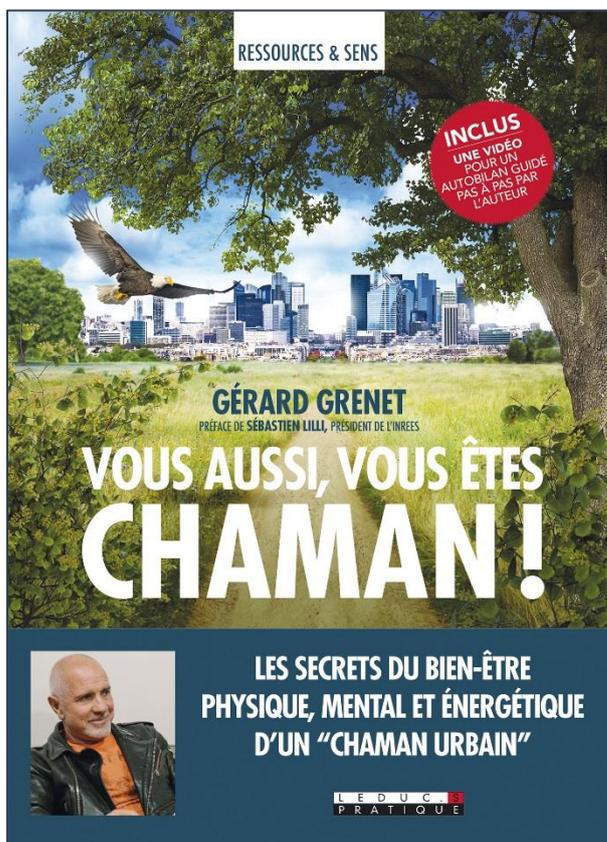


# VOUS AUSSI, VOUS ÊTES CHAMAN !

Gérard Grenet



**Parution le 27 mars 2017**

320 pages – Prix : 18 euros

Collection : Ressources & Sens

ISBN : 979-10-285-0995-8

## L'auteur

Artiste puis homme d'affaires, **Gérard Grenet** fut ensuite initié par les chamans. Il se passionne alors pour les techniques énergétiques et la relation d'aide. Aujourd'hui, il exerce en son cabinet parisien, prenant en compte la réalité urbaine de ses patients, afin de leur proposer **un équilibre énergétique et un bien-être complet.**

[www.gerardgrenet.fr](http://www.gerardgrenet.fr)

Préface de **Sébastien Lilli**, Président de l'INREES (l'Institut de Recherche sur les Expériences Extraordinaires).

*« Nous sommes toutes et tous chamans ! Dire cela a quelque chose de provocant quand on connaît la longue initiation et la responsabilité que porte un chaman auprès de sa communauté, mais une part de nous abrite bien ce potentiel, et le comprendre peut changer nos existences ! » Sébastien Lilli*

**Depuis toujours reliés aux plantes et aux animaux**, les « chamans modernes » ont adapté leurs enseignements à notre société actuelle, hyperconnectée, mais néanmoins déconnectée de la nature et des mondes de l'invisible.

À travers l'histoire de son parcours initiatique, l'auteur, qui se revendique lui-même « chaman urbain », comme le surnomment ses pairs, nous livre **ses outils d'auto-guérison physique, émotionnelle, mentale et énergétique, en nous offrant, au-delà de ses procédures, une véritable méthode de développement personnel et spirituel !**

Cet ouvrage vous accompagne pas à pas sur le merveilleux chemin de la bonne santé et du bien-être intérieur à travers des pratiques avérées : **découvrez votre animal totem, retrouvez votre enracinement dans la nature, ressentez les ondes et les vibrations, respirez en pleine conscience, méditez, visualisez afin d'attirer, pratiquez l'affirmation positive afin d'obtenir, développez votre intuition, nettoyez vos mémoires pénalisantes et modifiez vos croyances limitantes, créez enfin votre vie !**

Une bible qui traduit le chamanisme en une nouvelle aventure culturelle, un véritable art de vivre, un mode d'emploi pour vous reconnecter enfin à vous-même, à vos forces inconscientes et à celles de la nature !



« *Le chamanisme que je propose dans cet ouvrage est un art de vivre individuel qui vous conduit, par le développement de votre rayonnement, à vivre mieux et à faire le bien autour de vous. Il s'installe dans la discipline d'une pratique de développement personnel qui vous connecte à vous-même et à vos facultés latentes dont vous étiez auparavant totalement inconscient. Cet art de vivre vous raccorde à votre propre pouvoir de guérison et rétablit le contact avec les énergies qui vous entourent ainsi qu'avec les forces de la nature.* »



Découvrez le portrait de Gérard Grenet en vidéo :

<https://youtu.be/Hqvw4KRwnK0>



Portrait Gérard Grenet

## SOMMAIRE du livre

### PRÉFACE

AVANT-PROPOS : QUI SUIS-JE ?

MON CHEMIN, MA CONSTRUCTION

SIX IDÉES REÇUES SUR LE CHAMANISME

LE CHAMANISME, C'EST QUOI ?

PRENEZ CONTACT AVEC VOUS

NETTOYEZ-VOUS

VOTRE DUO CORPS-ESPRIT

RÉVEILLENZ VOTRE SPIRITUALITÉ

PRATIQUEZ VOTRE INTÉRIORITÉ

HARMONISEZ VOTRE LIEU DE VIE

EN PRATIQUE : 38 SÉANCES POUR APPRENTI CHAMAN

CONCLUSION : CES JALONS QUI NOUS CONDUISENT

## **6 IDÉES REÇUES SUR LE CHAMANISME**

### **UNE PRATIQUE TROP ÉSOTÉRIQUE**

Le chamanisme ne partage absolument rien avec la magie ou toute autre élucubration scabreuse : il n'est « naturel » que dans son lien logique avec la Nature. C'est avant tout un état d'esprit « en ouverture ». Pas de dogme ni de propos « perchés » ou sans fondements : le chamanisme est simplement une autre forme de vérité quant à la « réalité vraie », celle que chacun pourra se forger d'après ses propres expérimentations. Seule la pratique impose « sa » vérité !

### **UNE DISCIPLINE RÉSERVÉE À UNE ÉLITE**

Le chamanisme ne repose pas sur des mythes, une nostalgie de quelconques époques anciennes ou l'« indianisation » folklorique à la mode. Aujourd'hui « évolutif », contemporain, il a migré de la jungle vers la ville pour nous aider, nous, citadins, à aller bien ou mieux dans notre quotidien. Se tourner vers le chamanisme, c'est avoir accès à des outils simples, adaptés et inhérents en chacun de nous. C'est tout simplement propre à l'Humain que d'être chaman !

### **UNE INVITATION À PRENDRE DES DROGUES**

Les chamans d'hier, et ceux d'aujourd'hui encore dans les régions reculées, utilisent des plantes afin d'amener leur « consultant » vers un état de conscience bien spécifique pour avancer sur le chemin de l'autoguérison. Hormis ce cas d'accompagnement précis, le chamanisme fait appel à des outils naturels et totalement inoffensifs : « sentir » les sons et apprendre à bien respirer sont les deux piliers de la pratique qui vous permettront jour après jour de vous (re)trouver tel que vous êtes vraiment. Cet outillage, proposé dans cet ouvrage, sera jumelé à une parfaite intention, bien travaillée, et à une motivation joyeuse forgée dans une seule certitude : le chamanisme est une véritable pratique de bien-être !

### **UN UNIVERS DANGEREUX ET SECTAIRE**

Le chamanisme, par la description concrète de sa métaphysique, bien structurée, échappe totalement aux sectes et autres mauvais gourous. Si les sectes souhaitent dominer et exploiter leurs disciples, le chamanisme, lui, développe la liberté d'esprit individuelle et le discernement. C'est une philosophie et un art de vivre qui ne s'accordent pas avec la malveillance ou l'exploitation de l'humain.

Ne confondez pas non plus le chamanisme avec le spiritisme, cette pratique dangereuse qui « appelle l'au-delà » à qui veut bien lui répondre. Cette pratique amateuriste très répandue peut, non contrôlée, faire effectivement « venir » des entités malveillantes. Rien à voir avec l'état de conscience élargie qui vous conduit au voyage chamanique et à la rencontre éventuelle de vos « accompagnants », anges gardiens, guides ou animal totem.

### **LE CHAMANISME, C'EST DU CHARLATANISME !**

Les charlatans existent partout, même chez les plombiers ! Néanmoins, restez vigilant : le « tourisme chamanique » est très tendance aujourd'hui. Dans certains pays, des populations éloignées de toute modernité et tout confort, très défavorisées, voient arriver des cohortes de visiteurs avides de sensations fortes et de folklore dépaysant. L'instinct de survie et la convoitise « toute naturellement humaine » animent ces pauvres gens qui s'organisent au mieux afin de répondre à la demande et d'en récolter quelques bénéfices. Alors, ces villages d'accueil touristico-chamaniques deviennent des parcs d'attractions peuplés d'« affairistes-chamans » !

Les endroits de rencontre avec le vrai monde chamanique doivent être organisés, structurés par une autorité reconnue, et se situer non loin d'un centre de soins digne de ce nom avec des

transports fiables pour s'y rendre. Souvent, ces chamans, « improvisés » juste avant l'arrivée des visiteurs, peuvent être, bien évidemment, incompetents et donc, par ce fait, dangereux. En amont du départ pour ces contrées, vérifiez la véracité de ce que l'on vous raconte ou promet, renseignez-vous auprès de forums de témoignages fiables et de sites professionnels sérieux et reconnus. Contrôlez la réalité de l'activité chamanique du lieu et des chamans proposés, renseignez-vous quant à leur antériorité. Ne buvez jamais n'importe quel breuvage ou élixir inconnu, sans vérification et avant d'avoir observé, de vos propres yeux, l'établissement de la préparation ainsi que sa réelle vocation finale !

### UNE PRATIQUE DE GROUPE UNIQUEMENT

Le chamanisme que je propose dans cet ouvrage est un art de vivre individuel qui vous conduit, par le développement de votre rayonnement, à vivre mieux et à faire le bien autour de vous. Il s'installe dans la discipline d'une pratique de développement personnel qui vous connecte à vous-même et à vos facultés latentes dont vous étiez auparavant totalement inconscient. Cet art de vivre vous raccorde à votre propre pouvoir de guérison et rétablit le contact avec les énergies qui vous entourent ainsi qu'avec les forces de la nature. Ce chamanisme peut, bien évidemment, se partager afin de vivre ensemble des aventures enrichissantes, douces et sans danger aucun : juste cet avantage-cadeau d'échanger et d'apprendre les uns des autres !

*Extrait du livre*

# RESSOURCES & SENS

## Révélez votre potentiel, tout est déjà en vous

La nouvelle collection Ressources & Sens

Cherchant à donner du sens à notre vie, nous nous tournons souvent vers l'extérieur et demandons aux autres de nous apporter solutions et réconfort. Or, nous avons déjà en nous tous les champs des possibles, des ressources qu'il nous suffit d'identifier et de développer. Cette collection vous y invite dès à présent.

Dans la même collection :

***Vivez pleinement, vivez quantique !*** du Dr Christian Bourit  
21 jours pour vous connecter aux énergies créatrices de l'univers  
Paru le 30 janvier 2018

***L'Ho`oponopono : pratiquez la sagesse hawaïenne*** de Carole Berger  
Changez votre réalité pour plus de sérénité, de stabilité et d'abondance  
À paraître le 12 juin 2018