

Une approche intégrative du vivant

Le programme de la 5e édition du Congrès Quantique Planète qui s'est tenu à Reims les 16 et 17 novembre a été concocté par la spécialiste de la nutrition Marion Kaplan. Près de 2000 personnes venues des États-Unis, du Liban, du Brésil, de Suisse ont répondu présent.

Ces deux jours ont rassemblé plus de vingt intervenants : des experts issus de disciplines aussi variées que la médecine, l'astrophysique, l'électronique, l'agro-écologie, la génétique, le kabbalisme. Tous animés d'une même vision, celle de relier la santé à une écologie globale, intégrant toutes les dimensions du monde.

Le pionnier de l'agriculture biologique Pierre Rabhi a insisté en ouverture sur la nécessité vitale de se reconnecter à la terre. William Rostène, directeur de recherche de l'INSERM, a détaillé les subtiles interactions entre hormones et systèmes nerveux. Du pouvoir des rêves aux transes chamaniques et aux expériences de mort imminentes, les «psychonautes» Pierre Etevenon, Olivier Chambon, Corine Sombrun et Jean-Jacques Charbonnier ont abordé la conscience dans tous ses états, tandis que la journaliste scientifique Lynn McTaggart a rappelé le besoin fondamental de connexion de l'être humain. D'autres, comme Morvan Salez, Philippe Guillemant, Jean-Paul Biberian, Anadi Martel et Konstantin Meyl, ont présenté un état

des lieux de la nouvelle physique, aux limites de la matière et du temps. Intégrant notamment les applications thérapeutiques de la lumière ou d'une gamme d'ondes méconnue : les ondes scalaires. A l'échelle quantique, celle de l'infiniment petit, des atomes et des grains de lumière, toute particule devient ondulatoire. Tout vibre. Et ces vibrations minimes, superposées, coexistent à des fréquences différentes. Lorsque la nature oscille, la différence fondamentale entre un être vivant, une pensée et la matière inanimée s'estompe.

Dans le monde quantique, les choses ne sont plus uniquement constituées de matière ou d'énergie. Une clé s'ajoute : celle de l'information. C'est à dire la pleine conscience de ces phénomènes d'influences, de résonance et d'interférence mutuelle. La conscience d'être relié dans l'invisible. Que notre simple présence, un regard, une intention suffisent à modifier l'équilibre de la réalité, de notre réalité commune, à travers des échanges incessants d'informations. Le soma et la psyché deviennent alors une même force mais se présentant sous deux aspects différents. Les vieilles distinctions sont dépassées. Des liens nouveaux, vibratoires et énergétiques, s'ajoutent à nos connaissances. Ouvrant la voie à une médecine intégrale, totale, appelée médecine intégrative. *Charles-Maxence Layet, journaliste & éditeur du nouveau magazine ORBS (voir p.14).*



■ Phakyab Rinpoche

Un potentiel de guérison infini ?

Abbé du monastère d'Ashi au Tibet oriental, Phakyab Rinpoché est emprisonné par les Chinois en 2000. Il subit de mauvais traitements, dont la torture : son pied droit se gangrène. Parvenant à s'évader, il trouve refuge à New York en 2003. Devant la gravité de son état, les médecins américains préconisent une amputation immédiate. Toutefois, le Dalai-lama l'engage à chercher en lui-même la guérison, puis à enseigner sa propre méthode de guérison. Soigné exclusivement par la méditation et les mantras, sa jambe reprit un aspect normal six mois après. Le processus de méditation, de guérison et de transformation intérieure prit trois ans au total. C'est en France, au « Jardin du Bouddha de Médecine » dans un sanctuaire naturel en vallée de l'Eure, qu'il a décidé de transmettre les sciences intérieures de la guérison à travers un programme de trois ans à partir d'avril 2014. Plus d'info sur le site www.menlaling.org

Quand la peur nous ramène à nous-mêmes

Sofia Stril-Rever, biographe du Dalai-lama, a été proche de sœur Emmanuelle dont elle a notamment recueilli le Testament spirituel. Bouddhiste, écrivain, indianiste, spécialiste du sanskrit, elle redécouvre la puissance de guérison que recèlent les vibrations d'amour et de paix, au travers de la mantra-thérapie. A partir d'avril 2014, avec le lama tibétain Phakyab Rinpoché, elle coordonnera un programme d'études inédit, « Paix et Guérison intérieure ».

JdY Pourquoi le chant est-il si fondamental dans votre vie ?

Sofia Stril-Rever Le chant est une communion avec la vie, c'est une énergie qui passe à travers moi. Les mantras permettent d'entrer en résonance avec l'énergie d'amour universel. Cette générosité de la vie, la célébration de sa bienveillance et de sa beauté, c'est sans doute ce que j'ai découvert de plus extraordinaire au travers de la démarche spirituelle qui a été mienne depuis toute petite. Souvent, cet aspect d'amour et de bonté est occulté parce qu'on n'en voit que le négatif. La vie spirituelle m'a amenée à réaliser progressivement que le positif l'emporte toujours sur le négatif. Le chant a été une révolution du cœur et de la vision. J'ai pu accueillir toute la beauté du monde et des êtres.

JdY Mais n'y avez-vous pas toujours été sensible ?

S.S.R. J'ai connu une phase vraiment désespérée devant l'état du monde et ses douleurs. Durant ma jeunesse, cela a été violent, le mal me paraissait plus fort que le bien. Je ne pouvais pas imaginer qu'un jour, je pourrais voir les choses autrement. Je ressens encore cela profondément mais avec davantage d'apaisement. D'autant plus lorsqu'on est proche des Tibétains. L'idée n'est pas non plus de se voiler la face, ni d'occulter ce qui se passe, mais plutôt de sentir que tout cela est une apparence, une illusion, au sens où ceux qui font le mal sont aussi les victimes de ce mal qu'ils font. Cela provient de l'ignorance de leur vraie nature. Ils sont comme aveuglés, absents à cette bonté et à la joie, présentes en eux. Pris dans cette tourmente, ils deviennent



■ Sofia Stril-Rever

à leur tour des tourmenteurs. Ils saccagent leur environnement, ils exploitent les animaux d'une façon monstrueuse. Cette inhumanité est présente mais je la perçois autrement : ni comme une fatalité, ni comme la vérité ultime de l'être humain. Il y a quelque chose de tellement plus beau, tellement plus extraordinaire. A travers le chant, c'est à cela que je me connecte, que je laisse passer et que je donne. C'est une joie de chanter dans la nature et elle me répond à sa façon.

JdY Quelle est la puissance de création du mantra ?

S.S-R. Le chant du mantra amène l'éveil du corps d'énergie, le corps yogique. La plupart des gens vivent en ignorant cette réalité, créant des blocages énergétiques qui se transforment en blocages émotionnels, psychologiques puis se somatisent dans des maladies. Le mantra est le raccourci qui revient à la source énergétique. Lorsque l'on commence un travail de remise en place de ces énergies, des solutions de santé psychique, émotionnel, physique apparaissent. Les séances de mantra-thérapie ne se substituent à aucun autre traitement. Cela s'adresse aux personnes prêtes, en demande. Je suis toujours étonnée de voir les résultats.

JdY Avez-vous un exemple à nous faire partager ?

S.S-R. J'ai le souvenir d'une jeune femme, amenée à entamer une chimiothérapie suite à un cancer du sein. Elle ressentait beaucoup d'angoisse. Elle ne voulait rien savoir de tout ce qui était d'ordre religieux ou spirituel. C'est sous l'impulsion de sa mère qu'elle est venue. Tous ses blocages sont tombés à partir du moment où elle est entrée dans la vibration du mantra, qui l'a accompagnée tout au long de sa chimiothérapie. Un an après, sa famille a connu un cas de cancer, malheureusement en phase terminale. La personne traversait des difficultés, compréhensibles, d'acceptation. Elle vivait une dégradation très rapide, son sentiment de révolte et de déni était tel que les antalgiques ne fonctionnaient plus. Et c'est la jeune femme qui l'a accompagné. Tous les soirs, ils avaient rendez-vous au téléphone et elle lui chantait un mantra qui eut un effet de grand apaisement. Cette histoire est d'autant plus intéressante que la jeune femme n'était ni bouddhiste, ni versée dans la spiritualité : c'est la dimension énergétique du mantra qui était à l'œuvre.

JdY Est-ce que seules les personnes en fin de vie se trouvent en situation de réception de ces énergies ?

S.S-R. Lorsqu'on vit une annonce de maladie grave, souvent peuvent apparaître de la peur et de l'angoisse. Ces émotions ont un aspect positif puisqu'elles vont permettre de ramener l'esprit dans l'esprit. Autrement lorsque tout va bien, notre esprit se promène et vagabonde, on n'est pas dans un questionnement sur sa propre réalité, sur

la vie et la mort ... Au contraire, on évite ce genre de questionnements. Et c'est la peur qui va nous ramener vers nous-mêmes. L'occasion est alors offerte de transformer la peur en conscience. On va être en mesure de recevoir des informations, et de comprendre des choses impossibles à comprendre auparavant. En revenant à l'intérieur de soi-même, face à soi, on entre dans une nouvelle dimension de compréhension. Parce que l'on est habituellement attiré vers les choses extérieures sans valeur, on découvre alors que cette dimension interne comporte une richesse insoupçonnée.

JdY Ces mantras sont issus de la langue sanskrite, connue pour sa force vibratoire, parlez-nous de ses mystères ...

S.S-R. C'est une langue intérieure : elle est complètement associée aux corps subtils, aux chakras, aux canaux. Dans l'écriture du sanskrit on représente les différents réseaux, les croisements des canaux du corps qui correspondent au graphisme de l'alphabet. Au point que l'alphabet sanskrit en lui-même se récite comme un mantra. Chacun des chakras contient une syllabe germe autour de laquelle des syllabes tournent et créent un système de résonance. Ce système existe aussi au niveau de l'univers. Cette dimension est essentielle dans la mantra-thérapie.

JdY Quelle est la force de l'intention de celui qui donne le mantra ?

S.S-R. Essentielle. On parle de deux pouvoirs au sujet des mantras : le pouvoir du mantra en lui-même, et le pouvoir de la voix ou de l'énergie : l'énergie doit être juste, saturée de compassion et d'amour. La voix qui passe à travers moi me dépasse.

JdY Cela ne requiert-il pas une certaine foi dans la possibilité de la guérison ?

S.S-R. Lorsqu'on est dans l'amour et la compassion, certaines questions s'effacent d'elles-mêmes. Phakyab Rimpoché (voir encadré) vivait un stade très avancé de gangrène, sa moelle était déjà atteinte et son pronostic vital engagé. Il a alors choisi de s'en remettre à cette bonté fondamentale. Il faut arriver à comprendre que guérison ou pas, cela ne vient pas de la simple volonté personnelle. Le mantra permet un moment de grand apaisement, sans attente, si ce n'est que le positif se révèle au travers de la guérison physique, mais pas nécessairement. La problématique de réussite disparaît. La spiritualité ne consiste pas à apporter des éléments extérieurs à soi mais à trouver un chemin pour découvrir à l'intérieur de soi cette sagesse, cet amour. Le mantra est un raccourci qui permet d'entrer directement en résonance avec la base universelle de bienveillance et d'amour. (Propos recueillis par Céline Chadelat)

BIBLIOGRAPHIE

- « *Le guide de la médecine globale et intégrative* », Dr Luc Bodin, Albin Michel.

- *Appel au Monde*, du Dalai-lama, Le Seuil

- *Mon Autobiographie Spirituelle, du Dalai-lama*, Presses de la Renaissance

- *Mon testament spirituel, de Sœur Emmanuelle*, Presses de la Renaissance

POUR ALLER PLUS LOIN

- <http://ecim.pro/>

- www.dreliaz.org

- www.humanwithin.com

- integrativemedicines@gmail.com

- www.santeintegrative.com

- www.camkeys.eu/

- www.iayt.org/

Prochaine rencontre à Aix en Provence, en avril 2014, sur les thèmes des maladies auto-immunes et de la dépression. www.quantiqueplanete.com

Documentaire américain sur les centres de médecine intégrative :

<http://thenewmedicine.org>

www.humanwithin.com

CD : Dakinis, Mantras sacrés du Tibet, SometimeStudio, octobre 2012

Prochaine transmission de Mantrathérapie du 27 février au 2 mars 2014 avec Sofia Stril-Rever

Informations et contacts: contact@menlaling.org et www.menlaling.org