

## Le chamanisme - 1/1

**Certains d'entre vous ont pu découvrir récemment une facette du chamanisme dans l'adaptation cinéma de BlueBerry, mais qu'est-ce que réellement cette pratique ?**

Le chamanisme est la plus ancienne permettant aux hommes d'utiliser les états de conscience modifiés afin de trouver des solutions à des problèmes et pour soigner. On appelle "chamans" les adeptes du chamanisme, ils furent les premiers guérisseurs (ils étaient à la fois conseillers spirituels, sages et visionnaires). Les traces de peintures rupestres découvertes par les ethnologues attestent qu'il y avait déjà des chamans il y a 30 000 années. Ce chamanisme traditionnel a survécu jusqu'à nos jours dans des régions d'Europe du nord, de Sibérie, d'Afrique, d'Amérique et d'Australie restées à l'écart de la civilisation.

De nos jours, le chamanisme connaît comme une renaissance dans le monde occidental. En effet, de plus en plus de personnes, en quête de racines perdues, d'un sens à donner à leur vie ou de nouvelles méthodes de guérison, se tournent vers le savoir ancien des chamans. Le chamanisme permet donc à ces individus habituellement confortés au stress, à la poursuite souvent exagérée de pouvoir, de réussite, de trouver un réconfort leur permettant de mieux vivre et de trouver leur équilibre (notamment grâce à son lien très étroit avec la nature).

L'expression de "chaman" vient de Sibérie et désigne une personne qui agit en tant que guide spirituel et guérisseur. La technique principale du chaman est de se lier avec les énergies de l'univers à travers des méthodes de méditation ou de transe connues sous le nom de "voyage chamanique" (nous verrons plus loin à quoi ça consiste). Cet état permet donc à l'individu de contacter l'invisible, l'essence spirituelle. De nombreux rituels aident à bien intégrer dans notre réalité quotidienne l'arnegie ainsi contactée.

Le voyage chamanique permet donc au chaman de se transporter dans le monde de la réalité non ordinaire, l'état atteint peut être comparés à nos contes de fées ou aux rêves. Cet état de conscience modifié qui permet de faire le voyage est généralement atteint à l'aide du son d'un tambour frappé à rythme régulier (d'autres instruments ou chants peuvent aussi être utilisés pour entrer dans l'état de transe). L'individu après ces rituels peut donc contacter l'invisible, cette expérience devant lui rendre un mieux-être et lui rendant services dans la réalité de tous les jours grâce aux enseignement tirés.

le chamanisme est donc accessible à tout les monde, il vit en nous tous, à vous donc de devenir praticiens chamaniques pour me donner votre avis.