

"Coach aurationnelle", mais encore ?

Coach, tout le monde voit ce que c'est ? Pas sûr ?!

Selon moi, un-e coach, c'est un catalyseur¹ qui accompagne des personnes, "coincées" dans leur vie, qui tournent en rond dans leur zone de confort inconfortable, qui sont affectées par des blessures de l'âme, ... à reconnaître, à accueillir et à lâcher prise pour pouvoir changer de regard et cheminer vers un "avenir meilleur". Ce faisant, les personnes coachées s'émancipent de certains comportements, de croyances, pensées, émotions, de liens passés qui n'ont plus lieu d'être et s'épanouissent en se connectant à leur énergie vitale et au sens qu'elles veulent donner à leur vie.

En tout cas, c'est comme cela que j'envisage ma mission de vie. A ce titre, je me définis comme un CAIRN (vous savez, cette petite pyramide de pierres élevée par des randonneurs comme point de repère ou marque de leur passage) CAIRN pour Catalyseur Aurationnel sur l'itinéraire de la Résilience et de la Nature profonde 😊



Au-delà d'une formation sérieuse et certifiée, un-e coach se fonde, selon moi, sur :

- une expérience de vie qui l'a conduit lui-même à transcender des blessures l'amenant sur un nouveau chemin souvent teinté de travail sur soi et de développement personnel et qui lui a permis d'accroître son empathie à l'égard des autres et de l'"Humanité" en général
- une capacité d'introspection et d'analyse qui l'a amené à réfléchir à sa mission de vie, à son why et la manière dont il peut les mettre au service d'autrui
- une intelligence émotionnelle qui dépasse les mots et se passe d'âme à âme, de cœur à cœur
- une capacité d'intuition et de visualisation
- une faculté à se connecter à l'invisible, pas seulement au non verbal, mais à toutes les énergies subtiles du champ vibratoire
- une approche pédagogique dans les constats et les prises de conscience du coaché pour l'amener non seulement à comprendre mais surtout à trouver lui-même des solutions, sans lui imposer sa carte du monde
- des valeurs d'empowerment, d'émancipation, d'autonomie, de confiance en l'autre pour ne pas chercher à servir des solutions toutes faites mais pour que la personne coachée trouve les ressources en elle et transfère à sa réalité
- une aptitude à se remettre en question, à faire des liens, à sans cesse chercher à évoluer, à apprendre de nouvelles techniques et à maîtriser de nouveaux outils.

*

* *

Bon et "aurationnel" du coup ?

J'ai inventé ce terme "aurationnel" car je n'ai rien trouvé de plus approprié pour décrire la manière dont j'aborde le coaching qui n'est ni tout à fait rationnel, ni tout à fait irrationnel.

¹ En l'occurrence quelqu'un qui déclenche une réaction par sa seule présence ou par son intervention.

Bien sûr le coaching "conversationnel" est utile pour "entendre" l'histoire qui se raconte, les mots ou expressions ne sont pas le fruit du hasard. Mais, au-delà des mots - et même des pensées et des émotions qui ne trouvent pas toujours les mots pour le dire - il y a tout ce qui est invisible pour la conscience tel que des événements ou des "blessures" qui remontent à l'enfance ou que l'on a hérité d'ancêtres ou de vies antérieures. Notre âme sait. Être à son écoute est une autre voie de guérison.

La physique quantique a démontré que tout, absolument tout, est énergie, onde. Nous émettons et nous captions des vibrations qui font notre réalité présente jusqu'à déterminer notre futur et même notre passé ! Ces vibrations vont impacter nos rencontres, notre santé, nos choix de vie, ...

Nos centres énergétiques, les chakras, reflètent l'état de nos vibrations dans les différentes couches de l'aura. Grâce aux soins énergétiques, il est possible de procéder à un nettoyage et un rééquilibrage des chakras.



Lors de ses études avec les chamans du Pérou, Alberto Villoldo a découvert qu'il y avait une différence entre la guérison (curing) et la guérison² (healing). Alors que la guérison (curing) est l'affaire des médecins et consiste à traiter la maladie et à éliminer les symptômes, la guérison (healing) est l'affaire du chaman. Lorsque nous recevons un remède, mais que nous ne vivons pas de guérison (healing), nos symptômes reviennent généralement. La guérison (healing) traite de la cause de la maladie, qui est généralement un traumatisme émotionnel, et des sentiments toxiques qui en résultent qui nous séparent de notre joie et de notre santé. Pour les chamans, la maladie est la manifestation d'un traumatisme stocké dans notre champ d'énergie lumineux, notre aura et la guérison (healing) se produit lorsque nous nettoyons ces empreintes de l'aura. Cela nous mène à une expérience de l'infini, à découvrir un soi qui existe en dehors du temps, qui ne peut jamais souffrir de maladie et ne jamais être touché par la maladie.

Connaissez-vous cette citation attribuée à Pierre Teilhard de Chardin : "*Nous ne sommes pas des êtres humains vivant une expérience spirituelle mais des êtres spirituels vivant une expérience humaine*" ?

² En français, le même mot est utilisé, alors qu'en anglais to heal (guérir) signifie également être complet.

Notre âme s'est incarnée sur terre, à cette époque-ci, dans cette partie du monde, pour expérimenter une leçon, pour contribuer à une mission qu'il nous appartient d'accomplir au bénéfice de l'Humanité. Aussi, n'attendons pas pour jouer le rôle de notre vie et "*soyons nous-même, les autres sont déjà pris*", comme dirait Oscar Wilde.

En tant qu'âme incarnée dans un corps humain, reliée par des énergies à tout ce qui vibre, une autre source d'alignement est à trouver dans la nature, grâce aux minéraux, aux végétaux et aux animaux, et grâce aux éléments que sont le feu, l'eau, la terre et l'air. Aussi reconnectons-nous régulièrement à notre nature spirituelle par des rituels sacrés, des bains de forêts, ...

Comme vous le voyez, les approches et les outils ne manquent pas pour sortir de sa zone d'inconfort et devenir la meilleure version de soi-même. Il suffit parfois d'un petit coup de pouce, d'une prise de conscience pour faire un 1^{er} pas qui en entrainera un autre, puis un autre. C'est là que je peux humblement vous aider 😊

A bientôt ?!

Anne Van Coppenolle
Cham-Anne