



Ton Cœur Sait, voyage au centre de soi-même

Dans ces temps qui appellent au changement, personnel et collectif, Ton Cœur Sait conçoit des ateliers d'éveil de la conscience, des voyages initiatiques, des formations coaching et réalisation ou encore du chamanisme, animés par Solange Coomans de Brachène, psychothérapeute transpersonnelle.



Solange Coomans de Brachène

Autour d'un menhir, lieu sacré et d'initiation, en Irlande

Cette certitude que tout, aussi minime en apparence et à chaque instant, puisse être relié à la face cachée du monde, transforme radicalement la vie... Chaque geste peut déplacer une étoile. », a écrit Christiane Singer. Consciente de cette reliance essentielle, Solange Coomans de Brachène, diplômée en psychologie et psychothérapeute (approche transpersonnelle), a créé Ton Cœur Sait, en quête d'outils opérants pour se reconnecter à soi-même, s'ouvrir aux autres et à plus grand que soi. Jetant un pont entre la psychologie et le spirituel, elle s'est ouverte aux techniques d'expansion de conscience, à la méditation (notamment en Inde) et son cheminement l'a amenée à vivre des expériences extrêmes avec les chamans en Amazonie.

Le groupe est l'occasion de travailler dans une énergie amplifiée par chacun et au profit de tous.

Unis-vers

L'accompagnement proposé par Solange Coomans de Brachène propose donc cet aller-retour fécond entre soi et l'autre, en travail individuel et ateliers de groupe. L'enjeu premier est de mettre en lumière le sens de sa vie pour reprendre la barre, en liberté. « En séance individuelle, je place la personne en état de conscience modifiée (rêve éveillé, hypnose,...). Cela ouvre une porte à une réalité plus vaste, qui lui permet de percevoir ses zones d'ombres, mais aussi certains événements traumatisants, afin de les extraire de la mémoire cellulaire. Ensuite, j'accompagne la personne à interpréter les métaphores, symboles et images apparus pendant ce parcours éveillé, pour qu'elle en dégage le sens. », explique Solange Coomans. Pas

à pas, le participant recrée ainsi le puzzle de sa vie, en conscience et en cohérence. Le travail de groupe, quant à lui, offre une caisse de résonance pour renforcer la confiance en soi et se relier (aux autres, à l'inconscient collectif,...).

Sacrés voyages !

Plusieurs fois l'an, Ton Cœur Sait propose de quitter le confort des certitudes et de son chez soi pour partir en voyage initiatique sur des lieux sacrés (voir encadré). « Le temps d'un voyage avec Solange, et mon âme chante. Les émotions dansent et ricochent dans les histoires des uns et des autres que l'on regarde avec une humanité grandissante. », confie Véronique, participante à l'un de ces séjours. Outre la rencontre

Voyages initiatiques

- **Nous sommes les Enfants de la Terre, en Irlande (péninsule sauvage de Beara, côte sud-ouest), du 17 au 21 mai 2012.** Au Centre Bouddhiste Dzogchen Beara, en terre gaélique. Un voyage Nature (mégolithes, arbres sacrés, sources, villages sauvages, ...) et méditation. Stage basé sur *La Stratégie du bonheur* (livre écrit par le psychiatre Ron Leifer), à l'aune de l'enseignement bouddhiste.
- **Le Parfum de la Méditerranée, en Italie (Pisciotta, région de Salerne/Campanie) du 18 au 26 juillet 2012.** Un voyage plaisir, à travers le goût et l'odorat ! Cuisine, nature, rire, visites de grottes (symboliques de l'inconscient), ... Voyage de prise de conscience, en quête de la mémoire émotionnelle.

Plus d'infos et réservations, voir coordonnées de Ton Cœur Sait. Autres voyages initiatiques sur demande.



avec un lieu à part, ces itinéraires initient une reconnexion à soi, à l'autre, aux énergies de la Mère-Terre. Une mise en lumière de l'être qui implique une traversée de ses ombres... Dans cette optique, le travail de groupe y occupe une place centrale : « C'est un jeu de miroirs qui nous renvoie à notre propre histoire et à nos dysfonctionnements, précise Solange. Le groupe est l'occasion de travailler dans une énergie amplifiée par chacun et au profit de tous. Cet échange interactif donne la possibilité de prendre conscience de qui je suis et de la direction de ma vie. ». Dans ces odysées, on se confronte aussi aux éléments : il y a le vent, il y a le soleil, la pluie parfois... et la puissance de l'instant présent. Un retour aux sources, à la vérité : de l'essence de l'être, des liens, des rythmes,

de la nature. Des voyages forts ! « On y retrouve son âme d'enfant, il est alors possible de voir le monde autrement, dans la joie, la poésie de la nature, l'humilité, la beauté, la créativité. », conclut Solange Coomans de Brachène. ●

Carine Anselme

EN PRATIQUE :

Ton Cœur Sait, 071/85 19 44. Infos (séances individuelles, ateliers, formations, voyages) : www.toncoeursait.be.

L'asbl Cœur d'Or complète cette quête de reliance, avec différents projets humanitaires.