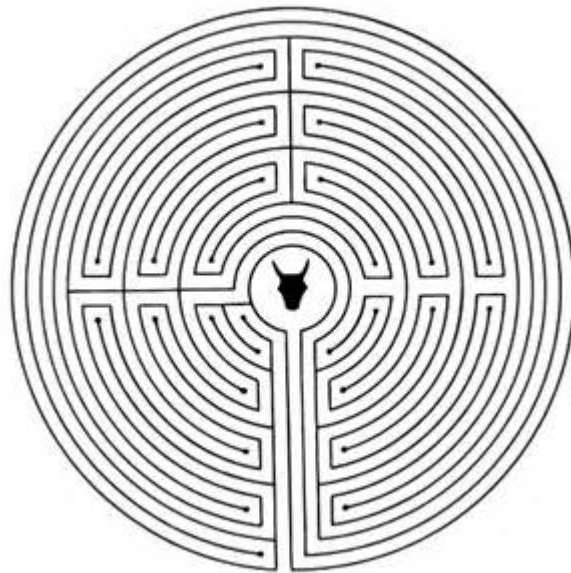


## Le chemin de l'être – Projet Minotaure



Depuis que nous sommes nés sur la terre, nous savions déjà pourquoi nous venons, nous avons « quelque chose » à faire ici.

Et la vie que nous expérimentons nous pousse à nous rappeler ce « quelque chose » pour lequel nous nous sommes incarnés de nouveau.

Pendant des millions d'années, la vie a changé conformément à ce dont le Grand Esprit avait besoin pour se manifester et agir.

Ainsi se formaient les règnes de la nature, l'un à la fois jusqu'à arriver au "règne" où nous sommes, le "règne humain".

Nous sommes cette nature dans une évolution constante, comme ce le fut jusqu'à présent, mais à la différence des règnes antérieurs, minéral, végétal, animal, le règne humain est doté de psyché, d'esprit et de conscience.

Par notre faculté de conscience et de penser, nous avons le pouvoir de choisir le chemin que nous voulons suivre dans cette vie (libre arbitre).

Dans notre ADN il y a les gènes de nos ancêtres et aussi un grand potentiel cosmique. Dans notre sang et cellules il y a la mémoire de notre origine, mais la loi de la vie a fait que nous nous l'oublions pour permettre à ces potentiels de se développer.

À partir de là, comme ne nous rappelons pas d'où, comment et pourquoi nous sommes venus, notre vie passe par des difficultés, des frustrations que nous ne comprenons pas jusqu'à perdre la confiance et la valeur de nous mêmes.

Nous sommes des êtres spirituels, êtres de lumière et après s'être incarnés comme humains, nous avons créé depuis notre enfance et adolescence une forme d'être appelée personnalité, ego ou caractère.

Si nous enquêtons sur la signification de personne, per – sona, nous voyons que c'est la masque qui enferme l'acteur, le personnage.

Lao Tsé a dit que nous sommes comme une flûte, un matériel qui laisse un creux et émet un son par l'air qui traverse son intérieur.

Nous avons crus n'être que le matériel, en ignorant que tout ce que nous vivons, surgit de ce vide qui est toujours dans nous, qui nous donne la vie et la force d'exister : ce sont l'esprit et l'âme qui « sonnent » dans chaque moment dans notre vie par l'haleine du Créateur.

Cette ignorance de savoir comment et qui nous sommes, nous a amenés à vivre dans la dualité esprit – corps, en oubliant que nous sommes corps, âme et esprit. L'humanité, que nous sommes tous, avec la Terre Mère, est déjà dans les temps de renouvellement ; comme enfants du ciel et de la terre, nous nous éveillons d'un long rêve.

Cependant, réveiller cela est lent, puisque nous avons été enfermés pendant beaucoup de temps dans nos fausses croyances et accepter une nouvelle cosmovision de la vie nous coûte des efforts.

Le fait d'avoir la ferme conviction de se savoir attrapé dans l'illusion et d'avoir le désir, aussi fort que l'air que nous respirons, de sortir de cette obscurité, est ce qui permet d'arriver à de plus en plus de conscience de SOI-MEME.

Et pour cela nous devons traverser des obstacles, qui eux même représentent les opportunités de développer et ainsi d'actualiser nos potentiels.

Les obstacles sont, en premier lieu, les pensées que nous adoptons comme les croyances, qui, parfois génèrent des émotions et des sentiments comme la peur et la douleur.

Par la peur de sentir une douleur nous formons une cuirasse dans notre corps, en le rendant rigide, insensible en adoptant une personnalité qui nous permet de survivre et de se sentir sûres et forts.

Jusqu'à ce que nous nous identifions à ce que nous appelons une personne, mais qui n'est que un personnage qui agit.

Pour ouvrir notre chemin à ce que nous sommes réellement, nous avons besoin d'abord de connaître cette personnalité, avec acceptation et courage.

Dans l'Antiquité, les grands initiés ont choisi volontairement de faire face à leurs peurs, y compris celles de leur enfance.

La peur se garde dans notre corps, dans les muscles et articulations, pour cela rien de mieux pour les dissoudre que la danse avec conscience, comme c'est la méthode de la Biodanza et de la psicodanza intégrative.

Depuis sa symbolique, le Minotaure créé par Rolando Toro offre un défi d'entrer dans le labyrinthe existentiel de notre vie.

Ce qui y entrent sont ceux qui cherchent à révéler cette plénitude que nous avons tous dans un lieu de notre inconscient ; une petite flamme qui nous éclaire même si nous ne la voyons pas ni nous la sentons pas, qui est l'Être.

L'Être contient tout ce que nous sommes, du conscient à l'inconscient.

Dans différents plans de conscience, nous sommes le corps physique, les émotions, l'esprit.

Le propos de ce stage est d'intégrer le plan spirituel, qui est toujours là, mais souvent endormi en nous mêmes.

Nous le représentons dans cette carte.

Le plan de protection :

- dans le 1<sup>er</sup> nous montrons notre forme d'être dans la vie, l'ego avec ses mécanismes de défense et avec ses qualités ;
- le 2<sup>eme</sup> est le plan de la conscience qui sert comme couche protectrice de l'ego, protection pour ne pas être conscient de la douleur et la peur que j'ai vécu dans mes premières années.

Me donner la permission de marcher dans le labyrinthe, en sentant mes émotions, et trouver la clef pour transformer mon énergie en force qui m'emporte au plus profond de moi même, l'essence, l'amour.

Ce qui permet cette transformation c'est d'avoir Conscience de l'acceptation de l'obscurité et cette Conscience est la lumière qui m'éclairera le chemin vers l'Être.

Ercilia Orellana

Directrice du Methode de Psicodanza Integrative

