuils, des relations humaines, etc. qu'elle a vécu des processus d'apprentissage qui l'ont confronté, qu'elle vit sa pratique de sage-femme qui la confronte... et surtout qu'elle est supervisée de temps en temps... fin tout ça d'un point de vue professionnel, elle sait ce que c'est de rentrer dans un labyrinthe... mais je peux être d'autant plus ferme et d'autant plus en sécurité... et c'est ça que j'appelle, et que les gens qui m'enseignent appellent, m'ont appelé et m'ont rappelé « quand tu as ce moment de panique là... » parce qu'au début quand tu accompagnes qqn en hypnose, tu as peur, parce que tout à coup tu te dis « je sais plus... qu'est-ce qu'on va faire ? il se remet complètement en moi... c'est déjà quoi l'image ? J'ai bien fait mon VACOG... j'arrive... ah oui, est-ce qu'il est bien en transe... non, merde... je suis complètement à côté de la plaque... j'y arrive pas, ça y est il bouge un œil... on a rien fait » il y a au début toutes ces petites voix critiques, qui essayent de comprendre ce qu'on fait, « est-ce que tu fais bien, est-ce que tu fais pas bien... » ça c'est très stressant au début... quand on doit progressivement rentrer dans une pratique... on doit la créer, la consolider, la sentir... voir donc les doutes, c'est pas possible autrement... et en même temps voir les certitudes qui s'affirment, etc. Si on est là et qu'on est dans une croyance... que ça doit être un chemin tout droit... que nous on connaît... peut-être bien qu'il y a un petit peu d'ombre donc on a un petit peu de complexité... mais que le chemin il est plutôt droit parce que cette personne elle fait point a, point b, point c... elle doit arriver au centre... pour moi d'emblée dans une faux paradigme... et ça ne fonctionne pas... ça veut dire qu'elle a peur de vivre, qu'elle a peur d'être un accompagnant thérapeutique x ou y quel que soit le contexte... qui fait qu'on ne peut pas faire le job... moi ce qui m'a aidé à entrer le labyrinthe c'est mille choses... aujourd'hui, après 15 ans, je peux dire... je commence à être là et de plus en plus... je pense à... je pense à 1000 situations d'apprentissage et de supervision avec des gens qui savent faire ça... c'est pour ça qu'on revient à l'image de Bonvin, de Roustang, mais aussi d'une autre personne avec qui je faisais du travail corporel... avec qui j'avais dit, parce que j'avais assisté à une séance... une personne avait commencé à danser un deuil... il se jetait contre les murs... il pleurait, il re-dansait... et pis je trouvais que ça durait longtemps... et pis je lui avais dit... à la fin je lui avais demandé... comment tu as su que tu devais pas intervenir... pour la contenir plus par rapport à la souffrance qu'elle exprimait... la pièce est grande... elle se jetait contre les murs... comment tu as su que c'était pas trop... cette personne m'a dit... je me suis relié à comment moi je me sentais confortable d'aller jusqu'où... et c'était relié à son confort... au sens global du terme... en sentant bien, corporel, psychologique, affectif... ça m'avait beaucoup aidé... ça veut dire que c'est moi comme thérapeute qui fixe aussi une limite... si je ne suis pas confortable pour accompagner quiconque dans la vie, que ce soit pour un soi-disant problème psychologique, physique, un soi-disant problème émotionnel ou une soi-disant phobie quelconque... et ben moins je serai confortable... probablement plus je serai rigide avec mes solutions et... mon système de croyance déjà avant... pour revenir à l'exemple terrible de Hitler... que j'ai envie de nommer... probablement

qu'il incarnait... la pensée de comment on peut trouver une solution pour un peuple et un pays la plus totalitaire et de ce fait... la plus folle et la plus destructrice... mais enfin, il y a sûrement un bout qu'il y a cru pour que le système se mette en place et un certain nombre de personne y a progressivement cru... quand en étant de plus au plus au clair sur comment doit être un bon allemand, la forme même du corps, la soi-disant race... plus on restreint le réel en disant « ça c'est blanc, ça c'est noir nous on est blanc... plus on est blanc, plus on est blanc, plus on est dans la destruction, plus on est dans la mort et l'atrocité qui est au-delà de tout... » On peut faire ça dans n'importe quelle relation... on peut tomber dans le totalitarisme... Et heureusement que ça nous... inspire... l'effroi, le dégoût, la colère, parce que ça veut dire qu'on est encore en vie... surtout quand il s'agit de soin, donc de personne vulnérable, quand il s'agit de femmes qui vont mettre au monde, quand il s'agit de nouveau-né, de personnes qui sont atteintes d'un cancer, qui ont un pronostic de mort proche... qui souffre énormément... qui ont des douleurs qu'on n'a jamais réussi à soulager... toutes ces situations qu'on rencontre en hypnose... des personnes qui sont dépendant de substance... qui souffre... la prise de pouvoir avec une soi-disant technique qui est censée libérer d'une souffrance... qui amène à encore plus d'emprise... a de quoi être révoltant... »

« Le labyrinthe, je te remercie parce que c'est vraiment une bonne image... tout à l'heure quand on a parlé de l'intention... j'ai parlé de l'intention de manière un peu abstraite... (...) mais là je reviens à ce labyrinthe... c'est Osho qui l'a tellement bien écrit dans son roman sur oedipe... donc il a vraiment, pour moi, développer ça... il y en a mille autre... l'humanité elle-même, vu qu'on a mis des labyrinthe au cœur de nos cathédrales... je pense que ça parle du chemin même de la vie le labyrinthe... donc si on veut accompagner qqch dans un processus de guérison ou dans un processus de mise au monde... le labyrinthe c'est une sacrée belle image pour moi... une métaphore de mon intention... puis c'est reposant... c'est un tel stress de permettre à cette personne... ce serait un tel tour de passe-passe... parce que moi, je peux être que crédible et me poser... si je reviens à cet endroit où je ne sais même pas si cet enfant et cette femme vont vivre... j'ose pas le dire... remarque c'est que tout le monde... parce que la probabilité aujourd'hui en occident de mourir de la mise au monde... il faudrait que je fasse les calculs mais... elle est pas plus élevée que la probabilité de mourir en entrant dans une voiture probablement, même plus basse... mais symboliquement l'enjeu il est toujours là, de par l'histoire... et par ce qui se passe ailleurs... et par le fait qu'il y a quand même une mort à soi quand on met au monde... et il y a une mort pour la femme qui met au monde pour la première fois... qui n'est plus une jeune fille... c'est comme une deuxième virginité qui perdure... et cette femme qui pleurerait... mais pleurerait depuis des mois de son cris de mise au monde... elle pouvait pas faire le deuil ou elle était en train de le faire... d'une certaine relation à la petite fille en elle, je dirai... parce que la petite fille, on en a parlé, je lui ai suggéré qu'elle n'était pas morte... qu'elle serait toujours avec elle... est-ce qu'elle pouvait voir la petite fille, la femme d'aujourd'hui, la femme de demain... en elle... voilà on s'est quitté la dessus, mais quand même il y a dans ce passage de la naissance et dans d'autres passages quelque chose de la mort même si la probabilité, et c'est là où je voulais en venir, est aujourd'hui faible... et c'est ça qui est super... qu'elle opportunité, qu'elle chance, c'est pas qu'en termes de peur... mais enfin, ça peut faire peur (...) c'est une initiation... si on revient à un vocabulaire plus chamanique.. c'est une initiation... ouais complètement... »

« Quand je suis en individuel... j'accompagne... ben souvent... il y a l'anamnèse, a près il y a déjà un tout petit moment de « Yes set » où je m'ajuste, qu'elle est vraiment d'accord de faire ça, qu'on va le faire... et là on est déjà dans un espace qui serait de l'induction... où je vérifie, je fais une synthèse de ce qui a été dit. Et puis je vérifie que j'ai bien son accord, et pis qu'on va vraiment le faire, etc. donc là ce serait déjà une entrée en transe mais encore conversationnelle et puis après il y a peut-être qqch d'une induction plus scolaire avec une focalisation... et pis pour moi c'est pas le scolaire pour le scolaire c'est que il y a un côté... apprentissage... c'est un objectif... où je lui dit et je lui glisse... « peut-être pour vous, à la maison, vous allez adorer... faire toujours sur la respiration... ou toujours sur le poids... ou toujours... ou d'emblée quand vous fermerez les yeux vous aurez l'image de ce rocher et de ce lac... » donc il y a aussi un côté apprentissage... qui fait que ça me va bien de faire un moment d'induction plus formelle... et puis après je me fixe pas sur une temps parce que j'ai le temps de la séance qui m'est donné... donc suivant où j'en suis je vais faire le temps qui m'est donné... et viser un objectif x ou y... et si j'ai du temps, et de toutes façons à un moment ou un autre je vais viser la notion d'approfondissement... donc là je vais peut-être faire une induction plus longue... déjà il y aura un saupoudrage de l'objectif qui est l'approfondissement... la souplesse elle est vient aussi du fait qu'il y a mille façons d'être dans l'approfondissement... si moi j'ai l'idée par exemple que l'approfondissement je vais le faire à travers une image où elle est confortablement installée soit couchée sur son matelas, soit couchée sur la terre sous un arbre ou dans un jardin extraordinaire... je peux approfondir... dans n'importe quel endroit... donc de ce fait là je m'adapte... mais l'objectif, la durée de la transe, la profondeur... je dirai par exemple l'approfondissement... qui va avec une certaine lenteur... je pense que c'est pour ça que c'est celui qui me vient... il fait qu'à un moment donné je vais aller plus longtemps dans l'induction et plus longtemps dans la transe... »

Comment tu favorises ces aller-retours... quand est-ce que tu demandes un retour... est-ce que tu demandes toujours ?

« Soit quand j'ai l'impression que je suis allée un peu trop dans mon autohypnose pour aller dans l'approfondissement... c'est subtil hein... ou j'ai un signal, qu'elle n'est plus exactement là... donc si je veux bien l'accompagner faudrait que je vérifie où elle est... donc en gros c'est où pour durer de façon efficace, par exemple avec un objectif d'approfondissement, j'ai besoin de savoir un peu plus où elle en est, pour pouvoir renforcer l'approfondissement... donc ça me fait pas peur de lui demander un ou deux mots clés... après de dire... vérifier qu'elle est d'accord de continuer... et de ce fait de lui dire « et on va y retourner plus profondément... donc ça va renforcer... » à ce moment-là... c'est sûr que ça fait un tout petit peu sortir de transe probablement pour arriver au niveau verbal, pour laisser échapper un ou deux mots... quoique des fois certaines elles vont dire qqch d'inaudible... ça m'est arrivé dernièrement... une femme qui me fait un retour, elle était assise sur le ballon, penchée en avant, elle m'a dit juste deux phrases mais l'inaudible qu'elle m'a dit... disons que j'ai pas réussi à mettre un sens sur les mots... m'ont donné suffisamment d'informations pour que je replonge... que je le prenne pour un acquiescement, une approbation et puis qu'on y retourne... et je préférerais à ce moment-là ne pas vérifier, de la sortir encore plus... voilà... j'aurais pu hein... mais je me suis sentie suffisamment à nouveau reconnectée au processus, pour y aller, retourner, mais souvent... ben si je reprends l'exemple du rocher (...) là on était dans l'induction (...) c'est que dans l'induction, pour le lieu de sécurité que je le fait parler parce que moi j'ai besoin d'avoir des image mais si on fait une induction avec un objectif d'ouverture ou d'approfondissement, je ne vais pas forcément faire parler... mais je commence pas tellement par ça la première fois (par quoi ?) je commence surtout par l'espace de sécurité ou éventuellement une courte transe sur le souffle, et là je peux ne rien demander parce qu'on a un objectif simple qui est vraiment l'induction sur le souffle... donc je peux accompagner et une induction et un approfondissement avec l'objectif, que expérimenter le souffle... et pis souvent j'y glisse... « toute la place qu'il y a dans le bassin », parce que c'est mon objectif secondaire... et puis après on remonte... de la transe... ça ça peut être une façon d'expérimenter une première fois, je dirai... entre ça et l'espace de sécurité c'est les deux... c'est aussi lié parce que quand elles expérimentent le souffle jusque dans le bassin... quand c'est ce qui se passe parce que certaines elles remontent en disant « ben moi, pour moi, c'est resté jusque-là... après c'était dur, il y avait un nœud ou j'arrivais pas... » et elles peuvent reprendre en disant

« oui c'est ce que je vous dit... j'y arrive pas » donc ça me montre qu'on va pouvoir continuer de travailler avec ça... cette résistance a beaucoup de sens pour elle... c'est un très bon moyen de préparer la naissance, de travailler la mise au monde... et parfois l'un glisse vers l'autre... cad si j'ai un objectif du souffle et du bassin, l'espace qu'il y a dans le bassin qui est mon objectif secondaire... elle va remonter en disant « et ben c'était un espace de sécurité pour moi d'être dans mon bassin... » donc on peut dire « voilà, peut-être vous aurez deux espaces de sécurité, ce que vous m'avez raconté la dernière fois avec une plage c'est peut-être un peu plus général » et puis je peux associer les deux la fois suivante... « voyez comment sur cette plage ou chez vous vous pourriez vous retrouver dans cet espace peut-être plus profond de sécurité qu'est votre bassin... bassin tout entier voilà... » suggestion post-hypnotique »

Ce qui m'intéresse notamment c'est comment tu accompagnes, comment tu sens quand il y a un changement dans ce que vit la personne en transe ?

« Ben c'est en étant moi-même en autohypnose (tu sens ?) oui (...) euh si je devais faire le zoom encore plus là-dessus, ça serait... elle cette femme, j'ai observé très vite des signes de trances... donc l'histoire du roulement des yeux je l'observe après 2-3 secondes alors que j'avais tout juste commencé l'induction... donc elle était déjà en transe avec les images... d'autres femmes elles sont encore en train de réfléchir, elles réfléchissent mentalement... elle, elle était en train de vivre une expérience dans ce lac, etc. Donc quand je vérifie sous forme d'hypnose conversationnelle tout en donnant des... tout en étant dans les techniques d'induction, j'avais... ah oui la couleur de l'eau... parce que je lui disais « c'est un lac de plaine ou de montagne ? » « en montagne... je suis en montagne... » « ah...alors vous avez cette couleur particulière de l'eau des glaciers ? » « oui, oui cette couleur turquoise... » donc moi j'avais par les réponses verbales et par les attitudes non verbales les indices de transe, pendant l'induction donc je voyais qu'elle était là... »

« Par contre la transe, là on peut s'installer dans qqch de plus lent... et où c'est comme cette entrée dans le labyrinthe... on va se donner l'opportunité effectivement qu'il se passe plus de choses... soit il se passe plus de choses dans ce rocher parce qu'il y a le poids, pis il y a la densité et pis il y a le tout, pis il y a rien... parce que le rocher c'est une métaphore de l'univers... la pierre c'est vraiment le premier élément... donc elle se pose d'emblée là, je vais l'accompagner d'emblée là dans qqch de vaste... je sais pas si elle va rester dans ce rocher... sentir un inconfort parce que c'est trop massif justement, trop profond, si elle va se dire « of... finalement je vais me mettre sur un banc au bord du lac, je vais regarder le rocher » ou si au contraire, elle va y aller... c'est ce qui fait cette femme... toujours est-il que comme je reste moi et je vis moi en autohypnose, le rocher et toute l'amplitude de la métaphore que ça suppose... à un moment donné de façon physiologique de la transe, je pourrais dire « je vais ressentir le besoin de questionner, parce que moi, là, si je le vivais là... l'intensité du rocher... je sais qu'il se passe qqch... » bien sûr on n'a pas exactement le même tempo mais on est deux humains... on est ajusté... et effectivement quand je lui demande, elle me dit « je flotte... » donc effectivement elle n'est plus là... elle est ailleurs, elle est là, elle est au bon endroit, elle est dans la transe mais elle a passé un petit contour là dans le labyrinthe qui l'amène dans cette polarité... Et moi qu'est-ce que je me dis comme hypnopraticienne, comme sage femme comme, on pourrait dire aussi, comme thérapeute, je me dis « wouah, super, elle est dans la polarité, génial, elle est dans la profondeur de la transe... donc je vais pouvoir aller plus loin... elle a ouvert... elle a fait un passage déjà... en termes de profondeur de transe » c'est sur c'est génial qqn qui fait ça la première fois, le premier jour. Donc là je peux aller plus loin avec elle... elle a fait le petit contour dans le labyrinthe... elle a ouvert un espace incroyable quand elle a l'air, l'eau, le rocher... c'est ça son espace de sécurité... moi je me dis ça va aller pour la mise au monde... donc là je vérifie qu'elle est confortable... parce que c'est déjà une expérience intense... Est-ce qu'elle veut continuer ? « oui » je ratifie, « De même que vous êtes capable de le faire vous saurez peut-être le faire ce soir, demain » Je lui dis alors on y retourne « oui » très bien, vous retournez sur le rocher ou vous flottez un peu plus loin ? » « Je flotte » « ok, vous flottez... vous vivez cette expérience de flotter... vous pouvez même l'approfondir... et le rocher est là, et l'eau est là... et vous flottez... et vous êtes là dans votre totalité... » donc là j'entre dans des choses plus générales, c'est vraiment la totalité. Parce que quand elle est dans une polarisation, elle est dans une expérience... un jungien dirait « archétypique » parce que la définition du symbole c'est qu'il y a la polarité... donc elle est dans le monde symbolique.. je sais qu'elle est en transe... donc elle vit ce qu'elle doit vivre... et moi je suis là pour renforcer, faire durer la transe... »

« J'ai donné tout pour le faire... mais des fois ça ne se fait pas... des fois la femme reste au stade d'expérimenter un tout petit peu l'induction, tout petit peu... et ressort un peu frustrée... voilà... » « c'est ça l'hypnose, bof... » »

Des fois c'est toi qui suggère une image ?

« oh oui... ça ça me fait penser à un super exemple, qui est l'utilisation de l'hypnose pour la sage-femme, une de mes collègues qui était formée en même temps que moi, qui travaillait en prénatal donc en urgence... fin prénatal, c'est un service c'est pas une urgence mais c'est là où sont hospitalisés des femmes qui ont une menace d'accouchement prématuré... donc il y a une notion d'urgence... une femme qui était sous perfusion avec un médicament pour calmer les contractions... donc il y a beaucoup de stress, elles ont peur d'accoucher... etc. et pis elle passait avec les plateaux à midi... pis elle arrive dans la chambre de cette femme... cette femme lui dit « mais je contracte et pis elle est rouge... » et pis elle elle doit distribuer les plateau, elle a 5 min pour finir... pis elle est formée à l'hypnose... elle se dit « mince, mince, mince, elle contracte... bon je vais revenir mais qu'est-ce que je lui offre là comme intervention... éclaire... en utilisant mon outil d'hypnose... et elle lui dit « quand j'aurais fini de distribuer les plateaux à toutes les femmes je reviens... et d'ici là est-ce que vous êtes d'accord d'imaginer qqch de rond et de mou, de très mou... » la femme lui dit « oui » elle part... voilà un exemple... alors oui dans mon contexte je le fais... je le fais des fois quand la femme n'a pas réussi à attraper de l'induction ou qu'on a été d'emblée sur la résistance... donc je vais faire une suggestion inductive avec une image donc qqch de directif... je dis « est-ce que vous êtes d'accord de faire qqch ? est-ce que vous pouvez fermer les yeux et imaginer... » mais qqch en lien avec ce qui se passe là... et pis après je dis ça va durer juste qq secondes, le temps qu'il faudra... je ne sais pas si ça vient, si c'est là... pis là elle me dit « oui », elle me dit « non »... souvent ça m'est arrivé de faire qqch de directif pour le périnée... ou qqch de directif quand j'accompagnais une fois une femme qui accouchait et qui avait la demande qu'elle voulait pas pousser... elle voulait pas pousser son bébé, donc c'était vraiment une demande paradoxale de demander à la sage-femme de lui garantir qu'elle allait accoucher mais qu'elle voulait pas accoucher... et j'ai dit, « mais oui, mais bien sûr, on va faire ça... » je suis rentrée directement dans un jeu... comme elle le mettait dans un jeu paradoxal... je vérifie qu'elle était quand même pas trop dupe... j'ai répondu sur le même ton... elle a fait un accouchement sans pousser... c'est super... parce que on était vraiment dans autant... avant je disais « ne rien faire » elle le light motif c'était « surtout ne pas pousser »... et là « peut-être que ça pousse mais vous vous ne poussez pas... » enfin on a broder autour de ça... et c'était l'expulsion... la plus longue que j'ai eu... et effectivement voir qu'une femme qui laisse sans pousser parce qu'elle a la certitude que je l'accompagne jusqu'où elle veut aller, et jusqu'où son enfant veut aller dans son désir de ne pas pousser... je lui ai quand même dit « si votre bébé est en danger vital, j'agirai... » mais n'a ça pas été le cas... hors c'était vraiment une avancée du bébé, millimètre par

millimètre... on voyait cette arriver... elle ne poussait pas, elle soufflait... qu'est-ce que vous voulez faire, souffler... évidemment je lui suggérais qu'elle pouvait et pousser et pas pousser... du moment où moi je ne la poussait pas à pousser... c'était super... »

Pour Bonvin, la métaphore c'est le signe que « ça c'est fait »

« Ben c'est ce que je viens de dire avec le rocher, l'eau, c'est là que je détaillé... alors pour moi la métaphore, elle est le fond du panier... tu donnes ce mot, je reviens... la preuve c'est que pour pouvoir parler de ça, je dois parler du labyrinthe... donc même pour en parler, je dois moi moi-même métaphoriser... donc parfois je propose une métaphore quand je vois l'autre complètement bloquer... mais ça veut pas dire que cette métaphore ne va pas évoluer... c'est une proposition... mais la proposition peut être directive si la mère est en état de panique, et complètement bloquée, elle va pousser... c'est sur que moi je vais utiliser cet outil... je le faisais... »

Accompagner...

« Le fond du pot c'est la relation... donc... si je suis capable d'être en relation le mieux possible... avec mes plus, mes moins, mes aveuglement, mais d'une façon suffisamment bonne, suffisamment déontologique et éthique dans mon cadre professionnel, je serai capable de garder cette éthique dans ma relation hypnotique à l'intérieur du cadre... mais c'est toujours ma relation qui agit... donc si moi je me relie à un état métaphorique... quand je distribue le plateau, quand ma collègue distribue le plateau et dit à cette femme « pouvez-vous imaginer qqch de rond et du mou ? » elle se met dans cet espace métaphorique... l'autre s'y met ou pas, mais là, elle se met très clairement, en disant « je reviens et on va voir ce qui se passe... » donc ça veut dire j'entre en relation moi-même avec la métaphore pour que cette métaphore me vienne à l'esprit... et donc ça montre qu'on peut le faire et qu'on peut y aller, qu'il peut se passer des choses... donc c'est la relation que j'ai moi-même à cet état d'hypnose que j'appelle autohypnose... et c'est d'être dans un monde symbolique je pourrais dire... ou plutôt le vécu de la relation au monde, donc à moi et à l'autre... C'est ça l'ECM... donc il n'y a rien qui marche, si moi j'y vais pas souvent dans cet état, si je ne sais pas y aller juste avant... il y a rien qui agit... »

« Je suis avec l'image (de l'autre) à ma manière... parce que c'est parce que moi je peux me mettre dans... si, si... alors complètement... c'est parce que je peux me mettre dans ce rocher, mais forcément à ma manière et à mon rythme... c'est parce que je l'accompagne avec cet « être avec », « être dedans »... ce que je pourrais dire cet autre type de relation au monde et au réel... en l'occurrence en vivant la métaphore du rocher, avec tous le contexte qui a été posé avant... mais en vivant ça à l'instant de la narration du rocher... là ça m'amène à Bachelard, c'est vraiment habiter... l'être rocher... comme lui l'a fait avec toutes les images de l'eau, de la terre... il parlait pas d'hypnose mais il le parle à sa manière... mais je pense à lui quand j'y suis là pour te répondre... quand j'y suis au bout d'un certain temps, ça m'amène ailleurs. C'est là que je questionne... comme il y a des étapes d'approfondissement... u bien si je suis dans une métaphore d'un voyage... d'un voyage par exemple comme le font plus les chamanes que j'ai pu lire ou que j'ai pu expérimenter quand j'ai fait des ateliers d'hypnose ou on dit « ben voilà, le travail qu'on va faire il est inspiré du chamanisme par ce qu'on a invité Mme Intel qui est hypnothérapeute mais qui a fait maintenant depuis 5 ans une formation de chamanisme avec je sais pas qui... » et puis on va m'inviter avec le tambour à un voyage... je prends cet exemple pour parler de la dynamique qu'il y a dans la transe... la même dynamique qu'il y a en général dans... l'univers symbolique, et l'univers dit de la transe, que j'associe, ou on pourrait dire le voyage chamanique tel que je l'ai compris puisque je suis pas une experte... mais à un moment donné « ça se transforme » parce qu'il y a qqch qui se passe, vu qu'il y a une mise en mouvement... pour ce qu'on veut, soit pour la guérison, soit pour l'inspiration, la guérison de la communauté... ce qu'on veut pour cette femme pour que cette femme accouche... ce qu'on veut... voilà, pour le contexte donné... mais il y a dans la dynamique de la transe, qqch que je trouve, que le voyage chamanique exprime bien... donc on va rencontrer peut-être un personnage, pis après un autre, on va rencontrer un animal totem, pis un autre... pis après il y a une interaction, il y a une mise en dialogue... le paysage va changer un peu... et puis au détour du chemin on va peut-être avoir encore une vision plus significative, etc. etc. Là avec le rocher, pour pas me perdre, qu'est-ce qui fait qu'à un moment donné je vérifie, c'est que j'arrive moi en résonnance, en étant dans le rocher, en devenant le rocher... je suis dans le monde symbolique tout en sachant que je suis la sage-femme, qu'à telle heure ça doit être fini, qu'après j'ai une autre patiente... et bien j'ai ce sentiment, ou cette intuition ou cette perception... que peut-être il s'est passé un truc dynamique... que peut-être on pourrait dire en langage chamanique, qu'elle a rencontré un autre animal totem que le rocher... »

Que fais-tu de ce qui est venu, de ce que la personne a vécu

« Alors déjà après, dans ce qu'on vient de dire, pour terminer le récit pour moi il y a quand même la sortie de transe qui est importante... cad au moment où on sort, il y a le comment on sort, pour moi il y a toujours en arrière fond, comment on alterne entre contractions, pas contractions, il y a toujours l'idée qu'on est capable de sortir et de revenir... qu'on peut prendre soin de comment on sort... pour se respecter... parce que si... elle est dans l'eau, en train d'accoucher, et qu'il y a un médecin qui ouvre rapidement la porte, qui va la faire sortir de la transe... pour dire un truc très caricatural... je lui donne déjà des indices pour lui dire « vous pouvez sortir ou être sortie... du rocher... mais vous pouvez retourner... » ou que quand on monte, on peut faire des paliers, avec une dernière qui a fait une plongée en apnée... elle voulait aller en apnée, c'était le grand bleu... on est remontée... avec des paliers, où on peut regarder les profondeurs que l'on a quitté... même ressentir des choses... et comment on monte... donc on peut soigner plus ou moins ça... c'est un objectif pour moi, parce que je veux qu'elle sache le faire... on veut qu'elle sorte bien de transe... ça j'aimerais... et puis... je choisis ce moment pour glisser des suggestions post-hypnotiques même si j'en ai déjà glissé pendant la transe... surtout en lien avec la pratique... et parfois, si elles viennent déjà pour la deuxième fois, je suis plus directive, je dis... « et maintenant là, en ce moment, vous remontez... vous allez avoir une image de où vous pouvez vous mettre en transe dans votre maison, peut-être un endroit que vous n'imaginez même pas... » sous-entendu, pour l'instant vous n'avez pas pu imaginer un endroit, vous l'avez pas fait, donc on va voir si ça peut venir quand même, ça serait bien... »

« Et pis après, parfois elles me livrent qqch, elles ont envie puisqu'elles sont encore dedans... souvent elles livrent, soit quand c'était super, soit quand c'était hyper décevant, qu'elles n'ont pas réussi... j'ai déjà des indices... quand c'était super l'expérience, j'ai parfois des indices... parfois pas... mais là j'accueille... j'accueille et puis... soit je profite pour renforcer l'objectif de transe, ou pour renforcer mon intention de base... qui est qu'elles sont capables de mettre au monde... l'objectif de l'apprentissage qu'elles sont capables... ou bien j'en profite, si c'est une expérience étrange... de dire « ben c'était tellement lourd que je pensais que je pourrais jamais revenir... » ou bien « j'ai senti mon ventre tellement grand que j'ai eu peur de me perdre » j'en profite pour dire « ben ça peut ré-arriver, et puis comment vous avez fait pour revenir » ou bien vérifier que c'est assez confortable, qu'elles n'ont pas besoin d'une transe supplémentaire... ce qui est rarement le cas si on sort tranquille... si elles sont déçues, j'accueille quoi vraiment, je vérifie ce qu'elles attendaient... pis je redis que c'est pas nécessaire de faire une transe profonde pour que ce soit

efficace, que peut-être elles vont très bien faire beaucoup de transes légères... et peut-être qu'elles vont s'arrêter après cette première séance... »

« Donc vraiment je suis dans l'accueil, accueil... et puis si elles me demandent une interprétation... ben je laisse entendre que c'est très riche, que ça m'évoque des choses... que bien sûr j'interprète toujours... on interprète tous le réel toujours... mais que je veux plutôt éviter de faire ça... donc je vais plutôt renvoyer... « mais vous ça vous évoque quoi ? » Je vais partir sur le mot « évoquer » plutôt qu'interpréter... et pis parfois, je me laisse avoir, parfois j'interprète quand même... et pis des fois je le regrette après, parce que j'ai le sentiment que ça n'a pas du tout aidé la personne, parce que je les vois s'emparer de l'expérience et tout de suite l'enfermer dans qqch de trop restrictif... donc avec une cause, qu'il faudrait modifier... avec trop de... de vouloir... d'enfermement en fait... et puis... voilà des fois pas... mais le plus souvent... le plus souvent j'interprète pas... mais je renforce, j'amplifie qqch de l'évocation, en ratifiant la richesse et la valeur de cette expérience... tout en sachant pas si elles vont vouloir pratiquer régulièrement... »

Est-ce que des fois, tu restes sur qqch, une image, que tu reprends la fois suivante ?

« Des fois je le leur dis, surtout si elles me livrent qqch, ce que j'appelle plutôt le « seuil de porte ». C'est qu'on a conclu, il y a peut-être une image qui est sortie, qu'on a plus ou moins interpréter... comme ça a bougé, qu'on a qqch de dynamique et c'est qqch qu'on veut... il y a qqch dans le psychisme, pour dire un mot, dans sa totalité, dans son être, dans le vécu de cette femme, dans son labyrinthe... il y a qqch qui fait qu'au moment où elle va ouvrir la porte... elle a accès à ce qui est vraiment important pour elle et qu'elle a pas amené encore... c'est par la porte... mais là tous les thérapeutes vont en parler, toutes les personnes travaillant dans la relation vont en parler... c'est au moment où on clôt, que forcément la suite qui veut être... qu'on s'en occupe ou qui veut émerger à la conscience, apparaît... et ça c'est typique, alors à ce moment-là, si c'est très fort... surtout que je vois qu'elle est de nouveau mal, parce que ça la met dans une angoisse au moment où elle sort de l'espace... je lui garantis qu'on en prendra soin... et je re-suggère que peut-être ça aura déjà évolué d'ici là, jusqu'à ce qu'on se voie... et des fois si c'est tellement fort je le note au crayon de papier... »

« Je suis épatée de voir combien la suggestion, qu'une partie d'elle s'en occupe... que c'est au travail du même que son enfant grandit, se transforme... ça va se transformer... qu'effectivement il se passe des choses... ça a à voir peut-être avec la synchronicité des jungiens... en tous cas souvent ce qui apparaît à la conscience à ce moment-là, il y aura un lien dans ce qui peut se jouer dans la réalité, ce qu'on appelle la réalité... au sens linéaire, état soi-disant normal de conscience... organisé de cette manière, ce qu'on appelle la réalité... »

« Moi j'appelle ça « suggestion thérapeutique » (par exemple la tâche de s'exercer à la maison) parce que j'ai pas le vocabulaire et pas... pas que le vocabulaire... je pense aussi cette pensée, plus ritualisée ou plus magique... »

Je dis que je pense à qqch... tu nous faisais dessiner... ça m'intéresse parce que derrière ma question des tâches, il y a l'idée de comment on inscrit l'expérience dans la matière...

« C'est bien que tu me poses la question parce que je réalise que pendant longtemps j'ai utilisé le dessin... il y a eu une période où les femmes n'ont pas voulu dessiner, donc j'ai développé un autre type... j'utilise maintenant les deux... et en fait elles dessinent moins maintenant que je fais un autre proposition... au moment où on remonte de la transe, je fais mes suggestions post-hypnotiques... pour prendre soin de cette montée, souvent je leur dis « maintenant je vous invite à garder le meilleur de cette expérience... peut-être c'est une image, peut-être c'est une sensation... peut-être c'est autre chose » donc j'élargis... et je dis « ...vraiment comme si vous pouviez le garder dans votre main »... tu viens de faire ce geste... pis je dis « dans votre main », ou je dis « dans votre poche »... ou selon ce qu'à été le chemin de la transe ben ça sera encore autre chose... je peux même dire « dans votre cœur » ou « dans votre corps... à l'endroit dans votre corps... » parce que si elles ont beaucoup travaillé avec la main pour contacter une zone où elles arrivaient pas à respirer ou pour contacter le bébé... si elles ont beaucoup travaillé dans le périnée... je vais proposer un lieu... mais je les laisse quand même choisir... et je dis « et pis vous allez me dire quand c'est bon, quand c'est fait, quand vous l'avez » et à ce moment-là on remonte et seulement là on remonte... Donc effectivement il y a... alors pour moi c'est plus un ancrage de l'expérience qui permet de réutiliser... mais oui... c'est l'ancrage d'une image ou parfois, si c'est l'endroit de sécurité, qu'elles aient la clé... certaines elles voient un petit portail qu'elles ouvrent... d'autres elles transposent spontanément... c'est pas une vraie clé mais c'est une feuille ou une branche... qu'elle pousse pour aller se cacher sous un arbre... etc. et puis... là, c'est plutôt pour pouvoir retrouver l'endroit, y retourner... parce que finalement ouais c'est ça qui guérit... j'allais dire pour guérir... mais dans mon dispositif... c'est le fait de faire le plus souvent des moments de transe que ça va être... ça va aider la mise au monde... (...) »

« Pour moi ce que tu... que ce soit un acte magique comme une prescription... ça ramène au pont entre qqch de plus concret... donc... de réel... c'est vraiment le pont qui fait qu'on passe plus facilement du monde symbolique qui en l'occurrence est investi comme un espace de guérison, de préparation à la naissance... »

« (...) donc vraiment comme ressource... et qui est investi pas comme qqch d'obscur... ou pire un espèce de monde dangereux où on ose pas s'aventurer... avec toute l'imagerie de l'inconscient qui serait une poubelle... parce qu'il y a aussi tout ça derrière... »

« (...) c'est dire qu'on est capable de s'aventurer avec un guide, pis après tout seul... parce qu'on a le pont... c'est bien le problème des personnes psychotiques schizophrènes ou décompensées qui sont vraiment envahies par les forces de l'inconscient... parce qu'il y a un vrai danger... on peut pas s'aventurer... on ne peut pas s'embarquer... dans qqch d'au-delà de l'espace connu, ce qu'on appelle l'ECM... sans.. on ne peut pas s'aventurer dans le labyrinthe... »

Je dis que c'est marrant qu'elle amène ça du point de vue du pont, et que c'est ce pont qui différencie l'accès à cet état de façon adéquate ou pathologique (pas de pont, envahi) parce que pour moi, le pont permet d'accéder, d'inclure un moment sacré

« Si j'en parle c'est parce que je vois bien que dans notre entretien depuis ce matin... on est toutes les deux sur cet accord tacite que c'est ça le sacré, la ressource, l'émerveillement, le monde de l'âme, ce à quoi, peut-être même on aspire... moi parce que je suis hypnothérapeute, toi parce que tu fais une étude sur le sujet et tu te formes... mais là en ramenant ça... je me remet dans une posture plus large... mais il y a plein de gens pour qui c'est pas du tout ça... et c'est pour ça qu'ils n'y vont pas... et c'est pour ça qu'ils veulent faire de l'hypnose... mais dans le contrôle... donc il vont dire « mais moi j'ai rien senti, j'ai rien vu... alors là oui ok, j'ai une image, mais je dois beaucoup réfléchir, pis elle est très floue, pis je l'ai vue 2 secondes, pis... pis c'est un truc connu, pis ça je fais déjà quand j'y pense... » ben ouais... donc c'est important de... c'est bien... c'est aussi légitime de contrôler... parce

que c'est drôlement utile pour pas tomber dans le chaos... c'est hyper légitime.. alors ça peut donner des structures plus ou moins rigide du moi... voilà mais je reviens à cet exemple de cette femme qui voulait absolument contrôler, y compris l'accouchement... c'était une façon de contrôler de dire « je ne veux pas pousser » c'est dire « je serai plus forte que le réflexe physiologique, même de pousser... » mais moi je pense qu'on peut, sans manipuler l'autre ou en étant à la limite de la manipulation, lui dire « mais bien sûr on pourra... aller à la limite de ça et voir... » c'est comme si qqm me dit « je veux continuer à faire de l'hypnose mais bon je sais pas trop ce qui s'est passé et je ne vous cacherais pas que je vais peut-être venir qu'une fois... » je dis, « ben c'est comme vous voulez... mais on peut aller voir jusqu'où... et puis peut-être ce sera que aller là où ça respire que jusque-là » Une fois il y avait une femme qui avait un mur au-dessus de l'utérus... et elle pouvait dire « oui il y a un mur » elle avait fait 5 fausses couches cette femme. Et elle croyait plus qu'elle pourrait être enceinte... et entre la première et la deuxième fois qu'on s'est vue, elle était enceinte... donc c'était difficile parce qu'elle m'a projeté dessus que c'était grâce à moi... alors je devais sans cesse ramener l'air de rien que c'est le fait qu'elle soit venue me voir, qui signifiait qu'elle était prête... et que ça y est encore une grossesse mais que bien sûr, c'est encore tout petit, elle sait pas si elle va la perdre... c'était le 6^e après 5 fausses couches donc c'était extrême, c'était fort... et elle voyait un mur... et elle venait chez moi pour voir le mur... mais pendant des séances... il y avait un besoin presque... fin névrotique... je pense, je suis pas psy mais j'appellerais ça comme ça... de vérifier que j'allais avec elle sans la culpabiliser, d'aller voir que le mur... c'est ce qui faisait pour moi qu'elle pouvait tenir encore une semaine ou deux... parce qu'on se voyait souvent... et puis elle était dans une transe qu'on appellerait légère parce que elle voyait un peu, elle touchait un peu, elle parlait beaucoup... elle retournait un peu... donc elle accédait à peine au monde symbolique... c'était aussi ça son mur... enfin, elle disait qu'elle faisait de l'hypnose... moi je voulais pas dire le contraire, parce que c'était vraiment thérapeutique... donc je vois bien qu'en te parlant j'affirme... pis je pense qu'en arrière-plan il y a les discussions qu'on a eues sur l'utilisation de l'hypnose de façons totalitaires ou bien utiliser je dirai peut-être maintenant... l'hypnose, pour se raconter du thérapeutique... moi je mets quand même ma mission de sage-femme avant tout... donc l'intention d'accompagner une mise au monde... et il y a aucun enjeu pour moi de faire une transe profonde ou pas, d'appliquer les techniques de manières habiles ou pas... de faire l'hypnose pendant ¾ d'h sur une heure parce que la femme paye pour ça... parce que ma plaque annonce que je fais de l'hypnose ou à faire bien... mais bien sûr qu'il y a toujours ces forces à l'œuvre... mais je suis de moins en moins dupe.. »

« Thérapeute de quoi, pour quoi... vu que c'est pas l'hypnose qui guérit... j'utilise l'hypnose dans une relation de guérison ou d'accompagnement... peut-être probablement que je vois pas tout quand je dis ça... mais ça me paraît assez fondamental quand même... »

« Dernièrement j'ai accompagné dans un cadre différent... ça m'a vraiment fait sentir l'importance du cadre... j'ai accepté d'accompagner une femme qui a eu en salle d'hop une reconstitution mammaire... elle souffre encore de son cancer... elle n'est encore pas au stade de rémission... elle a un cancer sévère des deux seins (...) l'opération prévue par le chirurgien pour reconstruction, normalement qui se fait sous anesthésie générale... elle ne veut pas, elle veut « anesthésie locale et hypnose » et elle me demande... je lui dis « ben non moi je fais pas ça, moi je suis sage-femme, je connais les techniques, oui ça m'intéresserait beaucoup, mais... » elle me dit oui mais l'infirmière anesthésiste qui m'a fait elle est en vacances... l'autre elle est en vacances... cette personne elle-même elle connaît l'hypnose, elle est formée... donc j'entre en matière en lui disant « bon, on se voit discute. Je lui redis moi je suis la sage-femme donc je vais utiliser mes techniques de sage-femme... est-ce que t'es vraiment d'accord avec ça ? » « oui » « Moi je te propose pour qu'on soit vraiment en sécurité, on fait déjà une séance maintenant, comme ça on apprend à se connaître, tu vois comment je bosse... je vois comment tu te mets en autohypnose et puis à la fin on décide... » on l'a fait, on avait envie toutes les deux, on s'est lancées. Pour moi, il y avait une petite prise de risque, pour elle aussi. Il y avait une motivation commune et une confiance commune suffisante pour que ça marche... donc j'ai fait si tu veux, l'hypnothérapeute en anesthésie... Comme j'ai déjà fait des choses comme ça quand j'accompagnais l'accouchement, cad en live... c'est plus du live à ce moment-là, la contraction, etc. je pouvais m'appuyer là-dessus. Don je dis « on y va... mais j'ai jamais fait une opération. » C'était la première fois, c'était censé durer ¾ d'heure ça a duré 1h15... pis quand je suis arrivée, bien qu'elle ait fait deux mails et tout, en fait le chef anesthésiste il avait pas été mis au courant, donc il y avait pas mal d'embuche... pis au final ça c'est très bien passé mais j'ai aussi vu les limites de ça, que c'est un autre type de pratique... disons que ça m'a demandé d'être en autohypnose pendant tout le temps de l'intervention pour pouvoir l'accompagner dans cette hypno-analgésie... Et j'ai bien vu que c'était un autre contrat... parce que là il y a vraiment le contrat qu'elle doit pouvoir traverser... avec l'hypnose, remodeler en permanence les sensations pour que ce soit pas que interprété par le cerveau comme douleur insupportable. Parce que clairement l'anesthésie locale toute seule ça suffit pas pour reconstruire un sein, pour aller chercher de la graisse sur le ventre (...) et c'était tellement un gros truc qu'autour ils ont presque fait l'impasse... cad, le chirurgien il ne m'a pas dit bonjour... il s'est adressé à la patiente, il a vérifié dans le protocole que c'est bien ça qu'elle voulait (...)

→ lui a demandé d'aller encore plus loin, alors qu'était déjà au bout... mais avait l'habitude dans les accouchements.

→ pour que ce soit encore plus froid alors qu'était déjà de la glace... ont fait appel à l'âme du glacier... aux rivières sous la glace...

→ n'avait pas l'habitude de faire courir une femme en hypnose... mais dit que même si c'est différent... une fois qu'on est dans le monde symbolique, on est dans le monde symbolique...

Troisième entretien : H3

« De façon générale, là en fait, c'est dans les salles d'opérations que je le fais beaucoup, pendant que les patients... soit qu'ils ont déjà une demande, ils arrivent... en fait on a cerné chez les patients qui peut vraiment il y avoir une intervention qui va être douloureuse ou anxiogène. Donc on va proposer l'hypnose... donc moi je vais aller proposer l'hypnose et on va déjà regarder un peu des objectifs. Donc souvent c'est ... « de ne pas avoir de douleur »... donc après je reformule l'objectif en fait... « que ça se passe le mieux possible » Donc j'y vais vraiment avec qqch de réaliste, qqch de positif... tout en sachant que peut-être c'est pas comme ça que ça va se passer... dans le sens que... qui va se passer d'autres choses et qu'on va juste survoler cette intention, cet objectif, au travers de la chirurgie... Ca va être l'objectif principal qui va un peu... qui va sécuriser le patient, parce que ça va être connu, parce que ce que c'est à ça qui va s'attendre... mais finalement on va aller dans cette transe et puis moi je vais le suivre où il va... et puis on va modifier cette gestion de douleur qui va arriver, plein de choses, plein d'éléments... et puis à ce moment-là on va modifier à chaque fois l'intention... »

T'aurais des exemples ?

« J'en ai plein... moi je fais que ça, beaucoup de la gestion de douleur. Et puis j'ai peut-être un autre exemple que je fais... que j'aimerais aller dans cette voie qui est un peu... donc la gestion de douleur, comme exemple... un dame qui a subi plein de chimiothérapie, plein de traitements... et puis le seul traitement qu'on peut lui offrir c'est d'enlever les métastases au niveau des

jambes de la peau par chirurgie... (...) cad qu'on va faire de 30 à 45 excisions... on coupe et on retire... 3' à 45 par interventions ce qui est beaucoup... ce qui veut dire qu'on va faire 45 anesthésies... 45 piqûres qu'on va anesthésier la peau... la dame c'est une artiste... donc elle a déjà... elle fait un peu de méditation, elle a déjà comme ses ressources à elle... elle adore la musique, elle fait de la peinture... et puis... donc j'avais déjà fait une ou deux fois avec elle qui avait très bien passé... on avait fait de la « safe place » on avait fait... et pis cette fois-là, ben voilà on se rencontre... ben voilà... elle avait une fois sans mon accompagnement et ça n'avait pas bien été du tout (l'intervention)... il y avait eu de la douleur mais tout le long, elle était incapable de faire l'intervention, elle pleurait, elle avait de la douleur, donc ils ont arrêté l'intervention (c'était l'anesthésie qui ne fonctionnait pas ou c'est l'anesthésie qui fait mal ?) L'anesthésie fait mal. Quand on anesthésie la peau ça brûle, ça pique, c'est douloureux et puis après c'est engourdi. Mais il y a ce moment de 10 secondes intenses... et c'est là que moi, en fait j'utilise le plus l'hypnose, c'est vraiment pendant ce moment où que c'est difficile, cette anesthésie... 45 fois en une heure... (...) Pour moi ça été significatif... ouais parce qu'il y a eu une ouverture... ouais, il y a eu un changement en fait au cours de l'intervention... donc voilà, je fais l'induction comme elle sait le faire... cénesthésique... ensuite on va dans sa safe place qui est proche... voilà de la mer... qqch comme ça... il y a de l'eau et tout... et pis après... ça dure un moment... elle a déjà visité, tout ça... je sens que ben voilà... on commence l'anesthésie ça se passe bien... et puis tout d'un coup, elle se met à pleurer... pis là je me dis, ok, elle a de la douleur, comment ça se passe... non excuse-moi, d'abord je l'avais emmenée dans la maison intérieure... dans une maison où elle peut se reposer, où elle peut déposer toute la douleur, tout le confort... tout ce qu'elle veut elle peut déposer dans cette maison et se reposer... donc j'avais induit avec elle un endroit où qu'elle pouvait... enfin reposé... ouais toute sa douleur qu'elle transporte... avec les connaissances que j'ai des autres interventions... donc elle est dans cette maison pendant qu'on fait la chirurgie, et puis elle se met à pleurer... et du coup elle dit « voilà, je me rencontre, dans cette maison il y a tous les gens qui m'ont aidé au travers de mon parcours de ce cancer dans les 10 dernières années... pis j'en suis tellement reconnaissante... » pis elle pleure, elle pleure... pis elle dit « mais ils sont tous là maintenant, aujourd'hui... » Là je sentais qu'on n'était plus dans la gestion de la douleur... moi ça m'a un peu désamorcée parce que je me suis dit « ok on est à quelque part d'autre... dans d'autres choses... » et pis c'est assez troublant... parce que si on se remet en situation, on est en train de faire une intervention et puis qu'on voit la patiente pleurer... on dit « mon dieu on arrête, qu'est-ce qu'on fait... ? » Dans une salle d'opération on n'a pas ces sentiments profonds, pis émotifs aussi pur quoi... et pis c'est dur de faire un travail là-dessus quand il y a un chirurgien, une infirmière, une autre infirmière... tu vois c'était assez personnel... et puis la connaissant, commençant à la connaître, je suis allée plus loin dans cet accompagnement... vers ces personnes-là, qu'est-ce qu'ils lui ont apporté, qu'est-ce qu'ils... du coup... on a travaillé ça... donc là, déjà là, il y a eu un balancement de... de l'intention, et puis moi je l'ai suivie là-dedans... vu que moi je l'accompagne... (mais ça l'éloignait de la douleur comme elle était dans autre chose... non ?) Oui mais c'était assez émotif, c'était assez difficile aussi... oui il y avait les gens qui l'ont accompagnée pendant ce cancer, mais il y a aussi toute la souffrance qu'elle a eue... tu vois c'est aussi positif et négatif, elle avait ces deux pôles-là qui la traversaient à ce moment-là... traversaient... avec l'injection... et puis après on est allé un peu là-dedans... et puis après, elle est revenue un peu dans son corps si tu veux pis là elle a eu des douleurs mais affreuses, des brûlures... intuitivement, j'ai remis un peu... je suis allée dans cette douleur en fait... j'ai dit « ok elle est là... » et pis on va aller découvrir cette douleur, comment elle est... » et puis on a décortiqué, on a ouvert cette douleur... et pis après... j'ai dit « ok alors il y a l'énergie... » Je suis partie de l'énergie de son pied jusqu'à sa jambe... et puis j'ai fait voilà... un peu ce système là... que je n'avais jamais fait... que j'ai décidé... je me suis dit « voilà, il y a de l'énergie qui circule... » Don aussi moi j'ai fait des nouveaux trucs, j'ai changé, je me suis adaptée à son énergie à elle... à ce qu'elle avait besoin... ouais il y avait comme une vibration de ce que je sentais que... voilà, elle avait besoin de ça... et pis après ben la douleur elle est partie... elle m'a dit après qu'elle sentait vraiment cette énergie, cette douleur qui a traversé sa peau elle était là, c'était diffus, c'était dilué... »

Donc tu lui as fait décortiqué la douleur.. et comment t'es arrivée à l'énergie ?

« Alors moi j'ai juste dit... comment je suis arrivée à l'énergie ?... donc là j'ai décortiqué la douleur, je l'ai fait ouvrir... « alors qu'est-ce qu'elle est cette douleur, elle est comment ? »... et puis après (...) alors je suis partie de la douleur, ouais c'est ça je pense... parce que ça fait un moment... je suis partie de la douleur, j'ai ouvert... j'ai... mais c'est pas moi, c'est elle... je dis « j'ai » mais... elle a changé cette douleur et puis jusqu'à transformer en énergie et cette énergie s'est transformée de manière positive... peut-être un peu comme dans sa maison... où il y avait cette souffrance... et pis que cette souffrance elle s'est accompagnée de personnes... dans ce changement... voilà... et pis elle, elle a vécu un moment... elle m'a dit « merci, merci pour m'avoir accompagné avec ces personnes... ça m'a fait du bien de voir que je suis pas seule, que j'ai toutes ces ressources, ces personnes... » parce que quand elle les a rencontrés dans cette maison, il lui ont tous donné un petit quelque chose... pour passer au travers de ce moment de la chirurgie... et elle a dit « mais je les ai encore avec moi pour les journées qui suivent... » et puis aussi ce qu'elle a aimé, c'est qu'on est allé dans la douleur, on ne l'a pas évité... et puis ça elle a beaucoup aimé, et puis l'énergie aussi, que ça se transforme en énergie, ça elle l'a dit qu'elle l'utiliserait après, cette transformation, cette énergie qui diffuse, qui part dans le sang, dans la peau... donc après... l'intention c'était la gestion de la douleur, la diminution ou le bien être... un sentiment de bien-être pour faire cette intervention... mais après... ça change tellement pendant... ça évolue... »

« Elle a appris, elle a ramené des ressources, elle a aussi appris à transformer, à changer, à modifier, à ouvrir, à décortiquer cette souffrance et cette douleur... »

« Je pense que ça... en tous cas nous en tant que soignant, parce que moi je suis à l'hôpital... on évite la souffrance... on veut l'apaiser... on donne les médicaments... on ne veut pas la voir... parce que c'est dur... pourquoi pour nous parce qu'on se sent impuissants ou... ou pas... mais la personne elle sait ce qu'elle doit faire... il faut juste lui offrir l'opportunité... elle va trouver la façon de... elle sait ce qui est bon pour elle... il y a une partie en elle qui le sait... c'est de peut-être se connecter avec cette partie, avec son corps... c'est peut-être juste ça... de se connecter avec son corps... »

Et en même temps de partager...

« moi je les utilise beaucoup les métaphores... je les décortiques... premièrement ce que je fais avec les métaphores avant de rentrer... souvent avant qu'ils entrent en salle d'opération... dans le vestiaire déjà... je me mets déjà en phase que peut-être je vais faire de l'hypnose ou pas... ou je vais peut-être juste saupoudrer un peu de transe pendant l'intervention... et puis j'écoute ces métaphores et puis je les prends... mais il faut écouter activement... et puis les prendre... »

C'est à dire ?

« Ben vraiment écoute active... cad c'est de... il y a rien qui est dit pour rien dans un moment de stress, un moment d'émotion... d'anxiété... ce qu'ils disent à toute sa symbolique, à toute son importance... »

Tu aurais de nouveau des exemples ?

« Ben je vais te donner plutôt avec les métaphores... donc dans un examen j'ai rencontré... je sais pas si je t'avais rencontré mon examen... avec la jeune... ben je vais raconter... (...) en fait quand je l'ai rencontrée... ben je voulais faire mon examen... et puis du coup... moi mon but c'est d'introduire l'hypnose dans le « pommadages »... dans les « pommadages », t'induis... tu mets la crème et puis tu fais un emballlement avec des... des draps, pendant 45 min ils sont immobiles... donc ils sont là, ils sont relaxes, ils dorment ou ils se reposent... et moi avec cette... ouais juste le soin d'emballage, de crème, de confort, et tout... moi je trouve que c'est vraiment une opportunité de faire de l'hypnose... donc je suis allée la voir la veille, pis c'était une jeune de 39 ans, qui... (...) du coup je vais la voir, je lui présente l'hypnose, « on pourrait faire de l'hypnose pendant les emballlements... » « ok » Donc je lui dit « ok, comment ça se passe ? on me dit que vous avez des démangeaisons... » Elle me dit « oui j'ai des démangeaisons... » Donc la jeune elle est très très agitée, elle regarde dans tous les sens... elle sourit mais elle est... elle est tendue, parce qu'il y a qqch qui l'agresse... mais elle est super coopérante, tu vois... elle répond, elle est contente que je suis là mais... elle se gratte mais toutes les 30 secondes, tout le corps... et puis elle me dit « wouah... je suis à fleur de peau... je fais plein d'examen, je suis à fleur de peau, j'ai des fourmis dans les pieds, c'est comme un cycle, ça n'arrête pas... ça bouillonne en dedans de moi... mais c'est l'inconnu, je sais pas quoi faire... on m'a offert des anxiolytiques, moi je n'en veux pas... je veux pas avoir de médicaments pour dormir... je veux pas de médicaments... » A ce moment là on ne savait pas trop ce qu'elle avait comme maladie, comme diagnostic... donc je dis « ben parfait, on va d'abord... » Moi avant quoi que ce soit je fais toujours une safe place... pour ma sécurité, pour leur sécurité... pour qu'il y ait au moins un endroit... donc je lui dit « Ben écoute on va juste aller visiter un endroit... » Pis on regarde ce que c'est l'hypnose... pour que à la deuxième fois on puisse vraiment approfondir et puis travailler qqch... donc c'est vraiment ludique ces 20 minutes et juste pour qu'elle expérimente l'hypnose... et puis après je reviens chez moi... et puis je me dis « oui ok » alors tout ce qui me vient... il y a toute cette idée de fourmis hein... ce qui elle ce qui dérange le plus c'est ses démangeaisons... ça lui gratte tellement qu'elle n'arrive pas à dormir la nuit... mais vraiment... elle est au taquet... l'adrénaline... (...) il y a des choses qui m'ont percutée (en y repensant chez elle), donc je suis vraiment à l'écoute, je suis vraiment avec elle, je suis vraiment dans son corps... quand j'ai écouté, que je suis allée dans sa chambre pour me présenter... j'écoutais son verbal, son non verbal... ouais je... j'essayais, pendant que... c'est ce que je fais beaucoup quand je rencontre... un peu dans sa peau, dans un sens... tout en me gardant moi... mais il y a une partie de moi qui essaye de me visualiser, de me représenter... à travers ce qu'elle dit, ses métaphores... comment ça pourrait être... donc je le vis un peu, à côté d'elle ou avec ses lunettes... donc du coup, je retiens les métaphores qui sont fortes, qui me parlent à moi, et qui lui parlaient beaucoup... qui est en lien avec son objectif, c'était que ses démangeaisons aux pieds, ces fourmis, arrêtent... donc... moi je me dis... « ok, elle me dit « à fleur de peau... » qu'est-ce que c'est « à fleur de peau » ? » Donc j'ai décortiqué, j'ai regardé... internet, j'ai regardé dans les livres qu'est-ce que c'était « à fleur de peau... » et puis après ce que je fais maintenant un peu tout le temps quand c'est des nouvelles situations qui me mettent un peu... nouveau... je me mets en auto-hypnose... et je me dis « qu'est-ce que j'aurais besoin ? » Je prends ses métaphores, je les visualises, je me les représente... pis je me sentais bouillonner, je me sentais tourner... ça tourne... il y a cette fatigue, c'est... ça se lasse pas... ça bouillonne... les fourmis, à fleur de peau... ma peau elle est fine, elle est toute lacérée... « Qu'est-ce que j'aurais besoin ? J'aurais besoin que ça ralentisse... » c'est ce que j'avais moi... donc vraiment une hypothèse... mais il me semble que j'aurais besoin de repos, que ça ralentisse le rythme de... pis c'est une femme très très active, elle a deux enfants, elle est toute fine, elle fait du jogging, de la course à pied... donc elle est toujours... pis je lui dit là... c'est l'inconnu... elle aurait besoin je crois... de repos, de se déposé, de ralentir... parce que en même temps... je me sentais pas capable de dire « ben voilà, on va arrêter les démangeaisons... » Je débute, ouais je commence en hypnose... j'ai pas cette capacité d'arriver à ça quoi... donc du coup, je me fais un peu des hypothèses comme ça... je me dis... elle a besoin de calme et de repos... donc je la rencontre et puis... voilà, je lui redemande quel est l'objectif pour cette séance... et elle dit « voilà, je veux que ça arrête ces démangeaisons... les fourmis tout ça... » Je lui dis « ok » et on reformule ensemble... et je lui dis « ok mais est-ce que ça pourrait être plutôt d'avoir un moment de répit, un moment de bien être pendant le soin... pendant l'hypnose... juste maintenant de profiter de ce moment, voilà pour vous reposer... » Parce qu'elle ne dormait plus, elle faisait de l'insomnie depuis une semaine... donc elle était d'accord tout ça... donc... (...) donc notre attention quand on a fait les « pommadages » c'était voilà... de rendre ce moment reposant, calme... donc j'ai diminué un peu ben ses exigences en fait... parce que d'arrêter ses démangeaisons, c'est quand même physique... surtout que c'est quand même présent... elle a quand même une maladie qui est quand même présente... donc je peux pas... c'est pas une baguette magique l'hypnose... et ça je leur dis tout de suite quoi... je leur dit... « voilà, il va se passer des choses mais voilà... » (Là vous n'aviez pas encore le diagnostic ? Mais maintenant vous savez que c'est une maladie) oui... elle a une maladie immunitaire qui a causé un peu ces démangeaisons... et pis là elle a de la médication en fonction de ça... donc là elle est là... elle a ces démangeaisons, elle a la peau lacérée, tout ça... et pis voilà... on rentre un peu... donc je prends toujours, ben leur ressource... elle faisait de la course, elle faisait de l'équitation, elle faisait de la natation... donc beaucoup dans l'effort... pis dans l'effort il y a toujours ce moment de transe, la respiration... donc je pars toujours au niveau de son VACOG... cénesthésique, euh... visuel, et pis je vais avec la respiration... pis je pars toujours un peu... c'est vrai que je vais avec le patient... ce qu'il y l'habitude de faire, dans ses moments de relaxation, de passe-temps... avec un petit éléments... (un petit élément ?) Ben si c'est dans l'effort, dans l'exercice physique... donc la course... ben peut-être que je vais partir des jambes... mais dans la course il y a aussi la respiration qui a son importance... donc voilà, après je vais toujours dans la métaphore de la respiration, de la vague... mais après la vague ça peut changer par d'autres choses... ça peut être un vent... selon la personne... selon son intérêt qui l'amène dans un moment de détente dans sa vie, dans son passe-temps... dans son... »

« (...) exemple j'ai déjà fait une induction avec une personne dépressive... dans une salle d'opération, et puis elle m'a dit... « tu sais, jamais tu vas réussir à faire une transe avec elle... elle est trop dans l'émotion... elle pleure, elle t'accroche, elle t'agrippe, elle n'arrive pas à... pis son seul passe-temps c'était regarder des Colombo à la télé... elle avait que ça... pour elle hein, parce que dans la transe on a découvert qu'elle adorait cuisiner pour ses enfants... donc on est parti en transe culinaire pendant... tous le long de l'intervention, pendant deux heures on a cuisiné... mais pour l'induction de la transe, j'ai fait... on regardait un film hein... alors elle était assise... « comme vous êtes allongées dans ce lit, qui est peut-être un peu comme votre fauteuil, votre canapé... pis voilà, peut-être fermé la télé, comment elle est... » Si c'est trop difficile d'aller dans le corps, ben on va déjà dans une image ou qqch qu'elle connaît... pis elle me parle... et pis je me dis « bon, je suis pas dedans quoi... ça se peut pas que je fasse une induction avec un film de Colombo... » Pis je la faisais décrire la scène et en décrivant la scène elle était déjà en dissociation, pis on était chez elle... pis voilà... donc ça ça m'a surpris... »

Tu pars du patient et de ses ressources

« Tout le temps... souvent... presque tout le temps... mais c'est sûr que j'ai toujours mon petit truc à moi... que pour moi, mon induction elle part souvent de la respiration... donc c'est clair que s'il n'y a pas rien... ben c'est impossible rien... parce que tu respire... donc on peut partir de la respiration... et la respiration se fait toute seule, et la respiration respire... »

Je dis que moi je bloque quand je focalise sur la respiration...

« Mais moi je ne la focalise pas... moi j'observe... alors... tu mets tes mains... je pars toujours dans la métaphore... »

« Mais je peux scanner le corps aussi... mais je ne le fais pas trop parce que je trouve que c'est difficile de scanner le corps... pour moi-même... parce qu'évidemment quand je mets le patient en transe, ben je m'induis aussi... donc il faut qu'il y ait un petit truc qui va aussi m'induire un état hypnotique avec lui... donc c'est sûr que je vais... je vais faire qqch... pour lui... »

Tu relies toujours au corps

« Non ben tu vois là on était (dans le film de Colombo...) Mais le corps... oui le corps est toujours là... »

Mais au début par exemple tu l'installes comme dans son canapé pour regarder le film ?

« Pas toujours... non, non.. parce que des fois je vais directement dans l'organe... parce que des fois... alors j'ai entendu dans le vestiaire le patient qui me disait « j'en ai ras le bol... je me sens comme... je sais pas je dis n'importe quoi... j'en ai ras-le-bol, je me sens coincée... » il me dit une métaphore, elle est là... où il me donne un indice de son VACOG... sans s'en apercevoir... je leur dis... après je le reçois et je leur dis... « Comment ça va aujourd'hui ? » Je laisse tout me trucs de côté... et pis vraiment je l'écoute... mais vraiment je m'approche... « pis comment ça va aujourd'hui ? comment ça va pour l'opération ? » Pis là il me dit « ah... oui oui ça va... » pis après hop, il va me dire un truc... un truc rigolade... mais je l'écoute, mais je le prends... parce que ça c'est du matériel que je peux utiliser... mais je ne le fais plus... maintenant c'est automatique... je le prends comme ça... pis bon on va dans la salle d'opération et c'est clair que je dis... « ben revenez dans le lit... comme dans votre lit peut-être... ou pas... et puis vous pouvez vous allongez... peut-être sur la plage... ou sur la montagne... sur la montagne ou sur la plage ? Vous êtes plutôt plage ou montagne ? Je pose presque à 80% cette question... pis il me dit... « ah ouais... ah non non moi je suis montagne... » « ah oui c'est vrai... ok » hop « montagne » Je sais qu'il est « montagne »... « ben couchez-vous sur l'herbe alors... c'est bien ? » « ah ouais... » pis la on continue, le médecin arrive, fait ses trucs... on fait l'intervention pis s'il y a un moment de stress, un moment de douleur qui... qui sort parce qu'il se retient... parce que à un moment ça lâche (qu'est-ce qui lâche ?) Ben l'anxiété, la douleur... tout... la souffrance... il y a qqch là, il ne peut plus, il a mal, mais mal... alors moi je sors tout mes trucs... je sors mon VACOG que j'ai ramassé, un petit VACOG sans l'avoir peut-être demandé, validé... une petite métaphore qu'il m'a lancé comme ça... ras-le-bol... le bol est plein... alors oui... qu'est-ce que c'est... il est à la plage, ok alors... ras-le-bol... pis je pars là-dessus... « ah il y a les moustiques... » ben l'injection c'est comme les moustiques... Pis je viens vers lui et je dis « voilà, peut-être voir les moustiques vous picotez la peau comme les moustiques près de la plage... parce que vous connaissez les moustiques près de la plage ? pis ils picotent la peau et ils s'engourdissent... » et puis il sent que la peau s'engourdit..., s'engourdit d'elle-même... et je pars avec la peau... qui est elle-même dépendante de son corps, qui elle-même fait tout le travail... pis là, il y a une petite dissociation de l'organe qui fait tout seul, qui est indépendant de lui... et puis là je pars sur la plage... ou la montagne... avec la force des montagnes... la plage, l'eau... Ras-le-bol... « Vous voyez les vagues ? » et pis je pars dans les métaphores (et tu converses au fur et à mesure ou de moins en moins ?) Dans ces situations oui oui... c'est très conversationnel... (Je dis que des fois je trouve que ça fait sortir la personne de parler...) mais moi quand j'improvise, quand j'improvise l'hypnose ben ils me parlent beaucoup... mais finalement, d'attraper ce moment de cette émotion, ça augmente leur motivation et ils sont aussi bien en transe... à part qu'ils discutent et pis qu'il faut faire attention un petit peu plus dans l'interaction, l'écoute... j'ai fait une hypnose hier... et pis le Monsieur, ça saignait beaucoup... et puis là il commence à être anxiogène... et puis... ben voilà, je suis partie sur un truc... j'ai dit « mais où est-ce que vous aimeriez être ? » pis on est parti dans un café, et puis il m'a décrit exactement comment il aimait boire le café... il se voyait, on décortiquait... « alors... où est-ce que vous êtes assis ? dans quelle chaise ? ok... » et puis on est allé... et puis lui il était complètement en transe... il me parlait, il était complètement parti... et puis tout le monde parlait fort... pis moi je me suis dit « ah M... il est pas là... » mais lui il m'écoutait... moi je ne m'entendais plus parler... et lui je ne l'entendais presque plus parler, mais lui il était en transe... il était dans ce café en train de boire son café, et lire le 24h et parler avec une voisine... et je l'ai improvisée comme ça... je suis allée vers lui et puis voilà... j'ai commencé comme ça... »

« Mais il faut prendre tout ce qu'ils nous donnent... moi ce que je fais... c'est d'écouter... cette écoute active là... et de prendre ça comme petit... je mets ça dans mon petit sac à malices là... et je le sors si j'en ai besoin... mais quand je fais les hypnoses... comme plus formelle où voilà, on a prévu ce moment, on fait le soin... ou l'intervention, et puis voilà je me prépare... Les patients sont souvent en transe très très profonde... ils ne me parlent pas du tout... presque pas... »

C'est quoi la différence ? Une induction plus longue ?

« Ben c'est en fait... c'est de... c'est toujours un peu... on ne sait pas où il est... donc il y a cette sécurité du patient de savoir il est où dans sa transe... parce qu'il ne faut pas non plus que ce soit une transe négative quoi... et des fois c'est difficile... et puis le signaling il est pas toujours là... et puis... »

Qu'est-ce qui fait la différence... entre la transe profonde et la transe conversationnelle ?

« Moi je trouve que quand ils me parlent moins... est-ce que c'est vrai ce que je vais dire... moi je trouve qu'il y a un... peut-être pas toujours... parce que des fois il y a une relation de confiance ou c'est l'environnement qui fait en sorte que... ils peuvent parler tout en restant dans une transe profonde et faire du travail sur eux... mais moi je trouve en tous cas que... peut-être qu'il y a un changement peut-être plus profond... peut-être qu'ils vont plus dans l'image, je veux pas dire l'inconscient... mais dans la représentation, dans le changement, dans la modification... peut-être qu'ils sont plus avec eux-mêmes, ou en dissociation, ou plus dans leur corps, ou à l'écoute d'eux-mêmes... peut-être en relation avec eux-mêmes... »

Mais qu'est-ce que toi tu as fait de différent (pour que ce soit une transe plus profonde où il n'y a plus de conversation) ?

« Ben l'induction, ça c'est clair... (c'est quoi la différence d'induction ?) quand je saupoudre comme ça (comme dans l'opération ?) oui... je vais directement dans une... dans un endroit à eux... il n'y a pas vraiment d'induction... c'est peut-être plutôt de l'induction dans l'organe... donc exemple... ils ont mal... (ou la safe place ?) Je ne fais pas trop la safe place parce qu'il faudrait déjà que je demande elle est où leur safe place... je peux même pas... en fait je vais directement dans l'organe quand c'est improvisé... donc c'est une induction dans l'organe « alors l'injection... elle est douloureuse, comment elle est cette douleur ? » « elle est dans la peau... la peau, na, na, na... »

Et quand tu t'es retrouvé dans le café ? (C'était pas prévu, était là pour l'opération pas pour faire de l'hypnose...)

« Je sais plus, là je commence juste à discuter, un peu à m'intéresser... ouais je sais pas... il y a un élément qui me dit... disons qu'il me parle de... ouais je prends cet élément ou je discute... c'est lui qui me dit... je sais pas comment je suis arrivée au café... ah oui c'est ça... je viens de comprendre... qu'est-ce que je lui ai dit ? Je lui ai dit... « vous aimeriez être à un autre endroit

qu'ici ? » Il disait « oui... ben oui... » « Mais quel endroit vous aimeriez ? Quel endroit on pourrait aller là ? en ce moment, quel endroit où vous aimeriez être ? » « Ben je sais pas... » « Oui mais qu'est-ce que vous faites pour vous détendre quand vous êtes à la maison ou... » Pis là ça les prend de court parce que je ne suis pas dans le sujet de l'opération... je suis pas... « Ah ben j'aime aller au T-Room... » « Il y a un T-Room que vous aimez plus qu'un autre ? » « Ah oui, le T-Room juste à côté de chez moi, à 5 km à pied » « Ah oui a pied, d'accord vous partez de la maison ? Ok... pis vous sortez de la maison, pis vous avez la route... c'est où que vous habitez ? » Pis là vous marchez... le chemin il est long ou pas ? « On marche, on y va au T-Room » « Ah oui... » Pis là je fais un peu la sottise quoi un peu... dans le sens... (parce qu'ils ne savent pas que tu leur fait de l'hypnose ? » non mais c'est ça... mais ils sont un peu... tu sais quand ils m'entendent, ils se disent peut-être « elle est un peu conne » mais pas... parce qu'ils ne le pensent pas... ça m'est jamais arrivé de... Ca m'est arrivé on m'a dit « je vois très bien ce que vous faites... » c'était une ancienne infirmière qui a travaillé pour l'humanitaire, pis elle voyait vraiment... elle est très très intelligente et puis j'étais « oui ben j'essaie de vous aider... » C'est pas grave, on a rigolé, tout le monde a rigolé... ouais c'est comme ça on est parti au T-Room et je le fais visualiser le chemin pour aller à cet endroit qu'il aime... pis le décortiquer, pis il le voit... « pis peut-être que vos yeux peuvent se fermer... » et puis il le voit ce t-room... et puis amener des choses, des émotions agréables, des métaphores agréables dans ce T-Room « et pis c'est agréable d'être dans ce... » « ah oui c'est agréable... ah oui... » pis le corps se dépose... « pis vous prenez place dans votre chaise... ah oui les fesses... cette chaise vous l'aimez bien... » et tout... et essayez de ressentir tout ce qui vient avec les émotions... et puis il y va souvent... et puis ça lui fait plaisir... »

Je relève que je pense que c'est parce qu'ils sont sous stress et en opération qu'ils rentrent dedans...

« Oui... à fond... mais moi je pense qu'il y a ce moment-là, cette improvisation là, cette métaphore là... ouais la métaphore c'est riche dans ce qu'ils ressentent... (quoi comme métaphore ?) Tout ce qui sort dans ce moment de stress... où tout ce qu'ils nous donnent ben c'est précieux... parce qu'il nous le dit à ce moment-là... et puis il y a cette motivation là... ils ne veulent pas être ici... ils ne veulent pas être ici, donc si tu leur donne la chance d'aller mieux ou juste... il l'a prend... tu lui poses des questions il va le prendre ce chemin parce qu'ils veulent pas être sur la table d'opération »

Pour toi c'est quoi une dissociation ?

« il me parle tout en étant ici mais ailleurs... il me parle mais il sait très bien que son crâne saigne, qu'on est en train de faire une intervention... c'est un transplanté rénal cardiaque, ça fait plusieurs fois qu'il fait l'intervention, il sait toutes les étapes, tout ça, il nous a vu, il nous a parlé, il est ici, son corps il est là, mais il est ailleurs, parce qu'il me parle, parce qu'il vit aussi ce qui est au T-Room, mais il peut revenir s'il a envie, mais il est bien là-bas... et puis on est revenu, je sais plus comment... »

« on mangeait une tarte aux pommes pis voilà, on est parti dans toutes les VACOG de la tarte aux pommes, avec les gros morceaux, pis tout, pis... oui mais la tarte aux pommes elle n'est pas pareille, là, là, il y avait toutes ces émotions, son VACOG, cénesthésique... ouais qui était tout, j'effleure tout ce que je peux en fait... je décortique tout ce que je peux... les pommes... allez, les pommes, voilà il y en a toutes sortes de couleurs, lesquelles, j'y vais, je nage, peut-être que c'est pas là, c'est lui qui me dirige, mais je prends tout, vraiment... »

Pis quand t'es dans une transe plus formelle ? Tu fais comment...

« Ca dépend, je demande leur passe-temps, si aussi ils ont des méthodes de relaxations, s'ils ont des méthodes... ouais de détentés déjà qu'ils ont eux... comme le patient que je suis depuis deux ans... et ben lui... il fait des conférences, c'est une personne connue en suisse... et ben lui quand il fait des conférences ou qu'il parle à la télé ben il fait les respirations avec les couleurs... il dit « moi j'ai suivi il y a 20 ans, je parle avec les couleurs... »

Je relève qu'il y a des différences/un débat entre mes interlocuteurs sur la nécessité ou non d'une induction longue

« Mais l'induction elle commence où ? tu vois... moi elle commence dans le vestiaire... pis peut-être que je vais la faire seulement dans une heure ma transe

... donc l'induction moi je... déjà la présence, l'écoute... pis déjà qu'on change sa voix par rapport à tout le reste qui est autour... déjà c'est ça pour moi en tous cas... il y a une petite graine d'induction qui est posée... »

Mais je disais la différence entre transe formelle ou conversationnelle ?

« Mais beaucoup plus structurée... moi je la fais même trop longue quand je fais... quand c'est organisé tout ça... (tu fais combien de temps ?) Ben ça dépend des personnes... je sais pas, je n'ai jamais calculé, mais ça prend peut-être... je sais pas... je sais pas 5 minutes... »

Je relève que moi on m'a appris 15-20 minutes d'induction... ce qui n'est pas trop défendu par IRHYS. Mais que moi j'ai pu tester les différentes méthodes... je préfère quand c'est plus long, comme me l'a appris mon formateur, j'ai l'impression qu'on rentre en transe plus profonde, que ça permet des changements plus profond...

« Mais comme j'avais fait... je te parlais de la fille là que j'ai mis... pour les « pommadages »... donc elle j'ai fait en induction... je l'ai fait plus longue... je l'ai fait vraiment au niveau... la respiration, ensuite je suis allée scanner le corps... et puis je me suis dit « allez je tartine, je tartine, voilà j'y mets vraiment... » (sourires à propos de tartiner et de la pommades)... mais j'ai mis une bulle, tout l'enveloppement tout ça... et puis après on est allé, mais dans le corps... on est allé vraiment dans ses pieds tout ça... mais elle a fait vraiment une transe mais... incroyable quoi... mais je sais pas si vraiment... je sais que moi je mets beaucoup plus de temps à mettre l'induction... quand je sens que le patient est déjà... la respiration se calme, que je sens que qu'il y a comme une ambiance de ouate... je le sens... il y a comme un ambiance un peu ouate... je sais pas comment expliquer, et là je me dis « Ok » mais là j'en remets un peu d'induction « plus profondément, le regard à l'intérieur... plus profond dans les organes, à l'intérieur de soi... » donc je vais pas juste à la respiration, je vais pas juste à l'extérieur... non on va à l'intérieur... et la détente... voilà j'induis... quelque chose de neutre, de confortable et tout... mais je vais un peu plus loin que... je pourrais arrêter... je pourrais arrêter quand je vois qu'elle est déjà... mais j'en mets encore plus parce que je me dis « je veux que... » mais je ne le fais pas trop longtemps... »

Pis après ?

« Pis après, ben comme pour elle je suis allée... je suis allée dans ses pieds, donc je suis allée dans des métaphores avec les pieds... donc « comment ça se passe ? C'est quoi des fourmis ? d'accord... ok qu'est-ce qu'elles auraient besoin ces fourmis pour ralentir ? » Et pis elle savait pas... elle n'était pas capable de me décrire vraiment comment c'était... elle me parlait peu, elle était

crispée, elle était vraiment pas bien... pis après j'ai essayé de faire le soulagement de ses pieds avec le pont... d'un peu saine à ses pieds... elle arrivait peinement à le faire... elle était crispée, elle était pas bien... je me suis dit « oh merde... je me suis lancée dans un truc... elle est pas bien quoi... et pis elle n'est même pas soulagée par la peau saine, et pis... un peu mais pas... c'était pas... » et pis je la sentais pas bien... elle me disait « ouais c'est pas confortable... » pis là je me suis dit « allez, bon on va dans la maison intérieure, elle va poser ce qu'elle a à poser » et puis... et puis voilà, j'ai vraiment été large dans mes descriptions... je suis allée large dans mes trucs... et pis là vraiment, elle a vu SA maison à l'intérieure de sa safe place, d'un arbre... donc la maison était à l'intérieur de l'arbre... et puis là, voilà, j'ai fait un peu toute l'exploration, ce qu'elle avait à déposer dans cet endroit... c'était un endroit neutre, lumineux... comme elle elle trouvait lumineux je suis allée dans la lumière et tout... pis après j'ai raconté un conte... un conte indien... pis en fait après... je suis sortie et je me suis dit... « ouais j'ai pas fait grand-chose quoi »... tu vois j'avais l'impression que je n'avais fait que du vide... que j'avais fait que des techniques globales, par grand-chose... et pourtant elle elle a vraiment... quand on est allées dans l'organe du pied, elle a vraiment écouté son pied... je suis allée comme avec un témoin critique, on s'est rapproché, elle a vraiment rencontré sa peau... elle a dit « je l'ai prise par la main, je l'ai écoutée... c'était mon ennemie je l'ai pris par la main, je l'ai amenée dans la maison intérieure, dans la safe place, et pis là j'ai fait la peau avec ma peau, je l'ai acceptée comme elle est, et pis j'ai fait la paix et puis maintenant » elle a dit « ben on travaille ensemble, on est ensemble, je suis avec toi... » et puis là elle a dit, je me suis assise sur une chaise pis je me suis laissée bercer dans cette lumière avec le conte qui était rempli de sagesse... il y avait plein de sage dans le conte... et pis après, le soir même ben elle n'a pas utilisé d'anxiolytiques... elle a jamais utilisé d'anxiolytique et les démangeaisons ont diminué. Donc pour moi c'est juste... j'ai fait un truc... on voulait juste diminuer la démangeaison mais elle a fait un changement... on est parti sur cette intention là... et pis moi je l'ai suivie un peu dans qu'est-ce qu'elle était, dans qu'est-ce qu'elle vivait... »

« (...) elle ne me donnait pas beaucoup d'indices, ben je me suis dit « je lui fais confiance » pis elle elle faut qu'elle fasse confiance et pis elle va faire ce qu'elle a à faire... c'est vraiment ça... mais c'est vraiment... moi mon truc c'est vraiment de suivre le patient, de l'accompagner, tout en étant en sécurité... je sais où je me dirige, je sais les barrières, tout ça... mon intuition aussi... j'en fonctionne beaucoup avec mon intuition, je ressens les trucs forts, je ressens les... »

Tu te mets ressentir ce que la personne elle décrit ?

« oui... Mais même quand elle ne parle pas je sais quand il se passe qqch qui ne va pas... »

« Après s'ils ne parlent pas... pis que je les sens bien... « ben voilà, faites ce que vous avez à faire, explorez... observez... » »

Tu utilises souvent l'image de la maison où tu peux déposer ? « oui »

Donc dans la safe place, il y a un endroit ?

« Non, non, jamais la safe place... je vais dans une maison, un chalet, un endroit... »

L'endroit où ils se sentent bien c'est pas nécessairement la safe place...

« pas nécessairement... non, ça peut être juste un endroit qu'ils aimeraient aujourd'hui d'être bien... peut-être mais la safe place c'est vraiment un endroit où qu'ils se sentent en sécurité... tu vois... pour moi ça demande une réflexion... que de dire, plutôt que de dire « Vous êtes plutôt plage ou montagne ? » ça peut être juste « moi jamais la montagne » mais la safe place ça peut être au bout d'une rivière quoi. Ou c'est dans un arbre... »

Tu disais, la maison, la peau...

« Mais j'ai commencé à l'utiliser et moi je trouve que ça passe super bien les métaphores avec... et pis c'est un endroit... mais j'ai... pis c'est un endroit qui peut être plein de choses pour la métaphore... la peau, la construction... je suis en train de parler dessus... je peux pas trop en parler... (la maison ?) mais je pense que je vais développer là-dessus dans mon travail, c'est que dans cette maison-là, c'est un territoire un peu neutre, où elle peut enfin déposer ce qu'il y a à déposer, sans avoir tout son passé, ses émotions, tout ça... on dépose... là on peut... « Tout est là, et vous pouvez... » et dans cet endroit neutre là, il aura accès à sa part de guérisseur et pis à sa part de blessé... et pis peut-être que les deux pourraient se rencontrer ou pas... »

Pourquoi dans la maison et pas dans la safe place

« Ouais pourquoi pas... après on pourrait changer... on peut la bâtir comme on veut... moi quand je l'ai fait ben c'était un champignon... c'était un gros champignon et puis il y avait une porte pis ben c'était ça aujourd'hui... et puis demain ça va être autre chose... (c'est l'espace confiné...) oui l'espace confiné... après tout ce qui découle... ça peut être confortable, après ça peut... il peut y avoir plein de fenêtre, ça peut être lumineux... on peut le construire comme on veut... « est-ce qu'il y a une pièce que tu peux modifier ? Qu'est-ce que tu veux aujourd'hui ? peindre ? » J'ai un patient lui il s'est retrouvé dans sa chambre quand il était enfant... il dit « mais j'ai envie de peindre mes murs... ma mère m'a toujours interdit quoi » alors allez-y et il avait besoin de faire ça... et puis il était heureux quoi parce que c'est ça qui avait besoin... et pis peut-être en peignant, il y a peut-être ce sentiment, et puis développer là-dessus... » mais c'est tout... trouver un endroit, un coin où tu déposes tout ça... la partie blessée ou je ne sais pas... pis ben changer autre chose... l'agencer comme tu as besoin... je suis en train de travailler tout ça... (c'est toi qui l'a improvisée cette métaphore ?) La maison ? (ouais) non, non, on nous l'avait appris la métaphore de la maison... mais après on ne l'a pas décrite... la seule chose qui nous avait dit c'est une maison... « tu vas dans une maison et puis tu déposes ce que tu as à déposer... et tu y retrouves tout ce que t'as besoin de retrouver... et puis tu modifies ce que tu as envie de modifier... » et pis moi ben... par ce travail de métaphore, je me dis... et puis l'archétype guérisseur-blessé ben j'me dit... c'est ça en fait... l'histoire avec la fille que je te raconte... ben elle elle a trouvé un terrain neutre... sa maison était dans sa safe place, sa maison était confortable... et puis enfin elle a pu trouver la paix « je lui ai pardonné, j'ai fait la paix avec ma peau » Peut-être c'est ça en fait... c'est de se retrouver avec sa partie blessée, guérisseur... peut-être pas hein, peut-être c'est juste prendre un répit quoi... s'allonger dans un lit... pis se reposer le temps de la transe, enfin se reposer... et puis la retrouver cette maison parce qu'on connaît le chemin... parce que tu vas lui faire faire le chemin pour aller à cette maison... et puis le corps sait retrouver ce chemin, il le connaît... »

Là on arrive aux suggestions post-hypnotiques...

« Ben ouais, il faut... moi j'en mets tout le temps des suggestions post-hypnotiques... »

Du genre « Vous saurez retrouver le chemin... »

« Le corps... le corps saura retrouver le chemin (...) ou tu peux le mettre dans lui... « voilà, peut-être mettre votre petite maison à un endroit de votre corps... le corps saura retrouver à cet endroit... seul vous le savez... il est là... »... mais c'est difficile pour

moi... c'est ce que je dis à Floriane... j'ai beaucoup de difficulté... j'ai un cadre, j'ai une méthodologie je pense, j'essaie de la construire, j'essaie de la renforcer... mais c'est tellement différent d'une fois à l'autre... c'est tellement que je... je me dis c'est peut-être pour ça... parce que moi je suis tout le temps surprise que ça marche super bien... ça marche pratiquement toujours bien... je suis comme « comment je fais, quoi... qu'est-ce qui t'arrives... comment t'es arrivée à... ? » (Je dis que je vis la même chose, je crois en l'outil mais je crois pas que moi je suis capable de... et je suis toujours étonnée...)

Je parle de Roustang... pour lui ce qui soigne c'est de se retrouver démuni en tant que thérapeute et de pas savoir... où tu dois être créatif, à fond dans l'écoute et créer... tu peux pas te reposer sur une sorte de protocole parce qu'autrement... ça marche pas...

« c'est ce qui est bien... moi j'aime bien... »

mais c'est ce qui est flippant des fois...

« mais moi je suis centrée... donc je suis bien maintenant... avant j'avais l'impression que je plongeais... j'ai fait beaucoup de natation... je me disais... je plonge là, tête première dans l'eau et puis je sais pas quelle température va être l'eau... maintenant, mon eau est là... ma couleur... pour moi l'hypnose... parce que dans une transe que j'ai faite... ma couleur c'est jaune... la couleur jaune, tout ce que ça m'apporte... donc pour moi ma couleur elle est là... je suis dans mon jaune, je suis là... mais je suis là avec toi... mais tu vois... j'arrive à avoir confiance en moi... mais je fais attention avec qui je le fais... pour justement pas arriver dans des trucs que je saurais pas gérer ou... je ferais pas de régression tu vois... parce que j'ai pas... j'ai pas ces compétences... parce que je suis infirmière quoi... même si je peux toucher au psychosocial avec les besoins peut-être qui sont en lien... mais je ne vais pas aller... peut-être un jour mais pas là... mais c'est cool... et la création, pour moi c'est hyper important... pis c'est ce qui me booste... ouais c'est ce qui est stimulant... »

Et en même temps pour être créatif, t'es obligé d'être à fond dans la relation...

« Ouais... d'être présent... la présence, d'être disponible... Présence, disponibilité, écoute... et d'être avec l'autre... de pas juste... pas d'imposer ses trucs... moi je ne sais pas ce que l'autre a besoin... lui seul le sait... puis même des fois il ne le sait pas et c'est dans cette transe là qu'il va découvrir ce dont il a vraiment besoin... »

D'où l'intention...

« Et peut-être qu'il n'y en a pas... pas vraiment d'intention... pourquoi pas... ne rien faire... l'absence d'intention... c'est quoi, c'est Rousseau qui fait ça... Gaston Rousseau, c'est un québécois... et lui il fait « l'absence d'intention... » voilà, c'est déjà une intention... »

Qu'est-ce que tu fais après la transe de ce qui a été vécu ? Tu mets des mots, tu continues à explorer, tu fais rien ?

« Moi je leur demande comment ça a été... Je leur dis « Ca a été ? » juste pour valider un peu... et puis ils me disent... souvent ils sont encore dans leur trucs... et pis s'ils ne veulent rien me dire... parce que des fois... ils ont honte hein... ils découvrent des trucs durs... et puis ils ont pas envie, c'est trop personnel, c'est trop difficile... ça m'est arrivé une fois... ben oui... voilà j'offre ma disponibilité... je leur dit « voilà, je suis là si jamais... est-ce que vous croyez que ça va aller ? » Pis je le sens mal à l'aise... pis c'est bien... ça va aller... et puis je leur explique que ça va changer... qu'il va... voilà tout ce qu'ils ont vécu ça va se mettre en mouvement pendant la semaine ou peut-être la semaine d'après... et puis des fois ils verbalisent et puis... donc voilà des fois ils verbalisent, des fois ils ne verbalisent pas... ça dépend... ça n'a pas d'importance... je n'ai pas d'intérêt à savoir... »

Il y a toujours un chemin qui mène à la maison ?

« Oui habituellement il y a toujours une route, un pont, il y a toujours qqch qui va amener à... dans... donc il y a une reconnaissance de cet endroit... le corps est allé... dans cet endroit... donc il sait... »

Troisième entretien : H4

« Le chemin le moins fréquenté » un des seuls ouvrages que Denis a lu jusqu'au bout. Un côté New Age, 1980 mais « (...) ce qu'il m'avait bien plus... il commence avec la phrase : « La vie est difficile » Donc il n'y a pas une vision, une sorte de vision idéalisée d'une vie c'est plutôt comment arriver à garder une certaine foi et un certain plaisir dans la vie malgré le fait qu'on peut reconnaître qu'elle est difficile, que parfois il y a des embûches et que ça n'a rien à voir avec nous personnellement. On retrouve pas mal de thématiques que j'ai découvert bien après coup. Par exemple « le voyage du héros » mais qui sont déjà présentes dans ce bouquin. »

Combien de fois tu vois les gens, comment tu définis l'objectif...

« Déjà en termes de définition d'objectif on va dire que ça a évolué avec le temps... au début j'aurais eu tendance à demander la raison pour laquelle la personne venait au moment où on fixait le premier entretien alors qu'aujourd'hui, même si la personne me le donne au téléphone, je crois que je le note plus sur mon agenda. Donc j'aime bien laisser la personne venir, et puis c'est au moment où elle est là et puis qu'elle doit énoncer à voix haute son attente, son objectif, la raison pour laquelle elle vient, la souffrance qui l'amène, et puis de prendre ce qui se manifeste à ce moment-là. Maintenant pour moi c'est important que toutes demandes, donc tout accompagnement soit initié par une demande clairement formulée... si la personne me dit « je ressens un mal être dans ma vie » je vais essayer de déterminer comment elle perçoit ce malaise, qu'est-ce qu'il manque ou qu'est-ce qu'il y a de trop qui fait que pour elle c'est difficilement vivable et qui fait qu'elle a envie que qqch change... donc je vais essayer de concrétiser, on va dire de manière un peu plus sensorielle ou un peu plus cognitive la peine, la souffrance, et donc par définition la demande. J'aime bien travailler sur qqch d'un peu plus concret... quitte à parfois définir un objectif très spécifique mais pas systématiquement... mais le côté trop général d'une demande je trouve que c'est dangereux parce que ça nous déconnecte du vrai ressenti de la vraie souffrance... et ça amène plus à intellectualiser à propos de... que de vraiment aller à la rencontre de la souffrance ou de la difficulté qui est présente à un niveau plus intérieur... et donc moi ce que j'essaie le plus possible dans la définition de la demande c'est de quitter l'esprit ou les grands trucs qu'on peut entendre maintenant c'est « j'ai lu un bouquin sur la confiance en soi et je me suis reconnu, donc je viens vous voir pour un manque de confiance en moi ». Ca pour moi ça ne m'intéresse pas... j'entends mais ce qui m'intéresse, c'est comment elle vit, c'est comment elle fait l'expérience de ce manque de confiance et que ce soit plus de l'expression d'une expérience vécue que d'un truc conceptualisé qui parfois même trop intellectualisé. »

Donc tu vas demander « comment ça se manifeste » ? Tu vas demander des exemples concrets ?

« Alors parfois les personnes ont de la difficulté à me donner d'exemple concret. Donc ils n'arrivent pas nécessairement à définir l'origine ou ce qu'il se produit mais ils peuvent arriver à décrire la conséquence. Donc s'ils n'arrivent à décrire que la conséquence

donc l'impossibilité à... ou la souffrance à... je vais partir de ça... mais je vais essayer de partir de qqch qui est de l'ordre de l'expérientiel... que ce soit dans la capacité à faire ou à ne pas faire qqch... dans la capacité à ressentir ou à ne pas ressentir qqch... mais je vais essayer d'être soit dans le ressenti idéalement, soit dans l'action et éventuellement dans la pensée... mais je vais essayer de faire en sorte que la demande elle soit validée ou en tous cas reliée à une expérimentation concrète dans le vécu de la personne... pour qu'il y ait aussi des éléments de comparaison par la suite... »

Exemple de la personne qui n'arrive à exprimer comment ça se manifeste mais la conséquence... tu peux me donner un exemple ?
« Ben l'exemple ça peut être l'angoisse ou ça peut être une forme de dépression ou de mal être... ou la personne peut me dire « par exemple j'arrive le soir puis j'ai l'impression tout à coup qu'il y a une sorte de lourdeur qui m'envahit, je me demande pourquoi je vis, pourquoi j'ai encore vécu cette journée de plus, ça ne m'a rien apporté de plus... » Donc il y a comme une sorte de souffrance qui arrive en fin de journée, sans que la personne puisse expliquer pourquoi ou qu'est-ce qui la déclenche ou s'il y a des éléments concrets qui font qu'elle sent ça ou qu'elle pense ça en fin de journée... donc ça va être suffisant pour moi... pour moi ça me suffit en termes de formulation de la demande, la description de la souffrance, donc de la conséquence du problème, peut me suffire pour commencer à travailler avec cette personne parce que j'ai un élément de mesure en qq sort... c'est que si le travail qu'on fait produit un changement bénéfique pour la personne il y a un point sur lequel on pourra évoluer de façon plus ou moins concrète est-ce que ça a changé, est-ce que ça n'a pas changé... peu importe le sens dans lequel ça change car on pourrait très bien imaginer dans un premier temps que ce soit pire... mais pour moi il y a un changement... même si c'est dans l'augmentation de la souffrance ça n'est plus figé, il y a qqch qui a changé... donc c'est comme une sorte de définition, de point de repère qui nous permettrons ensuite d'évaluer à la deuxième ou à la troisième séance, comment les choses ont changé est-ce que c'est pareil, est-ce que c'est différent, et si c'est différent qu'est-ce qui est différent... et si c'est pareil, quels sont les changements auxquels la personne s'attendait qu'elle ne constate pas... parce que ça peut aussi être après une définition de l'objectif plus positive entre guillemets, en formulation d'une attente... au début il y a juste la plainte et cette plainte elle n'arrive pas tout de suite à être reformulée sous la forme d'un objectif et puis quand on revoit la personne pour la deuxième ou la troisième fois et que rien n'a changé ça veut dire que probablement elle se représentait un type de changement qu'elle n'a pas vécu. Donc ça va être l'occasion de lui demander qu'est-ce qu'elle se représentait comme changement. Et là on passe de la plainte à l'objectif. »

Je mentionne que pour les analystes jungiens, le but ça peut être d'être connecté à son inconscient, dans tout ce qui leur arrive.

« Je pense que ça se rapproche un petit peu plus des thérapies cognitivo-comportementales où on cherche à identifier quels sont les comportements que la personne peut manifester autre dans son quotidien, quels sont les schémas de pensée qui sont possible, ou quelles sont les émotions qui se manifestent. Donc je pense que à ce niveau-là en termes d'hypnose ericksonienne et de thérapie brève on se rapproche plus des grilles de lectures des thérapies cognitivo-comportementales que des approches plus psychodynamiques ou jungienne. »

Je réfléchis si dans les thérapies brèves c'est comme si on passe par le thérapeute se connecter à son inconscient et résoudre un problème alors que dans les thérapies longues jungienne on apprendrait plutôt au patient à dialoguer « en continu » avec son inconscient.

Et la part que tu laisses à ton ressenti ?

« Alors ça ça vient après dans la séance... si on fait la chronologie d'une séance plus ou moins standard... c'est dans un premier temps, on va dire pendant les 10 premières minutes je vais plutôt utiliser ma raison et puis ma conscience et puis mon côté analytique et structuré, de façon à pouvoir vraiment comprendre comment la personne vit la problématique, comment on peut la formuler en mots et puis essayer de bien la comprendre... et puis où je vais commencer à ouvrir un petit peu plus mon intuition c'est dans la deuxième phase où je vais chercher à comprendre comment le problème se manifeste. Quel sens ça peut avoir. Pour quelle bonne raison ça fonctionne comme ça. Parce qu'assez souvent la personne n'a pas conscience ou n'est pas capable de formuler directement la racine du symptôme. Elle est en conscience de ce qui est en surface mais de ce qui se passe à un niveau plus profond et qui donne sens au symptôme, elles ont souvent de la difficulté soit d'abord à l'identifier... même si elles l'identifient à le formuler, à le mettre en parole ça peut être difficile. Alors là je vais utiliser mon questionnement mais je vais aussi utiliser mon intuition, mon ressenti et puis essayer de me mettre dans la posture de la personne, dans la manière dont elle vit les choses et puis vraiment essayer de sentir les choses comme elle, elle peut les sentir... et d'utiliser mon ressenti, qui je pense est encore en parti inspiré de l'intuition, les informations que j'obtiens qui peuvent me permettre de ressentir ce que la personne peut ressentir mais il y a plein de flou. Je suis obligée de remplir plein de blanc en quelque sorte par ma propre intuition. Et c'est en combinant ce que j'obtiens par un canal plus raisonnable et ce que je complète par un canal plus intuitif, qui me permet de créer une sorte de puzzle, d'observer ce que je ressens, de le reformuler à la personne et de découvrir dans quelle mesure ce que je reformule entre en écho avec ce que la personne peut vivre et peut expérimenter dans son quotidien. Et puis des fois je tombe juste, puis des fois je tombe à côté. Et quand je tombe à côté, c'est l'indication que soit j'ai mal compris ce que j'ai obtenu d'un point de vue raisonnable, soit que mon intuition est à côté mais il y a qqch qui... il y a une sorte de phénomène d'écho qui ne se produit pas... et donc là je vais chercher à affiner le miroir en quelque sorte ou à modifier les pièces pour essayer de trouver cet écho chez la personne. Et là je pense que... alors après ça dépendra des situations... mais c'est entre 50-50 ou 40-60, mais l'intuition jouera un rôle au moins à 40% et parfois même plus jusqu'à 60-65.. j'essaie en tous cas de trouver une sorte d'équilibre entre les deux. »

Il y a l'intuition, le ressenti, le champ thérapeutique ?

« Alors moi j'arrive... dans mon expérience... ou alors il faudrait vraiment que je m'analyse beaucoup... mais je pense que si je m'analysais beaucoup j'arriverais plus à avoir cette intuition... j'ai de la peine à déterminer ce qui est de l'ordre de l'intuition pur donc qui ne vient que de moi, qu'est-ce qui est de l'ordre de l'écho énergétique qui vient de la personne, qu'est-ce qui est de l'ordre de ce que j'ai pu rencontrer chez d'autres personnes et qui me revient en mémoire plus ou moins inconsciemment parce que j'ai rencontré avec l'expérience des situations qui ressemblaient à ça... je pense que c'est un peu tout ça... c'est mon histoire, c'est l'histoire des personnes que j'ai déjà rencontrées, c'est ma propre intuition par rapport à ma propre expérience, c'est ce que je capte de l'émotion et de l'énergie présente dans la personne, c'est ce qui est présent dans l'espace du champ (relationnel)... c'est un petit peu tout ça... je n'arriverai pas à déterminer si c'est plus un élément qu'un autre donc... moi je réunis tout ça sous... on peut appeler tout ça sous... intuition... ou sensibilité... mais pour moi c'est plutôt de l'intuition parce que je sais pas trop la source donc c'est plus flou. »

Je vais essayer de dire avec mes mots ce que tu vous enseigne, « Tu rends palpable, objectif un vécu subjectif ? » → « ouais »

Je dis ça parce que je me suis rendu compte qu'en hypnose on a la VAKOG, alors que chez les jungiens notamment on n'a pas une induction formelle, mais on fait exister le vécu subjectif du rêve par exemple en le faisant décrire, en le « rendant palpable », et il y a déjà une induction d'un ECM en faisant faire cette description... → tu acquiesces de la tête ?

« Moi je pense que du moment où on invite une personne à se réassocier à une expérience où son imaginaire a été impliqué d'une manière ou d'une autre et en la questionnant on l'invite comme à entrer et à se réassocier de plus en plus profondément dans cette expérience qui est une expérience de la création intérieure, ça va à mon sens amener à un état de conscience modifié. Un peu comme finalement le cinéma amène à un ECM quand le film est suffisamment bien fait pour qu'on rentre dans l'expérience du film. Alors le cinéma ça serait encore plus compliqué de rentrer dans un ECM parce que ce n'est pas notre propre rêve, ce n'est pas le fruit de notre propre création. C'est, on assiste aux fruits de la création de l'imaginaire de qq d'autre. Et puis il nous le raconte et s'il nous le raconte bien, il vient nous chercher et on rentre dedans. Alors que lorsqu'on raconte notre propre rêve, on retourne dans notre propre expérience où l'imaginaire, le rêve est encore en grande partie je pense le fruit de la création de ce qu'on peut appeler notre esprit inconscient. Donc se réassocier au rêve c'est se réassocier à une expérience où l'inconscient était présent. Donc c'est par définition, pour moi en tous cas ça me paraît tout à fait logique de dire que c'est un moyen de rentrer dans l'état hypnotique... Ce que j'avais d'ailleurs vu de manière tout à fait évidente quand j'avais fait une formation avec Ernest Rossi.. qui a une formation initiale d'analyste jungien avant d'arriver à l'hypnose quand il a rencontré Erickson... Et il commençait ses séances et ses démonstrations durant la formation de cette manière-là... où il demandait à des personnes de raconter un rêve qu'ils avaient fait récemment et puis il les invitait à reparler du rêve, à les reconnecter à l'énergie, donc quelque part l'appel que le rêve manifestait qui venait de l'intérieur... et puis il utilisait ça comme l'intention pour ensuite entrer dans son protocole en 4 étapes où là il n'intervenait quasiment plus, il réactivait simplement l'appel du rêve... mais peut-être la différence par rapport à une approche typiquement jungienne, c'est qu'il prenait le rêve et l'appel du rêve comme un appel... et qu'ensuite il offrait cet appel à l'inconscient hypnotique, pour que l'inconscient hypnotique puisse œuvrer à la réalisation de ce qui n'est qu'une prémisse à travers le rêve inconscient... »

Je relève que pour les jungiens le rêve est vraiment à prendre au sérieux, donc lui offrir un espace hypnotique c'est le prendre au sérieux.

« De manière générale, je pense que de toutes façons, ben reposant sur le principe de focalisation, dès le moment où on amène une personne à se concentrer, que ce soit sur le souvenir d'une expérience, que ce soit sur la remémoration d'un rêve, que ce soit en se focalisant ou en observant un ressenti qui est dans le corps... dès le moment où on amène l'esprit à se focaliser sur une expérience de façons à pouvoir la revivre et la décrire sensoriellement, on amène l'état hypnotique automatiquement... »

Je dis que c'est ce dont je me suis rendue compte, qqch qui a émergé au cours des entretiens. Il me demande s'ils en sont conscients. Je dis que non.

Pour Eric Bonvin, ce qui soigne c'est de pouvoir objectiver le subjectif, de pouvoir le partager.

« Je pense qu'en effet, là je reprenais des notes parce que j'organisais, je préparais un stage et puis j'ai retrouvé les notes que j'avais prises il y a plus de 10 ans dans une formation avec Steeve Gilligan... et lui, ça rejoint un petit peu ça, il partait de l'idée que pour qu'une douleur se transforme, qu'elle soit émotionnelle ou physique, c'est d'abord un appel et que cet appel a besoin d'être accueilli dans l'humanité. Et que quand c'est accueilli dans l'humanité, reconnu, et vu, et entendu, alors l'énergie qui était à l'origine de la souffrance elle est transformée, parce que la raison d'être de cette souffrance a atteint son objectif. Et là on retrouve un peu la même idée. C'est une forme d'appel. Si au lieu de taire l'appel on lui offre un espace et on lui offre en plus un moyen de s'exprimer par des canaux différents, métaphoriques, sensoriels et autres, et bien c'est entendu à plusieurs niveaux et par différents canaux et là ça offre vraiment une possibilité de transformation qui est puissante. »

Induction déjà présente lorsqu'on essaye de définir l'intention en ramenant au concret. Et après tu passes à une induction plus formelle ?

« Pas toujours... alors pour moi il y a quand même qqch qui me semble un élément au niveau thérapeutique qui est important c'est que la personne soit dans un état où... les différentes dimensions de ses ressources sont reliées entre elles... moi je pense que on a des ressources à différents niveaux en nous... il y a des ressources de notre esprit... il y a des ressources de notre corps... il y a des ressources dans notre imaginaire... il y a des ressources dans notre dimension plus spirituelle, notre âme, et que... toutes les ressources ne se trouvent pas à un seul endroit... elles sont réparties à différents endroits et que si l'on veut en profiter il faut que ces différentes dimensions soient reliées, connectées, pour que une fois dans l'état hypnotique l'esprit inconscient puisse avoir accès à ces ressources qui sont à différents endroits... et je pense aussi que nous sommes des êtres reliés à un ensemble ou à un monde plus grand... que ce soit relié à la terre... que ce soit relié... à l'univers... même pas dans sa dimension très globale... mais au nuage, au vent, au soleil, à la lumière, à la pluie, aux sons qui nous entourent, au chant des oiseaux... je pense qu'on fait partie d'un ensemble plus large et que c'est quand on refait partie de cet ensemble et qu'on est à nouveau connecté à cet ensemble, que d'abord un on est moins seul, et qu'on peut aller puiser à certains endroits des ressources dont on pourrait avoir besoin pour pouvoir transformer ou être entendu ou se sentir protégé... donc pour moi il y a toutes ces dimensions là... et c'est important dans l'induction hypnotique... le plus souvent... pas toujours systématiquement, mais le plus souvent, que ces différentes dimensions elles soient reconnectées. Et pour moi c'est plus ça l'objectif de l'induction... l'émotionnel, le corps, l'esprit, l'âme, l'environnement... et pour moi l'induction elle a plus ce rôle là... parce que après, l'induction formelle elle n'a plus beaucoup de sens... si ce n'est pour relier ces différentes dimensions... parce que sinon je pourrais raconter une histoire ou juste en expliquant ce qu'on va faire... je sais que si je l'explique d'une certaine manière, en utilisant un rythme de voix particulier, en utilisant des artifices en quelques sortes de communication hypnotique, on peut induire un état hypnotique... même en lui demandant de raconter une histoire et en la questionnant sur le souvenir d'une expérience, je sais que je peux induire un état hypnotique juste en la questionnant... mais ce n'est pas en la questionnant qu'elle sera nécessairement reliée et qu'elle aura comme une conscience de ses liens... et pour moi ça fait partie de la puissance du travail hypnotique, c'est d'être à nouveau reconnecté à un ensemble plus vaste qui... qui va être une des sources... de l'énergie ou de la l'inspiration ou de la créativité qui sera nécessaire... »

Prendre conscience environnement, du corps et puis aussi au moment des métaphores, pas forcément uniquement au moment de l'induction que tous les domaines sont évoqués.

« (...) mais pour moi c'est important qu'il y ait des dimensions qu'on pourrait définir comme une forme de transcendance... c'est j'ai plein de ressource entre moi et moi et en même temps... je pense qu'on a aussi la nécessité d'être relié à qqch de plus grand... »

Ca m'amène à un questionnement entre hypnose et chamanisme...

Induction tambour, elle dit « on va rêver ensemble »... safe place, allié, force de vie... Après c'est le statut qu'elle donne à l'expérience qui est complètement différent... autre rapport au monde, plus écologique, le chamanisme et chez les jungiens ça me paraît plus égotique... et toi tu amènes ce côté « être relié à ce qui nous entoure »

« Je pense que j'ai évolué... je pense qu'entre la manière dont je pouvais envisagé le travail hypnotique il y a 12 ans et la manière dont je l'envisage aujourd'hui, c'est évident que j'ai beaucoup changé. Donc ma vision change. Et je pense pas que je t'aurais parler de ces notions de reliance et de connexion avec des dimensions plus grandes de la même manière il y a 12 ans. Donc je pense que c'est qqch que moi j'intègre de plus en plus. Alors après est-ce que c'est l'évolution du monde, est-ce que c'est les demandes des personnes qui viennent me voir qui évoluent, ça je ne pourrais pas déterminer qu'est-ce qui influence quoi. Mais par rapport à ce que tu viens de décrire moi j'ai l'impression d'être un peu entre les deux, je pense en effet que c'est un danger de suralimenter l'ego. Si on met tout à l'intérieur de la personne et que l'on ne se concentre que sur ses projections, sur ses interprétations, ça donne une sorte d'impression... en tous cas moi c'est comme ça que je le perçois maintenant, c'est comme une forme de toute maîtrise de la personne sur son environnement, ce qui je pense est une source de souffrance, parce qu'on ne maîtrise pas son environnement... on a une part de maîtrise sur sa vie mais on ne maîtrise pas son environnement... et donc j'aime bien l'idée des chamanes avec le fait d'aller rencontrer des énergies et que l'animal totem, ou l'image n'est qu'une symbolisation de beaucoup plus subtile qui est énergétique, mais comme notre esprit peut difficilement se représenter sensoriellement l'énergétique on va utiliser des symboles visuels, des symboles auditifs, peut-être même des symboles olfactifs ou gustatifs, ou même au niveau du toucher, pour se représenter sensoriellement qqch qui est de l'ordre de l'impalpable, mais qui fait partie de ces énergies qui peuvent nous nourrir, nous porter, nous encourager, nous réconforter... alors je pourrais aujourd'hui, je pense que d'aller dans un extrême ou dans l'autre de nouveau, c'est perdre une des deux potentialités. Je pense que c'est plutôt dans la rencontre des deux que ça peut être intéressant. C'est en même temps reconnaître sa limite, sa part d'impuissance et s'ouvrir à cette énergie comme étant une source qui peut nous aider mais qu'on ne contrôle pas... et ça je pense que c'est le principal défi quand on va faire du chamanisme, c'est de s'ouvrir à, d'attendre que les énergies de l'univers veuillent bien venir à notre rencontre sans aller les chercher volontairement... et sans vouloir les contrôler, les maîtriser, les instrumentaliser et puis voilà, je vais l'utiliser pour ça ou je vais l'utiliser pour ça... mais pour moi dans la manière dont j'envisage les choses, je me situe assez au milieu... »

Je souligne l'intérêt de la perspective selon laquelle dans le chamanisme on peut avoir l'impression de sortir de l'ego alors qu'on cherche à maîtriser encore plus notre environnement...

« C'est en tous cas pour moi la dérive la plus regrettable dans toutes ces... je sais pas si tu as entendu parler du secret... où on dit l'énergie dans l'univers... et puis si on est aligné alors on va pouvoir profiter de cette énergie qui est là pour nous... et du coup on essaye de faire croire que c'est quelque part utilisable... il suffit d'organiser les pièces ou de formuler la bonne phrase.. et puis si tu formules la bonne phrase ça veut dire que tu as trouvé le vendredi soir il va pouvoir aller chasser, il remplit son pick-up d'un maximum d'armes, de bières, de viandes, charbon de bois et tout ce qu'il faut pour faire un barbecue, il va à toute vitesse au volant de sa voiture à une sorte de cabane au milieu de la forêt, il est tellement content que ce soit enfin le week-end que le vendredi soir il boit, il boit, il va se coucher complètement bourré et puis le samedi matin, ben quand même il est venu là pour chasser donc péniblement il essaye de se réveiller pour aller chasser, il met la musique à fond dans le pick-up pour aller chasser parce que sinon il va s'endormir... et puis une fois arrivé là où il se partit pour chasser, il va prendre le maximum d'armes et puis tirer sur tout ce qui bouge... le chasseur indien, lui le vendredi soir il se rend là où il a prévu de se rendre et puis il fait des prières. Et puis il se couche tôt parce qu'il sait que le lendemain il devra se lever tôt... et le lendemain matin il prend son arme, c'est à dire, un arc et une seule flèche... et il marche, et il marche jusqu'au moment où il va rencontrer la pierre sur laquelle il va s'installer... et il va attendre que la nature lui donne l'animal qui était prévu pour lui... et à ce moment-là, une flèche suffit... mais s'il ne va jamais sur son caillou, il n'aura jamais la possibilité de récolter ce que la nature a prévu pour lui... donc il doit faire cet effort d'aller à la rencontre de ce que l'univers ou la nature lui offre... et en même temps il accepte aussi cette part de pas tout contrôler, et d'accueillir, de vénérer et de célébrer ce que la vie lui donne... je trouve qu'on a un bon compromis entre les deux... »

« D'ailleurs à ce titre-là, je ne sais pas si c'est une histoire vraie, si c'est qqn d'autre qui me l'a raconté, mais il y a une histoire soi-disant que Erickson racontait... il avait un 8° de sang indien et il disait souvent que c'était la part de son sang dont il était le plus fier... et il racontait sous forme d'histoire... il disait « quelle est la différence entre un chasseur blanc et un chasseur indien ? Le chasseur blanc il attend toute la semaine le moment où le vendredi soir il va pouvoir aller chasser, il remplit son pick-up d'un maximum d'armes, de bières, de viandes, charbon de bois et tout ce qu'il faut pour faire un barbecue, il va à toute vitesse au volant de sa voiture à une sorte de cabane au milieu de la forêt, il est tellement content que ce soit enfin le week-end que le vendredi soir il boit, il boit, il va se coucher complètement bourré et puis le samedi matin, ben quand même il est venu là pour chasser donc péniblement il essaye de se réveiller pour aller chasser, il met la musique à fond dans le pick-up pour aller chasser parce que sinon il va s'endormir... et puis une fois arrivé là où il se partit pour chasser, il va prendre le maximum d'armes et puis tirer sur tout ce qui bouge... le chasseur indien, lui le vendredi soir il se rend là où il a prévu de se rendre et puis il fait des prières. Et puis il se couche tôt parce qu'il sait que le lendemain il devra se lever tôt... et le lendemain matin il prend son arme, c'est à dire, un arc et une seule flèche... et il marche, et il marche jusqu'au moment où il va rencontrer la pierre sur laquelle il va s'installer... et il va attendre que la nature lui donne l'animal qui était prévu pour lui... et à ce moment-là, une flèche suffit... mais s'il ne va jamais sur son caillou, il n'aura jamais la possibilité de récolter ce que la nature a prévu pour lui... donc il doit faire cet effort d'aller à la rencontre de ce que l'univers ou la nature lui offre... et en même temps il accepte aussi cette part de pas tout contrôler, et d'accueillir, de vénérer et de célébrer ce que la vie lui donne... je trouve qu'on a un bon compromis entre les deux... »

« Alors bien évidemment après pour moi ça dépendra aussi de la nature de la demande... il y a des demandes qui sont très techniques... et quand la demande est très technique, ces dimensions on va dire... existentielle, trans-personnelle... prendront moins de place parce que la demande est très technique... et puis quand la demande est plus existentielle, est plus liée à une transition de vie, à un processus de deuil, ou à un phénomène dépressif ou à voilà une réorientation, une quête de sens au niveau de la vie, ben ce seront des dimensions qui seront beaucoup plus importantes dans le travail parce qu'il n'y a pas de réponse juste, il n'y a pas de technique absolue, il y a qqch qui est de l'ordre de... voilà de plus créatif... »

Exemple

technique ?

« Ça peut être la gestion d'une phobie, ça peut être une douleur chronique pour laquelle la personne veut uniquement apprendre la gestion de la douleur... alors même dans la gestion de la douleur on pourrait imaginer que les autres dimensions jouent un rôle... mais je l'utiliserai pas en première séance... parce que je pense de nouveau que apprivoiser son impuissance... ou arriver à accepter l'imperfection de la vie c'est difficile... et si la personne vient avec une attente concrète de pouvoir apprendre à maîtriser des outils et des techniques pour soulager ses douleurs... ben ça me semble plus raisonnable de commencer par essayer de répondre à son attente pour qu'un lien se crée et que ensuite on puisse aller vers les dimensions plus subtiles ou elle pourra doucement apprivoiser qu'il y a certaines douleurs qu'elle pourra peut-être contrôler et qu'il y en a d'autres qu'elle ne pourra pas contrôler... qu'il y a des moments ou des contextes de son quotidien où elle pourra utiliser ces outils, il y a d'autres moments où elle devra accepter de ne pas pouvoir les utiliser... mais si je lui présente ces aspects là à la première séance alors que la personne vient pour une technique, elle ne va pas se sentir comprise et entendue dans sa demande, donc j'aurais même pas l'opportunité de lui faire expérimenter ces facettes plus subtiles dans l'acceptation de nos limites. »

Je reparle des inductions longues qu'il propose... est-ce que c'est au début que c'est important mais moins pour la suite ?

« Alors ça dépendra de la personne... alors au début ça me semble important parce que je ne connais pas la personne donc je sais pas comment elle est réceptive, je ne sais pas comment elle va entrer dans l'état hypnotique, je ne sais pas nécessairement ce dont elle peut avoir besoin pour y entrer en sécurité... »

Je précise que pour les autres thérapeutes c'est nécessaire de faire des inductions longues au début de ta pratique de thérapeute seulement...

« Ah... alors pour moi c'est la personne qui détermine, c'est pas ma pratique... alors voilà... plusieurs raisons... la première c'est qu'en effet on n'est pas... en tous cas moi je pense pas pouvoir être en mesure de, juste en questionnant une personne, de percevoir si la personne qui est en face de moi, elle pourrait avoir des traits psychotiques ou pas... et donc les techniques d'induction rapide ont beaucoup plus de risque de produire des phénomènes de dissociation, donc si la personne a des tendances psychotiques, à la mettre dans un état instable... ça c'est la première raison pour laquelle je pense que c'est important d'y aller doucement.. la deuxième raison c'est que quand une personne entre dans l'état hypnotique, au niveau du système nerveux, son système nerveux parasympathique va s'activer et plus la personne était dans un état de tension avant la séance... si elle y rentre trop vite il y a un phénomène de... pas de décompensation mais de dépression qui peut se produire où des symptômes très inconfortables peuvent apparaître. Symptômes qui diminuent si on fait une entrée dans l'état hypnotique progressif. Et tout ça quand je reçois la personne la première fois, je ne peux pas le deviner... et donc je préfère y aller doucement, observer comment elle y entre. Et puis une fois que j'observe qu'elle y rentre de façon plus ou moins stable, ou au contraire il y a plein de mouvements idéomoteurs, tout à coup il y a des spasmes comme ça qui apparaissent, c'est l'indication que je dois y aller plus lentement et je vais peut-être y aller encore plus lentement que j'y suis allé la première fois lors de la deuxième séance. Et puis au contraire au bout de la 2^e ou 3^e séance je me rend compte que la personne elle est capable de rentrer dans un état hypnotique stable... que même si elle rentre vite elle va pas forcément sombrer dans une sorte de léthargie mais qu'elle peut garder une certaine part de contrôle... qu'elle garde une certaine forme d'autonomie... et là je pourrais me permettre d'utiliser des techniques un peu plus rapides ou... pas de bâcler l'induction mais de y aller plus vite parce que je sais qu'elle va être capable d'y arriver... mais c'est surtout parce que je ne connais pas la personne que j'y vais lentement... »

Je dis que j'ai l'impression que c'est aussi pour continuer à discuter, notamment pour les travailleurs sociaux, sans induction longue. On n'a pas beaucoup vu ça en cours.

« Alors oui, ça, ça peut m'arriver de l'utiliser... mais alors c'est des techniques alors beaucoup plus complexes... parce que je pense qu'on arrive vraiment à entrer dans une hypnose conversationnelle efficace... à partir du moment où on vraiment une expérience dans l'induction standard. Parce que ça veut dire qu'on maîtrise très très bien toutes les subtilités du langage non verbal et qu'on peut continuer à parler tout en les utilisant. Et si on n'a pas pris beaucoup de temps pour les entraîner, dans des techniques où on peut comme les grossir ces traits après c'est plus difficile de les affiner... »

« Après je pense que ça dépend beaucoup le type de travail qu'on cherche... je pense que dans le milieu par exemple des travailleurs sociaux où la technique centrée sur la solution, l'approche orientée sur la solution était très à la mode dans les... au début des années 2000... parce que 80% des travailleurs sociaux ont été formés à l'approche centrée sur la solution, la technique de la question miracle... parce que c'était très à la mode à cette époque-là. Alors du coup on est plutôt dans une approche conversationnelle, et on va questionner, on va reformuler et on va amener dans l'entretien la personne à clarifier ses objectifs, à décrire les plus petits changements... et là on peut commencer à juste conscientiser quelques mécanismes de communication non verbaux pour amener un léger état hypnotique qui va faire que la question miracle est encore plus puissante que si elle est amenée d'une manière complètement standard en quelque sorte. Et dans ce contexte-là oui. Si j'ai des entretiens de famille, des suivis de placement de jeunes dans une institution ou si je travaille sur la réinsertion sociale de personnes en difficulté et que je ne me vois pas faire une séance d'hypnose parce que le contexte ne le permet pas. Là ça me semble intéressant d'utiliser un très léger état de conscience. Mais souvent mon intervention, c'est pas une intervention hypnotique, c'est une intervention qui repose sur un autre outil, comme l'entretien motivationnel, comme l'approche centrée sur la solution et je me rend compte que si j'intègre un petit peu de technique hypnotique dans ces techniques-là, la technique devient plus efficace... je ne fais pas de l'hypnose... je continue à faire des entretiens motivationnels, je continue à utiliser la question miracle dans des techniques d'entretiens centrés sur la solution mais je ne fais pas une séance d'hypnose. Parce que à ce moment-là on peut même dire que les hommes politiques font de l'hypnose, que les médias font de l'hypnose... »

« Moi où j'en suis aujourd'hui... pour moi je commence à envisager l'idée qu'il peut y avoir deux grandes façons, deux grandes branches dans la manière de mettre en œuvre les outils et les ressources de l'hypnose. Il y a une branche que je décrirai plus comme une forme d'hypnose systémique. Où là on fait un travail beaucoup plus intérieur, beaucoup moins métaphorique mais vraiment basée sur l'idée que notre structure intérieure comme notre lien au monde c'est un ensemble de système interconnecté... et que quand ces systèmes sont en déséquilibres ou que la communication entre ces systèmes se produit mal alors il y a de la souffrance ou il y a une perte de sens... et puis d'utiliser l'état hypnotique pour réactiver une certaine forme d'énergie et de communication entre ces différents systèmes pour retrouver un équilibre, là on est dans une dimension on va plus privilégier des tranches plus profondes, plus longues pas nécessairement beaucoup de suggestions mais vraiment d'utiliser l'état hypnotique comme un moyen de... qui va stimuler les ressources qui vont favoriser une réorganisation, une restructuration, comme une sorte de réalignement des différents systèmes qui composent la personne... et là on s'approcherait plus d'une hypnose simpliste ou fondamentale comme Rossi l'a développée... et l'autre branche vers laquelle je vais, c'est en effet plus conversationnel... où là il y a la métaphore, là il y a le langage, là il y a le fait de raconter mais pour moi on est dans une autre dimension où on est dans une co-création, dans l'échange conversationnel, donc dans l'usage de la langue avec la symbolique des mots, avec la symbolique des métaphores... mais pour moi on ne travaille pas au même niveau... ça peut produire les mêmes types de changements mais on ne stimule pas la même nature de changement... »

« Je pense que le travail plus basé sur les métaphores c'est un travail qui commence par se produire par la conscience, parce qu'en imaginant les métaphores ou en imaginant une métaphore complémentaire à celle que je me raconte aujourd'hui et qui donne un autre sens à ma vie... en utilisant le pouvoir des métaphores, on se construit une représentation différente et en se construisant une représentation différente on donne un sens différent, quand on se donne un sens différent ça s'inscrit différemment. Donc ça va de la conscience à la cellule en quelque sorte... alors que là c'est plutôt le travail en sens inverse... on travaille d'abord au niveau de la structure, au niveau des systèmes, sans chercher à comprendre comment ça fonctionne avec la raison mais en faisant confiance à une forme d'intelligence plus grande ou d'énergie plus grande, et ensuite ça remonte à la conscience... »

Je questionne... quand tu dis « ça vient de la conscience avec la métaphore » pour moi le symbole c'est plutôt la rencontre entre le corps et la conscience, le symbole n'initie pas la conscience... le symbole serait plutôt l'aboutissement...

« Alors je pense que en effet dans les deux cas il y a rencontre... mais le moment de la rencontre n'est pas nécessairement le même... pour moi quand on est dans une démarche plus conversationnelle, avec l'usage de la métaphore et le fait d'utiliser un symbole pour reconnaître... l'instant du « kling », se fait lors de la séance par l'échange... alors que dans une dimension plus intérieure, le moment du « kling » peut se faire 3 jours, 15 jours après... et c'est pas dans l'interaction directe entre le client, le patient et le thérapeute que le « Kling » va se faire, c'est davantage dans la structure intérieure... comme si, d'où l'idée d'une approche plus systémique... comme si les pièces du puzzle avait été mises en mouvement par le travail hypnotique mais que la fin du travail hypnotique n'est pas synonyme de la fin du mouvement... les pièces continuent à se réorganiser et puis peut-être une semaine après, à travers un rêve, à travers une pensée ou à travers une prise de conscience, le changement arrive à la conscience, mais c'est pas le fruit de l'interaction et de l'échange entre le thérapeute et le patient... »

Tu as dit que tu aurais tendance à privilégier l'approche non systémique ?

« Non j'aurais tendance à dire j'essaie d'explorer les deux mais elle se clarifient plus, dans le sens où pour moi il y a vraiment des contextes ou des situations où une approche plus systémique. Et pour moi, par exemple le travail chamanique, aller à la rencontre des énergies, s'ouvrir aux énergies, accueillir ce qui vient sans nécessairement chercher à la comprendre, à l'analyser mais juste le vivre et savoir que cette expérience, cette expérience vécue va mettre du mouvement, est pour moi de l'ordre du systémique, parce qu'on influe pas à travers la compréhension, on vit l'expérience. Après on en donne peut-être une signification, mais sur le moment on la vit. Par contre pour moi, lorsqu'on construit une métaphore et qu'on essaye de trouver la métaphore qui décrit ce qui se passe, il y a un processus raisonnable qui est très présent... »

Dans le chamanisme par exemple ou dans les démarques que Denis qualifie de « systémique »

« Dans mon idée c'est que là le thérapeute n'intervient pas... il ne sait pas ce qui se passe, il essaye pas de savoir ce qui se passe, il fait vraiment confiance au fait qu'il y a une sorte d'intelligence plus grande et que l'intention du travail hypnotique c'est de laisser faire l'inconscient... on essaye juste d'identifier dans l'entretien préalable, quelles sont les parties en présence, quels sont les éléments du système qui interagissent et qui n'arrivent pas à collaborer... donc on retrouve un petit peu cette notion de structure du problème qu'on a vu... mais quand on commence le travail hypnotique il y a quasiment aucune suggestion, il n'y a pas de métaphores, on fait vraiment confiance dans la capacité de réorganisation, dans l'intelligence de la vie à un autre niveau... et ça c'est juste l'inconscient qui le fait... »

Ça c'est par ex le travail avec les mains ?

« Le travail avec les mains ou... ou juste une symbolique, on va dans l'espace ressource et on laisse les choses se faire mais on ne suggère quasiment rien... »

D'accord, on amène la personne dans son espace ressource

« Voilà et ensuite... il passe ce qui doit se passer... et on ne lui demande pas de nous décrire ce qu'elle vit.. on ne lui demande pas de nous décrire ce qu'elle voit, ce qu'elle entend, on ne lui suggère rien... on laisse faire... »

Ça nous amène au point suivant, qu'est-ce qu'on fait après la transe... tu parlais de mettre du sens...

« Ben quand je dis mettre du sens ça veut dire comprendre quel sens ça a.. si maintenant la personne vient et puis qu'elle souffre d'angoisse... le fait de comprendre que c'est la représentation qu'elle se fait de son futur ou c'est le fait de se rendre compte que le futur la met devant son impuissance... pour moi c'est ça mettre du sens... on peut aussi arriver à des moments, des transitions de vie où... ben on sait ce qui n'est plus mais on ne sait pas encore ce qui sera, avec toute l'insécurité liée au fait de pas vouloir se tromper, peut-être même la conscience qu'on a 40, 50 ou même 60 ans et qu'on n'a plus une vie devant soi... et qu'on veut absolument pas se tromper et plus on veut pas se tromper plus on est coincé parce qu'on arrive pas... et ça pour moi c'est mettre du sens.. en tous cas de pouvoir conscientiser la bonne raison d'être du problème... »

« Pour moi le travail avec les métaphores c'est vraiment autre chose... c'est quelle histoire je me raconte et quelle nouvelle histoire je vais raconter pour qu'il y ait un changement qui se produise... je prends un exemple... si je raconte l'histoire de cet homme qui dès la nuit venue ne sort plus de chez lui parce que ces yeux ne voient pas plus loin qu'à 10m... et que quand ses yeux ne voient pas plus qu'à 10m il est hors de question d'aller dans un endroit inconnu lorsque les yeux ne peuvent pas voir plus loin de 10m. C'est une métaphore... mais disons c'est une métaphore qui peut évoquer le mécanisme de l'anxiété... maintenant quelle histoire je vais raconter... ou quelle histoire cet homme va se raconter pour être capable de sortir lorsque ses yeux ne voient pas à plus loin ? Il va toujours faire nuit, ses yeux ne vont toujours pas voir plus loin qu'à 10m mais qu'est-ce qu'il doit penser, qu'est-ce qu'il doit imaginer, qu'est-ce qu'il doit croire ? pour devenir capable de sortir de chez lui lorsqu'il fait nuit dehors et qu'il ses yeux ne voient pas plus loin qu'à 10m. Ça pour moi c'est le travail de la métaphore co-crée... c'est on co-crée ensemble une métaphore et la métaphore inventée c'est la ressource en quelque sorte. »

C'est pas toi qui invente la métaphore ?

« Non alors là je peux la créer avec le patient »

Tu demandes à la manière de Teresa Robles ? Comment vous vous représentez cette situation... on est deux tigres...

« Je vais la questionner, en lui disant, si maintenant vous deviez vous symboliser par un objet, un animal, comment vous vous voyez... et si aujourd'hui vous devez décrire comment vous vivez les choses, cet animal ou cet objet il fait quoi qui symbolise ce que vous vivez ? Et puis là on fait d'abord un sorte de description de l'état présent avec une métaphore et puis ensuite on essaye de co-crée ensemble... la métaphore ou le miracle qui se produit de la métaphore qui fait que le héros de l'histoire devient capable de faire ce qu'elle ne fait pas au début de l'histoire... et ça parfois c'est moi qui le fait quand je crée la métaphore tout seul, parfois je peux impliquer la personne et lui demander de le faire avec moi... »

Et du coup c'est de l'hypnose conversationnelle, parce qu'en décrivant tu recours aux sous-modalités... en fait tu peux passer de l'un à l'autre...

« Et puis on pourrait très bien imaginer que je peux commencer... durant la séance et ben je questionne, j'identifie ce qui me semble être une structure de problème... je raconte une anecdote qui est pour moi déjà une métaphore qui est un reflet, un miroir de la structure du problème que la personne me décrit.. et puis ensuite on peut faire un petit travail de relaxation... et puis après je la re-questionne sur comment elle elle pourrait raconter son histoire sous forme métaphoriques et puis après qu'est-ce qu'on

pourrait ajouter dans l'histoire... après tout est possible... mais des fois c'est moi qui amène l'histoire et des fois on la co-crée ensemble. »

Et ça ça dépend de quoi ? De ton inspiration ?

« Alors ça peut dépendre de mon inspiration... ça peut dépendre de la manière dont la personne a accès à son imaginaire et à sa capacité à s'inventer des choses ou pas... ça dépend aussi dans quelle mesure elle attend une solution miracle ou pas... si elle attend une solution miracle de ma part... puis que je viens avec ça en première séance elle va avoir de la difficulté à y entrer dedans donc... il y a pas mal de paramètres qui vont rentrer en lignes de compte... »

Tu utilises des images concrètes comme départ parfois, dessin, livre, cartes, rêve ?

« Avec les adultes beaucoup moins. Alors ça m'arrive de poser la question, quel est le film ou le livre qui vous a le plus touché et du coup qu'est-ce qui vous a particulièrement touché dans ce film ou dans ce livre ? Et du coup qu'est-ce que ça évoque par rapport à ce que vous vivez aujourd'hui. Parce que je pense que quand on pose la question des livres préférés, on peut avoir 10 réponses différentes si on la pose à différents moments de l'année, donc il n'y a pas un livre préféré, il y a le livre qui vient à ce moment là parce que la personne et dans une certaine énergie... donc ça m'arrive de partir plutôt du livre ou du film, parfois du voyage même... mais assez peu en fait... »

« Moi ce que j'ai quand même observé qui joue... qui a un impact puissant c'est lorsque en l'espace de 20-30 minutes j'arrive à comme reformulé les choses au niveau de la structure... où je peux dire à la personne « donc si je vous ai bien compris parce que vous vous représentez les choses comme ça ou que vous vous souvenez de ça et du coup ça vous à amener à croire ça, aujourd'hui c'est impossible d'imaginer ça... de faire comme une sorte de synthèse du sens que le symptôme a... et quand les personnes arrivent à donner un sens et que ce n'est plus qqch qui les punit ou plus c'est plus une calamité qui leur tombe dessus mais quelque part, compte tenu de ce qu'elles ont vécu, comptes tenus du sens qu'elles ont pu donner à certaines expériences du passé, ce qu'elles vivent aujourd'hui à un niveau ou à un autre. Ça souvent c'est puissant. »

Je note que selon mon expérience ça m'a même amené à me questionner sur l'intérêt du travail hypnotique après, lorsqu'il y a eu cette reconnaissance, cette prise de conscience.

« Alors il est fait au niveau raisonnable... après qu'est-ce que ça va produire comme changement au niveau plus structurel, au niveau des croyances ? Parce que quand c'est des croyances très fortes qui sont liées à des émotions et des expériences émotionnelles puissantes de survie, ce qu'on comprend là et ce qu'on intègre la après ce n'est pas aussi transparent. En tous cas c'est le constat que j'ai fait. Mais qu'elles puissent donner un sens autre que comme elles le donnent... je pense que ça rejoint un petit peu ce que Bonvin disait « ça existe, c'est reconnu. Ce n'est plus qqch contre lequel je lutte, c'est qqch que je peux commencer à voir et à accepter différemment parce que je lui donne un sens différent... »

« Souvent quand l'émotion comme ça submerge ça veut dire que cette sorte de résistance, de tension qui faisait que tout était figé, pouf elle se lâche et puis l'expression émotionnelle est la première chose qui vient lorsque cette sorte de lutte insoutenable est libérée... »

Après c'est plus la phase d'intégration ?

« C'est là pour moi qu'il y a les deux grandes branches... quand on est arrivé à ça, il y a comme cette ouverture qui s'est produite, comme cette tension qui s'est relâchée, comment est-ce que l'on va « profiter » en quelque sorte du « jeu », du « mouvement » qui s'est installé par ce relâchement. Est-ce qu'on va plutôt y aller avec des métaphores et puis on va vraiment impliquer le conscient... et l'inconscient aussi... mais le conscient va jouer un rôle important parce qu'on va le stimuler, on va le questionner, on va lui demander d'imaginer... et puis c'est la collaboration entre le conscient et l'inconscient qui va intervenir par le jeu par exemple d'une métaphore ou est-ce qu'on va faire un travail beaucoup plus systémique, intérieur ? Où la le conscient aura beaucoup moins d'influence, mais ce sera un travail beaucoup plus à un niveau inconscient... et là je pense que ça dépendra de la personne, ça dépendra aussi de la situation, de la demande... ça dépendra aussi du niveau, est-ce que ce sera plutôt au niveau des capacités/croyances, est-ce que c'est plutôt au niveau trans-personnel. Quand la personne peut avoir l'impression que c'est comme au-delà de ce qu'elle peut accéder, on a peut-être meilleur temps de faire un travail plus systémique, intérieur profond si c'est plus accessible, plus proche d'elle, là on peut plus l'impliquer dans le processus et puis l'amener à utiliser sa créativité, son imagination, peut-être même qu'elle va écrire la métaphore de la 1^{ère} séance jusqu'à la 2^e, ça peut être des tâches qu'on peut leur donner... »

Est-ce que de créer la métaphore permet de résoudre ou témoigne que c'est résolu mais si c'est le thérapeute qui fait la métaphore. J'ai l'impression que c'est pas le même travail si c'est le thérapeute ou le client qui fait la métaphore.

« Alors le chemin pour y arriver est différent... mais dans le résultat je pense pas qu'il y ait une immense différence... entre le fait que ce soit le thérapeute qui crée la métaphore, voire même une approche très inconsciente ou que ce soit la personne qui la crée... »

Tellement tu penses que tu auras été à l'écoute, que tu auras réussi à capter ?

« Non parce que je pense que si on arrive à trouver une métaphore... c'est la raison pour laquelle j'insiste beaucoup durant la formation pour que ce soit une formation qui corresponde au vécu de la personne plus par analogie que par contenu.. c'est que si on arrive à ce type de métaphore là, la personne va utiliser la structure de l'analogie... et va en fait remplacer notre contenu par son propre contenu... et la structure de la métaphore, les analogies qu'évoquent la métaphore c'est le grand moule, c'est les éléments grossier de la structure de l'histoire et puis le contenu c'est comment on a rempli les cases... un petit peu comme ces jeux où on peut mettre un peu de sable rouge dans un compartiment et puis du sable vert dans un autre et puis en fonction de comment.. de quelle couleur on prend pour remplir telle case et ben on aura une certaine image.. maintenant le même moule si on change les images de places, il va donner une image complètement différente... mais la structure elle reste toujours la même... et je pense que quand on arrive à raconter une histoire où le contenu il est suffisamment anodin pour que la seule chose qui reste ce soit la structure... la personne va y projeter sa propre expérience et c'est un petit peu comme si elle crée elle-même son histoire. On lui donne simplement le canevas de base, et c'est elle qui va projeter son propre contenu dans le canevas qu'on lui propose.. alors que quand on co-crée ensemble on va pas forcément lui proposer un canevas on va plutôt travailler sur le contenu... et là ça peut être tout aussi puissant mais ça travaille à un tout autre niveau, mais dans un sens comme dans l'autre au final, qu'est-ce qu'on aura ? La personne aura en face d'elle le contenu d'une histoire qui lui parle, sauf que dans un cas c'est elle qui aura créé le contenu par l'interaction avec le thérapeute, alors que dans l'autre cas le thérapeute n'aura que proposer le canevas et elle de façon plus ou moins consciente parfois même inconsciente aura projeté le contenu qui a du sens pour elle... et au final arrivera à qqch d'à peu près similaire... »

Les tâches

« Alors ça peut être parfois... c'est vrai que j'en propose... c'est assez par période que je propose des tâches thérapeutiques. C'est pas qqch que j'utilise de manière systématique et souvent comparée à d'autres... ce que je suggère presque systématiquement c'est d'être curieuse à la personne... et puis d'essayer d'observer les petits changements... de porter comme un regard un peu plus curieux et un peu neuf sur son quotidien... maintenant quand je propose des tâches thérapeutiques... il y a une tâche que j'aime... que je propose assez fréquemment quand j'en propose c'est la tâche d'écriture automatique le matin... surtout chez les personnes qui je me rend compte sont un petit peu comme déconnectée de leur voix intérieure... elles sont très mentales, très analytiques mais elles ne savent plus à quoi elles croient, qu'est-ce qui les animent, qu'est-ce qui se passe en elle... et là parfois j'utilise cette technique pour essayer de les reconnecter à cette voix intérieure... ça je le fais... ce que je souvent faire aussi en termes de tâches c'est l'entraînement à la pleine conscience... parce que quand il y a des phénomènes de dissociations ou d'absence de conscience ça me semble important.. ou alors quand il y a de l'hyperactivité mentale... la personne est constamment comme envahie par les événements... je pense que l'entraînement à la pleine conscience ça peut être important... et puis ben là une tâche aussi qui peut avoir je pense plus puissant que simplement l'usage que j'en fais, c'est par exemple de choisir une musique pour faire une séance qu'on va enregistrer... quelque part je pense que quand la personne cherche ses musiques, elle est déjà en train de s'imaginer sa séance, elle est déjà en train de se demander ce qu'elle va produire... il y a tout un travail, je pense pas qu'on choisit une musique au hasard, on doit y réfléchir un moment et ça je pense que ça fait partie des tâches thérapeutiques qu'on peut faire... maintenant les tâches plus... style Jodorowski, de prendre un caillou, c'est vrai que ça m'arrive assez peu... »

Faire le pont avec le quotidien pour que le conscient continue à porter son attention sur l'inconscient... pour ne pas le banaliser, accorder de la valeur à ce qui est apparu...

« Après je pense que j'ai peut-être un peu abandonné, en tous cas perdu la conscience de le proposer en fin de séance... parce que je me suis rendu compte que les personnes mettaient beaucoup de volonté dans le fait de dire, ben si je fais ça ça va marcher... donc il y avait une sorte d'impatience au changement, c'était difficile de vivre le rituel juste comme un rituel, sans en attendre un retour direct. Et qu'il y avait comme une sorte d'impatience et donc de frustration... qui pouvait naître du fait de pratiquer un certain rituel qui ne donnait pas le résultat escompté initialement, qui était probablement une attente inconsidérée de la part de la personne mais... qu'elle s'était comme ça projetée instinctivement dans la tâche thérapeutique... ça c'est un petit peu pour moi la difficulté que j'ai observé à ces tâches, c'est d'arriver à faire en sorte que la personne les pratique comme un vrai rituel... et le propre d'un rituel c'est qu'on en attend rien... on vit le rituel puis après on attend que... voilà de nouveau... on lance dans l'univers une énergie ou un acte mais on n'attend pas tout de suite de récolter le retour... on envoie et on se met en disponibilité... et ça c'est pas toujours facile pour tout le monde d'arriver à ça... »

C'est vrai que c'est important de différencier les tâches.

Moi je pensais plus aux tâches qui permettent de rester en lien avec ce qui est apparu, pour entretenir la nouvelle ressource et pas forcément un rituel pour chercher à obtenir qqch.

« Oui je pense que c'est les 3 grands types de tâches qui peuvent exister... c'est le souvenir... cultiver la mémoire de... c'est l'entraînement... et c'est la création d'un résultat... je pense que la 3^e c'est celle à éviter le plus, puis les deux premières, présentées de manière adéquate elles sont tout à fait pertinentes... »

« C'est vrai que c'est qqch que j'ai beaucoup moins utilisé ces temps, et que je présente moins aussi... et je vais y repenser... »

« Alors assez souvent les retours que j'ai même quand je ne propose pas de tâche ou de cultiver le souvenir, ce qui revient souvent c'est que les personnes se souviennent des histoires que je leur ai racontées. Ils ont pu oublier une grande partie de la séance en termes d'échange... mais l'histoire elles s'en souviennent... ça je pense que c'est d'autant plus important justement le fait de raconter des histoires ou de les co-créer ensemble c'est que on s'en souvient souvent beaucoup mieux que tous les principes, tous les concepts théoriques qu'on aurait pu mettre en évidence au cours d'une séance... »

L'intérêt de l'inscrire dans la matière en plus de s'en souvenir... une forme matérielle, palpable pour donner de la valeur à l'impalpable

Me demande si j'ai entendu parler d'une méthode de chamanisme narratif...

« C'est qu'on considère, en tous cas selon ce qu'il écrit, que notre vision du monde correspond à l'histoire qu'on se raconte à propos du monde, la vision de nous-même n'est pas une vision juste de nous-même, c'est l'histoire que l'on se raconte à propos de nous-même... et quelle histoire je raconte quand je raconte mon histoire... en gros c'est ça... et si maintenant je raconte mon histoire avec une autre histoire qu'est-ce que ça change dans ma compréhension de ma propre histoire... »

« Alors ça je connaissais déjà... c'est pas tout à fait la même chose parce que là on a... bien évidemment quand quelqu'un... si maintenant je te raconte mon histoire et puis après t'avoir raconté mon histoire on se retrouve devant un groupe, et je fais partie du groupe, et tu racontes au groupe mon histoire, donc je vais réentendre mon histoire à travers tes paroles... évidemment tu vas modifier un peu les paroles donc la perception de ma propre histoire va changer... »

Dans le stage de Carine, se permettre de jouer différemment l'histoire, peut-être en lien avec les énergies perçues, les infos des esprits...

« Ah ok alors ça se rapproche un peu plus... sauf que là dans le protocole thérapeutique qu'il utilise ce médecin c'est d'abord... ben si on imagine que je suis ton client tu es ma thérapeute, je te raconte mon histoire, tu vas m'aider à essayer de métaphoriser l'histoire que je t'ai racontée... et puis une fois qu'on a métaphoriser l'histoire et la perception que j'ai de mon histoire aujourd'hui, tu vas m'accompagner sur comment cette métaphore pourrait être différente, et puis après il y a différents axes sur lesquels on peut jouer, pour que l'on recrée ensemble, que tu m'aides à réinventer ma propre histoire... mais c'est pas qqch que tu crées pour moi ou c'est pas une liberté que tu prends, tu m'aides à recréer ma propre histoire, avec l'objectif à la fin que je reparte de deux trois séances, avec une autre histoire que je peux raconter à propos de moi qu'on a co-créé ensemble et qui correspond à une histoire où je suis plus fier ou une histoire qui me valorise plus sans avoir changé l'histoire elle-même, c'est juste le regard qu'on porte sur elle... »

→ médecine narrative par un amérindien Lewis Mehl-madrona « La médecine narrative », « ces histoires qui guérissent »

« Et puis sinon toujours dans le concept des histoires mais là je crois que dans le principe c'est raconté son histoire pour exister, donc c'est une sorte de travail social sur l'intégration, c'est un auteur irlandais qui vit maintenant à NY qui s'appelle Colum McKane... » → narrative 4U (oralité, raconter son histoire)

Ca a une grande importance notamment dans le cadre du travail avec les réfugiés ou avec des gens qui pensent qu'ils n'ont rien à dire, rien à apporter. Le simple fait qu'on les écoute, qu'on s'intéresse à leur histoire unique, elle devient digne d'attention. C'est déjà extrêmement puissant en termes d'intégration.

« Je pense que la métaphore dans son sens le plus large, parce que je pense que raconter son histoire c'est une métaphore... parce qu'on raconte pas les faits on raconte notre perception des faits, raconter notre histoire est déjà une métaphore à elle seule... »

« C'est intéressant... même moi... Pour moi ça m'a été très utile parce que ça m'a aussi ouvert d'autres perspectives, d'autres possibilités... ça a aussi permis de conscientiser le fait que je suis de moins en moins dans une approche classique, de plus en plus dans une approche plus chamanique... »

« Même si pour moi ça reste important de ne pas guider le voyage mais de le susciter tout en laissant la liberté. Ça c'est pour moi la principale difficulté que j'ai, hein personnellement avec la démarche chamanique un peu classique qui est de dire, le chamane guide, c'est lui qui décrit ce qu'on voit, c'est lui qui crée le film, ça pour moi c'est la chose avec laquelle j'ai le plus de difficulté. Je préfère ne rien savoir de ce que la personne vit et qu'elle éventuellement elle me raconte après le voyage mais que je lui laisse l'écran complètement blanc et que mes questions, mes suggestions elles ne soient là que pour stimuler son imaginaire pour que ce soit son imaginaire qui projette sur l'écran, le décor, la scène, les énergies présentes, comment elle les rencontre... »

On précise que c'est pas tout à fait le type de chamanisme auquel je m'intéresse selon dont il parle. Il dit qu'il connaît ou c'est plus une sorte de channelling, canaliser une énergie...

Je dis que j'ai de la peine à aller très loin avec la technique Harner, je m'arrête à la safe place et à l'animal mais rien qui se déroule après

« Si on stimule pas en quelque sorte d'aller plus loin, puisqu'on te questionne pas, ton esprit va pas naturellement créer... il va pas se dérouler la pelote de fil par lui-même... »

Non je pense que je suis trop dans la maîtrise, la réflexion pour ça.

« Je trouve que c'est intéressant ce travail de mise en lien, de confrontation, on ne peut qu'apprendre après de ce que les autres vivent et puis de se dire ben oui... ben je pourrais utiliser ça comme ça, ça me donne envie d'explorer ça ou ça pourrait compléter ce que je fais de telle manière, on peut qu'apprendre si on a la curiosité d'essayer d'apprendre. »

« En tous cas même du peu que je connais, parce que je connais très peu l'approche freudienne, Freud avait essayé l'hypnose au début pour essayer justement d'aller rechercher ces sortes de souvenirs refoulés.. et puis comme il n'y arrivait pas très bien il a plutôt créer l'« association flottante » ou je sais plus très bien il y a un terme (association libre) ou « association libre » ouais, mais j'imagine que si on est là couché sur un fauteuil, parce que j'ai jamais fait couché sur un canapé, pendant une heure et puis on laisse flotter ses pensées.. alors là on n'est pas du tout dans la focalisation, on est plutôt dans la dispersion... mais à mon avis d'état de conscience modifié doit s'installer aussi... et du coup il y a des choses qui doivent émerger, des associations que notre cerveau doit faire qu'il aurait probablement pas fait s'il était dans la nécessité de gérer l'agenda, de gérer la voiture... je crois que c'est aussi ça la valeur d'une séance de thérapie, c'est pas forcément ce qu'on en fait, c'est le temps qu'on s'offre à soi pour s'écouter... »

Et de pouvoir le partager...

« C'est pas juste le faire comme ça, je pense que le fait d'entrer dans un état particulier joue un rôle, le lien, je pense que la notion de lien de la connexion est qqch de fondamental... »

« Ouais c'est passionnant ! »

Troisième entretien : H5

« La question de l'intention elle est importante car c'est évidemment elle qui détermine le contexte... c'est la rencontre de deux intentions... et là je pense que... comment dire ça... c'est la dimension dans laquelle se retrouve pratiquement toute la force thérapeutique de mon point de vue... (...) c'est un contexte la rencontre thérapeutique (...) »

« On a mis beaucoup d'ambiguïté... parce que aujourd'hui... aller se faire soigner c'est... c'est pas forcément toujours pour se faire soigner... on peut aller pour... ben aujourd'hui on parle beaucoup de l'humain augmenté par exemple... c'est aller se perfectionner... fin perfectionner l'état naturel dans lequel on est... c'est pas tout à fait du soin... on peut aller pour... il a eu un grand débat sur cette ambiguïté qui a été la psychanalyse... parce que la psychanalyse disait... freudienne au début mais jungienne aussi... que l'important c'est l'analyse, c'est comprendre, et puis le soin, c'est un supplément bienvenu s'il vient, mais c'est pas le but... et on a introduit durant tout le 20^e siècle un peu une ambiguïté entre « est-ce qu'il est plus important de comprendre ce qu'il m'arrive.. analyser... aller plus loin encore parce que analyser ça voulait dire s'améliorer... se perfectionner... ou est-ce qu'on soulage une souffrance... c'est pour ça je pense aujourd'hui que le contexte et le cadre doit être redéfini... et personnellement je le défini à chaque entretien quasiment... parce que si... car l'intention elle peut évoluer d'une part... pis je ne suis pas censé savoir qu'elle est l'attente effective du patient... et pourtant s'il vient en thérapie c'est parce qu'il veut réaliser quelque chose... et si moi je ne le connais pas, je ne sais pas où je peux le guider. Il n'y a rien dans ma pratique (...) qui me permettrait de dire que ceci ou cela serait bon pour une personne. La thérapie c'est pas une norme, c'est pas une éducation à qqch c'est un accompagnement vers un soulagement.. donc ce moment-là, ce moment de la rencontre, qui n'est pas forcément très long, mais il y a un ajustement qui doit se faire, explicite à mon avis... qui doit être celui de l'attente du patient et puis de l'intention du thérapeute... »

« Le contexte il est agissant par lui-même... c'est pour ça que le chamane (...) quand il pose le contexte, il met une limite. Son action elle a lieu, dans ce cercle, dans ce cadre, c'est là que cela agit, ça n'agit peut-être pas de l'autre côté (...) »

« Pour nous dans l'hypnose... l'hypnose elle n'agit pas... l'hypnose c'est un peu... moi je dis toujours l'hypnose c'est un prétexte... mais c'est une mise en scène de quelque chose. Ce qui agit vraiment c'est une rencontre de ces intentions, c'est ce contexte qui est très opérationnel. Donc la si on le potentialise... pour le thérapeute c'est important, parce qu'il va pouvoir donner

plus de force à ça, pas à lui, ni à ses pouvoirs, mais c'est donner un pouvoir à cette rencontre, qui est orientée... puis en plus tout le travail est déjà fait... puis pour le patient ce qui est très important... c'est le fait de... de parler de l'attente, de son intention et de son attente, c'est très important parce que... on a un travers qui est assez redoutable dans notre pratique médicale en tous cas, et dans pratiquement dans toutes les thérapies... on est formé à s'intéresser aux symptômes, à la souffrance... alors certes on a pu faire beaucoup en décortiquant la maladie... ce qui est sous-jacent à la souffrance et en essayant d'agir directement dessus. Mais à mon avis il y a un grand travers à cela... c'est que dans une rencontre on s'intéresse sur un intérêt exagéré à ce qui n'est que le ticket d'entrée dans la thérapie... on vient parce qu'on souffre ça c'est sûr mais on vient pas pour souffrir, mais on vient plutôt pour trouver un soulagement à cette souffrance... donc à passer à trop de temps et à mettre trop d'importance sur cette souffrance, on en oublie le plus important c'est-à-dire l'objectif, vers quoi on va... et ça c'est la même chose pour le patient... parce qu'il part du principe souvent... on peut pas généraliser mais souvent c'est le cas... il part du principe... je lui livre mes symptômes, et il me dira ce que je dois faire... donc la culturellement on a développé qqch d'un peu particulier, donc il faut sortir un peu de cela... l'intérêt ne doit pas être porté sur la souffrance... si on a une problématique évidemment où il faudrait pouvoir agir parce que, je sais pas, vous avez un problème physique ou peut-être qu'on peut suspecter qu'il y a un problème organique sur lequel il faut agir, il faut le faire bien sûr (...) mais par contre si c'est sur la perception de cette maladie ou si c'est sur une souffrance existentielle à ce moment ce qui est important c'est pas tant de décortiquer cette souffrance parce qu'on va juste la renforcer... c'est de se dire mais où veut-on aller avec ça... et c'est pour ça que ce moment-là, lorsque le patient doit évoquer son attente... il faut qu'elle joue avec le contexte... (...) pour certaines personnes ce sera très clair, très vite, et puis d'autres n'arrivent pas à évoquer un soulagement, donc le simple fait de... d'aller dans cette demande et puis de... comment dire... d'attendre ou d'exiger que cette attente soit conforme à ce contexte va demander aux patient de devoir l'évoquer... donc l'amener à son esprit... donc l'imaginer en quelque sorte... et parfois c'est ça le processus thérapeutique... uniquement... de la même manière on peut dire que très souvent... pas toujours mais ça arrive... et quand c'est comme ça c'est aussi assez magnifique... le traitement on vient le finir chez le thérapeute... on vient pas le commencer... c'est pas le thérapeute qui va donner le chemin.. le thérapeute il vient juste confirmer cet élément du contexte... voilà c'est une démarche, c'est un acte que fait le patient pour aller vers un soulagement... et ça c'est un élément important.. soit il vient le terminer soit il vient commencer quelque chose pour lui mais c'est commencer par l'évocation de cette perspective du soulagement qui parfois n'est même pas présente au départ. C'est pour ça que ce moment de la négociation... on doit faire alliance quand on se rencontre dans le contexte... (...) »

« Une fois que cette question est posée évidemment les choses sont très simple... pour le thérapeute il n'y a pas besoin d'inventer quoi que ce soit.. moi j'ai pas besoin d'aller puiser dans des livres de métaphores, de recettes, de que sais-je, je fais pas de plan avec un patient, je me dis pas « ah voilà il a ça, il faut faire ça, ça, ça, il y a ceci ou cela qui agira, pour moi c'est pas.. je pars du principe que je fais confiance dans le patient et dans sa globalité... s'il vient et qu'il attend qqch comme ça, je m'attends à ce qu'il trouve son soulagement, je m'attends à ce qu'il puisse le faire et non pas à que je doive le faire pour lui. Donc les choses sont plus simples de cette manière. »

« Il y a souffrance à partir du moment où il y a refus de ce qui arrive. On souffre lorsque les événements de la vie ne jouent pas avec ce qu'on en attend... Ça peut être au niveau physique, évidemment... mais ça peut être aussi au niveau existentiel... et là clairement... je dirai le seul job qu'on puisse faire par rapport à cela, c'est de savoir comment la personne peut faire avec... on a des situations où des personnes ont des maladies graves et puis qui font non seulement avec, mais qui sont bien avec... (...) alors que d'autres ne l'acceptent pas, ils vont demander des médicaments anxiolytiques, ils vont tout faire pour essayer d'éradiquer la maladie, parfois de manière où ça va créer encore plus de mal... et c'est là qu'on décèle cette souffrance... c'est ce moment où je suis décalé par rapport à ce que je vis.. et je le refus... donc souvent le travail il consiste en cela.. c'est comment est-ce que je peux accepter la vie telle qu'elle est là et puis... faire avec... et c'est là qu'il y a une dimension d'accompagnement... et c'est paradoxal parce que accompagner quelqu'un dans sa souffrance, c'est l'accompagner pour qu'il fasse avec sa souffrance... mais faire avec c'est pas juste dire.. y a qu'à accepter, c'est pas de la morale... c'est quelque chose qui doit être perçu, qui doit être expérimenté... et c'est là où la thérapie peut être très très utile... puis elle l'est parfois pas... donc après on fait un choix, c'est un choix... c'est parfois aussi dure de le dire comme ça parce que je sais pas si on est à ce point... ça serait dire qu'on est maître de tout et je crois pas... il y a des circonstances dans lesquelles c'est pas acceptable... »

Processus métaphorique, expression symbolique, dans quelle mesure vous tenez compte d'aspect symbolique dans la définition l'intention ?

« Alors... je tiens pas compte... disons que si on parle de « symbolos » c'est comment on associe comme ça une image, une représentation, une image de l'esprit ou l'imagination à la vie... je n'ai pas de répertoire de symboles... pour moi le langage symbolique ça doit être celui du patient... (...) je pars du principe que tout est contenu... donc à partir du moment... aussi bizarre que cela puisse paraître... moi j'ai pas besoin de connaître... l'expression finalement ou la manière dont le patient va le formuler euh pour moi n'est pas une chose... alors ça m'intéresse pour le patient en question mais je vais ni l'analyser, ni me poser la question... ce qui compte pour moi c'est que l'on soit ok sur le but. A partir du moment où cela arrive... alors ça c'est une chose que disait par exemple... si on fait des références comme celle-là... Milton Erickson... ça avait beaucoup travaillé toute une génération de thérapeutes quand il disait que le symptôme c'est une ressource... il ne faut jamais s'attaquer au symptôme, il est utile le symptôme... et il comprend tout... il comprend le... donc ne nous attaquons pas à cela... le patient il a des bonnes raisons parfois aussi de--- des gens disent parfois, ah le patient ils résistent à ceci ou cela... ben il n'y a pas de questions à se poser s'il ne veut pas le patient, il ne veut pas... la question n'est pas de se dire « tiens il devrait aller là mais il est en train de résister qqch. »... c'est tellement complexe et c'est tellement singulier en même temps... que cette symbolique elle doit jouer simplement dans le fait que ce qui arrive au patient, ce qu'il est en train de faire comme expérience doit simplement être orienté... et c'est là où se crée... c'est là qu'il faut mettre... le symbolos qui « met ensemble les choses » c'est ça, c'est à dire que ce que je vis, même le symptôme, la souffrance que je peux ressentir, il faut que je la mette en connexion avec cette attente de soulagement... et puis là-dedans ça prend des tournures qui m'échappent, qui m'échappent complètement... et je n'ai pas trouvé dans les répertoires, je dirai, de connaissances ou autres de choses vraies... pour moi les interprétations qu'on a fait par exemple dans le domaine symbolique, même je trouve ça passionnant peut-être comme exploration, mais ça toujours été des tentatives assez grossières et toujours réductrices... parce que c'est ramener finalement à une norme standard... on arrive toujours à un standard finalement... qui est la standard d'une représentation... soit philosophie, soit analytique... ou scientifique, hein... par rapport à une expérience vraiment singulière... mais si elle est singulière c'est qu'elle a son propre mystère, elle a son propre secret et tout ça... donc c'est pour ça que c'est important de ne pas... de pouvoir accompagner quelqu'un sans se poser de questions... je vous donne un exemple..

parce que j'ai eu tout un cours la semaine passé où il y avait beaucoup de gens qui posaient cette question-là... et puis je donnais un exemple clinique... c'est un homme qui souffrait de vertige... et puis il voulait aller en montagne, il vivait en plus en montagne

pis il avait des vertiges alors ça l'empêchait... et voilà... il est venu en disant « mais j'aimerais bien pouvoir aller me promener en montagne et j'aime la montagne... et voilà je suis empêché maintenant... » Alors on fait une expérience toute simple... fin voilà, il a posé son attente, elle est claire, et puis voilà ce qu'il veut faire, alors ce qu'on propose c'est simplement de dire « ok allons-y, allons là maintenant en imagination on va gentiment prendre un chemin... et on va gentiment gravir le chemin qui va gravir la montagne et on va voir ce qu'il se passe... » on fait ça en route...et assez rapidement il se trouve effectivement au bord d'un précipice...et il dit « ça va pas du tout »... ben je dis « il faut continuer... qu'est-ce qu'il se passe ? » il me dit « je suis... » il porte attention à ce qu'il se passe il dit « j'ai le haut de mon corps qui veut tomber, qui veut se laisser aller dans le vide... et le bas de mon corps qui veut rester là... » ben je dis « il faut laisser faire... il faut laisser le haut du corps tomber et puis le bas, il faut le laisser là... » alors il se laisse aller à ses expériences... moi j'ai pas d'inquiétude, il est dans le fauteuil, tranquille, s'il devait tomber je le rattrape, je suis à côté... donc il fait cette expérience qui est très intense pour lui... c'est très fort. Parce que l'imagination c'est du « comme si » mais ça veut dire, « comme si », comme si on y était vraiment... alors il vit ça... après il a son corps qui git... et puis cette expérience on l'a faite devant un groupe parce que c'était une formation... c'était un participant à une formation... donc... c'était vraiment important... parce que je voyais que les participants ils commençaient à trouver un peu bizarre cette histoire... et puis... après on continue... alors il a le bas du corps qui git au bas de cette falaise et puis... le haut de son corps qui reste en haut... et je lui dit « il faut observer ce qu'il se passe... qu'est-ce qu'il se passe avec le bas de ce corps... » il dit « bon il git... il est là... » il dit « ah c'est marrant, il y a des corbeaux qui arrivent... des corbeaux noirs qui volent » C'est assez... « très bien... alors allons-y... qu'est-ce qu'il se passe avec ces corbeaux ? » on va continuer... on va observer ces corbeaux, on va regarder ce qui se passe... » Voilà chaque étape, il s'agit pas de dire il faut faire ceci... il faut simplement dire... « on continue l'expérience c'est tout... » et il dit « ben ces corbeaux c'est bizarre, ils viennent et ils sont en train de picorer comme ça dans ce corps... ce demi corps qui git... » Ben ça devient sordide mais on dit ben très bien, il faut laisser... on continue... on continue... Puis après d'un seul coup il dit « c'est étrange, c'est magnifique... » Je lui dit « mais qu'est-ce qu'il se passe ? » Il me dit « mais les corbeaux sont en trains de ramener les bouts de mon corps qui sont en bas et ils les recollent sur la moitié de mon corps qui est en haut... » et ces corbeaux ont reconstitué ce corps face à cette falaise et il s'est retrouvé entier face à ce vide. C'est inimaginable un truc pareil... (..) et il a terminé l'expérience et il était bien... il se sentait bien là... bien à sa place, il se sentait pas attiré par le vide, fin bref il était bien là et il se sentait prêt à aller se promener en montagne. Ce qu'il a fait du reste (...) donc qu'est-ce qui a été fait là-dedans.. pas grand-chose si ce n'est qu'il a été accompagné... dans cette expérience... il savait vers quoi il voulait aller et il y est allé... le passage ben c'était évidemment par l'expérience de la souffrance... c'est bien là la difficulté existentielle... c'est bien là qu'il avait besoin d'être accompagné... mais si j'avais commencé à interpréter... à chacune de ces étapes... d'abord j'aurais eu peur parce que c'est la première réaction des gens qui voyaient... ils disaient... ils étaient blêmes... si j'avais commencé à y voir un symbole quelconque... alors il a été fait ce symbole... il s'est réassocié cet homme... complètement, mais c'est son symbole à lui.... Moi j'aurais jamais pu imaginer un truc comme ça... et puis je ne suis pas sûr que si j'avais proposé une chose comme cela et puis que c'est pas une chose qui lui convienne que ce soit la bonne chose. Donc le but c'est pas du tout analyser ce qui se passe mais c'est de laisser se faire ce qui doit se faire... et pour ça il faut faire confiance dans ce qui se fait... moi j'avais pas peur... j'étais confiant dans le fait qu'il était en train de faire une expérience... je savais vers quoi il allait.. puisqu'on l'avait défini... donc il n'y avait pas d'inquiétude à avoir de ce point de vue-là. Et c'est là où je dirai, le symbole... c'est en quelque sorte cette réassociation qui s'est faite pour lui entre deux choses de nouveau qui étaient tendues... lui il en souffrait parce qu'il était empêché dans sa vie par rapport à cela... et puis... cette solution elle est venue d'elle-même. C'est pour ça que je n'ai pas une lecture... comment dire euh... pour moi c'est pas... c'est pas un corpus de savoir les symboles... »

« Je pense que c'est la métaphorisation qui est intéressante... c'est pas la métaphore. La métaphore elle est... à partir moment où on porte attention à la métaphore, la métaphore elle est figée... ce qui est intéressant c'est la partie vivante et dynamique... et ce qui est intéressant c'est ce qui se transforme... c'est un processus de transformation... et l'image dans le sens le plus large du terme, pas restreint à la représentation.. mais l'image dans le sens de l'imaginaire, c'est un processus qui est en perpétuel changement... et je pense que... il faut justement pas l'arrêter... il faut jamais arrêter ce processus là... et c'est pour ça effectivement il faut faire attention.. car pour moi cette dynamique elle est évidemment... elle est centrale.. la perception que j'ai... par exemple l'expérience de la souffrance... c'est forcément une expérience qui est forcément une représentation, une image... elle est... la souffrance est souvent générée par le fait que les choses se bloquent, soit mon refus ce bloque, soit ce qui se passe est figé, il y a quelque chose qui ne bouge plus... et ce qu'il faut c'est le remettre en mouvement, parce que je pense que notre univers de perception c'est un univers qui est là pour que l'on s'ajuste à la vie... pour que... qui évolue en permanence... alors oui c'est de cette nature là... mais voilà, la seule chose c'est que moi je ne m'arrête pas là-dessus dans la mesure où ça doit rester en mouvement. C'est peut-être ça la chose.. mais oui bien sûr je pense que ça doit être orienté... mais c'est là où la.. comme thérapeute pour moi, le sens il est donné par cette attente dans le contexte... et puis dans ce cadre-là, une fois que les choses sont posées... j'ai pas besoin d'en savoir plus... ça s'arrête là... j'ai pas de compréhension à avoir en plus sur... bon il y a déjà beaucoup là-dedans, mais sur la vie, sur ce qui se passe, sur l'existence de quelqu'un... ça c'est à lui à le gérer... moi je vais pas aller là dedans... c'est pour ça que je pense que le travail il se met en route si... vous disiez... si une souffrance est là ou quelque chose comme ça... oui on peut bricoler, même, on peut proposer des choses pour mettre en mouvement... mais tout ce qui se fait est déjà déterminé par cette première volonté. C'est pour ça que c'est si important au début de se mettre d'accord là-dessus. Si on n'a pas cet élément là on va pas faire grand-chose... et c'est ce que je dis souvent aussi c'est que... enfin c'est les expériences qu'on fait au début ça... mais par exemple de faire des... si on prend l'expérience de la transe hypnotique qui est... de se laisser absorber par l'univers de ses perceptions qui se transforment... parce que pour moi la transe c'est uniquement l'attention à une modification de ses propres perceptions... ça c'est un élément important, mais si on ne fixe pas un but on peut... on peut aller.. on sait pas où on peut aller... il y a des gens qui peuvent complètement décompenser... parce qu'ils peuvent sombrer dans leur peurs, dans leur univers ou que sais-je... il peut y avoir des comportements avec lesquels ils ne sont pas forcément ok, fin tout ça... c'est pour ça que c'est si important de dire, l'expérience de la transe en elle-même elle peut aller dans tous les sens... et c'est pour ça que c'est si important avant d'aller là-dedans de poser cette intention... »

Et quand on va chercher l'intention en voyage (pour un chamane). Alors l'intention c'est d'aller chercher l'attention. Comme les grands rêves chez les jungiens... je trouve intéressant que pour certains thérapeutes, on se laisse surprendre, on ne fait pas forcément confiance au conscient pour identifier la problématique ou l'intention.

« Mais en même temps on doit faire très attention à ça... je peux vous donner un exemple... j'ai un cas assez lourd à l'époque d'une femme qui était en analyse jungienne par exemple et qui.. enfin elle avait fait déjà 10 ans d'analyse freudienne, après elle était en analyse jungienne et puis... elle avait arrêté.. ensuite elle a fait un rêve dans lequel elle était violée par sa mère (...) elle dit « ouh c'est quand même spécial » pis elle retourne chez son analyste qui lui dit « ah mais c'est un signe quand même à ne pas négliger... un rêve comme celui-là c'est quelque chose de très important » et qui lui laisse entendre qu'il s'est passé qqch... alors que cette personne qui est venue me voir avait près de 60 ans... et bien l'analyste lui dit, « non non c'est vraiment trop important,

faut aller plus loin, faut investiguer parce que c'est vraiment significatif dans votre vie, et tout et tout... » Alors qu'est-ce qu'elle fait... elle vient me voir comme thérapeute de famille... c'est une consœur... elle me dit « je sais que vous êtes thérapeute de famille et tout... j'aimerais que vous convoquiez mes parents, ma mère pour m'expliquer ce qui s'est passé... Sa maman qui a passé 80 ans... et puis je lui dis « mais euh... ça s'est passé quand » elle dit « ben quand j'étais dans la petite enfance... voilà... petite enfance... ça fait près de 50 ans, 60 ans... oui oui mais il faut que les choses soient clarifiées, c'est important pour moi... » Je lui dis « mais... alors comment vous vous entendez avec votre mère, avec votre père aujourd'hui ? » elle dit « ah mais bien... elle est âgée, je vais la voir avec mon fils, on va la voir tous les samedis, on fait le marché avec elle... mes parents sont les deux vivants... c'est un couple, ce sont des vieux mais voilà... je lui dit « d'accord, est-ce que vous souffrez de votre relation avec votre mère aujourd'hui ? » « non, non ça va, en plus comme je suis divorcée, avec mon fils, c'est bien que mes parents sont là » Je lui dis « D'accord, imaginez un instant que je convoque votre mère, ici, avec vous, qu'on parle de ça, comment imaginez-vous que vous allez faire le marché le samedi suivant avec elle ? Est-ce que vous pensez vraiment que... » enfin je la confrontais à cela. Puis je disais « moi je suis pas sûre que vous attendez de savoir ce qui s'est passé... Est-ce que vous pensez que ça va vous soulager de savoir ce qui s'est passé aujourd'hui par rapport à ce que vous vivez ? Moi, d'abord je peux pas vous dire ce qui s'est passé... on peut faire ce que vous voulez.. pour moi, en plus la mémoire ne permet pas de retrouver des faits, mais si vous voulez vraiment établir ça, j'ai un... l'étage du dessous, c'est un avocat brillant du barreau, vous pouvez aller le voir, c'est peut-être lui qui peut vous aider... mais c'est pas la médecine qui peut vous aider ou le soin » mais tout ça pour dire, vous voyez comme... (...) alors je veux pas juger ce qu'à fait le collègue, mais on est dans ce genre de situations, pour moi ça veut dire surtout, on doit faire attention... le fait qu'elle ait fait un rêve était probablement important pour elle, visiblement ça la mobilisée, ça l'a fait aller à Zurich voir le thérapeute, l'analyste... elle a pris un rdv. Enfin ça a activé énormément de choses... bien sûr que il y a un élément activateur dans ce rêve... j'ai pas de souci.. mais après c'est quel sens on lui donne, quelle orientation... mais le sens c'est pas la définition c'est l'orientation... où est-ce qu'il va ce rêve... et c'est là où on doit faire extrêmement attention... et c'est là... »

« C'est pour ça que c'est si important de rendre ce moment explicite (définition de l'intention commune, du cadre thérapeutique). Mais de le rendre explicite pas de manière à l'expliquer... c'est le rendre, le formaliser, l'évoquer, car quand on l'évoque on l'amène à l'esprit... donc évoquer une attente ou un sens que l'on donne, une orientation, c'est l'amener à l'esprit, c'est imaginer »

« Moi j'ai des gens qui me disent souvent « oui moi j'attends j'aimerais plus avoir d'angoisses... j'aimerais plus avoir de douleur... » Oui mais vous me dites toujours pas ce que vous voulez... vous me dites ce que vous voulez pas... mais qu'est-ce qu'on met à la place ? Si je vous enlève votre douleur aujourd'hui, si j'avais ce pouvoir-là, qu'est-ce que je devrais mettre à la place ? C'est quoi ? parce que vous me dites « je veux plus de ça, je veux plus vivre ça, je ne veux plus de ça » « mais alors vous êtes dans le vide, c'est terrible, c'est très angoissant ça. C'est quoi ne plus avoir peur, ne plus avoir mal, c'est comment ? » Et c'est là que commence le processus. Et souvent les gens viennent de nouveau avec le symptôme, ils me disent « enlevez moi ça » Et quand on enlève une chose comme ça, c'est terrible le vide... ça n'existe pas le vide... donc il faut bien à ce moment-là commencer à évoquer puis dire « essayez de prendre un instant, imaginez ce que cela pourrait être si vous aviez une baguette magique qui... d'un seul coup vous pouvez vous dire « voilà il n'y a plus ça »... alors c'est comment être bien, c'est comment être ceci ou cela ? Ce travail-là, cette évocation, c'est pas le pouvoir du thérapeute... là il y a un acte qui est fait par le patient qui doit amener cela à son imagination, qui doit le construire... fin le créer dans son imagination... (...) c'est déjà la transe hypnotique... »

Donc vous induisez une transe en disant « imaginez-vous c'est comment » et puis la personne elle peut parler dans la transe ? → Bien sûr.

Parce qu'il y a des personnes qui disent il faut induire..

« oui oui, je sais, mais ça c'est à l'école... c'est comme un musicien il va faire ces gammes... quand on est avec le patient... l'énergie... si on reprend l'idée du contexte... pour moi un patient qui arrive chez moi, qui a attendu des mois, qui parfois a fait des km pour venir me voir... donc il faut... cette démarche, déjà dire « je souffre, je m'en sors pas par rapport à cela... j'ai besoin d'aller vers quelqu'un » ensuite de faire cette démarche, d'aller plus loin, de trouver... de dire tiens j'aimerais faire ceci ou cela, tiens telle méthode ou telle personne parce que telle personne m'intéresse... il faut ensuite faire cette démarche, obtenir le rdv... libérer... voilà.. j'ai une vie, j'ai un travail, j'ai des enfants.. il faut tout organiser pour aller voir, à un moment donné un thérapeute. L'hypnose elle est induite de manière scolaire comme ça par une focalisation de l'attention, c'est ça l'induction... (...) mais quelle focalisation de l'attention plus forte que celle-là trouver... quelqu'un qui depuis des mois est en train de préparer ce point-là... (...) à ce point-là, à ce moment-là il se passe quelque chose que j'attends... la focalisation de l'attention elle est totale... il y a tout l'être toute la vie de cette personne qui se focalise sur ce point.. j'ai pas besoin de faire une induction... une induction c'est le thérapeute qui le fait au début quand il n'est pas expérimenté et il l'a fait pour lui... parce qu'il a de la peine à s'ajuster à ce climat particulier où tout va se jouer... c'est un moment fondamental qui va se jouer là... et c'est pour ça que ça peut se jouer en une séance des fois... tellement l'énergie est forte... et c'est tout ce chemin... donc pour moi le patient il est en transe... c'est-à-dire qu'il est attentif à ses perceptions... il vient avec une attente... pour moi il doit l'évoquer ça c'est important pour être sûr qu'on est dans le bon sens... mais tout est là... « ben portez attention à ce qui vous amène ici et ce vers quoi vous voulez aller... » c'est ça le.. il n'y a pas besoin de plus... et ça se met très très vite en route... »

« Mais déjà la personne peut porter attention sur ce... si je lui dis par exemple, « ce serait comment être bien ? » Elle est en train de porter attention à cette expérience... donc elle doit amener la perception, c'est-à-dire, les sensations, les images, tout ce qui va avec le fait d'être bien... (...) ou sinon si elle pose facilement cette attente, elle dit : « moi je veux aller mieux mais je souffre ici et cette souffrance m'envahit... » « ben portez attention à votre souffrance.. » c'est comme l'histoire du corbeau en d'autres termes... la personne dit... voilà c'est aussi simple que cela, il dit « je souffre de vertiges... moi j'ai envie d'aller en montagne... » alors allons en montagne... mais en allant en montagne, on va rencontrer le vertige, c'est évident... donc on a pas besoin de faire une induction en disant « vous fermez les yeux, vous fixez un point... je vais compter jusqu'à dix vous avez votre bras qui va se lever... » ou que sais-je... pas besoin... on y va on va ensemble.. moi je dis « je vous suis... »... »

Je demande si les personnes y arrivent de toutes façons, si ça vient pas du fait aussi que lui, Bonvin, il est connu...

→ c'est le contexte de nouveau... on affine la question du contexte... « Le contexte est déjà tellement puissant, j'ai pas besoin de plus... moi j'ai pas besoin de rajouter à ce contexte... tout est donné... et si le patient est là tout est donné... »

Ils y arrivent toujours ?

« Du moment où il vient avec une attente, c'est toujours possible de proposer à quelqu'un de s'installer complètement dans cette expérience... »

« Moi je parle jamais d'hypnose parce que voilà... les gens viennent chez moi pour ça probablement... et certains souvent en partant... ils disent... « non, non c'est bien... je me sens mieux, mais c'est dommage j'aurais voulu faire l'expérience de l'hypnose... » mais on a fait que ça... si on veut bien sauf qu'on n'a pas fait... j'ai pas utilisé la séance pour faire des exercices d'hypnose, c'est pas ça le but... »

« Ben là on avait le vertige, ou une phobie ou des douleurs... l'expérience de la phobie ou de la peur c'est une expérience hypnotique... et souvent les gens viennent hypnotisés par leur symptôme, par leur douleur, par leur peur... la puissance qu'il y a dans l'imagination... pour la phobie... dans ce qu'amène l'image même... la phobie de l'araignée par exemple... il n'y a pas d'araignée, c'est uniquement la puissance de cette imagination qui est collée sur l'araignée qui va changer la vie d'une personne, donc la puissance elle est énorme, mais la force hypnotique elle est bien là... il y a une perception qui est là... et cette perception elle focalise, elle attire, elle hypnotise, elle charme l'attention de la personne.. alors souvent on a affaire à ça aussi... c'est pas aussi, l'hypnose est souvent là, elle est déjà là... c'est de changer l'orientation... et ça c'est ce qui permet le contexte... »

Je dis que selon les neurosciences, lorsqu'on imagine le cerveau ne réagit pas comme si c'était réel, alors qu'en transe oui.

« Si vous prenez celui qui imagine... et vous l'accompagnez, vous ancrez, vous intensifiez cette imagination, vous arriverez à la transe... »

Comment vous ancrez, vous intensifiez ?

« Ben simplement en faisant durer cette expérience-là, et puis en l'alimentant... »

Avec le VAKOG ?

« Non, là aussi... le VAKOG c'est pour s'exercer à cela... le patient il donne les choses lorsqu'il exprime... lorsqu'il va exprimer quelque chose... une fois qu'il a exprimé, ben s'il veut... imaginer le son du téléphone par exemple.. ben s'il est important pour lui ben il va prendre un moment pour imaginer... puis après on va lui dire... « ben vous allez imaginer un peu plus.. vous laissez venir... vous laissez venir ce qu'il vient par rapport à ce téléphone... alors soit la personne elle formule des choses... ah oui je le vois, il est rouge... la sonnerie c'est une sonnerie comme il y a 30 ans, ou que sais-je... et après on réutilise ça... moi je réutilise les mots qui sont utilisés par cette personne, pour répéter... pour dire « ben vous continuez et vous voyez ce téléphone rouge qui a cette sonnerie d'il y a 30 ans.. et peut-être qu'il y a encore d'autres choses... alors tout ce que le patient me donne, je le restitue... (...) mais il n'est pas obligé de me restituer des choses non plus... à ce moment-là je reste extrêmement vague... alors là je dis « pis ça peut-être comme ci, puis comme ça... pis c'est peut-être une image, pis c'est peut-être un son... c'est peut-être autre chose encore, j'en sais rien... vous laissez venir ce qu'il vient... » et après c'est ça.. donc soit c'est une rhétorique extrêmement large et diffuse qui fait que la personne imagine ce qu'elle veut... parce que de toutes façons quoi qu'on dise la personne, une fois qu'elle part, elle entend plus presque... elle fait ça à sa sauce... là il faut rester très général... soit si elle me donne des éléments... ben je réutilise simplement ces éléments, c'est tout... donc c'est ça le processus qui est en route, et puis qui fait pour moi que la métaphore en fait... elle se fait, c'est le patient qui exprime quelque chose, c'est une métaphore... puis que je reprends... »

« C'est ça l'accompagnement qui se fait dans l'expérience... c'est que l'induction elle est là quand on imagine... mais après on entretient la transe... on la laisse se dérouler, on laisse aller les choses... et puis ça évidemment il faut pas l'arrêter... c'est là où on donne le cadre, on soutient, on accompagne... pour faire durer, pour que l'expérience s'intensifie... c'est ça cette étape là... »

Accompagner la transe ... la transformation

→ « oui d'ailleurs « Métaphorique » c'est du grec, c'est le tourniquet... c'est quelque chose qui... »

Que pensez-vous de se mettre en résonance, de lui proposer des symboles, des métaphores ?

« Je pense qu'on peut pas faire le travail pour l'autre, mais on peut lui proposer des choses... alors moi... c'est plus une question d'éthique... c'est quelle valeur on met là dedans.. pour moi parfois je propose une palette de chose et puis la personne va en prendre ce qu'elle voudra... mais je pars pas du principe que ce que je formule comme palette ait une quelconque action... c'est une opportunité que la personne saisisse ou pas... mais je pourrais jamais faire le travail à la place d'une personne... »

« Ca c'est le mythe de pharmon... »

« Donc pharmon c'est ce qui donne aujourd'hui... c'est le remède... c'est un mythe qui est sur la naissance de l'écriture... on lit ça dans Phèdre de Platon... »

c'est le mythe de Teut... Teut c'était un personnage de cette période qui était en lien avec le roi Tamous dans la hiérarchie des dieux... et puis il va un jour... Teut va vers Tamous et il lui dit « moi, j'ai trouvé un moyen infallible pour que les humains ne nous oublient plus... » Alors Tamous lui dit « explique-moi ton moyen... » Il dit « Voilà, j'ai inventé le papyrus... et l'écriture... voilà » et ainsi, nous serons présents sur ces papyrus en permanence pour les êtres humains... Et là le roi Tamus lui dit « Malheureux tu as fait la pire des choses qui soit... le jour où nous serons sur ces papyrus nous ne serons plus dans leur cœur ». Et ça c'est un très beau mythe parce qu'est-ce qu'il dit... on a d'un seul coup instrumentalisé... on a rendu... comme s'il y avait un moyen d'agir sur la présence du dieu dans l'être... et là ce qu'il dit c'est pas du tout cela... si on trouve ce moyen-là.. l'homme n'aura plus besoin de faire cet effort et il va l'oublier... et c'est joli en même temps de voir que c'est le mythe du médicament parce que c'est la même chose le médicament.. alors tout ce qu'on peut offrir à la place de c'est que la personne va oublier... elle va oublier ce qui est dans son cœur mais ça veut dire aussi ce qu'elle peut faire elle... et c'est pour ça que je pense que c'est si important de laisser cette compétence au patient de partir du principe qu'on lui fait confiance... c'est lui... pour moi un patient... quand on parle d'hypnose... pour moi l'hypnose ça doit être forcément de l'auto-hypnose... ça doit pas être... moi je n'ai rien par rapport à cela, et il ne faut surtout pas que le patient parte en disant j'ai besoin de Bonvin pour faire cette expérience... faut qu'il parte en disant « j'ai accès à cette expérience quand je veux »... c'est ça qui est important... »

« Je peux proposer des choses mais après chacun bricole... comme ne anthropologie... c'est un bricolage à la Lévi Strauss... on prend de ci, de ça, on bricole ce qu'on veut, mais c'est ce bricolage qui est intéressant. Mais ça c'est le patient qui doit le faire... alors je pense qu'il y a des moments où il faut proposer... car ça peut l'aider... il va pouvoir puiser des choses là-dedans... mais il le fera à sa sauce... et quand il n'a pas besoin d'avoir des choses qu'on lui propose et il le fait lui-même... et bien Dieu Merci, il le fait lui-même et c'est très bien... »

« Donc là c'est une question d'éthique je dirai... moi je ne prétends pas et vraiment je ne sens pas la possibilité que soit mes connaissances, mes compétences ou quoi que ce soit... ont un quelconque pouvoir pour agir sur l'intimité de quelqu'un, c'est là

vie de quelqu'un, pour moi c'est un domaine qui est... qui est tellement intime et qui est là par lui-même... on peut pas agir là-dessus... et je n'ai pas d'intention d'agir là-dessus... »

Est-ce que de proposer un symboles une métaphore peut déclencher quelque chose, ou c'est le résultat...

« Moi je dirai ça plutôt comme ça... c'est toujours en mouvement... on est toujours en train d'imaginer... on peut pas ne pas imaginer... c'est beaucoup plus... ben rien que la pensée est une imagination... on est toujours en train d'imaginer... donc c'est quelque chose qui est toujours en mouvement... donc je crois pas qu'on puisse d'un seul coup... on va intégrer une chose ou l'autre, je n'en sais rien... mais ce qui va changer par contre... on va utiliser un révélateur à un moment donné... mais ce révélateur qui va faire que ce qui est en train de se passer ait une coloration particulière... une intensité particulière... c'est pas l'image elle-même parce qu'elle est déjà en route... c'est précisément ce qui fait l'intensité de ce lieu, de cet endroit... si vous faites une expérience d'imagination... je sais pas vous pouvez imaginez une présence... une expérience vraiment très forte d'une présence... si vous la faite euh dans une église... vous sentez une présence dans une église... ça va être très différent que si vous faite l'expérience par exemple de sentir une présence quand vous êtes dans la forêt au milieu de la nuit... vous voyez.. la même expérience... vous la mettez dans des contextes différents... vous êtes chez un thérapeute... ou bien allez chez un medium par exemple... qui est en contact avec les morts... vous sentez une présence... à chaque fois vous allez avoir cette expérience de la présence... et même peut-être c'est la même... elle se manifeste de manière un peu plus concrète cette présence... mais vous la mettez à chaque fois dans un contexte différent... ça prend tout une autre tournure, voyez... et c'est pour ça que l'importance elle va pas forcément être dans cette expérience de la présence mais c'est la connotation... c'est à dire la valeur, l'orientation qui va être donnée... en fonction du contexte... et c'est ça qu'il faut saisir... c'est ça qui va donner à ce courant permanent de l'imagination de mes perceptions et tout cela, à un moment donné, une intensité, une connotation particulière... donc c'est plus ça et puis ce qu'on peut donner comme image... d'abord ce qu'on donne... moi je le vois très souvent dans les expériences d'hypnose... je peux proposer des choses mais, d'abord très souvent le patient dit « mais je ne vous ai même plus entendu... donc je sais même pas ce que vous m'avez dit... » et pourtant il était d'autant plus absorbé dans ce qu'il faisait... ou alors d'autres personnes qui viennent... « ah vous savez ça a changé vraiment ma vie... quand vous avez dit ça... à ce moment-là... et moi je l'ai jamais dit... alors ça on connaît dans ces processus là... le thérapeute qui est là... c'est plus le thérapeute... c'est pas moi qui agit... fin c'est le thérapeute imaginaire qu'ils ont en eux et moi je suis là à un moment, je porte ça... c'est ça qui est en train de se jouer... donc c'est pas très important ce que je leur donne... par contre que je puisse permettre que cela se fasse... alors ça c'est important... »

La transe pour vous c'est être présent à ce qu'on est en train d'imaginer tout le temps ?

« Oui être présent et de l'incarner... et l'incarnation elle peut se faire par le fait que cette expérience elle se fait en présence d'un autre être humain... »

« Oui a un moment donné c'est important de pouvoir faire ce type d'expérience... pis de pas se dire cette expérience que je fais elle est extraterrestre... elle et d'un autre monde... souvent les gens quand ils souffrent... avec ce qu'ils imaginent... ont peur de devenir fous... et ils sont seuls là-dedans... une angoisse extrême... une douleur extrême... les gens se sentent... c'est une expérience qui n'est pas humaine... elle ne s'humanise que lorsqu'un autre être humain peut rester à côté... moi c'est ce que j'ai appris avec les grands brûlés, avec tout ça... de pouvoir rester à côté d'eux... quand ils sont dans cette souffrance qui est inimaginable... c'est ce qui va faire qu'on humanise... c'est une présence... c'est d'être là, il n'y a rien à dire, il n'y rien à faire de précis, il faut rester là avec une attention disponible à l'autre... »

C'est de pouvoir partager, rendre palpable, rendre présent ce monde qu'on imagine... c'est ça la transe, c'est ça qui soigne ?

« Et on le fait, on va chercher ça probablement à un moment donné où on sent qu'on a besoin... on sent soit qu'on part dans la folie ou on est déconnecté... à un moment donné on a besoin de l'humaniser, de le réincarner... »

« L'objet peut être chargé par le contexte. C'est l'objet de rituel. C'est l'indicateur de contexte... Il est simplement... il est marqueur de ce contexte... donc évidemment un objet peut devenir... une chose qui rappelle... comme la présence du thérapeute... mais l'objet... il a été chargé dans un contexte à un moment donné... c'est comme l'autohypnose... c'est la même chose... c'est parce qu'il a été chargé dans la rencontre avec quelqu'un... »

Acte psycho-magique, prescription... une thérapeute me disait « oui mais il y a le risque de ne plus se connecter avec... » L'important c'est la relation avec l'objet...

« Dans l'apprentissage vous avez, dans la première phase c'est quelque chose de très conscient... vous devez apprendre chaque geste, c'est difficile... puis arrive un moment où le geste appris vous n'en êtes plus conscient et pourtant vous le réalisez... donc il est rentré comme ça dans votre fonctionnement... donc il est intégré... c'est pas qu'il est absent, il est intégré... et je pense que c'est ça un élément qui est important. C'est aussi cette démarche... on peut absorber, intégrer, aussi une image une chose comme ça... et ça peut être par le fait que... elle peut être portée par un objet mais on peut aussi l'oublier après cet objet... on peut l'imaginer après cet objet et il aura le même effet... mais je pense qu'on peut and même avoir des.. parce qu'on fonctionne aussi comme ça... »

« Quand on perd la mémoire, on perd son identité... » → ex sois intensif, perdu conscience, plus d'objet personnel, connaît pas la personne, pas d'objet connu, souvent même pas de fenêtre. Personne « désaffectée »

« On est quand même en lien avec le monde, avec l'environnement... on est en lien permanent.. donc ça c'est un élément important... et l'objet il peut faire partie de cet environnement même si on... »

« L'expérience de la transe doit nous mettre en relation avec le monde, avec l'environnement... c'est pas juste être absorbé en soi... en soi c'est un peu le monde aussi mais c'est d'être dilué dans le monde qui va amener des choses... donc je pense que l'objet, dans ce sens-là il a... même si a un moment donné on n'y porte plus une attention intense... mais le fait qu'il soit là peut-être tout à fait déterminant aussi... mais c'est pas l'objet en tant que tel... mais c'est que l'objet ils est porteur, de nouveau, d'une relation au monde et c'est ça qui va être si important... et si on enlève ce lien, c'est des tas de petits fils qu'on a partout qui nous lient, qui nous insèrent dans le monde... si on enlève tous ces petits signes là ben on est dans un monde non humain... c'est du non humain qu'on est... et là c'est plus la même histoire... »

Acte néo-chamanique, rituels, ... propositions symboliques...

Qqch est créé ou offert à la personne... c'est comme rendre palpable le monde imaginaire de la personne, symboliquement, de le partager, et même après d'y transformer qqch mais sans mot, on utilise des métaphores, pas d'analyse, faire des gestes, construire une image symbolique dans la nature...

« Je pense que c'est un vecteur très important... »

L'hypnose, « c'est une relation qui se fonde dans l'expérience... et dans cette expérience il y a évidemment le monde des perceptions qui comprend les images... » « (...) qui permet de faire avec, d'exprimer, partager et orienter en quelque sorte l'indicible... et qui a sa propre... et pour moi ce n'est pas une relation comme on l'entend aujourd'hui dans notre monde cybernétique... on n'est pas dans un échange d'informations... c'est pas ça... il y a qqch qui va au-delà de tout ça... donc c'est pour ça que le... ouais c'est vraiment une expérience et par définition elle est indicible cette expérience... mais voilà mais je sais juste qu'elle est opérante et qu'elle peut aller dans un sens donné, ça c'est... c'est ça qui est intéressant... »

Troisième entretien : H6

« Je pars toujours quand même du principe que je suis infirmier en psychiatrie. Donc j'ai quand même, en fonction des souffrances des personnes, je peux voir des gens de manière beaucoup plus... même en utilisant l'hypnose, les techniques hypnotiques, je peux voir les gens sur une longue durée, en fonction des traumatismes et comment ils aménagent leur quotidien avec cette cuisine interne, ces traumatismes... leur vie est constituée de ressource, de capacités, de compétences... et en même temps de traumatismes et pis... comment elles associent tout ça... donc... je sais pas si je peux classer les clients, patients qui viennent me voir, la proportion en lien avec la psychiatrie. Je pense que c'est à peu près 2/3 de psychiatrie, 1/3 hypnose-hypnose, mais c'est quand même les soins, les personnes qui viennent ici, leurs objectifs c'est l'anxiété, les troubles anxieux... (...) trouble du sommeil, trouble des représentations du schéma corporel, parce qu'il y a eu des violences sexuelles, il y en a... alors là ça prend beaucoup plus de temps... mais je remarque que des fois en l'espace de 2-3 séances, 3-4 séances, même si on a des... des souffrances assez importantes... 3-4 séances ont suffi pour certaines personnes... d'autres il faut plusieurs mois. Mais ça fait quand même partie des thérapies brèves dans le sens où je les vois moins que mes collègues infirmiers en psychiatrie, qui utilisent la relation psychiatrique, gestion de l'anxiété, de l'angoisse et des troubles... »

Utilise aussi des fois des techniques EFT et EMDR

C'est quoi tes critères pour utiliser plutôt l'hypnose, ou plutôt pas, pour utiliser l'EFT ou EMDR ?

« J'utilise beaucoup l'hypnose... en général je le dis, les gens... ben c'est marqué sur ma porte... c'est écrit « hypno-praticien » donc les gens savent que je pratique les techniques hypnotiques... je dis pas forcément à quel moment j'utilise les techniques hypnotiques... »

Tu fais de l'hypnose conversationnelle ?

« Voilà, c'est souvent... la frontière entre l'hypnose conversationnelle et l'hypnose formelle... les gens glissent assez facilement dans l'hypnose formelle en passant d'abord par l'hypnose conversationnelle... je les vois avec le regard un peu dans le vague comme ça, ils commencent à parler et tout ça... et puis à un moment donné je vois qu'ils ont bien démarrés dans le cursus hypnotique, et je leur propose, je leur suggère de fermer les paupières et puis là ils partent et pis... on est dans le l'hypnose plus formelle... avec peut-être des paliers où on peut descendre un peu plus profondément pour aller voir... chercher des ressources... ou chercher une situation à transformer en fonction de l'objectif. »

« Donc mon idée à moi, c'est que les... c'est ce que je dis aux clients/patients qui viennent... c'est qu'ils deviennent le plus rapidement possible autonome. Les techniques hypnotiques sont un moyen mais l'idée c'est qu'ils pratiquent l'autohypnose par eux-mêmes... Donc très rapidement je leur présente le PowerPoint qu'on présente... je leur présente quelques slides d'un PowerPoint qu'on présente pour les journées d'autohypnose : le processus d'autohypnose, comment on entre dans l'hypnose, le besoin de formuler un objectif, entrer dans la transe, transformer ce qui se passe, observer et ressortir de la transe... donc ça je leur demande comme tâche... je leur demande assez rapidement qu'ils pratiquent l'autohypnose... »

« Je leur montre les indices de transe... on a des indices physiologiques, on a des indices psychologiques de transe... et ça ils y entrent facilement... »

Tu mentionnes le besoin de formuler un objectif. Comment tu définis l'objectif ?

« Donc il y a l'objectif général, du pourquoi ils viennent ici, pourquoi on se rencontre et pourquoi les médecins les envoient ici, parce que je travaille sur prescription médicale... déjà ça c'est aussi important... pas tous les collègues travaillent sur prescription médicale... soit c'est une prescription soit c'est du bouche à oreille... je sais pas... lequel choisir... (...) je pense que les gens qui viennent par le bouche à oreille, viendront pour un nombre de séances minimum moindre... mais certains viennent par le bouche à oreille, et puis à un moment donné décide de demander à leur médecin que je puisse leur envoyer la feuille de prescription pour qu'on puisse faire rembourser par l'assurance... c'est l'assurance de base moi qui me paye... la LAMAL... de plus en plus les assurances acceptent de payer (parce que tu es infirmier psy, parce que autrement...) Voilà, ils payent l'infirmier en psy qui utilise des techniques hypnotiques... mais ce n'est pas considéré comme soi, l'hypnose... c'est un paradoxe là... il y a un flou-là qui doit être clarifié. Mais on voit... tu as vu les articles, dans l'Hebdo et compagnie « Dans les hôpitaux, on pratique l'hypnose maintenant... » (...) Donc là j'ai une assurance qui me crée des soucis, qui refusent de me payer... c'est une seule assurance. Alors bon, maintenant je ne prends plus de clients qui viennent chez eux... je me dis bon ben je ne veux pas avoir des ennuis avec eux... mais ici, les assurances de la région savent, l'infirmier conseil est au que je pratique l'hypnose et puis il est tout à fait d'accord. Donc c'est des négociations qui se passent avec les infirmiers conseils des assurances... (...) (cet aspect est) important, il joue un rôle, j'ai beaucoup de gens quand même qui ont des problèmes financiers, qui sont à la limite, du chômage, du burn out... tu vois, il y a beaucoup d'inconnues qui s'installent... »

« Le panel de population qui viennent ici est assez large... j'ai des jeunes qui viennent parce qu'ils ont des troubles anxieux à l'école... jeune... je veux dire fin de l'adolescence, jeunes adultes, des douleurs chroniques, des troubles psy... voilà en gros... troubles psy ça veut dire anxiété... ou alors psychose, schizophrénie... même avec de la psychose et des patients qui ont des troubles schizophréniques ça m'arrive de proposer de l'hypnose... hypnose relaxation... je veux dire ? »

Tu rentres dans leurs hallucinations parfois ?

« Non je ne rentrerais pas dans leurs hallucinations... en fait, leurs hallucinations sont des moyens de défense... Ils ont établi un processus avec eux-mêmes, avec leur mental, avec leur construction mentale, pour trouver un moyen de gérer leur angoisse... parce que cette angoisse, elle est tellement prenante, qu'ils apprennent à trouver un moyen pour la gérer... pis alors... j'aurais plutôt avec eux... je pratiquerais plutôt avec eux une hypnose relaxation... et plutôt axée sur les perceptions du corps... un peu comme les packs (on en a parlé lors de la première séance...) (...) qui nous met en transe... hein, un pack ça nous met aussi dans l'état de transe... donc les pack chez les gens qui sont morcelés comme ça. C'est qqch qui aide bien à se reconstruire, à ressentir le schéma corporel et à... à y adhérer, à le vivre... »

Discussion qui vient un peu chaque fois, en plus des 5 points... sur les troubles psychotiques, les risques... je dis que pour finir, hypnothérapeutes et chamanes font presque la même chose... sauf qu'à la fin c'est pas le même postulat par rapport au statut de l'expérience... et ça ça influe sur le rapport au monde... est-ce qu'on rentre en relation avec d'autres entités... ou bien c'est des projections...

Je trouvais intéressant de postuler la réalité de ces mondes, de ces êtres... mais psys m'ont rendu attentive au fait que ça pouvait être dangereux d'insinuer que ces vécus imaginaires pouvaient être réels (Barbara qui travaille avec des personnes victimes de tortures notamment, dans des pays en guerre.)

Dit que lui n'a pas l'occasion de travailler avec des migrants contrairement à son épouse

→ « Eux je pense qu'ils ont développé des défenses de type psychotique mais c'est à travers les décorporations, à travers la torture, à travers tous ces aspects-là, moi je parle de patients psychotiques qui le sont depuis l'enfance... c'est une structure psychotique... c'est plus qqch d'établi, c'est moins réactionnel que la personne torturée... »

Rappel le travail avec patient ayant des troubles schizophréniques... avec sa casserole, son tablier, salivait, était avec toute sa famille...

« Alors pour moi, est-ce qu'il était en train d'halluciner ou est-ce qu'il était dans le processus hypnotique... moi je le voyais plus dans un processus hypnotique... »

→ d'où l'importance de l'objectif constructif, positif ?

« C'était sa safe place ça en fait... c'était sa safe place, il l'a conçue comme telle et c'est là qu'il était le mieux... »

« Maintenant par rapport à la question des esprits, l'ouverture, l'écologie moi je suis assez ouvert à dire que mes yeux voient ce qu'ils voient mais je pense qu'il y a plein d'autres choses que je ne vois pas, que mes yeux ne voient pas... donc je... j'aime bien faire référence à Teresa Robles qui parle beaucoup des esprits... »

→ dans « La magie de nos masques » dit-il

« Elle, elle fait beaucoup le lien entre nos esprits internes, comment le ventre fait circuler les esprits, fait circuler la respiration, fait circuler toutes ces différents choses en toi... donc autant les esprits qui ont souffert, que les esprits qui sont ressources... moi je la trouve assez chamane d'une certaine manière... elle est à la frontière »

T'aurais pas souci d'utiliser avec des personnes psychotiques... (la notion d'esprits, d'entités)

« boh... je fais plus attention alors... je fais plus attention... j'ai moins... c'est intéressant parce que... les patients... je travaillais plus avec des patients souffrant de troubles schizophréniques et les techniques hypnotiques que en cabinet quand même... je suis plus dans la relaxation ici... si tu veux, j'avais quand même cette sécurité à l'hôpital... d'avoir les murs, d'avoir cette contenance, qui d'une certaine manière rassurait autant le patient que moi... alors ici c'est vrai que je suis plus en lien avec la safe place, la relaxation... c'est plutôt dans ce sens-là que j'irai avec les patients qui souffrent de ce type de troubles... »

T'osais faire plus quoi à l'hôpital ?

« D'être plus... peut-être de plus utiliser leurs rêves, de plus utiliser leur... ce qu'ils amenaient, d'une certaine manière... dans leurs histoires, oui peut-être même dans leurs délires... oui je l'ai plus utilisé là-bas, à Malévaux... »

Je mentionne que pour Barbara ça pourrait être intéressant, mais dans un cadre sécurisé, hospitalier, et que trop souvent à l'hôpital c'est juste noté « hallucinations » et pas le contenu des hallucinations...

« Alors moi j'avais lu un... chez Payot, à Lausanne, j'avais trouvé une fois... quand je vais me promener là bas, j'avais trouvé un bouquin... c'était d'un psychiatre et sa femme était médium... et ils travaillaient ensemble, et la médium... expliquait que il y avait des âmes qui s'accrochaient à ces patients schizophrènes et quand ils trouvaient une procédure, proche du chamanisme quand même... la médiumnité, chamanisme, comment aider l'âme qui crochait à se décrocher, le patient était beaucoup plus libre, plus apaisé... »

<https://www.espritsciencemetaphysiques.com/ce-quun-shaman-voit-hopital-psychiatrique.html>

« C'est intéressant... Je vois pour le CAS maintenant on a moins de gens... Dans les gens qui sont en train de se former on part plus dans du socio-pédagogique que dans l'infirmier. Jusqu'à maintenant on avait beaucoup plus d'infirmier, d'infirmier en psychiatrie... Et maintenant on a plus de gens qui sont éducateurs spécialisés ou pédagogues »

Dr Mantella → médecine et spiritualité aux USA

« Tu fais la différence entre spiritualité, hypnose, chamanisme ?... C'est une sacrée cuisine tout ça... »

Objectif ?

« Alors je leur demande de me dire... ils ont de la peine à formuler des objectifs, mais je demande quand même de réfléchir à... à un objectif qu'ils aimeraient aborder, travailler... il y a l'objectif général... ça peut être « ma douleur chronique », « mon anxiété » ou « ma phobie » mais je trouve que c'est important de venir quand même le jour même... pour l'entretien... avec un objectif du moment « Qu'est-ce qui c'est passé, qu'est-ce que vous avez vécu depuis la dernière fois ? » Parce que très rapidement j'ai remarqué... les gens ont quand même un vécu qui s'intensifie quand on a commencé les... la relation de soin... ils remarquent qu'ils ont plus de rêve, tout à coup ils sont plus calmes ou... qqch a changé... donc... il y a déjà la machine qui s'est mis en route... et puis avec cette machine qui est en route qu'est-ce qu'on va faire maintenant... »

Et toi tu aides à clarifier l'objectif ?

« Alors... j'aide à clarifier l'objectif oui... ou alors des fois je leur propose d'aller voir leur objectif... « Il est comment ? Vous pouvez me faire une description de... la forme, la température, la couleur, la métaphore la... les liens? Et est-ce que vous pouvez rester simplement à proximité de cet objectif et puis voir un peu la résonnance qui s'installe entre vous et l'objectif... en vous peut-être l'objectif il est... Comment est-ce que vous... ? » La cuisine elle se met en route... »

Comment tu induis ?

« J'ai pas de formule... leur proposerais peut-être de se mettre en transe en regardant la flamme de la bougie ou de se mettre en transe en regardant la ridule du pouce... en fixant qqch avec le regard ou bien avec un son parce que j'ai aussi des sons ici... »

Rapidement ?

« Assez rapidement... moi je trouve que ça va assez rapide... on entre très vite en transe... c'est ce qui me surprend de plus en plus... et ce que j'apprécie de plus en plus aussi... c'est qu'on est très vite en transe... et quand... t'as commencé à tenir la ligne... et puis que le poisson il a juste tenu à peine... mais il ne faut pas grand-chose pour le... pour qu'il vienne... et puis la personne elle est en transe »

→ en ensuite il s'agit d'approfondir (quand le poisson a juste tenu) ?

Je remarque du coup que c'est pas l'idée d'instaurer une bonne transe, avec une induction de 10-15 minutes, pour qu'il y ait un bon feu sous le chaudron (métaphore de Denis) ?

« Non moi je n'utiliserais pas cette métaphore là... moi je dirai que dès que j'ai mis le chaudron sur le feu... il y a qqch qui se passe... »

« Alors d'aller voir l'objectif ou d'aller voir une tension... ça dépend... comment la personne... ce qu'elle me donne... mais bon, j'utilise des cartes... c'est assez intéressant parce que... je laisse toujours... quand les patients arrivent ici... à peu près c'est ça ma disposition de cabinet... ils entrent... choisissez la chaise qui vous met le plus en transe... (...) « ah moi j'aime bien, je suis bien sur le canapé » « ah moi j'aime bien, votre chaise elle est petite et puis je peux me balancer » ou les gens me disent « ah ici je suis bien tenu » très rapidement... donc... c'est... comment il s'appelle le psychologue de Vevey ? qui a le site ACES... lui au téléphone il dit à ses patients « vous aurez 5 marches à descendre pour arriver à mon cabinet... chacune de ces marches vous permettra d'entrer le plus en transe... donc déjà les gens quand ils arrivent au cabinet, ils sont déjà en transe, tu vois ?... (tu crois qu'ils le sont vraiment ?) ah ouais... écoute quand je dis au patients... ils rien jaune un peu... ils rigolent mais en même temps, il s'y mettent et puis ils s'installent... donc... (il y en a qui ont déjà fait de la transe) Mais même les gens qui ne me connaissent pas du tout, ils rigolent... je leur dit la même chose... moi je le dis presque systématiquement maintenant « choisissez la chaise qui vous met le plus en transe... » Attend c'est marqué « hypno-praticien » (sur sa porte) et puis après je peux expliquer pourquoi je parle de Ca quand je leur présente le PowerPoint ou des choses comme ça... »

« Je remarque, plus je suis confiant, plus ils seront confiants... plus moi je suis déjà en transe, plus ils entreront en transe... il y a cette synergie qui s'installe rapidement... et puis moins ils sont suspicieux, moins ils sont à poser des questions tordues... ils ne posent pas des questions tordues les gens... »

« Moi je dirai je fais confiance à la ressource »

Objectif se définit déjà quand doit remplir fichier informatique, doit être attentif aux différents items qu'il devra compléter pour la fiche de prescription, quel médicaments... tout ça donne déjà beaucoup d'infos.

« Il y a des gens des fois, ils t'embarquent tout de suite dans leurs trucs... moi je laisse aller et puis je ferai le dossier après... à la fin... ou au milieu... j'ai pas de timing qui me dit c'est comme ça... formellement établi, mais c'est mon guide line, c'est quand même ça, j'ai une planification, j'ai des diagnostics infirmiers à mettre... j'ai au niveau de l'anamnèse, ici, j'ai aussi des choses sur les besoins, les 14 besoins, résumé actuel, motif de la prise en soin, attente du client, problèmes... c'est pas tout à fait pour la psychiatrie ce document là parce que c'est des infirmiers en soins généraux qui l'ont rédigé aussi... mais je rempli une partie de ces items-là. »

« Je dirai que les premières séances, il y a un mélange entre hypnose, les documents, relaxation, travail sur les symptômes, la gestion des symptômes... là je pense, j'ai sorti cette carte là... ça fit deux ans maintenant que je l'accompagne, qui a quand même eu plusieurs hospitalisation en psychiatrie, et puis qui est... borderline, psychose... mais qui a vécu des traumatismes, des sévices sexuels de part son père... une relation... le père est décédé... une relation assez perverse avec la mère et le frère... des trucs assez sordide tu vois... et cette dame elle s'est mariée avec une personne handicapée physique... et puis elle est à l'AI à 50%... elle elle arrivait au début, elle disait « je viens chez vous parce que je veux de l'hypnose » Je disais « ben mettez-vous en hypnose » « c'est bien ? » « Ah ouais.. ah mais je suis bien... » Pis elle se mettait comme ça... c'était assez surprenant... moi j'étais un peu déconcentré au début...(...) et pis elle dit partout « Ah c'est super, c'est génial ce que je vis » Alors je ne vais pas trop remuer non plus... alors je suggère de la safe place, du confort, de la sécurité... elle a tellement souffert... si on peut au moins travailler cet aspect-là c'est déjà une bonne chose... et puis aujourd'hui elle vient... donc ça fait deux ans... on a fait des réseaux, on a fait plein de trucs, un travail assez important quand même avec le psychiatre... il y a une psychiatre dans la course, il y a le service social, il y a la CMS pour son mari, il y a vraiment beaucoup de monde... tu vois aujourd'hui... »

« (...) les cartes je les utilise dans les deux sens... comme ça ou comme ça... pour les ateliers d'autohypnose moi je demande aussi toujours au gens de tirer une carte... c'est incroyable... tu connais « Dixit » (oui) C'est un jeu Dixit, c'est des contes et tout ça... c'est lié avec des contes... mais... incroyable le nombre de fois que les gens tirent une carte... « ah mais elle me parle tout à fait, ah mais c'est tout à fait moi, mais je suis en plein dedans...mais regardez, eh regardez qu'est-ce qui a là... oh pis je vois un cœur là... oh pis je vois blabla... mais il faut vraiment que j'arrête de déconner moi... c'est tout le temps « blabla » dans ma tête... oh blabla... pis ce journal c'est le miroir, c'est mon miroir... » elle est en transe ou pas ? quand elle est part là-dedans, pour moi elle l'est... »

« Aujourd'hui elle avait les yeux ouverts... puis à un moment donné je vois... il y a moins d'éléments qui viennent, je lui dis... « maintenant » je lui dis « je vous suggère de laisser les paupières supérieures d'aller rejoindre les paupières inférieures pis se reposer un moment... prou.. elle part, et pis là elle est complètement en transe profonde... et puis elle se sent bien, elle se sent rassurée... »

Donc des fois l'objectif c'est la carte ? Tu pars de la carte ?

« Les gens apprécient de faire des liens... c'est peut-être le lien entre eux et moi la carte... c'est moi qui amène le jeu, mais c'est eux qui amènent leur imaginaire, leurs conditions... et ils en font leur cuisine en fait... »

Elle te parle quand elle est en transe profonde ? Elle parle beaucoup ?

« Non... elle dit des mots... et pis il y a des grands moments de silence... des fois les mots sont assez long, l'espace-temps est modifié, modulable... les gens te disent « ouuuuuii », parlent lentement ou tout à coup il y a une série de mots qui peut venir... »

Toi tu poses des questions ? tu induis, suggère ?

« je fais des « mmm... mmm », « mouais... » j'accueille « ça change ? ça se transforme ? » « ça... ? C'est... ? » et pis je laisse des vides... « C'est comment là ? C'est comment ? Pouvez m'expliquer un peu... » »

Tu dis pas « votre bouche peut parler alors que... »

« Ah oui des fois je dis « votre bouche... » ou alors des fois je propose du signaling... c'est plus difficile parce qu'il faut faire attention dans le signaling... j'ai une personne qui n'est que dans le signaling (...) il part en transe profonde... une demi heure, ¾ d'heure, il bouge pas... il est bien, il se ressource... »

Je reviens sur l'objectif, me reparle des cartes... Du coup je lui demande

Tu utilises presque tout le temps les cartes ?

« J'ai plein de différentes cartes, d'utilise les cartes Dixit, j'utilise les cartes chamaniques avec des animaux totem, j'utilise les cartes de Emoto... je sais pas si tu connais... Emoto c'est un biologiste japonais qui a fait les photos des cristaux de glace... oh l'autre jour... ça c'était rigolo ça... j'ai une jeune qui me dit... je lui propose de se mettre en transe assez rapidement... et je lui propose d'être attentive à ce qui pouvait peut-être venir comme ressource, se poser dans sa main... et puis elle voit un poussin... un poussin jaune... et par hasard j'avais mes billes là... et puis la première que je prends... tu vois là aussi... est-ce que les esprits sont avec moi ou pas, on peut se poser la question (rires) c'était une boule jaune avec deux yeux noirs... un genre Calimero... j'ai racheté les billes à mon fils... elles m'ont coûté cher... je lui dis « voilà, vous avez un poussin... » une belle boule jaune avec deux yeux noir... je me dis quand elle va ouvrir les yeux, qu'elle va voir ce poussin... alors prenez soin de ce poussin... et puis elle sentait ce poussin, il était si doux, si agréable... et puis il lui donnait confiance... « Vous pouvez sentir cette confiance qui s'installe dans le corps, c'est en train de monter tranquillement... « C'est doux ? » « oui c'est doux... » « C'est comment... » « C'est chaud, c'est tout ça... » et puis elle a fait une transe de ¾ d'heure. »

Et tu alimentes pendant la transe ?

« Ouais pas beaucoup... « Et ce petit poussin, est-ce qu'il peut vous apporter qqch ? Est-ce qu'il a des ressources ? Il a une caisse à outil, il a des ressources... » « Ah il m'amène du calme, il m'amène un bien-être... » « C'est très bien... observez le ce bien-être... observez le bien-être s'installer... » Pis on attend un moment... « C'est comment ce bien être ? » « Agréable, c'est doux... c'est... ça me rassure... » « Ce bien être il est quelque part dans le corps ? » « Ah ouais, il est là... » Ou je prendrais la main pis je la mettrai sur le ventre... « il est là ce bien être... » Alors je lui prends pis je dis... « Alors... observez ce bien-être... il irradie, il diffuse, il provoque qqch, il transforme qqch... » Mais toujours des mots ouverts... « Est-ce qu'il y a... ça peut être un esprit ? Est-ce que ça peut être... pour faire un lien avec du connu ou de l'inconnu... ou de la lecture, il y a peut-être un roman... enfin il y a peut-être qqch que vous avez lu ou entendu une fois qqch qui fait sens pour vous... observez... ouais c'est bien... est-ce que ça peut se diffuser dans le corps ce bien être ? on est dans le bien-être... dans la transformation d'un bien être... et pis quand elle a ouvert les yeux et puis qu'elle a vu le calimero... « Je vous la rends ? » Je dis « Moi les poussins je ne les garde pas ici... vous vous en occupez... » Elle l'a emmené avec elle, et pis elle va s'en occuper tu vois... donc elle va continuer... »

« J'ai matérialisé d'une certaine manière qqch... »

« L'objectif était qu'elle trouve de la confiance en elle... parce que c'est qqn... elle est gay, elle est jeune, 17 ans, elle a beaucoup de difficultés, elle est en recherche, phobie scolaire... (...) elle est très masculine, t'as l'impression d'avoir un jeune garçon assez étonnant, et... donc l'idée de la sécurité, du confort, qu'elle puisse se retrouver elle-même, elle est en conflit avec les parents de sa copine, bon ses parents à elle, sont sympa avec elle, la reconnaissent quand même l'acceptent... »

« Moi je vais pas chercher l'interprétation, ça c'est le boulot du psychiatre... moi je vais plutôt dans la recherche de la ressource... ou de la transformation, ou de la modification... (..) une ressource peut se transformer encore en plus agréable... j'utilise souvent la métaphore du ballon... tu sais, la montgolfière et pis on remplit des sacs de sable de choses dont on a envie de se débarrasser... et pis il y a une main qui s'occupe de la flamme pour faire gonfler la montgolfière... et puis il y a une autre qui s'occupe d'ouvrir les sacs de sable mais pas trop vite parce que sinon ça fait des rebonds... et petit à petit ils s'allègent, les se sentent beaucoup plus... alors là je vais utiliser la métaphore et c'est moi qui vais beaucoup plus parler pendant un moment... »

« La difficulté c'est de savoir si la personne se trouve pendant 5 min ou 10 min à 20 cm du sol ou si elle est déjà à 300m du sol... c'est là l'écoute qu'on a à développer, c'est de savoir se situer, où se trouve la personne... »

Elle te donne des feedback ou tu observes ?

« oui... ben des fois tu vois les yeux qui papillonnent... ou alors, il y a des mouvements qui s'installent... ou alors... « c'est comment ?... vous ne êtes où ? » « oh mais je suis déjà très loin... » « il y a des fois je pense que vous êtes en train de décoller et puis... » elle me dit « mais ça fait déjà longtemps que j'ai décollé » « c'est très bien... continuez... pis vous avez une certaine distance... il vous reste encore du sable ? » « Ah ouais il m'en reste encore un peu... » alors j'ouvre « et ben laissez le sable s'écouler... » »

« (...) alors je suis plus sur les symptômes, la gestion des symptômes, par rapport au psychiatre qui lui, sera plus dans l'interprétation... »

« Je reste très ouvert... moi je reste serrurier quelque part, quand même... »

Il y en a pas qui disent... « j'en sais rien »

« Oui ça arrive des fois »

« Déjà c'est intéressant comme interprétation, tu leur donnes une bille aux gens, ils ont joué aux billes... ils font des liens avec l'enfance assez rapidement quand même... sinon mon discours fera le lien avec « vous avez déjà joué aux billes, vous connaissez ? » « Ah oui... pis après tu leur propose d'être juste attentives pis d'entrer en transe en regardant la bille... pis à un moment donné la bille devient lourde... et pis le bras va descendre, et puis les gens sont en transe... ça marche très bien... »

Tu dis quoi ?

« Laissez vos yeux se poser sur la bille... tout ce qui est autour de la bille devient... hop... » (je tombe en transe en faisant l'exercice... sourires...)

Du coup me fait l'exercice...

« Alors cette bille elle est très légère, elle a une couleur jaune, elle a peut-être un petit dessin... tu vois ce petit dessin... il représente qqch pour toi... et puis après tu focalises ton attention, mais un peu au-dessus de l'horizon quand même... voilà... tranquillement... et tout ce qui est autour de cette bille perd de l'importance... ton regard est complètement posé... voilà, sur cette bille... et cette bille prend un certain poids et devient de plus en plus lourde et ta main descend tranquillement... les paupières supérieures vont suivre... la bille... très bien... et à un moment donné la bille ira se poser sur la cuisse avec la main... et les paupières supérieures auront rejoint les paupières inférieures, et les yeux... voilà... très bien... »

Tu proposes aussi vite que ça de commencer à descendre

« Mais c'est toi qui est allée... »

« Oui mais si c'est plus long, la personne elle reste longtemps en haut, ou peut-être qu'elle fait un catalepsie et à ce moment-là va garder la main en haut et les yeux complètement ouverts. A ce moment-là, elle est en transe et en catalepsie... et ça me va très bien aussi... je reste complètement ouvert aux possibles... et cette bille... peut-être qu'elle te regarde un peu ou toi tu regardes la bille... il y a une relation qui s'installe avec cette bille... qu'est-ce qu'elle a envie de te dire cette bille ou qu'est-ce qu'elle a envie de voir chez toi qu'elle aimerait transformer... (...) moi ce que j'aime bien c'est vraiment rester le plus ouvert possible. »

« Emoto qui s'est amusé à écrire sur des bouteilles en plastique ou en verre plutôt et il leur mettait juste ce qui est écrit ici... et pis il a filmé la cristallisation de l'eau... »

→ témoignerait de l'influence de la pensée sur la matière, jamais validé... il n'empêche...

« Voilà un peu le début d'une transe, la fin d'une transe, soit avec les cartes, avec les aiguilles... avec de la littérature ou bien avec des contes, je prends des contes aussi... (tu m'avais montré des livres d'images aussi...) aussi oui... ouais j'utilise beaucoup... (va chercher livre) « plus haut que les nuages... (...) alors choisissez une image qui a du sens pour vous, ça peut être au début, à la fin... c'est égal... »

(un autre échantillonnage de transe, dans lesquelles je rentre tout de suite...)

« Ca met vite en transe des images comme celles-là... » (on regarde le livre)

Tu commences avec « choisissez une image... »

« Ouais... qqch qui a du sens pour vous... »

Avec ça tu peux induire une transe...

« ah ouais... ah tu pars dans le fenouil (livre avec des recettes)... (ah ouais ?) mais regarde... comment tu peux partir là dans la fraise... je sais pas... certaines personnes ça les fait saliver (ouais ouais je suis déjà dans le jardin de mes parents quand j'étais petite...) »

Je mentionne que les cours que j'ai suivi en hypnose sont très formels, les personnes ne parlent pas... alors que là, « oui c'est très dynamique... »

Je dis aussi que ces livres sur les fruits, légumes, etc sont intéressants pour les métaphores, suggestions en lien avec le goût.

« Alors c'est une diététicienne qui m'a branché sur ces bouquins là... une diététicienne qui a fait la formation, le CAS en technique hypnotique... elle m'avait suggéré celui-là je crois « Les soupes du monde »... c'est une même auteur... ils en ont trois ou quatre... »

C'est dans quel cas que tu utilises les légumes, la cuisine ?

« Ben, ça me permet quand même de travailler aussi l'aspect... l'autonomie chez des personnes qui ont des problèmes alimentaires... »

Face à une patiente psychotique avec qui a un lien (qui se défait sans cesse mais quand même) depuis des années, depuis que l'a fait hospitalisée, elle prétend qu'il fait partie de la coalition du diable... il va la voir et lui dit « Catherine je sais ce que vous pensez (...) vous pouvez me dire que je fais partie de la coalition, c'est votre histoire, moi je m'adresse à la partie saine qui est en vous, parce que je sais que vous l'avez, je sais comment vous m'avez reçu, je sais... » j'ai argumenté... « il y a une partie saine chez vous et c'est à elle que je cause... » « oui » alors tu vois, là il y a déjà une émotion qui passe... je valide... pis tout d'un coup elle repart dans sa folie... « vous faites partie du diable... » et tout ça... elle part dans des émotions pas possibles, je la raccompagne... en fin je lui dis « Allez voir là, il y a qqch de sain » Ca m'arrive de la toucher pis je dis « vous sentez le corps » et tout ça... et elle a pu... à des moments j'ai fait ça... (me touche) j'appuie ma main et puis après je la retire... (...) est-ce qu'on est dans de l'hypnose ? on peut se poser la question... moi j'ai l'impression que j'y suis hein... parce qu'elle est tellement en transe négative... de part son délire qu'elle est de toutes façons en transe... mais comment la conduire vers la partie un peu plus saine ou un peu plus réaliste... »

Tu utilises beaucoup le support visuel..

« ouais, visuel plus... » mais les son aussi tu disais ? et me fait écouter plusieurs sons, kodjis...

Et là tu induis comment ?

« Ben... « je vous invite à une ballade... laissez une partie de vous aller se balader... peut-être dans un endroit que vous connaissez ou pas... vers l'inconnu ou vers une expérience de sécurité, vers votre safe place... »

C'est le son qui induit un lieu...

« Alors en même temps je parle, et en même temps je fias des sons, je fais bouger... »

« J'utilise ça aussi... respiroguide... « vous inspirez quand la balle monte et vous expirez quand la balle descend » (bruit de vague...) J'ai vu des patients qui étaient dans des états d'anxiété majeur, états d'angoisse à l'hôpital... simplement comme ça... « posez votre attention là-dessus... vous ne quittez plus des yeux l'écran... » et l'angoisse très rapidement elle baisse... et en plus c'est établi sur les théories de Servan Schreiber, sur la cohérence cardiaque... »

Je dis que j'ai un problème avec la focalisation sur la respiration...

« (...) tu utiliseras peut-être le contact avec les mains... ça c'est une transe que j'induis assez souvent... « je vais vous proposer une transe assez sympa... dès que je vais vous la proposer vous allez rigoler... mais en fait ma transe s'appelle « se tourner les pouces »... tournez-vous les pouces en fermant les yeux, en fermant les paupières... et vous vous fermez les pouces comme si c'était la première fois que vous vous tourniez les pouces... l'un autour de l'autre... alors c'est sûr qu'ils peuvent être à une certaine distance l'un de l'autre... mais ils peuvent aussi se toucher... et observer ce qui se passe lorsqu'ils commencent à se toucher ces pouces... voilà... comme ça... et ça devient tellement agréable... observez chaque cellule de chaque pouce en train de se caresser, sentez la température, l'humidité... voilà, comme ça... très bien... c'est agréable bien... très très bien... et si vous voulez compliquer l'histoire... en même temps que vous tournez les pouces, vous pouvez tourner les auriculaires... oui vous faites travailler toutes les fonctions de votre cerveau en faisant cela, vos auriculaires se tournent autour l'un de l'autre et vos pouces se tournent autour l'un de l'autre... » tu vois comme t'es focalisée là-dessus ? Tu te creuses la tête hein ? Ça marche très bien... mais t'es en transe... »

Pis après...

« « C'est comment ? » ou « C'est bien ? » « On continue ? » peut-être simplement quand vous vous tournez les pouces de cette manière-là vous faites avancer un petit moteur, vous faites avancer qqch... vous avancer sur le chemin, au rythme des pouces qui se tournent autour l'un de l'autre... » tu vois on est beaucoup dans les sensations, les cénesthésiques... ça marche très bien... chez quelqu'un d'anxieux ça marche très bien... pis, tu vois, toute la métaphore de se tourner les pouces... les gens ils ont l'impression qu'ils vont se faire chier en se tournant les pouces, hein... c'est l'image qu'on leur a donné un jour... alors ils font des liens avec tout ce qu'ils ont reçu dans l'histoire... je les envoie dans le passé, dans le futur... »

Après tu peux l'utiliser comme ancrage...

« Bien sûr, moi je l'utilise comme ancrage « chaque fois que vous en aurez besoin... où que vous soyez vous pouvez vous tourner les pouces... » »

« C'est intéressant parce que des fois les gens tournent très vite... alors des fois compliquer « ah ouais pis il y a les annulaires ou les auriculaires et les pouces qui peuvent se tourner autour les uns des autres... » l'idée c'est vraiment de fixer son attention et pis de garder le focus... quand ils font ça les gens, ils ont beaucoup moins mal... s'ils sont d'accord de rentrer dans le jeu... »

Donc par rapport à la gestion de la douleur tu fais ça ?

« Aussi oui parce qu'on est dans le cénesthésique, là... j'ai un patient chronique douloureux, j'en ai deux... qui sont récalcitrants... tout ce que je leur propose... il y en a un je vois à St Maurice... ce Monsieur il s'est fait opérer d'une varice à la jambe droite, c'est tout hein... il est comme ça (mime)... un trouble somatoforme douloureux chronique... (qu'il n'avait pas avant ?) Non... et pis son autre jambe elle a une varice pas possible, tu crois qu'ils vont là lui opérer ? L'AI le refuse parce qu'il est capable d'aller travailler... on vient d'apprendre ça... parce que l'AI refuse les troubles somato-forme et puis ce Monsieur il est tout seul dans son appartement... il commence à devenir halluciné parce que... il est tout seul dans son studio... les voix elles commencent à le critiquer... « mais qu'est-ce que tu fous ici, t'as pas de travail t'es à l'aide sociale, t'es n'importe qui » On a commencé à lui donner des neuroleptiques... mais quand je lui propose de l'hypnose, il entre un petit bout mais... (mime la douleur) mais il ne lâche pas... tu peux pas forcer qqn à rentrer dans le processus hypnotique... j'en ai essayé, j'ai pas trouvé la porte d'entrée avec lui... ça fait 2 ans... que je le vois une fois par mois... »

« Avec lui je fais un petit peu d'hypnose conversationnelle... mais je fais ½ h pas plus... Après il peut plus faut bouger... » Psy, neurologue, médecin, personne comprend → albanais, sa femme est là-bas, un de ses fils en Allemagne, l'autre en Albanie, et lui il est tout seul. On lui a proposé l'hôpital de jour c'était pire...

« Donc là, c'est aussi profile bas, je sais pas quoi faire mais je l'accompagne.. je lui dis « je viens vous voir... c'est vous qui fixez le rythme de mes visites » parce que tout à coup il se prend un billet pis il part en Albanie... mais chez lui il a la même attitude... je pense pas qu'il nous joue la comédie... tu vois au visage qu'il souffre... il est en grande souffrance... »

« Alors respiroguide, instruments, tout ça pour induire »

Et qu'est-ce que tu fais après ? Tu m'as donné l'exemple de la bille et du poussin...

« Ouais, les pouces, un ancrage, beaucoup d'ancrages... moi j'ai ça comme ancrage pour chez le dentiste... ça m'endort tout de suite la bouche... »

Est-ce que tu fais qqch de ce qui est apparu, sur le mode un peu analyste jungien... pour essayer de mettre du sens à ce qui est venu, le lien avec le vécu ?

« Moi ce que j'ai pu constater c'est que très souvent les gens mettent leur propre sens, à leur propre vécu.. moi je suggère que c'est qqch qui passe, ça fait partie d'un mouvement... je ne suis pas là pour l'interpréter... si eux veulent interpréter c'est très possible... et puis c'est important qu'ils le dessinent, qu'ils l'écrivent, qu'ils le peignent... qu'ils en fassent qqch »

Ça c'est important tu dis ?

« Pour eux peut-être... moi j'ai dessiné à une dame de me dessiner sa maladie... elle souffre de troubles schizo-affectifs... j'ai demandé de me peindre sa maladie... »

Me donne l'exemple d'un banquier très cartésien qui ne croyait pas à la transe, dit qu'il a besoin de mesurer... → catalepsie du bras

Va chercher qqch à me montrer...

« C'est quoi ça pour toi ? » → des pattes faites avec des chiffres ?

« C'est ces pieds... le gauche et le droit... ce monsieur il a... il a grimpé sur une falaise, il a fait une chute de 2m et depuis il a développé un trouble somato-forme, une douleur chronique qui s'est établie exactement là...mais d'abord moi ce que je lui ai demandé c'est dessiner sa douleur... et il m'a amené ça... c'est intéressant... »

« Je lui ai demandé... justement parce qu'il est plutôt analytique, les chiffres, comptabilité, tout ça... donc je lui ai demandé de dessiner avec des chiffres, sa douleur et l'intensité... je trouve intéressant parce que pour moi je me situe tout de suite... c'est bien différent l'un l'autre... »

Ça il l'a fait à la maison...

« Donc il est revenu avec ça... donc on avait de quoi travailler... tu vois comme objectif il avait ça... (Et là tu pars comment ?) Alors j'ai dit « très bien, maintenant, ça me permet de me situer... et pis je le met en transe... j'ai provoqué une catalepsie de main... et puis j'ai demandé de regarder sa main... j'ai dit justement vous qui êtes très pragmatique, à mesurer, scientifique et tout ça... il faut des preuves... » je lui ai montré la description du... ben justement c'est le psychologue-là qui a fait ça... Grivel... Jérémie Grivel... moi je leur montre juste cette slide... je leur montre qu'une douleur suggérée en état d'hypnose... voilà les zones du cerveau qui sont activées... une douleur provoquée voilà les zones du cerveau activées... et une douleur simplement imaginée... voilà les zones qui sont activées... donc c'est intéressant de voir ces 4 là, et de voir qu'il y a une corrélation entre la douleur provoquée en hypnose ou la douleur réellement provoquée... alors je lui ai montré ça au Monsieur... il a dit « ah ben ça ça me parle... » j'ai dit... « ben très bien... enfin il y a qqch qui vous parle... ben là chez moi, mon boulot c'est de vous mettre dans l'état d'hypnose... et sachez une chose c'est que je vais provoquer chez vous une catalepsie de main... » alors je lui ai pris la main... (tu lui prends la main ?)... oui... non je fais comme ça... t'es droitière, gauchère ? (Me le fait) « Vous me prêtez votre main ? Tu la prêtes... et pis là t'es en transe... t'es en catalepsie là... parce que je peux appuyer encore ¼ d'h... moi je ne t'ai rien dit... et c'est léger maintenant... mais t'es en transe maintenant (...) mais après je peux très bien faire ça... regarde déjà comme tes doigts sont déjà en catalepsie... moi je te propose c'est de... « je sais pas lesquels de ces doigts est le plus léger... tu peux m'indiquer ? tu peux m'indiquer en soulevant le doigt le plus léger de ta main la plus légère ? très bien... l'annulaire... alors maintenant tu vas lui attacher juste un petit ballon ici... un petit ballon de quelle couleur ? » (Toi tu touches ?) Oui moi je touche souvent... ça marche... alors je touche beaucoup parce que je suis infirmier... je leur dis « je touche mais sachez une chose, je touche, les genoux, les mains et l'épaule si vous avez bien travaillé... »

Je m'interroge sur la catalepsie

« J'ai fait comme ça... je tiens, ici je provoque un switch... une... je perturbe les sensations... je joue un petit peu comme ça... (du coup parce que moi j'appuie...) et ben ouais... toi t'appuies ouais... tu retiens... pis j'appuie fort là... (ouais ouais) on sait que dans l'état d'hypnose on a une force qui est augmentée de 40%... donc je sais déjà que t'es en transe... essaye... il faut chercher, il faut sentir que la personne elle joue avec toi... t'arrives pas parce que moi je suis laxé en général... mais déjà quand je t'ai demandé « tu me prêtes ta main » (moi j'ai tout de suite fait ça) t'as dissocié... parce que tu me « prêtes ta main » (si je te dis « tu me prêtes ta main » tu fais ?) « et ben ouais là... » (j'essaye sur lui...) tu appuies et puis tranquillement tu lâches les doigts qui serre, et tu continues d'appuyer... voilà... et là il y a une catalepsie qui est en train de s'installer dans mon index... (pis tu fais quoi après ?) tu lâches... mais tout doucement, tout doucement... et puis tu accompagnes le bras, pis tu observes la personne et puis... Alors soit la personne elle a les yeux fermés... et puis je suggère après à la personne... à lui je lui ai suggéré de regarder après... alors il regarde... il voit la main là... « hum » je dis « ça c'est pas scientifique non plus... mais je sais que ça marche... » « hum » je lui dis... « alors votre cerveau il perçoit la douleur, à sa manière... » « c'est incroyable, je sens les fourmis... ah oui je ne vous ai pas dit, je suis allé voir une fourmi monsieur... oui il y a les fourmis qui sont en train de monter... » je dis « oui, oui moi je travaille avec les fourmis c'est mes associées et vous êtes en transe, et plus vous sentez les fourmis et plus vous êtes en transe... les fourmis elles amènent les informations au cerveau... » il était en transe « ah mais c'est bizarre... mais ça change... » « C'est comment ? c'est la douleur ? » « il y a de la chaleur » « ah ouais... la chaleur c'est la même des deux côtés ? » « ah ouais... » « et pis euh... voyez, je voyais sous la couette là en ce moment... et c'est agréable ? » « oui » « il y a de la pénombre ? » « oui » « alors est-ce que vous pouvez regarder la zone 2 ? et un peu plus... » « D'accord... » Pis on mélange, on baratine, on est dans la transe hypnotique... »

Tu évalues le niveau de douleur ?

« ah tu peux... il y a plein de possibilités... moi ce que je cherchais chez lui... c'était de lui montrer que des choses pouvaient se faire complètement hors de sa pensée, hors de sa volonté... »

Il faut de l'entraînement hein...

« Je me suis rendu compte, avec les entretiens qu'on a eu, c'est l'entraînement qui compte, c'est les formations... c'est quand même les supervisions... j'en avais fait encore pas mal... et puis c'est l'imagination... vraiment utiliser au maximum, les idées à droite à gauche qui viennent... et puis faire ta propre cuisine après... te sentir bien avec... avec ça... je vois avec le CAS, les gens amènent beaucoup... »

« Ca c'est la patiente, moi je lui ai demandé de dessiner la maladie, chez elle, pour elle... alors... pile ou face... c'est génial ça... t'as vu tout le boulot qu'elle a fait en art thérapie... sa douleur... et c'est à la deuxième séance... deuxième entretien, deuxième séance... « je suis pas bien, il y a mon copain qui est parti... je sais plus quoi faire... » (ton plaintif, puis changement de ton, ton affirmatif) « mais je suis intelligente, je sais comment il faut faire quand-même » Donc elle était éducatrice de la petite enfance mais elle souffre de troubles schizo-affectifs... est-ce qu'on est dans de l'hypnose ou pas ? Moi je pense qu'il y a des aspects où... moi je l'ai accompagnée dans son expérience de la sécurité... la safe place... je travaille petit à petit ça... je prends du temps... (cad ?) « vous vous souvenez d'un moment, d'une expérience où vous vous êtes sentie au calme ? » « oui sous ma couette » et ben faite comme si vous étiez sous la couette là en ce moment... et c'est agréable ? » « oui » « il y a de la pénombre ? » « oui » « alors vous y prenez plaisir ? » « oui » ça c'est le « yes set », hein, 3 fois oui... 2 fois oui et la 3^e fois il te dit « oui »... « Et quand vous êtes sous cette couette c'est comment ? » « ah je me régénère, je me ressource... » « Très bien... ben vous prenez un moment pour vous ressourcer ? » Pis après je recommence à discuter d'une manière plus vive... je sors pas... tu vois je ponctue de temps en temps de petite transe, de petits moments ressources... pis les gens me disent « ah je trouve ça génial, ça fait du bien, je suis ressourcé, ça fait du bien, je suis ressourcé, je suis bien, je suis calme... » Je trouve ça génial comme... »

Je regarde le dessin et reviens sur le « pile ou face »

« Alors la dernière transe hypnotique que j'ai fait avec elle... c'est de lui suggérer qu'elle se trouve juste au milieu... en équilibre... parce qu'e tu vois elle est schizo-affective... elle est toujours dans les extrêmes... « est-ce que c'est possible d'aller juste au milieu... » « ah mais j'ai pas pensé à ça... » « mais c'est comment au milieu ? Regardez, il y a de l'espace (montre sur le dessin)... il y a de l'espace... il y a juste assez d'espace... c'est un chemin hein... vous pouvez suivre ce chemin un petit moment... où est-ce qu'il peut vous promener ce chemin ? »

Je relève que je le trouve particulièrement créatif et que ça me plaît...

« Le dernier outil que j'ai utilisé... ça sera le dernier que je te montre pour la soirée, c'est celui-là... (...) Je dis « regardez, ça c'est votre cerveau... » (jeu en bois qui tourne avec les plots de couleurs) « Pis si on le fait tourner c'est comme ça... regardez toutes ces couleurs... comme ça quand ça tourne... ça c'est votre cerveau et puis vous voudriez changer... Qu'est-ce que vous voulez changer ? Moi je peux vous proposer regardez, vous pouvez changer ça, ça, ça... ah pis ça... c'est comment ?... » Les gens... « ah mais c'est incroyable ! » « C'est agréable comme ça ? ou bien il y a d'autres » « ah non moi j'aimerais bien changer ça, ça... et pis ça... ah non moi j'ai envie de changer juste celle-là... » tu vois comment tu construis ? C'est génial... je l'ai vu l'autre jour et pis une personne qui me dit « ah mais ça tourne dans tous les sens... » et je lui dis « ah... j'ai ce qui faut... » j'ai piqué ça à ma collègue (partage cabinet avec une psychologue pour enfants...) Ouais les enfants ils ont tellement de choses... j'utilise les peluches... ah oui pis l'autre jour, ça c'est mes acolytes, je ne les ai pas sortis encore cette année... c'est mes acolytes... (deux marionnettes de nains qu'on peut faire glisser le long d'un bâton pour les faire devenir petit, tassés ou grand allongés) « il me semble aujourd'hui vous êtes un peu rabougri... vous savez pas trop ce que vous voulez... un peu ronchon comme ça (marionnette tout en bas).. si vous étiez comme ça, ce serait comment ? vous verriez comment les choses ? (monte la marionnette) (rires, c'est génial)... ils me disent « ah on verrait les choses un peu différemment, on verrait autre chose » et puis ça leur apprend à prendre un peu de la hauteur... ça t'emmène (me l'offre !)

Me l'offre (la marionnette) ainsi que du thé en me disant que c'est parce que je suis sympa...
Et que ce sera pour raconter une histoire à mes enfants...

Troisième entretien : H7

« En tant qu'hypnothérapeute je pense qu'on peut-être dans plusieurs palettes différentes... parce que des hypnothérapeutes pur et dur ça n'existe pas vraiment... ils ont accolés ça à... c'est un outil qu'ils ont accolé à leur travail... donc ils sont psychiatre, donc ils auront quand même une obédience entre guillemet... voilà avec une perception large... ils seront peut-être thérapeutes, physio, sage-femme, dentiste, anesthésiste... donc ils vont utiliser l'outil de l'hypnose de manière plus protocolaire selon ce qu'ils font, relier à ce qu'ils sont en train de faire... donc moi étant généraliste c'est un peu le grand foutoir, enfin c'est une peu débile mais je veux dire... c'est une éventail assez large... si je le veux bien... après moi j'ai des confrères généralistes qui sont un peu plus d'obédience thérapie d'accompagnement... qui vont accompagner ça comme ça... et d'autres qui sont plus protocolaires et qui vont utiliser l'hypnose comme un outil... alors peut-être que je suis un peu trop éclectique... (...) donc l'hypnose que j'utilise j'essaye de la laisser assez large parce que c'est un outil de communication donc... voilà... »

« L'hypnose ouvre un champ si vous voulez... qui fait qu'on connaît la personne d'une autre manière... »

« C'est un outil qui est à la fois technique... parce qu'il y en a qui sont venu et qui ont arrêté de fumer grâce à l'hypnose et je ne les ai jamais revus parce que c'est pas mes patients et pis voilà... pis ça peut être un outil relationnel aussi... »

« L'hypnose ça été beaucoup étudié par des gens qui ont ouvert le champ à la systémique... des gens comme Bateson... ils ont étudié qu'est-ce qui se passait dans l'interaction hypnotique... ça les a quand même disons branché sur ce qu'est la systémique et la communication au sein d'un système... »

« Ca m'a ouvert quand même les yeux sur la systémique... ça m'a fait être observatrice... donc il y a une communication hypnotique, cad on est en train d'observer le relationnel, comment ça se passe, comment moi je suis, moi là au milieu... en tant que... ouais en tant que faisant partie du système, comment je me positionne, quels sont mes ressentis... où c'est que je mets mes limites, des choses comme ça... comme je pratique l'autohypnose aussi... est-ce que je me sens bien... est-ce que je prends ou je prends pas... qu'est-ce que je ressens... ça ouvre des antennes dites « palpatoires »...je sais pas comment dire... c'est pas juste cortical, c'est un petit peu plus profond... »

C'est ça pour vous l'observation ? parce que c'est un peu la première fois que j'entends que ça ouvre à la systémique...

« Peut-être aussi parce que je suis médecin de famille et parce que j'y étais aussi sensible quand j'ai fait de la psychiatrie... j'ai fait 2 ans dans un hôpital psychiatrique... à Cery... »

« (...) mais l'hypnose a quand même... c'est de l'observation... qui est en transe, qui n'est pas en transe, c'est de l'anthropologie je veux dire... quand il se mettaient devant les films avec Bateson... Erickson disait... c'était même plutôt sa femme qui disait... parce que sa femme expérimentait beaucoup l'état de transe... il a beaucoup étudié sa femme en fait Erickson (...) et pis elle, elle, disait... elle étudiait les films d'anthropologie qui sont quand même un système puisqu'ils sont en trains de faire une fête... qui est en transe, qui est en transe profonde, qui ne l'est pas... et il faisait tout le temps ça à l'institut Gregory Bateson à Palo Alto... enfin je veux dire, ils étaient tout le temps en train d'observer quoi... »

Je dis que je comprends cette importance de l'observation en hypnose mais que j'aurais pas mis le terme « systémique »
« ouais... parce que ça interagissait sur l'autre quoi... »

« C'est pour ça que quand quelqu'un vient faire de l'hypnose, je demande toujours à un moment donné qqch en lien avec sa famille... et ça ça me donne toujours des renseignements très intéressants... et des fois j'ai pas l'impression qu'il y a une personne ici, j'ai l'impression qu'il y en a 5 ou 6... »

« (...) je demande toujours la famille... qui que quoi ou comment, enfin etc. il y a toujours une histoire familiale derrière, il y a le système... là elle m'a parlé de son système de travail où elle avait été... qui était un système très particulier, et des ruptures avec tous ces systèmes et sa souffrance physique... et à la fin, contre toutes attentes... elle m'avait parlé de sa fille... pis... elle me dit « ah ouais je prends rdv pour moi, et j'aimerais aussi un rdv pour ma fille »... (...) d'habitude je dis, si je reçois un mail qui dit « oui mon copain aimerait faire de l'hypnose » je lui dis « ben dites lui de m'écrire... » (...) mais là j'ai même pas hésité... (...) parce que c'est un système qui est blessé... et si on considère pas le système... ben je suis désolée... l'homéostasie du système c'est très très puissant... (...) donc moi j'ai de la peine à concevoir que cette femme puisse changer tout, toute seule sans qu'il y

ait qqch du système qui ne change pas un tout petit peu... et on doit faire avec ça en tant qu'hypnotérapeute... et c'est pour ça que alors tous les actes magiques... ok si avec elle j'avais été... je sais pas, chamane par exemple... j'aurais pu faire un voyage chamanique et dire « voilà... il y a une âme qui n'est pas en paix et pis qui vous chicane... donc avec les esprits, on va faire en sorte que cette âme aie un psychopompe... »... mais peut-être qu'elle en a besoin de cette âme, voyez ce que je veux dire... peut-être que cette âme, si elle existe, a besoin d'elle... mais peut-être que cette femme a besoin de cette âme... donc l'acte magique il sera là... mais s'il n'y a pas qqch qui change chez la femme, qui dit « ah ouais ok... j'ai envie que cette âme soit en paix » par exemple, et « j'ai envie d'être libérée de qqch... » ben vous pouvez courir longtemps... et ça les chamanes, je crois... si on regarde (...) dans le chamanisme c'est dans des systèmes, c'est dans des cadres, c'est dans la famille, il y a des témoins... ils sont là « voilà, l'âme elle part maintenant, tu es libérée... » c'est attesté par un système qui est d'accord avec ça... (dans le chamanisme traditionnel, oui) Dans le néo-chamanisme, le système il n'est pas toujours dans le truc... et je pense que ça doit poser un petit problème à mon avis »

Je dis que je trouve cette piste intéressante

« Oui parce que moi j'ai des gens qui viennent chez moi, qui ont fait du chamanisme qui viennent ici, et puis qui me discutent de ça... et pis moi je connais bien le chamanisme... j'ai vu des chamanes, je sais ce que c'est un voyage chamanique... donc quand j'observe les gens et puis qu'ils me disent « ben voilà, le chamane m'a dit que mon père est sur mon épaule gauche et puis que c'est difficile de le déloger... » moi je trouve ça très bien... et pis je comprends le chamane qu'il ait de la peine parce que c'est confortable d'avoir le père sur son épaule gauche pour cette jeune femme... mais je vais travailler en fonction de ça aussi... (cad ?) Cad il est sur l'épaule gauche, bon ben il faut dealer avec lui... et pis ça devient un peu une communication qui est assez humoristique d'ailleurs... car l'humour aide à mettre un peu de distance... et ça peut vraiment... en tous cas dans l'exemple précis... ça a beaucoup aidé cette jeune femme qui avait fait une psychose assez importante... et là j'ai l'impression que... alors je pense que l'acte chamanique était bien parce qu'il a révélé qqch du monde des esprits... et que nous en tant que thérapeute, si on ne tiens pas compte de ça... on peut... on peut se planter aussi (si on tient pas compte de ?) Ben qu'il y a dans la recherche de cette femme, une part de l'ordre, qui est spirituelle si vous voulez... alors c'est du chamanisme, ça pourrait être... des gens qui sont, je sais pas croyant, pratiquant... et ça vous devez aussi tenir compte... comme le chamane devrait, à mon avis, tenir compte de... de ce qui se passe ailleurs... je suis en train de lire un livre qui s'appelle « le scalpel et l'ours d'argent » qui est un livre d'une femme Navajo qui est devenue chirurgienne... (...) elle dit vraiment « voilà, quand je me présente dans mon clan Navajo, je me présente comme ça, quand je me présente dans la société blanche classique je me présente comme ça et je dois allier les deux... » (...) et elle allie manifestement les deux... la chirurgie et l'approche, si vous voulez de la médecine navajo qui est quand même... par exemple eux... ils vont vous chanter qqch... pour votre accouchement ils vont vous chanter la voix de l'accouchement, je sais pas comment ça s'appelle... ouais ils ont des chants pour chaque processus de guérison... ou d'accompagnement... ils chantent... et pis le chirurgien il ne chante pas... ça j'y crois profondément parce que c'est ce que je retire de mon expérience... (qu'il faut ?) qu'il faut tenir compte du reste... »

A propos d'une jeune femme qui s'est rendue auprès de plusieurs chamanes

« Je sais pas si ça l'a aidée ou pas, mais si nous on n'en tient pas compte... on peut toujours courir avec notre médecine occidentale... alors ça j'en suis persuadée... »

Est-ce que l'hypnose n'a pas elle aussi cette dimension ?

« C'est une ouverture à l'inconscient si vous voulez puisqu'il y a qqch qui émane de l'inconscient, qui sort, et qui dit « ben voilà ma safe place... » ils disent pas comme ça mais ils disent « je ressens un feu dans ma cuisse droite... » pis pour nous, c'est pas safe... mais pour eux c'est ce qui est safe pour l'instant... alors le feu... fin je veux dire, si vous prenez... les principes de médecin interne, il y a des tas de symptomatologie qui vont avec des brûlures... qui correspondent à des maladies... (...) par contre si on lui laisse ce feu là, et qu'elle le conserve, à mon avis ça a une action sur les organes (positive ou négative ?) négative... »

Me donne l'exemple que qqn peut être safe pour le moment au bout d'une corde dans une tour en flamme (parce que sinon serait dans le feu, ou tombé dans le vide) mais qu'être pendu au bout d'une corde dans une tour en flamme à la base c'est pas safe

« Il y a un moment où on est safe, dans des trucs pas safe... voyez ce que je veux dire... (...) si on n'a pas compris ça alors on peut se planter... c'est l'homéostasie du système... les gens disent... quels sont les bénéfices secondaires d'une maladie ? (...) il y a des safe place qui sont inconfortables mais c'est tout ce qu'il y a de safe pour l'instant... »

Je dis que c'est pas facile d'estimer... un feu ça peut aussi être purificateur...

« On doit aussi travailler avec ce que la personne peut changer... mais c'est de l'ordre du micron... »

« Je suis très ouverte à toutes les relations que les personnes peuvent faire (entre leur symptômes et l'enfance par exemple) ... mais je n'interprète pas... ce qui différencie de... de l'analyste disons... et je ne fais pas d'interventions magique... par contre je me dis, admettons qu'elle ait des esprits, et ben « bienvenue aux esprits qui peuvent nous aider s'ils sont dans le coin » (vous vous dites) je me dis... c'est une ouverture personnelle... alors ça je suis pas sûre que tout le monde fait ça... mais ça c'est mon expérience personnelle privée, et c'est mon expérience de médecin interrelationnelle, en observant... y compris, je dirai, là où j'ai le plus appris, c'est les patients qu'on nomme « difficile » cad où on peut rien faire... et pis les situations très dramatiques de vie que j'ai vues, très très cloisonnée, qui se terminent très mal... c'est qqch qui vous ébranle profondément en tant qu'être humain... et qui vous marque et qui vous interroge profondément... et ça on apprend beaucoup avec ça... ou alors on commence à déprimer et on arrête ce métier (...) C'est là je me dis « je suis pas toute seule dans l'histoire, si je suis toute seule je fais un burn out... » »

« (...) je sais pas comment dire... cette personne est dans une situation où il y a un système autour qui fait que cette situation reste comme ça où cette personne a probablement qqch de l'ordre, de ce que j'appellerais « une protection » ou « d'anges » et aussi... je vais dire... mais ça c'est peut-être ça c'est aussi parce que moi j'ai une ouverture spirituelle... qqch de l'ordre d'une malédiction... ah ouais ça j'ai déjà vu alors... ouais (...) J'ai déjà assisté à des choses très très... ouais qui m'ont profondément interrogée sur ça... des malédictions familiales... avec des gens qui meurent... et on se dit « bon... il y a un truc quand même qui m'échappe... (...) ils meurent d'une certaine manière, ils meurent d'une manière pas très digne, on les considère comme pas très digne... au niveau de la psycho-généalogie, j'ai aussi appris pas mal de choses à ce niveau là. Par contre vous vous sentez totalement impuissant... vous gesticulez un peu et pis... le système il est immuable... ça c'est très impressionnant... »

Et là de nommer et de diriger vers qqn ?

« La personne à qui je pense, je lui ai dit « écoutez, vous ne voulez pas aller voir un prêtre ? » vraiment... pourtant je suis qqn, je vais pas dire « écoutez allez voir un chamane, un prêtre ou... je sais pas quoi » mais ça m'arrive de temps en temps... elle c'est la seule personne avec qui ça m'est arrivé, et puis je lui ai dit... et pis je voulais pas dire exorciste parce que c'est pas mon rayon de dire des trucs comme ça, parce que je trouve que ça a des connotations qui sont pas toujours très claire et pis pas bien reçue... et pis elle m'a tout de suite dit « ah vous pensez à un prêtre exorciste ? » J'ai dit « Non pas forcément, mais comme vous êtes de religion catholique et que toute l'histoire de votre famille est fortement emprunte de cette religion catholique... » c'était une famille espagnole « ... que vous avez reçu une forme de malédiction qui ont dit « de toutes façons toi tu es comme ta grand-mère, qui était folle alcoolique et méchante et tu le sera aussi » je pense qu'un apport spirituel vous sera utile... » alors elle a été le voir... je sais pas ce qu'il lui a fait, ça lui a fait du bien... mais ça ne l'a pas empêché de mourir d'une manière... totalement... ouais, c'était assez terrible comme... ça c'est une histoire qui m'a assez marquée... »

Comme si vous l'aviez vu venir ?

« Cad vous percevez qqch mais vous avez aucune... emprise.. parce que l'autre ne vous laisse pas non plus cette emprise là... mais l'autre n'est pas laissé... il n'est pas maître de lui-même... il n'est pas... les jungiens diraient « il n'y a pas d'individuation », il est comme dans un jeu de... de billard, je sais pas, un truc comme ça... un jeu d'échec, c'est assez impressionnant... j'ai quand même vu plusieurs histoires comme ça... ou alors si j'observe la systématique de plusieurs famille que je suis... je me dit « ah, ça c'est bien coagulé ce truc... » donc... l'hypnose me permet d'observer, me permet moi-même de me mettre safe... »

Durée de la thérapie ?

« Dans l'indication bref ou pas, c'est les gens qui savent... ouais mais ça c'est ma manière de faire... parce qu'il y en a qui m'ont dit « on va faire un arrêt de tabac en dix séances, ou en 3 séances, ou en 1 séances » ou on va faire... « ah vous vous êtes angoissé... on va faire 3 séances et on verra si ça va mieux... » moi je vais dire « on va faire de l'hypnose... vous allez me dire si ça vous fait un peu « tilt », si vous voulez revenir et à quel rythme... donc en moyenne... je pourrais pas dire une moyenne... mais il y a des gens qui viennent 2-3 fois... il y a une espèce de passage... est-ce que c'est moi qui l'ai induit ? Au bout de 3 fois, s'ils ne viennent plus c'est que... alors soit ils ont vraiment résolu le problème... c'était un problème très précis... soit alors ils ressentent que c'est trop implicatif, trop puissant... parce que le but c'est quand même l'autohypnose, voyez ce que je veux dire... c'est quand même que les gens fassent de l'autohypnose pour eux-mêmes »

Vous c'est votre but, que les gens fassent de l'autohypnose pour eux-mêmes, du coup ça se rapprocherait de l'analyse jungienne, apprendre à avoir ce rapport avec soi et son inconscient (à la différence d'autre où on vient régler un problème précis) ?

« Oui... mais le médecin, quand il dit « Ecoutez vous avez un diabète, il faudrait ou le surveiller ou le traiter » c'est pas moi qui vais donner la cuillère avec le médicament tous les matins... l'état de nourrisson c'est transitoire... après est-ce que vous êtes d'accord vous de régler votre diabète et de prendre vos médicament... »

Pour une maladie chronique ?

« Mais même la grippe... « Est-ce que vous êtes d'accord de rester une semaine à la maison avec une bouillotte... que vous preniez un médicament ou pas ça revient au même, de toutes façons ça guérit en 10 jours... (...) je ne vais pas border les gens »

« Donc l'hypnose c'est la même chose... et pis le chamanisme aussi parce que on dit, le chamanisme, ok, il y a un esprit qui vient m'aider à... voilà à enlever le rouge qui est en vous, par exemple, le feu de la dame qui est dans sa cuisse... voilà on va faire... ils appellent ça des extractions... on va faire une extraction... on se met en état de transe, on demande aux esprits de venir, ils font une extraction... ok... mais c'est pas tout à fait... la guérison elle vient de l'intérieur, voyez ce que je veux dire... si le chirurgien il va enlever une esquille par exemple, si les cellules se sont mises en grèves pour cicatriser... la guérison elle vient de l'intérieur... »

L'autohypnose ça pourrait aussi devenir une manière de vivre

« Oui... et le chamanisme aussi... parce que vous allez chez le chamane, vous stipulez qu'il a des esprits, mais vous aussi... donc qu'est-ce que vous faites avec vos esprits... alors soit vous y allez comme un petit gamin qui va se faire soigner... »

Comment travailler à la fois sur monde intérieur et système extérieur...

« L'autonomisation, l'individuation pour les jungiens... l'autonomisation pour moi elle est très importante... en médecine générale et pis en hypnose aussi... »

Pour définir l'intention au delà de ce que dit la personne, vous allez l'observer, lui poser des questions sur sa famille, ses systèmes ?

« Non cad que je met un cadre, il y a une forme de cadre, dont le système de la personne fait partie... ensuite admettons que... voilà elle tousse... et ben je vais la suivre... le système ericksonien c'est vraiment « ma voix t'accompagnera »... c'est un suivi... je suis la personne... »

Vous ne commencez pas à analyser, à faire des liens ?

« Rien du tout, non... c'est un cadre... »

Comment vous allez suivre ?

« J'induis une transe, je vais dire « ok, observez comment vous vous mettez en transe, à quelle niveau de transe... » alors je vais avoir des techniques... par exemple je vais dire... je sais pas si c'est Virginie par exemple, « Voilà, observez comment vous vous mettez en transe, observez comment Virginie se met en transe »... Cad c'est un état dissociatif... donc j'ai des techniques qu'on appelle dissociative... que je n'applique pas chez les psychotiques qui sont déjà dissocié... donc... oui je peux les dissocier mais je ne vais pas plus les dissocier que ça... si la personne me dit « oui il y a mon père qui est sur mon épaule gauche... » c'est pas très standard, voyez les gens ils ne viennent pas en disant... ça veut dire que c'est... la personne est déjà dissociée... elle est déjà en transe si vous voulez... et je dis « ah ouais, et qu'est-ce qu'il raconte maintenant ? » voyez ? On est déjà en transe donc j'entre directement dans la transe... tandis que ceux qui ne sont pas en transe et pis qui sont un peu contrôlant parce qu'ils ont un peu peur, et ils ont bien raison, je veux dire, on est en train de faire des trucs bizarre, donc il vaut mieux observer ce qui se passe... je vais dire « observez comment Virginie se met en transe » ça c'est des techniques dissociatives qui font à un moment donné qu'on est face, si vous voulez par exemple, au symptôme... en disant le feu dans la cuisse droite... et on va... observer avec Virginie qui

Et pour arrêter de fumer par exemple ?

« Mais pour arrêter de fumer moi j'observe comment la cigarette a mis en transe pendant 20-30 ans la personne... parce que la cigarette met en transe la personne pour qu'elle soit bien, dans un endroit safe... et la cigarette c'est une safe place... et je les fait fumer virtuellement là... j'ai des tas de petits crayons que j'ai reçu par des moyens un peu bizarre (...) alors les autres hypnothérapeutes ne font pas ça comme ça vraiment... ils ont des techniques pour éloigner cette horrible cigarette... mais moi je me dis elle est pas horrible, ça fait 20 ans que la personne tire dessus 20 fois par jour, c'est pas si horrible, c'est sa safe place, c'est une vieille copine... donc observer comment votre vieille copine et vous êtes en relation... mais c'est très très intéressant... parce qu'ils prennent le crayon et ils entrent en transe... vraiment ils sont... Je dis « voilà, c'est la cigarette... comment vous l'appellez déjà ? » C'est relationnel... c'est une relation à soi-même, à travers l'objet transitionnel... de Winnicott et compagnie... mais aussi c'est un objet flottant, là, pour les systémiciens... c'est un objet qui est une safe place... et vous voulez dire « c'est une cochonnerie, qui va s'éloigner avec la fumée qui part... » ça marche pour les petits fumeurs qui ont vraiment une motivation d'arrêter... mais pour les gros fumeurs... non c'est une safe place la cigarette, même si ça a des effets épouvantable... l'alcool aussi c'est une safe place, je suis désolée, le joint aussi... donc vous allez très rapidement mettre une safe place plus forte, ça va pas être facile, hein... pour les gros tabagique... (du coup vous faites comment ?) ben ouais... on crée une histoire à partir de ce qui vient de la personne... c'est son univers qui guide... je suis (du verbe suivre) son univers... »

Ça suffit de suivre ou vous développez ?

« Non parce que sans chronique depuis des années, vous pouvez faire ce que vous voulez en une séance, vous n'y arriverez pas... vous dites « observez que c'est génial, vous avez un feu dans un coin (la personne qui a l'impression de brûler de partout) et puis... un carré de peau qui fonctionne bien, qui est tout doux, en même temps... c'est génial ! » Pis ça c'est aussi un truisme... ça veut dire « moi, là, j'ai un tout petit peu mal à l'épaule mais en même temps, je respire tranquillement... le ventre ça va... tout ça coexiste... » C'est la coexistence du fait qu'il y a toujours une part de souffrance... il peut y avoir un petit souci familial, et en même temps le boulot ça va assez bien par exemple ou bien ça baigne dans la famille mais le boulot ça vous fait grimper les murs... c'est la vie... si on annule ça, et qu'on refoule... alors après vous avez qu'à demander aux jungiens ce que ça fait, mais c'est pas terrible... donc là ça coexiste « ah mais c'est fabuleux, il y a en même temps du vent, il y a de la pluie, il y a des nuages... et on est au chaud... ça coexiste, c'est génial... » Quand vous dites ça, c'est des choses qu'ils n'ont pas entendues depuis des lustres, hein... vous allez chez le médecin, il va vous dire « bon ben je vais vous donner qqch pour vous enlever ça... » et hop une ordonnance... ça coexiste pas... d'ailleurs si on vous dit « oh ben il faut faire avec », ils ne supportent pas les patients... (...) c'est une manière de dire, vous faites avec, mais vous le faites spontanément, vous ne vous en êtes jamais aperçu... c'est pas la même chose hein « faut faire avec... »... »

« Elle s'énervait parce que tout le monde disait « ah mais c'est psychologique ton truc » Alors un lui disait « faut faire avec » ça l'énervait, l'autre disait « c'est psychologique » ça l'énervait... comment je fais avec ça ? Ben on va explorer ensemble à quoi ressemble ça névralgie... mais avec des termes qui sont des termes, comme je vous ai dit tout à l'heure... qui sont plutôt, « explorez avec vos 5 sens, explorez en fonction de... voilà... à quoi c'est utile ? » mais en transe »

La transe et la relation hypnotique, « c'est une exploration qui est comme quand on est tout petit... je sais pas il y a un qqch de très régressif... c'est comme quand vous racontez des histoires à vos gamins... c'est qqch de très régressif, qui est très enveloppant, et puis vous êtes tout doux en disant ça... et pis vous dites « ah ouais bon, c'est comme ça » et vous le faites avec beaucoup... c'est assez maternel... j'ai un de mes superviseur qui disait « la relation hypnotique c'est comme un utérus psychologique non invasif... » bon c'est pas très... c'est un utérus psychologique, non intrusif... c'est assez... c'est une image un peu particulière mais je trouve que c'est assez vrai... voilà quand vous êtes dans cette relation comme ça, les gens ils sont tout... et pis ils n'ont rien à dire... »

Du coup ce n'est pas contradictoire avec l'autonomisation, l'individuation, l'état régressif que procure l'hypnose ?

« Oui parce que vous, alors vous devez être qqn de non intrusif... et dans une confiance... c'est ça la base aussi, la confiance totale que la personne a tout ce qu'elle a à l'intérieur d'elle pour guérir, corps et âme... »

Mais des fois quand même il faut faire appel aux esprits ?

« En demandant qu'il y ait quand même un système autour qui ait l'amabilité de coopérer... »

« Les esprits, à mon avis, coopèrent toujours, ils n'ont pas d'intérêt à être non coopérants... c'est les êtres vivants qui coopèrent moins... »

Donc pour vous, de faire cohabiter ça suffit ?

« C'est observer... observer comment ça change... pis vous dites « vous êtes en train de changer... » c'est un truisme aussi, je veux dire après vous faites une leçon de physiologie... souvent je dis « je vais pas vous faire une leçon de physiologie et d'anatomie, c'est un peu ennuyeux... mais vous savez les cellules, pati pata... » je commence à... « vous êtes tout le temps en train de changer, vous n'êtes jamais le même... » vous lisez Hubert Reeves pis vous parlez de l'univers... « observez cette planète qui est là... là-bas, c'est votre passé. Elle existe peut-être déjà plus, vous ne savez pas... vous observez le passé en regardant l'univers » Je veux dire c'est très hypnotique ça... vous dites ça dans une séance, ça vous relativise beaucoup de choses... et les gens observent que ça change pendant la séance... ils sont étonnés, ils disent « tiens j'ai observé qu'il y a eu qqch d'étonnant » mais ils n'arrivent pas à dire quoi... mais ça on s'en fout, c'est ça la clé du mystère, c'est qu'on se fout s'ils savent dire quoi ou pas... et en général à la fin de la séance je laisse l'ouverture « Question ?... Demande ? Remarque ? Est-ce qu'il y a des choses qui ont été faciles, moins faciles ? » il n'y a jamais de remarque... ils sortent de... ils sont en transe... et pis on est accueillant... on leur laisse la possibilité de faire des remarques, notamment s'il y a des choses qui se sont mal passées... mais comme nous on est observateur, on sait quand il y a des choses qui se passent mal... et quand elle se passent mal, on les accompagne, en leur disant « observez comment ça se transforme... » »

Donc il n'y a pas besoin d'analyser, d'amplifier après ?

« Après vous avez des idées... des idées donc vous avez quand même... c'est pas juste ça... vous en tant que thérapeute vous avez une formation et pis vous avez quand même deux-trois idées... si elle me dit, par exemple... « ma fille va venir dans une mois tout ça » Je me dis « tiens, c'est étrange, la fille n'a rien demandé mais bon... tout d'un coup voilà elle doit venir » Vous vous dites « ah.. ah... ah ah.. ah... » il y a plein de trucs et pis vous devez faire avec... »

« (...) donc vous avez discuté de ça (la problématique) en conscience... et il y a certaines choses de la conscience qui vont être pris dans.. cet état intermédiaire de veille paradoxale qu'est l'hypnose... c'est pas le sommeil paradoxal, c'est la veille paradoxale, c'est un peu le miroir du rêve, et ça va... ça va travailler là-dedans... c'est comme quand vous rêvez pis que vous avez pris des trucs de la journée, pis vous les remettez dans votre rêve... et c'est là qu'il y a qqch qui se guérit... mais on ne sait pas comment... »

« c'est là (dans cette veille paradoxale qui guérit) que tous les neurologues cherchent... fin avec les neurosciences... cherchent désespérément... où c'est que ça se guérit ? ben ils peuvent chercher longtemps... je pense que c'est assez compliqué... mais... peu importe... moi ça m'est égal... j'observe ça... « ouais la dame elle ne tousse plus mais je pourrais pas vous dire pourquoi, hein... »

Vous l'avez suivi... comment ?

« J'ai dit « ok, observez ce qui se passe... très très bien... hum hum... » de temps en temps j'ai dit... « observez... rappelez-vous votre intention... » je sais plus ce qu'elle avait comme intention au début, c'était... »

« Il y a des gens qui disent « je veux savoir pourquoi » c'est leur intention... on a beau dire... « mais vous ne saurez pas » ça sert à rien... « ok observez comment vous allez savoir pourquoi d'une manière peut-être que vous n'attendiez pas... différente » et pis j'ai... alors toute la séance vraiment de... d'hypnose relationnelle... de tout ce qui se passe entre le souffle, le corps, toutes nos fonctions vitales... tout notre lien à ce qui se passe si... on ne peut pas isoler... on est de toutes façons relié... « vous êtes là, vous êtes en transe, vous êtes en lien avec ce feu, vous êtes en lien avec cette toux... vous voulez voir ce qui se passe ? Vous êtes en train de voir de manière appropriée, protégée, en étant là en regardant les oiseaux dans le ciel... (...) il y a les cloches qui sonnent... (...) je dis « pendant ce temps, il y a des oiseaux qui passent » ou « il y a des nuages » ou « il y a un petit peu de ciel bleu là... c'est peut-être pas tout à fait bleu, c'est peut-être gris foncé... » (donc vous ouvrez ?) j'ouvre toujours « vous n'êtes pas tout seul dans l'univers, vous n'êtes pas juste votre symptôme... il y a autre chose aussi... ça élargit... et ça, ça, fait qqch, ouais... »

Donc vous ne faites pas d'induction classique ?

« Mais ça dépend tellement des gens... »

« C'est vrai que ça dure en général 20 minutes... parce que ça doit être un... »

L'induction ?

« Non... l'induction ça dure... il n'y a pas d'induction puisque les gens y sont déjà... »

Je dis que ça c'est une des grandes différences entre les thérapeutes irhys et de ce que moi j'ai appris...

« Ah non, non, l'induction ça dure... je sais pas c'est très rapide... si vous êtes vous-même déjà un petit peu en transe... là par exemple, vous êtes déjà un petit peu en transe... je commence à vous parler des nuages qui passent tout ça, dans 5 sec, vous êtes en transe... le but c'est pas la rapidité, le but c'est que la personne ait dans l'état de transe où elle est bien... après les gens disent... maintenant les gens ne me disent plus « j'ai été en transe ou pas en transe » je m'en fous complètement... voyez-ce que je veux dire ? Donc du moment où je m'en fous à la base ils ne me disent pas à la fin... si moi je suis... « est-ce qu'elle est en transe ou pas en transe, est-ce qu'elle ferme les yeux, elle ferme pas les yeux... » ça c'est la problématique des protocoles... (...) moi je stipule « de toutes façons la personne sait aller en transe, elle va y aller, dans le mode qui lui convient et se mettre au niveau de transe qui lui convient point... » c'est un truisme. C'est pas « elle va être en transe ou pas en transe ? » Elle va l'être de toutes façons... au niveau qui lui convient... alors après plus personne me dit « j'ai été en transe ou j'ai pas été en transe... » La personne d'hier « ah moi quand je suis... » J'ai dit « transe c'est le mot qu'on utilise mais... » Elle m'a dit « quand je fais de la méditation je ne suis pas du tout en transe... » J'ai dit « eh ben voilà... » pis là elle m'a dit... « ah c'est étonnant, il y a des moments où je ne vous ai pas vraiment suivi... » J'ai dit « ah ouais mais ça c'est les phénomènes d'hypnose il n'y a aucun souci... parce que de toutes façons tout ce que je dis, c'est un peu ennuyeux, c'est vrai c'est un peu chiant, c'est vrai c'est pas la grande prose... »

Même lorsque vous êtes en lien avec l'intuition ?

« Alors ça peut être intéressant parce que si on est en lien avec l'intuition, tout à coup on aura envie de raconter une histoire... ça m'est arrivé, sans le savoir, sans me rappeler immédiatement, mais seulement quand je suis sortie moi de transe, de me dire « zut, ça fait la deuxième fois que tu racontes la même histoire à cette patiente à une année d'intervalle... ça ça m'a beaucoup parlé... je me suis dit « tiens c'est moi qui devient vraiment « pchuit... » Alzheimer et pis va falloir que je relise... soit il y a qqch qui se déclenche... » et c'est une personne qui a une fibromyalgie, elle était venue... elle venait 1 ou 2 fois par année... elle adorait venir ici... elle avait aussi un problème d'oncologie... cancer du sein je crois... et pis elle disait des trucs... elle disait à son oncologue qui devait se dire « c'est quoi cette histoire », il disait « ouais si vous avez des douleurs on peut vous donner de la morphine, elle disait « non je préfère aller faire deux séances chez Madame Schlegel, je préfère Mme Schlegel que la morphine »... (...) et cette patiente, la première séance elle était comme ça (yeux grands ouverts)... elle contrôlait tout... et on a défini sa douleur comme un corset... c'était vraiment un corset assez... ouais corset de... 18^e... enfin je sais pas quand c'est qu'ils avaient des corsets... mais c'était presque une armure... je veux dire on était entre le corset et une armure comme ça... et pis je sais que la 2 ou 3^e fois... mais c'était il y a plusieurs années... elle a dit « ouais je préfère m'allonger » parce que je ne leur demande pas de s'allonger... je dis vous voulez vous mettre où... en général, plus ils sont douloureux, plus ils aiment les choses dures, donc ils restent sur cette chaise hein... après de temps en temps ils disent « ah non je vais me coucher... » et pis on avait fait une transe sur je sais pas quoi, le corset, et puis tout à coup, moi j'ai commencé à raconter « Barbe Bleue »... je me suis dit « tiens Barbe Bleue, c'est affreux comme histoire... » elle avait un grand sourire pis elle trouvait ça génial (...) pis elle est revenue une ou deux fois, puis elle n'est plus revenue... pis je crois 2 ans après... pis moi j'écris, je suis très succincte... je mets « hypnose, intention :... » mais je ne mets pas ce que j'ai fait... et c'est possible que j'aie mis dans un coin « Barbe Bleue » mais je connaissais bien la patiente donc je n'ai même pas regardé le dossier (...) elle se met, on entre là-dedans, dans une induction... le fait de décrire les douleurs, c'est une induction pour moi... et voilà... transe... et je me remets à lui dire « Barbe Bleue » et à un moment j'étais... « tant, est-ce que... pourquoi je lui... il me semble que j'ai déjà dit ça... » et j'ai redit Barbe Bleue... elle un grand sourire elle est sortie de là... pis à la fin, j'ai dit « oui il y a des histoires qui se répètent... » (...) ravie... elle est repartie, pendant une année je ne l'ai plus vue... »

« Alors j'ai quand même quelques histoires qui me sortent de temps en temps... c'est des contes que j'aime bien, qui me parlent... »

Il y a une induction vous avez dit, du fait de décrire la douleur ?

« Ou de décrire d'une autre manière qu'ils ont l'habitude de faire... la douleur c'est une induction... et vous avez des techniques vous les hypnothérapeutes qui focalisent les choses, qui font que vous avez un intérêt absolument incroyable pour ça... alors que classiquement... le mouvement c'est plutôt... on fuit ça... sauf si on est chirurgien pis qu'on voit qu'il y a une balle on dit « ah

voilà, je vais enlever la balle et puis vous n'aurez plus mal » et c'est la magie, parce que je guéris de l'intérieur, parce qu'on m'a enlevé une intrusion »

Bonvin disait que c'est juste d'objectiver ce monde subjectif, c'est une induction de transe. Je dis que ça m'a beaucoup aidé en interviewant les jungiens par rapport à l'amplification... il n'y a pas de transe formelle mais c'est comme se le monde intérieure de la personne existe

« Oui c'est un état de transe... oui... pis d'être non intrusif... et pis d'avoir une intention que l'autre puisse s'autonomiser... oui... et de faire alors une confiance totale en l'autre... ça on m'a souvent dit « mais t'as une sacrée confiance en l'autre » Je dis « ben je ne ferai pas ce métier sinon, c'est affreux quoi... » (...) donc c'est une confiance que l'être à tout à l'intérieur de lui pour guérir, avec la définition de la guérison alors là... qui est très large... »

Vous avez dit que vous ne faisiez pas d'actes magiques ? Et des suggestions post-hypnotiques ? Comment vous faites des liens entre ce moment privilégié et la vie du patient...

« Oui c'est les tâches que Erickson donnait aussi à faire... des tâches à faire chez eux qui les remettaient dans un état de transe pour... alors la suggestion hypnotique c'est « Pour que ça continue à aller dans le sens que vous voulez » cad dans le sens de l'intention, qui est, là par exemple, l'histoire du feu... commencer à éteindre les feux... c'est chou... voilà on suit l'intention... on sait bien qu'elle ne va pas éteindre le feu en 20 minutes ici... mais on sait qu'elle a tout ce qui faut à l'intérieur d'elle... « éteindre le feu » moi je lui ai quand même dit que le feu était utile « est-ce que ce n'est pas un autre mot qu'éteindre » donc je commence déjà à induire des idées que c'est pas forcément éteindre. La fibromyalgique de Barbe Bleu elle a dit « j'ai bien compris que ma fibromyalgie sera toujours là mais je peux cohabiter avec... » en fait c'est presque... c'est une sorte de c'est comme si on leur apprenait en fait à négocier... c'est une négociation interne... mais c'est pas « faire avec »... parce que « faire avec » ça veut dire on vous a mis un joug et pis vous devez faire avec. C'est négocier... c'est dire « ouais ok, ça je veux bien, jusqu'à un certain point... » »

C'est aussi faire surgir les ressources qui permettent de négocier...

« Ouais exactement... et pis si elle a vu un feu... je pense qu'elle ne l'a jamais vu avant... elle l'a vu, elle l'a entendu... il avait un silence sourd... donc elle a entendu ce silence sourd du feu... alors qu'ici (le 1cm de peau sur la joue plus neutre) c'était un silence tranquille. J'ai dit « vous avez entendu à la fois le silence sourd à l'intérieur de vous, et le silence tranquille... la même chose... donc vous ouvrez... observez comment ça va évoluer dans les jours qui viennent d'une manière appropriée, d'une manière bénéfique... (...) observez ce qui se passe, de nuit comme de jour... jusqu'à ce que tout se renouvelle... et vous pouvez faire une tâche... » alors elle je ne lui ai pas donné de tâche... je donne des tâches un peu plus quand il faut dénouer des trucs systémiques... je donne des tâches quand je vois arriver le père et son fils... le père disant « voilà mon fils a un problème mais j'aimerais assister à la séance d'hypnose... » Là je vais donner des tâches, je vais être beaucoup plus thérapie brève... Alors là c'est sur... je vais donner des tâches à faire ensemble à la maison... qui vont certainement pas faire, mais qu'ils vont changer la relation, le relationnel, avec pas mal d'effet d'ailleurs, c'est assez intéressant... qui rappellent la séance d'hypnose... »

Vous avez un exemple de tâche ?

« Ca peut être une induction par exemple. Par exemple, récemment, il y avait un père et son fils, et puis... c'est très très interactif, c'est difficile à décrire, il faudrait plutôt regarder un film de ça... je dis au fils « observe comment ton père va se mettre en transe... et pis je t'explique comment tu vas le faire... il a sûrement un petit problème à résoudre... on n'a pas besoin de savoir lequel... » et là le père il rentre en jeu puisqu'il a voulu rester... et je lui dit « regard tu fais comme ça... » pis c'est un jeu... alors là j'avais dit « Observe, où ton père pense que tu as le niveau de ton problème où il est, entre là et là... pis là le père il a mis là (?) et pis j'ai dit au gamin « maintenant c'est toi qui... qui va mettre ta main où tu penses avoir le niveau de problème... » et pis lui il a mis là (?) par exemple... Donc il y avait le père comme ça, le fils comme ça... j'invente hein je me rappelle plus... et puis évidemment pour eux c'est un jeu ils sont pas en transe... mais ils commencent à être en transe, ils sont déjà en transe... ils sont en catalepsie... et puis le père regarde et il ne bouge pas, mais il ne bouge pas pendant 25 min donc il est en transe... pour moi je m'en fou de leur dire « vous êtes en transe, pas en transe » c'est un jeu... et puis après on a fait tout un scénario avec ça, où le gamin est entré en transe très profonde, c'était très intéressant.. et le père a observé comment son gamin entrait en transe très profonde... et j'ai dit... ben... j'ai donné un petit module à faire 2x par semaine, un instant précis, pour continuer à travailler sur ce problème avec l'histoire des mains... le gamin il avait bien compris... ils n'ont pas fait ça longtemps.. mais ça a séparé qqch qui fait que la fois suivante le gamin est revenu avec sa mère... qui avait pas voulu assister à la consultation « non c'est intrusif » voilà... donc qui était resté en salle d'attente avec le frère... et la deuxième fois elle venue... et pis moi je dis toujours au gamin « qu'est-ce que tu penses si ta mère elle reste » c'était égal. Quand c'est égal, ça veut dire qu'elle reste... La mère a dit « ah ouais, je sais pas, quand même, j'ai su que vous aviez donné des tâches à mon ex-mari »... voyez là on voit le problème... j'ai dit « ah ouais peut-être qu'est-ce que tu penses, ah oui, bon... » on a fait une transe aussi je sais plus comment... et pis après elle elle voulait des tâches et j'ai dit, écoutez, vous avez assez de tâche à domicile, ça suffit... voyez ce que je veux dire... c'est un truc, c'est un jeu... et quand elle elle est sortie de transe, elle elle a dit « ah mais... ouais je commence à comprendre qu'il y a quand même deux trois choses où je devrais mettre un peu plus d'ordre, et puis mettre un peu plus de directive... » parce qu'en fait, elle ne mettait aucune directive pis elle se faisait mener par ses 3 gamins, cad son ex-mari et ses deux fils, voyez... elle a très vite compris hypnotiquement... mais je lui ai donné deux trois conseils qui n'étaient pas des tâches... »

« Donc c'est des tâches à la Erickson, c'est un peu curieux, mais c'est très efficace. Ces suggestions post-hypnotiques, c'est marrant aussi, c'est drôle... »

« (...) après il y a des gens qui saisissent très rapidement comment entrer en autohypnose. Il y a des gens qui disent « ah des fois je pense à vous et pis je me dis « ah ouais qu'est-ce qu'elle dirait la doctoresse Schlegel » et pis... » ils se mettent en transe comme ça mais il ne viennent pas me consulter... » (...) c'est une forme d'autonomisation... c'est bien... »

Je reviens sur la cigarette, en demandant si elle fait développer une autres safe place que la cigarette.

« Cad que ce qui est très intéressant pour les gens. Ils prennent conscience qu'ils sont en train de se mettre dans un état absolument délicieux... en faisant semblant de fumer un crayon... »

Dit que des fois c'est assez miraculeux, la technique du crayon avec certains... et me parle d'un patient avec qui a fait une histoire assez délirante

« (...) lui il disait « ouais c'est Camel, j'ai toujours eu Camel... » pis alors on est parti dans une histoire, alors là c'était très très créatif, où il est parti dans le désert avec Camel.. mais avec le Camel... lui en train de... gamin... je sais pas pourquoi on est parti la dessus... je crois parce qu'il était voyageur, et pis moi je...

j'aime bien le désert, et pis j'ai voyagé dans le désert avec des Camel, non pas à fumer mais des dromadaires... et là j'étais assez... il risquait sa vie quand même ce gars, il la risque toujours parce quand on est gros tabagique ma foi c'est comme ça... j'ai dit à un moment « vous savez... moi je suis un peu pro natura... et puis je trouve que les animaux il faut les laisser libre, j'ai fait une espèce de révolution dans ce désert, comme quoi... le dromadaire avait envie de vivre sa vie de liberté et qu'il ne fallait pas pleurer dessus » et ça... moi j'ai plus vu ce patient... c'était une séance. Je me suis dit « bon c'était délirant total ça n'a pas marché. » Et ben j'ai une amie qui le connaît qui m'a dit « tu sais qu'il a arrêté totalement » mais il était motivé et on a fait une histoire très drôle et très marrante avec un enfant, lui et le dromadaire... donc il y avait une histoire... c'était très créatif ouais... mais des fois je suis très créative et ça sert absolument à rien... mais c'est qu'il y a d'autres choses... mais j'aime bien, parce que... Au début moi ça m'embêtait d'avoir des protocoles... voyez les protocoles j'aime pas, donc à un moment les fumeurs je disais « ah ça m'embête, les fumeurs j'ai pas envie » et puis quand j'ai trouvé cette idée, j'ai trouvé ça tellement fascinant, ça m'a hypnotisé quoi... je me suis dit « ah ouais c'est génial... » et puis vous n'avez pas un seul fumeur qui fume la même chose son... son crayon hein... donc ils explorent ça après... donc ça veut pas dire qu'ils vont arrêter... mais j'ai quand même eu pas mal de gens qui ont arrêté.. voilà... J'en ai une qui a fait de la varappe, qui est allé au Cervin avec... c'était gauloise je crois où je sais plus... c'était une cigarette de ce type... là elle avait inventé un rituel alors j'ai dit « ouais, je suis pas tellement d'accord, vous savez... » moi je m'implique dedans en disant « vous savez, je suis un peu écolo... les cigarettes, les papiers, les filtres... reprenez le filtre au moins... » c'est assez ludique... mais en transe hein... ce qui rend les choses un peu plus ludique... elle elle avait aussi arrêté. »

« Alors elle elle avait fait le Cervin, en fumant des clopes, avec sa cigarette comme ça... en transe... elle a fait un rituel en transe à un moment donné... mais c'est venu comme ça hein, c'est pas que je le fais chaque fois... j'ai dit rappelé vous votre intention... votre intention c'est que vous voulez stopper cette relation avec Gauloise ou je ne sais plus comment elle s'appelait... mais je pense qu'il faut quand même un petit rituel vous savez, c'est comme les rituels, on ne peut pas... voilà... je parle des rituels... et pis là je sais plus ce qu'elle avait fait (...) c'est très inventif, ça dépend des gens, c'est très intuitif et très créatif... »

Je relève que justement j'étais étonnée qu'elle dise que c'était très ennuyant alors que c'est très créatif

« Oui parce que à un moment ça fait « tilt » vous voyez, il y a un truc aussi... après des fois ça ne fait pas « tilt » du tout et pis des fois... plus... ouais... »

Dissociation = objectiver, mettra à distance le subjectif et l'observer...

Je dis que je me demandais si dans le chamanisme on n'objective pas le monde subjectif en posant des actes...

« Alors ça dépend des praticiens... il y en a qui vont faire des actes, ils vont faire des extractions, des choses comme ça... ou le mexicain là... moi j'ai rien compris ce qu'il faisait toute la nuit... manifestement il y avait plusieurs divinités dont celle du feu, ça j'ai compris qu'il fallait faire attention au feu... mais alors après savoir ce qu'il a fait comme acte ou pas... »

Donc pour vous c'est plutôt le côté monotone, comme le tambour (et les paysages monotones, ou qu'on s'ennuie (on rentre dans son monde ?) ?

« Ben ça vous met en transe, pis vous êtes ouvert, et ils font des actes où implicitement vous êtes d'accord avec ça... après ça demande une éthique béton de l'autre côté... hein »

« Nous on est quand même surveillé, on est quand même relié à des instances d'éthiques et des déontologies, donc on fait attention à ce qu'on fait quoi... »

J'interroge sur sa conception à elle entre un monde intérieur et un monde extérieur, et les implications que ça a selon ce présupposé même si après on dit ou fait à peu près la même chose...

« Ben moi je vais te répondre en une phrase... Quand j'étais en psychiatrie, on devait recadrer le patient ça voulait dire « Ecoutez, le monstre que vous voyez il n'est pas là... vous êtes dans la réalité, ici, maintenant, il y a des fleurs, des machins... un tableau machin, etc. Un psychotique il va dire, « Non je suis désolé mais il est toujours là » Tandis que si on est chamane on va dire « Bon ben comme il est là on va le psychopomper, si c'est un psychopompe » machin, je sais pas... ou bien l'exorciser si c'est une possession machin. Ok alors on ne se place seulement de ce côté-là. Tandis que si on ouvre les deux on dit « est-ce que c'est confortable d'avoir un monstre là à côté de vous ? » Et puis l'autre, il va dire non. Je vais dire « Est-ce que vous pouvez juste me le décrire pour que je puisse saisir un peu le degré d'inconfort ? Parce que moi je ne le vois pas... » Vous êtes en état de transe, voyez... Pis il vous décrit « Ah ouais, c'est vrai que ça n'a pas l'air sympa comme ça là... et vous êtes d'accord qu'ici il y a... Bon lui il nous regarde mais est-ce qu'il est là ou pas là... bon il me regarde quand même bon il est sympa... ça fait 15 ans qu'il me regarde... mais je l'ai regardé parce qu'il est sympa... s'il me regardait méchamment je ne le garderais pas... je le garderais pas ce tableau, non... je mets que des choses sympa dans mon univers... voyez je suis déjà en train de parler de manière hypnotique... c'est que mon monde s'élargit... il y a la réalité, ET il y a le non-réel... et ça je suis désolée mais... pas besoin de faire la physique quantique pour savoir ça... fin je sais pas... il y a des tas de trucs que l'on comprend pas... »

Je dis qu'il y a une jungienne pour qui ce n'est que le monde intérieur, que des projections...

« Mais ça veut dire que quand on est en interaction on a deux mondes intérieur et pis est-ce qu'ils se partagent... je veux dire s'ils ne se partagent pas, ça devient un peu angoissant je veux dire... (...) pis zut, c'est un peu narcissique comme truc... non je pense... en une phrase ça veut dire « ok on peut recadrer » et on peut dire « c'est vrai qu'il y a un cadre, qui est notre réalité commune, on voit la fleur rose si on n'est pas daltonien, etc. et vous vous avez un monstre en plus dans l'histoire. Est-ce que c'est confortable d'être avec ce monstre ? » « Non » « Est-ce que... vous voulez faire quoi avec ce monstre ? » « Je voudrais lui dire de partir » « Alors dites-lui voir s'il vous obéit... » « Non il m'obéit pas » Je dis « Bon ben c'est pas comme ça que ça se fait faut croire... donc on va trouver ensemble une autre manière de.. » Vous voyez ce que je veux dire ? Après que ce soit sa réalité interne ou externe, moi je m'en fous alors... il est pas confortable et pis il est venu pour être plus confortable... « C'est bien ça... c'est pour ça que vous êtes venu ? C'est pour être plus confortable, c'est juste ? » Parce qu'il y a des gens qui viennent, mais qui n'aimeraient pas être plus confortable... ça existe... »

Ils le disent ?

« Ils le disent d'une certaine manière ouais... ils ne disent pas « je veux rester inconfortable » parce que c'est complètement idiot, personne ne pourrait dire ça... mais ils vont dire « non mais finalement je crois que je suis assez bien avec cette cigarette... » et l'idée inconfortable que ça va me foutre le cancer... c'est un peu ça... »

« C'était intéressant ouais... c'est intéressant parce que ça me permet aussi à moi de... d'avoir une perception de mon évolution... c'est thérapeutique votre truc... ouais... »

Troisième entretien : H8

Comment vous accompagner ce « processus de métaphorisation »

Voilà j'ai défini ces 5 points

« vous couvrez bien l'ensemble je crois, en tous cas c'est même un peu grand... »

« Et puis au fond, si je regarde un peu en arrière maintenant, ça fait, je vous ai dit 20 ans que je suis en intensif, intensivement tous les jours dans des processus d'accompagnement de patient que ce soit avec hypnose formelle ou sans... (...) la question du processus métaphorique elle est toujours là. Et je pense qu'elle tient à mes études de lettres au départ. Ça veut dire pour moi, la compréhension de ce qu'est... d'abord un la métaphore, l'image poétique, ça c'est posé depuis longtemps c'est Gaston Bachelard, et puis ensuite... j'ai longtemps réfléchi comment ça allait se glisser dans la pratique de l'hypnose, mais c'était déjà présent dans la pratique du shiatsu avec la corps rêvé qui est en corps montagne, un corps vallée, vous avez vu la charte du corps rêvé (...) c'est un corps métaphorisé, un corps métaphorique dans un certains code culturel. Et je me suis dit mais quand on travaille en hypnose avec la métaphore, où la métaphore est centrale parce qu'on peut travailler avec les patients en allant visiter les organes, comment ils voient leur intestin... comme un grand ruban bleu... donc il y a une sorte de naturel total de passer du travail du shiatsu au travail de l'hypnose... pour moi ça a été, c'est une chose qui s'est faite... et ce processus de métaphorisation, que je retrouve en art thérapie complètement, puisque j'ai écrit un article là-dessus, c'est que... c'est ce par quoi ça se transforme... alors peu importe les croyances qu'on y met... moi j'en met le moins possible, je n'aime pas d'ailleurs le terme de croyance.... C'est plutôt le postulat, un petit peu à la façon de Tobie Nathan... »

« Pourquoi intention par rapport à objectif ? Parce que chacune des choses que j'ai prospectée tournait autour... par exemple le néo-chamanisme, la pratique du néo-chamanisme insiste sur l'intention... ce concept je l'ai vu, entendu clairement dans ce corpus là... et dans ce corpus là, l'intention c'est... c'est un désir d'aller vers quelque part... c'est pas je me pose un objectif et puis je vais vérifier avec des petits croix si je l'ai atteints A,B,C,D,... on peut entrer en matière... chez un patient qui a l'intention d'arrêter de fumer... je suis jamais contre en bonne ericksonienne... de dire oui oui c'est très important votre objectif « arrêter de fumer » mais comme dit l'autre... « un train en cache un autre » c'est à dire que toute les expériences d'arrêt de fumée que j'ai eu qui ont eu du succès... je crois tellement peu au symptomatique... que la 3^e ou la 4^e séance, parce que la personne a le goût elle va continuer, elle va mettre en avant d'autre chose... « alors vous voulez inspecter ça aujourd'hui ? d'accord » Donc pour moi, l'intention c'est un petit peu le poteau indicateur de départ... »

« (...) dans des séances thérapeutiques... alors l'intention peut être... « je suis fatiguée, j'ai envie de me reposer aujourd'hui... » « très bien, c'est une belle intention, donc qu'est-ce qu'on fait, hypnose, shiatsu, moitié shiatsu pour la détente, après on part dans une transe de repos, de ressourcement, ça qu'est-ce que vous pensez ? » alors on bricole... on négocie ensemble un protocole... aujourd'hui on peut faire ça... d'autres fois ça peut être, toujours dans l'intention... « aujourd'hui j'ai besoin de parler de 2-3 trucs. Pas de problèmes, je fais aussi du dépannage comme vous le savez... donc allez-y, de quoi on parle » alors c'est la relation avec la belle-mère ou c'est une histoire d'indépendance... et là on va faire de l'entretien... j'ai en même temps une formation d'hypnose et de thérapie brève que j'ai faite en Belgique, donc j'ai deux ou trois outils de questionnement (...) et en cours de route on est en hypnose conversationnelle... toujours... et ça j'ai mis beaucoup de temps à observer, à me dire, oui j'observe les signaux de trances, la j'observe les miens... là on est en train de discuter le bout de gras, mais on n'est pas dans un état absolument normal, on est déjà dans un état qui présente un certain écart avec ça... je vous ai déjà donné ma définition de la transe, donc on est en pleine hypnose conversationnelle... il raconte l'histoire, il raconte l'histoire, je commente, ou je dis et alors... là on est dans un processus un peu narratif je dirais, avec des images, des détours, des questionnements et puis à certain moment la personne va dire « mais il faudrait qu'on passe un peu » « oui, oui, oui on va faire une transe maintenant formelle... » et on va passer par exemple à une transe formelle... donc je suis extrêmement élastique par rapport à ce procédé. Aussi nourrie par le fait que je dois enseigner au CAS en art et technique hypnotique... donc j'y enseigne le processus métaphorique, et notre enjeu ou mon mandat c'est comment on utilise ça dans le travail social... ce qui est une énigme, parce qu'on ne peut pas faire le setting habituel, vous êtes sur votre fauteuil... alors comment l'outil hypnotique peut être utile... alors c'est une petit peu (...) une énigme qui me pousse à observer comment s'effectue le processus métaphorique y compris non formellement, cad, dans cette bulle à deux qu'on crée dans une narration par exemple, où une chose comme ça. »

« Donc l'intention elle peut être toute petite ou elle peut être grande, elle peut être « ne rien faire » pour moi c'est bien... »

« On va pas à la recherche de la profondeur mais plutôt du tableau général dans lequel s'inscrivent les objectifs quand il y en a, par exemple... »

« L'induction, j'ai déjà répondu un petit peu, des ECM, pour moi on peut jouer avec les inductions formelles, mais c'est un jeu... le patient dit bon on a parlé, on va vraiment... « oui oui on va vraiment le faire, bon alors vous préférez être assis ou vous préférez vous coucher ici ? » « oh ça m'est égal » « Non, non, chez moi c'est important, qu'est-ce que vous sentez qui est bon pour vous aujourd'hui ? » « Sur la chaise... ou plutôt ici... » donc il y a toujours l'alliance thérapeutique qui continue à se créer. La personne se met là et là elle formule une intention, comme hier « Je suis en deuil... » un deuil assez grave de plusieurs personnes successivement plus les attentats de Paris... donc une espèce de détresse intérieure... « De quoi vous avez besoin ? » « Ben j'ai besoin... je suis hyper fatiguée, hyper bouleversée émotionnellement... » Donc l'intention c'était, « apaiser le tableau... avoir de nouveau accès à mes ressources ». Donc on a fait une transe où par exemple là, l'induction c'est respiratoire... c'est mon induction préférée... accompagne... qui m'accompagne, je prends plus jamais des inductions classiques, fixer le point, tout ça, on enseigne, ça fait partie des vieilles choses de l'hypnose... mais pour moi l'induction est toujours une manière de connecter la personne à son ressenti corporel... toujours... la descendre de la tête, du néocortical, vers des perceptions, des sensations, des intuitions, des

images, s'il y en a, des sons intérieurs... donc l'induction que j'ai choisie... il y en a deux essentiellement... c'est celle de Roustang qui est « vous êtes assis sur la chaise », quand ils restent sur la chaise, ça fait le « yes set » : « vous êtes assis sur cette chaise, sur cette chaise vous êtes bien, vous occupez votre place et puis la respiration vous traverse... » Deuxième phase, la respiration. Respiration qui est Teresa Roblès comme référence d'hypnose qui a aussi pratiqué du chamanisme dans son Mexique natal, donc il y a qqch d'une parenté de famille dans cette façon qu'elle a de travailler où on va utiliser la respiration sur le plan du mouvement de la respiration qui se fait tout seul, de manière automatique, de manière confortable, de manière totalement appropriée et après, à partir de là je peux broder sur des directions de travail... des directions qui ont été évoquées par le patient avant... par exemple si c'est des impatiences qu'il faut avoir la patience, faire les choses les unes après les autres... Ca va être « et on peut faire seulement une respiration à la fois... seulement une expire toujours la même chose... » Donc elle sera jamais mon induction exactement la même chose et l'avantage de l'induction de la respiration, c'est un prétexte encore une fois, c'est de rendre la personne à son ressenti, en ne faisant rien vous pouvez sentir que vos côtes se soulèvent, peut-être, ou... donc c'est rendre la personne attentive à ce qu'elle est en train de ressentir... et dire la respiration n'est pas un effort... parce que le problème c'est toujours cette histoire d'accepter de rentrer en transe... donc comment travailler de façon fine... le fait que la personne se lâche doucement dans cet état rêvant... alors par le biais de la respiration, qui amène vers un espace, qui peut-être le safe place... donc il y a la construction du fameux sage place, un espace extérieur ou intérieur qui a du sens pour vous... voilà c'est encore un mot de Teresa Roblès qui me parle beaucoup.. parce que la personne investit qqch par rapport à ça... alors on parle toujours du VAKOG, le fameux VAKOG des Pnlistes... qui était la modélisation... canal visuel, canal auditif, canal cénesthésique, canal... en fait pour moi il est un petit peu trop mécanique... cad que... ce qui fait que la personne va dans un ECM, ça Roustange la extrêmement bien expliqué, c'est que ça sature tous les sens... c'est qu'à un moment donné on ne sait plus si on sent, si on voit, si on entend... il y a une sensation de mouvement aussi, une sensation d'espace aussi... la respiration a le mérite de à la fois être cénesthésique, d'induire des aspects visuels, d'induire des aspects de « je prends, je relâche » la respiration c'est comment faire.. c'est elle qui est en charge donc dissociation... donc elle a l'avantage d'être une sorte de mille-feuilles qui joue à tous les niveaux, qui permettent à la personne d'aller doucement dans sa dissociation de transe... voilà... »

« (...) alors avec la pratique c'est hyper rapide, à chacun des expires ça peut s'accroître cet état là, « ça peut » ça veut dire ouvert... Melchior m'a beaucoup influencé aussi... donc ça c'est la pratique formelle, puis à partir de là dans le safe place on fait un tas de travail... donc on va rencontrer la partie aidante, un animal peut-être, un arbre, un végétal, peut-être un bruit seulement, qui va servir à qqch « Dans ce tableau, quelle est votre force de vie ? Comment elle est ? » Donc là je vais métaphoriser à fond, dans une transe plus formelle avec un échange verbal, sauf cas exceptionnel comme justement le cas d'hier où moi j'ai parlé, j'ai seulement induit avec la parole une sorte de bercement parce que la personne était dans un état de tristesse extrêmement grand... voilà ça c'est le... (...) donc pour moi il n'y a pas de séparation non plus entre induction et approfondissement de la transe... on n'arrête pas d'induire de toutes façons... »

« D'ailleurs on n'arrête tellement pas d'induire qu'avant d'entrer ici c'est déjà induit en partie... Ca veut dire, on endroit, le bouquet de fleur, le chat... et là c'est tout l'aspect de la réflexion autour de là... qu'est-ce qui induit une hypnose conversationnelle ? c'est une atmosphère, une « Stimmung » comme disent les allemands, c'est intraduisible, c'est vraiment ça, une atmosphère qui fait qu'une personne « baisse déjà les tours », est assise plus ou moins confortablement... et ça crée une sorte de bulle... qui est cette bulle de l'imaginaire pour moi... il y a les perceptions corporelles d'un côté, il y a le ressenti... de l'autre côté il y a la bulle de l'espace imaginaire, qui d'entrée de jeux fonctionne entre mon patient et moi... donc l'alliance c'est déjà un parti sur cette bulle, parce qu'il y a déjà une série d'images « ah votre chat... » le chat n'est pas là juste maintenant.. mais quand il dort comme ça avec la queue en bas, la personne dit « ah le chat... » et donc elle est déjà elle-même dans une associativité où elle est déjà en transe légère avec laquelle... transe légère peut se faire la majorité des tâches qu'on vit en hypnose... alors voilà... »

« Voilà, c'est comme ça que j'ai appris... je me suis dit « mais le safe place » attend c'est beaucoup plus large que ça... le safe place c'est ici, c'est tranquille, il y a des éléments de la nature, il y a des images extrêmement suggestives qui jouent un rôle, et donc... et en même temps c'est sécurisant donc... c'est déjà du safe place... le safe place c'est la voix du thérapeute... « ma voix vous accompagnera » Erickson utilisait vraiment ça comme ça... Nous on l'a appris dans un sens de... presque un petit peu comme un dispositif de sécurité au départ... ne disant... si jamais ça va pas on les remet dans leur safe place... donc c'est une bonne impression... c'est relié le patient à une expérience positive... quelle soit visuelle, qu'elle soit sensorielle, qu'elle soit... voilà... Et donc pour moi le safe place est devenu extrêmement plastique si on veut, mais c'est une espèce... il y a qqch qui m'interroge pour le moment aussi... c'est que le safe place c'est un espace... et ça c'est inspiré des lectures d'Éliade et du chamanisme... c'est que quand on est dans un ECM on est hors temps, on est dans un espace... on est dans une sorte particulière d'espace imaginaire, imaginaire-réel, le réel renvoyant à l'imaginaire... et dans cet espace s'effectue un certain nombre de choses... et le safe place est un espace... et souvent je m'entends dire au début on dit c'est un truc de sécurité donc « où vous vous sentez en sécurité » suggestion, mais en réalité ça peut très souvent être, pour moi aussi, dans cet espace, selon la problématique que la personne a décrite, dans cet espace vous êtes libre... donc cet espace qui peut être intérieur ou extérieur, je ne sais pas... et donc là c'est pas moi qui crée ce safe place, c'est la personne... alors quand elle va pas bien... souvent j'ai observé... souvent elle dit... je suis dans mon lit... il n'y a pas d'imaginaire... je suis dans mon lit sous ma couette, presque la tête sous l'oreiller on va dire... et là c'est une sécurité première, pas très compliquée, pas en relation avec des grands archétypes, c'est le petit nid, le petit nid qui me protège.. puis avec le temps, avec le travail, des safe place plus liées à la nature émergent... mais dans quelle mesure est-ce que c'est parce que moi aussi je suis hyper reliée à la nature, aussi par l'expérience chamanique, c'est une question qu'on peut se poser. Parce que ça fonctionne aussi comme ça... les styles deviennent les styles des thérapeutes... et donc dernièrement il y avait un long suivie de patiente où elle allait toujours dans un parc avec un certain arbre... alors le safe place devient aussi un lieu de départ du travail, donc c'est un lieu dit, presque un peu comme en chamanisme où on va chercher... on va toujours sur la terre pour... ici c'est le safe place... « vous y êtes ? »... « oui j'y suis » « Ok » et on part presque sans induction »

« (...) parce que là le corps se rappelle comment faire pour aller en transe, c'est eriksonien, il n'y a plus besoin de passer par une longue induction de transe... »

Je mentionne que pour mon formateur il faut toujours une longue induction sinon pas de bon feu pour soutenir la transe
« C'est pas vrai, je vous explique pourquoi c'est pas vrai... Mais c'est vrai qu'il peut le dire à des étudiants, c'est vrai que nous l'enseignons à nos étudiants de façon très formelle qui prennent suffisamment de temps pour aller en transe... la vraie raison c'est que le thérapeute soit en transe... cad qu'il soit capable de repérer les signaux de transe de l'autre... et l'art, l'élégance est qu'après vous y allez comme ça... et quand Mesmer travaille c'est comme ça... et dans le conversationnel aussi... tout à coup on observe que l'autre « toung » il cille plus, les traits du visage sont comme ça, il a la tête un peu penchée, Tac, il est dans la transe... donc

là, on sait que la personne y est... on sait très bien quand elle n'y est pas... cad j'ai des patientes rebelles... des séances et des séances et des séances... alors je m'évertue pas à en faire pendant 15 min... si je vois qu'il y a trop je passe par un autre détour qui est bon alors on va parler de ça... parce qu'il faut faire comme une sorte de « débondage » de ce qui joue pas pour que la situation soit suffisamment tranquille afin qu'ensuite une induction soit possible... souvent d'ailleurs il y a une bascule entre l'état hyper vigilant et puis tout à coup une bascule dans la transe... et repérer ces moments, c'est jamais une histoire fixe, l'art du thérapeute c'est d'attraper le moment où il voit ça, qui sont des micro-signaux... »

« Et comment moi j'observe ça (les micro signaux de transe) et que je l'accompagne ? Je ratifie comme on dit, mais pas toujours verbalement, aussi par mon... Je « mimétise », il y a du mimétisme... du mimétisme dans un sens puis après l'autre, puis après l'autre... et cette notion du mimesis on va la retrouver de nouveau dans le chamanisme... donc moi je l'ai apprise avec le japonais parce que eux ils utilisent ça fondamentalement culturellement... cad qu'ils ont un regard de transe tout le temps.. et leur regard de transe c'est je suis un peu myope, je vous regarde, et je vois bien quand je vous regarde comme ça si vous êtes en transe ou pas... »

« Les japonais ils vous l'enseignent en refusant vos questions.. en disant « oui mais est-ce que je sens juste là... » « practice... »... et à force de s'énerver on lâche et on entre dedans... on entre dans une sorte d'état autre dans le toucher... ça peut être dans le taï chi... quand on cesse de résister... « ah... l'air les souffles poussent votre bras » « ah ouais... c'est différent quand il poussent mes bras que quand c'est moi... c'est moi qui le lève ou c'est les souffles ? »

« C'est des techniques très fines de mettre la personne dans sa sensorialité première, dirait Roustang, donc voilà... »

« on est dans la transe... alors après il peut y avoir la visualisation ou pas, c'est pas tellement important... mais la visualisation quand elle intervient à ce moment là, elle sature en même temps les autres sens... donc la transe elle est beaucoup plus large que ce que l'on peut croire... un bon vendeur il est très très bon pour ça... »

Echange verbaux pendant la transe

« Alors l'usage de la parole en transe... quand je suis entrée dans la formation... c'était non, non, non, surtout pas parler parce que ça les sort de transe... toutes les choses qu'on dit, il faut 15 min, surtout par ceci, peuvent parfaitement être complètement renversées... cad que c'est tellement plastique comme phénomène, c'est tellement ce qu'on a décidé ensemble que ça serait que ça le devient... »

« Pour moi la meilleure formulation c'est Bonvin quand il dit, mais je crois que je l'ai déjà dit : c'est un art, un art ?, de jouer, ah il y a du jeu ? de l'attention, ah oui l'attention, c'est attention focalisée... jouer de l'attention, donc on peut focaliser de l'attention en la faisant bouger, dans l'intention de, et ben voilà notre intention... de quoi... de soigner. D'accompagner, de créer, de vendre, de tout ce que vous voulez... donc ça c'était la réflexion de Bonvin sur la manière de définir le processus d'utilisation de l'hypnose je dirai... qui la ne parle même pas de la métaphore et tout ça mais la métaphore est l'un des immenses outils... pas toujours à construire à l'avance... il peut être... il émerge de la part du patient... pour moi c'est en tous cas une règle, il émerge de la part du patient, je l'accompagne, je pose des questions et on revient à votre histoire de « est-ce qu'on peut parler en transe » « oui » et ça peut même approfondir la transe... parce que c'est une chose curieuse... alors c'est au thérapeute de sentir quand ça le sort de sa transe et quand ça l'y maintient.. et donc la parole de transe... Michel Jacobson qui est un philosophe américain a beaucoup parlé de ça... la parole de transe... et Roustang a parlé de la parole de transe... la parole de transe c'est pas bla, bla, bla, bla, c'est pas une parole mécanique, c'est une parole incarnée... ça veut dire que sensoriellement elle est porteuse de qqch, comme la parole poétique, comme la métaphore.. mais ça peut être tout bêtement, « respirez... » Donc c'est tout l'aspect para-verbal du verbal, et ça ça permet que je dise... je vois qqn qui rentre dans son petit monde... je suggère, un lieu, une expérience qui a du sens pour vous... j'attends... quand vous y êtes vous me faites signe avec la tête... gros signal... des fois ça prend 3 min, de nouveau pause... « est-ce que vous pouvez d'un mot juste dire où c'est parce que la bouche toute seule peut parler.. tandis que le reste du corps reste en transe », c'est un vieux truc ericksonien idiot, que Piccard utilisait et que je trouve utile parce que ça donne à la raison raisonnante, un petit argument clair, cad, « ah alors ma bouche peut parler toute seule pendant qu'e moi je suis en transe » donc ça marche toujours et la personne va dire... « c'est un parc » « ah c'est bien un parc... mmm », donc là je vais continuer un petit peu... et puis au bout d'un moment je vais proposer très souvent... par exemple s'il y a un problème... j'aime bien cette histoire, c'est Teresa Robles aussi... « votre force de vie est quelque part là dedans sous une forme ou sous une autre, quel est pour vous le symbole ou comment se symboliserait votre force de vie là dedans ? » Attente... et immanquablement la personne va dire... très souvent... un arbre... ou va dire, le ciel, un oiseau « d'accord et le problème vous le voyez comment ? » si je fais en double métaphore, elle dira un sac de nœud par exemple... je sais pas moi... elle dira « un boulet », « voilà... vous êtes où vous par rapport au boulet ? » De nouveau j'utilise beaucoup la spatialisation... « vous êtes où ? votre force de vie elle est à votre droite ? elle est où ? » et donc ces questions là spatiales, elles enracinent la transe... cad que je peins, j'y crois encore plus que la personne qui se dit « ouais mais attends la je suis dans mon safe place d'accord mais j'y suis vraiment ou j'y suis pas, c'est mon imaginaire... » parce qu'il y a toutes ces questions du critique intérieur qui se mettent en route... et donc quand moi thérapeute, je dis, « vous êtes où, vous êtes à combien de mètres, et puis qu'est-ce qu'il y a sous vos pieds ? Vous la voyez pas ? Mais vous en avez sûrement, puisque vous respirez donc vous en avez une donc... » Voilà tout doucement le « yes set » se remet en place, tout doucement la personne va métaphoriser qqch qui est sa force de vie... quelle va place en dehors... très rarement à l'intérieur, mais ça peut être à l'intérieur, les chinois disent qu'on a l'océan de l'énergie ici, ça tombe bien... donc on dit que le cœur c'est ce qui prend en charge... donc très souvent l'imagerie chinoise me sert aussi de ratifier, d'amplifier une image que la personne pourra avoir... »

« (...) et alors par exemple là, c'était un exercice de Teresa Robles que j'utilise souvent... « et ben non vous vous arrivez pas avec ce problème, donc d'accord, ni vous, ni moi ne savons quoi faire, d'accord... alors est-ce que vous pouvez remettre... les anglais disent « surrender »... « est-ce que vous pouvez remettre ce problème à la force de vie parce que peut-être elle elle sait alors que vous ne savez pas » Donc il y a une sorte de jeux de « lâcher », il y a même pas besoin de savoir ce qu'elle va en faire la force de vie, mais elle va trouver une solution, ça c'est sûr... voilà si c'est pas tout de suite, c'est après... et alors en général, ils vont me raconter une histoire assez surréaliste après... après je demande... parce que après je demande, je suis très curieuse... »

Pas pendant...

« Alors pendant, quand c'est comme ça j'ai... pour que ce soit vraiment au niveau des images et pas trop du narratif je... je fais des longs silences... et puis je vais demander le tableau après... maintenant suivant quel accompagnement, dans les cas plus graves

ou dans le cas du patient de mon DEA que vous avez peut-être lu... là c'est à long terme... donc on a une imagerie en place, donc on a un animal de pouvoir qui est l'oiseau poilu, qui est une figure de Victor Hugo qui est vraiment comme cet oiseau poilu, que j'ai une fois amené, en séance, il a fait une ancre... donc au fond c'est un espèce de petit monde familial, où il part toujours du même endroit... « vous êtes là ? » « Oui j'y suis » « Vous êtes dans votre île, d'accord, et maintenant les animaux sont où ? parce qu'il y en avait trois le poilu, puis il y avait baguerra la panthère, et puis il y avait une lionne... et donc s'accomplissait une série de tâche qui revenait chaque fois... et là j'ai observé que pendant qu'il était en transe, moi j'étais le scribe, c'est à dire qu'il racontait et moi je prenais note et je disais juste « et alors ? » et il disait voilà... « et maintenant le crocodile » qui était son foie atteint d'hépatite « il est pas bien, il est dans une espèce de cale de navire avec de l'eau toute pourrie, il peut pas rester là, c'est pas possible... » « d'accord qu'est-ce qui se passe ? » Ce qu'on avait instauré comme rituel, c'est qu'il était le conteur en même temps qu'il vivait le conte... et moi j'étais la scripteuse du conte... donc c'était des trances fortes dont il avait parfaitement conscience... et j'utilise ce procédé quand il y a des questions très importantes à résoudre, des sortes de crises existentielles, des choses très importantes... je vais être présente en étant le plus délicat possible par rapport au fait que l'autre me dit « c'est là, ça devient comme ça » avec une parole la plus rare possible mais quand même elle décrit, elle raconte, elle narre... ça c'est pendant... »

« Ce que j'ai observé, ça c'est une grosse différence avec beaucoup de travail sur les métaphores d'autres thérapeutes, mais on a chacun notre style... c'est que pour moi la métaphore est résolutive par nature... ça veut dire, comme elle est déjà un détour, quand son crocodile, poilu et les autres animaux, vont l'aider à sortir de cette cale de navire à l'eau toute pourrie pour l'amener dans le fleuve je sais pas où de la forêt amazonienne et là il est beaucoup mieux... là pour moi, il y a déjà qqch qui est résolu. Et en général il y a une résolution à la fin de chaque séance... cad on arrive dans un état stabilisé dans la métaphore à la fin de chaque séance. Evidemment on devra reprendre parce qu'il s'agit de travail au long cours pour certains patients... »

« (...) et on peut donc aller dans des expériences extrêmement négatives, le safe place étant constitué par le setting, par le cadre, par le fait que ma voix accompagne, par le fait qu'il y les animaux qui sont là, qui ont été mis en place, donc il y a du tiers qui intervient. Pour moi la notion du tiers est très très importante... »

« (...) j'en parle pas quand je vous décris ça comme ça, je me rend compte que je risque de l'oublier, mais... ce qui est important c'est que l'âme soit impliquée dans le travail... et pas seulement la mécanique juste arrêter de fumer... le symptôme pur c'est bien s'il part mais le plus important c'est que la personne ait accès à ses ressources, comme dirait Erickson, cad retrouve le fil du vivant. Soit de nouveau plus vivante et plus créative, dans la manière d'inventer sa vie... et donc j'aime bien quand les métaphores vont dans des grands archétypes par exemple... »

« (...) je vais le dire si la personne voit un grand arbre qui sort de son nombril, qui monte jusqu'au ciel et... et que cet arbre il voit qu'il y a des petits animaux dedans je vais dire « ah... un arbre vous savez c'est comme Yggdrasil... » je vais souvent raconter un bout d'histoire dans leur... pour le connecter à leur propre histoire, Yggdrasil qui est l'« axis mundi » dans la tradition Celte... donc je vais juste le poser comme ça... contre-apposer des références... « ça me fait penser à... » donc je vais utiliser ma propre métaphore ou ce que Philippe Zindel appelle les métaphores du thérapeute pour les contre-apposer à l'imagerie à laquelle a accès le patient. »

« Parce que je travaille en groupe avec des trances collectives et je fais raconter aux gens leur histoire, ils peuvent pas pendant mais ils racontent après... et c'est pour moi... ce temps de raconter est une ature transe. Cad c'est une transe de narration, où les personnes écoutent l'histoire du voisin, et disent « ah toi ta vu un Cygne et moi j'ai vu une belette... ah ça c'est drôle... » et donc il se crée une espèce de tissu... de tissu imaginaire, du monde de la réalité non ordinaire, dirait les indiens, dans un groupe... et à ce moment là il peut arriver, il peut émerger, des choses très forte... »

« Par exemple ce qu'on va appeler en culture chamanique le démembrement... »

J'ai eu des démembrements spontanés de gens qui n'avaient jamais entendu parler du chamanisme qui disaient je suis toute dépecée en morceau, je suis décomposé et tout ça, qui pourrait faire peur en psychiatrie parce qu'on pourrait dire c'est une dislocation... et ben à ce moment là je dis « ah oui... » comme le travail chez les chamans, il y a le démembrement et vos animaux ont la capacité de.. vous pouvez pas vous, mais vos animaux ont la capacité de vous recomposer... »

« donc il y a toujours une sorte de ressource... par rapport à des images très négatives, des expériences très noires, très négatives... et l'hypothèse est que si le setting, si la séance, on est ici dans un cabinet de thérapie, on a des images protectrices autour, tout ça existe, alors on peut aller dans le pire, je dirais pas « sans problème », la personne peut même souffrir, c'est pas juste de la relaxation... elle peut rencontrer des choses très importantes, elle peut rencontrer des morts aussi dans les trances... par exemple dans la transe du deuil d'hier, il y avait son grand ami de 50 ans qui venait de mourir, il y avait sa voisine qui venait de mourir, et il y avait tous les attentats de Paris juste après... donc ça faisait une sorte de tas de deuil extrêmement difficile pour elle qui était d'origine brésilienne... donc d'une culture où on a qq chose de très fort par rapport à l'émotionnel et par rapport à tout ça... et donc... je sais pas où je vais quand je... je suis moi-même en transe, assez fort... donc quand je mène ici d'abord l'induction de la respiration, l'espace où elle est bien en sécurité tranquille, et dans cet espace elle peut être en présence avec sa force de vie... et comme je me dis que sa force de vie elle est peut-être... je sais pas ce qu'elle voit parce que là je lui demande pas... mais comme a donné la suggestion, comme a donné Teresa Robles la suggestion... « cette force de vie est reliée à qqch de beaucoup plus puissant, beaucoup plus grand que vous qui est la force de vie universelle, je sais pas comment elle est là pour vous dans ce tableau mais vous êtes reliée... » et elle raconte après des images très jolies de ce qu'elle a vu, et à ce moment là « peut-être que vous pouvez voir le visage de... peut-être qu'il est là... peut-être.. voilà vous pouvez observez comment il s'adresse à vous maintenant, où vous l'avez placé... » donc ça ça va être toute l'ouverture du travail du deuil... qui part certains côtés à des similitudes ou des ressemblances avec ce qu'on travaille en chamanisme qu'on appelle du psychopompe... ça veut dire, je me remet en ordre, par rapport à où ils sont et comment ça se passe... ça peut être le deuil d'un animal pour un enfant aussi... j'ai utilisé beaucoup ça... le deuil d'un poney, il est là, et qu'est-ce qu'il dit, il te regarde comment « ah mais il a ses yeux... » voilà ça fait une sorte de réappropriation par la mémoire, par les images... mais pas seulement les images... »

« (...) c'est jamais que des images... en trances les images elles sont corporelles... ça veut dire c'est des vécus expérientiels globaux... c'est pour ça que le VAKOG c'est qu'une porte d'entrée mais après on est dans une expérience qui affecte, qui touche tous les sens... »

« Alors l'histoire du tiers, c'est qqch qui nous occupe beaucoup avec la doctoresse Schlegel, c'est qqch qui nous occupe beaucoup avec la doctoresse Schlegel, l'intuition du tiers, comme Salem parle aussi de la tiercité, je vous en ai parlé aussi, c'est que... c'est cette idée très ericksonienne... « ni vous ni moi ne le savons mais qqch d'autre sait... » qui, les esprits ? ma force de vie ? la force de vie universelle qui vient aider ma force de vie ? le mystère ? alors chacun a un nom différent. Mais on a toujours postulé ici que « you surrender »... ça veut dire vous lâcher par rapport à ça, parce que c'est pas moi qui vous guérit, c'est vous qui guérissez... alors on dira en shiatsu, la force d'auto-guérison, on dira dans la médecine chinoise, c'est les esprits du cœur qui reviennent, voilà, les chen, ming qui sont en plus lumineux, qui viennent en plus vous éclairer, dans votre cœur c'est là qu'ils sont... donc pour moi je ne peux pas imaginer un travail sans ce tiers, sans cet espace autre ou cette présence autre de beaucoup plus grand que moi... les petites grand-mères ça leur va très bien elles ont leur ange gardien c'est évident quoi... donc on n'est pas dans le registre de la croyance... pour moi pas en tous cas... c'est que j'observe que dans les situations de crise existentielle je peux vous dire la question du tiers devient extrêmement pertinente pour tout le monde.. qu'ils soient croyant ou pas croyant... alors comment les rejoindre, comment les aider à se connecter à qqch où ils peuvent... se relier... a lors ça peut être le système de la personne... la physique quantique... n'importe quoi... ça peut être les esprits s'ils ont fait beaucoup de chamanisme c'est les animaux... c'est protéiforme... »

Par contre vous disiez que c'était la manière d'introduire l'âme dans le travail

« Alors c'est ce que j'appelle introduire l'âme dans le travail... ça veut dire... moi j'utilise plus la notion d'inconscient parce que je trouve qu'elle n'est pas exactement pertinente en transe... la notion d'inconscient freudien elle est trop puissante, elle est trop coupée... il y a juste les rêves et les lapsus qui... et puis en fait Erickson utilisait « inconscient » comme ça... par commodité... moi j'utilise « votre corps » ou « qqch de vous », « votre respiration le sait » ou « qqch le sait » donc j'ouvre à qqch qui n'est pas seulement intérieur, intrapsychique mais aussi extra-psychique... ça c'est la vision un peu de l'âme du monde en même temps... quand j'ai écrit l'article sur le processus métaphorique... c'est toucher son âme... l'âme ça ça parle à tout le monde... je connais personne qui dit « non, non l'âme n'existe pas... » je connais personne, surtout pas quand il y a une crise ou un deuil... et puis il y a la chose mystérieuse qu'on s'en remet à l'âme... cette notion un peu de Novalis et des romantiques allemands... l'âme du monde... cad nous sommes reliés à qqch dans nous et à l'extérieur de nous... et ça peut prendre les formes que ça veut, mais en tous cas ça c'est guérisseur... cette capacité à guérisseur, ou ça nous aide à mourir... donc c'est pas seulement, je dois guérir d'un cancer en phase terminale mais ça m'aide à mourir aussi... »

Je souligne que toutes les métaphores en résonnances selon ce que le patient vit ou raconte, demande une grande culture générale... « J'ai lu trop de livre, donc c'est au moins un avantage, alors je pense qu'on arrive très bien à travailler avec beaucoup moins de cette culture, je crois que c'est possible... certains très bon thérapeute sont reliés à la nature tout ça ou bien alors ils ont tellement confiance dans leur propre système que ça fonctionne bien avec leur patient... moi je suis jamais tout à fait sur de mon propre système sinon « à qui je l'emprunte là, est-ce que c'est le Dieu dont on ne peut pas prononcer le nom de Nathan... » Ca me plaît bien cette idée là du Dieu comme ça... voilà... alors pour moi, plus j'en ai de la culture générale, plus ça m'émeut, ça me donne... les visages de l'humanité sous d'autres aspects... comme disait Descola... c'est pour ça que l'anthropologie est pour moi importante c'est qu'il y a des cultures très savantes de ça, très fines... et que c'est plaisant quand on est avec l'hypnose de dire, « vous savez chez les Diola on dit que l'âme elle est dans une cruche... vous je sais pas comment c'est, mais chez eux c'est dans une cruche au cimetière » Voilà ça donne du sens mais c'est pas une interprétation directe du « vous savez, c'est ça » c'est pour moi laisser toujours, un vide, un espace, ou la personne prend ou elle prend pas, ou ça lui parle, ou ça lui parle pas... qui est peut-être un peu déstabilisante certaine fois, je sais pas, en tous cas ils n'en ont pas l'air... c'est une sorte de bricolage aussi... parce qu'on ne peut pas être dans autre chose que du bricolage... »

Vous faites des actes métaphoriques des fois ?

« Pour moi si la personne veut dire « mais ça veut dire quoi ? » parce que souvent ils me racontent un rêve, et on continue un rêve aussi... ça peut être ça... moi je dis « moi je sais pas... mais il y a une part de vous qui le sait... donc on va peut-être continuer en transe pour aller interroger la force de vie pour dire ce que c'est... » où on va encore une fois utiliser des dissociations... pour éviter que je prenne une forme de pouvoir, un petit peu à la Dr Knock... « vous êtes tombés de l'échelle quand vous aviez 15 ans » alors voilà, c'est ma sensibilité à moi par rapport au sens... et par contre une forme de co-construction de sens peut elle aussi être thérapeutique... même si on est complètement à côté de la plaque... »

Quand vous résonnez ou amplifiez avec des métaphores, c'est déjà une construction de sens ?

« Oui mais elle m'échappe, cad qu'elle est plus large que nous deux. Elle nous place dans qqch de plus grand que nous, qui est ce que nos pères ont pensés, ce que nos ancêtres ont pensé, ce que les ancêtres africains ont pensé... moi j'adore cette idée chinoise.. qu'on est relié, non seulement au ciel, à la terre et à tous les éléments de la nature... les fameux 5 éléments... mais qu'on est aussi relié à notre lignée, à nos ancêtres... et aussi dans la tradition chinoise, comme on est hors temps, on est relié au futur... cad que dans le futur, si on accomplit mal les rituels de morts, alors nos descendant dans les batailles vont perdre les batailles... il y a des histoires où le temps est inversé... »

« (...) donc il m'arrive d'user de cette perception là je dirai... cette impression là pour l'utiliser dans des suggestions, dans des évocations... pas toujours... se je résonne à ça... c'est les fameuses « métaphores thérapeutiques » de Zindel qui dit « utilisez les parce qu'elles font partie du dispositif, donc c'est des inconscients qui communiquent dirai Jung, ou dirait Freud, donc on ne va pas s'en priver... »

Donc vous vous laissez guider...

« Oui je me laisse complètement guider et il me vient des trucs incroyables de fois, des citations parfois, des bouts de poèmes, voilà... et puis j'observe la personne... alors je peux dire « ce que je dis n'a pas plus d'importance... » mais je peux continuer à raconter mon histoire... donc elle aura juste la musique.. puis elle me dira peut-être en sortant... « vous savez je n'ai plus entendu... juste je vous entendais parler mais... » c'est pas grave. Par contre ce qui est mis en résonnance peut peut-être guérisseur... c'est peut-être mon socle de croyance, on va dire, c'est que c'est la force de vie qui est guérisseuse... ça veut dire c'est la nature, c'est la culture, c'est l'art, donc voilà... »

« Alors vous parliez des suggestions post-hypnotiques, j'en donne toujours, cad que la respiration va continuer toute seule ce travail après puisque vous allez continuer de respirer donc voilà... comme ça c'est très passe partout... »

« Et puis des actes magiques... certains de mes collègues comme Simone que j'admire beaucoup ont une culture magnifique de ces actes magique qu'elle fait faire... moi comme je suis prof, une ex-prof, je leur dit toujours « moi je donne des devoirs à la maison alors je vous suggère ceci ou est-ce que ça aurait du sens pour vous de faire ça... » alors je leur demande d'écrire une lettre à la personne disparue, d'inventer qqch pour aller faire ça... fin il y a une série d'acte psycho-magique... mais pas très, je les trouve pas hyper créatif... je pense qu'il y a des gens qui ont beaucoup plus de créativité sur ces actes psycho-magiques qui sont incroyablement pris au sérieux. Plus ils sont bizarres, plus ils sont pris au sérieux... »

« Les actes métaphoriques, c'est plutôt quand je fais du dépannage que je vais les utiliser... par exemple... d'aller dans la nature, ou de repoter un pot de fleurs mais c'est plus vraiment une pensée qui ne vient pas seulement de moi... (...) et je pense que c'est très efficace et ça crée une connivence de grand-mère un petit peu... vous dites à personne mais vous allez mettre... pour les verrues... une couenne de lard, à la lune descendante bien sûr, avec votre maman, avec les gamins j'ai fait beaucoup de travail sur les verrues avec un acte magique après qui ressemble à celui que disait nos grand-maman à la maison... mais j'ai peu développé ça »

Pour vous c'est quoi le sens de ces actes ?

« C'est de travailler en dehors des séances, c'est de donner du travail, l'idée qu'il faut les mettre au boulot. Pour moi, il y a une sorte de reprise en main de sa vie, qui va passer par faire qqch... notamment pour les gens dépressifs, pour les gens qui ne savent plus à quoi se vouer... »

« Le fait que les gens aillent mieux non seulement somatiquement mais aussi psychiquement bien sûr... c'est qu'ils soient reliés à toute cette capacité de rêver, de créer, d'utiliser la symbolique, sans en être prisonnier, dépendants, mais en jouant avec ça... de retrouver un sens du jeu aussi... »

Je précise à propos des actes métaphoriques : comme les chamanes qui soufflent, etc, est-ce qu'elle avec le shiatsu ?

« Alors je fais pas... j'ai une réticence peut-être un peu culturelle, je ne sais pas... pour moi c'est quand je raconte comment il font que ça fait effet, mais par exemple je me sens mal... je me sentirai mal de faire un soin chamanique... que j'ai appris, j'ai fait la formation longue en néo-chamanisme d'Harner... donc on a fait 4 ans de suite 6 jours, des grandes sessions... donc on a appris ces grandes techniques... avec des amis on peut se faire ça... mais moi je ne les utilise pas telles quelles... par contre je peux raconter ça... raconter que comme la maman souffle, le chaman pour souffler pour enlever la chose... donc je vais utiliser l'imaginaire du patient pour qu'il visualise ça, qu'il l'évoque et que ça ait un effet d'une certaine façon... c'est plus narratif... je raconte Harry Potter et ça fait de l'effet... je pense que c'est une question de personne... par contre dans le shiatsu, c'est un toucher... moi je suis pas sûre que les méridiens et puis les points ils existent... en tous cas ils existent quand on l'a bien postuler depuis des milliers d'années et qu'on l'a vérifié, et qu'on a décidé que ça passait par là... effectivement comme ils ont observé des choses en plus physiologiquement juste, il est clair qu'il y a un effet réel de ça... et donc je vais utiliser ça aussi, mais j'aime bien mettre de la parole dessus... nous quand on décrit un méridien on va dire « estomac-gros intestin no 4 ; estomac je sais pas combien... » moi j'ai appris avec les japonais et on mettait pas le no, mais un acupuncteur va mettre les no... et ben les chinois ils n'avaient pas de no... c'était la source jaillissante... le rein... c'était le point des 100 réunions, qui est ici et qui nous relie au divin, c'était le temps central... donc chacun des points décrits par les chinois, fait allusion à une topologie extérieure, sacrée... et donc pour moi, ça ça a du sens... mais le points no choses... je suis peu symptomatique, d'abord je ne les retiens pas... mais si je les retiens par leur nom, ça ça prend du sens et je vais le partager avec les patients... voilà c'est de nouveau le travail métaphorique, j'en sors pas... »

Je reviens sur le début, la définition de l'intention

« On parle ensemble un petit peu comme deux commères au lavoire, je me mets en résonnance, c'est un entretien qui est légèrement différent (...) donc c'est pas du tout conforme au code thérapeutique habituel... »

Je dis qu'il y a ceux qui se font guider par leur animal, d'autres qui laissent émerger la problématique, l'intention pendant la transe, donc à quoi bon parler avant...

H8 a une amie qui plonge directement ses patients dedans. Elle avait envie de ça mais ça ne lui convient pas...

« Moi ce dont j'ai besoin je peux vous le dire, c'est d'avoir le paysage de la personne... donc on va passer un petit moment à dire « alors vous me dites fumer » et puis en même temps il va commencer à raconter un petit bout de ça... (...) une observation phénoménologique, on va dire ça comme ça, une peinture... la première séance en général on passe... on fait une petite transe à la fin, voilà... le début c'est cette peinture là... (...) après quand j'ai le tableau je pose la question des ressources « qu'est-ce qui vous fait du bien... voilà alors ça ça pose les possibilités aussi futures, ça oriente mon propre inconscient je devrais dire ou ça oriente ma propre intuition vers ceci ou ça... »

« Comment je fais quand je sais plus quoi faire par exemple, ou quand j'ai peur... tellement la situation est grave par rapport à un patient... ou qu'il est là avec un cancer dont on sait que les pronostics sont pas bon et que la personne est comme ça... comment la reconnecter à elle-même et comment entamer ce processus d'accompagnement... alors là ouais... j'ai mes indiens là autour... alors je mobilise effectivement mes propres auxiliaires pour aller dans le travail... mais ils ne vont pas me dire « il faut faire ça » J'ai un rapport plus informel avec eux je vais dire... et donc c'est je me sens pas toute seule... je vais dire un truc bizarre et je n'ai pas l'explication de ça... à certain moment ça devient très sacré... cad on touche de qqch de tellement lourd, de tellement profond, de tellement difficile... d'aller vers la mort par exemple, ou d'avoir le deuil d'un enfant... ou des choses vraiment terrifiantes... que il n'y a pas d'autres choix pour moi de me connecter à mon essentiel, à qqch de plus grand que moi... donc comme j'ai pratiqué beaucoup de chamanisme, j'aime bien la présence animale, ou je vais évoquer un lieu où je suis bien... alors dans l'enseignement de l'hypnose je traduirai ça un peu plus soft... je dirai « le thérapeute doit être dans son safe place », en présence de ses ressources... alors après chacun a les siennes... alors ça ça m'aide à mettre en place ce que Chalverat appelle la consistance du thérapeute. Cad... je suis comme une montagne... tout peut arriver vie-mort-vie, on est ok, on va dans cette profondeur. Ça ça m'a aidé à faire ça, à ne pas être dans la peur ou... c'est pas évident... surtout quand la personne refuse... j'ai eu un cas récemment d'un Monsieur avec un cancer assez grave... et lui était hyper dans le contrôle, il m'a tout de suite dit « moi j'ai mes exercices... mais il faut qu'on renforce ces exercices » Donc il était dans une tension qui m'a alerté mes... images intérieures, qui m'a vraiment alerté au niveau d'une intuition profonde... que cet homme quoi qu'il arrive vive ou mourir, il était prêt ni à l'un ou à l'autre... qu'on pouvait comprendre, c'était un homme d'une quarantaine d'année... et chaque fois que j'ai fait une transe avec lui, je me suis surprise à être sur « surrender », toujours sur la respiration qui laisse aller ce qu'il y a à laisser aller,

toujours de se lâcher dans ce réseau du vivant en lui et en dehors de lui quoi qu'il puisse arriver... et je disais « quoi qu'il puisse arriver »... alors lui il est resté dans cette sorte de crispation.. » il a changé de thérapeute et quelques mois après il est décédé.

« Et puis c'est pas moi, Roustang dit « ne veuillez surtout pas le bien du patient ». J'y arrive pas hein, mais je pense qu'il a raison, que ce n'est pas de notre ordre, ça ne nous appartient pas... par contre nous appartient cet espèce de co-construction ... qui nous remet dans le vivant et l'un et l'autre... et on est content et l'un et l'autre... »

« (...) et c'est les chinois qui disent « vous saurez que les chen, les esprits lumineux du vivant sont revenus, parce que la personne elle a les yeux brillants, et puis elle a le teint rose, et elle va mieux.... Et donc pour moi c'est aspect-là c'est une efficacité. Même si elle dure 3 jours, c'est déjà ça de pris. Et on est dans un processus de revitalisation, donc voilà c'est un petit peu mon observation de l'efficacité on va dire... »

Quand vous laissez venir des métaphores ?

« Je suis entièrement « branchées » sur elle, je suis « branchées » c'est pour ça que je parle des « antennes palpatoires... » »

Me dit que le terme « antenne palpatoire » a fait fortement réagir des psy... ça dépend des points de vues... mais c'est mal vu en tous cas chez les freudiens

« Toucher c'est fantastiques... c'est le toucher de la mer qui fait revenir la vie, ça c'est (...) le toucher du shiatsu, le toucher qui remet en route le vivant, comme notre maman quand elle nous touchait juste ça remettait en route le vivant, oui.

L'induction du toucher l'une des plus puissante... mais il y a le toucher par la parole... une parole incarnée touche, la métaphore touche, elle touche les affects, elle touche la mémoire, ça donne une impression, une sensation, et donc ça reconnecte à tout ça, la narration elle fait pareil... »

H8 parle de l'intérêt d'introduire l'hypnose, la pensée analogique, dans la pédagogie et le travail social. Elle ajoute qu'elle est passionnée par les transes de groupe, dans les classes mais dans le chamanisme aussi.

Je mentionne que j'ai parfois été frustrée par rapport à l'intégration de ce qui a été vécu. Elle dit qu'elle pense qu'effectivement certains laissent un peu patauger, à la dure comme les japonais, ce que ne faisait pas seps propres formateurs les Poncelets.

« Alors Noëlle Ponelet et son mari Claude, ont été mes formateurs en chamanisme. Cond eux ils ont été trente ans dans la fondation Harner. Et puis ils étaient mandatés en Belgique pour faire les formations, comme Ulla Straessle ici.

Et puis ils sont sortis (...) de la fondation. Elle a toujours eu un souci de bien observer les personnes qui risquaient de péter les câbles, qui étaient trop fragile... parce que c'est trappu le travail chamanique, on peut pas y aller comme ça... et là je trouvais que parfois au niveau de ce qu'on appelle le « holding », certaines personnes travaillent un peu sans filet, cad, comment on accompagne les gens dans ces évolutions-là »

Qu'est-ce qu'on fait de ce qui apparaît ?

« Oui, oui parce que beaucoup... on est dans une culture où la transe elle est négative, elle est vite diabolique... (...) on n'est pas possédé par ses esprits, mais dans la culture chrétienne oui... le diable nous possède... et donc ça on a été tété ça depuis notre naissance, et donc les esprits, ils nous possèdent vite, alors qu'en chamanisme, on dit non, non, non, vos alliés c'est... ils sont soutiens inconditionnels... c'est vous qui décidez à quelle distance vous vous situez et qu'est-ce que vous en faites... mais ça tout le monde ne le prend pas... »

Il y a le risque de vivre qqch de négatif... mais pour moi c'est plutôt « mais qu'est-ce que ça m'apporte de vivre ça... »

Met l'accent sur la taille des groupes. Chez Ulla Straessle il y a 40 participants... H8 dit qu'elle a besoin de groupe beaucoup plus petit. « Pour faire justement une élaboration, parce qu'on est des êtres avec un néocortex gros comme ça, donc il faut en faire qqch, on peut pas faire semblant d'être des néo-chaman... à l'ancienne »

« On le fait nous. Les gens qui ont fait la formation on se réunit en petits cercles comme ça. J'en ai deux, J'en ai un c'était mes anciennes étudiantes, il y a l'autre avec ceux de la formation longue, on y va sporadiquement... (...) donc pour moi ça a du sens de reprendre ça a un ou deux... »

« Alors l'idée de Noëlle c'était vous au cercle là, et puis après vous avez vos cercles locaux, et vous travaillez dans vos cercles locaux. Donc les gens s'entraident avec des gens qui ont plus ou moins d'expérience... Ça influence énormément la pratique de mes amies qui ont pratiqué ces choses, sans qu'il le disent toujours d'ailleurs, par contre la pratique pure chamanique, aucun ne le fait comme ça puisqu'ils ont par ailleurs un autre mandat de thérapie... maintenant on pourrait imaginer un art thérapeute qui utilise ça aussi, ses propres animaux qui le conseillent à comment je fais par rapport à accompagner telle personne.. je pense que le chamanisme il est autour de la guérison... nécessairement c'est des thérapeutes qui s'y intéressent beaucoup... »

« Une fréquentation de sa propre pensée analogique aide énormément à faire tout ça, sous quelque forme que ce soit, mais je pense que seulement les groupes ou seulement les sessions ça suffit pas... »

« Moi je dis à mes patients « vous savez la transe c'est comme le patin à roulette, vous pouvez pas sauter sur les boîtes comme ça tout de suite... on commence par aller doucement, et ensuite on devient virtuel... et moi j'ai des patientes qui sont devenues des virtuoses de la visualisation en transe, des experts... mais ça a pris beaucoup de temps... et pour moi le travail chamanique c'est encore plus que ça, c'est un rapport à la nature, un rapport à l'écologie, ça demande à lâcher un nombre de truc incroyable, ça change le rapport aux animaux, ça change... vie non-ordinaire, vie ordinaire... ça demande un boulot non stop. Et là pour moi par exemple, la culture m'aide... »

« C'est vrai que le chamanisme est une sorte de fond de chamanisme pour moi, et l'hypnose elle est plus en avant plan je dirai... »
→ visualisation pour une douleur dans la hanche, une grotte, un boyau un feu, traverse la paroi se retrouve 30'000 ans en arrière sous les étoiles avec un vieux chamane qui finit pas lui donner son bâton, elle retourne, le feu est éteint, elle ramasse le bois pour dessiner. Ensuite pendant 3 mois elle n'a plus mal.

De par la culture dans laquelle on vit ?

« Mes amis qui ont fait le chamanisme qui sont des thérapeutes, c'est l'hypnose qui les a branchés vers ça. C'est une sorte de plaque tournante pour moi.

« Or Ling c'est intéressant, c'est les esprits du ciel qui se agissent sur la terre, c'est la vertu du ciel qui se déploie sur la terre... Ling c'est ça que ça veut dire... »

« Pour moi les esprits dans les organes c'est la clé, la clé de voute du système de l'énergétique chinoise. Donc moi j'enseigne cette chose là justement, les mouvements du cœur du père Larre... »

« Moi je ne connais pas de relation, de culture paysanne, je connais pas d'autres formes de relation, qu'une relation qui n'est pas évocatrice de qqch. C'est pas des relations mécaniques, les relations chez les paysans... on ne parle pas des affects, on est bien d'accord, c'est un grand manque par rapport à la psy, on est bien d'accord. Par contre, on va se mettre à côté, épaule contre épaule, regarder le ciel puis dire « Est-ce que ça va être bon pour cet hiver, vous avez vu les pies nichent haut cet automne » Donc on est très branché... comme le petit éleveur est branché sur ses animaux. Ça c'est tout Vinciane Despret. Hein l'éleveur qui regarde ses animaux, qui sait quel temps il va faire, c'est une culture pour moi relationnelle qui n'est pas seulement la relation que j'ai avec mon voisin, mais qui est la relation avec tout, avec l'arbre, avec le printemps... moi j'ai été imprégnée de ça... »

« On est relié via du tiers, on n'est juste pas les deux, on n'est pas juste moi... »

« C'est une éthique en même temps, c'est une vision du monde, c'est une écologie... c'est pour ça que quand Roustang dit je suis un éco-thérapeute, ça me parle... il dit pas tout Roustang... il dit pas tout sur ses racines, son enracinement dans la pensée orientale par exemple... »

« J'ai été formé par Melchior, qui est un linguiste, qui dit, vos suggestions doivent être des enveloppes vides.. donc ça vaudra dire, c'est comment du point de vue du volume, ça éventuellement une coloration... donc c'est toujours laisser très ouvert pour laisser la liberté à la personne de bifurquer vers sa forme analogique... et alors qu'est-ce que ça fait quand on demande à la personne des précisions ? Ça ancre la personne dans sa vision, ça l'oblige à une attention sur ce qui est en train de se passer. »

« « Ou je commence à avoir le vertige » « D'accord, vos pieds sont posés sur quoi ? » Donc moi je postule qu'il y a un lieu là-bas, ma suggestion c'est qu'il y a un lieu, ou naturellement, dans le monde non-ordinaire ça marche comme dans le monde ordinaire entre autre, on peut aussi voler mais ça marche entre autre qu'on a les pieds posés sur qqch... et donc la personne elle trouve la question incongrue un peu sûrement, mais elle répond-elle dit « ben euh du noir ». Donc on va utiliser pour le processus métaphorique une modification, une transformation progressive de ça. « C'est noir partout toujours ? » Donc je vais pas les harceler avec ça... mais je vais entrouvrir quand je vois que ça se referme... « qu'est-ce qui est plus clair dans l'histoire ? Quel est le coin le plus vivant dans votre tableau ? » des choses comme ça... donc postuler qu'il y a toujours de la différence dans les gris, que c'est pas ou noir ou blanc, qu'il y a toujours qqch qui se différencie, et attraper ça pour que la personne puisse de nouveau, au fond être en mouvement dans sa métaphore, c'est-à-dire que ce soit pas juste un tableau figé. »

« Quelqu'un a visualisé l'autre jour un truc, ça me fait penser maintenant, il était en colère il a « une vie de merde » et tout est colére.. D'accord. Il a été dans son safe place. « Est-ce que vous pouvez voir sous quelle forme, mais de manière sécurisée, vous apparaît votre colère. C'est la première séance. Il me dit « c'est un orage au loin... » D'accord. « Il y a des éclairs, et tout, ça gronde... » Donc voilà, je sais plus ce qu'il s'est passé après... il y avait sa force de vie qui était un caillou je crois... et puis je laisse évoluer la chose... « en présence de la force de vie qqch va nécessairement se passer... » ou « le cœur tout calme qui est tout calme en vous à partir de là... » Peu importe c'est trouver des points de différence comme ça... Et puis ensuite ça évolue... et quand ça évolue, c'est bon, on est bon ça bouge, donc quand ça bouge, c'est bon, on est bon. Ça c'est voilà, le ciel est devenu tout clair... je ne l'ai pas revu, pas encore, je vais le revoir... »

Vous cherchez des points de différences ?

« Oui si la personne dit c'est un tableau figé. Souvent c'est minéral, c'est figé. « C'est quoi votre douleur ? C'est quoi ? » « C'est un paysage lunaire poussiéreux, c'est comme ça depuis des siècles.. » Donc c'est pff... « Dans ce tableau, et vous n'y croyez pas vous-même, est-ce qu'il y a un endroit peut être où il y a plus qqch de vivant ? un peu plus ? » et la personne dit « ah ouais, il y a un petit haricot qui pousse » alors je m'émerveille évidemment du petit haricot qui pousse... Respiration qui permet... la respiration est toujours le truc que le processus avance... et puis il y a une évolution, et ça devient un arbre, et puis elle s'appuie contre l'arbre et ça va beaucoup mieux... après on vérifie avec l'échelle de douleur... il y a plus de douleur... »

« Ah oui l'animal j'ai oublié, il me sert toujours avec les préparations d'exams. Avec les jeunes ils ont toujours un animal qui les accompagne, une baleine, une girafe, un ours... toujours un animal.. et il peut m'arriver de dire « vous acheter la peluche qui représente ça. » »

« Ouais c'est vrai pour les exams j'utilise beaucoup les objets magique... le gilet tricoté par la grand-mère, un exemple... pour le master en droit, la plaidoirie finale en droit... Il faisait trop chaud mais elle avait le gilet. Pour moi il faut prendre de la magie quand on va à un examen. Donc effectivement c'est plus facile pour moi d'inventer un acte... d'avoir son fétiche avec soi. »

« Je parle jamais d'y croire ou pas, je m'en fiche complètement qu'ils y croient ou pas, c'est qu'ils le fassent simplement »

« Sinon on hallucine l'examen ici, cad ils vont dans la salle, accompagné de leur animal, ils se voient en train de répondre de façon vachement aisée, et tout ça donc ça c'est ericksonien, donc c'est une visualisation qu'on va à l'examen, que ça marche super bien, qu'on se voit le faire, qu'on se voit écrire, qu'on se voit répondre, qu'on se voit se lever et qu'on est accompagné de son aide... que ce soit un animal ou un objet fétiche, etc. dans le réel ou dans l'imaginaire, ou les deux... et puis ça suffit, après il vont à l'examen comme ça.. c'est une procédure que j'ai piqué dans le « thérapeute hors du commun »... »

« On a parlé de l'anthropologie, mais je devrais dire que le premier rapport au monde, fille de paysan, c'était à la fois cette imprégnation sensorielle... à la fois tout ça la nature... mais c'est un monde assez horrible aussi... alors très vite je l'ai fui... et la fuite c'était la poésie et les romans... les romans et la fiction... et la parole poétique, la poésie c'est majeur dans ma vie... »

« Les poètes c'est des chamanes pour moi.. moderne... il y a aussi une histoire entre langage pas langage, cad, la limite du langage, le passage aux images... comment le langage rencontre les images... c'est ça qui me passionne, qui me hante beaucoup... parce

que longtemps on a dit c'est ou bien l'un ou bien l'autres... d'ailleurs les peintres chamaniques ils ne font que les peintures... on peut pas dire en mot ça... et en fait oui et non parce que quand on regarde les poèmes gaéliques, oui ils ont mis des mots dessus... avec du chant, avec la musique et donc il y a moyen d'être au point liminaire langage-non langage... c'est pas antithétique, le langage n'appauvrit pas nécessairement les choses. Le récit n'appauvrit pas les choses, c'est simplement une autre version, une deuxième version. Pourquoi il n'y aurait pas plusieurs versions ? Quand on fait un rêve il y a une première version, puis une deuxième version, puis on le change, mais il agit toujours... »

« Pour moi la quête c'est autour de l'éveil de sens, cad remettre en place les 5 sens mais pas juste comme ça.. neuropsychie machin... très bien neuro-psy... mais c'est vraiment l'expérience liée aux affects, liée à la mémoire, liée à l'associativité, j'ai redécouvert Proust avec ça... et puis tout l'imaginaire... « nous sommes tissés de l'étoffe dont sont faits les songes » de Shakespeare, c'est que pour moi les poètes ils ont l'expression dernière... (...) quand Freud dit je n'ai été dans aucun endroit où un poète ne m'ait précédé (...) il s'incline devant les poètes... »

« une pensée de l'âme du monde... moi j'adore cette notion de Novalis de l'âme du monde... ce courant de la philosophie romantique allemande, qui a postulé un continuum entre matière, esprit, âme.. qui postulait ça dans notre culture (...) qui est aussi une notion de Hölderlin... c'est tout une culture... alors voilà, maintenant on est dans le néo-chamanisme, au fond on réinvente l'eau chaude... dans notre culture on avait déjà ça... et ça a été enlevé par les rationalistes français etc. mais cette idée d'un continuum entre soi et le monde entre le monde et soi... que tout a une âme, que tout a une intelligence... intelligence universelle... c'est peut-être pour ça qu'il y a une fascination pour la pensée quantique aujourd'hui, parce que c'est une pensée qui ouvre à cette dimension... et Jung a utilisé la notion d'âme du monde... c'est une pensée jungienne ça... il a rapatrié la notion de l'âme du monde.. en disant qu'on est habité par les archétypes, c'est l'inconscient collectif, et donc notre inconscient.. alors ça je suis d'accord 100% avec lui... notre inconscient n'est pas fermé... on est en communication... ça communique, c'est dedans-dehors non-stop, on est probablement des passoires pas plus. Ça c'est mon ami Bertrand Méheust qui a fait un très beau bouquin sur la mémoire et sur les dernières hypothèses au sujet de la mémoire... on serait en quelques sortes des filtres... on prendrait que des éléments qui circulent, des informations qui circulent... bon c'est des hypothèses mais c'est joli... »

« Donc pour moi ça c'est l'hypnose à l'état pur, tout ce temps pris pour l'ajustement... puis après on est content ensemble donc on danse ensemble, donc ensuite on décide qu'on fait qqch ensemble (...) les chinois sont comme ça aussi... et ça a stupéfié les américains, parce que quand les hommes d'affaires chinois sont allés voir les amérlochs... Les amérlochs disaient, bon alors le contrat, na, na... et les chinois disaient « comment vont vos parents ? Vous venez de quelle région... ils ne comprenaient pas... perte de temps... et en fait, pour moi l'hypnose elle remet au centre, c'est la seule culture aujourd'hui, mais Roustang le dit aussi, qui remet au centre, ce temps perdu, entre guillemets à réajuster les êtres entre eux... »

C'est pas juste la relation qui soigne

« non ça serait psy psy si on disait ça (...) vous dites une chose importante, par exemple « elle est comment cette douleur ? » « elle est dure » d'accord, et puis après comment elle va se modifier quand... et on peut mettre toute sorte d'histoire la autour, ça va se transformer... donc la dureté va peut-être s'attendrir, et pendant que ça se passe, la douleur descend, donc le postulat de la continuité entre le somatique et le psychique est vérifiée là. Ça veut dire ça a un effet somatique direct. »

« Et ça c'est quoi, c'est une culture de la subjectivité... c'est « je est un autre » Rimbaud « Je est un autre » ouais évidemment que c'est un autre... je suis ma douleur, je ne suis que ma douleur... et puis tout à coup je peux regarder ma douleur qui n'est pas ma douleur, c'est dur... ah on est déjà un bout plus loin sur le côté. La métaphore opère un déplacement... »

« Curieusement on la chosifie (la douleur) mais c'est pas vrai, on la symbolise, cad on la rêve d'une certaine façon ensemble. C'est pour ça que pour moi l'art thérapie c'est même chose. Mindell il disait, auquel j'ai emprunté mon schéma avec les 5 sens avec au milieu l'âme sentante. Arnold Mindell qui était jungien il disait... aujourd'hui... qu'est-ce qu'on va faire aujourd'hui ? une douleur ? vous voulez la dessiner ? vous voulez la danser ? vous voulez la crier ? vous voulez la parler ? qu'est-ce que vous voulez ? donc il utilisait des canaux d'expression de ça... « work in progress » ça s'appelait « dreamed body » qui m'a beaucoup inspiré aussi. (...) Ou le corps rêvé, cad un corps métaphorisé. Toutes les traditions ont des corps rêvés c'est pas pour rien quand même. C'est pas parce qu'ils ne savaient pas comment c'était dedans... ils savaient très bien comment c'était dedans... »

Je souligne l'intérêt de l'art thérapie, de rendre présent, palpable qqch d'imaginaire

« Oui alors par exemple, j'utiliserais la technique des bouclier... cad, quelqu'un n'arrive pas à mettre de l'ordre dans ses relations. Les parents viennent trop souvent... c'est l'histoire de territoire... Donc je demande un exercice tout à fait classique... je sais plus qui a amené ça.. c'est même pas de l'hypnose... donc vous vous êtes là au milieu, ça c'est votre premier cercle. Ca c'est les gens qui sont dans votre intimité, tout près ou les êtres, ou les choses, ou les travaux... 2^e cercle c'est ceux que vous invitez à certain moment et qui vont et qui viennent de chez vous. Qui est-ce que vous mettez dans ce 2^e cercle ? le 3^e cercle c'est votre travail... derrière la feuille ceux que vous ne voulez pas... donc il font ça pas en transe... et puis après on va le refaire en transe... ben vous êtes dans... alors ils voient une clairière, ils voient... et souvent c'est pas pareil dans le transe que là... et ils interrogent cette différence de façon tout à fait pertinent par rapport à mettre de l'ordre entre la raison raisonnée qui dit je dois absolument inviter belle maman toutes les semaines le samedi pour le repas... euh non parce qu'en fait dans la transe il apparaît que c'est sur invitation libre, pas sur deal... donc ça par exemple c'est un travail entre réalité et imaginaire... »

« J'utilise peu mais en art-thérapie on va utiliser la transe.. pour que ce soit le matériau de concrétisation de leur œuvre... cad ils peuvent dessiner ça ou exprimer ça d'une autre façon... bon dans mes cours, parce que je suis pas art-thérapeute... »

Quand on peint, on est en transe...

« N'oubliez pas qu'au niveau neurologique, l'expérience en transe est une reviviscence... donc ça correspond dans notre cerveau et dans notre sensorialité à une expérience réelle... donc c'est de la réalité de transformation à la fois symbolique et somatique... parce que au plan symbolique ça change des choses... il y a des gens des fois ils disent... c'est bizarre, effectivement je suis allé à l'examen, effectivement j'étais bien, ils n'ont pas fait les exercices de rien du tout... ça a changé, le changement était acté dans le travail de la transe... je dis bien « acté »... parce que il est pas seulement visualisé, il est vécu comme si, il est halluciné d'une certaine façon et ça équivaut à une réalité comme ça sur la table... »

« Ça connecte de toutes façons tout seul, par exemple, l'animal de pouvoir, ils ont leur animal, poilu, donc moi je trouve le dessin de Victor Hugo, qui le met dans sa chambre... donc il y a tout une mise dans le monde de la réalité ordinaire, pour employer le langage chamanique qui va s'effectuer toute seule après tout ce travail du rêve. On va acter ses rêves dans sa vie réelle... on va se mettre à aimer les animaux alors qu'on en avait peur... enfin toutes sortes de changement tout à fait fascinants... »

« Et la transe hypnotique elle ne le fait peut-être pas quand on fait juste une petite affaire symptomatique. Mais quand elle est postulée dans une relation aussi profonde... je vais dire ça comme ça « j'espère que mon hypnose les connecte à leur propre âme et à l'âme du monde, alors ça met quand même de la profondeur de champ... alors à leur façon à eux de faire... ça travaille sur la peur, sur la peur de vivre, ça travaille sur les choses essentielles... »

« On peut passer par un tout petit trou de serrure pour aller dans un grand espace... (...) parce que quand vous entrez par le petit machin, après vous élargissez à fond derrière, parce que ça comprend tout cet arrière fond. Comment on se rassure (par exemple pour un examen) ? un ancrage au poignet ? Oui c'est sympa, des fois ça marche, des fois pas... par contre si on se sent porté par la terre, si on se sent existé au milieu d'un grand filet vivant, si on se sent appuyé par toute la lignée de nos ancêtres, ça change quand même les choses quoi... et puis si on a nos animaux qui sont là, c'est chic... »

« J'ai transformé les outils en les élargissant chaque fois à une dimension plus large... par exemple le fameux « reparenting » j'avais travaillé les constellations familiales, j'avais assisté à des constellations familiales Bert Hellinger à Paris, où il met en scène, il fait monter des gens, par exemple, derrière moi il y a ma mère qui met ses deux mains sur mes épaules... et derrière ma mère, il y a sa mère qui met ses deux mains sur ses épaules, et derrière ma grand-mère que je vois... il y a la mère de ma grand-mère qui met ses deux mains sur ses épaules... et ça je peux vous dire que ça déménage quand on fait ça en transe avec un patient qui a besoin de se réparer ses liens à.. sa mère peut-être... donc je vais pas me priver de ces idées, de ces inspirations prises à droites et à gauches et qui touchent à des choses très fondamentales, qui sont nos liens non seulement à l'âme du monde, mais les liens à nos ancêtres... j'aime bien les chinois qui envoient les « run », les esprits du foie, se promener... au nouvel an chinois, les vietnamiens font des gâteaux au riz gluant, qui sont emballés dans des feuilles de bananier avec des petits morceaux de porc. C'est délicieux c'est vraiment épais (...) et puis je lis dans le bouquin des Skipper et autre, qu'en fait les Run chaque année à nouvel an, sont des esprits de notre foie, c'est notre imaginaire, notre esprit de la transe qui nous permettent d'être à la fois ailleurs et ici, et on les envoie, ils sont envoyés au ciel de nos ancêtres où ils vont rendre compte au Grand ancêtre si on a été sage ou pas pendant l'année.. donc comme ils doivent faire un rapport... ici sur terre, on crée un rituel, on mange du riz gluant, pour que l'élocution des Run devant le Grand Ancêtre soit très perturbée, qu'il n'entende pas bien, que ce soit pas très audibles, les conneries qu'on a faites pendant l'année. Ça c'est la pensée chinoise qui mélange tout le temps les deux. Il y a pas ça ça symbolise ça. Dans la réalité, dans l'imaginaire il y a un continuum absolu, comme les enfants... »

« Je raconte ça moi aux gens qui ont un peu mal au foie, quand on fait du shiatsu »

« C'est le jeu ensemble, l'art de jouer de l'attention dans l'intention de.. donc le jeu est pour moi une dimension essentielle... Jodorowski, le théâtre de la guérison.. voilà on pourrait développer dans les actes magiques, il y a des champs d'application très puissant du travail dans cette optique-là. C'est pas la psy. Ça n'a rien à voir avec la psy, pas grand-chose... »

Troisième entretien : C1

Fait la formation des 3 ans.

Exemple d'accompagnement plutôt individuel (je donne pas les 5 étapes, du coup plus difficile...)

Il y a plusieurs possibilités, par exemple, accompagnement d'un travail artistique avec le tambour. Travail en Amazonie avec des occidentaux d'Argentine, de France. Les gens venaient découvrir l'Amazonie dans un contexte de développement personnel et de travail personnel

« En fait chaque jour, je leur proposais à la fois un voyage chamanique... alors il y en a pour qui c'était la première approche chamanique, donc découvrir son animal de pouvoir, un animal guide ou un guide qui allaient les accompagner dans ces mondes spirituels. Donc l'idée, c'est aussi, là-bas, de leur faire découvrir l'Amazonie et les esprits de la forêt, sans prendre de plante... mais à travers une connexion dans un ECM. Parce qu'on travaille avec le tambour pour un ECM et affiner ses perceptions avec un monde spirituel qui est là mais dont on a parfois oublié comment s'y connecter. »

Je dis que j'ai été critiqué de vouloir, dans mon 1^{er} projet, comparer des expériences vécues en Europe ou en Amazonie

Elle dit qu'à part les esprits du lieu, ça va rien changer.

« Là où c'est intéressant de voir comment ça nous renvoie des choses à notre culture, à notre vie, à nos ancêtres. Ça parle presque plus fort que si c'était dans un contexte plus familial. »

Tu viens de dire ça te renvoie à toi-même... mais pour te renvoyer à toi-même tu passes par ton rapport à ton environnement. Ce qui n'est pas forcément le cas dans d'autres pratiques, en tout cas pas aussi explicitement.

« Et pourquoi on n'en tient pas compte ? »

« Oui mais là, on va consulter, on va travailler avec les esprits des lieux, on va travailler... donc on va en partie travailler avec les esprits des lieux. Pas que mais aussi... et donc les esprits des lieux, ils sont forcément... apparentés, ils ont des formes, des sons qu'ils empruntent à leur... fin qui correspondent à leur milieu. Donc ils vont s'exprimer aussi... ils vont nous parler dans une langue, ils vont s'exprimer d'une manière... avec les couleurs de ce qu'ils sont et... et donc ça entre en compte dans ce qu'on reçoit d'eux en fait... et donc là, à la différence de... quand on parle de son inconscient... là c'est pas un dialogue entre soi et son inconscient... c'est vraiment un dialogue entre soi et les esprits qui sont extérieurs... qui peuvent être à la fois les esprits du lieu, les esprits de la forêt, les esprits ethnocentriques des lieux, ses propres ancêtres, ou ses esprits alliés ou ses guides... selon après les voies spirituelles que prendrait chacun... alors les propositions de ce stages en fait c'est une expérimentation aussi pour aller connaître son propre monde spirituel et ses alliés du monde spirituel, et comment apprendre à dialoguer avec eux... et donc à dialoguer avec eux et établir un langage commun qui peut être l'expression créative, vraiment créatrice, cad par le support de la peinture, du dessin ou de la terre ou de la sculpture. La réalisation concrète d'objet, d'artefact. Mais ça peut aussi être à travers le son, l'écriture, la musique le son... fin voilà, tous les moyens d'expression possible... même le théâtre... et donc c'est aussi explorer

l'art d'une autre manière c'est comment l'art nous permet de nous relier au sacré et de l'exprimer au moment présent ici et maintenant... »

Comment tu décrirais le processus...

« En général quand quelqu'un arrive pour la première fois et qu'il n'a jamais pratiqué de chamanisme au tambour ou cherché son animal. La première chose qu'on fait... c'est de l'inviter à faire un voyage à la rencontre de son esprit allié dans le monde d'en bas... en général je commence par le monde d'en bas parce qu'il faut bien commencer par qqch mais ça pourrait très bien être un guide du monde d'en haut aussi... mais bon c'est déjà pour familiariser la personne avec le fait... par la transe induite par le tambour, changer de dimension et entrer dans un autre monde dans lequel on peut avoir accès à d'autres informations, d'autres forces, une autre sagesse... à laquelle on a... qui est vraiment à portée de chacun mais à condition de prendre le temps de faire ce chemin jusque là bas. Donc c'est une première familiarisation à faire ce chemin... apprendre à voyager, utiliser les tunnels ou à utiliser un ascenseur... ça peut même être l'objet d'un premier voyage d'explorer ce tunnel ou ce mode ascensionnel... et puis moi ce que j'aime bien dans le fait de proposer aux gens de la dessiner ou de l'incarner sur le papier ou sur la toile ou par un objet c'est que c'est aussi une manière, pour les gens qui ont de la peine à voyager ou à visualiser, c'est une manière de prolonger le voyage ou même de voyager en étant à la fois ici et là-bas... parce que l'état de peindre ou l'état de créer ça provoque un état d'être où on peut vraiment se connecter ici et maintenant à une autre dimension, un autre espace... donc ensuite c'est aller rencontrer cet esprit allié et puis... spécifiquement ça peut être un esprit allié qui nous accompagne pour ce travail de créativité... ben c'est aussi une interrogation après tout au fil de... si c'est un travail qui dure toute une semaine... sur finalement qu'est-ce que c'est le sacré et comment on l'incarne auprès de nous dans notre quotidien... donc ça peut être aussi un travail de fabrication ou de recollection d'objets qui ont un sens... qui sont porteurs de sens par rapport à cette connexion... comme on peut fabriquer pour avoir chez soi un autel, qui parce qu'ils ont été fait ou parce qu'ils ont été recollectés dans cet état, deviennent comme des interrupteurs qui nous connectent à ce monde là... qui deviennent comme des portes en fait... et puis qu'est-ce que c'est l'intérêt d'avoir une porte ou un interrupteur chez soi ? Qu'on a fabriqué soi ou qui nous reconnectent facilement à cet état, ben c'est justement gagner du temps... pour se reconnecter à ces états, sans avoir besoin de faire une cérémonie qui dure toute une nuit ou qui dure 4h... donc l'idée de ces stages c'est aussi de se rendre familier, de tisser des liens de plus en plus tangible et de plus en plus rapide avec l'autre réalité. Créer des passages en fait... »

Partant du principe que ces passages, ces liens avec cette autre réalité ça guérit ?

« Ben après, en expérimentant effectivement que ces passages sont fait pour aller chercher de l'information, développer une capacité d'intuition pour avoir des réponses de plus en plus rapides, de plus en plus rapides, pour aller chercher des réponses à des questions ou des... ou chercher de la force ou de la guérison, de la force de guérison là où on en a besoin... donc... il y a aussi le fait de comment on peut utiliser la matière... la matière et les éléments pour nettoyer des choses ou rechercher des choses... nettoyer des choses, enlever des choses qui nous encombrer... ou bien rechercher des énergies qui nous manquent... des morceaux d'âmes, des morceaux de soi et leur donner un espace... donc là on peut aussi travailler avec la matière, par exemple... proposer à la personne... donner un espace à la personne, dans lequel elle peut imprimer un état... une sorte de carte à la fois... de comment elle est ici et maintenant... et puis ensuite aller voir ce que dans cette carte elle voudrait changer, qu'est-ce qu'elle voudrait ôter ? Qu'est-ce que ça représente ? et puis... et donc travailler cette matière là à travers le recouvrement, le découpage, le... voilà extraire de la matière ces moments là et puis les nettoyer... après en choisissant des rituels qui correspondent et qui parlent à la personne... que ce soit avec l'eau, le feu... en le rendant à la terre... ou à l'air... et une fois que cet espace est fait... avec ce qui reste, reconstituer une nouvelle œuvre, une nouvelle image, une nouvelle sculpture qui puisse incarner la force que la personne a envie de trouver dans sa vie et... et voilà aboutir à une image qui puisse accompagner la personne dans le processus de transformation qui suivra... et qui va l'accompagner quelques jours pour quelques jours, quelques semaines, quelques mois et qui lui permette d'être comme un rappel, de qu'est-ce qu'elle a envie de sentir à venir s'incarner dans sa vie... et là toujours en allant chercher des informations... ça peut être en allant chercher des informations auprès d'un guide... qu'il puisse lui donner des manières, des matières, des codes, des façons... des processus qui correspondent à la personne en fait... »

Troisième entretien : C2

« Déjà il faut discerner l'objectif du chamane et l'objectif du client, c'est vachement important... mon objectif en tant que chamane, c'est de me mettre à disposition du client justement pour... créer un canal, entre le monde visible et le monde invisible... voilà, c'est mon unique objectif, parce que en fait ce n'est pas moi qui agit... ce n'est jamais moi qui agit... c'est le client et les esprits... moi je ne fais que transmettre la demande du client... et transmettre le message s'il y en a un... ou pas parce que des fois il n'y a rien qui vient... maintenant... voilà ça c'est l'objectif du chamane... le client, je lui demande chaque fois, de définir un objectif, très précis... on essaye en tant qu'accompagnant de clarifier l'intention au maximum, essayer de la condenser au maximum aussi... parce que souvent quand on pose la question « pourquoi est-ce que vous êtes venus me voir » on va te répondre par des périphrases incroyables, etc. on va essayer de raconter tout un historique... et en fait le chamane, lui il cherche plutôt à... à faire le focus, à mettre la force sur qqch de précis... une maladie, un objectif précis... voilà... »

Tu t'y prends comment ?

« En parlant simplement, et j'essaie de faire réduire de plus en plus les mots... utilisés par la personne... et peut-être même je vais lui dire « et si on devait résumer tout ça en un mot... » si vraiment la personne a de la peine... on le canalise et j'essaie vraiment de... ouais de le faire passer par la porte étroite... déjà ça ça fait partie du processus de guérison déjà... »

Comment aider à clarifier ?

« Ben il y a des techniques en fait... mais qui ne sont pas propres au chamanisme ça c'est vraiment personnel... ce que j'essaie de faire, c'est que quand quelqu'un dit qqch, j'essaie de répéter cette chose en mettant l'accent sur les mots clés... (...) j'essaie de capter le mot ou les mots qui résument tout ce qu'il a dit... et je le répète... ce qui va réinduire qqch, jusqu'à ce qu'il n'y ait plus rien qui vienne... que ce soit le mot final... voilà ça c'est un peu la technique que j'utilise... en gros »

« Quand tu te mets en ECM et que tu vas essayer de capter des choses du monde de l'invisible... ben déjà tu t'associe en fait avec tes alliés, tes animaux totems ou tes alliés, fin etc. et si quelque chose vient... tu vas poser la question en clair « est-ce que je dois dire ? est-ce que je dois transmettre ? » ça sera oui ou non... si ce qui vient n'est pas... ce que le client a demandé... ne concerne pas ce que le client a demandé, etc. et que tu dois le dire... ben tu le dis en disant « est-ce que si je parle de ça ou je vous dit ceci cela, est-ce que ça représente qqch pour vous ? » Bien souvent la réaction est fulgurante... « Mon dieu comment savez vous... » et c'est franchement très souvent étonnant pour le chamane parce qu'on a vraiment l'impression qu'on est à côté de la plaque...

parce que ça correspond pas... et en fait oui, c'est bien plus puissant que la demande initiale... maintenant il y a effectivement des processus qui je dirais... c'est pas le fait de savoir... mais de pas révéler... dans le sens où le mental a souvent besoin de s'accrocher à des choses concrètes... des exemples ou des mécanismes... pour comprendre pourquoi est-ce que ça se passe... c'est vraiment un réflexe humain... mais... souvent c'est une entrave à la guérison j'ai l'impression... et puis souvent dans ce qui est transmis... il y a souvent la notion de « il n'est pas nécessaire de comprendre ce qui se passe... la mécanique quoi... donc voilà, ce que tu révéles c'est de l'ordre de l'allégorie... ouais j'ai envie de dire ça... par contre le « pouvoir »... j'aime pas ce terme en français parce qu'il est... mais « power », « the power » l'énergie qui est mise en œuvre pour la guérison... elle il ne faut pas qu'elle soit révélée... pour que la force soit conservée... pour que cette énergie puisse vraiment agir complètement, il ne faut pas qu'il y ait d'entraves physiques... et le mental est une entrave, vraiment... donc souvent j'essaie de désactiver la compréhension... « il n'est pas nécessaire de « savoir » »

« Quel exemple je pourrais donner ? Par exemple en chamanisme on peut faire des extractions... qui serait par exemple un énergie mauvaise... physique... qu'on extrait du corps par un moyen quelconque... souvent la personne demande mais qu'est-ce que c'était... et là j'aurais toujours envie de dire « en fait je ne sais pas... c'était informe et noir... » et ça c'est façon une façon de masquer, de cacher ce qu'on a extrait... pour pas que le mental fasse le focus là-dessus... mais plutôt sur le processus de guérison... une fois qu'on se détache de qqch, il faut vraiment s'en détacher... et le fait de ne pas révéler ce que c'était... permet à la personne justement de se détacher plus facilement de ce qui a été extrait... c'est un exemple. »

« C'est pas facile de mettre dans des mots, hein... (rires) »

« Ça concerne aussi le chamane... parler des rituels magiques ou bien euh... ouais parler de ces choses... c'est comme si ça diluait... le fait de la révéler... c'est comme si ça diluait sa force... le fait de ne pas en parler et de le garder en soi... ça permet justement à cette énergie d'exister... »

Je dis que c'est comme le fait de réduire à un mot, ça doit effectivement donner beaucoup plus de force au processus...
« Alors ça c'est vachement important... justement, tu vois c'est un peu la même différence qu'il y a entre... « Qu'est-ce que l'énergie ? Qu'est-ce que la force ? » L'énergie c'est un potentiel, c'est qqch de vaste... et la force c'est qqch qui est... induit... et donc on a une attention... et on concentre l'énergie, et ça donne de la force... le meilleur exemple qu'on puisse donner à ça c'est... un barrage d'eau... l'eau c'est l'énergie, le barrage c'est ce qui retient cette énergie... et puis quand on met un tuyau... et qu'on canalise l'eau... et ben ça devient une force... ça devient de la force électrique par exemple, la force sur une turbine... on dirige ce tuyau sur un objectif, et là ça devient de la force... »

« Alors admettons que tu aies besoin de parler à un ancêtre... pour dire merci ou pour dire je ne sais trop quoi... même pas un ancêtre... quelqu'un de vivant... d'accord ok, et moi en tant que chamane, j'ai la possibilité, de créer un canal qui serait le téléphone... qu'est-ce qui est important dans ce qui va se passer ? C'est ce que tu as à dire à cette personne à l'autre bout du fil, l'es d'accord... par contre si moi en tant que chamane j'essaie de t'expliquer comment fonctionne le téléphone « quand tu pèses sur les touches, il se passe tatata... et pis en fait ces tonalités vont se mettre dans un ordinateur, qui va déclencher un signal électrique qui va sur un serveur informatique... » je devrais t'explique tellement de mécanisme que peut-être même moi je ne connais pas... que en fait... la puissance des mots que t'avais à dire à cette personne... va se diluer totalement dans cette mécanique, qui est totalement inintéressante, pour l'objectif que t'as de dire à la personne... « je t'aime, vient tout de suite me rejoindre... » »

« Pour moi c'est hyper important que ce soit un tiers et pas moi (qui définisse l'objectif). J'ai pas besoin d'être lié à ce client, j'ai pas besoin d'être lié à cette problématique... ça ne m'appartient pas quoi... mais si il y a une guérison c'est pas moi... s'il y a un échec... c'est pas moi... tu vois ce que je veux dire ? Je suis totalement détaché en fait de ce qui peut se passer... pour moi c'est super important que ce soit un tiers justement... et pour moi, et pour la personne... »
→ si on est juste un canal... c'est normal qu'on ne se souvienne pas, non ?

« Déjà, comment induire l'état de transe, ça se passe toujours avec le son du tambour... ou du hochet, ou de la guimbarde... mais ça se passe toujours par un son... c'est moi qui le fait en général... ou alors un autre chamane... mais c'est un chamane... jamais le client... le client lui il se détend... il est juste là pour se laisser aller, se laisser guider... voilà le son c'est le vecteur... »

« (le son du tambour, de la guimbarde ou du hochet) il te permet en fait de... de désactiver le mental au maximum... bien sûr qu'il sera toujours actif ton mental, parce qu'on est des êtres humains... mais vraiment de le mettre le plus éloigné possible, le plus inactif... le son aide beaucoup... c'est un apprentissage vraiment mais... ouais c'est assez génial... en fait la transe on peut très bien la décrire... voilà quand t'es en soirée techno, l'exemple le plus simple... ben t'as le rythme binaire... en général c'est très fort donc ça masse ton diaphragme « bum, bum, bum, bum... » ça te fait tomber en transe, pis là tu t'éclates, tu denses... et tu perds la notion du temps... voilà... la transe elle est vraiment naturelle chez l'humain, chez les êtres vivants... on a je pense des trances très fréquentes dans la journée... je simple fait de penser à qqch et de partir dans ta pensée, de ne plus être présent, c'est déjà en ECM... quand on part dans nos pensées... ça nous arrive à tous... on conduit la voiture par exemple... et puis « euh... je ne me souviens pas des trajets que j'ai fait... » ça c'est un état de transe... cad qu'on est capable d'agir dans le monde physique... mais notre esprit est dans un monde parallèle... elle est où notre pensée pendant ce temps là... elle est où notre conscience ? (...) donc après en tant que chamane, tu dois apprendre à utiliser cet état... à faire le pont entre cette conscience qui se ballade quelque part, et le monde physique... le présent en fait... tout est là dans cet art subtile... c'est très subtile et l'état de transe se casse très facilement... cad que le moindre petit machin pourrait te faire revenir à la réalité et tu perds le fil de ton voyage... »

« Maintenant comment accompagner un client... ça dépend le client... là aussi ça se passe dans la discussion avec la personne... tu vas sentir qui elle est... est-ce qu'elle a besoin d'être totalement prise en charge ou au contraire c'est quelqu'un de proactif qui a besoin de... d'avoir les rennes en mains etc. Donc suivant la personne on va lui proposer d'être totalement guidée... on va l'allonger confortablement, on va jouer le tambour pour elle, faire le voyage soi-même, rapporter les choses, faire les extractions les recouvrements d'âme etc. pis la personne, le client reste totalement passif... après il y a l'autre extrême... le client a besoin d'être proactif, et pis... alors là on peut lui proposer de faire un voyage lui-même... on va nous induire... enfin à travers la musique induire un ECM, peut-être le guidé un peu avec des mots... ça dépend vraiment... ça se fait vraiment au feeling... après moi je donne aussi des soins d'ordre énergétique... cad que je mets de l'énergie à disposition et puis ben c'est les gens... alors j'impose les mains... là aussi on est un canal qui apporte de l'énergie qu'on va puiser soit dans la terre, soit dans le cosmos... et puis là la personne elle vient prendre elle-même l'énergie dont elle a besoin... elle en a peut-être pas conscience mais... voilà... pis ça

change de client en client... chaque client en client... et pis à la limite le même client, d'une fois à l'autre est différent... suivant l'état émotionnel dans lequel il est... ça se passe toujours à travers un voyage de toutes façons... (...) il y en a qui ont vraiment envie de rencontrer leur animal... pis on peut même en parler pendant le voyage... voilà... on se met d'accord à l'avance « est-ce qu'on va parler ou pas... » »

Je dis que par rapport aux ECM, soit tu peux être « absent » comme lorsqu'on conduit, et ça marche aussi... ou bien être complètement conscient de ce qui se passe. Je dis que je trouve que c'est un équilibre difficile à trouver... tu te douches, tu passes la tondeuse, tu conduis... et tout à fait bling, tu as une idée... (exemples que l'on m'a donné)

« On est tous capable de faire ça... maintenant le chamane, lui il va apprendre justement à utiliser cette vague... et tout l'art du chamane, c'est d'être capable d'être à la fois dans le présent et là-bas... tout est là... et pis vraiment l'art du chamane, c'est l'art de diviser son attention... parce que tu as besoin d'être attentif à ton client, t'as besoin d'être attentif aux messages, tu as besoin d'être attentif à toi-même... t'as besoin... tu vois... et vraiment... plus t'es capable de fractionner ton attention sur différentes choses... (état de conscience amplifiée, ultra conscience ?), ton environnement tatata... le son... tu dis un truc, t'as le tambour qui clac (claquement de doigts) et ben il faut être capable sur l'instant de dire « quel était le mot sur lequel le tambour a claqué ? » et pis c'est le mot clé qui va peut-être permettre qqch... mais en même temps tu dois être conscient... donc plus tu arrives à diviser ton attention et à être également attentif à tout... et ben plus tu seras efficace dans ton travail de chamane... voilà et c'est extrêmement difficile »

→ aussi en art mariaux en fait, nécessite beaucoup d'entraînement

Le plus souvent c'est lui qui accompagne...

« Ah non c'est pas symbolique... c'est physique... quand j'extrait qqch, j'ai extrait qqch... et ce n'est pas un symbole hein... et on n'interprète pas les symboles... moi c'est... comment dire... un symbole il est lié à ton ethnicité, à l'époque dans laquelle tu vis, à toute sorte de chose... et pis... et même ton expérience personnelle... si je dis « rouge »... immédiatement il y des choses qui se passent en toi... donc « la symbolique du rouge c'est « l'amour » » « ah non, non désolé, la symbolique du rouge c'est la guerre... et là on peut entrer en conflit... parce qu'on n'est pas d'accord sur le symbole... c'est toujours difficile la symbolique... par contre dire « j'ai extrait une forme rouge... » « mais ça veut dire quoi » « ça n'a aucune importance... ce qui est important c'est que j'ai pu extraire cette forme rouge... » Ben la personne va partir avec cette forme rouge... et ça a une signification pour elle... moi je m'en fous de ce que ça signifie pour elle... pis elle n'est pas obligée de me le dire... par contre, elle va faire un travail... ça va travailler à l'intérieur... voilà... pour moi ça suffit... et si je dis « j'ai extrait qqch de rouge... » parce que je l'ai vu et que c'était rouge... et puis c'est vraiment qqch de physique... même si c'est dans le monde invisible, ça a vraiment enlevé une énergie rouge... »

Je dis que le rituel peut être considéré symbolique... est plus ou moins ok pour dire que le rituel est symbolique

« Des fois aussi on raconte des histoires... moi c'est m'est arrivé de voir vraiment un scène très précise de qqch... il s'est passé, ça, ça, ça, ça, il y a eu tel intervenant... ou tel animal et puis tu racontes une histoire... alors elle a une symbolique... mais ça s'est réellement passé... à quelque part, je ne sais pas à quel niveau, dans quel monde, mais ça s'est passé quoi... »

Je souligne que même si tu dis et fais la même chose, le statut que tu donnes à ce que tu dis ou que tu fais, aura un impact tout différent... « ouais, je suis complètement d'accord »

« Pour moi la symbolique elle est... comme je t'ai dit... on peut ne pas être d'accord sur la symbolique et du coup tout s'est dissout... toute la force c'est dissoute »

Je dis que même si on dit « force rouge » et que même si on admet qu'on ne va pas se mettre d'accord sur le sens de cette force rouge... ça va être différent si toi tu crois à cette force rouge « ouais, ouais... je l'ai vue... je l'ai vue, je l'ai prise, je l'ai jeté au loin ou au feu... mais je l'ai prise vraiment quoi ! »

On pourrait dire, nos inconscients se sont rencontrés, c'est une projection, c'est symbolique même si on ne donne pas de sens au symbole... mais toi tu dis « ça existe »

« Oui parce que moi je suis en retrait, on ego est en retrait, ma conscience est en retrait, je ne suis que ce canal et je vais demander... dans cet autre monde, l'intervention de... d'un esprit... et tout ce qui se passe pour moi est réel... c'est pas parce que tu peux pas le toucher que ça n'existe pas... c'est vachement intéressant cette discussion... »

Je relève que pour les Jungiens, le symbole il est réel aussi...

« Mais je sais pas... prenons un rêve qui te marque profondément... lorsque tu étais rêveur, tu as vécu le rêve comme réalité... dans le rêve, ce que tu as vécu était réel... ben voilà, c'est ça, c'est réel... »

Je dis dit tout le monde va être d'accord que tu l'as vécu... même les neurosciences vont dire que le cerveau l'as vécu comme réel... mais certains vont dire « tu l'as vécu comme réel mais ça n'est pas réel... »...

« Ça me gave ce genre de discussion... tu sais à quoi ça me fait penser ? C'est comme si je disais « je suis amoureux de ma femme » et puis qu'il y a un scientifique qui vienne te dire « non tu n'es pas amoureux... c'est une substance chimique dans ton cerveau... » j'ai envie de le butter le scientifique... parce que j'aime ma femme réellement... voilà ! Pour moi c'est le meilleur exemple qu'on puisse donner sur cette réalité... je peux pas le palper cet amour, je peux pas la palper cette relation... pourtant c'est bien réel... voilà ! »

Et ça change de l'égocentrisme à l'écologie

« On accepte d'être juste une infime partie de cet immense tout qui nous dépasse complètement... moi je suis qu'un petit grain de sable là-dedans... alors que « c'est ma psyché qui a projeté le symbole... je suis le centre du monde qui a projeté l'univers... » c'est juste débile... pardon les hypnotérapeutes et les autres... »

Je dis que pour les jungiens, oui l'inconscient il est à l'intérieur ET à l'extérieur... mais c'est l'inconscient, c'est pas les esprits...

Je reviens sur « ramener dans le monde du milieu ce qui a été vécu ailleurs ?

« La aussi ça dépend des clients, ça dépend de ce que tu reçois aussi... est-ce qu'il y a une constante ? Ben... c'est vrai, il y a des gens pour qui il t'es donné de leur faire faire un rituel... donc ils doivent concrétiser par une action physique dans le monde d'ici,

quelque chose... et pis ça apparemment ça les aide à... faire ce chemin vers la résolution de leur problème... pas forcément la guérison parce que c'est pas forcément une maladie... c'est même assez fréquent. Ouais. C'est même assez fréquent... après, à aussi ça dépend encore de comment les choses ont été amenées... pour certaines personnes c'est vraiment « tu insuffles qqch par le souffle quoi, dans son corps, ou dans son esprit ou sur une plaie ou je sais pas quoi... »

Mais s'ils te demandent qu'est-ce que vous avez vu ? Qu'est-ce que ça signifie ?

« Alors « qu'est-ce que vous avez vu ? » Je vais leur raconter le voyage... »

Si la personne ne fait pas du tout le lien avec son objectif ?

« En général ça (claquement de doigts). Ça ne m'est jamais arrivé de rapporter qqch à un client et que le client dise « ça n'a aucun sens pour moi, je suis fâché... » Ça ne m'est jamais arrivé... et souvent tu as un peu peur de dire les choses parce que tu as un peu peur d'être à côté de la plaque... et au contraire... « heu... » ça ouvre un truc incroyable chez le client... tout à coup, je ne sais pas... il y a des larmes qui sortent... ou il y a... tu à coup il y a vraiment comme une sorte de rupture à ce moment là, alors que t'avais l'impression que c'était à côté de la plaque... »

Qu'est-ce que vous avez vu ?

« A cette question souvent je réponds « mais j'ai pas seulement vu... on a plusieurs sens, il y a aussi les sons, il y a les émotions, il y a les sensations... froid-chaud, etc. Il n'y a pas qu'un sens... il y a le sens de la vie, il y a le sens... » Qui dit « j'ai sommeil » par exemple ? C'est quel sens qui dit « j'ai sommeil » ? C'est aucun des sens qu'on décrit... qui c'est qui dit... ouais « je t'aime » justement, c'est pas un sens... voilà, j'essaye de faire comprendre à la personne que ouais le voyage il est constitué de tous ces sens-là, même ceux qu'on ne connaît pas des 5 sens. Et ça ça aide justement à mettre des mots sur ce qui s'est passé... parce que chez nous les occidentaux, on est des hyper visuels... des handicapés des autres sens je dirai... on a tout misé sur la vision je dirai... alors qu'en fait, on a des sens incroyables, quoi... »

Donc quand il décrit le voyage qu'il a fait pour la personne à la personne...

« Et souvent moi j'essaye de mettre aussi des mots qui disent... « à ce moment-là j'ai ressenti une grande émotion » ou « j'ai eu peur » ou « j'ai ressenti une grande joie » ou « j'ai eu très froid » j'essaye de mettre d'autres sens aussi... pas seulement j'ai vu un aigle avec des yeux rouge... ou jaune... voilà... »

→ Donc tu racontes une histoire de toutes façons (avec les sens, comme induction)

« Donc la première étape après la fin du tambour ou du son... on laisse le temps à la personne de revenir hein... de se remettre dans le présent. Et puis on va questionner... « Qu'est-ce que vous avez vécu ? Est-ce qu'il y a une émotion particulière ? » Et pis là la personne elle va dire blablabla... « j'ai pensé à ci, j'ai fait ça, j'ai vu ça, j'ai senti ça... » pis au bout d'un moment elle va épuiser un peu le témoignage de son expérience... et c'est là où tu commences justement à rapporter ce que toi tu as vécu... ou alors si les gens disent... « ouais j'ai juste entendu le tambour » ou « je me suis endormi » ben toi tu commences directement avec ce que toi tu as vécu... »

« Si un client me demande « alors vous avez vu un aigle, qu'est-ce que ça signifie ? » « Ben ça ne signifie rien... Qu'est-ce que signifie l'aigle pour vous ? » »

Ça tu l'accompagnes dans « qu'est-ce que représente l'aigle pour vous ?

« Ben peut-être qu'il va me dire, ça représente ça, ça, ça... je dis bon très bien... mais je ne vais pas plus loin... jamais. »

Tu dirais pas « ben aller observer les aigles » ou bien...

« Si ça m'a été donné... moi j'induis rien d'autre... vraiment j'essaye de mettre le moins possible de moi... »

C'est une grande confiance quand même dans ce qui t'as été donné...

« ouais à fond... c'est pas facile d'être dans cette position... »

Raconte l'histoire d'un client qu'il avait emmené faire une barque chamanique avec Natalie au Marchéru. Extraient un gros truc, un secret de famille... le client est ébranlé, il parle avec un autre participant plutôt medium qui lui répond que oui on pourrait aller interroger ses ancêtres sur la teneur de ce secret. Gad est intervenu fermement « STOP, maintenant on fait du chamanisme, on a extrait ce truc... on va le laisser partir, maintenant si vous réveiller les esprits pour aller chercher ce truc, vous allez faire l'effet inverse... » Le client était déstabilisé.

Ca l'a vraiment fâché, aurait pu faire le « smashing chaman »... pour lui c'était une prise de pouvoir « moi je sais, je peux parler aux morts »

« Si on n'est pas attentif au pouvoir, non seulement au « power » mais aussi au sens français du terme ça peut être super dangereux »

« Moi j'essaye de voir les gens qu'une fois... ou deux si nécessaire... ou trois... mais l'objectif c'est « one shot »

Au début ne faisait pas payer les soins... et lui est apparu le fait que si le client paye, il n'est pas redevable... difficile à accepter... mais il y a transaction, comme ça on est quitte... « il faut couper le lien »

Je dis que moi, je me dis aussi que si on paye cher, c'est comme si on investit plus... j'ai mis tant d'heure pour gagner l'argent que je dépense... l'argent c'est aussi une énergie.

Troisième entretien : C3

« Il y a soit ça soit, soit... si je pars du principe que ben. C'est pas vraiment un soin mais le fait de poser des rituels... c'est aussi... tu fais aussi des rituels pour débloquent des choses, pour des passages... il y a une forme d'assimilation... une forme... ouais c'est difficile d'appeler ça soin mais c'est une forme de pratique qui réenchante, qui permet de passer, digérer des étapes, des trucs, quoi... donc ça peut être les deux choses que je vois... où je suis actif et où j'ai peut-être quelque chose à dire, le soin proprement dit... là je suis en train de construire des... un forme justement liée à ces images, à ces photos, à ce travail-là... »

« Pour toi c'est important que je prenne une seule option où je peux passer de l'un à l'autre ? »

Je dis qu'il peut passer de l'un à l'autre que je sais pas comment va s'y prendre, je précise les 5 points.

Une personne vient avec demande, comment tu la fais évoluer ou pas, comment tu définis l'intention ?

« ouais pour moi c'est une grosse partie du truc quoi... c'est important... cad que si la demande elle est... enfin j'ai l'impression que c'est le premier boulot et que ça représente... plus la demande elle est précise, plus elle est habitée, plus elle est sincère, plus elle est engagée, impliquée, plus elle est claire, plus le résultat est précis, clair. Donc dans ce sens-là j'accorde beaucoup d'importance à l'intention... »

Et c'est vrai que souvent ça se passe pas du premier coup quoi... moi aussi quand je vais chez quelqu'un pour un soin... et ben mon intention il faut y arriver... j'ai l'impression que c'est le truc que tu décortiques, comme une sculpture, tu décapes petit à petit, et puis tu cherches et puis des fois tu vas trop loin... enfin voilà, sans... j'essaye de pas donner les mots à la place de la personne, de ne pas induire, même si je pourrais me permettre de reformuler de temps en temps... mais reformuler c'est tendancieux alors j'essaye de pas trop le faire, j'essaye vraiment de « ok c'est quoi ton intention » et puis j'ai l'impression que c'est beaucoup au ressenti... et moi et la personne on sent quand c'est juste... quand ça touche... moi c'est là que je sens le truc, c'est avec le cœur... si ça te touche, si ça vibre... Il faut qu'il y ait une charge émotionnelle aussi, qui va... doper... c'est comme si tu mettais un additif dans ton carburant avec l'émotion et puis ça dope l'appel et puis qu'après ça revient... les images sont plus claires... enfin les émotions pour moi c'est pas qqch que vais éviter comme certaines personnes évitent... moi je recherche ça même... dans les choses claires c'est que je vais toujours essayer de tourner la chose pour qu'elle soit positive... pas dans le sens « je veux plus fumer » ou « je veux plus taper ma femme » fin j'en sais rien... enfin moi si... sans dire c'est négatif, dire comment tu peut tourner ça dans le constructif... tu veux plus ça mais qu'est-ce que tu veux... et de vraiment avoir une formulation dans le positif, ça c'est vraiment un de mes gardes fou, carrément. (...) Alors des fois c'est compliqué, des fois ça nécessite beaucoup de discussion... »

T'as un peu un protocole, ou tu vas avec les esprits, ou est-ce que c'est même l'objet de la première séance ?

« J'ai zéro protocole... ouais ça peut prendre un moment, ça peut prendre une heure, ça peut prendre une séance... je trouve que dans le genre si on a posé une intention on a déjà bien bossé quoi... en général j'aime bien après enchaîné... parce que du coup t'es quand même dans le... une semaine plus tard, l'intention elle peut être modifiée, ça serait peut-être pas les mêmes mots. Mais j'ai pas un protocole précis... c'est vrai que forcément que je vais être avec mes esprits... moi j'ai pas mal explorer ce lien du cœur où tu sens que le cœur quand il vibre... ou le langage du cœur... où ça ne passe plus par là (la tête)... et pour moi tout le travail c'est d'être connecté à ça ce qui n'est pas forcément toujours évident d'être fluide là dedans... mais quand j'y suis, je sais si c'est juste ou pas... et je vais pas le dire comme ça à la personne mais... gentiment essayer de dire... « t'es sûre que c'est ça ? Ouais c'est ça ? C'est ça que tu sens ? C'est ça qu'il y a là, C'est ça qui est important ? » Et puis ça se sent assez vide... la personne elle va tourner en rond, elle va dire un truc et puis tu vas dire... « ouais mais c'est un peu... » tu vas pas dire « C'est vide ». Tu vas dire « ok est-ce que... mais ça ça sous-tend quoi, est-ce qu'il y a qqch derrière ? » enfin tu tournes autour du pot... J'ai pas de marche à suivre dans le sens, je suis pas psychologue, j'ai pas d'étude ni de philosophie, ni de psychologie... »

Je savais pas si à la FSS ?

« Non parce que à la FSS on travaille un petit peu sur la pause d'intention mais... c'est pas un truc qui est vraiment développé. Tu poses une attention. Point. Fin... je sais pas ce que t'as vu mais il n'y a pas des chiées... »

Je précise que même chez les thérapeutes chacun fait différemment, chacun a ses trucs...

« Ben dans mes gardes fou il y a je préférerais « j'aimerais me libérer de la cigarette » plutôt que « je ne veux plus fumer »... Il y a tout ce travail de parler avec le cœur, d'être vraiment dans le cœur, qui est un truc que j'ai pas mal bosser dans ces formations de rituels et tout ça... ou je peux pas dire que j'ai un protocole mais je sens quand c'est là ou quand c'est pas... »

« Il y a des fois où tu te contentes d'une demi mesure... tu te dis bon ben là plus loin elle ne va pas aller quoi... il y a des fois aussi où la personne elle a conscience de ça mais elle ne veut pas aller... moi ça m'est arrivé... après la séance « non mais là il y avait un truc... » « non mais moi je veux pas aller là »... « ok, d'accord... » c'est bon quoi... mais... c'est aussi de dire à la personne que plus elle est sincère... voilà, elle est venue, elle s'est bougée, elle a qqch... elle est venue pour une raison... plus on arrive à être précis, plus on arrive à être proche de ce qui la amène, de ce qu'elle veut autrement dans sa vie, plus on est juste et ben plus le résultat est précis, fort et efficace... quelle que soit la méthode hein... que ce soit un voyage chamanique ou un soin chamanique, ou on pose un rituel ou que je fasse mon travail artistico-chamanico-thérapeutique... donc c'est pour elle qu'elle le fait... Alors c'est sur il faut qu'elle ait confiance en la personne mais... en général ça se passe... gentiment trouver les bons mots, gentiment... et puis quand tu le poses, tu le répètes, deux trois fois... et puis ça sonne... puis ça sonne la première fois tu dis « oh yes c'est ça !!! » et puis après tu dis « ah mais attend, mais ce mot là... » Je me suis tellement fait avoir des fois avec des intentions, même à titre privé quoi... A chaque fois je pose des intentions et puis je me fais... pas toujours mais... il y a tellement de quiproquo possibles... dans le verbes et dans la parole... et avec les esprits, je trouve qu'ils ont un malin plaisir à... en tous cas à me prendre à contre pied... tu vois tu poses un truc... »

« Tu veux des exemples ? »

Oui plus il y en a mieux c'est...

« un temps dans notre couple ou parlait... ça reste anonyme ? on parlait d'amour libre et de choses comme ça... et puis j'ai demandé à expérimenter ça... bien sûr en pensant que c'est moi qui allait avoir l'aventure, et puis je me le suis pris en pleine gueule dans l'autre sens... et puis je me suis rendu compte que je n'étais pas capable... je n'avais pas incorporer cette dimension... J'ai demandé à me libérer du superflu dans ma vie, et tout à coup je commence à voir dans ma vie que tout est superflu, en fait la vie il y en a même pas besoin, on peut... je pourrais vivre en ermite dans la forêt, en perdant ma famille en ayant plus de boulot, plus d'argent, et puis tout à coup, c'est ce genre de brique qui partent... tout à coup tu n'as plus de job pendant 6 mois... tu demandes ça... et puis c'est jamais arrivé... il y a plein de choses où c'est toujours à contre pied... il y a un truc aussi que j'ai expérimenté, c'est que j'ai l'impression... et ça m'a été confirmé par d'autres personnes que les esprits ils ne connaissent pas la négation. »

« Du coup si tu dis je veux plus ça, est-ce qu'il entend pas... fin je suis vraiment pas sûr que la demande elle n'ait pas... c'est pas clair... c'est aussi pour ça que dans mon idée c'est important d'être positif... si t'es avec une négation... »

« C'est là où c'est dangereux et que c'est important la demande... c'est que très vite il y a d'autres choses auxquelles tu n'as pas pensé quoi... c'est pour ça que quand je le fais pour quelqu'un j'essaye d'avoir ce recul... mais attend ça englobe quoi cette

demande-là ? Parce que... Souvent c'est beaucoup plus vaste... on est la tête dans les ceillères donc ma posture elle est là d'accompagner la personne puis de prendre du recul puis de voir le truc... puis de le voir depuis là... puis de le voir depuis là... puis bon euh ah ouais ça ça veut aussi dire ça comme ça... donc du coup tu reviens... « ta demande c'est ça mais c'est aussi ça, est-ce que c'est bien juste ? » « Ah non pas du tout... » tu vois... donc c'est un truc pour moi d'extrême concentration, de ressenti, de posture avec... vraiment cet alliage l'esprit le cœur et puis de... de faire des aller-retour et puis de pas rester trop frontal ou avec les ceillères... »

Je souligne qu'il relève que les esprits ne tiennent pas compte des négations, il semble que l'inconscient cognitif non plus...

« Je trouve que c'est téméraire de poser une intention. C'est important de le faire et puis... de pas être trop vaste parce que ça implique beaucoup de chose, d'être le plus précis possible, le plus juste.. rester dans le positif... quand je te disais cette histoire de rester avec des mots positifs... moi j'ai aussi toujours... un des garde-fou c'est « choisis la lumière » alors paradoxalement on se dit que ombre-lumière c'est de nouveau de la dualité... disons que pour moi mon axe il est dans la lumière, dans la construction, dans la création... et pas dans un truc de... voilà c'est une de mes lignes de conduite qui m'aide aussi parfois à trancher... parfois juste parce que t'as pas un ressenti avec quelqu'un ou parce que ce qui est dit a une couleur, une consistance qui n'est pas lumineuse quoi... »

« Du coup, c'est vrai le fait que je n'aie pas une pratique vieille de 10 ans, c'est vrai que, j'ai jamais développé de marche à suivre précise... puis c'est pire que ça... même si je prends... tout ce qui est FSS structuré, les outils FSS qui sont très structurés avec des marches à suivre très claires... euh... je suis pas tellement capable de suivre ça... enfin je peux le faire, je l'ai appris, je sais le faire... c'est pas mon mode de fonctionnement exact... et j'ai l'impression que l'intérêt du jeu c'est que chacun cherche son outil à soi, son propre.. sa méthodologie quoi et puis que ça ça prend du temps... et que il y a moyen... fin voilà, il y a pour des soins, il y a pour des choses, il y a... pour un travail personnel, pour un rituel, pour faire un soin standard, pour faire de l'image, pour la diète de plante, chaque fois tu peux imaginer une nouvelle méthodologie et j'ai hyper peur... tout ce travail de ne pas enfermer... maintenant c'est comme ça... pour moi un esprit allié, un animal allié c'est une forme donnée, qui apparaît à moi comme ça... une forme d'énergie qui m'apparaît à moi sous cette forme parce que ça me parle à ce moment-là... mais ça change, toute ma cosmogonie chamanique elle change... enfin je dis pas que j'ai plus les mêmes alliés mais il y en a des nouveaux, il y a des lieux qui changent... des lieux que je ne connaissais pas pendant 5-6 ans qui maintenant c'est mon lieu central où je me retrouve toujours... qui développe toute la cosmogonie autrement... ça bouge quoi.. et j'ai beaucoup de peine à cadrer... alors ça reste, il y a des grandes ornières mais c'est pas un truc qui est complètement... « Ah c'est clair, j'applique poum, poum... je fais le soins tchuc, tchuc, tchuc... c'est bon quoi »... je suis encore en train de chercher ça de trouver une forme ronde qui me convienne complètement... et puis cette forme ronde elle est liée à l'image, elle est liée à ce que je te racontais... parce que là je retrouve une formule où j'ai mes messages qui me conviennent... où je suis plus juste dans mon ressenti... »

Je mentionne Roustang qu'on soigne seulement quand on sait pas ce qu'on va faire... quand on ne reste pas dans des schémas...

« C'est vrai que je revendique aussi ce côté naïveté entre guillemets... de me dire... aussi parce que ça fonctionne... c'est beaucoup plus juste même à la limite t'es pas obligé de mettre des mots... t'as pas tout capté ce qui se passait mais les résultats ils sont là... alors que dès que t'as une posture, une position à tenir que t'essayes de justifier ou de mettre des mots ou d'expliquer... en tous cas c'est pas de dire qui est mieux... même souvent ça te permet de... ouais le résultat... si ça vient après ça va... mais si avant j'essaye de mettre des mots, des trucs, c'est... je reste dans le mental, ça marche pas... donc il y a ce côté naïveté « ouais, j'y vais... » et d'avoir tous ces outils à portée de main... et encore une fois tout le travail il est d'être centré, de faire confiance, d'être avec ses alliés, d'être avec sa force, son empathie, son envie de... de partage et de faire le canal, de conduire ce qu'on peut pour la personne et puis... plus je suis humble et à ma place juste en essayant de laisser venir, plus c'est juste... »

« (...) j'ai l'impression que c'est là que ça fonctionne le mieux quoi... c'est un peu à la mode de ses vieux guérisseurs... « ouais je fais quoi... » tu fais le secret, tu fais une prière machin, tu parles en même temps, tu fais tes trucs... ce mode aussi très primitifs, chamane amérindien de ce que je connais de là-bas, c'est ceux que je connais... qui ouais c'est naturel... tu vas pas te construire tout un truc où il faut faire ci, ou il faut faire ça... il y a quelques trucs où tu les habites parce que tu les as reçu... peut-être que ce collier-là tu vas le mettre... cette bougie-là tu vas l'allumer... des petites choses... voilà on a tous, je pense chacun ses petites choses... mais après d'être juste fluide et puis de laisser venir... et puis d'être centré, c'est là le travail... la même chose en rituel... tu crées un cadre... et puis tout le travail c'est d'être au plus proche de son centre et de sa force, de tenir ce cadre, tout en laissant tout le possible à l'intérieur... et c'est ça qui est pas facile... tu sais pas où tu pars quoi... alors c'est toujours des aller-retours, on construit... on a bien vu... on construit, il y a des discussions, mais l'idée, plus le cadre il est clair, simple... mais il laisse complètement l'espace à l'intérieur... plus ça se passe, plus la magie elle arrive, c'est exactement cette image là, dans le soin aussi, fin dans le soin... l'idée du canal... t'as un cadre donné, donc c'est peut-être là quand je disais créer une méthodologie, c'est d'avoir un cadre clair, précis... et là c'est en train de naître... là j'ai trouvé une cabane, j'ai mon lieu.. je suis en train de créer... j'ai l'impression que tout se recentre autour de ce lieu... et puis qu'à partir de là quand tu as un lieu qui est fort, t'as un espace pour et puis ça commence à prendre un sens... un peu nouveau, je vais voir ce que ça donne... ouais je me réjouis... »

« C'est un lieu où je vis dans la forêt, donc c'est un temple quoi. C'est un lieu où je communique avec la forêt, avec les arbres, où je suis le gardien du coup de cette vallée... fin il y a tout un échange... ça s'appelle la cabane des oiseaux donc il y a plein d'oiseaux... bêtement c'est de nourrir des oiseaux mais c'est aussi au niveau spirituel d'aller voir les forces, les esprits, de pouvoir s'imprégner, de se laisser aller dans ce lieu là... donc une démarche personnelle d'exploration, avec les plantes, avec le lieu, avec le ressenti, avec les esprits... c'est très chamanique... parce que c'est vrai que mes messages... alors ça me vient au niveau chamanique mais c'est beaucoup plus fort en forêt... tous les messages, les liens c'est la forêt, c'est les arbres, c'est en forêt que ça se passe... au niveau de la création, au niveau des soins, au niveau des rituels.. quand j'ai un rituel à faire, je vais en forêt et il m'est presque systématiquement donné, enfin les clés... après je viens là, et puis là je commence à écrire, à structurer, mais les grandes clés elles viennent quand j'ai complètement lâcher prise en forêt... »

Dans son lieu, la cabane aux oiseaux, le centre de ses projet professionnels, « Il y a l'idée de faire des rituels, il y l'idée de faire des cercles, il y a l'idée de faire des soins, il y a l'idée de faire de la diète de plante... il y l'idée d'avoir ce rapport personnel d'avoir ce rapport personnel d'exploration au chamanisme, à la forêt... il y a une forme d'artisanat avec des objets de la forêt... j'aime pas appeler ça land art, d'énergétisation de lieu, enfin, tu vois... de poser des objets, de poser des choses, d'habiter des lieux... soigner des lieux, ce lien à la terre quoi... de faire bêtement des sculptures, des choses en bois... il y a l'image qui vient là-dedans aussi... »

où j'ai beaucoup d'images de forêt, d'esprit de forêt, donc il y des grandes affiches, des grandes bâches qui viennent là-dedans... enfin c'est un lieu qui réunit tout ce que je suis maintenant... qui n'a pas une forme complètement claire... je suis photographe de presse, reporter, pendant 20 ans, super j'adore, c'est super.. la presse suisse au bout de 20 ans t'as un peu fait le tour... et puis là ça va moins bien et puis j'ai envie d'être dans le bois... mon cœur il est dans les bois, j'ai une émotion, un truc qui me prend chaque fois que je parle de la forêt... c'est un lien très fort... enfin qui est né avec tout ce travail chamanique depuis une dizaine d'année et qui là est super renforcé avec cette cabane. Là on vit en famille ici, si j'étais seul j'habiterais déjà dans cette cabane tout seul pour vivre cette expérience un moment quoi... (...) je pourrais recevoir des gens... alors voilà, c'est une cabane c'est brut mais voilà ça donne aussi... c'est aussi ça que j'ai envie, j'ai pas envie d'aller faire des soins à l'hôtel Beau-Rivage à Lausanne, fin je suis pas à l'aise, c'est pas mon monde... une cabane c'est mon monde... Et puis de faire des marches, des marches initiatiques, des quêtes de visions... tout ne se fera pas là mais c'est comme le QG, c'est le camp de base... (...) voilà je commence à l'habiter mais ça prend un peu du temps, parce que... vie de famille, 3 enfants, boulot pour gagner de la thune, ouais tout ça... mais ce QG je pense qu'il va... et puis tous les signes, tous les voyages chamaniques que je fais vont dans ce sens là... c'est la forêt, et c'est un lieu en forêt, en l'occurrence celui-ci, qui fait que je recentre tout et puis que après ça repart de là... »

Le cadre, le lieu ?

« C'est un lieu dédié à ça, un espace, un petit coin, une table, un lit, une pièce quoi... c'est qu'il soit plutôt accueillant, c'est aussi de le préparer pour les personnes qui arrivent, qu'elles se sentent plus ou moins à l'aise, c'est de « sauger » l'espace, c'est de me connecter avant que la personne arrive avec mes esprits pour que je puisse être déjà avec mes esprits proche et bien présent, d'assurer ce lien, ce centrage... »

Tu fais toujours ça ?

« Avant un soin ou un rituel, ouais c'est la base... pour moi c'est la base... (...) si je suis juste, je suis centré, au mieux ça donne le truc, après j'ai plein de gris gris mais qui des fois sont... j'en ai voilà... pour certains soins... si c'est une extraction par exemple j'ai une méthodologie... il me faut un bol, il me faut une paille de plante, il me faut de l'eau... pour des soins j'ai pas mal de collier de trucs qui chaque fois ont un lien avec la terre... pas forcément les 4 éléments... il y en a un c'est les ancêtres, les racines, il y en a un c'est l'air, fin voilà il y a différents collier qui... souvent je regarde un peu ce qui vient et ça me donne déjà des pistes... fin voilà, souvent il y a un sens... tu prends le truc sans réfléchir et évidemment il y avait un sens pour que pendant le soin ou pendant le rituel... il y a... ce truc là il est là, parce que tout à coup tu dis « ah ben c'est bien » il a une fonction... la plupart du temps il y a une fonction avec ce qu'il y a sur place... dans un rituel tout ce qui a sur place, les choses les plus absurdes... à partir du moment que c'est là que ça se passe, il y a un sens... l'autre jour on a fait une photographie symbolique pour enterrer qqch, et puis on a commencé à faire une fausse tombe et puis juste là à côté et ben il y avait... il y avait un bâton en forme de croix, paf... il y avait une plante... et puis il y avait des chaussures en cuir magnifiques qui étaient posées là... que tu met, qui sortent de la tombe et t'as l'impression d'avoir... enfin les choses elles se donnent, mais il faut... plus j'ai fait le préalable de juste me connecter aux esprits, plus je suis tranquille... »

Tu te mes dans un état, t'as dit « centré, connecté »... t'invite la personne à rentrer dans cet état ou pas ?

« Ben le travail de l'intention c'est un peu ça qq part... tu vas chercher ce qu'il y a au centre... de pas essayer de faker, construire un truc... donc euh... j'invite pas formellement... (...) dans le rituel oui en fait... selon le rituel, selon les personnes, selon... je vais inviter les gens à se centrer, à lâcher le mental, à se dépouiller... »

Tu vas faire comment ?

« Ben souvent au début... simplement en précisant que voilà « on est venu là... » ça dépend du moment mais... qu'il y a eu un travail, qu'il y a eu un courage pour venir, parce qu'on est là pour ci ou pour ça... et qu'il y a une volonté, qu'il y a un besoin... et puis que ce besoin on va s'offrir le luxe d'y être au moins une heure à fond... de le toucher et pour ça plus vite on... voilà si on arrive pour ça à oser son égo, ses doutes, ses questions, si je fais bien ou si je fais faux... est-ce que ça marche le chamanisme, est-ce que le soin ça marche, est-ce que je peux lui faire confiance... « ok, est-ce qu'on peut être là quelques minutes, quelques heures ? Et puis s'offrir le luxe d'expérimenter la magie... ok si c'est pour ça qu'on est venu alors allons-y et puis chacun ici sentir ce qu'il y a ici, de retourner au cœur, de voir... quand ça vibre... et d'arrêter le « je fais bien, je fais pas bien, machin... » » Puis en le redisant, ben moi ça me remet une petite couche, puis les gens ils prennent ou ils ne prennent pas, après... après c'est toute la magie du truc... que ça se passe... qu'il y ait l'espace assez ouvert pour que chacun se sente pas dans une secte... tu vois les mots... comment tu utilises les mots que tu poses, pour pas qu'ils se sentent coincés... qu'ils te prennent pour un hurluberlu et qu'ils ferment... c'est tout ce truc assez... assez subtile... »

« Ne pas porter de jugement, ne pas expliquer le voyage à la personne, ne pas expliquer ce que c'est, ce qu'il a vécu, même si j'ai des images... c'est vachement... un fil de... un fil de funambule... t'as vite fait de dire 2-3 mots de trop, la personne fait « witch »... »

« C'est pas avec la tête mais je sais... souvent je sais de quel ordre c'est quoi... est-ce que c'est juste une image symbolique ou est-ce que c'est du premier degré... est-ce que c'est du littéral... en général c'est assez clair.. mais il faut un peu plus de temps, d'autres images... puis après les 3-4 images que t'as ça donne une couleur un peu plus précise et du coup-là tu peux t'avancer un peu plus, ouais... »

« Tant qu'on parle... dans le chamanisme pareil... tant qu'on parle on reste dans le mental pour moi... en bonne partie en tous cas... à partir du moment où tu commences à... mettons si je reprends l'exemple du rituel parce que c'est le plus explicite... si tu viens pour une intention.. par exemple un rituel qui démarre... si tu parles tout le long du rituel... on va pas mal rester dans le mental, il y a peut-être des choses qui vont se passer... si on commence à bouger, à danser, à chanter, à poser des actes... pour moi c'est vraiment... poser un acte, même si j'y crois pas mais que je le fais... je pose mon truc... ça, ça parle ailleurs, ça parle à l'inconscient, aux esprits ou à d'autres forces... et ça matérialise effectivement notre intention, l'invisible... on est là pour ça... on est ce passage entre... l'invisible et puis on vit dans la matière... donc on a cette possibilité de faire ce pont là... j'ai même l'impression que c'est une des chances, un des miracles qu'on a... et une des meilleures façon d'ancrer dans la matière ben c'est d'avoir l'intention qui est là... (...) l'intention elle est là, donc elle part, moi je la lâche, elle part dans les mondes, elle va aux confins de je sais pas où, je ne m'en occupe plus. C'est même ça qui est compliqué c'est de la lâcher... complètement... et puis là ce que je pose c'est nourri par ce qui revient. Tching... poung... et puis ça revient... J'ai pas besoin de me dire j'y crois, pas besoin de dire ça va marcher... je fais ça parce que j'ai demandé ça... je fais mon truc... comme un môme... qui fait son château de sable... et ouais je fais mon château de sable... et hop ça fonctionne... »

Dans le rituel ou en général ?

« Alors dans le rituel ça marche... après on pourrait l'étendre à la vie en général.. le truc c'est que souvent on fait les choses sans en avoir conscience, sans être centrés, sans avoir posé une intention ou pas claire ou... et c'est là que ça fait une grosse différence, à mon avis... c'est plus facile de le faire en rituel, sur des moments précis que dans le temps profane où tu sais plus très bien si t'as posé une intention ou pas... et du coup... je dis ça parce que j'ai vraiment expérimenté dans le rituel... même des fois où j'étais pas dans le truc, j'avais pas envie, et puis j'y croyais plus ou j'étais énervé, je sais pas il y avait un truc qui m'avait gonflé ou je sais pas... et puis on s'est retrouvé à faire un petit rituel à 5-6 et puis ça fonctionne... ça a permis de faire passer qqch qui était là, qui gaillait depuis 1 mois machin... tu fais ton rituel, sans y croire trop, crac boum hue, un peu d'encens, tu fais ton truc, hop voilà c'est fini, maintenant on rentre... il y a des gens qui n'y croient pas forcément... ça fait rien, ça a marché, ça fonctionne, ça a passé, t'es plus malade, t'es plus ça... puis t'es juste là « ouais, je l'ai fait, il y avait une intention de départ, poser ça dans la matière... » Donc c'est pour ça le rituel... tu deviens comme un môme, parce que du coup t'es là « wouah, c'est génial, c'est magique » Tu poses une intention, après tu peux poser une intention en étant complètement agnostique et puis sans avoir forcément tes esprits alliés pis tes trucs, tu poses ton truc, et puis après tu agis dans la matière, avec ton cœur, avec tout ce que tu peux... avec le plus d'émotions possible, avec cette idée de « je vais être libre de la cigarette... » tu sens comme ça va être bien quand tu respirez, t'as déjà les émotions qui vont aider à matérialiser... tu matérialises... tu poses là, t'as une cigarette symbolique, j'en sais rien, t'as un truc... ben ça aide quoi... ça te transforme, ça transforme les émotions qu'il y a à l'intérieur... encore pas plus tard que ces derniers mois en faisant différentes choses, du coup t'y crois pas vraiment, ou t'y crois et tu le fais avec cœur...le truc qu'il y là, il se modifie... et si là c'est pas de la magie ou une façon de soigner le... de réparer, de soigner ou de modifier les choses, s'en est proche en tous cas... je trouve ça assez fou, assez simple et puis... vraiment avec les croyances de chaque personne... c'est pas un dogme où t'arrives en disant il y les esprits du haut, les esprits... c'est égal... voilà je te propose de.. voilà qu'est-ce que tu veux... alors maintenant je te propose de faire ça... alors c'est pas forcément en forêt on peut faire ça on coin d'une table, ça fonctionne quoi... »

Qu'est-ce qu'on considère comme un rituel, est-ce qu'une extraction est un rituel... mais le fait de poser une intention et de la matérialiser, de la concrétiser, ça la rend palpable, tu peux la partager... En hypnose tu fais exister comme si ça existait vraiment, il y a un monde qui se crée... il est pas concret mais ce qui soigne c'est de le rendre comme réel... c'est ça qui soigne... c'est ça qui transforme... Donc c'est comme si (je réfléchis à haute voix) dans le chamanisme, tu le matérialises pas juste avec le mots, mais tu le matérialise concrètement... avec les rituels.

« Exactement, là si je reprends ton histoire de montagne... et ben là je pourrais réaliser la montagne concrètement et puis jouer en 3 actes ou en 5 actes mon histoire de voyage à la montagne et ce qui s'y passe... de grimper de la montagne, de tomber de la montagne, et de le faire... comme un enfant... je monte, je mets des matelas par terre... voir ce que ça fait... et de le faire c'est que je parle plus à mon mental, c'est que je parle plus à mon inconscient, à qqch d'ancestral, à qqch de beaucoup plus profond et du coup ça entre par un truc ou tu n'as plus besoin de mentaliser, de comprendre mais ça parle à l'âme... à l'âme ou à je ne sais pas comment l'appeler... mais c'est ça l'idée c'est que tu vas jusqu'à mettre en scène comme au théâtre et tu peux vraiment le jouer en conscience mais... après tu peux aussi... de la même manière être inspiré par les mythologies et choisir des mythes que tu mets en scène parce que tu sais que tel mythe aborde telle problématique... Œdipe ou un autre... mais disons que si c'est dans ce domaine-là tu choisis Œdipe, le mythe d'Œdipe, et tu vas le rejouer... et tu choisis n'importe quel mythe... alors là il faut avoir soit une grande connaissance, soit une idée, moi je demande aux esprits quel est le mythe adapté pour telle problématique... et puis là ce mythe le décliné en pièce de théâtre en rituel sur 3 ou 5 actes et de le jouer... et de le jouer alors avec de l'émotion, de crier, pleurer, voilà... mais d'être à fond... sans dire « euh mais qu'est-ce que je suis en train de... » non tu le joues et c'est une forme de matérialisation ou de déblocage hallucinante, complètement magique... et c'est un mélange d'être dans la matière mais toujours en lien avec les esprits... ouais c'est assez fou... c'est assez jouissif parce que tu es comme un môme... en fait ça te redonne une joie de vivre... puis tu t'en fous... pas question d'être un acteur ou un bon comédien, le mythe s'il est bien choisis et bien adapté, il te touche vu que c'est sur ta problématique... donc ça va déclencher des trucs, ça va être intense, hyper intense... »

Je parle du mythodrame et des masques...

Tu fais exister un monde (même dans la tête) et ça ça soigne.

« En fait je me rend compte que j'ai une façon très précise de poser une intention outre les mots et la manière d'y arriver... alors c'est hyper simple... j'ai ma phrase, j'ai mon intention, une fois qu'elle est établie que tu te dis que c'est juste machin... et puis je la... elle prend matière... physiquement je la sens... et puis elle vient au-dessus de la tête comme ça, au-dessus du crâne... et puis là je peux sentir... enfin si je suis vraiment bien dans l'axe, elle a une matière... et c'est comme une bulle de bébé mais consistant... et là je sens clairement qu'il y a un acte... ça coupe, il faut que je coupe... alors là c'est pas facile, je dois l'oublier, je dois... donc là ça casse... et là je l'envoie, je la laisse partir, c'est comme un ballon gonflable, un ballon d'hélium où tu coupes la ficelle et puis là elle part toute seule... parce que si je garde ce fil... j'ai dit ça, faut que ça vienne, faut que ça vienne... si ce fil il reste et ben... ça empêche l'intention d'aller où elle doit... ça fonctionne pas, parce que je la tiens... je la garde, je la lâche pas... on dit toujours lâcher l'intention... et pour moi si je le formule physiquement... fin physiquement c'est beaucoup dire... (...) ouais je sais si ça c'est bien fait ou pas... des fois on est à la bourre, on commence un voyage, tac, ah merde j'ai pas fait correctement.. on y va... voilà, je sens quand elle est coupée, elle est partie, puis bien sûr je vais y repenser... mais je vais chasser comme quand tu médites, tu chasses... cette idée là en tous cas je vais la chasser... et plus je lui fous la paix, plus elle a été posée clairement, plus elle a été matérialisée... clairement... plus j'ai coupé... net...et plus je lui fous la paix mieux ça revient... outre le travail de la poser juste, qu'elle soit correcte et tout... Donc il y a vraiment cette marche à suivre de « chout, pfff »... et puis après elle revient... alors elle revient...ce qui revient c'est la réponse, c'est les images des esprits... c'est le soin... »

« Et puis peut-être que la prise de conscience elle est à la fin du rituel, peut-être qu'elle est une semaine après, fin c'est pas très clair quoi... enfin tout est possible. »

Une personne vient pour un soin « photographique », ensemble il pose une intention avec une phrase claire...

« Alors mon petit rituel ce sera, un jour où j'ai la journée de libre, de reprendre ces mots, cette phrase, souvent ça se passe dans mon atelier où j'ai une bougie, où je fais un voyage au tambour, ou je fais juste une méditation et puis je pose ces mots avec la méthode que je t'ai donnée pour... et puis en disant maintenant je pars pour une quête dans la forêt... et puis, une image va naître de ça... je pars avec l'intention de faire une photo, une image ou une série d'images... en réponse en cette intention, c'est ça mon truc, ma marche à suivre... (...) et là encore je pars pas avec l'idée de trouver le pendu sur l'arbre ou le bout de bois qui ressemble, ou comme ça, non, non, non, je pars avec le bonheur de partir en forêt de partager avec les énergies de la forêt, de faire une vadrouille, de faire... là encore une fois, si j'ai ça en tête, ces mots en tête, ça marcher a pas... je vais être là, je vais chercher... ça va être

construit et puis il n'y aura pas de sens, et puis il n'y aura pas de force... l'idée c'est que... donc c'est génial parce que je pars dans mon truc, dans mon histoire avec quand même..., le but c'est ça... donc j'ai ça en fond... mais ça peut arriver que je marche des heures... tout à coup ça fait 3-4h que je suis là, j'ai pas une photo, il n'y a rien... ouais ok, tranquille... ça viendra, ça peut se passer en 5 min sur le retour, c'est vraiment... tout d'un coup quand je suis dans la forêt, j'ai même souvent oublié cette intention, je suis pris dans un truc parce que voilà, l'avantage de s'boiser c'est que ça t'emmène dans des mondes, dans des choses, je suis dans une histoire, et puis tout à coup, c'est évident... aussi parce que je le fais depuis longtemps... ben là il y a une photo, il y a une photo à faire... mais c'est peut-être même pas... parce que j'en fais plusieurs... donc c'est peut-être même pas la photo... de la personne et de l'intention... mais il y a une photo... et puis il y a une autre photo... peut-être qu'il y en a qu'une... peut-être qu'il y en a 5-6... puis après je rentre... là j'avais souvent le temps donc souvent j'aimais bien... après s'il y a une demande précise faut que ça suive donc il faut que ça se passe en une semaine... tu vois temporellement... quand j'ai le temps... en l'occurrence dans ce que j'ai expérimenté jusqu'à maintenant je laissais plus de temps pour pouvoir oublier vraiment les mots de l'intention... pour que quand j'arrive devant les images, je sais plus de quoi ça parle, je sais même plus les mots de l'intention, je sélectionne mon ou mes... un ou 3,4,5... soit soit c'est une série d'images, soit c'est une grande image... je sélectionne cette image et que cette image elle vient... après je reprends l'intention et je la met avec l'image et souvent moi j'y vois 10'000 synchronicités ou 10'000 hasards... ou parfois j'y vois rien mais.. le fait de vivre avec tout à coup t'apportes des choses... chaque jour tu dis... « tiens il y a ça... » il y a des teintes, il y a des formes, il y a une émotion qui transmet, il y a une.. voilà... et ça pour moi, c'est... l'image est porteuse... elle matérialise, le retour et le soin... la clé... de transformation par rapport à la demande de la personne... et je trouve ça magique aussi... alors c'est une forme de rituel que je réalise... c'est une forme très compliquée de proposer à des gens parce qu'elle est sur plusieurs... il y a un rdv pour poser l'intention... après il y a une quête photographique... et puis après il y a un 2° rdv où j'offre l'image, où je pense qu'il y a un retour, il y peut-être d'autres choses qui sont apparues, au niveau chamannique, au niveau ballade, souvent c'est plus complet que juste une image... il y a des pistes ou des choses à... et puis... ben voilà... »

« Dans l'idée je te disais dans mes lignes directrices de choisir la lumière.. pour un photographe ça a double sens quoi... et puis c'est aussi ce double sens qui a un intérêt là-dedans... dans le sens où on cherche l'illumination, on cherche à être illuminé quoi... donc c'est être dans la lumière... et puis une photographie elle a besoin de lumière pour exister... c'est la lumière qui s'imprime sur un support... donc on n'a pas deux mots différents pour deux choses différentes... on parle d'énergie, de ressenti... ou on parle de photons qui viennent sensibiliser une surface quoi... (...) ça fait partie de cette exploration de me dire « à quel niveau ça se retrouve ? A quel niveau il y a la lumière spirituelle de l'univers qui est incluse dans cette image-là, si je fais vraiment bien le canal... avec un appareil, (...) »

« Je dénigre pas parce que c'est cool aussi... mais faire un soin dans un local quelconque avec un recouvrement d'âme ou une extraction... je pense que ça marche très bien pour plein de gens... moi je suis lent... j'ai besoin de m'imprégner... j'ai besoin de temps... je peux le faire mais c'est pas vraiment ma formule... voilà c'est une formule pour moi générique qui correspond pas exactement à ce qu'il y a au centre... alors que dans le rituel où dans cette forme-là de rituel et ben du coup il y a... c'est beaucoup plus précis, c'est beaucoup plus fin et puis une autre implication, et c'est assez joli... »

Tu fais le voyage pour la personne... l'image... et si c'est elle qui avait fait le processus... qq part chez les jungiens on va apprendre à vivre en lien avec ce processus...

« C'est deux méthodes très différentes »

« Moi les deux sont possibles, c'est deux méthodes différentes. Il y a des gens qui ont envie de se faire prendre en main où tu fais un soin.. par exemple ben je vais lui faire un processus photographique où il reçoit une photo, tout ça... »

« Après je peux lui proposer des pistes de lectures mais je vais pas moi lire pour lui, mais je vais dire qu'il peut être attentif à la lumière, qu'il peut être attentif à... »

« En général je dis pas grand-chose... Ben justement si dans le processus il y a eu plein de choses hallucinantes et qu'il y a moyen de... fin qu'il y a un intérêt à le partager, je pense que je le ferai... mais souvent pas dans un premier temps quoi... je pense que je le laisserais gauger un peu avec sa photo... cad que j'aurais pas envie d'induire trop de chose... donc j'aurais envie qu'il prenne la photo.. et peut-être on se voit une semaine après... »

« Peut-être même que la personne elle ne va pas conscientiser quoi que ce soit. Mais que c'est juste la photo. C'est peut-être comme une effigie, l'objet il est porteur de l'énergie dont la personne a besoin, qui va se nourrir à cette énergie là sans qu'elle dise « Ah mais ça c'est la tête d'un âne parce que ouais j'avais mon âne qui est mort machin... » enfin j'en sais rien... c'est peut-être juste un objet chargé de... porteur de... sans que ça passe par là... pour la personne également... je comprends pas cette image... ok et ben peut-être vit un temps avec quand même... ou peut-être qu'elle arrivera pas à vivre pendant 2-3 semaines et puis que ce sera après, tu vois j'en sais rien... »

Tu soulèves un point important, la différence entre l'image et l'icône...

L'icône était porteuse d'une énergie, qu'elle la matérialisait, alors qu'après l'image est devenue signe, représentation... pour Hillman.

« Non alors pour moi c'est clairement porteur de... s'il y a le travail d'intention... s'il y a tout ce rituel à qq part... de poser l'intention.. de demander, de s'en référer à un certains nombres de forces... moi je parlais des effigies... beaucoup de... même les petites poupées où tu mets les aiguilles... il y a des objets de pouvoir quand même... je suis persuadé que tu peux charger un objet de la force nécessaire à la guérison d'une personne... donc du coup, la photo elle peut porter ça... absolument ouais... pour moi c'est pas séparé en tous cas... »

Mais ça peut avoir du sens de mettre du sens ?

« Je sais pas comment les gens... chaque personne aborde une image différemment... c'est pas qu'il va trouver le sens en comprenant ou en regardant les formes, mais peut-être que oui... tout à coup.. j'aime bien essayer de décortiquer ou bien de rester un moment face à l'image et puis de voir ce que ça m'évoque, ce que ça m'évoque comme image intérieure, ce que j'y vois concrètement sur l'image ou... j'ai l'impression qu'on a chacun notre façon de faire... alors effectivement est-ce que c'est intéressant de suggérer ou pas... (...) Je lui proposerai de le faire mais elle tranquillement... de se laisser vivre avec... de voir ce qui revient... de voir aussi concrètement, juste pas forcément dans la compréhension mais par rapport à sa demande qu'est-ce qui

change en vivant... tout à coup dans deux semaines, dans deux mois de dire « tiens j'en suis où avec cette histoire... est-ce que ça a bougé ? » De suivre l'affaire d'une manière ou d'une autre... »

Pour moi ça peut être aussi difficile de se dépatouiller avec une intention, la manière de la poser qu'ensuite de savoir quoi faire d'un rêve, d'une image...

« L'intégration »

« Pour moi c'est pas au thérapeute de dire quel est le message »

Non mais d'aider à la personne à mettre du sens...

Je souligne que pour moi, à la FSS, ça m'a manqué parce que je fais des voyages mais je ne sais pas quoi en faire...

« Pour moi c'est un des grands manquements de la FSS, c'est qu'il y a très très peu... en fait l'intégration, tout ce qui est la digestion des trucs, on te laisse dans le bleu quoi... ça et la protection, FSS il n'y a pas grand-chose quoi... donc on est censé se démerder tout seul... et c'est vrai qu'on en cause beaucoup avec Carine de comment tu... typiques, quête de vision, t'y vas, tu jeunes 3-4 jours dans la nature, tu reviens et puis tu rentres chez toi ou bien tu reviens et puis tu mets du sens, tu recherches... c'est quoi que t'as vécu... t'as vu une petite fourmi... normal quoi... mais dans ce moment-là, cette petite fourmi, qu'est-ce qu'elle t'évoque... enfin tu vois... et je pense qu'effectivement on pourrait dire que t'as l'intention qui est un tiers du boulot, que t'as la forme thérapeutique ou rituelle qui serait un tiers et puis l'intégration qui serait un tiers finalement... parce que si t'intègres pas, tu peux en faire 25'000 de ces soins et puis que dalle... alors... »

Jung disait que c'est même dangereux, si tu reçois des messages et que tu ne les prends pas au sérieux... faire qqch...

Pas donner des réponses, mais accompagner en posant des questions... amplification, association...

« Je pense qu'il y a un truc qui est fondamental, effectivement... après je suis pas sûr que les esprits ils se fatiguent de... ouais j'ai déjà entendu cette idée... tu donnes pas non plus à n'importe qui si la personne n'est pas prête à le recevoir... tu vas pas... voilà... faire un soin si elle n'est pas disponible... tu vas pas faire un soin... c'est sûr que l'idée d'intégrer... c'est comme ça qu'il y a du sens... »

Si le symbole arrive quand le travail il est fait... qu'est-ce que ça change si tu reçois le symbole ou si tu as vécu le processus pour recevoir toi le symbole...

« Si t'es vraiment canal, l'énergie elle passe à travers... elle nourrit la personne et du coup ça fonctionne... après... est-ce que c'est ancré aussi bien... »

Comme à l'école on te dis que c'est pas la même chose si on te donne la réponse que si t'as du la trouver toi-même...

« Oui bien sûr, mais si t'es complètement en conscience avec un fort canal qui passe l'énergie ou bien si la personne elle fait son truc sans y croire en étant pas dans l'histoire... ça marche aussi peut-être... je sais pas non plus... »

« Après c'est comme l'histoire de la médecine... on a vraiment délégué notre santé au médecin et on est vraiment comme des mômes dans le système médical classique... c'est presque pas logique quand qqn se responsabilise pour sa santé et demande à savoir s'il reste à l'hôpital ou pas... ça fait chier le médecin quoi... en même temps, si on prend cette analogie-là, c'est tellement juste de se responsabiliser pour sa santé... et puis à quelque part on est tous cette possibilité de canal ou de connexion... alors après il y peut-être besoin de l'ouvrir ou de la sentir ou de l'explorer un petit peu... dans ce sens là, si on veut se responsabiliser ça paraît assez logique de se responsabiliser dans le soin aussi... mais c'est comme une bagnole... une bagnole tu peux la réparer... mais si t'as pas le temps, pas l'envie, tu peux l'amener au garage... j'ai l'impression que les deux sont possibles... et ça fonctionne les deux... il y a des gens qui en ont rien à cirer d'apprendre les mondes... ça marche, c'est cool, mais... »

Est-ce que tu donnes des actes à faire ?

« Des actes magiques du genre ? »

Comment tu relies au quotidien, elle socialise ce qu'elle a fait

« Comment elle ramène quoi ? Comment elle ramène à son monde »

« Avec l'histoire de la photographie c'est peut-être pas très à propos, avec l'histoire du rituel... j'aime bien donner qqch à faire... enfin j'aime bien... encore une fois... souvent... pendant le rituel... je suis connecté avec mes esprits et il y a un moment donné en fin de rituel, je vais demander s'il y a qqch à ajouter, si la personne doit prendre les pierres qui sont là... des fois le rituel il est clos, est-ce qu'il y a qqch à ajouter ? est-ce que la personne doit faire qqch de son côté ou est-ce que je peux dire qqch à la personne, qqch à ajouter... et là s'il y a qqch qui vient, j'aime bien ouais, je trouve que ça... ça permet de... encore une fois de matérialiser, d'impliquer la personne, de se reconnecter avec ce moment-là... et puis pour moi en tous cas ça fait vraiment de sens d'avoir un petit acte, d'avoir une bougie que tu vas rallumer chez toi, d'aller avec telle eau... avec les éléments souvent, avec les... un acte simple ou tu peux te reconnecter, te recentrer... ou un temps donné après où tu peux faire le point... ou bien si c'est un deuil, de retourner sur la montagne, d'avoir les cendres... fin j'ai l'impression qu'il y a vraiment souvent de quoi suivre l'action, fin... suivre dans la matière, pour continuer d'ancrer ou pour réaffirmer sa volonté ou pour X raison mais... (..) ouais j'ai pas mal lu Jodo (Jodorowski), je les rencontré 2-3 fois et puis ses actes magiques c'est qqch qui me plaît beaucoup... lui il m'en a donné et c'est qqch que je trouve assez efficace... enfin c'est de l'ordre du rituel, de l'ancrer dans la matière, de ces théâtres... on appelle ça la psychologie sacrée quand tu joues des mythes... et ben les actes magiques c'est de cet ordre-là et je trouve que ça va tout à fait bien dans ce mélange chamannique, rituel... psychologie sacrée... et... ça touche la magie par un acte loufoque, bête, ridicule ou complètement... qui te semble un peu décalé... ben c'est là la force de Jodo je trouve aussi de... d'avoir beaucoup travaillé avec ça et puis de pouvoir... j'ai l'impression que c'est comme s'il dialoguait déjà en direct avec l'inconscient... il a tellement de notion de symbolique etc. qu'il est assez juste... enfin qu'il est assez pertinent et percutant dans ses actes... après... si je donne un acte à faire c'est que j'ai reçu ça d'ailleurs... c'est pas moi qui vais inventer un acte à faire parce que ce serait cool quoi... souvent je demande et puis s'il y a qqch qui se donne... c'est beaucoup en lien avec plantes... avec les plantes... il peut y avoir des actions avec les éléments, les 4 éléments ou les plantes, ou retourner sur un lieu ou... d'écrire à quelque'un de brûler la lettre... je crois que c'est un élément important... pour moi c'est du rituel, donc ça rentre dans ce cadre rituel de transformation des choses, vraiment... »

Soit le rituel permet le processus, d'obtenir une réponse, soit il est là pour l'intégrer dans le quotidien la réponse du processus

« ouais pis ça permet de clore... alors un rituel ça s'ouvre, ça se ferme... alors tu le fermes sur le moment mais ça te permet de garder le lien avec ça... ouais est-ce que c'est le corps du rituel proprement dit ou ça peut être un rappel... comme tu prendrais une

photo pour.. voilà tu reçois une image dans un processus... dans un rituel tu as qqch à faire... encore une fois, les deux... enfin tout est possible... »

« Et c'est là où c'est pas simple... dans le sens que c'est important d'être hyper simple et clair et puis en même temps de laisser l'espace... et en même temps de pas trop tout caler... »

Lors d'un rituel « Réussir à sortir les gens du mental par justement des chants, des danses, la nature, la beauté, la poésie, le jeu, la méditation... mais trouver une formule où on arrive à sortir... »

Troisième entretien : C4

« Quand il y a par exemple quelqu'un qui m'appelle... qui a envie de faire un soin... moi je reçois la personne, dans ma tête, au début je suis complètement ouverte... je sais que je ne vais pas faire à la première séance du counseling. Ça c'est sûr que non parce que j'ai besoin que la personne ait un délai de réflexion... de vraiment se demander si elle a envie de faire et pis à certaines personnes je ne vais pas leur proposer. C'est au feeling aussi. Maintenant il y a des gens où je sens... tu vois par exemple si j'entends... moi je fais au feeling aussi... la première chose, je sais pas si tu te souviens... je t'avais parlé de mon guide qui est un guérisseur... et pis il est toujours... quand je fais un soin chamanique... que ce soit du counseling ou alors beaucoup plus fortement même quand c'est un soin de pratique chamanique... il n'est pas loin, tu vois... donc... moi je sens, j'essaye de sentir... ça de nouveau c'est un peu des mots flous... essayer de sentir qu'est-ce qu'il dit... tu vois je suis en connexion avec mes alliés, surtout lui. Et puis je sens dans quel sens ça va... mais si la personne... j'entends des choses comme... qu'elle est vachement intéressée par le chamanisme, qu'elle a envie, que c'est une voie qui l'appelle... je me dis « ok ben peut-être cette personne-là... » ou si je sens que c'est quelqu'un qui est vraiment (...) quelqu'un qui serait un peu actif dans sa manière de faire, qui n'est pas trop au fond du trou non plus... je me dirai « et ben peut-être cette personne là ça vaut le coup, je lui propose du counseling... » et la fois suivante il me dit s'il a envie de faire ou pas. »

« Pour moi la pratique chamanique, ça va être vraiment... la personne elle vient avec sa demande, et puis souvent, comment ça se passe pour moi (...) souvent ce que je fais, je fais un voyage diagnostic d'abord.. je vais voir... l'intention de la personne c'est hyper important... quand cette intention elle est claire, je pars pour aller explorer par rapport à ça... et puis après... moi je fais à la suite souvent... je fais des choses dans la réalité chamanique, dans la réalité non ordinaire et puis... je... souvent... après il y a un moment où je matérialise dans la réalité ordinaire aussi... parce que c'est... comment dire ? Pour moi, il y a un côté où il y a presque tout qui est fait dans la réalité non ordinaire... mais ça peut pas marcher comme ça... il y a besoin de matérialisation dans notre monde... c'est vachement important ce passage là... »

« Le counseling... si tu veux l'idée de base pour moi c'est que la personne elle puisse elle-même aller se connecter à ses alliés, cad à cette sagesse, à cette espèce d'immense réserve de sagesse et de guérison et de lumière... qu'il y a dans le monde d'en haut, le monde d'en bas... donc avec les alliés chamaniques... qu'elle puisse elle-même... moi j'offre le cadre, une espèce de sécurité, et pis c'est la personne qui fait son travail... et moi, pour moi, c'est magique, parce que je redonne le pouvoir à la personne... et je pense que profondément il y a... ça c'est vraiment une de mes convictions... on est quand même, soi-même, la meilleure personne pour se guérir, quoi... ça c'est sûr, et pis c'est magique de voir... j'adore cette méthode... »

Parce que tu ne fais pas grand chose concrètement...

« Tu apprends avec application à ne rien faire... enfin c'est pas vrai qu'on ne fait rien... venons sur l'intention... »

« C'est pour moi il y a 1/3 du boulot qui est fait si l'intention elle est bien posée... pourquoi la personne elle vient... quand la personne elle dit par exemple « J'aimerais comprendre pourquoi j'ai de l'eczéma... » J'invente n'importe quoi hein... mais la première... « tu veux comprendre ou tu veux guérir ? » Je vais pas lui dire comme ça... c'est intéressant parce que le fait d'avoir de l'eczéma, c'est un symptôme de qqch de plus profond... pis souvent tu peux pas guérir l'eczéma si la personne elle n'a pas réussi à équilibrer ce qu'il y a de plus au fond... à la limite, elle a besoin de ce problème d'eczéma... on ne sait aps ce qui se passerait si on faisait juste disparaître ce problème là... pourquoi la personne vient... de poser la question... alors moi ce que je fais... je laisse beaucoup parler la personne... juste le contraire de ce qu'on fait maintenant... et là ce qui m'aide, je remarque... c'est mon boulot d'infirmière quand même... on a beaucoup travaillé sur les histoires de relations d'aide... où tu aides la personne à exprimer ses sentiments... t'essaye de... nous on apprend aussi que les personnes apprennent à se connecter à leurs ressources... qu'elle puisse identifier leur difficulté par rapport à leur problèmes de santé... et puis aussi, où je me suis retrouvée quand même... où j'ai appris au niveau relationnel à gérer des moments de graves crises... tu vois en néo-nat, des fois c'est vraiment dur quoi... donc tout ça fait que quand je suis en face de quelqu'un pour un soin chamanique, je suis sassez tranquille, même si la personne elle est en crise, si elle pleure... moi je peux vraiment accueillir ça, sans que la personne soit en danger ou que moi je sois en danger... j'arrive à... et pis... je la laisse parler en orientant la discussion... un petit peu, tu vois, comme tu fais là avec moi... souvent là il y a de l'émotion qui sort aussi... et pis au bout d'un moment, je lui explique ce qu'on peut faire... je vois si ça va pour elle, et puis là il y a aussi un moment dans le counseling... donc elle t'as expliqué Carine toute l'histoire de l'enregistrement... (don la personne elle a le casque sur les oreilles, c'est ce que j'ai compris, pour écouter le tambour... et pis elle dit à haute voix ce qu'elle vit, et puis toi tu enregistres ce qu'elle dit...) Voilà... (pis toi t'es garante du cadre, t'es là, t'es présente... et puis à la fin, après vous réécoutez...) ouais on réécoute ensemble, où elle elle n'est plus en ECM.. elle réécoute son voyage, et pis elle garde son voyage pour elle après. Et pis il y a une autre chose très importante dans l'histoire de counseling qui change plus... tu vois si moi je vais faire de la pratique chamanique, j'avertis la personne, je lui dis « bon écoute là ben je vais te faire un soin chamanique, je vais faire du tambour, pis c'est possible que je te touche à certains endroits... peut-être que je vais faire des bruits bizarre, je vais peut-être chanter... voilà comme ça tu sais... et pis je te dirais si il y a besoin que tu t'assesses ou si tu peux rester couchée... voilà... » J'avertis, mais je dit pas ce que je fais, pis je dis pas où je vais... je parle pas de la réalité,, enfin des différents mondes... mais souvent elles ne posent pas de question... elle elle a besoin... elle a une petite idée ce que c'est le chamanisme pis elle a besoin qu'on soigne son problème... tandis que la grande différence au début du counseling c'est d'expliquer la vision chamanique du monde, comment tu vas dans le monde du bas... ça ressemble beaucoup à un stage de base si tu veux, ce qu'on fait... et le premier voyage, la personne elle va aller rencontrer son animal de force... après il y a un autre voyage où elle va aller son animal de force avec son intention... donc tu vois il y a aussi de nouveau ce travail sur l'intention... qu'est-ce qui est important pour la personne... alors là moi j'ai un peu des phrases clés que je sais que je peux utiliser, comme « là maintenant pour toi, quelle est ta demande, ta prière, ton intention la plus forte ? » Tu vois "... »

« Je laisse parler la personne, on essaye d'arriver sur le noyau, qu'est-ce qui se passe quoi, pourquoi elle est là ... et puis il y a un moment donné où... je pourrais utiliser une phrase du style « maintenant, ici maintenant, quelle est ici pour toi ta demande, ta

prière, ton intention la plus forte, quelle est ton intention maintenant, quel est ton besoin le plus fort... » Et puis là je me connecte vraiment... et puis je sens s'il y a de la force... moi c'est comme ça que je fais... parce que c'est comme ça qu'on travaille dans le chamanisme... c'est toujours une histoire de force... est-ce qu'il y a de la force dans sa demande ? Il y a un des exercices qui est super bien... que t'as peut-être fait au stage de base... c'est l'histoire de l'oracle de la pierre... ça te dit qqch ? Où tu t'exerces à sentir... est-ce qu'il y a de la force dans... (...) bref l'idée c'est... après je peux me tromper... mais je peux sentir que non... elle habite pas sa demande... et là je suis assez... je dis « ouais là écoute pour moi... » Là je suis un peu directive... je dis « t'es sûre que c'est ça ? Là je la sens pas... » Après il y a ce rôle... ben souvent c'est juste, donc la personne aussi elle sent... et ça m'est arrivé de sentir que c'était pas... sur le nœud et d'arrêter de demander... de me dire « non mais là... la personne elle ne peut pas aller dans son truc... c'est trop fort... » et ça pour moi c'est un des points aussi vachement important dans le counseling, c'est de respecter les limites de la personne. C'est ça qui est joli... Ben c'est juste des fois qu'il y a des choses que tu ne vas pas aller... gratter, c'est trop fort, c'est pas le moment, et pour moi ça veut pas dire que ça sert à rien. Tu peux faire d'autres choses, tu consolides d'autres endroits, mais voilà... si la personne elle ne va pas à cet endroit, ben... »

« Pis par rapport au fait de rien faire... au début c'est un peu surprenant (...) toutes les personnes qui font du counseling elles disent ça... il y a un côté il faut oublier ce qu'on a appris au début... parce que tu ne voyages pas... alors moi je suis là, complètement, et puis je suis là avec mon guide... et puis je sens ce qui se passe... cad que je garde l'espace physique de la réalité ordinaire... mais je sens aussi... je vais pas aller intervenir dans le voyage de la personne même à un niveau de réalité non ordinaire, ça c'est sûr que non... mais je suis quand même garante qu'il y a un... c'est en t'en parlant que je pense à ça... mais c'est un truc assez subtil... peut-être que je me trompe... parce que aussi je n'ai pas assez d'expérience... mais j'ai l'impression qu'il y a quand même un côté où je suis garante que la personne ne se perde pas trop... »

« Le check retour... ça c'est vraiment important aussi... (...) je suis garante de ça aussi »

« Après c'est tellement joli de voir la personne faire son chemin et de voir les esprits aussi... interagir avec... moi j'ai toujours trouvé... c'est énorme quoi... la personne elle pose une intention, dans les 3 premières minutes elle reçoit tout quoi, le soin, la réponse, comment elle doit faire... mais je suis là, sidérée... pis la personne, elle revient de son voyage pis elle dit « ouais euh... il n'y avait rien dans ce voyage... » e moi je suis là « euh... » et tu te tais... (ah ouais ?) et ça c'est super bien je trouve... parce que sinon je reprends le pouvoir, de dire... « ah oui mais au début, il y avait ça qui était bien » ou je sais pas quoi... mais au début c'est vachement dur de se faire... et pis en plus la personne elle demande... « qu'est-ce que t'en penses... » parce qu'elle aurait envie de ton check, de ton feedback... mais ça veut dire aussi là qu'elle n'est plus dans sa force, ce n'est plus elle qui tient l'histoire... c'est de nouveau à qui elle redonnerait... »

Je dis que ça ça me questionne beaucoup... parce que je pense qu'il faut aussi apprendre à nourrir, à donner du sens, à amplifier... « Ouais ben écoute... moi ce que j'ai vu... donc le soin... le counseling chamanique, c'est sur 5 voyages, 5 voyages, 6-7 séances... 5 voyages avec la personne et pis... un voyage... après il peut y avoir un voyage à distance... mais l'idée ce que cette personne elle a cet outil et puis elle peut continuer à le faire toute seule quoi... mais... moi ce que j'ai vu de ça... moi j'ai respecté... comme j'ai appris une nouvelle méthode, au début je respecte le protocole... en tous cas au début... le protocole il est comme ça... comme tu dis, j'avais vachement envie de dire « eh... mais eh... » J'ai pas fait, et c'était génial parce que la chose elle a fait... la personne au cours des séances l'histoire elle se construit. Et pis elle a ses séances, elle a son soin qu'elle intègre... Tandis que si... toi par exemple... si je te dis « il faut profiter du moment présent » ouais... mais est-ce que tu l'as intégré. ? »

Ouais souvent on oppose les deux mais il me semble qu'il y a des façons de faire, type analyste jungiens, de dire « ok, mais quand t'as vécu ça c'était comment pour toi, t'as vu ça, il s'est passé quoi ? » faire des associations, des amplifications... en te laissant guider...

« Alors moi j'étais comme toi... en plus au début... moi j'adore faire des voyages chamaniques, et pis c'est moi qui vais, pis je vois, pis je discute avec les guides... « ça y est là on va faire un monstre boulot » Par exemple le recouvrement d'âme, c'est tellement beau quoi... c'est tellement de travailler avec les âmes, pis la personne elle réagit fort à ça, et c'est qqch de vachement valorisant pour moi... et pis ça c'est fini... avec le counseling, il n'y a pas ça... Mais de voir la personne qui elle va rencontrer... et pis, la grande différence je pense... enfin, c'est ce que je verrais de différent avec la vision jungienne, c'est de travailler avec les alliés... cad de faire confiance aux alliés, qu'ils vont faire le boulot, et ils le font, et ils le font hyper bien... sauf que ce n'est pas comme moi... je verrai l'histoire... c'est pas au rythme où moi quand je vois... la personne elle dit ça, je me dis « ouais... » ou alors elle dit, je sais pas elle raconte un truc dans son voyage et puis là tu te dis « oui mais là il faut que... » je sais pas... tu te dis « mais là il faut qu'elle passe la porte... » ou je ne sais pas quoi... mais non, elle ne la passe pas, elle ne la passe pas, fin je veux dire c'est... et c'est juste et ça se passe... ça se passe... moi c'est ça que j'ai trouvé le plus fou c'est que d'une manière hyper subtile... hyper jolie et pleine d'amour, et pleine d'humour aussi... ça se fait quoi... ils sont vraiment... moi je trouve qu'ils sont magiques... »

« Alors peut-être que ça ne convient pas à tout le monde... je pense que tout le monde est capable de faire un voyage chamanique... fin... il faut avoir quand même la possibilité de faire la différence entre les différents... entre les différentes réalités quoi... tu vois qqn qui serait complètement dans un délire, il ne pourrait pas... mais autrement, beaucoup de gens peuvent faire des voyages chamaniques... ou si tu as trop de résistances aussi... des fois les gens ils ne voyagent pas... donc des fois là un soin chamanique c'est bien... »

« Mais là, je suis là... je ne suis pas en train de penser à autre chose, vraiment pas... je suis profondément là, ... avec mes guides... tu vois ? »

Je parle de l'importance de l'intégration... abordée avec Christophe et Carine

« Alors si tu veux moi je prends vraiment un moment... si tu veux la personne... on discute avant... elle fait son voyage... on discute après... mais en fait on discute... je la laisse parler... »

Mais si elle te dit « non j'ai rien vécu », l'aider à « mettre du sens », mais c'est intéressant si tu me dis qu'en fin de comptes les personnes trouvent ce qu'ils étaient venus chercher ?

« Alors c'est marrant, parce que moi c'est le protocole que j'ai appris (...) et moi j'ai vraiment cette idée d'apprendre... comme je t'ai dit j'ai pas 10 ans d'expérience avec ça... mais le fait de suivre cette méthode, moi je suis bluffée comme... parce que je te dis... au début je m'arrachais les cheveux... et puis il y a encore une chose, c'est que tu laisses entre une semaine et trois

semaines, à la personne avant le prochain voyage... donc il y a tout un processus qui se met en place... les esprits, ça c'est moi qui dit, les esprits ils savent... il savent qu'il y a ce temps là... ils savent que le prochain rdv... ils savent qu'il y a 5 séances... donc eux ils ont le temps de faire leur histoire... ça voilà... et pis ils savent aussi que le prochain rdv il est dans tant de temps... et pis ça se mature gentiment, ça se travaille et pis au début de la séance... il s'est passé plein de trucs dans sa vie, il y a des choses qui ont bougé, il y a eu... ou c'est hyper émotionnel, la personne elle pleure, ou ça l'énerve la méthode mais elle va quand même refaire... pis je pense que là il y a des choses qui avancent aussi... ben moi ça m'arrive de poser des questions mais c'est très peu orienté... c'est pas de l'amplification... moi je ne fais pas ça quoi... je vois bien ce que tu veux dire... parce que ce n'est pas une méthode psychologique, c'est pas de la psychologie... par contre je pense que je pourrais revenir... par contre dans le processus je ne vais pas faire de soin chamanique, on demande à la personne aussi de ne pas faire de voyage chamanique entre deux... mais... par exemple quelqu'un qui serait bloqué, qui n'arriverait pas à voyager du tout... pour moi il y a qqch à débloquent... et... peut-être à ce moment-là je ferais un soin... pis peut-être dans 5 ans je te dirais... « alors là si la personne elle est bloquée... j'interviens... » j'en sais rien... pour l'instant je fais comme ça... et je trouve que c'est très bluffant, très très bluffant... et pas de la manière que je pensais... »

Et t'aurais un exemple ?

« Une personne c'était dans le premier voyage, il y a eu des moines qui sont venus vers la personne, qui ont répondu à sa question, à son intention, qui lui ont donné un objet genre objet de pouvoir, je sais pas quoi... pis à la fin du voyage « ouais... mais franchement il ne s'est rien passé... » et pis plein d'histoire, fin entré dans une caverne, passé dans un univers... fin je ne me rappelle plus le voyage... moi j'oublie un peu les voyages des gens... pis à la fin « ouais non, ça m'énerve, il ne s'est vraiment rien passé dans ce voyage... » pis moi j'étais là « ouais, bon » et puis plus tard la personne elle a vraiment intégré la force du message des moines, mais sans... si tu veux, sans faire référence au premier voyage... mais c'est pas très précis ce que je te raconte... »

« Aussi des trucs où... par exemple la personne elle arrive au cœur du problème dans le voyage chamanique... tu vois vraiment qu'elle est en train d'arriver sur le truc... et elle a hyper peur... et pis elle ne va pas... tu vois là, ce serait moi qui ferait le voyage... j'irais voir, j'irais essayer... et je ne suis pas sûre que ce soit très utile, parce que la personne, si c'est trop pour elle, elle va refermer dessus... alors je suis sûre que la personne est capable de se protéger par rapport à ça... tu vois si on peut imaginer, je sais pas, un recouvrement d'âme de qqn et pis que l'âme elle n'est pas prête à revenir, elle repartira tu vois ? Ou bien si tu... avec les personnes décédées, s'il y a un bout de l'âme de la personne décédée qui est toujours là avec la personne, l'idée serait de rendre à chacun sa part... mais si la personne elle n'est pas prête de lâcher et ben ça va revenir, tu vois ? Tandis que là la personne elle définit elle-même si c'est trop, fin elle dit pas mais elle va pas... mais par contre... elle aura toujours ce truc là qui n'est pas résolu si tu veux... mais elle aura réussi à réintégrer sa force, à comprendre... une personne qui me disait... qqch comme... si tu veux elle s'est donné le droit, qu'elle n'allait pas tout résoudre et que c'était ok... qu'elle n'était pas prête à ça et pis qu'il fallait qu'elle soit douce avec elle-même et profondément, elle s'est donné cette autorisation là... et ça ok... c'est beaucoup plus juste que... moi qui vais, qui résous le truc qui est pas du tout résolu parce que c'est pas elle qui a fait... c'est vraiment de marcher à côté... tu vois, c'est... moi j'accompagne... moi je suis touchée comme les personnes elles font confiance... tu vois c'est hyper intime quand même de raconter un voyage chamanique... tu parles quand même... t'es en EMC donc t'es... t'as pas tes filtres la même chose... et pis c'est... moi j'ai l'impression de rentrer dans l'univers de la personne et puis c'est magique quoi... bon ça ce n'est pas par rapport à l'efficacité ou je ne sais pas quoi... mais les gens, ça ramène de la joie. Les gens ils sont vraiment contents... même si des fois c'est dur... moi j'ai eu vraiment des gens qui pleuraient... ou qui étaient fâchés ou qui avaient peur en rencontrant leur animal de force ou qui arrivaient pas dans le monde du bas... ou qui restaient coincés je sais pas peut-être ¼ d'heure dans le tunnel ou non peut-être 10 minutes... c'est dur de rien faire... »

Tu dis que tu ne parles pas de l'efficacité... mais à force j'ai de plus en plus l'impression, ça a été dit mais à force je ne sais plus ce que j'ai lu et entendu... mais que le fait de partager ce monde indicible, mais de le rendre presque palpable... pas de le partager où je te dis de manière abstraite mais presque te le décrire un peu comme si tu vois un film...

« avec tous les sens... c'est ça aussi... c'est pas juste la vue, c'est pas juste voir, je ressens, je sens l'odeur, je touche... »

En hypnose c'est presque comme ça que tu induis un voyage, avec les analystes jungiens c'est comme ça qu'ils font décrire les rêves, avec les détails précis.

Et que ce serait presque de pouvoir partager ce monde-là et de le faire vivre qui serait thérapeutique en fait... rien que de pouvoir le faire exister, de le rendre palpable à qqn d'autre... et c'est drôle parce aujourd'hui c'est mon 3^e entretien et c'est la troisième fois qu'on me dit « et ça procure de la joie »... de pouvoir vivre ce monde... c'est intéressant.

« Peut-être aussi que je peux me lancer dans cette histoire-là c'est parce que je vois ce que le chamanisme m'a apporté dans ma vie... c'est qu'au début j'ai pas du tout eu l'idée de faire des... des soins chamaniques, pour moi c'était pour moi que je le faisais... tu vois c'était un développement spirituel incroyable... c'était... je t'ai dit moi je suis rentrée chez moi en découvrant le chamanisme. Moi ça m'a vraiment... ça m'a guéri de choses, ça m'a ramené de la joie, ça m'a amené de la force, tu vois ce que je veux dire ? Pis... si tu veux j'ai l'impression que de pouvoir faire le pont entre ce monde et des personnes qui en ont besoin, c'est magique... et... et c'est assez marrant parce que je vis dans mon boulot d'infirmière, ces temps je suis aussi dans le même genre de démarche... et comme on a fait pendant une année l'école à la maison pour nos enfants. On a vécu fort ce truc là aussi. En fait depuis, je pense, 2 ans je vis très fortement cette... j'avais déjà cette idée avant mais... de redonner le pouvoir à la personne... tu sais c'est le terme « empowering » mais c'est hyper fort pour moi... c'est... je pense vraiment que c'est le plus intéressant qu'on puisse faire pour soigner quelqu'un... tu vois par exemple, les parents par exemple de bébés prématurés... chacun a nos rôles et pis le bébé il a besoin d'infirmières et de médecins et de machines... et il a besoin des parents... et vraiment de travailler ensemble, en partenariat avec eux et qu'ils puissent prendre des décisions, dans le cercle leur rôle... et ben ça ça commence à se développer dans les hôpitaux, qu'il n'y avait pas du tout avant, qui est essentiel et ça change tout... comment les parents se sentent, le rapport qu'ils ont avec nous, comment le bébé va... fin, moi je pense... je parle des parents parce que je suis en pédiatrie mais ça serait la même chose avec un patient... tu vois je trouve que de plus en plus... et pis les enfants pareils, à l'école que ce soit eux qui décident qu'est-ce qu'ils apprennent, comment... mais c'est difficile »

« On peut dire comme ça... s'entraîner à bien rien faire... mais c'est pas vrai... tu fais juste ce qui faut pour... comme tu fais peu, tu dois le faire mieux... »

→ compare avec l'école à la maison, redonner le pouvoir aux enfants sur leurs apprentissages... « C'est d'attraper le truc... comme au vol... tu dois être super attentif, tu dois nourrir ça... »

Et par rapport à l'objectif, quand tu fais plus un soin... les voyages diagnostics c'est dans le cadre du soin ? Et par rapport au counseling ?

« Ben déjà la personne quand elle vient me voir... la première fois... avant qu'on définisse qu'on va faire du counseling ou bien comme ça et bien il y a « pourquoi t'es là ? » Tu vois, je ne le dis pas comme ça... mais c'est ça la question... »

« Si c'est vraiment un soin... il peut y avoir plusieurs niveaux... Je fais ce qu'on me dit de faire, tu vois ? Je pars avec l'intention de la personne... mais après le guide... ça va être souvent le guide mais ça peut être d'autres alliés, ils vont me montrer qu'est-ce que j'ai à faire quoi... »

Très concrètement ?

« Ca va d'abord être dans la réalité non ordinaire »

Comment ils te montrent ?

« Des fois je rigole des fois je dis « c'est du Pictionary » tu sais c'est ce jeu où tu dois deviner... ça me fait tellement rire... je me dis « des fois ils doivent être dépités » Tu sais ils me montrent quelque chose et puis je ne comprends pas... pis ils me remontent autrement... si tu veux moi j'ai mon dictionnaire... tu vois je sais si j'ai à faire... je vais voir si... par exemple si c'est l'âme de quelqu'un qui est mort et pis qui n'a pas encore transcendé, je vois... et en même temps il y aura mon animal de pouvoir qui est là pour m'aider dans le travail avec les personnes ou les âmes des personnes mortes ou près de la mort... donc du coup... après je vais aller discuter avec cette âme... je prends un exemple comme ça... alors la personne « je vois ça, qu'est-ce que c'est ? » parce que ça peut être plein de choses, tu vois ? Il me dit « ah ben je suis le grand père, je suis là pour protéger ma petite fille... » pis là je vois que... moi je vais regarder mon animal... je me fie vachement à mes alliés... et là je vois que mon allié, il n'est pas... il est un peu... c'est pas net... tu vois, dans le sens... c'est pas que le grand père il est méchant ou qu'il faut absolument séparer ou... tu vois il faut y aller mollo... mais je vois qu'il y a un truc, que c'est pas tout tranquille, c'est un petit peu trop, le grand père il est un peu trop là. Ben du coup je discute avec... je dis « mais... est-ce que vous êtes bien là ? Pourquoi vous êtes ? » Fin vraiment je suis en interaction avec... (...) et pis il répond... alors là, la manière dont il répond c'est... c'est plusieurs canaux... je dirai le canal où je suis le plus sûr... c'est un peu paradoxal... c'est quand je sens... j'entends... parce que j'entends... si j'entend... c'est bizarre... des fois j'entends une voix à l'extérieur de moi mais des fois je sens une voix à l'intérieur... j'ai jamais fait attention à ça... (...) ou bien alors je vois juste qu'il est là... voilà, il a un truc à dire à sa petite fille... et pis ça peut que... là par exemple si je vois l'animal qui s'agit un peu... que la personne... c'est peut-être pas le grand-père, mais la personne elle a ramassé un truc, l'âme de quelqu'un qui est décédé, un bout d'âme... c'est rarement toute la personne qui est là... et pis que je sens que c'est ok, que c'est clean... pis je lui dis aussi « ben écoutez, là c'est peut-être un peu lourd pour la personne, peut-être que ce serait bien de vous séparer et... je peux vous montrer un endroit où vous allez être mieux si vous voulez... et pis ok... c'est fluide, ça marche... et pis là c'est mon animal pour ce travail-là qui va me montrer le chemin... pis alors là je vois de nouveau bien... j'ai de nouveau mon Pictionary si tu veux... ça je les connais... (...) ben voilà moi j'ai un signe... la porte pour passer dans le monde des morts, je sais qu'elle est là... donc des fois... en général c'est juste mon animal qui l'amène puis qui passe avec et pis après c'est fait... ou bien ça peut être... tout à coup ben je vois hyper nettement que mon animal de pouvoir par rapport au travail sur l'âme, qu'il y a un bout d'âme... et puis je fais un acte physique dans la réalité ordinaire. Et pis là je suis entre les réalités... souvent quand je fais un soin... après le premier voyage diagnostic, j'incorpore mon guide... j'ai vraiment... je l'appelle, j'ai un rythme au tambour où je l'appelle... pis il est plus ou moins à l'intérieur de moi... des fois c'est très très fort... pis des fois c'est un peu moins... mais il est là, et c'est lui quand même pas mal qui guide le soin... on est vraiment les deux mais si tu veux moi je suis plus... je me mets au service à ce moment-là... »

« Si tu veux... J'ai fait un voyage diagnostic, j'ai vu un peu en gros ce qui avait comme histoire, j'ai peut-être aidé une âme à aller plus loin où je ne sais pas quoi... (...) à ce moment-là j'ai un travail à faire dans la réalité ordinaire, donc je demande à mon guide de venir m'incorporer pour qu'on fasse ensemble le travail dans la réalité ordinaire. Et là je suis entre les mondes un peu... cad que... j'ai appris une manière pour vraiment rendre l'âme... qu'elle retourne chez la personne... et pis après j'oscille entre les mondes... je retourne dans le monde chamanique, est-ce qu'il y a encore qqch à faire... tout à coup ouais ok, peut-être que là il y a une histoire d'extraction... ou bien la personne on va lui donner de la force... alors de chercher quel type de force elle a besoin, de lui donner cette force aussi... et souvent à la fin du voyage... alors je ne fais pas tout le temps... mais souvent... parce que tu vois, les images que je reçois c'est pour moi... dans le sens pour que je comprenne ce qui se passe et que je puisse travailler dans la réalité chamanique... mais.. je demande « est-ce qu'il y a qqch pour la personne, que je lui dise ou que je lui explique... ou que.. une image pour la personne... à la fin... comme ça aussi... pour ne pas lui ramener des trucs qui ne lui appartiennent pas... (donc tu ramènes pas les autres choses que tu...) Après ça c'est le truc... je pense, tu vois les chamanes, dans les traditions... traditionnelle... il n'y a pas de blabla quoi... je pense ils font leur trucs pis c'est fait et puis voilà... là... nous on est quand même vachement dans la parole... (...) moi j'ai un côté un peu efficace comme ça... je pense que c'est mon côté « infirmière soins intensifs » clac, clac c'est fait pis... pis ça va pas aux gens, ils ont besoin que tu leur ramène qqch... donc moi je leur raconte... mais je pense que ça c'est une partie... comme l'intention... comment tu racontes le voyage, c'est vachement délicat... c'est un moment hyper délicat... qu'est-ce que tu dis quoi... alors je me sens très responsable de ce que je dis... et pis des fois là où c'est difficile c'est si j'ai vu des trucs pas cool quoi... »

Tu les dis ?

« Non... oui, oui... parce que si tu veux... tu vois ce que je trouve compliqué c'est que c'est pas bien ou mal... tu vois je peux voir des images de cadavres et puis c'est pas grave... tu vois c'est pas forcément... « ouais j'ai vu plein de cadavres en décompositions... » ben déjà c'est des images peut-être qui n'appartiennent qu'à moi, que c'était les images que j'avais besoin de voir pour comprendre l'histoire... donc qu'est-ce que je lui ramène cette histoire... la personne elle peut stresser... pis que c'est peut-être juste une image de transformation, c'était pas forcément négatif, mais tu peux pas ramener à quelqu'un lui dire « ouais écoute il y avait plein de cadavres partout... » Mais par exemple.. là ce que je vais faire... ben de nouveau, là je vais le faire au feeling... mais ce que je vais faire c'est que je vais dire... par exemple, ça serait les cadavres... je vais peut-être dire... j'essaye d'imaginer, j'invente hein... si j'ai vu ça, je vais dire qqch comme « ouais j'ai senti que... qu'il y avait des choses qui étaient en transformations, des mouvements de fonds qui bougent, qui brassent... et pis... ben le processus il se fait... » tu vois, je positive

un peu les images que je vois... surtout je crois pas que c'est... ou bien alors je dis... tu vois, je vois un truc vraiment dégeu, quoi... une extraction... un gros machin collé pas beau... et pis... ben le travail il a été fait... je dis « il y avait un truc qui n'avait rien à faire là... ben voilà, maintenant c'est bon, c'est réglé, il est enlevé, tu vois, c'est fait quoi... pis j'ai pas besoin de donner les détails de comment était la chose, tu vois... »

Tu as dit que le travail se fait surtout dans la réalité non ordinaire mais qu'il y a besoin de ramener qqch, de faire qqch dans le monde ordinaire... tu dis que c'est surtout pour la personne, pour qu'elle voie ?

« Ouais alors au début je pensais que c'était ça mais je pense que c'est plus... en fait... c'est aussi en parlant avec Christophe... j'ai mieux compris l'histoire par rapport.. tu sais lui, je ne sais pas s'il t'as parlé un peu de ses boulot qu'il a fait par rapport aux rituels ? Et je crois que je commence à comprendre un peu l'importance du rituel, de faire un acte dans la matière même très très simple... »

T'as des exemples ?

« Ouais plein... ben déjà dans les perceptions... tu vois, si qqn va chercher la force pour moi... de la force, et me donne de la force... ben ça sera pas du tout pareil s'il fait le travail dans la réalité non ordinaire, point. Ou s'il fait le travail dans la réalité non ordinaire et puis quand la force elle est là, il me pose les mains dessus... ça circule... là je sens la force qui passe. »

Rendre palpable le travail fait dans la réalité non ordinaire...

« oui c'est ça... »

« Pas tout le temps... mais quand je demande après s'il y a qqch pour la personne... des fois ça peut être aussi... je reçois des fois des... un rituel qu'elle elle a à faire par rapport à ça... « Comment elle va accueillir son âme qui est revenue... » »

Me raconte le retour d'un voyage en Thaïlande... toute la famille avait de la peine à revenir, se sentait encore un peu là-bas. Plus de plaisir à être en Suisse, dans leur maison. Ont décidé de faire un rituel au bord de la rivière...

« (...) mais après on a fait.. mais je sais pas trois gestes... j'arrive plus à me souvenir... mais genre, on a pris de l'eau de la rivière, on se l'est mise sur le front, vraiment un truc hyper simple... « voilà maintenant on est là » et c'était réglé. J'étais contente d'être ici... il y avait de nouveau des couleurs.. je voyais plus la vie en noir et blanc, plus de rêve de Thaïlande... incroyable, incroyable... pour moi c'est vraiment aussi le... le fait d'ancrer la chose dans la matière... »

« Mais tout... autant les chamanes, l'église catholique... on est tout le temps dans les rituels... fin je veux dire ,c'est hyper important, tu vois ? disons...commencer un soin... pour moi c'est devenu vachement important... J'allume une bougie... ça ouvre l'espace... et ça le fait énergétiquement... c'est en interaction... on ne peut pas se dire, il n'y a que la réalité non ordinaire, il n'y a que le monde... des énergies des forces... c'est complètement en lien les deux... si je fais qqch dans la réalité non ordinaire ça a des répercussions dans notre réalité, pis dans l'autre sens pareil... si j'allume une bougie, ça dit qqch aux esprits... l'énergie elle bouge... tu vois si... avec une intention... si j'allume une bougie avec une intention... là je défini l'espace du soin... et ben ça crée ça quoi... là maintenant je te rends ton âme, tac, tac, ben c'est là quoi... »

Des fois tu proposes un rituel à la personne ?

« ouais... si j'essaie de réfléchir... le plus souvent c'est par rapport à des recouvrements d'âme... parce que peut-être que c'est la chose la plus délicate comme je vois ça... parce que ce qui est difficile c'est que l'âme elle reste... le bout d'âme... tu vois il faut qu'elle... c'est magique que la personne retrouve son bout d'âme... mais ce bout d'âme il n'était pas parti pour rien... et pis il est pas sur qu'il a envie de rester tu vois... il y a un peu ce risque.. donc c'est aussi que la personne elle fasse un acte pour... signifier au bout d'âme et aussi pour elle... « voilà je t'accueille maintenant, pis t'es là avec moi quoi... » Donc ça peut être par exemple de... prendre un moment d'aller allumer un feu dans la forêt... je sais plus ce que j'avais eu... alors là c'est pas moi qui décide du rituel... c'est les esprits qui me disent quoi... planter une graine... un truc comme ça... pas des choses très très compliquées... »

Je dis que je demande à mes interlocuteurs, qui proposent différents types de thérapie, s'ils proposent à leurs clients de faire qqch pour justement faire le pont entre ce qui s'est passé et le cultiver dans le quotidien de la personne... et puis toi tu parles du recouvrement d'âme... cad de.. ben souvent pour ce qui a été récupéré, ce qui a été transformé, comment tu le cultives dans ta vie...

« Mais tu vois c'est pas moi qui invente... c'est pas moi qui ai décidé que pour les recouvrement d'âme il faudrait plus faire des rituels que pour une extraction... c'est ce qu'ils me disent... c'est génial parce que c'est vraiment ça que je ressens... que maintenant il va falloir que la personne accueille son âme et qu'elle le fasse comme ça et pis je vois le petit feu dans la forêt ou le.. tu vois... la graine qui est plantée qui grandit qui fait la fleur... »

Comme tu parles beaucoup d'extraction et de recouvrement d'âme... est-ce que les gens ils viennent avec cette demande...

« non, ils ne disent pas comme ça... ils disent... je comprends pas... j'ai l'impression que je fais foiré... fin je choisis des mecs... ça peut pas marcher là encore... grosse déception sentimentale... je choisis que des hommes comme ça, je comprends pas pourquoi j'arrive pas à... à rencontrer quelqu'un avec qui je peux être bien... ok... pis là on commence à travailler... ça part plutôt d'un problème concret souvent... ou « je suis super fatigué, je ne sais pas pourquoi, je n'en peux plus... en avant... » ou « je me sens pas bien »... pis après ça peut être des copains qui ont déjà fait du chamanisme qui me demandent un soin.. pis là c'est encore une autre histoire... parce que là ils viennent avec des trucs hyper précis... sans dire « j'ai besoin d'un recouvrement d'âme ou... de ceci... » « ouais mais là je me sens pas bien, je me sens pas bien équilibré dans les énergies, je ne suis pas bien centré... est-ce que tu peux aller voir... » plus comme ça... »

C'est un peu les différents modules de la FSS

« Il y a la mort... c'est pas tout la mort... mais c'est les personnes qui sont en fin de vie et puis celles qui sont déjà passée de l'autre côté après il y a... ça c'est un stage... il y a un stage sur le recouvrement d'âme... les extractions chamaniques... après il y a tout le travail avec la nature aussi... les esprits de la nature, les plantes... et puis... qu'est-ce que j'oublie... ça c'est un peu les gros morceaux... pis après il y a d'autres travaux plus... aussi qu'on voit pendant les 3 ans... les... les dépossessions, ça c'est encore un peu plus loin... ou de travailler aussi avec les éléments... la force des éléments... travailler avec... où tu travailles avec es esprits qui sont dans la réalité non ordinaire du monde du milieu... par exemple des esprits de personnes décédées mais qui sont encore là... du coup t'es plus... si tu veux si t'es dans le monde d'en haut, dans le monde d'en bas c'est sécurisé quoi.. c'est des esprits qui ont transcendé... ceux que tu vas rencontrer, ils sont bienveillants... c'est... pis ils sont assez détachés de ce qui se passe ici... mais dès que tu es au niveau de la réalité non ordinaire du monde du milieu... là c'est un peu différent... si tu veux moi

l'exemple que je donnerais, c'est comme si tu rencontres des gens... Disons, tu pars pas du principe que tout le monde est méchant pis te veux du mal, mais voilà, tu ne vas pas d'entrée faire confiance à quelqu'un que tu ne connais pas, c'est toujours un peu... et pis les plantes c'est pareil... il y a des plantes qui peuvent te sauver la vie, mais la même plante, si tu en prends un peu plus ben elle te tue... donc voilà, c'est un petit peu... mais en même temps c'est des esprits qui sont proche de la matière... donc c'est aussi une grande force, tu vois... ils peuvent avoir une action intéressante aussi dans... c'est aussi de travailler avec tous ces aspects là... »

« Là actuellement c'est un peu dans mes questionnements... je suis un peu frustrée parce que j'ai l'impression que j'utilise toujours les mêmes trucs... les choses que je connais bien... et on a vu beaucoup d'autres soins aux 3 ans par exemple... à la formation des 3 ans... tu vois, je te donne un exemple... un des soins que je trouve très très beau, qui est pratiqué dans... chez certains chamanes traditionnels... c'est le « word doctoring » Je crois que c'est dans une tribu d'indiens d'Amérique du Nord... c'est le soin par les mots... cad que tu vas chercher des mots pour la personne... un ou des mots... des mots qui guérissent... et c'est magnifique ce soin... c'est aussi qqch dans la subtilité, il faut être bien connecté... tu reçois le mot et à la limite ça peut être un mot qui veut rien dire... ça peut être un mot qui a un sens en français, mais ça peut être un mot dans une langue que tu connais pas, ça peut être juste un son... et toi tu l'intègres bien... et pis après tu te mets en face de la personne et puis tu lui donnes ça... plusieurs fois... et puis la personne après elle répète... et tu lui fais répéter, jusqu'à ce que tu sentes que la personne elle a le mot, vraiment... tu sais même l'intonation et tout... et c'est magique ce truc... moi j'ai fait ça, mais... j'ai reçu des mots mais qui... de nouveau la joie « ah... ah ouais non mais oui... comme ça là... » tu sais... voilà... pis ces techniques là c'est des choses que je n'ai pas assez de pratique pour oser le faire... avec un client comme ça... donc je pense... on va... ça justement j'ai envie de faire un cercle justement avec d'autres gens puis qu'on travaille ça... »

Je dis que c'est intéressant de ramener symboliquement à ces 2-3 possibilités extraction/dépossession et recouvrement (masculin, féminin, animus-anima...)

« Mouais... après il y a encore l'aspect de la force... moi je pense là tout à coup... qqn peut avoir des mots physiques, il peut avoir mal qq part... de faire une extraction si tu veux de la douleur... et pis après de donner la force qui faut, à ce moment-là, à la partie qui faut... (...) de donner de la force pour moi c'est aussi une partie importante... »

Quand tu fais un recouvrement d'âme c'est aussi redonner de la force ou tu vois ça comment ?

« ah pour moi c'est pas pareil... ça redonne de la force à la personne de manière... oui mais c'est pas... c'est très précisément un morceau d'âme de cette personne... ce morceau-là qui avait été se mettre qq part à l'abri, que je ramène à la personne »

Et toi tu vois où il s'est mis à l'abri ? Tu le ramènes qq part ?

« Ben ça dépend... des fois je dois aller le chercher assez loin pis discuter avec, pis c'est compliqué... et pis des fois c'est hyper simple... des fois j'ai même pas à... il est là ce morceau, il attend que ça, il attend de revenir quoi... et pis... souvent je ne sais pas où je vais le rechercher... des fois je sais, là je suis dans le monde d'en haut, à tel endroit... mais des fois c'est mon animal de pouvoir, c'est lui qui trouve, c'est lui qui me dit... de nouveau c'est mon filtre, parce que moi je ne sais pas si c'est vraiment la personne où... lui il sait faire ce boulot, moi je ne sais pas faire... je fais le tuyau quoi... »

« (...) et la force pour moi c'est... alors ça c'est aussi des choses... comment dire... il y a beaucoup de type de force... par exemple, ça se pourra que je donne la force de mon guide quoi... que c'est vraiment cette énergie de lui qu'il a et je vais donner cette force-là. (Que tu traduis par des gestes dans le monde ordinaire) Mais d'abord je concentre cette force dans la réalité non ordinaire, et puis après je la passe dans la réalité ordinaire... et parfois aussi ça pourrait être... des forces qui sont très très puissantes, c'est la force des éléments... utiliser la force de l'eau et du feu... et là aussi il y a une manière de faire, comment je transmets ça... »

Et comment tu sais quelle force tu vas utiliser ?

« C'est mon guide qui va me dire... moi je peux pas... (tu dois vachement avoir confiance en ce guide, non ?) Moi je suis plutôt hallucinée que lui il ait confiance en moi... »

Je dis que je crois que moi je serais toujours en train de me dire mais est-ce que ce n'est pas moi qui projette...

« Ouais des fois j'ai des doutes, c'est vrai... et dans ce cas-là je suis plutôt à faire moins que plus, tu vois, si je suis pas trop sure ben je redemande... c'est là où je dis que c'est du Pictionary, je dis « ben désolée les copains là mais je ne suis pas sure, j'ai pas bien compris, redites moi... pis je ne sais pas je me suis peut-être déjà trompée... mais j'ai pas eu de réclamation... »

Je dis qu'il y a plein de manière de voir... mais un des points communs c'est de dire « c'est pas moi qui fait ». Le thérapeute que je voyais ce matin disait « moi je ne peux que tendre le fil de la relation et puis après il a le son qui est jouer l'archet » en citant K. G. Durkheim... « ah faire du chamanisme c'est vraiment de faire bien le tuyau mais c'est ça après... de bien interpréter, de bien sentir... »

Dans le chamanisme c'est le plus clair...

« Pis le tambour... il y a le tambour aussi... mon tambour il me dit là si c'est correct... fin, c'est aussi un allié pour moi... Alors moi quand je fais un voyage chamanique... le son du tambour... je sais si ce qui se passe c'est correct, c'est pas correct, qu'il faut que je fasse attention... si là on y est... maintenant c'est ça le truc... il chante des fois mon tambour... c'est complètement fou, il part dans des harmoniques... des fois il sonne plus, il est « cric »... fin ouais... il y a aussi le tambour... »

« C'est intéressant de parler de ça... de me rendre compte que fait il y a des choses que je ne conscientise pas... »

« Mais c'est pour ça que j'aime bien le counseling aussi parce que tu résous un peu ce problème... de moi je suis en train d'interpréter des choses pour l'autre... bon après... je pense pas qu'on peut dire... c'est pas un qui est mieux que l'autre, c'est complémentaire... »

« Des fois ça me fait du bien, je demande un soin à quelqu'un... »

« Alors à la fin (des 6-7 séances de counseling)... le dernier voyage c'est... comment la personne elle va... de nouveau tu lui rends le truc... en fait... de dire à la personne « ben comment tu vas intégrer dans le monde matériel la sagesse que t'as reçue, le soin

que t'as reçu ? Ca c'est le dernier... comment tu vas faire ça ? Tu vas avec cette intention là... Là c'est toi qui donne l'intention à la personne... et pis du coup c'est lui qui reçoit son rituel... ou pas... disons voilà... (...) et après ça moi je donne un bon à la personne pour si elle a besoin, si elle a envie... elle peut me demander que... elle elle fasse un voyage à distance... moi je reste chez moi, elle elle reste chez elle, mais elle me dit quand... moi je suis là, à ce moment-là je me mets complètement à disposition... on ne m'a pas encore demandé, donc je n'ai pas encore fait ça... mais j'offre le bon, je dis voilà... et elle me donne pas son intention, je sais pas ce qu'elle va faire comme voyage, mais elle fait son voyage, mais moi je suis là énergétiquement... c'est juste pour faire la transition... après elle fait ses voyages toute seule... elle a les outils après quoi... »

« Moi j'aime aussi incorporer mon guide... j'aime ça... j'aime le sentir là... c'est beau comme.. et pis c'est subtile, c'est dans la finesse, pis je fais... »

« (...) je pense que c'est juste aussi de faire ça... si tu veux je suis pas dans le pouvoir, mais c'est moi qui tient les rênes, je sais pas comment expliquer... et je dis pas que c'est faux... mais c'est une autre... je trouve que c'est une approche vachement intéressante que ce soit la personne qui tienne... et pour moi c'est toute la... alors après justement je pense que ça se module de manière encore plus subtile que ce que je suis en train de faire maintenant mais aussi parce que je suis au début... que je maîtrise pas cette méthode encore... »

« La différence entre « comprendre »... toi t'as utiliser ce mot à un moment de dire « j'ai compris... la personne va m'aider à comprendre ce qui s'est passé... ou je ne sais pas quoi » et intégrer quoi... et je pense que si moi je vais te dire qqch... « regardes dans ton rêve, regarde cette partie-là, va travailler ce bout-là machin... » alors je dis pas que... peut-être à un moment c'est important que ça passe par le comprendre... mais on est au niveau mental quand c'est comprendre... par rapport au « comment tu peux intégrer la chose... tu sais c'est l'histoire que je te disais du moment présent où... où si je te dis... « ce qui est important c'est les relations humaine » ou « prends soin de toi, écoute toi... » mais oui, mais super, écoute toi... mais comment t'intègres ça... et je pense que si c'est moi qui te le dit c'est encore plus dur à intégrer... tu vois c'est ça que j'aime bien dans cette méthode... après... je pense pas que ça marche pour tout... si vois si vraiment il te manque un bout d'âme ben peut-être que c'est pas juste que ce soit toi qui aille le chercher, t'es peut-être pas en état aussi de faire tout... pis pas envie... parce que ça demande quand même du boulot pour la personne... »

« Tu vois par exemple toi, ton histoire de... en hypnose, comment t'as déclenché ton deuxième accouchement, comment ça a déclenché ton deuxième accouchement... d'être dans cet état là... mais si tu commences à aller mentaliser l'image que tu as eue... mais je veux dire... (...) quelque part tu as pas forcément pas besoin de la comprendre pour qu'elle agisse... tu vois... »

Je dis que ça m'a aidé quand j'étais coincée que l'hypnotérapeute m'accompagne à me poser des questions... « c'est comment, c'est où dans le corps » etc. Et quand j'ai dit, « C'est noir, j'ai peur de polluer... » Ce qui m'a aidé c'est sa métaphore avec le pétrole...

« Mais tu vois moi j'ai l'impression que ce boulot-là, finalement... bien plus subtilement que moi, c'est les alliés qui le font... c'est ces êtres de sagesse... alors bon, il faut avoir ce présupposé qu'ils sont là quoi, ça c'est sûr. Mais c'est hallucinant, c'est hallucinant, tu vois... où la personne elle est coincée dans son tunnel, elle n'arrive pas à sortir mais c'est... elle est mal quoi, elle est pas bien... pis ça dure, pis ça dure... et finalement ça se passe... moi j'aurais envie de lui dire « allez avec ta tête tu pousse quoi... pis tu sors... tu visualises ailleurs... » Mais non je me tait quoi, je la laisse être coincée dans son truc, être coincée... et puis tout à coup, c'est son animal qui arrive, et puis l'animal elle en avait tellement peur... parce qu'elle ne s'attendait pas à ce que ce soit celui-là, tu vois... et pis... et ben là il l'aide quoi... et du coup c'est la première fois qu'ils sont proches les deux... et là tu te dis « ok, ben peut-être que ce n'était pas pour rien qu'elle était coincée dans son tunnel... » »

« Pour l'instant je fais comme ça mais... je vois l'idée, je vois ça... mais c'est vrai que... c'est quelque part, cette histoire elle est... il y a cette intervention des êtres de sagesse, des alliés... et puis moi j'aurais trop peur d'interférer... d'être celle qui sait tu vois... et puis tout à coup la personne elle perd confiance dans elle, tu vois... et par contre je pense que tout le travail de préparation il est hyper important et il doit être bien précis quoi... que la personne elle soit bien consciente qu'elle ne va pas juste voir des choses... qu'elle peut voir, entendre, sentir, tout est possible, qu'elle va ressentir peut-être... ça qu'elle ait cette information-là, tac, ça c'est une des informations... que vraiment... ben à un moment donné, il faut clairement changé de monde... tu passes par un chemin où tu arrives dans le monde d'en haut... t'as fait ton chemin... fin des choses comme ça... »

Je mentionne mes expériences avec la rencontre des animaux de pouvoir, je dis que je ne savais pas, quand j'ai rencontré l'ours si c'était un allié...

« Tu lui as demandé ? (mais il répondait pas, il se passait rien) Parce que ça c'est aussi une des choses, c'est de dire que, toi t'es aussi un esprit, donc tu peux être en interaction avec les... »

J'ai essayé mais...

« et je parle aussi du train... pour moi le... le rythme du tambour c'est le véhicule, c'est le train... donc chaque fois que tu décroches, chaque fois que tu pars dans le mental, reviens au tambour... tu rentres dans le train... moi c'est comme ça que je le dis mais... et c'est ça qui te met en ECM... »

Je dis que je suis pas quelqu'un de très sensible au tambour et à la musique en général, quand j'écoute de la musique, j'écoute surtout les paroles... l'hypnose c'est un peu ça... on te parle, on te guide...

« on te parle, mais ouais... »

« C'est vrai que le tambour c'est un truc, moi je suis vraiment... j'ai été dans des ECM avec le tambour, largement aussi loin qu'avec des plantes quoi... tu vois en rencontrant des plantes bien puissantes comme l'ayawaska ou comme ça... ou vraiment... et j'ai fait des voyages au tambour où j'étais en état de transe plus loin que ça, ou en tous cas aussi loin, ouais... voir plus loin même »

Je dis que je vais plus loin avec l'hypnose, avec la voix qu'avec le tambour mais que je préfère la philosophie, l'état d'esprit du chamanisme et que c'est peut-être pour ça que je fais cette thèse où je compare les pratiques...

Dit qu'elle trouve que c'est très important de suivre le protocole au début... comme elle est au début de cette pratique du counseling... tout comme au début quand elle était infirmière, ensuite devenue experte elle sait quand elle peut prendre des libertés par rapport au protocole ou pas... mais pas au début...

Dit qu'elle est frustrée par exemple du voyage avec l'enregistrement du tambour... car comme elle le mentionnait précédemment, à elle son tambour lui parle, lui dit quand c'est ok ou pas... ce qui n'est pas possible avec un enregistrement...

Dit aussi que c'est étonnant, elle réalise que pour elle ça va de soi que toutes les personnes qui font du chamanisme, font la même chose... mais par exemple étonnée que personne ne m'ait parlé du tambour qui parle... pense que si je posais spécifiquement la question, probablement que chacun a une relation avec son tambour...

« Je me réjouis de lire ton travail »

Troisième entretien : C5

« Pour moi, ma représentation, les soins de guérisseur ou les soins chamaniques, c'est des portes d'entrées différentes... J'ai plus de monde qui viennent pour des soins en disant « j'ai un mal physique » et je trouve que ça rentre plus dans le domaine du guérisseur... c'est la porte d'entrée... de ce moment-là, il y a un travail qui se fait, avec la personne sur la table de massage, avec application des mains, avec le travail manuel je dirais sur la personne, et énergétique. Voilà. Pour le soin chamanique je trouve que la personne vient plus dans une demande un peu plus... globale, générale, ou étant lié plus à un travail de sa destinée à elle, vers les difficultés qu'elle rencontre que ce soit d'ordre émotionnel, relationnel ou autre... je trouve qu'il y a plus ça qui ressort dans le soin chamanique... avec certaine fois des répercussions du physique sur le côté... « je me sens mal, j'ai mal partout, j'ai ci, j'ai ça, voilà, des choses comme ça. Moi j'aime bien avoir d'abord les gens en soin physique... pis des fois en parlant durant ce soin physique, parce que j'ai... il y a des paramètres qui semblent m'indiquer qu'il y a des choses qui ne fonctionnent pas... mais ces paramètres c'est vraiment dans le ressenti... c'est comment je peux percevoir... je dirais pas que c'est des images mais voilà, je sens qu'il y a autre chose et je peux des fois par la parole ouvrir sur d'autres portes... de dire... « oui mais... qu'est-ce qui était initialement avant que vous ayez mal au dos, avant que vous ayez mal à ce pied, qu'est-ce qui c'est passé... souvent ben... voilà, si c'est des causes accidentelles c'est un petit peu différent que si c'est des causes sans raisons... inconnues... pis en partant de là, des fois ça ouvre des portes... « oui, mais j'ai rencontré telle difficulté... oui je dors mal... oui je suis assailli par différents facteurs... qui me... qui me laissent penser qu'il y aura un autre travail à faire... pour moi plus chamanique... donc plus énergétique, ou on va prendre des choses peut-être plus anciennes chez la personne que le physique, voilà. »

« Donc dans le travail que je fais, guérisseur ou chamane, j'ai besoin du contact déjà de dire la personne en lui serrant la main... pour moi c'est... le premier contact passe par là... ben souvent on est les deux dans une certaine verticalité... à moins qu'elle soit en chaise ou des choses comme ça...mais principalement c'est la verticalité... pis après il y a... voilà elle décrit, dans ce cadre guérisseur, qu'est-ce qui se passe à ce moment là... pis après elle se met sur la table de massage ou sur la chaise en fonction de ce qu'il y a à faire... dans le cadre chamanique, c'est plus un cadre où on va un peu introspecter un petit peu la vie de la personne... donc on va plutôt s'asseoir, plutôt s'asseoir par terre, plutôt pour être en tête à tête pour un exposé de ce qui se passe dans sa vie... voilà un peu plus global. Quelle est sa parenté, la parenté, quel est son travail, quel est son lien avec la spiritualité, qu'est-ce qu'elle est aujourd'hui... deux approches un peu différentes... de là, le côté guérisseur je fais ce travail physique, du côté chamanique, c'est plus l'inspiration, plus me mettre en contact avec les énergies qui peuvent venir habiter et qu'ils puissent faire le travail... voilà, m'indiquer quel travail je peux faire avec la personne ou m'indiquer le type de soin qu'il faut faire, quel objet je dois employer ou quel instrument je dois employer, ou quel chant, quel cri... voilà, toute cette panoplie... des registres je dirais... soit musical, soit de son, soit des forces de la nature, soit des forces animales, soit... soit des énergies plus... plus humaines... »

J'ai l'impression que vous utilisez plus l'ECM dans les soins chamaniques, non ?

« Oui, plus... mais l'intuition, je pense qu'elle est aussi dans le soin du guérisseur... mais elle est plus présente ou elle est plus... elle est plus précise dans le soin chamanique pour moi... »

Comment vous vous mettez d'accord avec le patient sur l'objectif, ce sur quoi vous allez travailler ?

« J'ai un exemple de soin... c'est une femme qui a attrapé une paralysie faciale... suite... elle a appris qu'une de ses cousines dont elle était très proche est décédée d'un cancer... elle a pas pu la voir ses derniers mois avant qu'elle finisse sa vie... pour elle, ça la secoue pas mal... elle fait le voyage pour aller à l'enterrement... et durant le voyage la paralysie faciale commence... donc elle sent dans la voiture qu'elle perd contact d'un côté du visage... avec ce qui se passe... donc.. pour moi c'est... de recevoir cette femme qui me dit ce qu'elle a déjà au téléphone... après je lui redemande sur place qu'est-ce qu'elle souhaite... pis elle m'explique les traitements qu'elle a déjà fait par rapport à ça... comment ça c'est déroulé, ce qui en est ressorti... pis quelle évolution, parce qu'il y a eu un peu d'évolution parce que ça date du printemps et... voilà, j'investis un peu dans le questionnement avec elle quels sont ses rapports familiaux, quels sont ses rapports avec cette femme quelle disait être proche en tous cas à une certaine époque de la vie... ses liens, ce qu'elle fait actuellement, etc. Et pis je finis la question... ou dans le questionnement que l'on fait un peu simultanément, pour moi c'est important de savoir qu'est-ce qu'elle souhaite... si elle souhaite une guérison complète mais de quoi elle veut la guérison, comment elle veut se retrouver après... parce que si elle me dit « je veux être comme avant » c'est difficile... mais elle aimerait retrouver une mobilité en tous cas faciale... et pis... on part la dessus sur le soin et puis effectivement durant le soin... j'appelle... pour moi je me met en relation avec eux soit avec le tambour, soit avec le tabac... et j'ai employé je crois les deux... et le tabac me disait qu'il fallait déjà faire un travail de nettoyage, le tambour me disait qu'il y avait des choses à chercher plus anciennes chez elle qui... qui fait remonter un peu ces souffrances... et l'image elle est assez floue sur le moment... mais il y a quelque chose de plus ancien donc je me mets à disposition de ça... et effectivement en travaillant avec le tambour... le tambour met suffisamment en vibration la personne pour qu'elle ressente des choses au niveau corporel et... je fais encore deux autres soins à part le tambour sur elle... notamment les fumigations, pour vraiment nettoyer... et j'avais vraiment l'impression qu'un entité s'était déposée un peu sur sa face en l'occurrence mais qu'elle était vraiment sur son côté où elle souffrait... ma vision que j'avais de cette entité, c'était de dire « il y a qqch qui est là... » je pouvais pas y donner une forme ou un visage ou autre, mais... je dirais même pas que c'était un noirceur mais il y avait un poids différent que je pouvais... ressentir ou voir, je sais pas... je sais pas si c'est de la vision ou pas...mais je sentais qu'il y avait qqch là qu'il fallait faire partir. Et dans ce travail c'était pour moi de me mettre en contact avec cette... cette entité ou cette énergie qui était là et essayer de la guider pour qu'elle puisse partir... ailleurs je dirai mais pas la donner forcément à une autre personne... c'était l'idée pour moi de dire, on va la guider vers le ciel... fin du soin ben il y a pour moi toujours cette part de remerciement des énergies qui ont été présentes, des différentes matières, de ce qui

a pu apparaître comme nécessité d'employer... et... je dirai plus une sensation qu'il y avait une autre histoire derrière... et puis... j'arrête le soin... on commence à parler de ce qu'elle a ressenti et pis elle me dit « j'ai ressenti des picotements » voilà, il y a des choses qui ont bougé à ce niveau là... et tout d'un coup elle me balance une histoire de vie antérieure avec la personne qui était en collocation avec elle... et à ce moment là j'ai vraiment ressenti quelque chose de très lourd quoi... mais d'une part je l'avais pas perçu dans le soin parce que pour moi ce n'était pas le thème du soin... voilà... peut-être j'étais trop focalisé sur ce qu'elle m'avait dit au départ, mais il y avait encore toute cette part pour elle qui était autant lourde que son déficit je dirais, physique... et puis... pour moi les choses sont intimement liées après coup... quand j'ai ressenti ben ce qu'elle a pu livrer après coup... mais, est-ce que le fait de travailler sur sa blessure a permis qu'elle ouvre la porte sur autre chose et qu'elle continue un certain travail... comme si... voilà, il fallait passer certaines étapes pour pouvoir y arriver... et... je dirai pour moi c'est souvent ça dans le soin chamanique... il y a qqch qui apparaît qui est... en tous cas pour moi pas forcément très visuel, très stéréotypé, mais qui donne naissance à dire « ah ben voilà, il y a une énergie qui vient, qui peut être une aide » il y a peut-être « tu dois te reconnecter à la terre » il y a peut-être un travail à faire avec un autre élément, qui me sont souvent aiguillé en fin du soin je dirais... disons il y a la partie d'application de certaines choses et dans la dernière phase, vient plutôt... la partie mentalisée que je peux retransmettre à la personne... mais pendant le soin, je ne pourrais pas interrompre le soin et puis dire qqch à ce moment là... parce que... j'ai pas... comme si je n'ai pas suffisamment d'information... ou ce n'est pas la priorité... mais c'est peut-être mon mode de fonctionnement, ça je ne sais pas mais... je sais pas de dire « fais ça pis ça, ça va amener ça... » « Fait ça, voilà, il y a ça à faire... pis après les choses se construisent... » »

Par rapport à l'objectif

« moi je ne suis pas limité à ce que dit la personne... j'aime bien qu'il y ait une... qu'il y ait une intention posée... pour après peut-être évaluer en partant de là... en disant « peut-être ça on n'a pas pu travailler mais il y a autre chose qui s'est ouvert... » »

Toujours par rapport à la définition de l'objectif

« Je dirai presque que l'ECM... me permet de ne pas me faire piéger par ce qui a été émis mentalement... de ne pas focaliser là dessus... c'est d'aller chercher un peu plus loin ou plus large je dirai... »

Est-ce que vous validez ce qui vous apparaît en ECM qui n'a pas été mentalisé ?

« Je dirai durant la phase de discussion avec la personne, je lui mets toujours aussi en avant que « Ce qu'elle demande ça sera peut-être autre chose qui peut venir... » Pour moi c'est important de le mentionner au départ... ce qui me permet après coup, si c'est parti sur un... sur qqch que la personne ne pensait pas... de dire « voilà... il y a des choses qu'elle voulait... je viens avec ça mais je ne voulais pas toucher à autre chose... » elle ne le dit pas mais elle cloisonne suffisamment bien les choses... et on va peut-être sur ce qu'elle n'avait pas penser ou ses peurs à elle... si on parle d'une vie antérieure, des personnes auront une réaction assez vive... au départ dire aussi « il peut y avoir autre chose... » et si je parle spiritualité aussi avec eux... c'est d'avoir un petit peu leur mode de pensée... cad est-ce qu'ils sont ouverts à parler de choses... non conventionnelle ou... quelle est leur approche... ça me permet de cibler un peu la personne et pis de donner aussi mon point de vue à moi disons... pour moi il y a aussi des ouvertures à certains moments... il y a aussi des choses qu'on ne maîtrise pas... intergénérationnelles ou... d'autres choses... ça met un peu les deux personnes, dans ce moment là, dans cette bulle un peu commune... pis après, en fonction du soin, je fais confiance à ce qui vient durant le soin... »

« Où il me semble que je dois faire des fois attention c'est que des fois j'aimerais que le soin parte plus vite... parce que des fois, il me faut 3 minutes pour être en ECM et des fois il me faut 1/4 d'heure... et ben ¼ d'heure c'est long quand vous attendez qqch qui ne vient pas... voilà, c'est se permettre d'avoir ce temps et puis dire, « ben voilà il faut que je me mette suffisamment en état de réceptivité pour que ça vienne spontanément sans que ça soit mon mental qui guide » et puis oser de dire... « voilà, ça a été un moment mais il n'y a rien qui était prédominant ou il y avait trop de choses... et puis comment les choses doivent se mettre en place pour pouvoir commencer à faire un travail... » Mais en principe je me fais toujours confiance... je fais confiance aux énergies qui viennent et je me fais confiances dans ce qu'elles me montrent... de dire « ben voilà... je vais travailler ça, ça, ça... pour telles raisons, pour cette histoire de vie... est-ce qu'il y a eu des choses dans votre enfance, à la naissance... est-ce qu'il y a une personne qui semble vous vouloir des choses un peu négatives ? » Même si la personne ne m'en a pas parler je vais l'aborder... »

« J'aime bien par exemple la façon de travailler de certains chamanes, de certaines traditions... où la personne vient faire un soin, il fait son travail, et puis après il part... il dit « j'ai fais mon travail, j'ai fait ce que j'avais à faire, mais qu'est-ce que vous avez besoin de contrôler ce que j'ai eu à faire... » j'aime assez ça parce que vous êtes obligé de faire confiance... et puis en... ben les gens viennent pour avoir une réponse... et en tous cas chez nous en tant qu'occidental... et puis on veut savoir ce qui s'est passé... et puis ce qui s'est passé, ben si j'ai l'image d'une présence autour de cette personne, positive, si je dis « il y a qqn qui veille sur vous... ouais qui est bienveillante vis-à-vis de vous » et pis la personne me dit non, ou j'ai personne ou pas... elle n'est plus dans la confiance... je trouve que notre mental est souvent trop fort, qui nous permet pas d'aller... mais voilà, on a besoin de cette partie là... mais c'est... pour moi qui n'ai pas beaucoup de facilité dans le verbal c'est pas ce que je préfère... d'autres travaillent beaucoup plus... avec beaucoup beaucoup d'expression... ils mettent beaucoup de couleurs là dedans... ça valorise peut-être la personne mais moi je valorise plus le soin qu'elle a reçu que la parole... mais je suis obligé d'aller... »

Parce qu'on est dans le monde occidental et que les gens attendent ça ?

« En tous cas j'ai l'impression... leur demande c'est souvent... ils ont de la peine à partir, parce qu'ils ont besoin de se remplir encore mentalement quoi... même s'ils ont vécu des choses d'ordre... énergétique, physique ou autre durant le soin... « mais qu'est-ce qui s'est passé ? » Pour moi c'est pas toujours... je trouve que ça n'amène pas forcément grand chose... si une personne libère une émotion durant le soin... qu'est-ce qu'on a besoin de parler de cette émotion qui a été libérée... puisqu'elle a été libérée... voilà, il faut vivre avec qqch de nouveaux... et pis, ben voilà après... j'ai des gens qui rappellent après en disant « j'ai pas tout tout bien compris ce qui s'est passé, j'ai besoin de plus d'informations ou des choses comme ça... ça arrive aussi... parce qu'ils ressentent qqch... mais... quand on ressent et qu'on n'a peut-être pas l'image mentale qui va avec c'est peut-être difficile d'accepter ce qui va avec comme modification... »

→ revenir sur le travail fait = revenir à la cristallisation de la réalité antérieure, risque de recristalliser, oser le changement ? et en même temps besoin de conscience...

Vous vous mettez en ECM pour accompagner le client/patient, est-ce que vous accompagnez aussi de client en ECM pour travailler ?

« En principe c'est moi qui fait... mais j'essaie de créer une bulle suffisamment grande pour qu'on soit les deux dedans. Ca m'arrive certaines fois de demander à la personne de faire un voyage chamanique en même temps que moi. Soit je lui explique avant un des procédés de le faire, soit... ça m'arrive aussi de le guider pendant ce moment là, de guider par la voix dans ce moment là, pour qu'elle... pour qu'elle puisse trouver par elle-même les images... mais je trouve assez difficile... d'être dans l'attention de comment la personne elle vit le voyage et qu'en même temps moi je fasse le voyage pour elle et pis elle pour elle... et pis si je fais pas ça... si elle n'arrive pas à faire son voyage parce qu'elle est bloquée à un certain endroit... vous ressortez du voyage et puis... vous êtes dans le constat de « de nouveau j'arrive pas » et ça c'est très décourageant... en principe j'essaie de faire moi la bulle suffisamment grande et de faire le voyage pour... »

Qu'est ce qui fait que des fois vous choisissez quand même de faire voyager

« Je dirais que c'est au feeling de la personne, cad de comment elle ressent, peut-être dans la discussion qu'on a au préalable elle disait « moi j'ai beaucoup d'images » donc je dis « si vous avez beaucoup d'images on peut partir dans ces images là... si vous avez cette capacité là ben on va faire les deux... ou des choses comme ça... de proposer ça en fonction des compétences de la personne ou bien de ce qu'elle ose mettre sur la table à ce moment là. Où bien parce qu'elle a déjà fait plusieurs stages ou... ou elle a déjà fait un parcours ou elle a fait d'autre travail en hypnothérapie... c'est d'ouvrir un petit peu... mais je dirais première chose il faut que je le sente... »

Induction ?

« Principalement au tambour, quelque fois au hochet mais je préfère le tambour pour moi... »

Vous allez quand même par ces phases où depuis un endroit vous descendez ?

« Soit je descend, soit je monte, j'ai un peu ces deux possibilités... »

Qu'est-ce qui vous fait décider de monter ou descendre ?

« Ça c'est vraiment lié à ce que l'on me demande durant le soin. Cad soit je vais en haut, soit je vais chercher en bas... ou ça m'arrive de faire des soins où je descends, pis après je fais remonter la personne en haut, et puis après on revient. »

Là vous proposer à la personne de voyager durant le voyage ?

« Pas forcément parce que je n'ai pas posée l'intention au départ, je sais pas ce qui va arriver durant ce voyage là... donc je demande à la personne si elle fait... de dire ben voilà... je lui donne le principe du voyage, pis elle fait son voyage à elle... moi je fais le mien, et ça m'arrive des fois de descendre puis de devoir vraiment remonter, aller... dans des esprits célestes, pour trouver qqch puis après ramener la personne... pis peut-être la personne est restée en bas ou bien où elle était... parce que pour moi c'est le principe... c'est de dire je descends mais après, si vous êtes en bas au fond de votre grotte et puis le ciel s'ouvre à vous. Est-ce que vous êtes toujours en bas ou bien vous êtes avec le ciel. Voilà l'image qui vient quand on est en bas, je pense que c'est une ouverture... et puis après on se situe... est-ce qu'on reste sur le sol ou bien on s'élève... qu'est-ce qui nous attire là, est-ce que le soleil est suffisamment fort pour nous attirer ou pas... »

« Ce que je trouve intéressant, c'est qu'il faut se laisser guider... c'est jamais la même chose... »

Pis quand la personne est dans votre bulle mais ne voyage pas, vous montez, descendez aussi ?

« oui, quand il y a besoin... »

Et avec le tabac ?

« Le tabac pour moi il m'aide à appeler les esprits... le tambour aussi mais... je dirai que le tabac pour moi il m'aide à appeler les esprits et le tambour il m'aide à voyager avec les esprits... voilà... la différence que je ferais c'est un peu ça... c'est se mettre en communication avec eux puis après je peux voyager avec le tambour... »

Et le tabac, vous le fumez, vous l'imaginez, vous le buvez ?

« En principe je le fume, certaines fois l'odeur me suffit, d'ouvrir la pochette de tabac me suffit, des fois j'en met un tout petit peu dans la langue... plus de la moitié des fois je le fume... j'ai une pipe... je prends le temps de créer le lien avec l'un et de laisser venir... de me faire habiter avant de commencer le soin... »

Quand la personne est là ?

« Quand la personne est là... ou si j'ai plusieurs soins à la suite, c'est possible que je commence la matinée ou l'après midi en faisant ce rituel pour moi et puis quand je suis habité, je me recontacte à l'énergie de la personne... peut-être une autre énergie vient mais j'ai déjà un pied dans... et j'ai pas besoin de refumer peut-être complètement une pipe. Je peux juste ressentir le tabac ou juste rallumer pis je suis de nouveau guidé... s'il y a plusieurs soins à la suite... pour moi le tabac est aussi une plante qui me guide dans... qui me permet d'être plus dans mon ressenti... je sais qu'elle travaille beaucoup pour moi... voilà, j'ai du tabac qui sèche dans la grange... chaque fois que je passe dessous ça me relie à elle... quand elles sont dans le jardins en fleurs... voilà, il y a des informations qui viennent de cette bulle qu'ils émettent... qui pour moi m'enrichit... »

« C'est un plante qui est allée me chercher assez loin quoi... parce que j'étais non fumeur... (vous étiez grand sportif, cycliste)... donc c'est pas anodin... elle a été beaucoup me travailler physiquement avant que je puisse... elle a dû suffisamment me nettoyer au fond des tripes pour que je puisse après en prendre les informations plus... je dirais plus spirituelles, c'était très physique au départ, on était en combat les deux... »

Quand vous accompagnez la personne...

« Je dirais qu'elle voyage peut-être pour elle... qu'est-ce qui se passe à ce moment là ? J'ai beaucoup de personnes qui me disent « ah ben c'était un moment un peu atemporel... » ce moment où « mais j'ai pas dormi » pis elles me regardent et elles disent « mais j'ai dormi ou pas ? » Voilà, il y a des choses qui se passent... c'est un monde entre deux eaux souvent pour la personne qui vient faire un soin... »

Mais vous ne la guidez pas verbalement pendant qu'elle voyage

« Non... à part des techniques de soin très particulières où on va chercher un événement très particulier ou ça peut être un échange verbal, mais c'est très rares que je le fasse... parce que pour l'instant je n'ai pas eu des... beaucoup de cas comme ça... j'ai eu

une jeune femme qui était très perturbée par un rappel de sa vie qu'elle trouvait... et puis là, on avait fait ce voyage là où on était parti dans une vie antérieure où elle avait été séparée de sa famille... et là on était dans un échange verbal... « Qu'est-ce qui se passe pour toi ? Comment c'est autour de toi ? Comment tu vois les choses ? » en laissant toujours très ouvert... pour qu'elle puisse elle mettre ses pieds à elle... mais c'est relativement rare que je le fasse... »

Quand c'est pas comme ça... chacun fait son voyage... « ouais » et vous vous faites des choses (souffler, aspirer...) « oui » ou est-ce que vous voyagez pour avoir des informations et une prochaine fois...

« Je dirai que je me mets en relation avec l'énergie ou les énergies qui sont là qui vont me guider... pour moi c'est cet état de conscience un peu particulière... et durant cela je peux avoir l'indication qu'il faut de l'aspiration, qu'il faut faire des nettoyages, qu'il faut prendre tel instrument, qu'il faut... mettre des fumigations... employer différentes techniques... ça c'est une chose... et pis après il y a l'aspect plus « voyage chamanique » où on va chercher quelque chose pour la personne... ou avec la personne si on fait les choses ensemble... qui est pour moi un des soins, comme l'aspiration est un des soins, voilà... »

Information plus visuelle ?

« Ben on est beaucoup... pour moi dans le recouvrement d'âme... c'est d'aller voir ce qui a pu arriver dans l'âme de la personne pour qu'il y ait eu un éclatement à certain moment... qu'elle se soit dispersée... de rassembler quelques morceaux pour redonner une entité... un des voyages chamaniques, on va aller demander une guérison ou demander des choses comme ça, c'est par le voyage chamanique... mais l'état de conscience, pour moi il doit être dès le départ... »

Vous commencez plus par les soins... et ensuite vous allez essayer de comprendre ?

« L'état de conscience va me donner un peu les... l'indication de départ peut-être pour le premier soin... faire de l'inspiration, travailler peut-être les balayage, travailler peut-être les fumigations, travailler avec le tambour sur la personne... voilà... et puis au fur et à mesure du soin qui vient l'un derrière l'autre... il peut y en avoir que deux chez certaines personnes et puis trois ou quatre ou cinq chez d'autres... les informations s'enrichissent je dirai... pour arriver peut-être à un certain moment pour dire « voilà j'ai suffisamment nettoyé... » maintenant il faut aller ce voyage chamanique pour aller trouver la guérison, ou trouver ce qui s'est passé pour la personne... ou dans une vie antérieure... ou si c'est pour l'avenir, ben poser les choses pour l'avenir et pis après clore le soin... remercier ce qu'il y a eu... et durant cette dernière phase, c'est là que pour moi les images sont... que les images vont devenir les plus parlantes... (...) parce que je n'ai certainement pas... durant que je fais une aspiration ou autre... mon intention n'est pas du tout dans la verbalisation... et je pense quand je clos le soin, je me prépare déjà à verbaliser, donc je laisse peut-être plus l'accès à ça... »

Donc avant vous vous laissez guider comme ça... « dans les gestes »... sans la mentalisation ? « voilà »

« Avant un soin par exemple je me mets toujours en relation aussi avec le lieu, je demande la protection des 6 directions, ça je le fais aussi avec le tambour, c'est de créer l'espace... voilà, pour moi... pour moi cette phase là c'est créer l'espace qui est suffisamment sécuriser pour pouvoir rentrer dans le soin... mais c'est certainement le premier pas pour moi aussi d'entrer dedans... »

C'est une préparation avant que la personne vienne. Vous faites toujours qqch...

« avant... un préparation... »

« J'essaie de pas donner trop de sens... voilà durant un soin il est arrivé... pour moi la biche était très présente... après avec la personne j'ai dit « ben pour moi, l'animal de pouvoir qui était là, c'est la biche... » pis elle me dit « mais quelle sens vous lui donner... » Je lui ai dit... « Ben je peux vous ouvrir 5 livres qui vous donneront des explications... mais c'est comment vous vous percevez l'image de la biche qui est importante... ce n'est pas moi ce que je vais vous en dire... » et je la renvoie beaucoup à elle... disant... « faites votre propre introspection... si vous voulez la mettre dans la matière pour vous c'est autre chose... prendre une photo, essayer d'aller la voir sur le terrain... s'il y en a pas chez vous, c'est peut-être là que vous apprendrez le plus de choses... c'est en créant en vous ce contact là, mais c'est pas forcément en vous nourrissant de ce que les autres pensent... » Pour moi c'est souvent ça... si je relie les gens au feu ou à la terre. Leur dire d'aller s'asseoir dans la terre, d'aller poser leur cul dans la terre mais... pis juste ressentir je ne leur dis pas ce qu'elles doivent ressentir... parce que moi je peux ressentir une chose et puis elle autre chose... ouais cette histoire de sens j'aime pas trop... mais je sens que les gens ont besoin de ça... alors voilà, soit je leur prête des livres si ils veulent mais c'est pas fondamental... »

Du coup j'aborde le dernier point, les tâches thérapeutiques...

Souvent on dit « il ne faut pas analyser » mais de dire « mettre la biche dans la matière » etc. c'est aider à ce que la personne s'approprie le travail...

« Pour moi c'est de les aiguiller à trouver un sens pour eux-mêmes, à créer qqch pour eux-mêmes... plutôt que nourrir l'esprit par des explications... c'est de dire, « voilà va faire ça... va marcher dans la terre... » « t'as froid au pieds... ben va marcher dans la neige, après tu seras au chaud... » « si t'as besoin de ce contact ça, va le tester... et si t'as peur, va deux fois plus vite quoi... ou deux fois de suite... » pour vraiment décrystalliser aussi... le fait d'oser, d'oser pas... ça se fait, ça se fait pas... ça m'arrive aussi d'avoir des gens où je dis « mais... il faut absolument que vous alliez crier un peu... tout ce que vous accumulez en vous, vous n'allez pas le garder, donc exprimez le... vous vous arrêtez au premier parking que vous voyez, vous allez crier s'il n'y a pas d'autres voitures autour... et pis après vous remontez, vous verrez comme ça vous fait du bien quoi... » C'est vraiment leur permettre d'expérimenter par eux-mêmes, ce qui m'est apparu, ou ce qui nous est apparu pendant le soin... c'est à la fois aiguiller, mais c'est à la fois « aller chercher à l'intérieur de vous »... »

C'est quelle proportion du travail pour vous de faire faire ça ?

« Je pense que c'est en tous cas 50% parce que ça nourrit le « après ». Donc c'est marqué une différence entre ce qu'il y avait avant, ce qui a amené au soin et ce que la personne peut faire après... et je pense que c'est une façon de... oui de continuer son chemin mais en ayant eu une bifurcation quand même... je pense que la personne qui reste sur sa ligne droite... on peut faire n'importe quel soin ça ne va pas bouger... »

Je dis que c'est presque une invitation à mettre en scène une métaphore... à rentrer dans ce monde de vie, de relation, de rapport au monde...

« A rentrer dans autre chose... ben cet autre chose ça peut être la métaphore, ça peut être son propre ressenti, ce qu'on n'a pas suffisamment ressenti avant ou alors on ne ressentait que les mauvaises choses mais tout à coup il y a des nouvelles choses... C'est aussi... des fois je dis « mais il faut aller plusieurs fois aller trouver un arbre par exemple... » L'intention c'est, entre guillemets, d'« obliger » la personne de sortir de sa bulle à elle. Et je trouve un très bel exemple, c'est une personne qui a mis un arbre sur son balcon... c'est tellement difficile pour elle de sortir, elle a quand même mis cet arbre sur le balcon... elle a trouvé sa façon à elle... mais le but c'est voilà, elle a fait quelque chose et cet arbre elle le regarde et pis elle porte une attention différente... alors idéalement pour moi, l'idéal c'est qu'elle aille se perdre en forêt... mais... la prochaine étape... Avec aussi un... peut-être ce que j'induis c'est que le travail... je dis entre guillemets, n'est jamais fini, ce n'est pas une fin en soi... le soin chamanique, ou je pense toutes sortes de soin, c'est pas une fin en soi... en fait une chimiothérapie c'est pas une fin en soi, c'est qqch qui vous amène à continuer... c'est un des éléments importants... ça permet de continuer... »

Référence d'un livre ?

« Depuis votre venue j'y réfléchissais... et pis... ce matin je me suis dit, il faut que j'aie trouvé qqch... alors je suis allé chercher les cartons de livre, on a déménagé il n'y a que deux ans... Rampa (?) (...) pour moi (l'important) c'était d'ouvrir sur une autre tradition avec des chose qui se passaient, qui n'étaient pas du tout scientifique... dans notre regard scientifique... c'est de dire, comment on peut rentrer en contact avec ce qui nous entoure... au Tibet... (un enfant de 6 ans a fait 2 jours de trajet tout seul jusqu'au monastère où il est envoyé par ses parents... les moines le font attendre 2 jours dehors, et il attend, a 6 ans) »
Dit qu'il a d'abord cherché dans le chamanisme quel livre était important pour lui, puis a trouvé ça et c'est dit « voilà c'est ça. »

« Peut-être dans le parcours de vie, ce qui m'a le plus surpris, c'est tout à coup de me rendre compte qu'il y avait des choses autour de moi qui pouvait me guider... et pis d'un autre côté qui me laissaient mon libre arbitre de choisir, d'expérimenter et de découvrir mon intuition... je pense que le fait d'entrer dans les soins à un certain moment dans ma trajectoire de vie, c'était d'entrer dans « qu'est-ce que je ressens au fond de moi, quelle est mon intuition ? » pour moi c'est un peu ça qui me guide au plus profond je crois... et le s étapes les plus marquantes c'est lié à ça... entre avant ce que j'étais... très cartésien, ça se fait comme ça, mais... qu'est-ce que je ressens en moi, et à quel moment je dis stop, je dis « je veux pas aller là » A quel moment « non mais j'ai pas envie, même si je suis intéressé... » »

Qu'est-ce que vous entendez par « être à l'écoute de l'extérieur » pour je sois sûr que je n'interprète pas, et par libre arbitre ?

« J'ai la conviction qu'il y a des forces bienveillantes qui veillent sur moi, voilà... et ces forces qui sont forcément invisibles à l'œil humain... mais je sens très bien leur présence à certain moment... qui m'ont certainement a idée à prendre des décisions à certain moment dans ma vie, mais qui ne m'ont jamais imposé les choses... c'est pas un guide, c'est qqch de plus... je dirai plus subtile... c'est là... voilà c'est là... fais « tu peux faire appel si jamais mais... si tu crois ça vas-y » Voilà, dans cette idée là... pour moi le guide c'est plus dire « ben fais ça parce que... » et c'est pas du tout dans ce registre-là. »

Mais quand même elles pourraient vous guider si vous le demandiez ?

« Je pense qu'elles seraient capable de me guider... mais je crois pas que c'est leur mode de fonctionnement... elles me renvoient beaucoup à moi-même... dire « mais, vas-y ressens, et fais ce que... expérimente ce que tu as a expérimenter par rapport à ta propre décision... mais on est là... »

C'est intéressant vous dites que dans ce qui a été décisif pour vous que vous avez découvert d'abord qu'il y avait des forces à l'extérieur et que ça vous a permis de faire confiance à ce que vous ressentiez, d'écouter à l'intérieur... Des forces qui rassures qu'on peut écouter à l'intérieur... Vous avez besoin de vous y reliez pour écouter à l'intérieur, ça n'a pas avoir avec les esprits...
« Non... c'est encore autre chose »

Il y a un lien avec les esprits, les 6 directions, c'est quoi la différence ?

« Je ne sais pas c'est... je sais pas... probablement qu'ils ont des liens entre eux... »

Mais dans votre manière de vous y relier ?

« J'ai l'impression ce que je ressens... c'est que ils ou elles sont toujours présent... et dans ce que je me relie, j'y fais appel... pis c'est deux choses pour moi différentes... je vais chercher qqch pis il y a qqch qui est... pour mon être... et ce que je vais chercher c'est souvent pour les autres ou pour... ou pour questionner... il y a qqch du regard ici, et pis là je vais chercher pour autre chose... mais j'ai pas une communication directe... mais c'est là... »

Tandis que quand vous allez chercher vous avez une communication directe ?

« ben oui... parce que je pose une question... il me répond...(rires) (mais c'est pas le même ?) c'est pas le même »

Et les 6 directions ?

« On les appelle les esprits des 6 directions. (c'est encore d'autres ?) ça englobe je dirais... pour moi les 6 directions englobent un peu tout ce qui nous entoure... parce qu'on appelle les 4 points cardinaux, le père ciel, la terre mère, c'est vraiment la boule... on élargit le champs pour... avec tout ça, voilà on demande la direction pour tout ce champ-là, pour la phase de soin, pour ce moment qu'on va vivre particulier... donc on crée une carte d'invitation suffisamment grande pis après ben... vient qui veut... par... par le tabac ou avec le tambour vient qui veut en fonction du moment présent. » Mais vous vous avez ouvert cet espace « oui, essayez en tous cas... »

Troisième entretien : C6

Tu disais que nous imaginons, que notre imagination nous appartient...

« alors qu'on peut s'imaginer que nous permettons à l'univers d'imaginer... mais je dis ça toujours au début... avant de faire le voyage... les gens ils disent « comment je sais que c'est pas mon imagination ? » et ben voilà, d'un côté on est assez egocentrique donc on pense que c'est mon imagination donc qu'elle ne m'appartient qu'à moi, et de l'autre côté on la dénigre tout de suite, « c'est mon imagination donc c'est rien... »... et comme ça les gens se auto... fin se mettent dans des positions où ça ne peut pas être possible... c'est intéressant c'est sûr... ce qui est difficile justement... on peut pas les prouver... aussi ce que tu disais que tu aimerais que ce soit reconnu... moi aussi au début je pensais ça... beaucoup... tu vois... et pis après j'ai lâché ça parce que... être reconnu qu'est-ce que ça veut dire, ça veut dire que c'est remboursé, que ça entre dans un truc où c'est... où ça fait partie disons de... la santé sociale payée pour tout le monde... alors que finalement le sens c'est quand même de se prendre en main... et l'efficacité est quand même tout autre... que tu dois faire... rembourser une psychothérapie je peux comprendre mais des soins

chamaniques on n'en fait pas autant... les chamanes peuvent pas en vivre, ça c'est sûr par contre, tu vois, parce qu'il te faudra tellement de clients parce qu'ils viennent pas souvent... par contre où je trouve que c'est vraiment dommage que ça n'entre pas dans des soins médicaux, c'est que il y a quelques applications où c'est tellement efficace... voilà en comparaison de payer des années de psychothérapies tu pourrais payer dix séances de chamanisme... (...) on peut pas dire des applications types, mais quand même il y en a qui saute à l'œil quand même... tout ce qui est en relation avec la présence d'âme, de gens qui sont décédés. C'est énorme... c'est énorme les changements qu'on peut faire... en une fois alors que sinon on traîne ça pendant des années des fois... »

« Surtout les psych... c'est pas pour rien qu'il y en a plein qui s'intéressent à ça... c'est parce que leur techniques habituelles, ils n'y croient pas tellement non plus... fin les résultats... ils sont pas contents avec les résultats qu'ils obtiennent... »

Dit que le passé c'est comme un rêve et que quand on souffre du passé, il faut changer le rêve.

« Ce sont des rêves qui sont bloqués quelque part... qui nous font souffrir... donc il faut les terminer ces rêves... il faut leur donner une bonne fin... et moi je travaille beaucoup comme ça avec les clients... et peut-être c'est ça que... plus on termine les rêves du passé, moins après il est présent... toutes ces années ça fait partie de toi maintenant c'est tout... »

« L'objectif c'est l'objectif de la personne. Qu'est-ce qu'elle veut ? Ca je demande à tout le monde. Quand ils viennent je demande « Qu'est-ce que vous aimeriez ? » Et les gens souvent ils disent « oui ben moi je sais pas ce que vous faites... » et je dis, « oui bon peu importe... après je vais vous dire... donc je vais pas faire avant de vous le dire... mais j'aimerais juste savoir qu'est-ce que vous voulez » Et la phrase qui les fait toujours un peu sursauter c'est « Comment vous aimeriez être différent quand vous allez partir d'ici, dans une heure-une heure et demie ? »

Et alors c'est « comment je peux être différent après... » Je dis « oui bien sûr, c'est le but » Donc plutôt que de leur faire dire les choses négatives... je leur demande comment ils veulent être, ne pas dire comment ils ne veulent plus être »

« Et pis après en général je prends le tambour et je fais comme un premier diagnostic. Pendant que la personne me parle, j'écoute déjà à un niveau aussi... enfin secondaire... pour avoir des informations... et je me rends compte quand même... je prends le tambour, j'ai tout de suite des informations beaucoup plus précises... et voilà, des choses que j'avais pas avant. Donc je prends ça... et des fois je pose quelques questions parce que je dis « je vois ça, je vois ça... ça vous dit qqch ? et... » Alors ce que j'aime vraiment beaucoup c'est que au lieu de faire une séance de chamanisme classique, cad... une fois le diagnostic un peu discuté, je couche la personne sur le lit de massage, et je lui fais un voyage, extraction, recouvrement d'âme, et tout ça. Je préfère que la personne rentre dans un voyage elle-même... et je n'appelle en général pas ça « voyage » parce que c'est pas des gens qui veulent faire du chamanisme et donc c'est un vocabulaire qu'ils ne comprennent pas très bien... et donc je les invite à rentrer dans un rêve... et pour avoir un point d'entrée... souvent je rêve moi... enfin, je tape le tambour, et je dis ce que je vois... et je demande à la personne de fermer les yeux et d'entrer dans ce rêve et de me dire ce qui se passe... et je continue à taper le tambour... et c'est finalement moi qui suis le rêve de la personne et des fois quand c'est bloqué, c'est moi qui, dans le rêve lui dit, comment elle pourrait évoluer... qu'est-ce qu'elle pourrait faire. Typiquement par exemple, si on arrive avec des problèmes relationnels avec une personne... je lui demande... ou une personne qu'elle voit dans le rêve... je lui propose de lui parler à cette personne... et de l'écouter... d'écouter ce que cette personne a à dire... et de lui dire ce qu'elle aurait toujours voulu dire à cette personne mais qu'elle peut pas le faire dans cette réalité-là. C'est juste un exemple. Mais comme ça elle termine... elle change quelque chose au niveau de cette relation, au niveau de leur âme, qui a une répercussion très nette en général dans la réalité ordinaire... après dans sa vie avec cette personne... voilà, ça on peut le faire sur la ligne du temps... parce que quand on est dans le rêve il n'y a pas de temps... et donc tu peux très bien justement... réparer... un rêve bloqué dans le passé, en le rêvant jusqu'au bout... et après la relation de maintenant elle peut changer beaucoup... donc si tu veux... mes soins sont devenus aussi très rapide... et ce qui est beau avec cette façon de faire, qui n'est pas la façon que j'enseigne, c'est ma façon qui... enfin que j'aime le mieux et qui s'est un peu formée comme ça tout seul... c'est quand les personnes peuvent vivre les choses elles-mêmes... c'est beaucoup plus efficace que quand c'est le chaman qui le fait, et après le dit... cette histoire, on m'a dit que... moi j'aime pas du tout. Et aussi je sais... la communication avec les clients c'est extrêmement important, de pas se mettre en avant, de pas leur coller des... mais... et surtout... parce que je sais que les gens ne se rappellent pas des séances comme... enfin chacun se rappelle à sa façon... et des fois quand ils viennent me dire « on m'a dit que... » je dis « Ben d'accord, ça n'engage que la personne qui l'a dit... maintenant vous, qu'est-ce que vous ressentez vous ? » Et c'est là qu'on entre dans son propre rêve... aussi parce que je sais... les gens ils me disent des choses, ils disent « la dernière fois vous m'avez dit que... » et moi je sais que je n'ai pas dit ça... parce que justement des choses comme ça je ne dis pas... donc la communication est très importante... aussi parce que les gens ils ont souvent envie qu'on leur dise... soit disant la vérité... ou qu'on leur donne des conseils... et cette façon-là, chamanique, n'est pas comme ça... on ne les conseille... en fin j'essaye de la faire... prendre cette conscience elle-même ou ce qu'ils veulent faire... »

Tu fais rentrer comme dans le monde d'en haut, d'en bas ? « non... »

Tu disais que tu prends le tambour et que tout de suite tu as d'autres indications... ça tu les... tu les verbalises

« oui des fois je pose des questions... je dis « là je vois ça, qu'est-ce que ça veut dire pour vous ? » ou « pourquoi vous pensez que je vois ça ? » Ça m'aide hein... tous ces années, je pense, l'expérience elle y est pour beaucoup, j'ai des informations très précises. Ça ça m'aide dans le sens où les gens se disent « enfin comment elle sait ça ? » « enfin oui c'est exactement ça... » Ça c'est pas des raisonnements psychologiques, c'est vraiment ce qu'on me montre quoi... et ça ça me fascine moi aussi à chaque fois qu'il y a ça... je pense je vois ça parce que la personne elle rayonne ça... je pense je vois pas ça parce que je suis extraordinairement visionnaire c'est parce que vous, vous me montrez ça quand même, donc c'est facile de voir. »

Tu passes par l'intermédiaire de tes alliés avec le rêve ?

« Oui bien sûr quand j'ai des questions que je veux vérifier tout, j'ai mes alliés qui sont toujours les mêmes pour ce genre de travail... »

« C'est une histoire d'habitude tu vois... c'est un peu comme j'allume la lumière... et voilà c'est de nouveau bon... mais tu sais j'en ai fait des milliers, donc voilà c'est facile aussi... dans mes cours j'ai eu... parce que j'ai une base de donnée avec toutes les inscriptions... j'ai plus que 10'000 inscriptions... c'est beaucoup d'années aussi... et puis au début je travaillais énormément... fin maintenant aussi mais maintenant j'ai tellement de gens dans les cours que j'ai arrêté le... j'ai quand même un peu développer ça de zéro ici... ça n'existait pas... ce qu'il faut faire au début pour que les gens viennent au cours... tu... tu dois les soigner... c'est de là que l'intérêt à vraiment grandi... donc je suis allée une fois par mois à Bâle, en Alsace... fin j'ai eu... j'ai fait vraiment beaucoup beaucoup de soin... »

Tu les soignais en tant que chamane ?

« Comme un chamane... cad les gens me disent ce qu'ils veulent... après je prends le tambour et je fais ce que les esprits me montrent... ça je le fais encore maintenant c'est sûr... seulement je considère que je suis pas... c'est pas nécessaire que c'est moi qui insufflé l'énergie de l'âme... je peux aussi dans le rêve dire la personne... « prends la vers toi, laisse là entrer... » tu vois ? »

Tu fais moins d'actes physiques, de rituels

« Oui c'est ça... et du coup ta question sur « est-ce que je donne des devoirs à faire » moi personnellement pas tellement... cad oui quand c'est clair quand on me le donne... mais sinon je préfère aussi laisser la simplicité, la personne... dans le sens, si après on le fait pas, c'est pas bon... et je ne veux pas charger la personne... à devoir faire qqch.. elle doit plus rien faire... c'est bon... mais des fois ça s'impose... c'est bien... mais des fois même quand on me montre qqch... enfin je suis pas du genre à charger la personne encore plus qu'elle vient... c'est déjà assez dur... aussi parce que moi ça me barrait quand on me disait de le faire.. donc voilà, j'ai un peu adapté tu vois... »

Des fois c'est surtout pour ramener cette expérience dans le quotidien...

« Le chamane il fait des rituels, ça c'est vrai... pour faire ces ponts entre les mondes... donc voilà, moi je me suis libéré de plus en plus de ça... parce que finalement à la fin, le chamane il doit rien faire... c'est surtout aussi ça... je comprends cette histoire... mais des fois, les rituels c'est aussi pour l'ego du chamane, tu vois ? et ça je ne veux pas... »

Je dis que parfois j'ai l'impression que de poser des actes ça a une efficacité symbolique... ou pas symbolique je sais pas en fait...

« Ben justement... le symbolique tu vois... non des fois ça peut te faire rappeler la chose tu vois ? Mais voilà moi c'est surtout que moi je ne veux pas charger les gens à devoir faire des choses justes parce que moi je l'ai dit... Et finalement tu sais, dans le cadre de ton travail... moi je trouve... je suis sûre que c'est encore beaucoup plus simple que ça... je te dis quelques exemples... « moi pendant que je faisais tout ça, mes enfants ils étaient des jeunes adolescents, il sont devenus des adultes... toutes ces années ils ont fait des études quoi... et pis souvent, ils m'ont demandé de l'aide justement pour les examens, pour les choses... souvent... mon fils, par exemple il disait... « écoutes, tu peux augmenter ma concentration... j'ai un test, à 8h... » Des fois il me disait... « Aujourd'hui t'as rien fait... » et des fois il disait « Aujourd'hui c'était vraiment bien... » et tu sais en général ça correspondait... des fois j'ai oublié... et il me disait « aujourd'hui t'as rien fait... » Vraiment... je sais pas, en dehors du placebo, il doit y avoir autre chose, parce que c'est pas parce qu'il pensait que j'ai fait que ça marchait, tu vois ? Et... mais ça, faire qqch, ça m'a duré 1 minute... pour te dire, tu vois... et le résultat... c'était pas des enfants qui trouvaient que leur mère elle fait des choses extraordinaires... du tout... souvent justement... souvent c'est quand les choses allaient vraiment mal qu'ils ont commencé à critiquer ma vie de chamane (...) ils ont souvent demandé de l'aide, et c'est avec eux que je me suis rendue compte qu'il suffit de rien hein... et c'est pour ça je suis sûre, là-dedans, il y a un potentiel énorme... »

Tu dis qu'il n'y a pas besoin de faire tous ces rituels ?

« Non non... Je fais souvent dans la baignoire tu vois ? Avant 8h moi je prends un bain... et je dis « ah oui Kevin il a... » et je fais mon truc, et pis voilà... »

Et tu fais quoi alors ?

« Ben je me connecte à ça... et pis... évidemment je perçois qqch, je vois qqch, et je... je renforce ce rêve là ou je lui donne... c'est difficile, je fais rien... tu vois si tu me dis « tu fais quoi ? » Je fais rien... j'imagine que lui il a besoin de concentration et je laisse faire... vraiment, il faut pas que le chamane il pense que lui il fait qqch... »

Ça se fait parce que tu as mis cette attention ?

« Je ne sais pas... je pense que justement tu vois il n'y a pas de cause à effet... après moi je ne connais pas la physique quantique... mais je pense il y a comme des liens qui se... des fois je me dis... comme aussi dans la télépathie où tu penses à qqn... des fois les gens ils me téléphonent, ils me disent « ah merci beaucoup, tu m'as beaucoup aidé... » et je dis « pourquoi ? » »

« Par contre, c'est vrai que... enfin je pense que des fois je suis... très reliée aux choses... maintenant c'est pas conscient... mais cette façon... donc ça ça permet une efficacité énorme... mais tu es aussi touchée par plein de choses... c'est pas forcément plus facile de vivre comme ça... tu ramasses aussi plein de... les gens ils sont aussi plein de... ils te renvoient des trucs qu'ils ne sont pas sympa... et cette façon d'être connectée peut-être plus ouvertement que quelqu'un d'autre qui n'a pas cette sensibilité ou ne l'a pas développée... c'est pas plus facile à vivre... tellement souvent je vis des choses où je pense à qqn et juste après il m'envoie le mail ou bien le téléphone et tout... vraiment tu sens que... j'ai pensé à lui... justement c'est ça... tu sais pas si justement j'ai pensé à lui parce qu'il était en train de m'écrire ou est-ce que lui il m'a écrit parce que j'ai pensé à lui... tu vois ce que je veux dire... il n'y a pas de temps... c'est comme s'il y a comme des connexions qui sont sûrement de toutes façons là mais qui s'allument un moment... mais pour revenir à l'histoire de la concentration... écoute je ne sais pas, parce que après... après je ne peux pas m'imaginer que... que l'autre personne se comporte comme ça parce que toi tu as fait tu vois... parce qu'il y a quand même les esprits qui sont là aussi... »

« Finalement moi j'ai un peu dépassé ce stade où je voulais démontrer parce que... à quoi bon... Aussi au début on a très envie de raconter ces choses... mais après plus... moi j'en parle jamais pratiquement... »

« Je pense un client type, après il s'en va... après quelqu'un qui vient vraiment apprendre à vivre ce chamanisme... et là justement, en dehors des cours, parce que chez moi ça a toujours été les cours, il vient à un séminaire... mais sinon ça pourrait être le « shamanism counseling » où on lui transmet cela tu vois ? »

Pour développer une manière d'être au monde, c'est à travers les cours ? → oui

« Les gens ils disent souvent « c'est incroyable ce que j'ai vécu ce we » mais après chacun fait... ce qu'il veut... Tu sais finalement quand même, je dois dire, j'ai dit si j'ai eu des milliers d'inscriptions et des gens qui sont venus (rires)... il y a eu très peu qui sont vraiment devenus chamanes... et c'est bien, je veux dire ça doit leur servir dans la vie peut-être... bon moi j'ai quand même fait une école intensive... parce que tous les cours que j'ai donné je les ai suivis quand même. Et c'est vrai que ça, par exemple, ça va sûrement me manquer... Ça a chaque fois renforcé... et je vis chaque fois des choses très magiques moi aussi... pour dire que ça

ça prend beaucoup de temps... fin c'est aussi normal de vivre le chamanisme... je connais beaucoup beaucoup de gens qui depuis longtemps font du chamanisme... mais quand il s'agit de... fin je te dis un exemple : on est allé au désert... une fois par année je suis allée avec un groupe au désert... c'était toujours comme ça... c'est des gens des fois qui ont eu beaucoup d'expérience chamanique. Mais quand quelqu'un est malade... tout le monde lui propose des médicaments « moi j'ai ci... moi j'ai ça... » personne jamais ne propose un travail chamanique... je trouve ça pas normal moi... des fois je me dis « mais enfin... » là je suis quand même déçue... je me donne tellement de peine (rires)... tu vois... voilà... les gens quand même ils s'accrochent beaucoup à des systèmes... donc voilà, « les plantes, qu'est-ce qu'il faut manger, qu'est-ce qu'il ne faut pas manger ? qu'est-ce qu'il faut... ? » Qu'est-ce qu'il faut... tu vois ?... Il ne faut rien... si tu fais un voyage tu regardes pour toi ce qu'il faut maintenant, tu vois... et après... et moi j'ai... finalement tu commences à faire du chamanisme tu peux oublier tout le reste... ça c'est difficile pour tout le monde... notamment pour justement les pys... tu vois quand même c'est difficile parce que leur réactions sont... surtout les médecins, les psychiatres... ils sont... ils sont très médicaments... maintenant je parle pas des douleurs qu'ils utilisent dans leur métier... mais même des douleurs, des choses physiques... les médecins ils sont beaucoup plus... (...) et c'est leur métier je veux dire... il n'y a rien de négatif... mais après... il faudrait pouvoir lâcher ça pas mal si tu vas du chamanisme... parce qu'il faut concevoir que la guérison ça peut venir d'ailleurs... ou les gens maintenant d'obsession de nourriture « qu'est-ce qu'il faut manger ou pas... » il vaudrait mieux s'occuper de son âme, et après le corps il suit... il est tout content, même s'il doit digérer un peu plus... on a quand même le temps de digérer... l'énergie aussi je veux dire dans cette vie... après on se concentre tellement sur ce corps et l'âme n'est même pas là... alors là oui bien sûr c'est difficile... »

Donc toi tu dis que tu travailles avec l'âme ?

« Oui sûrement... oui... »

Quand tu décris que tu fais avec la personne et son rêve, pour moi ça se rapproche beaucoup d'un certain type d'hypnose...

« Est-ce que tu as alors justement cette notion de l'âme ? »

Je réponds que je crois que oui, dans ces pratiques justement...

« Ben alors... »

Je rajoute que justement la différence... ce que j'ai vécu à ce moment-là, si je le considère d'un point de vue presque... en hypnose on ne se prononce pas... on a été guidé, est-ce que c'était des symboles, des esprits... cette dimension à avoir de l'âme peut-être... (surtout neuroscience... peut-être) alors que dans le chamanisme il y a eu qqch de différent de moi, une altérité que je rencontre vraiment en dehors de l'imaginaire...

« Nous on dit toujours « de toutes façons on ne peut pas y croire vraiment... » mais finalement avec l'expérience on le sait... »

Si tu le sais, ça te donne un autre rapport au monde, à la nature, à tout... que si tu dis, ben voilà, c'était mon imaginaire...

« Je suis d'accord oui... oui absolument »

Je me demandais justement dans le travail tu induis cet autre rapport au monde, parce que j'ai l'impression que c'est guérisseur de manière plus large que de résoudre un problème... d'avoir cette relation au monde...

« Ben voilà... là je peux pas dire... c'est en dehors des cours... mais ça pourrait être ce que la FSS appelle... »

« Ça c'est des gens qui veulent, qui s'intéressent à cette spiritualité... peut-être que je lui dirai d'aller faire un cours maintenant que ce n'est plus moi... »

Quand tu accompagnes la personne dans son rêve, après elle va te demander une interprétation ?

« Non parce qu'elle est prise... elle est touchée par ce rêve et elle ne se pose pas vraiment ces questions... notamment quand elle dit « qu'est-ce que ça veut dire ? » Je dis « Ça veut rien dire... regardez ce que ça vous fait à vous et qu'est-ce que ça veut dire pour vous ? » tu vois, autrement... »

Je dis que je suis très contente d'avoir découvert sa méthode.

« Oui, oui oui... c'est vrai... je peux même pas la transmettre, parce que c'est qqch, enfin on ne peut pas... enfin c'est même pas une méthode... c'est juste comment eux ils m'ont montré de faire et... les esprits... et puis voilà toute cette formation que j'ai fait en plus... enfin en plus, dans le cadre du chamanisme, mais sur les rêves... »

Tu repars des fois des rêves qu'ils ont fait la nuit ?

« non... si tu veux je les fait voyager de cette façon-là... si tu veux, sans devoir leur expliquer le monde d'en bas, d'en haut, etc. tu vois ? enfin quand même... par rapport à leur problème, je peux leur dire... par rapport à leur problématique, je peux leur donner... « visualiser... » je donne des choses comme ça qui ne choquent pas... comme ça les gens... voilà... ils veulent pas devenir chamane souvent... d'ailleurs c'est justement ce côté-là qui leur fait un peu peur... mais comme ils ne peuvent pas entrer dans le rêve comme ça tout seul... ben souvent justement c'est moi... je regarde qu'est-ce que je vois et je les fais entrer là... et après quand eux ils continuent... moi je parle plus de mon rêve... mon rêve n'est plus important... c'est le leur... et moi je les accompagne... et quand ils sont une question... ben je rêve avec eux... on rêve vraiment ensemble... où qqn qui ne peut pas continuer, il est bloqué... alors je peux regarder moi... je peux dire « mais moi je vois que... je vois ça... » et pis si la personne elle entre ben c'est bon... si elle n'entre pas... mais voilà, il y a aussi des gens pour lesquels je fais une séance traditionnelle, il y a pas de problème tu vois... je trouve que ça c'est quand même plus responsabilisant... et ça... les gens sont... les gens sont peut-être plus touché, tu vois... sinon « ben le chamane il a dit que maintenant ça doit être bon... » et voilà... »

Par contre c'est pas le counseling ? C'est nouveau ?

→ non c'est pas nouveau, l'a faite il y a longtemps, c'est nouveau en français.

« C'est comme un peu proposer une formation aussi. Tu dois faire 5 séances... comme je ne reçois plus les gens... et je fais ça dans les séminaires... mais ce n'est pas pareille... (...) parce que ces gens ils ne font pas ça pour devenir chamane... ils font ça pour... avec un besoin... d'aller mieux ou d'avoir plus de confiance, ou d'être plus guidé... d'être mieux dans leur vie, plutôt que de s'intéresser... les ECM, le monde d'en bas, le... enfin... aussi les rituels... c'est pas de découvrir les esprits de la même façon... on entre, dans le counseling, en contact des esprits pour une sorte de divination, d'être conseillé, d'avoir des réponses... c'est un outil plus de divination... »

Pas comme dans tes rêves...

« C'est une façon personnelle, c'est pas pour les autres... c'est pas une méthode pour aider les autres... dans les cours finalement c'est ça qu'on... »

Donc toi tu intègres recouvrement d'âme, extraction, dans le rêve ? Comme tu disais tu dis à la personne qu'elle pouvait...

« Oui mais tu vois encore une fois, c'est pas une méthode... je n'intègre rien.. je vis le rêve. Je vis le rêve et je vois ce qui se trouve dans le rêve... c'est pas une méthode pour faire des... des fois après je fais une extraction... mais je la fais... je peux tout à fait la faire... soit je peux dire à la personne... « maintenant vous laissez passer ça... vous laissez partir ça... » et donc elle se le fait elle-même... et moi je suis dans le même rêve... je fais... je fais moi aussi... comme ça on le fait deux fois... ce que je veux dire, si elle elle le vit bien comme ça et consciemment... je dois même pas lui raconter mon rêve... si elle elle savait plus etc. je peux lui dire que moi après les esprits ont enlevés ça après et que ça va être bon... »

« Enfin ce que je veux dire c'est que me suis assez libérée de toutes les choses... de base... et que ça peut aller beaucoup plus vite... »

Avec l'entraînement ? Comme des gammes ?

« Oui, oui c'est pour ça tu dis aussi la préparation... ça je l'indique et je la... je dis ça à la formation... maintenant, moi je... ce que je fais souvent... quand qqn... et pis j'ai pas de temps pour jouer parce que c'est dans un autre cadre... je fais comme ça (tape le rythme du tambour sur sa cuisse)... et en deux minutes c'est fait... c'est quand même qu'il y a l'intérêt, tu vois... enfin l'intérêt d'intégrer ça à d'autres choses... mais je ne fais plus de séances d'une heure et demie et de... ça je... »

« Au début t'as envie de raconter, t'as envie d'écrire un livre... mais après plus du tout... tu vois je parle vraiment parce que tu me le demandes... mais sinon pff... »

Dit qu'elle reste souvent en silence, ne met pas de musique, ne regarde pas la TV

« Je suis souvent juste là, sans but et c'est là que la créativité, après elle crée des choses incroyables, je trouve, sans vouloir... et ça j'ai toujours été très créative... et quand je suis trop fatiguée ou qu'il y a trop de... là non... »

« Créer ce que j'ai créé là avec le chamanisme... les cours, l'association oui créer des choses ça m'a fait le plus plaisir... une fois que ça roule, ça m'intéresse plus tellement, parce que voilà, il n'y a plus cette composante... »

« Tu sais en allemand il y a un très bon mot pour des idées... on dit « einfall » ça veut dire « ça tome dedans » et vraiment je le sens comme ça... j'ai des einfälle... tout à coup c'est là (...) ça tombe dedans c'est comme si ça venait... je ne sais pas... »

1^{er} livre qui l'a branchée, même si maintenant ne lis plus...
Histoire d'un gars qui a passé par... comme une initiation...
« Le faiseur de pluie » Livre pour enfant.

C'est ses voyages dans le sud-ouest des USA et au Canada qui ont éveillé son intérêt pour le chamanisme etc.

Troisième entretien : C7

Entre « praticien chamanique » ou « conseiller chamanique (counseling) »

« Je tranche vraiment entre les deux parce que la position est vraiment différente... et puis pour moi ça me semble vraiment fondamental de pas passer de l'un à l'autre... de vraiment laisser ça très séparé parce que par exemple dans le counseling c'est la personne elle-même qui va faire ses voyages, toi tu ne voyages pas, comme conseillère tu ne voyages pas, donc c'est la personne qui est en contact direct avec les esprits... et c'est elle qui vit l'aventure, c'est elle qui vit le voyage et c'est elle qui reçoit les réponses, donc toi tu n'interviens pas, mais pas du tout, tu fais rien... à part de tenir l'espace (tu ne te mets pas en voyage à côté ?) mais même plus que ça, tu la suis pas, toi tu restes là. Toi tu tiens un cadre aussi dans cette réalité, tu n'interprètes pas son voyage, tu ne lui dis pas ce que ça veut dire... vraiment tu facilites pour qu'elle puisse le faire, puis que ça se passe bien et qu'elle ait les outils pour le faire et la structure... »

« Si tu fais un soin pour une personne comme praticienne, tu intervies, pis c'est toi qui fait le voyage, puis... donc c'est important de ne pas mélanger les deux parce que là t'es vraiment dans une attitude, dans le conseil... comme on dit l'autorité, la sagesse et puis tout ça, ça appartient au monde invisible et pas au praticien... là la personne elle va directement dans ce monde là... donc toi tu touches surtout à rien, tu vois... »

Je mentionne que pour finir quand Ulla décrit sa technique elle est à cheval entre les deux... « A mon avis c'est la technique qu'elle a mis elle sur pied, pour donner ses soins... »

Du coup je ne savais pas si tu faisais aussi ça ?

« Non mais par exemple tu pourrais dire... on part en voyage avec la personne et puis on va faire le voyage ensemble et puis ça sera ça le soin... moi ce qui me semble important... c'est vraiment ces positions entre... je suis dans une pratique là où je fais le soin avec toi, ou je fais le soin pour toi... ou bien je suis dans une pratique ou on est dans ce counseling et moi je n'interviens absolument pas dans ton lien direct... j'interviens... être sure que tu vas au bon endroit, que tu saches comment faire, que tu saches naviguer, que tu saches comment revenir, te tenir le cadre et que tu aies un témoin et que la force soit là... mais pas dans ce que tu reçois... donc après dans la façon de pratiquer les soins il y a passablement de variantes... chacun après qui trouve plus ou moins comment il fait... plus ou moins ce qui marche le mieux... plus ou moins ses techniques... par contre pour moi ces deux positions elles sont vraiment... je le répète, répète et répète... parce que ouais... surtout dans le counseling... ce serait vraiment dommage de ne pas être au clair sur sa position et d'interpréter et de se mettre entre les choses... alors ça donne des positions très différentes pour le client ou la cliente... »

« Si tu veux pour moi... si une personne me contacte c'est de lui faire savoir qu'il y a ces deux choses qui existent... et puis que la personne regarde ce qui lui parle ou convient le mieux à ce moment précis... il y a eu plusieurs fois des personnes qui ont dit ben j'aimerais un soin là tout de suite et puis sans doute je ferai le counseling après. »

« Après le counseling tu t'engages pour 5 à 6 séances avec des semaines entre deux donc c'est aussi une démarche sur un plus long terme... »

« Comment tu définis l'attention pour le counseling ? Dans le counseling tu vas avoir plusieurs étapes... tu vas avoir l'étape je rencontre... enfin j'apprend à voyager dans le monde du bas, je rencontre mon animal de force... deuxième voyage, je voyage

dans le monde du bas, je rencontre mon animal de force, et je lui pose une question et puis tu feras la même chose dans le monde du haut. Donc si tu veux l'attention là... elle va seulement intervenir au bout du deuxième voyage... après on pourrait faire une nuance entre l'intention et puis la question... ou tu pourrais dire ben l'intention, c'est d'aller dans le monde du bas, de voyager, de rencontrer mon animal de force... et puis la question c'est cette question que je vais lui demander... »

Ça tu la travailles avec le client ?

« Ça tu le travailles avec... ce qui n'est pas encore pour moi complètement acquis mais... fondamentalement ce que t'essayes d'amener c'est que ce soit une question importante... ce que t'essayes d'amener c'est qu'il y ait un vrai enjeu dans cette question, qu'il y ait ouais, qqch qui compte quoi... »

Ça tu l'amènes comment ?

« Ben c'est ça qui est pour moi pas encore complètement acquis... ou tu te dis bon ben il faut un peu pratiquer pis ça vient un peu avec l'expérience aussi... ce qu'il y a de sûr c'est que tu sens si la question elle compte ou pas... après le processus de comment tu dis à qqn « Tu te fous de ma g... c'est pas ça ta question... » là je suis encore un peu en apprentissage de ça. Par contre je pense que c'est assez clair s'il y a vraiment un enjeu ou pas... »

« Nous on essaye plutôt de le présenter en disant là c'est un super cadeau donc saisi ta chance... donc effectivement tu veux prendre un truc qui te fais pas vibrer... mais « allo quoi prend qqch qui te tiens à cœur, on s'en fout il n'y a pas... prends le risque... » »

Mais pour que la personne puisse est consciente de ce qu'est la bonne question ?

« Ben tu vois le counseling je suis en train de me former... avec Ulla, ben elle elle ramène toujours au plus simple, au plus simple quoi. C'est vrai que ça marche, la simplicité. On se noie beaucoup dans le mental, dans les déclinaisons de couches mais... »

Là t'es guidée, tu demandes à tes allier de te guider ? (pour définir l'intention)

« Je pense dans mes perceptions sans doute, mais dans ma manière d'interagir avec les personnes encore pas assez... là je suis vraiment en train de pratiquer... parce que dans mes perceptions je pense que c'est assez clair, puis après l'interaction avec la personne... comment tu l'amène qq part, ou tu la laisses aller qq part, ou comment tu la secoues ou comment tu ne la secoues pas, fin ça c'est pas encore très acquis... »

« Enfin tu vois l'histoire aussi c'est que t'as la personne qui vient t'es pas censée être ailleurs toi, t'es pas censé être en ECM et puis parler depuis l'au-delà quoi... t'es censée être là avec la personne quand même.. donc c'est un petit peu ce à cheval, d'un pied de chaque côté. »

« Et puis... si tu veux par rapport tant au counseling qu'à un soin, la personne il y a qqch qui la travaille pour être venue quoi... puis elle vient dans cet espace tu te connais pas, demander un truc qu'elle sait pas comment ça fonctionne. Attends tu vas pas lui répondre un truc complètement allumé, fin ... ce serait pas juste... ce serait juste pas respectueux... puis je pense que ce serait aussi violent... »

« Déjà la création d'un espace où les énergies sont clean, où la personne peut se poser en confiance, où ça sent bon, où tu peux avoir tes alliés. Et puis déjà de préparer ça avant qu'elle arrive et puis toi déjà là tu t'es mis dans cet espace... comme j'en sais rien... un thérapeute il arrive à son cabinet, un médecin il met sa blouse... tu t'es mis au service de cette fonction, tu t'es mis au service de ce travail que t'as dit que tu ferais... donc il y a déjà qqch qui s'est modifié en toi... »

« Ou si tu veux nous on va dire, on est là, à d'autres moments on est en voyage, et puis après on est là, puis on ramène du voyage ici... mais c'est des états qu'on détermine. Du coup pour moi quand tu reçois un client c'est ça que tu lui expliques. Et puis tu es là en tant que personne dans cette réalité. Puis après tu fais le voyage, puis tu es ailleurs et puis tu lui as demandé l'autorisation et puis t'as expliqué comment ça se passe. Et puis on le vit ensemble à ce moment là, et puis après tu refermes, et t'es de retour là. En tous cas dans la façon dont on a appris, la transe et non transe c'est quand même assez défini. Comme on s'applique vraiment à pas rester entre deux... il y a des gens qui sont très tenté de rester entre deux. Il y en a qui sont très tenté même de rester là bas... dans notre pratique on essaye de dire, ça c'est le début, ça c'est la fin, et puis le monde réel il est ici, c'est là qu'on est... donc ça c'est aussi pourquoi c'est plus tranché. »

« Pour le soin chamanique comme praticienne, si tu veux la personne elle va venir avec qqch et puis des fois on va parler longtemps et des fois pas. Des fois elle a besoin de dire tout le contexte. Ou toi tu as besoin de poser des questions. Et puis peut-être au départ elle va venir avec ça va pas » puis j'aimerais que ça aille. Puis après tu parles peut-être un petit moment et puis t'as peut-être des intuitions.. puis t'essayes de dire mais vous voulez travailler sur ça ou sur ça. Et puis là souvent il y a des trucs qui s'ouvrent assez forts... »

« J'ai eu pas mal de gens qui sont dans des états limites... où là t'es là, ok, faire attention, qu'est-ce que vous prenez comme médicament, comment vous êtes suivi... faire gaffe que le remède ne soit pas pire que les maux quoi... »

« Par exemple là qqn qui est un petit peu entre deux et puis qui est un petit peu quand même dans un truc psy... borderline ou paranoïaque ou schizophrènes... et puis qui te dit tout ça... peut être pas dans la première phrase mais tu discutes... et puis ça sort... il va falloir de déterminer si c'est une bonne idée d'aller contacter ces forces et puis que ça va mieux le ramener ici ou bien si ces forces ça l'explose encore plus. Et puis ça c'est quand même capital quoi. »

Ça t'arrives à le déterminer ?

« Ben si je me rends comptes que c'est trop ou que j'arrive pas, je passe la main quoi... »

« Le truc c'est qu'il y pas mal de gens comme ça qui mon contactée. Donc à un moment c'est aussi de te dire bon ben il y a qqch qui se passe là d'une manière ou d'une autre... tu peux pas juste dire « non non » t'es obligé d'aller voir quoi... »

A propos de la différence écologie et psychologie, suivant pour qui la personne ne va plus faire la différence, elle va être envahie ?

« Ouais, total... »

« Si tu veux aussi l'histoire c'est que... pour moi... le chamanisme et pas que pour moi... il y a pas mal de gens qui travaillent dans cette direction... mais potentiellement amènerait peut-être... des solutions à tout ce domaine psychotique sur lequel on en a pas... on a des traitements chimiques... c'est tout... on n'a pas de solutions... et l'idée que qqn qui est psychotique il est dans un délire qui n'est pas réel ou l'idée qu'il est dans un accès à des forces qui malheureusement le dépasse elles sont pas forcément opposées... il commence à y avoir des mariages... il commence à y avoir des chamanes qui entre dans des hôpitaux psychiatriques, etc. Tu peux dire que la personne psychotique elle est juste en sur perception mais sans outils... tu peux dire que du coup d'obtenir des outils, ça pourrait pas forcément guérir mais ça pourrait l'aider à gérer ou tu peux te dire, ben c'est des forces... c'est des forces intenses... puis peut-être en balançant ça tu explodes encore plus le peu qui restant de structure... et je ne pense pas qu'il y en ait un qui juste ou l'autre faux... c'est vraiment tout un domaine qui est à mon avis porteur d'espoir que ce savoir de soin ancestral revienne et entre dans la médecine, dans les hôpitaux psychiatriques, alors... mais c'est extrêmement délicat... et puis on est toujours avec ces mêmes perceptions est-ce que c'est la société autour du psychotique qu'on doit soigner, parce que c'est la société qui est malade autour de lui ou est-ce que c'est la personne... et là tu vois c'est aussi tout une conception du monde, quoi... parce que c'est sur que... fin moi pour finir j'ai un seul baromètre, parce justement ça me semble... on peut pas trancher... j'ai un baromètre... c'est la sécurité de la personne et le degré de souffrance... le degré de souffrance pour dire ben c'est au fond un chamane né mais qui ignore comment faire... ou bien c'est complètement perdu dans les autres mondes et qu'il faut trouver un moyen ou l'autre... ou c'est une maladie du cerveau... comment tu veux concevoir ou qualifier ça... je sais pas mais je vois le degré de souffrance... et quand tu as une personne qui est en décompensation qui est en extrême souffrance... ou bien que tu as des hallucinations mais qui travaille avec... (...) ce que je veux dire, par rapport à une classification de pathologie ou de non pathologie ou de terme médical ou non médical, ça je sais pas... la seule chose que je peux voir c'est le degré de souffrance... (...) tu peux dire que le chamanisme peut amener qqch dans les maladies mentales... ça me paraît juste évident par contre... c'est à mon avis un vaste domaine d'études et d'expérimentations... et il faut que ce soit super cadré. Parce qu'à la limite les endroits où tu peux apprendre, c'est des sociétés qui vivent autrement et puis qui... t'as peut-être pas les mêmes violences... j'ai l'impression que c'est un vaste domaine juste... avec tellement de possibilités... et puis en même temps y aller avec beaucoup de précaution... »

Je relève qu'une psy relève que c'est dommage que c'est noté « hallucination » mais c'est jamais noté quelles hallucinations...

« Est-ce qu'on peut dire c'est formuler un objectif ou une attention, je suis pas sûre... c'est dire c'est quoi que tu veux changer maintenant... c'est quoi... et il y peut-être une deuxième étape qui est de valider et de vérifier que la personne elle est ok que ça change... parce que souvent on se dit qu'on veut ça mais on n'a pas forcément fait la démarche de s'imaginer sans... et souvent, ce truc qui nous bloque il recouvre beaucoup de chose quoi. »

« Mais aussi du point de vue énergétique c'est toujours le client qui fait le travail ou qui ne le fait pas, peu importe... il n'y a pas une prise de pouvoir sur la personne, c'est pas de la magie ni noire, ni blanche... c'est faciliter qqch, c'est lancer une énergie mais c'est pas prendre la main sur la vie, donc du coup demander comment ce serait sans cette chose que tu veux enlever... c'est aussi donner l'autorisation... et puis pour moi il y a toute une partie du travail de cette discussion qui consiste « ok est-ce que tu donnes l'autorisation ? » que ce soit au praticien d'intervenir, que ce soit à toi de changer, que ce soit à l'univers de... peu importe... essayer de sentir si dans le cœur de la personne elle donne cette autorisation... et peut-être qu'il y a déjà tout une partie du travail qui se fait là, tu vois... De dire « ok, je laisse là ou j'accède à... » »

Entrée en transe ?

« Alors là c'est assez simple, pour le counseling c'est le client qui voyage pareil avec le rythme du tambour. C'est lui qui va partir en ECM, toi tu restes là. Et puis pour le soin, c'est toi qui part en voyage avec le tambour. Donc ton état de conscience modifié il vient avec le tambour... »

« Moi j'en sais rien à quoi t'accèdes quand tu fais de l'hypnose... peut-être que tu accèdes à dieu, peut-être que tu accèdes à une source et à un savoir... qui te transcende et qui passe à travers toi parce que tu es en ECM. Peut-être que ça s'explique tout par l'inverse... »

« Moi je sais pas parce que j'ai pas de réponse mais comme j'organise ça pour moi. J'organise ça presque comme différents plans énergétiques ou différents lieux... mais j'ai pas d'explications. Par exemple j'ai fait aussi la formation avec les mémoires akashiques où tu vas aller trouver des maîtres, tu vas trouver des guides... donc j'avais l'impression que là j'étais plus dans un même royaume que les archanges, que les... fin tu vois... dans une vibration, dans une vibration énergétique qui n'est pas forcément celle du chamanisme... pis au fond il y a totalement des passerelles qui sont possibles... pis d'inviter un de ces guides là c'est aussi possible ou pas... fin on teste... mais j'ai pas d'explications... je vois juste que moi je le vis comme différents plans, différents... et je vois que si je fais une lecture des mémoires akashiques je ne suis pas en état... je suis pas dans le même état que dans un voyage chamanique... pourtant c'est deux trucs ou tu restes là, où tu as une action... mais pour moi c'est comme des vibrations pas les mêmes mais j'ai pas d'autres explications... »

Même que quand tu vas dans le monde d'en haut ? parce que tu vois j'ai l'impression que les vibrations ne sont pas les mêmes dans le monde d'en bas et le monde d'en haut... si tu rencontres des guides, des maîtres

« Moi dans mon vécu, dans comment je le vis pour l'instant, c'est comme des niveaux vibratoires qui ne sont pas aux mêmes endroits, sans dire un mieux, l'autre moins bien, juste différent... comme des univers pas tout à fait les mêmes... »

« C'est passionnant ces explorations, t'as vraiment l'impression d'être des explorateurs intergalactiques quoi, c'est juste génial. Donc moi c'est aussi ça qui me plaît dans cette pratique. C'est de partir à la découverte de monde... »

Comment tu accompagnes pendant le voyage ?

« Du coup dans le counseling, l'accompagnement... c'est de rester là, c'est de faire l'ancre, c'est de garder l'espace, c'est de tenir la force... »

Tu fais rien au niveau verbal, même si la personne est bloquée dans son voyage ? mais tu fais des choses au niveau non verbal... tu dis que tu fais l'ancre...

« Ouais moi je pense, tu crées l'espace pour que la rencontre soit possible et puis pour que les forces soient là quoi. Ce qui est déjà pas mal. Et puis tu fais le témoin aussi. Et ça c'est quand même une part vraiment importante à mes yeux »

C'est quoi l'importance du témoin ?

« Je sens son importance mais j'ai pas une grande... il y a qqn qui avait dit, quand il y a une douleur et une guérison d'abord il faut être entendu et après il faut... tu vois... et pour moi le témoin il a un rôle magnifique quoi. Si tu veux accompagnant et témoin qq part il y a qqch du même ordre. Tenir l'espace c'est être le témoin de « ok c'est en train de se passer pour toi » et de ne pas intervenir... C'est en train de se passer pour toi... Et c'est ton histoire... c'est tellement beau... Et je pense que ça amène une énorme force parce que déjà... tu es quand même dans une position de conseiller... ça veut dire que t'es dans une position où ce dont tu es en train de parler tu le connais. Tu sais face à qqn qui veut le découvrir... lui dire « ok c'est en train d'arriver, t'es en train de vivre ça... » C'est en même temps générer cette force pour que ça se passe et c'est en même temps valider son expérience et la nature et l'intensité... si tu veux aussi par rapport au scepticisme qu'il peut y avoir par rapport à voyager, au monde des esprits... il y a un côté où t'es pas seul avec ça... il y a un côté où tu vas peut-être toucher à des trucs mais c'est peut-être que tu t'en rappelles pas, c'est peut-être que tu ne les savais même pas... et tout à coup « wouaf... » tu prends conscience de ça et puis t'agit dessus. Et ben je trouve que ça fait une drôle de différence de faire ça seul dans son coin ou de faire ça avec qqn qui... est là pour ça et a aussi la capacité et l'expérience de se rendre compte de ce qui est en train de se passer... parce que si tu avais qqn juste assis à côté de toi mais qui comprends rien à ce qui est en train de se passer, c'est pas la même chose... il me semble que l'avantage du témoin, c'est aussi, peut-être dans les caractéristiques du bon témoin pour moi, c'est qqn qui est en conscience... c'est pas juste qu'il voit une scène et qu'il ne comprend pas ce qu'elle veut dire... c'est voir la scène et pouvoir dire « ok... c'est ça qui s'est produit » et comme là tu laisses vraiment l'autorité chez la personne et l'autorité dans les mondes invisibles... quelque part... c'est l'enregistrement du voyage qui dit tout... et les forces qui sont contenues dedans... la personne elle le vit sur le moment... wouah... c'est déjà assez... ensuite tu réécoutes ensemble... mais là il y a encore d'autres infos qui viennent... et toi tu dis rien... tu es juste à côté de la personne qui écoute son voyage à elle »

Il y a d'autres infos qui viennent ?

« Quand tu réécoutes, il y a d'autres infos qui viennent... cad des choses que t'as complètement oubliées pendant le voyage mais qui se sont passées puis que là tu entends dans l'enregistrement... ou tout à coup pendant le voyage t'es face à ce dragon pis truc, pis bidule... puis pendant la réécoute, tout à coup t'es là « bien sûr, je vois exactement ce que c'est ce dragon ». Puis comment les choses tombent en place, quoi. Quel langage a été utilisé pour échanger avec toi. Mais encore une fois, c'est pas le conseiller qui va t'interpréter ça. Donc il va vraiment rester dans ce rôle du témoin de ton aventure, du témoin de ce qui se passe pour toi, du témoin de où tu es allé, du témoin de ce que tu as ramené... de demander « alors c'était quoi la réponse à la question ? »... Alors ça change beaucoup... parce que toi tu fais ton voyage machin, t'as retenu une réponse, tu la dilues un peu, tu sais plus trop, tu la mets dans un coin. Toi tu dis « ok, c'est quoi la réponse à ta question ? » « Ah ben c'est ça » « Alors maintenant je le garde pour toi, t'es pas seul à avoir entendu cette réponse... je la porte avec toi quoi » Donc ça ouvre. T'as obtenu une réponse c'est celle-là. Sans jugement sur la qualité de la réponse. Aucun. Dire voilà... Tenir l'espace c'est aussi ça à mes yeux... c'est tu mets cette présence et tu mets cet espace à disposition de la personne et du coup voilà, cet espace là il est pour toi, on est à ton service et... en présence pour... pour... témoigner de ça... »

Et toi dans ta formation de praticienne il y avait aussi des témoins ?

« Si tu veux moi j'ai fait beaucoup de choses en groupe... donc avec le groupe il y a beaucoup de choses qui se passent de cet ordre-là... parce que... ça sera pas la même chose que le counseling... pis c'est très différent le counseling parce que justement il y a que toi quoi, tu vois... c'est vraiment pour toi, c'est ton voyage, c'est ta réécoute... fin tu vois... dans un groupe il va y avoir d'autres voyages qui viennent, d'autres personnes qui partagent leur voyage, des infos qui se recourent... C'est une autre histoire quoi... »

« moi ce que j'ai vécu... ce que j'ai peut-être aussi appris ailleurs par rapport à cette notion de témoin et de tenir l'espace... j'ai plutôt apprendre la suite de ça aux Etats-Unis avec les quêtes de visions, avec tout ça quoi... où ça s'est affiné pour moi là, la position de... de faire ce container ? »

Pourquoi ça s'est affiné là-bas ?

« Parce que les gens avec qui je travaille là-bas, ils ont vraiment une belle, belle, belle pratique par rapport à ça... et puis voilà... ça s'affine pour moi là-bas... »

Seule en groupe ?

« On entre dans un autre sujet... le way of the council... donc t'es en groupe en tant que cercle mais tu seras... le moment où c'est ton espace... ton espace sacré et tout... t'es en individu face à peut-être une ou deux personnes... et le cercle en tant que tel, le groupe en tant que tel il alimente l'énergie et de tenir ce cercle mais toi t'es pas face à un groupe... et puis t'es pas en train de mélanger tes expériences tout le groupe... t'es en train d'amener ton truc et d'apprendre cette technique et en même temps de la recevoir... donc en même temps c'est comme si tu étais 1-1 mais il y a un groupe... »

C'est pas comme la FSS ?

« C'est des techniques différentes, c'est pas la même chose »

Donc tu voyages pas au tambour ?

« non »

« C'est une quête de vision ou c'est des marches... mais du coup c'est plus dans l'écologie profonde justement, c'est plus justement vraiment simplement avec la nature... ton état modifié de conscience il vient déjà rien qu'en étant dans la nature quoi... quelque part... »

« School of lost borders et eux ils font principalement que des quêtes de visions... mais là quand tu commences à dérouler ça... les gens qui viennent là c'est des profs dans des unis, des instituts où justement ils sont profs d'écologie profonde ou de psycho-écologie... enfin... voilà bref... pour moi c'est tout un nouveau truc qui s'ouvre et que j'ai vachement envie de continuer... en même temps c'est difficile parce que c'est principalement dans les pays anglo-saxons voir aux Etats-Unis... puis c'est des études à 20'000-30'000 chf par an... pis voilà c'est pas possible... autrement c'est d'aller faire des stages... ben ça aussi ben voilà... puis chez nous ça n'existe pas vraiment à l'université tu vois. Tandis que chez eux ça fait déjà un moment que c'est la quoi. Et pour moi j'ai vraiment le... j'ai vraiment l'envie d'amener ça ici... »

C'est dans quel état que tu vas ? « Ben là il y a la Californie principalement »

Quête de vision : image → en lien avec mon sujet... « visions »

« Tu vas te retrouver à être en train d'halluciner dans la nature et à ce qu'on te valide tout ce qui s'est passé et puis avec les choses les plus élémentaires au monde... peut-être une des pratiques les plus vieilles au monde qui est genre « va t'asseoir tout seul dans ton coin et puis attends que ça se passe quoi... » Puis tu fais 4 jours, 4 nuits seul, t'enlève les principaux tabous : la nourriture, le contact social, l'habitat. Donc t'as rien. T'as pas de maison, pas d'abri, tu manges pas et tu vois personne... ben ça met pas longtemps avant que tu deviennes moins con hein (rires) c'est douloureux.... C'est douloureux... mais ça met pas très longtemps avec que tu tu dises oh mon dieu quoi... oh mon dieu j'existe au monde, je suis avec... tu peux pas... c'est du passage d'ego life... tu fais tes nuits et puis il y a la nuit qui arrive, puis t'as pas le droit de faire de feu, puis t'es toute seule là... c'est simple... c'est tellement simple... comment retourner à l'état naturel... « ben va dans la nature » mais pas avec genre qu'est-ce que je vais projeter sur la nature, puis comment elle va m'aider, ou bien je vais aller de tel point à tel point... là tu ne te déplace pas tu t'assois sur ton cul quoi. Je suis là... Puis alors au fur et à mesure des heures qui passent, tu es de plus en plus que là parce que tes pensées elles commencent à... il arrive un moment où le reste du monde n'existe plus quasi... tu sais cette faculté, les téléphones, les machins, les trucs... alors nous on est en surchauffe de ça... mais déjà à la base c'est dans nos capacités de nous imaginer ailleurs, de penser à d'autres gens... tout à coup tu commences vraiment à ralentir... et puis le fait de n'avoir rien à faire... nous les ¾ de notre journée c'est la nourriture... ou penser à... ou organiser... pas de nourriture... donc du coup, ton histoire c'est le matin, c'est le midi, c'est le soir, on déjeune, on dine,... pffff... elle est longue cette matinée... tu fais vraiment face à tes angoisses là... alors vraiment... »

Je mentionne que ça me rappelle les seshin de zen

« Là ce qu'il y a de beau c'est qu'on te nourrit avant que tu partes... et puis t'es encouragé à faire des rituels, t'es encouragé à... tu vois t'es pas complètement livré à toi même comme ça... et c'est ça qui m'intéresse vraiment à apprendre, parce que ça change énormément de donner ces clés, donner ces ressources à la personne qui va aller vivre ça... juste lui donner ces ressources parce que de toutes façons elle vivra son truc mais... de partir avec cette force là mais pas complètement dans le vague... parce que de toutes façons ce sera dur, de toutes façons ça sera un truc à traverser, donc autant y aller en étant dans sa lumière quoi... pas crasher complètement quoi... mais là c'est clair que là... le simple fait de ne pas entrer en interaction avec d'autres humaines et de ne pas manger... t'es dans un... t'es en haute altitude... t'es dans un profond ECM... t'es vraiment dedans... t'es dedans jour et nuit quoi... »

Tu parlais des témoins...

« Ben c'est pour ça que j'ai envie de continuer à travailler avec eux, de travailler de cette façon... parce qu'eux ils mettent presque plus l'accent sur l'ancrage et sur la validation de ton expérience que sur la préparation ou sur l'expérience... et pour moi ça me semble super important. Ça me semble hyper complémentaire avec toutes ces choses que j'ai appris jusqu'à maintenant... c'est vraiment un moyen de ramener dans la matière, mais c'est aussi comme une autre attention. Cad que la personnes elle va revenir, tu vas la ré-accueillir dans ce monde des vivants, tu vas la ré-accueillir dans ce monde ici... et puis tu vas passer encore 4 jours ensemble à donner ce feed-back, à valider, à se demander maintenant, quel est le cadeau que j'ai reçu, quel est la médecine que j'ai reçu... maintenant c'est ça la médecine que j'ai reçu. Merci, merci, merci. Comment je la ramène chez moi ? Comment je la ramène chez moi pour la partager avec ceux que j'aime. Pas parce que je suis une meilleure personne, pas parce que j'ai fait un travail sur moi... parce que la quête de vision fondamentale c'est qu'est-ce que je ramène à mon peuple... et ça pour moi ça fait toute la différence... et là du coup je suis vraiment bien avec ces gens... et je suis vraiment enthousiaste et oui... parce que c'est une réponse fondamentale pour moi... parce que c'est du développement personnel ou de l'acquisition de pouvoir propre... ou si ton attention c'est... tu vois c'est le côté amérindien quoi... tu montes là-haut sur la montagne... tu restes... tu traverses... tu découvres ce que c'est ta force... pas pour être plus fort... pas pour avoir réglé ton problème... pour venir l'amener pour contribuer... et ça pour moi tu vois c'est... c'est le moment où je suis prête à aller prêcher dans les églises, dans les déserts (rires) c'est ça, C'est ça en quoi je crois, c'est ça qui amène le juste, c'est ça que je veux... donc du coup pour moi c'était vraiment important d'aller là-bas, et pis... c'est vachement important d'y retourner et puis de continuer ça... c'est le meilleur que je connaisse, quoi... c'est incroyable... »

« 4 jours pour préparer, 4 jours de quête, 4 jours d'intégration, c'est minimum 12 jours voir plus... »

L'intégration, proportionnellement, je relève que je trouve intéressant car en général ça manque...

« Pour moi c'est souvent ce qui fait défaut ici et qu'on ne sait pas faire... »

Je relève que pour moi ça manque à la FSS, que j'ai eu l'impression de rester sur ma faim

« Alors moi j'ai exactement cette remarque, et j'aurais voulu enseigner ça à la FSS et amener ça et je vais le faire autrement... mais j'ai vraiment cette remarque où t'es là « c'est super tout ça mais vous êtes vraiment nul sur l'intégration » et du coup tu vis ce truc incroyable... tu rentres chez toi t'es déphasé avec les autour de toi parce que voilà... et pis tu sais pas quoi en faire pis à la limite tu le laisses repartir quoi... et pour moi la première fois où je suis allée voir ces gens en Californie c'était... c'était énorme, ils me faisaient un cadeau énorme... j'étais là... j'ai encore trouvé personne qui sait faire cette intégration... et là il n'y a rien de plus simple... ça peut pas être plus simple... j'ai qqn qui est le témoin de ce qui s'est passé, qui me dit quelle est la médecine qu'il voit là-dedans... et ensuite on passe encore deux jours tous ensemble à regarder comment l'articuler, comment la ramener, comment parler de l'expérience avec les gens... ou pas en parler... comment tu gardes et partages... et pour moi c'était un énorme cadeau... »

« Si tu veux partager qqch de sacré, assure-toi que e soit dans un contexte sacré... »

« Ton histoire elle est belle, elle est valable, elle est précieuse... ne l'épuise pas, ne t'en ventes pas... juste regarde ça... avec qui, comment tu veux partager ça... et c'est bête mais c'est comme ça la magie aussi... »

Je mentionne que Jung insiste sur la responsabilité de faire qqch dans ta vie de ce que tu reçois ! D'où le 5^e point sur les tâches thérapeutiques, on pourrait presque appeler ce 5^e point « intégration »

« C'est vraiment des choses... on m'a fait des beaux cadeaux par rapport à ça... aussi parce que c'est ce que je cherchais... puis que je suis allée le chercher loin... puis que j'ai pris des risques pour tout ça... mais c'est vraiment qqch que j'ai envie d'amener ici aussi quoi... de dire... plusieurs fois déjà dans des cercles.... De dire... « A quoi je m'engage ? Avec quoi je repars et à quoi je m'engage ? » Quand tu reçois un cadeau, tu dis merci puis t'en prends soin... Donc maintenant c'est maintenant... on a fini de se soigner parmi maintenant on fait quoi ? tu vois ? Maintenant on fait quoi ? Et du coup là pour moi ça recommence à refaire sens... de dire... ok ça c'est ma direction... »

« Si tu reçois des choses magnifiques, que tu vis des choses magnifiques mais tu n'as aucun moyen de les réaliser dans la matière, les réaliser dans ta vie, fin... »

Je souligne que c'est les 2 points qui restaient :

- Qu'est-ce que tu fais/dis du voyage ? Aide à comprendre ce que la personne a reçu ?
- Est-ce que tu donnes des consignes, tu invites à concrétiser ? A réaliser dans sa vie

Souligne que dans le counseling, elle est encore en formation, donc se contente pour le moment d'appliquer strictement les consignes. C'est en « test ». Donc

« Dans le counseling, si tu veux, tu vas dire « c'est quoi ta réponse ? » et ça va s'arrêter au fait ben que la personne en te répondant, elle concrétise ça ici. Tu vois elle le dit... et puis il y a pas vraiment d'acte d'ancrage ou d'activité après ça sinon que... jusqu'à ce que ce soit la dernière séance, il y aura une séance après... justement il y a du temps qui va se passer entre les deux où tu peux l'encourager à regarder ce qui se passe... regarder qu'est-ce qu'il advient avec cette réponse... et si tu veux, pendant tout ce temps-là tu gardes le lien qq part... quand tu as un rdv qui vient après, donc t'es dans ce processus quoi... et puis qu'à la fois d'après où tu te vois, tu vas demander « et ben que c'est-il passé ? » Donc là si tu veux, le... l'encouragement, il est de cette subtilité-là, il est de cet ordre-là... »

« Sur le soin classique, moi je vais voir plein de choses pendant le voyage... puis il y a certaines que je vais dire, d'autres que je ne vais pas dire... mais c'est d'abord la personne qui parle. C'est d'abord lui demander si elle, elle, a vu des choses, si elle a ressenti des choses, si elle a eu des douleurs, si elle a eu des images... puis c'est d'abord la personne qui raconte en fait ce qui s'est passé pendant cette séance.. et avec le rappel toujours... pour moi.. c'est la seule réalité, c'est la seule chose vraie... c'est ce qui vous fait écho, c'est ce que vous viviez vous... pas mes élucubrations quoi... »

« Puis après je lui demande si elle a envie que je dise moi comment c'était le voyage... normalement oui... et là on va donner les cadeaux... c'est-à-dire tu vas pas aller dire les endroits où c'était horrible, puis dégelasse, puis difficile et comment tu as réglé la situation... c'est... c'est pas le but, et ça ferait que ramener ça... tu vas plutôt donner les résolutions et où on est arrivé avec... comment le problème s'est résolu... si tu veux d'une manière ou d'une autre tu vas toujours t'assurer que tu laisses les choses ok... et pas au milieu d'une saloperie... et du coup tu ne vas pas reparler des mauvaises énergies parce que tu les ramènes... déjà ça va être le travail de la personne de ne pas les ramener tout de suite ou de ne pas les ramener du tout... »

Je relève que souvent on dit que le néo-chamanisme est romantisé, que tout est joli

« Non non non... c'est juste que c'est pas ça que tu vas ramener à ton client... non même tu vois les extractions et tout ça c'est rarement de la rose, faut pas déconner... c'est dég, ça pue et c'est dégelasse... ben tu vas pas raconter ça à la personne... tu vas dire ben j'ai retiré qqch d'effectivement de votre utérus... c'est bon c'est parti... souvent c'est dans des parties intimes... tu vas pas raconter ça à la personne, c'est absurde, dans le sens... c'est un client, il vient et puis tu as défini avec la personne quelle est son intention, qu'est-ce qu'elle te demande de faire... tu as vérifié qu'elle te donne l'autorisation de le faire... après que tu doives t'en mettre par tout et que ça sente pas bon ou bien que ça sente bon, c'est pas son problème... son problème c'est de sortir et que ce soit bien... pi s ça c'est vraiment une position... c'est pas une prise de pouvoir, c'est pas tout ça... c'est de dire, tu fais le job, alors fais le... »

Les gens ressentent, on des impressions de ce que tu es en train de faire ?

« Ca dépend, il y a des gens qui sont complètement coupés de leur ressenti et qui ne ressentent rien du tout, il y a des gens qui ont beaucoup de perception... il y a souvent des gens qui n'ont rien vécu « ah ben non, il ne s'est rien passé pour moi... » et puis tu racontes et puis ça fait « Ah oui pis là... pis là... » Au fond ça ravive... ça permet de sortir... c'est très variable quoi... »

Du coup il est important ce moment d'échange ?

« Pour moi il l'est... si tu veux dans les traditions, les chamanes tout ça, ils ne parlent pas du tout... pour moi il l'est.. il y a qqch qui se passe aussi dans ces mots là... il y a qqch aussi où tu amènes l'énergie avec ça avec cette discussion quoi... »

La plupart du temps les chamanes traditionnels ils racontent rien du tout ? Mais par contre ils agissent devant la personne donc des fois juste de voir... Faire une extraction, souffler, il y a déjà qqch...

« Oui puis aussi il y a ceux qui matérialisent des choses, tu vois... ceux qui vont faire l'extraction et puis cracher des cailloux et ben... t'as pas besoin de raconter quoi, c'est assez démonstratif (rires)... ben nous aussi on est vachement dans le mental... »

Est-ce qu'on pourrait dire que ce monde invisible on le fait plus exister par la parole et eux des fois plus par matérialiser, par des actes, des gestes

« C'est possible... c'est possible aussi qu'il faudrait un petit peu mélanger les deux... ouais c'est possible... »

Toi tu fais des gestes, des choses ?

« Pendant le voyage ouais. Ouais du coup je demande si je peux toucher la personne, si je peux... mais oui il y a tout plein d'action... et après j'essaye souvent maintenant presque systématiquement de demander un acte d'ancrage... de demander... ok... c'est quoi que la personne elle fait... c'est quoi l'acte qui est... autant l'acte d'ancrage, que l'acte de soutien, que l'acte de réalisation... fin...voilà... parce que tu as un petit peu là, c'est toi qui a fait... et ben non il faut aussi que la personne aussi elle ait aussi un truc où c'est elle qui agit aussi physiquement quoi... »

Je reviens à la quête de vision... à l'intégration

« Mais ça si tu veux pour moi ça rejoint un truc où... moi je me suis demandé... A quoi ça sert de faire des soins chamaniques... quoi les gens ils vont être mieux ? Ah ? Je me sens pas la vocation de ça... honnêtement c'est vrai des fois on peut aussi être un petit peu politiquement incorrect ou éthiquement incorrect... Mais moi je m'en fous un peu que les gens ils soient soignés... alors j'étais là mais t'es dans une totale contradiction... alors tu fais ça pour quoi ? Ben... après il y a cette notion qui est venue de dire... plus une personne elle est dans sa force... plus elle est dans sa liberté, plus elle est dans sa médecine, plus elle est dans sa lumière mieux ça va aller pour les gens autour d'elle, pour le monde, pour la planète... ok d'accord alors avec ça je peux commencer à m'arranger... quand tu dis c'est quoi ta médecine et puis pourquoi tu la ramènes chez toi et qu'est-ce que tu t'engages à partager et à être avec les tiens... c'est de l'empowering... tu sais c'est quand tu prends le pouvoir intérieur... c'est une autre façon de... »

c'est un remise en question fondamentale de comment on se fonctionne ici, de comment on se comporte les uns avec les autres, de comment on se comporte avec les plantes, avec les animaux, avec la terre... et là je retombe sur mes pattes avec l'écologie profonde... en fait c'est vrai ça me tient pas tant à cœur que ça que cette femme ait un problème avec son mari et puis que ses enfants l'emmerde et puis que tout ça ça vient de sa grand-mère... et puis que des multirécidivistes abusent sur tout une génération de femmes de cette femme... ok c'est bien... franchement, il y a tout mon amour de « wouah, vous voulez bougez ça, bougeons le ! » Mais après dans la version tu vois philosophique... t'as te truc... mais toutes ces choses qui potentiellement se soignent, permettent de nouveau à ce « être ensemble » de se remettre à fonctionner autrement. Et pour ça ce « quelle est ta médecine et comment tu la ramènes chez toi » c'est justement moins une chose personnelle et puis où moi j'ai avancé sur mon chemin... Tu vois eux ils disent « I claim... » Tu réclames ce pour quoi t'es là plutôt que tout ce qui t'empêche d'être là... je sais pas comment dire... mais pour moi, tous ces trucs à la fin... c'est toujours cette énergie-là. »

Agir avec cette force là... valider ces ressources dont on se coupe... en rationalisant

« Ah on est dans la misère, on est dans le malheur, alors que le monde tout autour, passe son temps à dire « eh... » non c'est sûr... mais c'est la même chose en psychiatrie ou en psychologie... je veux dire quand t'es coupé de tes ressources t'es malheureux et tu meurs... donc là tu coupes ton âme des ressources et puis tu dis ça va aller bien... et puis en plus tu fais pipi dans la flotte que tu vas boire... en plus tes ressources tu les bousilles, mais t'es censé aller bien... et les gens qui vont pas bien on les met dans les hôpitaux. C'est complètement schizophrène ce qu'on vit dans cette société et ce qu'on est en train de faire... c'est suicidaire et schizophrène... alors c'est peut-être les gens qui vont pas bien qui sont les plus équilibrés... mais c'est une autre question... »

Et la notion de témoin évoquée par plusieurs thérapeutes, permet de voyager entre ces deux mondes, entre la raison et l'imaginaire...

« Donc ouais pour moi... je suis vraiment enthousiaste de ça... après il faut trouver comment réaliser, comment mettre sur pied, puis continuer à nourrir puis à découvrir, mais il y a vraiment qqch qui me parle fort... »

« Je vais trouver des bouts de pistes pour se perdre et revenir changée... »

Praticien chamanique et counseling, vraiment très différent pour Carine et vraiment mauvaise idée de mélanger les deux (pour la recherche)

« Le praticien chamanique ça va être une discussion sur trouver la vraie demande... La personne elle vient et pis il y a qqch qui la titille ou bien il y a un problème ou bien il y a une demande de réponse... ou il y a une question, ou il y a un truc chronique et récurrent... et pis... de discuter pendant un moment pour être sûr d'avoir bien compris la demande, d'être au clair... ah ouais mais c'est ça qui est important... et c'est ça qui donne l'autorisation au voyage... c'est ça qui fait que la personne elle ouvre son univers... ouais l'autorisation... donc là, la personne elle voyage pas, le client à priori.. bon il peut mais c'est pas le but... et c'est vraiment le praticien chamanique qui va, avec le tambour, se mettre en état modifié de conscience pour faire le voyage, pour la personne, avec cette demande... »

La personne entend le tambour donc rentre quand même ? → ouais.

Est-ce que toi tu t'es mis avant en condition ? tu t'es mis en contact avec tes guides/alliés ou tu restes focalisé sur ce que demande la personne...

Se prépare pas vraiment, ça se fait sans vraiment y penser en préparant le lieux.

« Je suis pas en ECM pour recevoir la personne mais je suis en conscience »

« Je pense que quand tu fais l'entretien il y a déjà les choses qui sont là, pis t'es déjà accompagné pis t'es déjà... fin voilà... mais... t'es dans ce monde-ci... t'es pas flyé je sais pas où... je pense que c'est aussi partie... du respect de vraiment essayer d'écouter ce que la personne amène, ce qu'elle dit, pis pas de comprendre par-delà les mots... pis de voir son arrière grand-mère... non, on est là quoi ! Pour moi c'est... bien sûr que t'es dans un espace particulier, pis bien sûr que... mais même... tu vas faire un massage tu vas te laver les mains... (...) Ca fait partie de cet hygiène d'être dans un état de réceptivité, pis d'attention, pis d'amour, d'assurer que t'as le cœur ouvert... pis ça tu vas demander à personne pis ça c'est pas ce que tu fais tout le temps, non-stop, toute la journée.. ben voilà moi j'en suis pas là, quoi... (rires) donc je crée cet espace pis là je me dis, bon voilà, (souffle fort)... je vais essayer d'être la bonne personne au bon moment, pis dans un rôle défini... qui est ok on ouvre cet espace pour toi. Là c'est toi qui est l'intérêt, l'important... c'est pour toi... pis c'est sur... tu vois, c'est un état particulier déjà ça quoi... mais pour moi ça se passe dans ce monde-ci... »

« Après par contre il y a un appel des esprits, et puis il y a l'importance d'avoir bien précisé la demande, que ce soit la demande de la personne... pis après je peux avoir mon interprétation de sa demande... pis elle aussi souvent elle a beaucoup d'interprétation de sa demande... d'où ça vient, pourquoi, comment... (...) on a nos explications quoi. Mais après tu pars dans les mondes invisibles.. et tu vas demander... donc si toi t'es convaincu de ce que c'est pis tu vas juste chercher... je crois que c'est pas la bonne idée quoi. Donc c'est vraiment j'ai compris votre demande pis on va aller voir... pis on va aller voir ce qu'on peut faire... mais tu sais pas avant ce qui se passe ou d'où ça vient et le pourquoi du comment. C'est aussi marrant parce que là... il y a eu pas mal de livre... il y a pas mal de gens qui ont lu plein de bouquins avant de venir pour un soi (surtout chez les français)... ils téléphonent pas pour dire j'aimerais un soin chamanique... ils disent, j'aimerais telle technique.. pis t'es là, ouais, enfin c'est pas sûr, faut aller voir, c'est peut-être pas ça... et ça c'est... enfin c'est comme ça que j'imagine que c'est bien. »

« Tu vas avoir des information plus ou moins pertinentes... c'est vachement important ça pour moi.. enfin, il y a rien de vrai là-dedans.. rien de vrai ? absolument rien ! Quelque chose qui va se présenter sous une certaine forme pour moi, ça sera peut être pas du tout la forme de la personne quoi.. et pis dans tout ça il y a des trucs qui sortent, et pis qui sont ultra pertinent et pis que la personne c'est genre « ah ouais » paf.. le chien.. vraiment pile dans la cible.. mais pour moi, la communication avec les esprits, avec les mondes invisibles. C'est comme nous on a appris le langage et pis que si tu parles une langue ou bien une autre, il y a des subtilités culturelle qui sont pas... fin c'est tout un travail quoi... pour moi je peux avoir une image, là paf super précise qui veut dire qqch, pis ça me fait aller là pis comprendre ça, pis continuer... et je pourrais pas dire c'est la vérité, pis dire à la personne voilà c'est ça pis c'est tout. »

« Du coup tu fais le voyage, tu as des informations qui viennent, tu vas suivre ces informations... et puis suivant la demande, il y a une demande d'intervention. Et ça c'est aussi encore un truc important quoi... parce que tu peux avoir plein d'infos pertinentes... et pis franchement tout le monde est avide d'informations pertinentes... Là peut-être ce qui fait la différence avec le chamanisme c'est de le ramener ici.. d'agir dans le monde du milieu, et puis de changer qqch, d'agir.. donc peut-être... la plupart du temps... tu as reçu l'autorisation de la personne d'agir puisque c'est sa demande... et du coup, là il y a tous ces différents outils et pratiques et alliés... comme voilà ramener l'âme ou enlever qqch qui devrait pas être là ou... donc ça tu vas faire de ton mieux pour le faire concrètement, pour faire que ça se passe quoi,... Donc là tu as cette étape ou tu es dans l'action, dans agir... tu vas peut-être toucher la personne.. enfin voilà, c'est tout des autorisations que tu demandes avant... »

« Pis une fois que c'est plus ou moins en ordre, tu reviens et... ben tu vois moi je te raconte comme j'ai appris avec Ulla parce que ça me convient quoi... et.. là tu vas d'abord laisser la personne parler... tu vas lui demander ce qui lui est arrivé, car ça sera toujours la seule chose valable... ça sera toujours la seule chose qui est vraie... donc peut-être des gens qui ressentent des choses, peut-être ils ont des douleurs, peut-être ils ont rien, peut-être ils se sont endormis, peut-être ils ont eu des images... pis après la personne normalement la personne elle te demande quand même ce qui s'est passé pour toi... je pense que dans beaucoup de cultures traditionnelles le chaman ne parle pas du tout... il fait le boulot et puis c'est tout... nous on parle... ça fait partie aussi de comment on fonctionne... du coup la tu vas pas ramener... c'est des moments où on est extrêmement influençable... le poids des mots est énorme, énorme... et j'ai vu aussi des gens qui sont venus tout empoisonné des mots de quelqu'un d'autre... du coup tu ne vas pas parler des mauvaises choses... tu vas parler de la force que t'as ramenée... tu vas parlé de la résolution.. tu vas raconter les images qui sont venues... et pis peut-être il y a des images... tu vois la personne elle écoute ce que tu dis mais bon... et puis tout à coup il y a un truc où c'est à ouais... ben ça c'est exactement ce qui m'est arrivé, pis t'es là... c'est bien..

« un exemple c'est moi j'avais eu... il y a souvent pas mal d'images qui viennent pendant les soins... il y avait cette femme elle avait... un mat de bateau planté dans le dos... alors il fallait le lui enlever tu vois... t'as pas besoin de réfléchir midi à quatorze heures que c'est pas une bonne idée... du coup j'ai juste enlevé ça.. c'était... il y avait 20'000 trucs tu vois... ça c'était juste un détail quoi.. pis je lui dis... j'oublie plein de choses... (...) je lui dis juste... ah et à un moment donné il y avait ce mat de bateau, voilà... tu sais même pas si tu oses le dire parce que c'est bizarre comme image... et en fait c'était capital... c'qu'elle avait fait un naufrage avec son ami, qu'elle avait des douleurs au dos depuis... alors c'est chouette... mais si ça représentait rien pour elle ça n'existe pas... c'est difficile à trancher entre être charlatan ou bien être dans le juste... mais ce qu'il y a de sur, c'est que si ça ne parle pas à la personne, ça n'a pas lieu d'être... parce que de toutes façons elle ne l'entendra pas, de toutes façons ça sert à rien... peut-être vrai, pis c'est peut-être vrai pour les 5 ancêtres qui remontent derrière elle, c'est peut-être vrai... on s'en fout—parce que si ça lui parle pas, ça fait aucun sens... et pour moi c'est hyper important, parce que c'est un petit peu quand même aussi un des gardes fou de la manipulation, de l'abus de pouvoir, de la magie noire... parce que c'est vraiment facile... je trouve que les gens sont très demandeur que tu prennes le pouvoir... ouais prends ma place décide.. mais ça non... (...) le but c'est que la personne soit dans son pouvoir c'est pas de le lui enlever... et du coup je trouve que... moi j'essaie vraiment quand je raconte que ce soit généreux quoi.. aussi parce que je pense que les images guérissent et aussi parce que la plupart du temps ces voyages sont magnifiques, t'as pas besoin de te forcer c'est.. mais tu vas pas raconter le moment horrible où tout était horrible... tu vas raconter où justement derrière l'horrible il y avait la beauté... aussi pour... pas seulement pour la personne et tout ça mais aussi parce que tu pars de l'idée que c'est fait et il faut pas rappeler ça, si tu le rappelles tu le fais revenir.. c'est aussi partie du travail subtile... tu chasses un monstre, tu le rappelles pas droit derrière... c'est bon il est loin maintenant... donc c'est bon ! »

Tu donnes des fois des actes à faire ?

« J'essaie de toujours donner des actes à faire... facultatifs... c'est à dire, je dis jamais « il faut que tu fasses ça... » j'essaie de dire « si tu le sens je te propose de... » parce que moi quand j'ai pris des soins, la personne avec qui j'ai fait les soins donnait ces actes... et en tous cas la première fois ça m'a vraiment permis de m'approprier qqch, et de me le mettre ici (cœur). Et pour moi je le vois comme un... ouais aussi une façon d'amener vraiment dans la matière... ouais d'amener vraiment ici, pis que la personne elle participe à ce que ça se réalise quoi... »

T'as des exemples... ?

« Souvent en fait que je reviens du voyage je sais pas vraiment, pis c'est avec.. tout d'un coup il y a une image qui vient... ou il y a qqch qui vient ou des fois dans le voyage je demande... ça dépend mais.. c'est en fonction de ce qui est en train de se passer donc... »

La dernière fois...

« Il y a eu qqch avec des couleurs... sa médecine c'était la joie, c'était le rire sa médecine... et euh... » c'était par rapport à oser prendre sa place... et à chaque fois il y avait ce rire derrière... alors c'était prêter attention à chaque fois qu'elle rit.

Un homme qu'elle voyait marcher et faire une boucle... savait pas trop comment traduire ça, lui explique et en fait c'était un lieu où l'homme pensait retourner depuis un moment mais se donnait pas les moyens de le faire, se motivait pas, comme ça ressemblait pile à ça... du coup c'était super concret... il fallait y aller...

Une fois c'était une cascade qui venait... « vous connaissez une cascade ? » Ah oui la femme s'illumine → du coup l'acte c'est juste de retourner sur son lieu intime d'émerveillement qu'elle connaît.

Image, aussi le langage métaphorique, avec les gestes...

→ l'acte chamanique c'est pas de raconter, le langage, le blabla, c'est un besoin d'ici, à part la pratique du concile chez les amérindiens, c'est pas de la parole, c'est un acte... mais ici oui c'est un besoin, ça passe par la parole

Je dis : alors si on caricature un peu... les chamanes il y a l'acte presque pas de mot, et à l'autre extrême, disons chez les jungiens, il y a la parole et pas d'acte...

Carine : Oui j'y ai beaucoup réfléchi. On pourrait se dire, « imagination active et voyage chamanique c'est la même chose. Et ben non. Ça n'a rien à voir ! »

L'analyse de rêve jungienne et le rêve chamanique. La géométrie sacrée et les dessins de Jung. C'est un peu tout la même chose mais c'est un peu rien à voir..

« Est-ce que tu es dans le subconscient de quelqu'un ? Est-ce que tu es dans le brain, dans le cerveau ? Est-ce que tu es dans le parcours de vie ? Est-ce que tu es dans la généalogie ? tu es sur quel corps astral ? Est-ce que tu voyages dans la psyché ? ou est-ce que tu as contact direct avec des esprits, des êtres, réellement existants ? Réellement doté de vie, capacité, sagesse, tout ce qu'on veut ? Est-ce que ces mondes magiques existent pour de vrai ou est-ce que tout cela existe qu'à l'intérieur de la psyché de l'individu ? Et il y a des choses qui sont à cheval. Mais c'est des points de vues fondamentalement opposés. »

Quel est l'impact de croire, d'adhérer à l'un de ces points de vues ?

→ « Mais moi je le mettrai autrement... je le mettrai... est-ce qu'on n'est pas arrivé à un moment où l'on n'a plus besoin de tout séparer ? »

« C'est comme quand je t'ai dit ça nourrit l'âme... Est-ce qu'on n'est pas arrivé à un état, à un moment, grâce aussi à toutes les aides qu'on a... ou on peut de nouveau se considérer dans le monde... et cette écologie qu'elle soit micro et méta. Donc oui il y a la psyché, oui il y a le subconscient, oui il y a l'imagination, oui c'est la même chose, et oui c'est pas la même chose... que l'un nie l'autre ou que l'un fasse défaut à l'autre... ça me semble dépasser... par contre c'est pas le même point de vue... c'est pas le même endroit.. et pour moi c'est comme ça que je commence à me l'imaginer... c'est comme ça que je commence à me l'expliquer... c'est comme ça que je commence à faire ma carte... qui est forcément expérimentale... mais c'est comme ça que je suis en train de commencer à faire ma carte... de me dire.. ouais... je peux travailler sur moi à un niveau psychologique... psy... et avec ma psyché, et avec mes mémoires... et peut-être comme tu fais du chamanisme t'as pas besoin de faire ça... c'est pas vrai... pas vrai, le travail tu dois le faire, t'es humain et c'est ici que tu vis... est-ce que ça, ça remet en question l'existence des mondes invisibles, des alliés et des esprits, non ! Est-ce que c'est la même chose ? ben c'est pas le même point de vue... est-ce que je me place sur un plan spirituel, sur un plan psychologique, sur un plan physique ? Et on accepte dorénavant que le corps et l'esprit fonctionnent ensemble... pendant longtemps on les a pas mis ensemble... ben pour moi c'est un peu la même chose... et pis la planète... et pis le cosmos autour... comme un seul corps... c'est aussi le corps et l'esprit... et on est des animaux extrêmement complexes quand même... »

« Donc moi j'ai l'impression qu'il y a tout un travail que tu peux faire avec l'imagination active qui est juste fabuleux... mais que c'est pas le même mais t'es pas dans les mêmes positions par rapport au monde quand t'es en train de faire un voyage chamanique ou quand t'es dans l'imagination active... et moi j'aurais plutôt tendance à penser qui est venu se mettre là pour aider ça plutôt que l'inverse... je pense que le chamanisme il y du beaucoup aidé Jung à entrer plus en avant dans la compréhension de la psychologie et de la psyché... je le verrai plutôt dans cet ordre... en disant c'est vraiment pas la même chose... pis en même temps c'est vachement similaire... mais c'est comme si tu dis « je fais de l'imagination active... »... (changement de ton)... ouais c'est ça... faut que je le dise autrement... je vais essayer... »

« Fondamentalement pour moi ce qui me convainc totalement dans le chamanisme c'est la place de l'homme dans le monde... quelle place ça donne à l'homme dans le monde au travers du regard chamanique... et si je suis en imagination active... je reste le centre du monde... je reste l'enfant Dieu... je reste cet être exceptionnel, égotique... je dis pas égoïste mais égotique... qui en plus va se battre à main nue contre ses pulsions et son égo, et qui peut être dans des techniques, tu vois moi que je connais pas, comme l'imagination active, tu accèdes à l'enfant intérieur, à des belles choses qui se passent, à un savoir, à une mémoire... à.. je sais plus.. je sais pas combien de pourcent de notre cerveau on utilise mais vraiment pas beaucoup... je sais pas combien de pourcent de notre ADN on utilise mais vraiment pas beaucoup donc là il y a le mystère absolu... il y a la magie totale... mais depuis une position où tu restes cet être tellement important... tu vois, tout vient de toi... tout pars de toi et tout viens de toi... et peut-être que dans une démarche spirituelle... particulièrement pour moi, dans le chamanisme... tout à coup tu dis mais... je suis pas en rupture avec le monde, je suis avec le monde... t'oui je peux aller explorer l'intérieur... depuis mon point de vue... ou bien je peux faire partie du monde... et puis j'ai un accès direct à ce qu'on me dise un autre point de vue... qui va peut-être m'étonner mais.. on valide l'existence de ces êtres, on valide l'existence de ces forces, on valide l'existence de tout ça... on valide l'existence d'autre chose que soi... ce qui pour moi n'est pas le cas dans la psychologie.. et il me semble que l'écologie profonde, c'est de la spiritualité et de l'écologie... ce qui n'est pas forcément... fin c'est un peu nouveau aussi.. et la psychologie et la spiritualité qui se rejoignent... avec beaucoup de psy qui font du chamanisme.. avec cette recherche qui est vraiment en train de se passer... pour moi c'est vraiment des bonnes nouvelles... »

Ecologie profonde ? ça relie et spiritualité, et écologie et psychologie ?

« Oui parce que t'as la restauration du lien au monde qui est une restauration du lien à soi... »

« C'est très imbriqué... il y a des gens qui font de l'écologie profonde vraiment en termes psy pour que la personne aillent mieux... et puis il y en a d'autres qui la font en termes militant pour que la planète aillent mieux... mais au fond... ça se base quand même sur le lien, l'appartenance... et pour moi le chamanisme c'est aussi une forme d'appartenance... c'est de dire on n'est pas chassé du paradis... non, ça c'est un point de vue... les indiens ils disent « in beauty we walk » C'est vrai, c'est pas une vue de l'esprit, c'est vrai, sauf qu'on se bat contre, on se débat puis on est le plus important quoi ! (...) Donc c'est aussi tout d'un coup ben voilà, animiste quoi... c'est aussi de penser que le... qu'on est avec le monde, qu'on est partie de... »

Pourtant pour moi, avec les images, quelles que soit la thérapie, on introduit déjà du tiers... on s'en remet à... par rapport à une psychologie plus classique... je trouve intéressant que tu amènes... en plus du fait de s'en remettre à un tiers... il y différentes manières de considérer ce tiers...

« Pour nous l'état modifié de conscience c'est juste un véhicule, c'est pas la destination... »

« Je pense que la reconnaissance de l'existence réelle... par exemple si on voulait les appeler les esprits, des esprits... c'est une sacrée frontière... et là il me semble que ça devient de plus en plus mêlé... »

« Si cet être qui est là il est indépendant de moi... il peut faire ce qu'il veut et qu'il a une intelligence pour le faire... ou bien si c'est quelque part une image de mes multiples personnalités qui se manifeste comme ça... c'est deux explications très différentes... c'est-à-dire que quand je regarde cet animal puis faire des choses j'apprends des choses sur moi.. parce que ça révèle une de mes sub-personnalités.. ou bien que quand je le regarde bouger et faire des choses, c'est lui et puis... il me parle du monde quoi... »

L'impact n'est pas le même... la thérapie ne va pas agir de la même manière...

Moi j'ai de la peine à y croire... même si j'aimerais... il y a besoin d'y croire...

« Mais moi j'ai l'impression qu'il n'y a pas du tout besoin d'y croire mais il y a besoin d'autoriser le changement... et ça pour nous c'est capital, ici, fin tu vois, dans les mondes civilisés, machin, nanana... parce qu'on mélange les deux, parce que pour nous c'est la même chose, croire ou bien autoriser le changement, c'est la même chose quelque part.. cad t'es là puis tu demandes ce changement... mais tu dois te jeter dans le vide... pis c'est l'inconnu... et pis du coup t'es là, ben faudrait que je croie que je puisse voler... ben non, il faut juste peut-être juste sauter et puis s'écraser, tu vois... on s'en fout... mais si t'autorises pas ça... et c'est ça que je trouve aussi réconfortant... c'est que tu ne vas pas pouvoir agir sur une personne contre sa volonté... »

« Non, non mais tu vois mais juste sur l'efficacité.. si ton corbeau c'est un métaphore... pis tu rentres, pis tu marches pour rentrer chez toi... t'as eu une chouette image... c'était une métaphore, le corbeau il parlait de je sais pas quoi, il voulait dire ça, il représentait ça... ou bien ce corbeau, il était là... et puis t'as pas compris ce qu'il t'as dit mais il te l'a dit quoi... fin pour moi, l'efficacité et la puissance c'est... juste pas pareil... t'as vraiment raison... ça me semble tellement plus efficace de rencontrer les choses pour de vrai... enfin pour dire bête... »

« Ton positionnement dans la vie est complètement différent... tu es dans le monde ou bien t'es cet être que tu essayes de comprendre envers et contre tout... ou bien t'es partie du monde... »

« On peut parler avec les arbres... on peut parler avec la terre... on peut l'entendre, elle nous parle... tu pars en ballade dans les bois, pour... le version romantique... pour y déposer mon chagrin, ou bien... ou bien tu pars, juste pour être là et écouter... pis t'en sais rien de ce qui va se passer... enfin c'est des endroits différents... vraiment... »

Troisième entretien : C8

Avant l'interview m'a fait un soin avec son compagnon, auquel on va se référer comme exemple parfois dans l'entretien.

« Donc moi je dis toujours à mes patients/clients de venir avec une intention précise. Et quand ils arrivent avec l'intention on va voir... comment expliquer... comment la formuler... il faut qu'elle soit bien claire dans l'esprit du patient... et... du moment où c'est bien clair, souvent on voit que juste en posant l'intention, la personne elle a déjà un esprit plus clair de ses attentes, de ce qu'elle veut du... et donc après cette intention ben voilà, elle est claire... elle est claire pour le patient, elle est claire pour moi... et du coup je l'envoie aussi justement aux esprits pour qu'ils soient au courant... j'ai aussi remarqué que s'il n'y a pas d'intention posée et que je dis on laisse faire comme ça... ça va être beaucoup plus large et moins précis... et que la personne elle ne va peut-être pas voir le but vraiment recherché et que ça peut partir sur un autre truc et que c'est pour ça que c'est important de préciser l'intention au départ.. et... voilà juste une intention précise qui peut se transformer quand on en discute, dans le partage, parce qu'en fait elle peut se dire « ah ouais ben c'est plus ça que j'ai besoin que ça... ». Comme toi quand je t'ai demandé l'intention, t'as été claire dans un truc et puis après t'as dit... pas vraiment la place dans la famille... mais comment... donc ça on re-règle juste et puis après le voyage commence... »

« (...) et quand il commence et s'est pour répondre à la deuxième question, ben c'est souvent un voyage qui est accompagné au tambour avec des chants... les chants c'est pas des chants prévus c'est vraiment le chant du moment que je ressens... un chant intuitif. Et je travaille aussi beaucoup avec les maracas. Dans les chants des fois je peux sentir que le tambour c'est pas ça, j'ai besoin plus du maracas qui va aller plus dans d'autres énergies... voilà, c'est tout par intuition. »

Par rapport à l'intention, tu la fais évoluer ?

« Alors moi j'envoie son intention là-haut... et puis après ça se fait... alors je pense pas qu'il y ait un cadre très stricte, étant donné que... ton intention, ben on est parties d'une intention précise et pis ben ça a été travaillé aussi sur ton corps... c'est pour ça que je demande toujours à la personne si je peux la toucher... parce que je sais pas comment ça va se passer... »

Je dis qu'une personne a relevé qu'il fallait être très précis sur l'intention

« Ben étant donné que je travaille avec les esprits d'en haut et d'en bas... c'est pas vraiment moi qui guide la personne... c'est vraiment les choses qui se font... moi je ne mets pas de volonté ou de pouvoir dans le soin... c'est vraiment le soin qui se fait... c'est difficile à expliquer... »

Je relève que j'ai beaucoup apprécié les chants très doux...

« C'est pas du tout des chants prévus, c'est des chants qui viennent comme ça... comme quand j'ai vu cette vieille femme avec son hibou... après ça n'a rien à voir mais elle est là dans quelque chose, on ne sait pas pourquoi... Moi je décris tout ce que j'ai pu voir ou ressentir... je suis juste un intermédiaire, et la personne après elle peut... s'imaginer ou prendre ce qu'elle a à prendre dans mon récit... je suis pas là pour bloquer une image et dire c'est comme ça... voilà est-ce que ça te parle, est-ce que tu as déjà vu cette vieille femme... est-ce que le hibou ça te parle... voilà, elle était là et c'était clair qu'elle connaissait bien les plantes et la nature et elle était là debout droite comme un arbre... elle faisait... voilà elle faisait rien, elle était juste observatrice... j'ai pas eu de message, je ne lui ai pas demandé, elle est juste apparue... après il y a des choses beaucoup plus précises où là pendant le soin on ne te touchait pas et ça n'était pas du tout moi qui travaillait et ça travaillait depuis en haut... ils nettoyaient, ils nettoyaient... à un moment donné c'est comme si ils se retirent et ils me disent, voilà tu vas faire ça, ça, ça, pour matérialiser le traitement... »

Qu'est-ce que tu entends par « matérialiser le traitement » ?

« Ben matérialiser le traitement c'était comme si... ben voilà... ils ont travaillé avant sur ton ouverture du cœur et puis de la tête... c'était clair, je les voyais vraiment, tu vois, toutes ces choses, mais il fallait... il fallait te le mettre dans le corps, comme s'il fallait te montrer et te le toucher pour matérialiser ce qui se passait, conscientiser par le toucher, tu vois ? »

On pourrait dire rendre « palpable » ce monde qui est pas...

« Exactement ! »

Je dis qu'il y a qqn qui m'a déjà dit que souvent il n'y a pas besoin mais qu'on le fait parce que c'est important »

« Exactement... important de sentir... exactement »

Comme en hypnose on met des mots sur ce qui « se fait »

« Comme t'as dit « c'est drôle, je sentais que ça travaillait là » mais tu vois j'ai quand même mis ma main pour concrétiser que c'était vraiment ça... »

Et pis de voir que toi tu le sentais aussi « voilà, exactement, c'est un langage... et c'est pas juste un langage invisible, c'est là, j'ai capté ça, tu le captes aussi, c'est ok, tu peux le lâcher... tu vois, ça se passe à... ouais comme si on fait descendre des choses pour que ça se matérialise, que ça se concrétise... rendre palpable... »

« C'était intéressant qu'on ait fait le soin avant tu vois »

Oui du coup ça va beaucoup plus vite parce qu'on voit de quoi on parle...

« Ben c'est ça aussi les voyages... c'est aussi pour rendre clair... en palpant, même quand on se met à toucher... toujours dans le respect... on demande... »

ouais c'est un peu, j'ai vu, je sais, tu sens, on partage... « Exactement » et ce serait difficile de mettre des mots alors des fois les symboles, les métaphores aident, et les gestes aussi, t'as aussi fait beaucoup avec la respiration au début... éliminer, ouvrir... « ouais » le fouuu « ouais, nettoyer, le vent... je sentais vraiment que t'avais besoin qu'on te souffle dessus, que les choses... et avec ma plume d'aigle, c'était aussi ça, et avec la sauge... »

Je dis que c'est des gestes symboliques qui font du bien...

« ouais, et c'est pas symbolique... il y a vraiment... vraiment qqch... »

Je dis que pour moi symbolique c'est un terme tellement vague... mais que pour moi, « symbolique » il y a vraiment qqch. Un impact sur le réel, une action... justement le symbole c'est ce qui permet la connexion entre ces mondes là et le réel « exact »

Reconnecter « exactement »

Reconnecter ces espaces, ces dimensions « c'est exactement ça... »

Je dis que je vais reprendre l'exemple de tout à l'heure... tu me dis que déjà rien qu'au moment où elle me passe à la sauge, c'est déjà nettoyer, c'est déjà se préparer. Je lui demande si elle se prépare aussi ?

« Alors là ce moment-là, ce moment où je commence avec la sauge, c'est le moment où je vais me relier aussi à toi... pour dire, ben voilà, ça commence déjà... Et là je vais déjà être dans l'empathie, mes corps vont s'ouvrir et observer tes corps... c'est pas... c'est énergétique... je ne vais pas te dire « nanan... est-ce que tu te sens mieux, plus légère... » je ne vais pas parler, ça se passe au niveau énergétique, dans l'invisible... là à ce moment-là déjà l'énergie change... ton énergie va changer... parce que tu vas déjà avoir le sauge qui va déjà nettoyer un peu tes corps... et la préparation elle commence... et t'as vu quand j'ai commencé, le chien aussi est arrivé... il y a toute une atmosphère qui se transforme... »

Après t'as tout de suite dit « je vois le bébé qui sourit »

« ouais, parce que là, comme je t'ai dit, quand je commence à nettoyer, je me relie à toi, et là déjà le bébé il était déjà là, à vouloir rentrer en communication... et son premier message c'était un bébé soleil... il rayonnait, il souriait... »

Et c'était marrant que tu me demandes « et sa sœur » dont on n'avait pas parler ?

« ouais parce que là, il me passait déjà plein de message, il était déjà tout vif, genre « super, on va pouvoir parler... » et là il était déjà en train de me dire qu'il se réjouissait... c'était déjà pour mettre en place la situation... tu vois... des fois je vois vraiment apparaître les esprits alliés des personnes... je vois vraiment déjà à ce moment-là... voilà, avant que ça commence... et souvent les patients ils me disent... « au moment où j'ai pris rdv... » ça a déjà commencé chez eux... tu vois il y a déjà... je pense dans l'invisible, il y a déjà qqch qui se connecte... ben c'est comme si ben... quand tu me téléphones, ben voilà, il y a un lien invisible qui se crée. Et ce lien invisible va faire qu'il y a des choses qui vont s'interconnecter... c'est comme si on appuie sur un bouton « connexion » et il y a déjà des choses qui vont se mettre en marche... avant qu'on sache, avant qu'on soit dans le voyage, il y a déjà un lien qui se crée... »

« Donc après je pose la personne, je lui explique comment va se passer le voyage... donc je lui explique le rythme... même si des fois je m'arrête... parce que tu vois, des fois je suis seule à faire du tambour... même si j'arrête le tambour et que je fais juste des chants, ou que je vais utiliser les maracas c'est pas fini. Pas qu'elle se sente « ah c'est fini... euh... Donc je leur explique que le rappel ça sera « tatata » les coups de tambour et pis qu'à ce moment-là, il faut qu'ils imaginent qu'ils reviennent dans leur corps... je leur donne un symbole, c'est aussi symbolique, pour les remettre dans ce monde-là, même s'ils ne sont pas partis... je leur dit souvent « vous rentrez comme dans un collant, dans votre corps... ». Parce que moi, j'ai fait l'expérience où je suis partie très loin et quand je suis revenue, il me manquait un bout de jambe... et que j'avais beau aller chez l'acupuncteur, il me plantait des aiguilles, c'était impressionnant... ffffiou... se faisait aspirer... et il y avait plus là... il y avait plus ma jambe... et donc le seul moyen c'était partir en voyage et aller rechercher... et je revisualisais que j'avais oublié un bout de jambe dans une poubelle, n'importe où et que j'allais la rechercher et je la remettais... et c'était fini, c'était bon... parce qu'il faut savoir qu'il y a certaines personnes qui peuvent être extrasensibles et qui partent aussi en voyage... et qu'on ne sait jamais à qui on a à faire en face... et qu'il faut toujours instaurer un rituel... comme le début avec la sauge, mais aussi le retour qui est vachement important. »

Tu vois travailler les esprits ou tu vois le travail ?

« Alors ça dépend. Des fois je vois vraiment l'esprit qui travaille... des fois c'est mon animal qui vient... je travaille avec des animaux et tout d'un coup... si tu veux chaque... chez mes animaux, tout de suite mes deux esprits... je travaille avec trois animaux... et les deux se sont mis à gauche et à droite de toi et ça c'était pour protéger le soin après des fois j'ai mon 3^e animal qui vient. Et lui je sais quand il vient, quand il apparaît, c'est qu'il y a une entité qui est collée... et lui il n'est pas du tout venu... vraiment il n'est pas quand d'entité qui est collée... et lui quand il apparaît c'est souvent justement pour nettoyer une entité qui était là... et donc je le laisse faire. Je le laisse faire et quand c'est fini il part... il se remet derrière... pis là si tu veux c'était plus des esprits qui sont venus se mettre autour, accompagner dont j'ai vu cette femme, avec qui je n'ai jamais travaillé, c'est pour ça que je pense qu'elle t'appartient... qui était juste observatrice... genre je laisse faire mais je surveille quand même... je laisse pas faire n'importe quoi non plus... après ça peut être ton intuition qui te dis... « ça je ne veux pas prendre la plante » tu vois, comme tu me disais... « j'ai toujours senti »... peut-être que c'est elle qui a toujours été à côté de toi je sais pas... ou peut-être un autre... mais c'est voilà... là on sentait bien qu'elle était là... elle n'aurait pas laissé faire n'importe quoi... donc ouais, je vois mes esprits avec qui je travaille, mes guides... mais je vois aussi les guides des autres... Après qu'est-ce qu'il y avait... là j'ai vu en fait, vraiment

au niveau... énergie. Là je ne voyais plus et je voyais des choses... j'étais vraiment dans l'énergie, et je voyais vraiment sombre... Comme un nuage autour de toi sombre... et là, voilà, c'est là où ça a commencé les maracas juste... et puis la plume pour nettoyer, nettoyer... comme s'il fallait... pfouuuuu... souffler tout ça... et après c'est devenu clair, el là j'ai vu tes corps devenir plus large... c'est comme si tout était crispé et puis après ça a pu... quand le nuage est parti, tes corps sont redevenus clairs... c'est là où après... l'esprit... j'ai vu qu'ils ont commencé à travailler là (la tête). J'ai laissé faire... je me suis dit « est-ce que vous avez besoin de moi ? » tu vois... si tu veux c'est une connexion intuitive... qui me dit « voilà on a fait, il faut toucher ou pas toucher » je ne sais pas s'il faut toucher. Et ben voilà... et puis après depuis du cœur c'est monté à la tête... et là j'ai vu que ça s'ouvrait... comment on dit... un entonnoir voilà, et là qu'il y avait comme un entonnoir de lumière qui s'ouvrait. Tu vois, comme si tu étais aussi peut être fermée... ou pas... et là il y a vraiment eu la lumière qui s'est mise et tout... après ce qu'ils m'ont demandé, c'était de t'insuffler... ils m'ont dit « voilà... c'est comme s'ils avaient nettoyé ouvert et qu'il fallait qu'à travers eux j'insufflé en toi... je me souviens même plus s'il y avait une couleur ou qqch... c'est vraiment sur le moment... et là ben je... et pis là j'ai senti que ça c'est ouvert... à la tête il n'y avait pas besoin de souffler mais j'ai senti qu'il fallait aider à grandir... donc j'étais derrière toi... et j'aidais à grandir pour que tu puisses vraiment être connectée au ciel... pis après ils m'ont dit « voilà... » là ça rayonnait... mais à tes pieds... il y avait des tout petit pied... c'est comme si tes pieds ils étaient tout petits... et pis je ne sais pas comment tu pouvais tenir sur la terre parce que c'était des tout petits pieds et là c'était comme s'il fallait que je te colle à la terre pour vraiment que tu puisses prendre tes racines... et là ça c'est ouvert et je sentais aussi ce soulagement de revenir sur terre et de ne plus être que là en haut... c'est comme si c'était... pfouuuuu... voilà. Alors tes pieds ils m'ont montré une image ben justement de pied plat et de racines. C'était drôle, c'était un mélange de pied et de racines... et il fallait que j'appuie pour que tu puisses t'enraciner... alors c'est à travers des images qui me montrent comment faire... je sais pas comment expliquer... (qui te guident dans les gestes...) voilà... dans les gestes... (de nouveau pour matérialiser, rendre palpable qqch qui est là...) voilà... (tu ne dis pas avec les mots, mais tu montres avec les gestes...) voilà... Après ils m'ont montré ton bassin qui bougeait comme ça et on sentait que ça travaillait et pis le bassin... ben si tu veux, c'est comme si c'était plein d'énergie mais il fallait que ça monte tout le long de la colonne, jusqu'à la nuque... pour refaire cette connexion... un peu de la terre au ciel... et donc c'est pour ça que... je ne me souviens plus si c'était des tapotements ? (ouais, c'était juste parfait... où t'as mis... bassin... nuque... après je ne sais pas ce que t'as fait mais c'était comme du shiatsu... pis à la fin ça montait...) ouais je sais pas ce que c'était mais je voyais que ça montait... (et pis à la fin ça a fait « crouic ») voilà mais j'ai senti comme une lumière qui commençait à remonter et pis c'est comme si on éclairait ta... ta colonne... ta ta ta... et pis arrivé en haut... cling la lumière, ça c'est allumé... et pis là pour moi c'était bon... et pis ils m'ont montré ton corps et puis tout brillait, tout rayonnait... le bébé je ne sais plus à quel moment je l'ai vu avec tous ses filaments... et puis il se tournait... et puis je le voyais heureux de découvrir toute cette lumière... parce que vraiment c'était « wouaw » ça fait du bien d'être... aussi au soleil... »

Pis quand tu disais que t'as vu le bébé se tourner la semaine d'avant...

« Alors ça c'est lui... c'est vraiment lui qui m'a parlé... vraiment il disait « dit-lui, dit-lui, dit lui... » c'était vraiment son message pour te rassurer... alors je ne sais pas à quel niveau la connexion elle se fait... je ne sais pas si on peut appeler ça du chamanisme ou de la médiumnité... je peux pas te dire, mais c'est clair que je travaille beaucoup avec les mamans et les femmes enceintes et c'est vraiment ça... ils me disent vraiment... ils ont vraiment le message « dit-lui ça » je veux dire, dis-lui « ça, ça ça... » le message est très clair... »

« Après j'oublie vite aussi les choses... c'est qu'une fois que je les ai dites... c'est sur le moment et puis après j'oublie... »

Je dis qu'après le soin certains thérapeutes ne disent rien, surtout pas le négatif, certains disent ce qu'ils ont vu mais sans aucune interprétation, certains aident à mettre du sens... là moi j'ai vu que tu me demandais d'abord à moi ce que j'avais vécu...

« Ouais ce qui est vraiment important... d'écouter la personne... pas qu'elle se fasse aussi... je veux dire voilà, toi tu as vécu ton propre voyage, c'est qqch qui t'appartient, t'as pu vraiment le sentir à travers physique et tes corps... et c'est bien quelque part... si tu veux à quelque part je vais confirmer... ce que t'as vu... en disant... en disant « oui c'est ça... tu vois la hutte ça représente ça... » tes corps, t'as pu sentir, t'as senti les mêmes endroits, ça t'as confirmé aussi pendant le soin... et à la fin c'est conclusion... voilà... conclusion... voilà maintenant la différence c'est... que tu te sens avec plus d'espace autour de toi... et c'est vraiment la réalité, dans le sens où t'as pu le sentir à travers ton corps... après le reste... la forêt... c'est des images... c'est aussi... après on peut aller dire « ben voilà, t'as vu des sapins, ça peut être ce besoin de respirer l'odeur du pin... » tu vois on peut... je rentre pas là-dedans... je dis voilà, il y avait une femme âgée avec son aide... »

« Peut-être que ça veut dire, connecte-toi plus à tes guides... »

Je rajoute « oui et pis dans cette hutte... prends cet espace parce que tu as un énorme potentiel de sentir, de régénérer... de puissance... mais t'oses pas... (et là je me sens gênée de dire ça...) autorise toi à prendre cet espace... pour toi et pour les autres aussi... »

→ « exactement, parce que si tu mets tout le monde aussi dans cette hutte, tu vois, ça c'est ton espace... mais tu peux aussi inviter, à certains moments, ces gens dans la hutte... comme on fait quand on fait la hutte... on se fait aussi une hutte juste pour nous deux... on se fait la même cérémonie juste à deux... mais on invite aussi des gens à venir dans cette hutte, pour partager ça... et du coup on partage exactement la même énergie... et c'est justement un partage parce que eux ils viennent, ils se nettoient, ils vivent cette cérémonie et tout... mais à quelque part, ils repartent avec ce petit bout là pour eux... pour le but... c'est de pouvoir partager aussi avec les autres... et toi, ce travail là de prendre cet espace, c'est déjà un pour partager avec ce bébé... parce que si tu prends cet espace, le bébé va pouvoir aussi prendre cet espace... »

Oka (son compagnon) a dit que du coup, mes enfants aussi pourront venir et habiter un espace, et habiter leur espace, si moi je prends cet espace... alors que moi j'ai l'impression que si je prends mon espace je les rejette... »

→ intéressant, c'est 3 ans après que je réécoute cet entretien et c'est exactement le gros prise de conscience que j'ai été contrainte de faire et que je commence seulement à mettre en pratique (bon beaucoup travaillé que ce qui s'est passé avec la césarienne m'a déstabilisé dans ma puissance, coupée en deux, puissance associée en partie à danger...) en même temps m'a permis de sentir... avec le temps pour ma thèse... comme si m'a permis de revivre... et correspond à la prise de conscience et à ce que j'ai joué dans le jeu de sable (mon espace, par rapport aux enfants, et au Trans générationnel, des femmes qui ne se sont pas permis d'être puissantes, qui se sont mises au service de... ou alors sont mortes ou sont parties et subi grosse tristesse, sentiment d'abandon des enfants (2 grands-pères)

« Et c'est là qu'il y a un truc de culpabilité dont tu m'as parlé... et ben en faisant ça au contraire... c'est vraiment ce truc... je m'occupe à quelque part de mes enfants, et je leur apprend à occuper leur espace... et je leur apprend, tu vois au lieu d'être

fermés, à être ouverts, à s'offrir cette chance de ne pas être dans ce flou, dans ce truc noir... parce que du moment où on s'ouvre on est bien... tu leur apprends ce truc là... tu leur apportes ça surtout... »

Je dis que c'est difficile d'être dans cet espace et en même temps avec eux.

Elle dit qu'elle ne pense pas qu'il ne faut pas au début que je sois dans cet espace et avec eux...

« T'as pas besoin de les prendre dans ta hutte... c'est le fait que toi tu seras bien et rayonnante... automatiquement ils vont s'imprégner de ton énergie... et ça c'est la base de tout »

Ex avec fille de 3 ans → je dis que ça sert à rien de soigner la fille, c'est vous. Si vous êtes bien l'enfant va bien → réaction d'Isaac dans mon ventre... « il est tout à fait d'accord là, il prend son espace. Ça tire un peu hein... »

Je dis que ça m'a touchée quand tu as dit, il remonte pour se blottir, il se fait tout petit. Mais il se fait tout petit pour se sentir protégée... parce que tu as besoin de ça... Parce que c'était exactement ce que tu me disais « j'ai besoin de me sentir protégée... » à quelque part avec ton mari... et tu le prends pas... donc qu'est-ce que tu fais... tu t'auto-protège en faisant ça... alors tu te fermes... »

« alors que la protection c'est au contraire... s'ouvrir mais se connecter à des choses tu vois... il faut que tu t'ouvres à un autre niveau pour te sentir protégée... et que la protection physique et matérielle... c'est purement matériel que la vraie connexion c'est quand on a la foi... c'est quand vraiment tu te connectes à qqch de supérieur... quel qu'il soit, ça peut être la nature, ton animal, ton guide, cette vieille femme... et c'est reprendre ce pouvoir... »

Je dis que c'est marrant parce que selon ce à quoi on croit à propos de ces expériences ça peut quelque part renforcer qqch d'égotique... ou alors plus écologique... pour moi cette thèse est initiatique...

« Il faut pouvoir être dans le monde d'en bas, dans le monde d'en haut et centré en même temps... tu ne peux pas avancer si tu n'es pas bien centré... »

Je dis que j'ai l'impression que j'ai plus l'impression que c'est une question d'être connecté que d'être centré, car j'ai l'impression parfois d'être centrée mais égocentrée... être connectée aux ressources, à la nature, et pas aux autres ce que je suis déjà trop...

« Après c'est pas égocentrique de se connecter à soi, parce que du coup, tu sais où tu en es. Et quand tu es connectée à toi t'es aussi connectée... ben faut aussi vraiment se connecter. Là j'ai vraiment senti que tu avais ces petits pieds comme ça où t'étais pas du tout connectée à la terre, à la Mère Nourricière... et c'était ça ton premier truc « ça me manque de me sentir protégée, mais en fait la première connexion c'est notre mère quand on est enfant... c'est elle qui nous protège, c'est pas le père, le père il va nous chercher à manger. Et toi tu t'es déconnectée de la terre. Et c'est ce sentiment que tu as pu ressentir. Et ces petits pieds c'était ça. Et après ils sont devenus tout plat, avec des racines. Et du moment que tu t'es connectée à la terre. T'as vu, le reste, ça s'est tout fait... tou tou tou... ça c'est tout ouvert... et c'est aussi ça que je voyais que c'était important de te masser les pieds pour ressentir quand tu marches cette connexion à la Terre (...) si on perd cette connexion à la terre... c'est exactement ce que la société vit en ce moment... on n'est plus connectés à la terre... qu'est-ce qu'on fait ? on la détruit... on se fait du mal à nous... on se tue nous-même... et du coup toi en perdant ta connexion à la terre mère nourricière, tu perds ta connexion avec... (je note que je perds aussi la connexion pour être une mère nourricière...) et la hutte tu sais ce que ça représente symboliquement... c'est l'utérus de la terre... et tout se ramène à ce... et que tu aies vu ça et pas un temple... si vraiment c'était spirituel, tu aurais pu voir une église ou un truc comme ça tu vois... mais que vois cette hutte dans la forêt, dans la nature... l'utérus c'est vraiment... ça représente vraiment le ventre de la mère... terre... et quand on rentre dans cette terre, dans ce ventre, ben c'est là qu'on se reconnecte à notre mère, on se rallie à la mère, à notre mère nourricière... et c'était pas fermé tu vois, t'avais pas des couvertures, t'étais pas dans le noir... t'étais ouverte, mais en même temps en accord, parce que tu voyais que ça t'apportait tout ça... donc c'est être consciente, peut-être que tu dois te relier à ton ventre, mais à la terre... je vois plus là en bas que là en haut toi... parce que j'ai pas vu qu'après il y avait de problème de monter... dès que t'as fais gling en bas, ça a fait gling, gling, gling, gling (en montant la colonne) tout s'est déloqué en haut... donc moi j'ai pas... t'as déjà travaillé là en haut... même si t'as pas la foi totale, tu peux aussi te raccrocher à la terre. (Et tu crois que cette femme qui était là, tu crois qu'elle est liée ?) Ouais alors je pense que cette femme qui était là avec toi, c'était cette femme qui a cette vieille sagesse ancestrales des plantes de la terre... justement, qui connaît tout par rapport à la nature... il faut juste te connecter... en même temps elle n'était pas à vraiment parler puisqu'elle était juste observatrice... et je la voyais vraiment genre « je te laisse faire, mais tu fais pas n'importe quoi... » tu vois, et c'est ça nos guide... »

Je dis que c'est presque plus une thérapie aujourd'hui → « peut être que c'est ça qui fallait... » (et c'est seulement maintenant que je vois comment effectivement c'est sur quoi je n'ai plus eu le choix de travailler et où l'analyse de ma thèse me mène aussi (vraisemblablement les deux sont liés) et on relève que c'est étonnant que ça se passe lors de mon tout dernier entretien...

« Des fois il n'y a pas du tout de rituel, des fois le rituel c'est moi qui le fait pendant le soin et ce que je récolte ou récupère, je le rends à la personne à la fin du soin... ça peut être un sachet de prière, tu vois, ou... là où j'ai fait brûler des choses je vais les lui redonner... et pis je vais les emballer et je lui dirais « voilà tu choisis un endroit et tu la jettes... ou tu prends ton temps, tu le mets dans un feu... ça dépend... ou tu l'accroches à un arbre... » ça peut être un rituel comme... ben comme toi, c'est d'aller te connecter à un arbre... quand tu vois un sapin... choisis un sapin et va te reconnecter pour être enracinée... ça peut être... rien... parce la personne ben jute simplement ça ça la remise dans un état... et c'est qqch qui va rester ancré... ou ça peut être une demande de la personne qui me dit « qu'est-ce que je peux faire ? Et là s'il y a une demande... en général c'est qqch que je sens pour fermer le cercle comme si ce travail c'est un cercle qui se fait... et que pour fermer ce cercle il y a une demande... consciente ou inconsciente... et des fois il n'y a pas besoin, le cercle il a été fermé... ou alors un dernier pas pour montrer à la personne qu'elle est indépendante et qu'elle peut le faire... »

« Le but c'est quand même que les patients soient indépendant... qu'ils puissent se dire « ah ben si j'ai besoin de me ressourcer, de me reconnecter à la terre... pas besoin de... me ressourcer, de me reconnecter à la terre... pas besoin d'aller voir Nathalie tout le temps... il suffit que je me colle à mon arbre... j'ai aussi mon arbre dans la forêt... et quand vraiment j'ai besoin et ben j'y vais... je lui fait une offrande quand je passe... ou tu vois, des choses comme ça... le but c'est qu'on soit tous indépendant... parce que plus on est indépendant, plus on peut être inter-reliés et ça le but c'est pas que la personne elle soit là « ah j'ai besoin de vous, ah j'ai besoin de vous... » »

« alors des fois j'ai des demandes, il y a des gens qui veulent vraiment faire un travail suivi... donc on va dans le monde d'en haut, dans le monde d'en bas... après il y a qu'est-ce que je fais avec mon animal de force... comment je peux le travailler... on fait des voyages... voilà, là ils sont guidés... des fois c'est une fois, des gens qui disent « je me sens très mal et tout... » et puis en fait ils sont bourrés d'entités et puis c'est un nettoyage... des fois, ils reviennent après deux ans... voilà, il n'y a pas du tout de suivi... c'est vraiment selon le besoin... s'ils ont une approche et puis une envie de développer des choses, alors il y a un suivi... mais c'est toujours à leur demande et là où ils en sont... c'est pas moi vraiment qui choisis... c'est eux... »

Intérêt d'avoir fait le soin et d'avoir pu parler sur la base de cette expérience.

Me parle de la femme shakti... différence entre le rituel autour des règles... on dit pas juste « va t'acheter des tempax »... et que quand la femme est enceinte, on la sort de la société, pour la protéger et elle vit qu'avec les femmes qui vont s'occuper d'elle... mais finalement vivre avec les femmes qui vont s'occuper d'elle c'est revenir à la terre mère nourricière... et c'est exactement ça parce que l'homme il vibre dans une autre énergie qui est trop dure pour la femme... et en fait quand l'homme il vibre dur comme ça autour d'une femme enceinte qui est hyper sensible... et ben justement ça agresse... et ça t'empêche de t'ouvrir et le but de sortir de tout ça à un moment donné... sortir de tout ça et préserver la femme et la mettre avec que des femmes... c'est justement lui permettre de se reconnecter à la terre, s'ouvrir dans ses corps, pour après s'ouvrir en bas, que les choses se fassent... »

« On te fait comprendre que c'est maléfique et que ce n'est pas qqch de magnifique... t'es malade, c'est un état maléfique, alors du coup ben tu le deviens... alors que si t'es entourée de femme qui va t'apporter la chaleur... cette hutte quoi... ce truc qui va t'emballe, cet espace chaleureux qui t'apporte... et ben tu te sens protégée et tu peux lâcher... et là tu ne peux pas lâcher... et c'est pour ça que t'es comme ça... »

La femme shakti, un livre qui l'inspire dans sa façon d'être et de rester connectée à la terre et au ciel... c'est vraiment ça (les serpents : les règles (la terre) la kundalini, la méduse (ciel))

On parle de l'agression des femmes.

Regarde en Afrique les femmes elles n'attendent rien de la nature. Elles vont dans les champs et c'est de là qu'elle puise leur énergie et après elles vont enterrer leur utérus dans la terre pour remercier de les avoir accompagnées.