

# CHAMANISME VOYAGE A LA RENCONTRE DE TES GUIDES





# Mon rapport au chamanisme

Le chamanisme a été pour moi une révélation.

La plus simple, la plus accessible et la plus inspirante porte d'accès aux autres mondes.

Il me tenait à coeur de te partager cette technique, cette expérience, pour que toi aussi, tu retrouves cette connexion.

J'ai été initiée par un chamane libre, par une chamane sibérienne et par un chamane de la tradition amérindienne.

De ces expériences, j'en ai fait la mienne. Celle d'un chamanisme qui travaille avec cette cosmogonie (les mondes), avec les animaux, et qui se permet de travailler avec tout type d'énergies.

Et je ne te forcerai pas à croire en ce que je vois, ce que je perçois, car tes perceptions seront différentes des miennes.

Je te souhaite une belle découverte, de beaux voyages et de belles connexions. La première, avec toi-même.



# Les Directions

Avant tout voyage, cérémonie ou soin chamanique, je te conseille d'appeler et honorer 7 directions :

- **L'Est**
- **Le Sud**
- **Le Nord**
- **L'Ouest**

L'ordre dans l'appel de ces points cardinaux diffère selon les traditions.

- **Le Ciel** : tes guides, anges, archanges, êtres de Lumière...
- **La Terre** : ton animal de pouvoir ou animal Totem
- **Le Cœur** : l'ensemble des énergies est rassemblé au centre de ton cœur



# Le Monde d'En Haut

Le voyage dans le Monde d'en Haut s'effectue avec ton animal de pouvoir, qui est ton GPS.

Le Monde d'en Haut est un monde transcendé. Il n'y a pas de temps, pas d'espace.

Les âmes sont des mémoires.

C'est le lieu de résidence des guides, maîtres spirituels, maîtres ascensionnés, ancêtres de toutes traditions et de toutes lignées, enseignants.

Les paysages sont plus épurés que dans le Monde d'en Bas.

## **Qui est mon guide ?**

Tu vas rencontrer ton guide référent, celui qui va te guider dans le Monde d'en Haut.

En Occident, ce sont souvent des figures tutélaires issues de la tradition chrétienne (Marie, Jésus...).

Parfois, il s'agit d'un groupe d'esprits, un esprit abstrait représentant un principe (l'Amour)...

## **Que faire avec son guide ?**

Tu peux lui poser des questions, c'est un spécialiste des questions existentielles sur le sens de la vie, de la mort, l'Univers... ("Qui suis-je ?").

Tu peux également lui demander un soin, une guérison à un niveau profond : tes vieilles blessures, lignées, mémoires...

Il peut également te faire visiter le Monde d'en Haut, te faire rencontrer d'autres esprits, te faire des cadeaux...



# Les conditions du voyage

Afin de voyager dans les meilleures conditions, je te conseille de veiller :

- Au **bruit** : personne ne doit venir te déranger durant ton voyage (sonnette, téléphone en mode Avion etc.)
- A ton **confort physique** : plaid (le corps se refroidit), coussin...
- A être dans un **endroit** où tu te sens en sécurité
- Au **temps** : le voyage dure environ 25mn, compte 30mn pour être large

Tu peux créer un **autel**, représentant des éléments des Directions, ou composé d'éléments de la Nature et d'une bougie.

## Indications importantes

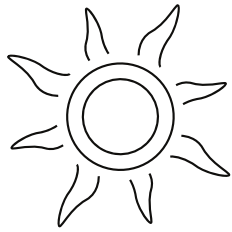
- Tu peux choisir de stopper l'expérience à n'importe quel moment en te concentrant sur ta respiration
- Tu peux demander de l'aide, demander de transformer ce qui arrive, ce qui se présente, si ce n'est pas OK pour toi
- Le voyage va être effectué en autonomie
- Le mental crée des images, qui sont des symboles. Regarde derrière l'image.



# *Le résumé du voyage*

- Pose l'intention de rencontrer ton enseignant, ton guide dans le Monde d'en Haut et de te montrer le chemin.
- Visualise un endroit ressource, ton point de départ, un lieu de passage vers le Monde d'en Haut
- Retrouve ton animal de pouvoir
- Cherche un endroit qui va te permettre de passer dans le monde d'en Haut, un feu de camp, une échelle, une passerelle, une corde, un arc en ciel, un animal auxiliaire...
- Entre dans le monde d'en Haut en traversant une membrane, une couche
- Ton guide t'attend. Il peut être à l'entrée ou dans un édifice, un paysage naturel, un endroit baigné de lumière... Demande l'aide de ton animal de pouvoir pour le rencontrer si besoin. Ce guide sera ton référent.
- Tu peux lui demander un soin, lui poser des questions, visiter le Monde d'en Haut avec lui...
- Quand le tambour va battre le rappel, il sera temps de rentrer. Remercie les esprits rencontrés, fais le chemin inverse et reviens dans l'endroit ressource
- Note dans ton carnet de voyage les esprits rencontrés, les espaces visités, les soins reçus, les questions posées et les réponses reçues.





MERCI



*Merci...*

Je te remercie chaleureusement  
de m'avoir choisie pour t'initier au chamanisme !  
Au plaisir de te retrouver pour la suite !

Je suis joignable et je réponds à tes questions par téléphone, SMS,  
et sur Whatsapp, dès que je le peux.

Bonne découverte et bonne pratique !

*Sophie*



## À PROPOS DE MOI...

Retrouve-moi sur les réseaux et sur mon site, abonne-toi à ma newsletter pour connaître les prochains évènements !

**SOPHIE ROUSSEAUX EI**

06 63 59 52 87

sophie@artisanebienetre.com

Soins en cabinet à Soisy sur Seine (91)



@artisanebienetre



@sophie.rousseau



www.artisanebienetre.com