

Cours accéléré de chamanisme urbain

Par Will Hall, MA, DiplPW - 28 juillet 2014

Cet article a été publié pour la première fois sur Beyond Meds
<https://beyondmeds.com/2014/07/27/urban-shaman/>

Puis repris par madinamerica.com
<https://www.madinamerica.com/2014/07/crash-course-urban-shamanism/>

Traduit de l'anglais en français par Luc De Bry, 04 novembre 2021

Les chamans sont les esprits magiciens guérisseurs des sociétés tribales et non technologiques du monde entier. Les anthropologues utilisent le mot "chamanisme", issu du peuple toungouse de Sibérie, pour désigner les points communs entre les différentes traditions.

Les chamans trouvent leur vocation à travers une maladie ou une crise initiatique mettant leur vie en danger, se plongent dans la vision et la transe pour se connecter à d'autres réalités, sortent de leur identité habituelle pour s'identifier aux animaux, aux esprits et même aux maladies, et reviennent dans le monde ordinaire pour partager leurs compétences en matière de guérison et de créativité.

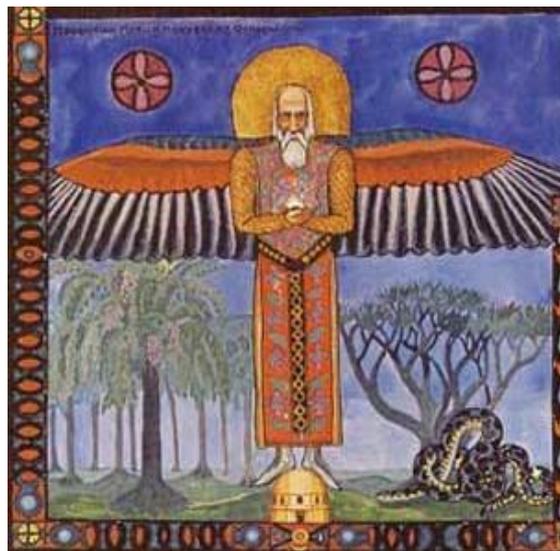
Dans les communautés indigènes, vivant en marge de la société et défiant les normes conventionnelles, la conduite et même le genre, les chamans sont respectés comme un lien communautaire puissant avec le divin.

Le chamanisme traditionnel implique de faire partie d'une société tribale vivante, d'y faire son apprentissage et d'apprendre ses méthodes. Pour adopter cette approche, vous devez être accepté par les enseignants qui font partie de cette culture.

Si vous êtes un étranger, ne soyez pas raciste: n'utilisez jamais la spiritualité d'une culture sans être guidé et responsable, et soutenez toujours la survie culturelle et les luttes pour la terre contre le colonialisme et l'expansion des entreprises.

Les peuples traditionnels ont besoin d'un véritable respect et d'un militantisme concret, et non d'un nombre accru d'hommes-médecine en plastique de la nouvelle ère.

Le chamanisme urbain est une approche plus large, qui redécouvre les racines de l'esprit tribal pour les personnes modernes et qui utilise les anciens modèles sous de nouvelles formes. Les chamans urbains réinventent la guérison spirituelle pour nous-mêmes. Nous avons tous des



liens ancestraux avec les cultures chamaniques si nous remontons assez loin, car toutes les sociétés ont pour origine le tribalisme. Il n'y a pas de règles ni de fin à l'apprentissage et à la créativité, car nous réveillons nos esprits indigènes et recréons la guérison par l'esprit de manière nouvelle.

Voici quelques repères pour le chamanisme urbain :

Rejoignez la nature sauvage. Tout ce que vous devez savoir se trouve dans le caractère sauvage de la nature. Sortez de la monoculture d'entreprise de nos villes. Promenez-vous dans les forêts, les déserts, les plages et les montagnes dès que vous en avez l'occasion. Sortez des sentiers, grimpez aux arbres, asseyez-vous en silence sur la terre, dormez sous les étoiles, trouvez de la musique dans l'eau qui coule, observez les animaux, remuez-vous dans l'océan, suivez les traces de pas, écoutez les oiseaux, fixez les nuages, étudiez les plantes. Cherchez des poches de nature sauvage dans les recoins cachés des villes. Apprenez l'histoire naturelle et l'écologie de votre maison.

Pistage et conscience. Écoutez et interrogez tout ce qui se trouve dans votre paysage extérieur et intérieur, en vous ancrant fermement dans la vue, le son, l'odeur et le toucher de votre environnement actuel, comme si vous suiviez des animaux dans la nature. Ralentissez, puis ralentissez encore, jusqu'à ce que le monde virtuel s'estompe et que le monde réel apparaisse. Cultivez vos compétences en pratiquant la méditation et la conscience sensorielle. N'oubliez pas d'observer l'observateur : nos émotions et sensations intérieures constituent un territoire important à explorer, et offrent des indices essentiels non seulement sur votre esprit, mais aussi sur le monde qui vous entoure. L'immobilité et la sensibilité guideront votre attention vers ce que vous devez suivre. Revenez toujours à l'ici et maintenant, c'est l'endroit le plus magique de tous.

Attitude expérimentale. Fondez-vous sur votre expérience directe de ce qui fonctionne. Ne prenez pas pour argent comptant tout ce qu'on vous a dit ou lu, faites des essais et des erreurs et faites preuve d'un scepticisme sain. Si vous vous demandez si vous n'êtes pas en train d'inventer des choses dans votre imagination, découvrez-le, traitez-le comme s'il était réel, et étudiez les résultats, comme un scientifique faisant une expérience. Vous découvrirez peut-être que la réalité n'est pas passive, mais collaborative, créative et participative.

Trouvez des chemins vers des états visionnaires. La nourriture, les médias, la conduite d'une voiture, le travail, les ordinateurs et les drogues nous hypnotisent tous dans la réalité ordinaire. Reprenez le contrôle de votre conscience et commencez à accéder à des états visionnaires selon vos propres conditions. Découvrez de nouveaux outils : suivez votre intuition pour découvrir les idées, les méthodes et les pratiques qui vous attirent. La danse, le tambour, le chant, l'écriture, les marionnettes, la musique, le sexe (quand possible), le silence, les rituels sont autant de moyens possibles de passer de cette réalité à la suivante et inversement. Ouvrez votre côté intuitif, accueillez l'inconnu, concentrez-vous sur les sensations corporelles et les émotions, et apprenez à connaître les états modifiés et l'imagination. Soyez ouvert à des intérêts inattendus et à des sources de pouvoir étranges, en particulier à ce qui entre dans votre vie apparemment tout seul, ou qui vous a fasciné dans votre enfance. Essayez de nouvelles identités, mais soyez prêt à les abandonner lorsqu'elles n'ont plus d'utilité. Votre corps est le seul instrument dont vous avez vraiment besoin.

Écoutez vos rêves. Ne vous contentez pas d'une interprétation intellectuelle, actualisez vos rêves en tenant un journal, en dessinant des images, en dialoguant avec les personnages, en jouant différents rôles et en cherchant des indices dans la vie éveillée. Que vous dit le rêveur? Remarquez les coïncidences étranges, suivez les synchronicités oniriques et explorez les voies souterraines entre des événements sans rapport. Plus vous prêterez attention aux rêves, plus vous en ferez, et vous découvrirez que la vie éveillée est elle-même un rêve.

Chassez l'énergie perdue. Les dépendances, l'épuisement, l'engourdissement du corps, les amis ennuyeux, la nourriture toxique, les médias corporatifs, le mauvais sexe - il y a un long combat à mener pour récupérer toute l'énergie que vous gaspillez et la mettre au service de la conscience et de la guérison. Alors que vous nettoyez votre propre énergie stagnante, suivez votre inspiration et répondez à l'énergie vivante des moments, des idées, des plantes, des lieux et des gens. Empruntez de nouveaux chemins dans votre ville, ouvrez-vous à de la musique, de la poésie et de l'art inattendus, suivez vos intuitions et cherchez des signes. Traitez les choses dont vous avez honte comme des invitations à trouver des sources de force cachées. Brisez l'habitude de ce que vous êtes. Surprenez-vous.

Explorez votre vocation. Étudiez votre crise et votre effondrement. Écoutez les voix, regardez les visions et ressentez les énergies folles de votre folie, avec un regard neuf sur la sagesse ou l'apprentissage qui pourrait se cacher derrière tout cela. Imaginez qu'il y a quelque chose d'essentiel à découvrir dans les parties douloureuses que vous souhaiteriez voir disparaître. Remarquez ce qui reste inachevé et non résolu, et sentez comment votre énergie est épuisée lorsque vous n'écoutez pas les parties manquantes de vous-même. Faites cela lorsque vous êtes fort, ancré et que vous bénéficiez d'un soutien solide de la part de votre communauté.

Apprenez de vos ancêtres. Découvrez tout ce que vous pouvez sur votre famille et vos racines. Soyez à l'affût des parents excentriques, artistiques, fous, activistes, indigènes et non-conformistes qui peuvent aussi être sur un chemin chamanique. Prêtez attention aux luttes pour la survie que vos ancêtres ont menées, ainsi qu'aux espoirs et aux rêves non réalisés qui sont encore ressentis par les vivants.

Méfiez-vous de l'égoïsme. Vos véritables besoins sont dans un flux mystérieux ; apprenez des techniques pour remettre à sa juste place le moi orienté vers un but. Le but du chamanisme est de guérir et de soutenir la communauté - pas d'acquiescer un pouvoir personnel. Ne priez pas et ne souhaitez pas de choses spécifiques comme un nouvel appartement ou un mariage, mais seulement des choses générales comme un foyer ou de l'amour. Laissez les détails vous surprendre en vous concentrant sur la magie et la beauté de l'ensemble.

Et surtout : Faites attention à ne pas vous laisser submerger. Revenez à de solides pratiques d'ancrage, à une conscience claire et à une vie saine avant d'explorer l'inconnu. Suivez votre rythme. Soyez clair sur votre objectif en tant que guérisseur, et ne laissez pas les pouvoirs ou les phénomènes étranges que vous rencontrez vous distraire de votre intégrité et de votre éthique. Forgez des liens solides de confiance et d'honnêteté avec les amis qui vous sont chers. Mettez les pieds sur terre avant de vous envoler vers les cieux.
