

LES 4 ACTES DE POUVOIR™

Pour transformer votre vie

Mikkal

Traduction Eva Morales, moraleva@sunrise.ch

Abstract: *Mikkal (C. Michael Smith, PhD) a créé les Quatre Actes de Pouvoir pour vous aider à vous connecter au Grand Esprit et à accroître votre pouvoir spirituel. Chaque créature a un certain degré de pouvoir. Plus il est centré et plus il est équilibré, plus il a de pouvoir. Le pouvoir spirituel, c'est le pouvoir de vivre réellement et créativement, et d'être au service des autres. Cela entraîne de la joie, un but et une profonde satisfaction. Il commence en parlant de la conception chamanique du pouvoir et de la vie centrée sur le cœur et la vie spirituelle honorant la terre. Ensuite il vous enseigne comment écouter l'Esprit à travers votre cœur, et comment créer et transformer votre vie avec les Quatre Actes de Pouvoir.*

La Toile chamanique du Pouvoir

Les chamanes reconnaissent qu'il y a une "toile de pouvoir" qui anime le cosmos. Les chamanes des Amériques considèrent que ce pouvoir est à l'intérieur et autour de nous. Le Grand Esprit est parfois appelé la "Grande Force de Vie" (Jatun). Black Elk, le saint homme Lakota disait "*le Grand Esprit vit dans le cœur de chaque créature, même la plus petite fourmi*".

Plutôt que la conception de l'Esprit Divin étant distant, en-dessus, nous contemplant d'en haut, la vision indigène chamanique est que chaque chose est faite du Grand Esprit et est manifestation de sa créativité. Il n'existe pas de façon rationnelle de comprendre ceci mais on peut le comprendre de façon expérimentale.

C'est comme la Trinité, il y a plusieurs formes et cependant, profondément à l'intérieur de chaque forme se trouve l'unité du Grand Esprit. Le Grand Esprit se divise en chaque chose : les étoiles et les planètes, les rochers et les eaux, les dieux et les esprits, les arbres et les insectes, le vent et le feu et tous les éléments, vous et moi. Toutes les créatures acceptent que les humains vivent naturellement et en équilibre avec les nombreux pouvoirs dans le monde. Mais les humains sont devenu trop intellectuels et ont oublié comment être en équilibre. En oubliant cela, ils ont perdu du pouvoir.

La bonne nouvelle est que parce que le Grand Esprit réside dans le cœur de chacun de nous, nous pouvons nous y reconnecter à travers le cœur, à travers le centre de notre cercle sacré de vie, et apprendre à nouveau comment être en équilibre et en parfaite relation avec les choses. Le chemin rouge des indigènes d'Amérique est un des chemins qui nous permet de restaurer le centre sacré et qui nous aide à marcher le chemin centré sur le cœur et honorant la terre.

Aujourd'hui j'aimerais partager un peu comment aller au centre du cercle sacré et écouter le cœur et vivre d'une façon centrée sur le cœur. Le centre du cercle sacré est connu comme la 7ème direction, il vous représente, vous, et le cœur, le centre de l'âme d'où le Grand Esprit vous parle. Si vous apprenez à écouter et honorer sa voix, votre vie va se transformer et vous serez en mesure de trouver votre vrai but ou sens de la vie et à être au service d'autrui. Ceci entraîne une véritable satisfaction et joie et bénit autrui. La relation réelle au Grand Esprit à travers le cœur entraîne le pouvoir spirituel. Le pouvoir Spirituel c'est d'utiliser l'inspiration et la guidance du Grand Esprit à travers "le savoir silencieux" (la sensation incorporée / sens corporel), à travers l'intuition, à

travers la vision (imagination), en faisant de la pensée un serviteur du cœur et à travers des cérémonies sacrées.

Il y a Quatre Actes de Pouvoir qui vous aideront à accroître le pouvoir spirituel. Chacun est un acte de pouvoir et chacun accroît le pouvoir spirituel: le pouvoir de vivre véritablement, créer et être au service alors que nous marchons en équilibre sur notre mère la terre.

De ce point de vue indigène d'Amérique, le Grand Esprit ou la Grande Force de Vie vous parle dans et à travers votre cœur incorporé, qui est d'abord ressenti physiquement dans la poitrine ou au milieu du corps – où il parle d'une façon concrète qui est ressentie tout d'abord comme une pure sensation. Ceci n'est pas le sens corporel selon Gendlin mais ce que le sens corporel trouve et auquel il s'ajuste. Cependant, tel qu'un sens corporel, il peut être vague au début mais il cherche incessamment à diriger vos pas et si vous l'écoutez et y êtes attentifs, il vous fera atteindre une claire vision ou direction.

Tel un système de guidance naturelle (NSG en anglais) ou une boussole, nous pouvons sentir comme il nous fait approcher vers... ou nous éloigner de...choses,-- nous aidant à trouver et à rester sur le tracé ou rail de la bonne direction.

Il (le ressenti) nous donne le sens organique du vrai ou du faux de quelque chose.

Vivre en accord avec ce système de navigation (NGS) est à la racine du chemin chamanique.

C'est une façon de suivre le "tao" du cœur, ou la béatitude dont parle Joseph Campbell, mais dont il ne dit pas le "comment". Il parle tout le temps mais nous ne l'écoutons pas toujours.

Les quatre actes de pouvoir sont destinés à vous aider à trouver cette voix guidante intérieure, de l'écouter, et de suivre rigoureusement sa direction et son inspiration.

Un recouvrement d'âme est particulièrement solide et durable chez un individu qui en quelque sorte vit à partir du cœur – se reconnecter au cœur ou noyau de cette manière signifie se reconnecter à son "Soi originel" et dès lors il s'agit du travail de recouvrement d'âme à son niveau le plus fondamental.

(insérer l'expérience NGS/DIGS afin que chacun sache comment écouter le cœur)

***Le premier Acte de Pouvoir** consiste à Ecouter son Cœur. Ceci implique une méthode intelligente qui consiste à trouver et écouter la voix de l'Esprit qui vous parle à travers votre cœur.*

Aménager un espace protégé et sûr pour aller à l'intérieur et écouter, consulter le cœur, voir de quoi il s'agit, ce qu'il vous demande à ce moment-là. Ceci requiert de porter votre attention vers le bas, en-dessous de la pensée, afin de sentir intérieurement vers le milieu du corps, là où se trouve physiquement votre cœur ou centre, sentir somatiquement et être à l'écoute d'une inspiration, un bout de guidance intuitive, une ébauche d'aperçu et d'imagination de quelque chose.

***Le Deuxième Acte de Pouvoir** consiste à honorer cette voix en la considérant et en explorant de façon imaginaire comment l'exprimer dans le monde, comment la faire sortir.*

Une fois qu'une chose se présente, vous l'honorez en l'explorant plus en avant avec le cœur et la pensée. Explorez la dans "l'espace de l'imagination", en cherchant des possibilités et des variations qui vous aideront à la manifester, ou à l'exprimer ou à la créer. C'est un Acte de

Pouvoir de l'honorer de cette façon, en cherchant comment vous pouvez l'exprimer ou la manifester dans la vie. Une fois que vous "voyez" que c'est cela qui est vraiment voulu ou nécessaire et une fois que vous pouvez voir comment ça se présente in imagination (aspect yin) vous pouvez alors vous décider de l'honorer en le réalisant dans la réalité 3D, ou concrètement dans votre vie intérieure (aspect yang).

Le Troisième Acte de Pouvoir est le processus concret et réel de mise en pratique ou de manifestation dans le monde.

Maintenant que vous avez choisi d'exprimer l'invitation du cœur, vous utilisez la pensée pour réellement esquisser et choisir le meilleur plan, les démarches prioritaires – par ordre de priorité – vers sa réalisation et d'en trouver les ressources nécessaires. Vous allez identifier des obstacles potentiels et développer des stratégies pour les déjouer.

Avec certains projets, ceci impliquera un véritable "schéma directeur" ou "aperçu" (représentant précisément l'aspect yin). Une fois que le "schéma directeur" ou "aperçu" et le plan sont en place, vous le renforcez avec l'intention et vous procédez à le promulguer par étapes, jusqu'à ce qu'il soit accompli, manifesté extérieurement dans le monde (aspect yang). Pendant toute cette procédure vous vérifiez avec le cœur/NGS pour vous assurer que vous êtes sur la bonne voie et pour voir s'il faut autre chose (par exemple une modification) qui peut être ressenti comme "exactitude/inexactitude" organismique.

Cette vérification intérieure en direction du cœur de façon répétée "protège" ce que vous êtes entrain d'accoucher et fait surgir le Quatrième Acte de Pouvoir.

Le Quatrième Acte de Pouvoir est la protection et il doit être présent lors de tous les 3 Actes de Pouvoir, afin que la nouvelle vision et le travail aient une chance à s'enraciner, à prendre vie et à s'établir dans le monde.

Tout le long du processus, surgit un autre Acte de Pouvoir, que je nomme "le Quatrième" bien qu'il se manifeste simultanément avec ou aux côtés des trois autres.

Vous protégez en donnant plus de place au cœur (faire de la place pour écouter) et en honorant, considérant, explorant et finalement en prenant une décision par rapport à l'inspiration ou l'invitation. Vous devez vérifier le projet ou la chose que vous manifestez continuellement, à chaque pas le long du chemin, sur le sentiment du cœur qu'il évoque. Vous ne devez pas laisser influencer prématurément ce que votre cœur désire par les critiques des autres ou leurs idées bien intentionnées et vous devez protéger contre votre propre critique intérieure qui dira "tu ne peux pas" ou "tu n'est pas prêt/e" ou qui silencieusement sème des graines de doutes, etc. Si vous ne le protégez pas, le nouveau "...." (quoi que ce soit) ne verra peut-être jamais le jour ou ne sera jamais fermement établi.

Considérez la façon du peintre de couvrir le canevas jusqu'à ce que l'œuvre soit terminée ou la façon du potier de protéger l'argile avec un tissu à fromage afin d'éviter qu'elle ne sèche prématurément. Chaque organisme, chaque cellule a des limites protectrices qui soutiennent la vie à l'intérieur et nous en avons besoin pour protéger le cœur et ses buts.

Si vous vivez votre vie en pratiquant ces actes de pouvoir, dans les petites et les grandes choses, dans votre cheminement journalier et dans des chapitres entiers de votre vie, alors vous transformez votre vie en joie, en intégrité, et en laissant un merveilleux héritage.

Si vous vous abandonnez à cette façon de vivre, alors vous avez pratiqué le Cinquième Acte de Pouvoir et votre vie se transformera entièrement. Le Cinquième Acte de Pouvoir sera le sujet d'une suite mais je tenais à le mentionner ici.

Copyright : C. Michael Smith Ph.D.

ShamanicAR@aol.com

(269) 687-9364

(C) Copyright 2009