

Le Healing Love

Collin Campbell commence à expérimenter le Tantra avant de se tourner vers l'enseignement de Mantak Chia et de se consacrer avec sa femme, Marina Dadacheva, au Healing Love, le Tao de l'amour. A partir de techniques spécifiques, ils aident ainsi les couples à grandir ensemble dans la conscience de leur sexualité et de leur spiritualité.



Gtao : Que pouvez-vous nous dire sur les enseignements que vous donnez aux couples ?

C. C. et M. D. : Nous voulons nous dédier aux couples qui vivent ensemble pour construire une vie - qu'ils aient des enfants ou non - afin d'apprendre des techniques, des moyens de communication pour les aider aussi bien sur le plan individuel que sur celui du couple. Des informations et des exercices peuvent être appris pour qu'ils acquièrent de l'expérience afin de pouvoir grandir ensemble toujours plus proches, c'est "aller profondément dans l'intimité". Pour cela, nous connectons la sexualité et la spiritualité par l'établissement d'un rituel venant de la tradition tantrique qui aide les gens à surmonter les sentiments de honte et de peur et à communiquer sans gênes. Nous voyons des couples qui ont vécu 30 ans de vie commune souvent limités dans l'expression de leurs doutes ou de leurs désirs, ce qui limite l'expression de leur amour. Quand les couples ont surmonté la honte, quand ils peuvent parler ouvertement et honnêtement sur ce qu'ils veulent, ne veulent pas, sur ce qu'ils veulent expérimenter, que ce soit dans la vie courante ou sexuelle, alors il y a une ouverture au niveau du cœur qui leur permet de devenir plus proches.

Maintenir l'attraction sexuelle au quotidien : rêve ou réalité ?

Gtao : Ne peut-on pas séparer la vie sexuelle de la vie quotidienne ?

C. C. et M. D. : Pourquoi un homme et une femme veulent-ils vivre ensemble ? Il y a rapprochement parce qu'un homme et une femme et la nature ont besoin d'un ovule et d'un spermatozoïde pour qu'il y ait reproduction. Qu'il y ait enfant ou pas, il y a attraction entre Monsieur pénis et Madame vagin. Ceci combiné avec un sentiment d'amour, et le couple se forme. Au début de la relation, c'est très excitant et réjouissant, mais avec le temps, la passion retombe. Or le couple peut développer sa sexualité - et sa spiritualité ! - à travers des techniques et des compréhensions de telle façon que l'attraction sexuelle reste aussi forte qu'au début. C'est le Tantra, mais c'est aussi le sourire intérieur, les 6 sons de guérison et l'orbite microcosmique de Mantak Chia ainsi que les pratiques de fusion et de Kan et Li.

Gtao : Les difficultés du couple sont souvent issues d'un blocage psychologique chez l'un ou chez les deux partenaires. Comment traitez-vous cela ? Pouvez-vous leur apporter une aide ?

C. C. et M. D. : Dans nos stages, les couples sont éloignés de leur maison, de leur travail, de leurs enfants, de tout ce qui peut les distraire et les faire entrer dans leur routine habituelle parce que nous sommes en stage résidentiel. Nous établissons une façon de se parler dans le couple

pour créer une atmosphère sécurisante, que tout puisse être exprimé et que le partenaire puisse être en écoute à cet instant. C'est seulement le cœur ouvert que tu peux travailler avec le cœur de ton partenaire.

Nous conseillons aux pratiquants taoïstes, quand ils font l'amour et quand le désir est arrivé à son point culminant, de rester accouplés sans bouger, dans une position où les deux personnes se font face verticalement, par exemple l'un étant assis sur l'autre, les mains posées sur les reins du partenaire, et d'engager une pratique de sourire intérieur. Ils ont déjà développé une attitude de confiance, le désir et l'énergie sexuelle sont éveillés, ce sont les conditions idéales pour que l'énergie s'échange. Pour les couples non taoïstes et qui ne connaissent pas ces pratiques, ils doivent d'abord les intégrer en pratiquant des Qi Gong simples. Il faut qu'ils apprennent à surmonter leurs tabous personnels, à faire la paix avec leur passé, leurs parents et les abus sexuels du passé, qu'ils aient été physiques ou verbaux. De plus, la plupart des gens ont grandi dans l'ignorance de la sexualité. Nous essayons de leur donner les informations manquantes, même au niveau anatomique.

Un chemin vers la paix intérieure et la maturité

Gtao : Pensez-vous que dans certains cas un travail thérapeutique doit être fait ?

C. C. et M. D. : Le travail principal est d'établir la paix intérieure par le sourire intérieur, les 6 sons de guérison, etc. Mais les gens doivent reconnaître qu'à un certain moment de leur vie, ils ont à se développer, à devenir matures. Ils auront à se retourner, à faire face aux événements du passé, à les honorer comme on le faisait pour les ancêtres et reconnaître que quoiqu'il ait pu arriver dans ma famille quand j'étais un bébé ou un enfant, cela fait partie de ma vie, ici et maintenant. Il y a tant de techniques qui peuvent nous aider à cela, mais c'est d'abord une question de détermination et de faire les choses réellement pour aboutir à une ouverture et une confiance intérieure. Tout est à l'intérieur. Nous cherchons tellement à changer notre partenaire... Tu ris parce que tu te reconnais !

Gtao : Si peu !!! Et que peut-on réellement changer ?

C. C. et M. D. : Nous avons notre corps, notre respiration, nos émotions et nos pensées. Si nous changeons cela, nous aidons notre partenaire et la relation avec lui va grandir. Mais nous sommes souvent impatients. Personne ne peut forcer une plante à pousser et une fleur à fleurir, surtout pas en tirant dessus.

Gtao : Souvent, dans un couple, si l'un fait un vrai travail sur soi, soit son partenaire évolue, soit au contraire il se raidit et le couple explose.

C. C. et M. D. : Effectivement. Et que veut dire "grandir" ? Faire grandir quoi ? La patience est l'une des choses les plus utiles pour le couple. Mais jusqu'où sommes-nous patients ? Dans nos stages, il n'est pas

permis de violences physiques, psychologiques ou verbales. Nous nous assurons que le couple ait réellement envie de grandir et de continuer à être ensemble. Mais il arrive qu'après un stage, l'on sente une ouverture très profonde quand l'autre partenaire n'était pas présent ou pas prêt. Que faire ? Nous devons faire grandir un sentiment de compassion envers l'autre car il faut être patient pour "voir grandir la plante donner des fleurs et des fruits". Avec de bonnes intentions, en ouvrant son cœur et en faisant confiance, cela vient. Mais que voulons-nous pour notre couple et nos relations ? Recevoir une acceptation aimante. Mais ce n'est pas la réalité de la vie de tous les jours. Nous devons donc être déterminés à l'intérieur de nous-même et vouloir amener toujours plus de conscience. Etre ici et maintenant dans ce corps et dans cette respiration. Amenons-nous cette qualité de conscience à ce que nous pensons ou exprimons dans notre couple ? La preuve qu'une évolution a eu lieu se trouve dans les moments difficiles de la vie. La plupart du temps, la meilleure chose à faire est d'être simplement une présence aimante. Lorsque vous avez des racines à la terre puissantes, la conscience de votre Tan Tien, de votre respiration, de votre concentration au niveau du 3e œil, vous êtes relaxé et souriant et pouvez reconnaître la meilleure façon d'agir. Car quelqu'un qui est dans un état émotionnel intense est quelqu'un qui demande de l'aide et de l'amour. Il faut reconnaître cela et assister votre partenaire pour qu'il retrouve sa paix intérieure et passer à travers ce moment difficile de façon saine.

Gtao : En fait, si l'on reste centré, les pratiques effectuées depuis des années ont porté leurs fruits, le contraire nous montre que l'on est resté à la superficie.

C. C. et M. D. : Ces moments de crise font resurgir toutes nos émotions et ce qui n'a pas encore été résolu. La seule chose à faire est de rester attentif à nos émotions et utiliser les outils que nous avons développés pour ne pas réagir émotionnellement. On peut ainsi reproduire indéfiniment les mêmes schémas, à moins d'utiliser ses outils personnels comme Kan et Li, équilibrer l'eau et le feu à l'intérieur de soi, et laisser la vapeur nettoyer ce que nous voulons communiquer à l'extérieur.

Gtao : Kan et Li est une pratique auto-thérapeutique qui permet de nettoyer par la vapeur nos zones d'ombre émotionnelles.

C. C. et M. D. : Les couples ont expérimenté combien il est triste et décourageant de vivre tous ces conflits et ces explosions émotionnelles, car on fait supporter cela à l'être qui est peut-être le plus proche de nous, avec qui l'on a partagé les moments les plus intenses de notre vie, eu des rapports sexuels profonds, et à ce moment particulier du conflit, où l'amour est-il passé ? Nous devons donc apporter plus de conscience à tout instant et savoir réellement ce que nous voulons. La question fondamentale est : quel est votre but dans votre couple ? Mais la question devrait être : qu'est-ce-que je fais maintenant pour accomplir ce but ?

■ A. M.