

Le Coaching Créatif,

Un accompagnement personnalisé du développement personnel pour la nouvelle génération des co-cré@cteurs

Quel est votre désir?
Quelles sont vos ressources?
Quels sont les obstacles?
Quelle serait votre vie si votre désir était réalisé?

Astrochamanisme et Tantra

<http://astrochamanisme.skynetblogs.be>

Françoise Meus 0497/703982

Séances d'accompagnement à Liège et à Bruxelles

Ce qui me tient particulièrement à coeur est de créer la vie, multiple et variée dont le monde a besoin. Dévoiler ses talents et mettre en oeuvre le potentiel dont vous êtes porteur. Aller sur le chemin du développement créatif, c'est faire un chemin vers soi. C'est oser être soi, cultiver l'estime de soi, être en bien être avec soi même et les autres. Souvent, dans le processus créatif on rencontre ses zones d'ombres : ses peurs, le déni de soi, ses obstacles personnels à la création, le jugement, le regard des autres, les pensées négatives, les émotions refoulées, sa voix intérieure qui n'est pas toujours encourageante... Transformer son monde intérieur pour agir sur le monde extérieur.

Les techniques énergétiques

C'est là que j'interagis avec les différentes techniques énergétiques, d'orientation chamaniques ou astrologiques : pour lever des obstacles karmiques, pour ouvrir une voie, activer une nouvelle énergie qui est nécessaire au démarrage ou au passage à l'acte. En ce sens, je m'inspire des énergies planétaires : une personne aura besoin d'une énergie marsienne « j'agis puis je réfléchis » ; une autre sera plus à l'aise avec le plaisir, l'amour ou la joie ; parfois l'énergie intimiste, subjective, émotionnelle sera plus appropriée. Conjointement à l'expression du désir, l'étude astrologique de la carte de naissance est riche d'informations concernant l'orientation créative à développer. La créativité peut varier d'une créativité intellectuelle ou de communication vers une créativité plastique ; tandis que d'autres auront à développer une créativité ésotérique ou de service. Toute une gamme est disponible ; à chacun de trouver sa note personnalisée.

Les actes à poser

Je me suis également penchée sur les actes symboliques que posent les chamans lors de leurs rituels de guérison ou de libération. Dans cette voie, je me suis inspirée des travaux d'Alexandro Jodorowsky, artiste, écrivain et metteur en scène, sur les actes psycho magiques, lui même inspiré par les lames du Tarot et des Tantriquas qui l'on initié aux voies secrètes de la sexualité sacrée, ésotérique et chamanique... Par ses actes psycho magiques, il amène les personnes à poser des actes qui à première vue n'ont pas de sens et qui peuvent bouleverser l'existence en vue d'une libération ou d'une guérison. La pratique du jeu du Tao m'a également poussé dans ce sens : à poser des actes qui concrétisent une évolution, un changement sur la voie du désir.

L'exploration intérieure du développement créatif

Par le passé, mon travail d'animatrice m'a permis d'expérimenter le processus créatif groupal. Toute mon expérience était alors centrée sur la création collective que ce soit par le théâtre-action, l'écriture journalistique, la créativité rurale, la peinture et la sculpture monumentale, la création de jeux... L'objet premier de ces animations relevaient de l'expression et de la créativité des groupes en vue de communiquer avec la société, ce qu'on appelle dans notre jargon « les groupes opprimés ». Cette créativité relève plus de la revendication, de l'action collective et du militantisme. Elle a tout son mérite car elle est à la base de la naissance de nombreux projets de développement socioculturel et je continue de soutenir mes anciens-nes collègues et collaborateurs-trices.

Entre temps, j'avais découvert les travaux de Robert Filiou qui m'ont donné l'impulsion du changement. J'ai découvert la richesse d'un capital créatif dont une personne peut être porteuse. Ses créations, sous forme de papiers – carton n'ont pas la forme esthétique appelée « art » mais quelle richesse ses papiers recèlent ! J'ai été subjuguée par son exploration intérieure créative et l'impulsion qu'il peut donner aux autres... J'ai alors ressenti que j'avais besoin d'évoluer vers une créativité plus intime, plus individuelle, adaptée à chaque personne que je reçois dans sa réalité propre, face à son désir, ses besoins d'évolution et de l'aider dans son cheminement personnel, à dépasser ses limites du connu, des expériences créatives intellectuelles ou simplement basées sur l'imaginaire. Pour ce faire, j'utilise les techniques de méditation, du rêve éveillé, du voyage intérieur et des états modifiés de la conscience pour accéder à la réalité non ordinaire. J'utilise alors des techniques de visualisation créatrice, du voyage chamanique et des techniques tibétaines qui allient l'art et le chemin spirituel.

Le désir créatif et l'érotisation de la créativité

Mon point d'entrée, la porte qui va me permettre le passage de l'autre coté du miroir est le désir. Eveiller le désir, comme le serpent se redresse et traverse la kundalini. J'ai toujours été attirée et conquise par l'art érotique, sous toutes

ses formes : en dessin, peinture, poésie et littérature, au cinéma, en chanson, en photographie, en sculpture... Dans ma jeunesse, j'ai approché la nudité par l'art : j'ai posé pour des peintres, croquis d'attitude, sculptures et photographies ; j'ai pratiqué le body painting. Il est tout à fait naturel pour moi d'introduire l'art érotique dans mes ateliers créatifs : par le dessin, le conte, la danse et le massage tantra. J'y ajoute la dynamique ludique par l'animation de jeux érotiques où tout mon regard se porte sur la beauté du geste et du mouvement, de l'art relationnel, de l'éveil créatif et la multiplicité de la vie.

« Le contraire du jeu n'est pas le sérieux mais la réalité » comme disait Freud.

Je dirais que le jeu ouvre la voie à une autre réalité que la réalité ordinaire, en ce sens, il nous permet plus de possibilités, plus d'expériences, plus d'audace parce que le jeu est frivole, gratuit et qu'il n'a aucune conséquence sur la réalité ordinaire ; c'est un outil magique accessible à tous et toutes. Ayant fréquenté le jeu pendant plus de vingt ans, j'ai gardé mon coup de coeur et je l'emporte avec moi dans mon coaching : jeux des symboles, jeu des couleurs, jeux de communication, jeux de développement personnel. Le jeu fait des merveilles et continuera à faire des merveilles parce qu'il éveille le coeur des enfants des humains... Il permet ce que la tête ne permet pas.

Les techniques d'écriture et d'images

L'écriture créative ouvre la porte des sens. La voie de l'humain et de sa légende personnelle. Elle ouvre les mondes intérieurs, émotionnels, les pensées, les conflits, les choix et les changements à initier..

L'alliance du dessin, de l'image et de l'écriture créative favorisent un nettoyage du verbiage du mental et aident à aller chercher un savoir ou une sagesse sous-jacente. L'écriture créative donne accès à notre inconscient créateur, permet aussi d'approfondir le sens des images créées. Par ailleurs, les images parlent en symboles, elles vont chercher ce que les mots n'ont pas réussi à dire. Les images enrichissent l'expression écrite et donnent des informations complémentaires. C'est un mariage totalement vivant.

Les techniques de la couleur et du mouvement

Descendre dans son corps et sentir, ressentir les mouvements naissants, assouplir le langage du corps que les paroles ne peuvent exprimer. Expression corporelle, danse créative ou body paint qui allie le corps et son expression énergétique par la couleur. J'utilise alors le jeu « le langage des couleurs » de William Berton comme support de résonance énergétique.

*Au plaisir de vous rencontrer,
Françoise*