

# Voyages chamaniques

« Nous sommes tellement aimés  
à l'intérieur  
de nous-mêmes »



*entretien avec*

**Noëlle Poncelet**

**Le chamanisme est une approche immémoriale des connaissances, dont on repère des traces sur toute la planète à travers le temps, l'espace et les cultures. Docteur en psychologie, Noëlle Poncelet, qui travaille de longue date avec la Fondation internationale des études sur le chamanisme, enseigne en Amérique du Nord et en Europe les pratiques qu'elle a étudiées auprès des chamanes de différentes cultures. Elle explique ici comment l'état de conscience chamanique éveille des capacités spirituelles latentes et permet une connexion avec la nature. Elle expose les modalités d'accès, par le voyage chamanique, à la « réalité non-ordinaire » ; la découverte qu'on peut y faire des esprits tutélaires, pour en recevoir des enseignements, affirmer son pouvoir spécifique, et contribuer ainsi à sa propre santé, celle des autres et celle de la planète.**

**D**e plus en plus de personnes, de nos jours, se sentent attirées par le chamanisme sans peut-être savoir exactement ce que ce terme recouvre. Comment vous-même le définissez-vous ?

Le chamanisme est la tradition spirituelle la plus ancienne de la planète. Ses racines plongent profondément dans le passé préhistorique de l'humanité. On retrouve des évidences anciennes et courantes de pratiques chamaniques pratiquées par les indigènes et maintenant par des contemporains sur tous les continents, révélant des similarités remarquables à travers temps, espace et cultures. Le mot chaman vient du mot *saman* de la tribu des Tungus en Sibérie. Ce mot a été choisi par les premiers anthropologues russes pour identifier des individus qui s'adonnaient à des pratiques spirituelles spécifiques et remplissaient des fonctions caractéristiques dans leur communauté, différentes de celles des prêtres, dirigeants de cérémonies, sorciers et autres praticiens spirituels.

Ces démarches chamaniques sont basées sur deux principes. Premièrement que tout est relié, qu'il y a un principe d'unité à la source de tout et deuxièmement que tout a un aspect spirituel, le corps, les éléments, les végétaux, les animaux mais aussi les objets manufacturés, tout. Le chamanisme est pour moi, et pour mon mari Claude qui travaille avec moi, une pratique spiri-

tuelle qui consiste à voyager dans le monde non-ordinaire et à aller à la rencontre des esprits. C'est ce contact direct avec la dimension spirituelle de notre univers qui fait de cette pratique un travail sacré.

Le monde ordinaire est celui que nous connaissons, c'est le monde visible, physique, qui inclut le cosmos. Pour la tradition chamanique, le monde non-ordinaire est le côté invisible de ce monde physique, considéré comme le Monde du Milieu, lui-même situé entre le Monde d'en-Haut et le Monde d'en-Bas. Ces trois mondes non-ordinaires se recoupent et les esprits – l'aspect spirituel ou origine spirituelle de toute chose – se déplacent dans ces trois mondes. Les indigènes sont en contact, tout comme nos ancêtres européens, celtiques ou autres l'étaient également, avec l'esprit de la Terre, du Ciel, des saisons, des cycles, des éléments, des directions... avec le monde non-ordinaire du Milieu parce que c'est celui dans lequel l'homme vit. C'est une relation très étroite avec ce monde-ci dans sa réalité invisible. Par exemple, si je demande à quelqu'un quelle est sa plage favorite, il répondra en revoyant, dans cette plage, l'expérience sensorielle qu'il en a eue : c'est un voyage immédiat dans le monde non-ordinaire du Milieu pour aller retrouver l'atmosphère, mais on pourrait aussi dire l'esprit de ce lieu. Cet esprit va se présenter d'une manière différente selon les personnes, anthropomorphe ou par un animal, une couleur, un symbole... et la communication se fait avec cette présence qui se manifeste sous cette forme-là. Ceux qui sont visuels recevront facilement une image, les kinesthésiques un senti, d'autres un goût, une saveur, un son. Ceux qui s'engagent dans cette voie commencent souvent par se rappeler une expérience d'enfant, même si celle-ci n'a pas été tout à fait consciente, où ils sont entrés en contact avec l'environnement d'une manière immédiate, non conceptualisée. Un arbre est un arbre, c'est-à-dire une présence. C'est, pour moi, toute la beauté de cette pratique chamanique : communiquer présence à présence, ou encore, essence à essence. Aujourd'hui, si nous voulons prévenir la destruction écologique de notre planète mère, il est réellement important et urgent de redécouvrir ce lien avec la nature et les esprits de la nature, et de prendre conscience de l'aspect sacré du monde naturel.

**Vous avez évoqué les Mondes d'en-Bas et d'en-Haut. Quels sont-ils et quelles relations avec eux les pratiques chamaniques permettent-elles ?**

Ce qui caractérise le chaman, c'est l'état de conscience spécifiquement non-ordinaire qui lui permet d'entrer dans la réalité non-ordinaire et de s'y

déplacer. C'est ce qu'on appelle le voyage chamanique.

Pour nous, la relation avec le Monde d'en-Bas est une relation sereine. Bien que ce monde puisse être dépositaire d'âmes errantes, de violence, de magie noire, il est aussi un monde peuplé par les animaux de pouvoir, protecteurs, qui informent, portent assistance personnelle et participent au travail de guérison. Traditionnellement, au cours de voyages chamaniques, certains de ces animaux deviennent des esprits aidants personnels. Dans le chamanisme, et cela m'a beaucoup parlé, ce Monde d'en-Bas n'est pas mauvais en soi ; il se trouve débarrassé de toute connotation dure, ténébreuse et violente. Les animaux de pouvoir communiquent de façon très sensorielle et active. Lors d'un voyage, si la personne rencontre un animal et lui demande s'il est son animal de pouvoir, celui-ci peut lui demander de sauter sur son dos, si c'est un félin par exemple et l'emmener dans une contrée que la personne va explorer. L'animal de pouvoir peut avoir une interaction sous forme de jeu instructif ou bien il changera de forme lui-même pour enseigner à la personne la versatilité des apparences. C'est toujours différent, c'est cela qui est merveilleux. Il suffit d'arriver avec une question qui vient du cœur et l'animal entrera en relation de telle sorte que son comportement sera une réponse à la question. On peut faire une analogie avec les spécificités cerveau droit / cerveau gauche. Comme dans les deux autres Mondes non-ordinaires, les réponses vécues dans le voyage chamanique dans le Monde d'en-Bas s'adressent au cerveau droit, ce sont des analogies, des images. C'est en fait un monde bénéfique, riche d'exploration et de sagesse.

Le Monde d'en-Haut est plus connu parce que, dans nos traditions, c'est le lieu des anges gardiens, des maîtres, des dieux de la mythologie... La relation peut être plus cérébrale, dans ce sens où les maîtres rencontrés enseignent plus télépathiquement, par échanges d'idées, et sont plus sédentaires. Dans ce monde, l'expérience obtenue peut initialement ressembler plus à la manière dont le cerveau gauche fonctionne. Ceci est un peu généraliste car à partir d'un certain stade de pratique tout devient plus fluide. Ces catégories ne sont pas à prendre de façon littérale mais comme une distinction initiale pour guider des personnes débutantes à voyager dans les trois mondes non-ordinaires.

Ce qui me plaît dans le chamanisme, c'est que c'est une panoplie complète des façons de pouvoir interagir. Dans la manière dont les personnes apprennent à voyager, je valorise de plus en plus cette sensorialité du corps et de notre corps subtil. Pour moi, il s'agit de pouvoir entrer vraiment dans cet état de conscience altérée, l'état de conscience chamanique, d'une manière

re qui soit riche, proche et respectueuse de la sagesse du corps, plutôt que de s'imaginer, car c'est souvent ce que l'on dit, qu'il faille dépasser, quitter le corps pour y arriver. L'expérience chamanique, au contraire, comprend totalement, et valorise, le corps. C'est très important car je suis persuadée que plus nous pouvons rester en contact fort avec notre corps, plus nous devenons humains, et à l'inverse, plus nous nous sentons séparés de notre corps, plus nous avons tendance à entrer dans des comportements non fonctionnels.

### **Comment et pourquoi aller à la rencontre de ces trois mondes non-ordinaires ?**

La communication se fait par l'intention. Si je désire communiquer avec un esprit d'un des trois mondes, d'un arbre, par exemple, dans le monde non-ordinaire du Milieu, je demande d'abord la permission de communiquer avec lui, avec respect et dans l'intention de recevoir un message. Si cette intention est vraiment claire et si je me trouve dans une attention réceptive, le contact s'établit. Je suis alors dans une expérience d'union par exemple, ou de métamorphose où je peux entrer complètement dans la forme de l'arbre, dans une communication immédiate. Plus je m'ouvre, en fait, au côté essentiel de la nature, plus je vis en harmonie avec elle, ses cycles, ses rythmes. Dans cette position d'humilité, consciente que je suis une espèce animale parmi d'autres espèces animales, végétales ou cosmiques, je perds ma position d'être spécial se croyant capable de plus de conscience que l'environnement dans lequel je vis et j'acquies un respect de plus en plus profond de la Terre. Le désir de vivre en harmonie et de préserver cette harmonie, de maintenir l'équilibre, grandit. C'est une relation d'amour, d'innocence, de joie et d'émerveillement – on parle d'extase chamanique – très accessible, qui redonne ce délice de faire partie de cette sensorialité naturelle et à laquelle s'ajoute cette capacité d'aller demander à des êtres naturels autres que nous leurs perspectives sur le monde. L'utilisation d'un instrument de percussion, tel le tambour, facilite le changement d'état de conscience et le contact avec les esprits tutélaires.

L'objectif peut donc être un simple contact, la joie d'une promenade et de l'unisson avec l'environnement naturel. Mais il y a aussi des pratiques spécifiques, plus liées à des missions, et pour lesquelles on se trouvera naturellement dans les Mondes d'en-Bas ou d'en-Haut.

Ce sont souvent des missions de guérison. Traiter, par exemple, le côté spirituel d'une maladie physique. La guérison chamanique consistera à ramener du pouvoir ou du bien-être. C'est une des manières d'entrer en

contact avec la capacité de santé et d'équilibre d'une personne, de lui offrir de l'énergie spirituelle. Ces pratiques chamaniques ne sont pas en opposition ou en concurrence avec les différentes médecines classiques et ne se veulent pas l'unique voie de santé. Une autre des guérisons de base est le recouvrement d'un animal de pouvoir qui peut avoir été perdu depuis l'enfance ou le recours à un animal de pouvoir dont l'énergie serait vraiment excellente pour les circonstances dans lesquelles se trouve la personne malade. Le praticien chamanique est comme un outil pour aller à la rencontre de cet animal, le reprendre dans son cœur, le ramener et l'insuffler dans le corps de la personne en souffrance, clairement, à sa demande et avec sa permission.

Le chaman a pour souci de participer au bien-être du Tout, de travailler pour la communauté, la planète entière. Dans certaines pratiques puissantes, nous allons dans des endroits sinistrés, ceux où il y a eu beaucoup de morts violentes, pour offrir de l'énergie harmonieuse. Nous accomplissons un travail de psychopompe qui aide les âmes de défunts traumatisés, celles qui n'y arrivent pas d'elles-mêmes, à passer vers la lumière. Une autre des guérisons est le recouvrement d'âme : une partie de l'âme peut avoir été perdue suite à un traumatisme psychique ou physique, ou avoir été attirée par une autre personne. Des pertes ou des échanges d'énergie en ont résulté, provoquant inconfort, déséquilibre ou maladie. La pratique chamanique consiste à aller chercher, au cours du voyage dans les mondes non-ordinaires, avec des animaux de pouvoir spécialisés dans ce travail, cette partie d'âme perdue et la ramener à la personne en demande. Ce même travail peut être fait sur un lieu, pour lui redonner une énergie harmonieuse. Nous veillons toujours, dans ces cas, à travailler en accord avec le bien-être de l'univers, afin qu'un travail localisé spécifique s'inclue dans l'entièreté.

Nous pouvons aussi faire des voyages splendides à la rencontre de l'esprit du silence ou de l'esprit de la reconnaissance, par exemple. C'est une autre manière d'entrer dans l'expérience méditative, c'est la même expérience énergétique. C'est tellement sidérant pour moi ces différentes manières d'arriver à toucher ou à se reposer dans la nature même de la vérité. Nous sommes même allés – et cela demande beaucoup de préparation et de précaution – à la rencontre de l'esprit de la guerre. C'était aux États-Unis où j'habite depuis très longtemps, au début de la guerre avec l'Irak qui nous troublait tant. L'objectif était d'avoir une expérience différente de ce concept de guerre, guerre toujours associée au mal et pourtant si présente dans toute l'Histoire de l'humanité : pouvoir demeurer en paix, en harmonie et en vérité, tout en abordant la présence de la guerre.

**De telles pratiques présupposent une imperfection actuelle du monde. Comment concilie-t-on cela avec la perfection de l’Absolu ?**

C’est une question que je me suis souvent posée. Le chamanisme s’adresse à la manifestation du monde et travaille à un niveau de relais, pourrait-on dire, entre l’absolue perfection et l’imperfection incarnée, la dualité dans laquelle nous vivons. Dans la tradition chamanique, on dit que les esprits sont ces stations de relais. C’est à ce niveau de transition que la guérison chamanique ou encore le contact avec les esprits, se fait. Ce que nous remarquons avec le temps, depuis plusieurs dizaines d’années de ce travail, c’est que si l’on veut bien demander à ses propres animaux de pouvoir ou à ses esprits tutélaires de se révéler plus profondément, ils se présentent de plus en plus souvent en non-forme comme dans la sagesse non-duelle.

Le chamanisme n’a pas une hiérarchie avec des dogmes ou un pape, les praticiens travaillent séparément et ne sont reconnus que par leurs résultats, leur générosité et la sagesse qu’ils transmettent. C’est pourquoi, personnellement, je suis allée chercher des enseignements dans la tradition de la sagesse non-duelle parce que certains de ses enseignements nommaient des expériences que j’avais et pour lesquelles me manquaient en ces moments, un miroir communautaire chamanique pour connaître les profondeurs de ce que je ressentais et expérimentais. Ce miroir étoffe et enracine. Cela a été ma façon de trouver une réponse à la question que vous venez de soulever. Il y en a d’autres. Mon mari a fait cela d’une façon tout à fait différente, en entrant dans une pratique redécouverte avec ses esprits de guidance et qui est la métamorphose : passer d’une manifestation à une autre emprunte un passage qui est au-delà et qui précède l’incarnation et la dualité.

La voie chamanique est expérientielle. Ce qui est le plus extraordinaire, c’est que cette pratique spirituelle, une fois initiée, permet d’aller au plus profond de soi-même, progressivement par soi-même, de poser les questions qui nous viennent ou de demander quelles questions poser. Grâce à elle, on peut personnellement enrichir et affiner sa compréhension et ses perceptions continuellement même si l’on peut faire appel par moments à des apports extérieurs. La voie chamanique, à la différence d’autres voies spirituelles qui demandent souvent d’emblée un grand calme, une absence de mouvement, autorise le mouvement intérieur : c’est un voyage dans un monde qui aura des manifestations, où l’on pourra aller en bas, en haut, où le corps sentira ce mouvement, où la personne sera active. Et cependant, avec le temps et la pratique, la capacité d’être sans faire, d’entrer dans le silence et la quiétude, s’établit

également dans le voyage, et l’on peut reconnaître la validité d’une expérience où l’on entre dans le sans forme et la pure réceptivité. Cette pratique est tout à fait convergente avec les autres pratiques spirituelles. D’ailleurs, je le rappelle, historiquement, le chamanisme est la base de beaucoup de traditions spirituelles.



**Les pratiques chamaniques sont-elles accessibles à chacun ?**

Dans mon expérience, ce que je trouve extraordinaire, c’est que les esprits de guidance ne mettent aucune pression, ils ne jugent pas et sont toujours bienveillants. Ils laissent cette liberté incroyable d’aller à notre propre rythme, de faire nos erreurs et de les corriger. L’animal de pouvoir, par exemple, est toujours présent dans sa réalité totale. Je peux exprimer notre relation à lui en termes de niveau de vibration. Si quelqu’un n’a pas beaucoup d’expérience spirituelle, ce qui est souvent le cas dans nos cultures qui tendent à dévaluer cette expérience, il arrive avec un certain niveau de vibration et rencontre l’animal de pouvoir à ce niveau de vibration avec, en plus, la possibilité d’aller un peu au-delà. Si l’animal se montrait dans sa totalité, ou bien la personne perdrait pied ou elle passerait à côté de l’expérience sans même la voir comme telle. C’est ce que je constate qu’il s’est passé pour moi lorsque je relis mes notes de voyages chamaniques : je suis sidérée de voir ce qui m’a été offert et que je n’ai pas su reconnaître à ce moment-là de maturité.

J'enseigne depuis plus de quinze ans déjà et je suis persuadée aujourd'hui qu'une pratique spirituelle est accessible aux personnes en recherche, une pratique en concordance avec ce qu'elles sont. En effet, trop souvent les gens se sentent imposer une méthode qui ne leur convient pas et qu'ils s'acharnent à maîtriser. Mais lorsqu'ils veulent bien entrer dans un dialogue intérieur d'auto-appréciation positive d'eux-mêmes, lorsqu'ils s'acceptent tels qu'ils sont et qu'ils arrêtent de résister à ce qui est en eux et dans leur environnement, la voie chamanique se révèle comme faisant partie du puzzle spirituel de l'être humain. La question est plutôt celle de l'affinité, de la prédilection et parfois du stade de développement des personnes. Par exemple, les enfants, très naturellement, sont en relation chamanique avec leur environnement. Si on les laissait en paix, ils resteraient avec cela beaucoup plus longtemps. Mais les adultes, l'école, l'Église, la culture, les entraînent rapidement.

**De manière tout à fait concrète, comment se passe un séminaire pour débutants et quelles sont les difficultés rencontrées ?**

Il y a très peu de didactique, ce que nous cherchons à faire est de donner aux personnes une expérience vécue d'ordre chamanique et l'expérience de la manière de vivre et penser de façon chamanique.

Nous leur apprenons à aller dans les trois mondes non-ordinaires. Nous enseignons plusieurs méthodes de divination, c'est-à-dire à aller demander la réponse à une question qui vient du cœur dans le monde non-ordinaire du Milieu en allant travailler avec un esprit de la nature, celui d'une pierre par exemple. Nous leur apprenons d'une manière tout à fait classique – celle que Michaël Harner, l'anthropologue américain qui nous a formés, a distillée à partir des expériences que l'on retrouve sur tous les continents – à entrer dans le Monde d'en-Bas pour rencontrer un animal de pouvoir. L'état de conscience chamanique peut s'obtenir allongé au sol, les yeux bandés ou non, en écoutant le rythme d'un tambour frappé de façon monotone pendant une vingtaine de minutes. Le tambour – l'esprit du tambour plus exactement – est comme le fil d'Ariane dans ce voyage. C'est lui qui y conduit et qui en ramène, par une suite de battements convenus. Certains réussissent du premier coup la rencontre avec un animal de pouvoir, d'autres non et ont besoin de plusieurs essais. Si bien qu'au terme d'un séminaire de deux jours tout le monde n'obtient pas nécessairement le succès. Ce que nous espérons, c'est que l'expérience soit suffisamment bienveillante pour qu'ils persévèrent et s'ouvrent

ensuite à la rencontre. Il y a en effet une certaine peur à aller dans ce passage qui mène au Monde d'en-Bas, une angoisse proche de la mort mais qui peut aussi répéter celle de la naissance de sorte que, dans mon expérience, ceux qui ont eu une naissance difficile ont souvent des difficultés à entrer dans le Monde d'en-Bas. Mon objectif est alors de leur donner le temps qu'il faut et la valorisation dont ils ont besoin pour comprendre qu'ils sont dans un processus important de guérison qui va évoluer jusqu'à aboutir à ce premier contact. Nous leur apprenons également à connaître leur animal de pouvoir quand ils l'ont rencontré, à lui poser des questions et recevoir des réponses, à explorer d'autres parties du Monde d'en-Bas. Nous faisons la même chose avec le Monde d'en-Haut, qu'ils vont explorer, à la rencontre de leur maître, avec lequel nous leur apprenons aussi à établir un contact. Nous prenons soin de ne pas nous focaliser sur le visuel ou l'auditif lors des voyages mais de permettre aussi aux kinesthésiques d'entrer en relation. Nous leur apprenons aussi une méthode de guérison par retour d'un animal de pouvoir.

Ce qu'il faut comprendre, c'est que, d'une part, ce n'est pas nous, les praticiens chamaniques, qui faisons les guérisons, mais que ce sont nos animaux de pouvoir et d'autre part, que l'on ait ramené une énergie bénéfique ou enlevé une énergie nocive, la guérison ne fait que commencer à ce moment-là et la personne doit assumer complètement celle-ci dans sa vie. Il s'agit donc toujours, de façon ultime, d'une auto-guérison. Nous ne sommes que des points de ralliement.

Dans ma pratique de thérapeute, c'est la même chose, je me considère comme l'assistante de la sagesse intérieure de mon patient. Il s'agit, pour moi, d'éviter tout comportement invasif du domaine intérieur de la personne et je ne fais jamais appel directement à un des esprits tutélaires d'un client. C'est dans cette attitude que des résultats magnifiques peuvent être obtenus : l'information essentielle à la guérison est disponible à l'intérieur, c'est cela qui est extraordinaire. C'est ce qui me fait penser aujourd'hui, à l'inverse de ce que j'ai cru au début, qu'il n'est pas nécessaire de résoudre tous les problèmes psychiques pour réussir à entrer dans une vie spirituelle. C'est le contraire qui est vrai, même si un déblayage psychologique reste nécessaire, il n'est nul besoin de le faire préalablement pour être dans cette voie spirituelle.

A la fin d'un voyage, nous encourageons les personnes à partager ce qu'elles veulent de leur expérience. C'est une partie à la fois difficile et riche. Difficile car il y a une certaine réserve et même pudeur à partager ce qui a été vécu, et difficile parce que, souvent, les

personnes ne valorisent pas suffisamment ce qu'elles ont accompli, ou encore considèrent qu'elles ne sont allées nulle part et se sentent terriblement frustrées. Le partage peut montrer à certains que ce qu'ils ont vécu a une valeur qu'ils n'avaient pas vue ou évoquer des possibilités pour ceux qui ont eu des difficultés à démarrer. De toute façon, l'expérience, dans un groupe, est toujours à la fois individuelle et collective et tout le groupe est affecté, d'un point de vue vibratoire, par ce qui s'est passé. Nous n'interprétons jamais le contenu d'un voyage et respectons la relation intérieure de chacun avec les mondes non-ordinaires. Si une question se pose à la suite d'un voyage, nous invitons les personnes à faire un nouveau voyage pour interroger leurs esprits tutélaires à ce sujet. Par contre, nous donnons des conseils de méthode sur la manière d'entrer dans le tunnel qui mène au Monde d'en-Bas, sur celle de gérer les obstacles rencontrés, les présences, les incertitudes... Les personnes se heurtent souvent à la peur de descendre dans le tunnel évoqué, peur de ne pas pouvoir en revenir, d'entrer dans le mystère.

La seule entrave, en fait, est l'identification au mental, c'est cela qui empêche les gens de voyager. Il leur faut réussir à se différencier du mental pour ne pas laisser celui-ci gérer l'expérience. C'est le mental en effet qui veut faire le voyage or il n'en est pas capable : jamais un mental ne fera de voyage chamanique. Et cela crée la difficulté suivante : comment avoir confiance en ce qui sera découvert, cela ne va-t-il pas être simplement une construction mentale ? Il faut donc apprendre à discerner ce qui est construit mentalement de ce qui arrive spontanément. Or un voyage chamanique commence toujours par quelque chose de mentalement construit. Nous disons en effet : trouvez un trou dans la terre, entrez dans ce trou, il se transforme en tunnel, descendez etc. Tout cela est donc d'abord bien construit mentalement dans l'imaginaire. Puis, à un moment donné, ce construit se transforme en une action qui arrive spontanément. Et l'un des signes qu'un voyage chamanique a été réel est qu'il a toujours un effet de surprise : des choses arrivent, que les personnes n'auraient jamais pu construire seules étant donné que ces choses se situent en dehors de leur vécu. Découvrir cela valorise l'expérience. Dans mon travail, je constate qu'environ 90 % des personnes, en deux jours de séminaires, arrivent intérieurement quelque part et que leur vision du monde en est profondément changée et inspirée.

### **Y a-t-il des dangers à pratiquer ces voyages ?**

Le premier que je verrais est la compulsion de

retourner incessamment dans des voyages pour vivre des expériences de stimulation intense, voire d'extase, qui peuvent arriver naturellement dans un voyage. J'appelle cela l'addiction à l'adrénaline. Dans mon expérience clinique, cela concerne surtout des personnes ayant cette tendance maniaque préexistante. Le deuxième danger, et c'est réel, est la magie noire. Les puissances chamaniques peuvent être employées de manière maléfique. Tout est en effet une question d'intention. C'est pourquoi nous mettons l'accent sur l'éthique, sur l'intention bénéfique : notre intention est notre protection. Enfin un troisième danger est l'inflation narcissique : vouloir aider les autres par des pratiques chamaniques alors que l'on n'y connaît encore presque rien soi-même, ou sans obtenir permission au préalable. Certaines des expériences vécues lors de voyages chamaniques sont extrêmement fortes, celles d'un démembrement, par exemple. Elles ne doivent pas être entreprises à la légère, sans en avoir demandé la permission à son animal de pouvoir. Nous amenons toutes ces expériences graduellement dans nos autres séminaires ou formations longues. Et nous disons toujours clairement que les personnes sont responsables d'elles-mêmes, de ce qui arrive à l'intérieur d'elles-mêmes, même si nous avons mis en place des jalons très précis, elles doivent savoir qu'elles doivent se référer à leurs propres animaux de pouvoir et à leurs maîtres pour les soutenir dans les situations où elles vont se trouver et respecter leur intuition et sens d'éthique.

Dans les formations longues, c'est étonnant de voir comme certaines personnes entrent dans des périodes de déstabilisation sérieuses et étendues qui sont clairement au service de l'âme et dont elles ressortent totalement transformées.

Cette énergie spirituelle – que nous appelons esprits tutélaires – est là pour nous aider. Ce monde-ci est un « enfer », surtout en ces temps. Il est d'une telle complexité d'être, l'expérience de la dualité est si dense... Mais nous sommes aussi tellement aidés pour gérer cette vie le mieux possible et en faire une expérience d'harmonie. Nous sommes tellement aimés à l'intérieur de nous-mêmes. C'est un constat inébranlable, la conclusion à laquelle je retourne toujours.

*Propos recueillis par Anne de Grossouvre*

*Pour aller plus loin :*

Noëlle Poncelet et son mari, Claude, animent régulièrement des sessions en Europe. Se renseigner auprès de :

Tetra asbl - [www.tetra-asbl.be](http://www.tetra-asbl.be) - [info@tetra-asbl.be](mailto:info@tetra-asbl.be)

Un programme est mis en place en France à partir de l'automne 2007 - [www.terre-du-ciel.fr](http://www.terre-du-ciel.fr) - [infos@terre-du-ciel.fr](mailto:infos@terre-du-ciel.fr)