

Chaman aujourd'hui la voie de l'aventurier hawaïen

Ce livre traite du chamanisme et plus particulièrement de la tradition chamanique hawaïenne.

Selon l'historien Mircea Eliade, le chamanisme est pratiqué dans le monde entier – Asie, Amériques et Pacifique compris. Le mot chaman, issu de la langue des Tongouses, un peuple de Sibérie orientale, est communément employé aujourd'hui par les spécialistes et les profanes. En Hawaï, on parle de kupua et la plupart des cultures disposent de leur propre terme. Des idées très différentes circulent sur ce qu'est et ce que fait un chaman, mais comme Eliade, Serge Kahili King penche pour une définition précise. Tous les " hommes-médecine " ne sont pas des chamans, mais un chaman peut être un " homme-médecine ". Tous les prêtres tribaux ne sont pas des chamans, mais un chaman peut être un prêtre tribal. Tous les psychothérapeutes ne sont pas des chamans, mais un chaman peut être un psychothérapeute. King définit le chaman (homme ou femme) comme un guérisseur des relations : relations entre le corps et l'âme, entre les personnes, entre les êtres et les circonstances, entre les humains et la nature, entre l'esprit et la matière.



*La tradition Huna qu'il évoque est à la fois très ancienne dans ses origines et très moderne dans sa compréhension des mécanismes de la psychologie humaine ; les lois universelles qui la sous-tendent rappelleront à chacun, qu'il soit chrétien, bouddhiste ou musulman, des principes fondamentaux qui sont au-delà des différences culturelles ou religieuses. Pour tous ceux qui souhaitent intégrer dans leur vie le pouvoir du chaman, ce livre offre des techniques de méditation, de concentration, de créations de rituels, et nous apprend à vivre au quotidien les nouveaux modes de perception qu'il propose. Comme un bon horloger, King sait mettre à plat les rouages qui constituent les mécanismes cachés des phénomènes inexplicables. Un pied dans le monde des praticiens traditionnels et l'autre dans le monde des universitaires, des thérapeutes, il sait établir les ponts qui mènent l'homme moderne au monde invisible du chaman. Ce livre est un authentique manuel de vie pour celui ou celle qui veut vivre conscient de son pouvoir de créateur dans le monde d'aujourd'hui.

* Huna est une philosophie de vie polynésienne, remontant à la Lémurie. HUNA simplifie la gestion de notre vie quotidienne grâce aux 7 principes qui sont à sa base :

- 1) Ike – Le Monde est ce que tu penses qu'il est. Il y a mille manières de percevoir les choses
- 2) Kala – Il n'y a pas de limites. Ote les contraintes. Prends la liberté de changer d'avis, de croyances.
- 3) Makia – L'attention guide le flux d'énergie. Focalise-toi sur ce que tu veux.
- 4) Manawa – Maintenant est l'instant de puissance. Sois pleinement dans le présent.
- 5) Aloha – Aimer, c'est être heureux avec le bien qui existe. Bénis ce qui est. Le partage (alo) joyeux (oha) d'énergie de vie (ha) dans le présent (alo).
- 6) Mana – Tout le pouvoir vient de l'intérieur. Fais confiance à ta propre puissance.
- 7) Pono – L'efficacité est la mesure de la vérité. Crois en tes idéaux, réalise-les (rêve actif).

Extrait de l'ouvrage

La résistance mentale

Nous générons un stress dès que nous résistons à quoi que ce soit. La résistance mentale diffère de la résistance émotionnelle comme l'évaluation diffère de l'analyse. Nous opposons une résistance émotionnelle quand nous pensons que quelque chose est "mauvais"; nous opposons une résistance mentale quand nous pensons que ce quelque chose n'est pas "juste". Par elle-même, la résistance mentale n'a pas la force dévastatrice de la peur et de la colère mais elle use la confiance, l'amour-propre et la santé comme un filet d'eau érode une montagne. Elle adopte la forme de la critique négative et chaque critique, que le kureçoit comme un coup-de-poing, provoque un stress relativement léger. Mais ce même coup-de-poing que vous pouvez facilement encaisser quand vous êtes détendu et en bonne santé peut faire terriblement mal quand vous êtes tendu et endolori par des chocs précédents. (...)

De la paix intérieure vers la paix extérieure

Pour entraîner et focaliser l'esprit bien que dans un but différent, chamans et mystiques emploient une technique similaire. C'est la méditation, une attention soutenue focalisée sur un point particulier; Quels que soient la culture, la philosophie, la finalité ou le style, la technique de base consiste à utiliser l'esprit conscient pour maintenir son attention sur un champ délimité jusqu'à ce qu'elle produise un changement à l'intérieur de nous, à l'extérieur, ou les deux. Les humains du monde entier ont inventé de nombreux styles de méditation basés sur le physique ou le mental- visualisation, respiration, chant, parole, psalmodie, mouvement, perceptions sensorielles de l'ouïe, du toucher, de la vue, etc. Tous ont pour but de polariser l'attention afin de bénéficier de ses effets. (...)



Quelques mots sur l'auteur:

Serge Kahili King a un doctorat en psychologie de la California Western University. Il a étudié le chamanisme avec de grands maîtres, ceci partout dans le monde, depuis l'Afrique jusqu'à Hawaï; Il donne de nombreux stages pour appliquer cette sagesse ancienne dans la vie quotidienne.