

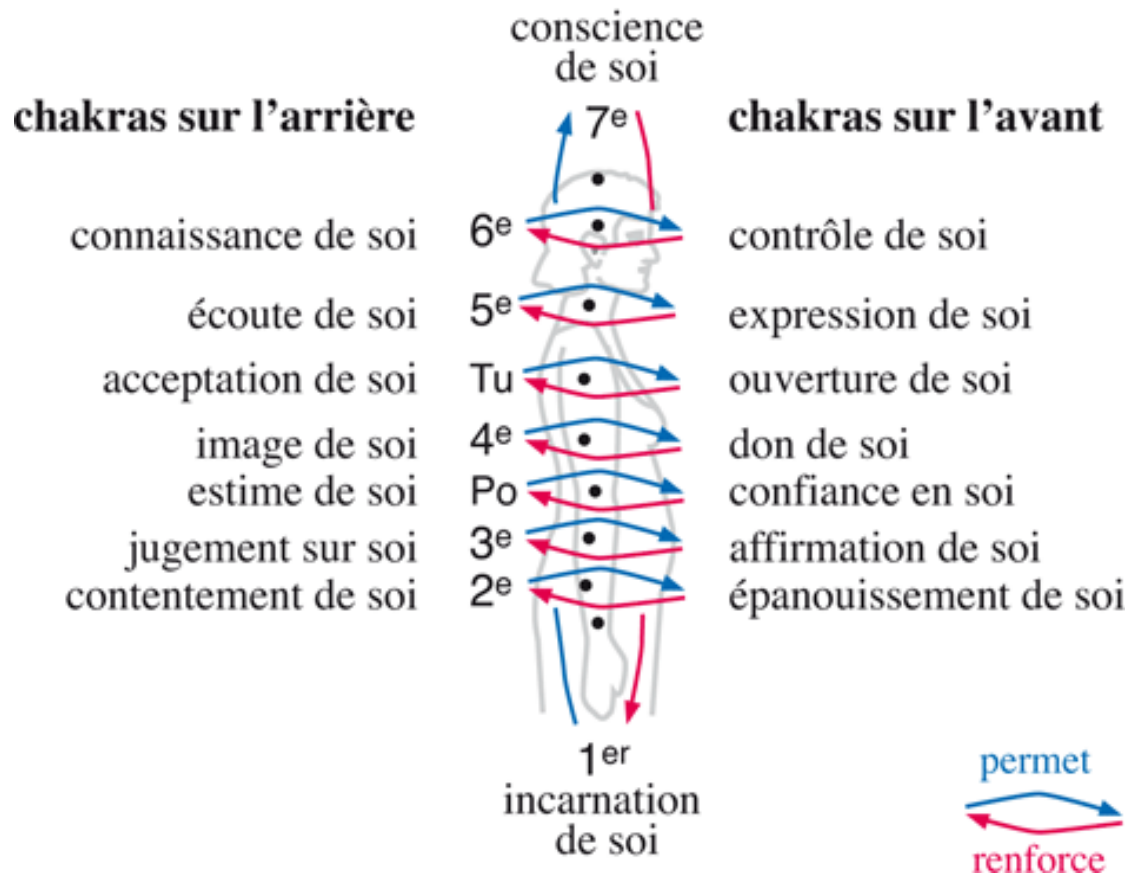
Dans toutes les traditions, les mythes décrivent le parcours du héros selon un même schéma : le parcours de l'individu, de l'innocence à la responsabilité, du savoir à la connaissance. Les épreuves traversées permettent au héros de modifier lentement ses schémas bioénergétiques, d'acquérir de nouvelles facultés par l'ouverture successive de ses chakras. Chaque étape, souvent initiée par un Esprit de la nature est un passage vers une conscience plus large nécessitant un lâcher prise du mental et l'abandon d'un système de croyance devenu obsolète.

Les chakras

L'idée m'est venue d'associer les archétypes, c'est à dire les profils psychologiques que le héros adopte au cours de sa quête et les chakras principalement impliqués. Avant de dresser la liste des archétypes, voyons quelques notions de base sur les chakras, en particulier leur symbolisme. Si l'on devait caractériser chaque chakra par un seul mot, voici ce que cela donnerait :



La symbolique des chakras



Chaque chakra correspond aussi à un besoin. Plus un chakra est grand plus le besoin est manifesté et induit un comportement en conséquence, pour assouvir ce besoin.



Chakra

7 ^e	Sentiment de ne pas exister	=> je suis heureux
6 ^e	Sentiment de ne pas savoir	=> je suis autonome
5 ^e	Sentiment de ne pas être compris	=> je suis compris
4 ^e	Sentiment de ne pas être aimé	=> je suis aimé
3 ^e	Sentiment de ne pas être respecté	=> je suis respecté
2 ^e	Sentiment de ne pas être accepté	=> je suis accepté
1 ^{er}	Sentiment de ne pas avoir assez	=> je suis comblé



De même, chaque chakra correspond à des peurs. Chaque peur sera vécue par le héros comme un empêchement à résoudre ou même à affronter son problème, en l'occurrence son dragon intérieur. Une peur est limitante, entravant le héros à avancer dans les épreuves

7^e chakra : j'ai peur que la vie... je n'espère pas...
6^e chakra : j'ai peur de ne plus contrôler... je ne veux pas...
5^e chakra : j'ai peur de dire... je ne suis pas
4^e chakra : j'ai peur de ne pas être aimé... je n'aime pas
3^e chakra : j'ai peur de ne pas y arriver... je ne dois pas
2^e chakra : j'ai peur d'être exclus... je n'ose pas
1^{er} chakra : j'ai peur de manquer... je n'arrive pas

Si une peur bloque un chakra, il en va de même pour les émotions qui ne sont pas acceptées par le corps ou rejetées par le mental. Ainsi, pour chaque chakra nous trouvons une ou plusieurs émotions bloquées, selon la liste ci-dessous.



Relation entre les perturbations des chakras et les émotions négatives et les sentiments

chakra sur l'arrière		chakra sur l'avant	
		● — Transcendantal	mélancolie séparation
		● — 7 ^e	nostalgie désespoir
rigidité mentale confusion		● — 6 ^e	peur de la vie ingratitude
		● — Bleu	envie excessive, regret curiosité, impatience dépression, destruction
culpabilité regret, remord insatisfaction		● — 5 ^e	inquiétude colère timidité
culpabilité abandon mélancolie		● — Turquoise	honte manque de sincérité pudeur
dureté de cœur tristesse sacrifice		● — 4 ^e	oppression angoisse panique
tension intérieure honte tristesse, chagrin		● — Pomme	intolérance séparation vulnérabilité
fierté excessive manque de tendresse insatisfaction		● — 3 ^e	déception solitude haine
culpabilité		● — 2 ^e	tristesse colère inquiétude
dévalorisation épuisement soumission		● — 1 ^{er}	rancune perte de confiance méfiance
tristesse mélancolie frustration		● — Transcendantal	peur, inquiétude colère, agressif reconnaissance
trahison humiliation, honte défaite			peur des autres exclusion jalousie
humiliation, honte insatisfaction rigidité émotionnelle			insécurité abandon
			peur de la mort manque, convoitise
			abandon souffrance

Une peur renforce le risque de perturber un chakra. Les épreuves traversées par le héros seront en résonance, par effet miroir, avec la symbolique du chakra. Le héros éprouvera des émotions en correspondance avec ce chakra. Toutefois, il lui sera possible d'aller au delà de ses peurs ou de les transmuter en pensées positives. Pour chaque chakra correspond des pensées positives permettant d'annuler la charge négative et de débloquent le chakra. Les pensées et les peurs limitantes sont les "dragons" que nous avons à affronter dans notre vie.

Relation entre les chakras et les pensées positives

chakra sur l'arrière			chakra sur l'avant	
		● — Transcendental	bonheur sérénité	détachement unification
	accepter son père	● — 7e	espoir optimisme	confiance dans la vie gratitude, dévotion
lâcher prise relativiser patience	spontanéité ouverture d'esprit adaptation, flexibilité	● — 6e	discernement décider, choisir concentration	contrôle de soi curiosité saine anticiper, structurer communiquer
écoute de soi rire de soi authenticité	respect de soi honnêteté envers soi spontanéité	● — Bleu	humour, rire	sincérité honnêteté pardon
harmonie paix intérieure réconciliation	acceptation de soi cohérence intérieure complémentarité	● — 5e	exprimer acceptation spontanéité	tolérance être attentionné respect des autres
tendresse joie intérieure	bonne image de soi accepter des autres	● — Turquoise	ouverture de soi amitié transformation	empathie, sympathie sincérité, pardon gratitude, dévotion
estime pour soi faire pour soi	satisfaction accepter les émotions	● — 4e	amour, joie générosité, don compassion	pardon, acceptation digérer les émotions évacuer les émotions
valorisation reconnaissance respect de soi	pardon non-jugement faire face	● — Pomme	faire confiance détachement confiance en soi	humilité, respect affirmation, fierté compétence
joie de vivre satisfaction non-attachement	accepter son corps accepter les sensations sexualité équilibrée	● — 3e	dynamisme force, énergie courage	assumer les choix enthousiasme charme, séduction
	accepter sa mère	● — 2e	adaptation participation créativité	acceptation de la mort abondance, argent
		● — 1er	sécurité, ancrage responsabilité	accepter l'incarnation purification
		● — Transcendental	bonheur abondance	accepter l'incarnation purification

Notre comportement dépend de la manière dont nous justifions notre rapport aux autres et affirmons notre être. Il est proportionnel à la longueur relative de chacun de nos chakras.

7e	chakra :	j'espère	donc	je	suis
6e	chakra :	je	pense	donc	je suis
5e	chakra :	je	m'exprime	donc	je suis
4e	chakra :	je	donne	donc	je suis
3e	chakra :	je	m'affirme	donc	je suis
2e	chakra :	je	participe	donc	je suis
1er chakra : j'agis donc je suis					

Les archétypes

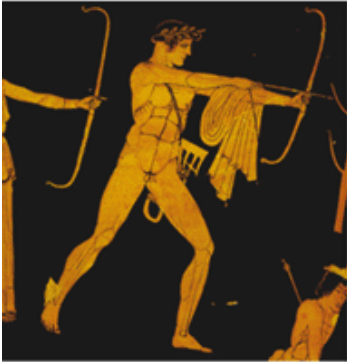
Le héros, au cours de sa quête, passe successivement par 12 archétypes, douze guides intérieurs. Ils représentent, de façon caricaturale et symbolique, le schéma énergétique vécu présentement par le héros en cours d'évolution.

Il existe un itinéraire idéal, mais un héros peut tout aussi bien parcourir les différents archétypes dans un autre ordre.

Vous l'aurez compris, le héros c'est aussi vous-même, parcourant la vie parsemée d'épreuves. Il est fort probable que vous vous reconnaissiez dans les différents archétypes, parfois même dans plusieurs à la fois, par exemple "Amant" dans la vie familiale, "Guerrier" sur votre lieu de travail et "Bienfaiteur" avec vos amis. Si les mythes et leurs successeurs modernes (films et livres) nous touchent particulièrement, c'est parce qu'ils sont le miroir de nous-mêmes, de nos défauts et de nos vertus, de nos problèmes et de nos espoirs.

La quête, l'itinéraire du héros est généralement constitué de 3 parties :

Les étapes initiatiques



LA PREPARATION



LA TRAVERSEE



LE RETOUR

▶ Chaque partie de la quête comprend 4 archétypes. Pour chacun d'eux, il y a un ou plusieurs chakras particulièrement sollicités lorsque le héros accomplit sa mission en atteignant le but en dépassant ses peurs.



Les 12 archétypes

LA PREPARATION

archétype / chakra

Innocent +1^{er}

but: survie
peur: abandon / responsabilité

Orphelin +2^e

but: accepté par les autres / accepter la souffrance
peur: exploitation / exclusion

Guerrier +3^e

but: valorisation / reconnaissance
peur: dévalorisation / échec

Bienfaiteur +4^e

but: générosité / amour
peur: égoïsme / déception / ne pas être aimé



Les 12 archétypes

LA TRAVERSEE

archétype / chakra

Chercheur +6 ^e , +3 ^e	but: discernement / autonomie / ambition peur: doute / perfectionnisme / conformisme
Destructeur -6 ^e , -3 ^e	but: métamorphose / structure / identité peur: annihilation / perte des repères
Amant +4 ^e , +2 ^e	but: amour / bonheur peur: perte de l'amour / engagement
Créateur +5 ^e , +2 ^e	but: individualité / vocation peur: manque d'authenticité



Les 12 archétypes

LE RETOUR

archétype / chakra

Gouvernant +6 ^e , +3 ^e , +1 ^{er}	but: ordre / responsabilité / conti peur: chaos
Magicien +6 ^e , +4 ^e , +1 ^{er}	but: transformation / s'aligner su peur: magie néfaste
Sage +7 ^e , +4 ^e , +1 ^{er}	but: vérité / sagesse / détacheme peur: trahison
Bouffon +7 ^e - +1 ^{er}	but: liberté / vivre l'instant prése peur: manque de vitalité



La quête est aussi une évolution sur le plan psychique. Chaque étape est une progression vers l'intériorité. Le héros commence par subir la réalité du monde, puis en devenir peu à peu le reflet et finalement en être le co-créateur.



LA PREPARATION

moi

je subis le monde

LA TRAVERSEE

sur moi

le monde est mon reflet

image de soi donnée
par l'extérieur

quête extérieure

LE RETOUR

soi

je crée le monde

image de soi donnée
par l'intérieur

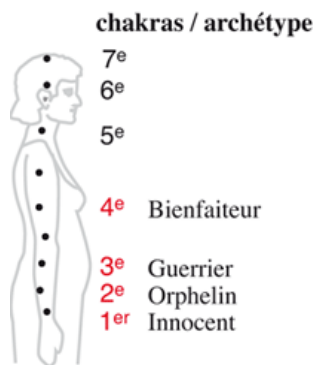
quête intérieure



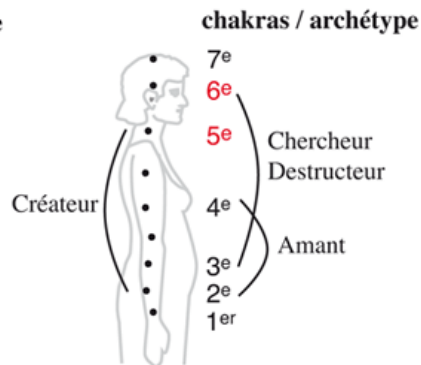
En passant par l'ensemble des archétypes, le héros active l'ensemble des chakras, un par un lors de la préparation, deux par deux lors de la traversée et enfin trois par trois lors de son retour.



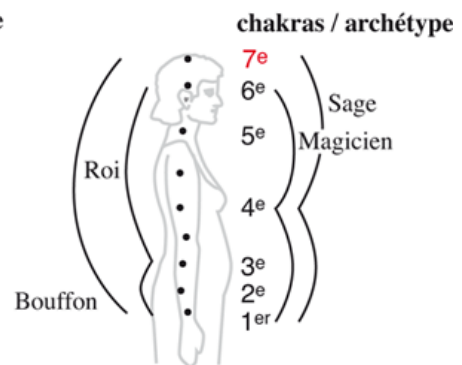
LA PREPARATION



LA TRAVERSEE



LE RETOUR

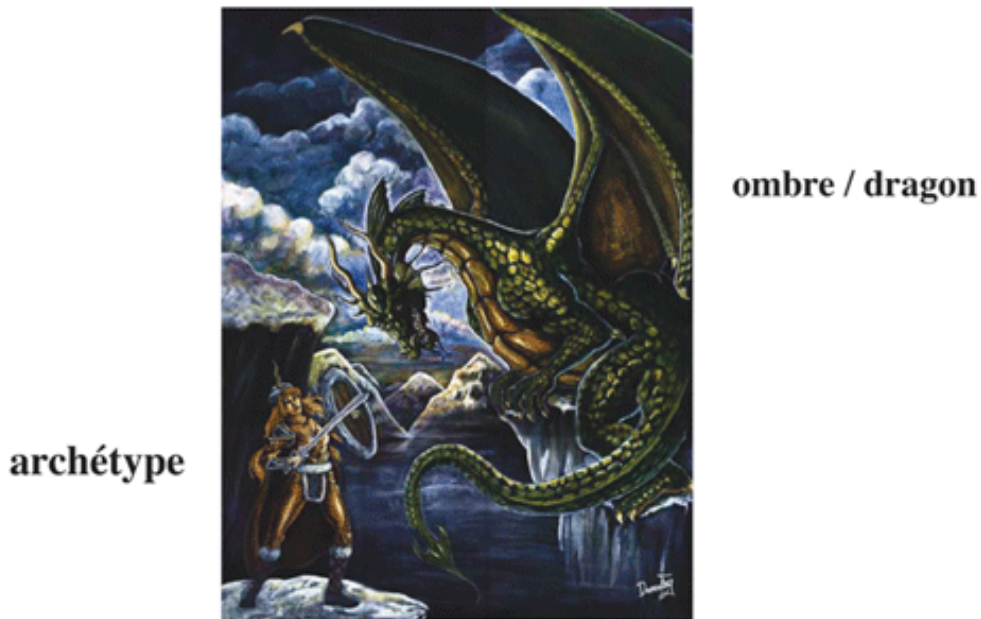


L'ombre des archétypes

Les archétypes ne présentent pas seulement un aspect positif. Comme tout ce qui existe dans ce monde, ils possèdent aussi un aspect négatif, l'ombre. Les 12 aspects négatifs sont représentés par 12 dragons que tout héros doit combattre. Ils représentent les défis auxquels chacun de nous est confronté dans la vie de tous les jours. Vaincre un dragon, c'est s'emparer de sa force (vertu et don). Ce qui paraît négatif devient alors positif.



Les ombres des archétypes



l'archétype / héros qui vainc son dragon / problème gagne un don / vertu

▸ L'acquisition d'une nouvelle qualité (vertu et don) dépend directement de notre capacité à affronter l'appel de l'ombre (le dragon / problème). L'ombre nous fait signe à travers les situations que nous refusons d'affronter. Ce refus est ce qui nous enferme dans l'ombre de chaque archétype.

Pour identifier l'étape, l'archétype auquel on se trouve, il faut éviter le piège de se que l'on aime ou désire (6e et 3e chakra), car c'est généralement non pas ce que l'on possède mais ce dont on manque. Comprendre et reconnaître son ombre permet donc de situer son archétype. Pour progresser et passer à l'étape suivante de la quête, il ne faut pas rejeter ou refouler dans l'inconscient certains aspects de nous-mêmes, mais au contraire, les reconnaître et les accepter.

▸

Les ombres des archétypes

LA PREPARATION

archétype	ombre / dragon	don / vertu
Innocent	problème: chercher du secours réponse: fidélité / discernement trahi par ceux qui auraient dû nous aider => se retrouve abandonné ou fuit	confiance optimisme
Orphelin	problème: est une victime, incompetent réponse: intégrer et sentir la douleur n'assume pas ses besoins, exige des autres => se retrouve sans défense, doit s'associer	interdépendance réalisme



Les ombres des archétypes

LA PREPARATION

archétype	ombre / dragon	don / vertu
Guerrier	problème: le pouvoir à des fins personnelles réponse: lutter seulement pour l'important besoin de vaincre, veut toujours gagner => se retrouve épuisé, colérique, arrogant	courage discipline
Bienfaiteur	problème: soigner le problème ou la victime réponse: donner sans nuire à soi-même s'occupe des autres, se soigne lui-même => culpabilise les autres ou les étouffe	compassion générosité



Les ombres des archétypes

LA TRAVERSEE

archétype	ombre / dragon	don / vertu
Chercheur	problème: perfectionniste réponse: être fidèle à son être s'engage difficilement, dépendances diverses cherche au-delà de lui-même, cherche une vie meilleure => peurs, inflexibilité, dépression	autonomie ambition
Destructeur	problème: comportement d'auto-destruction réponse: détachement / acceptation s'auto-détruit, excès en tout genre expérimente limitations et souffrances => se retrouve isolé, doit lâcher prise	humilité



Les ombres des archétypes

LA TRAVERSEE

archétype	ombre / dragon	don / vertu
Amant	problème: amour possessif, jalousie réponse: aimer inconditionnellement séducteur, obsédé par le sexe ou puritain s'éprend des personnes, des lieux, des causes ce qui implique un engagement, moins de liberté => se retrouve insatisfait, triste	passion engagement
Créateur	problème: bouillonnement intellectuel réponse: fixer des priorités exprime au monde ce qu'il est, crée ne met pas en pratique ses idées, activiste => se retrouve épuisé	individualité vocation



Les ombres des archétypes

LE RETOUR

archétype	ombre / dragon	don / vertu
Gouvernant	problème: tyrannie (ogre des contes) réponse: responsable de sa propre vie donne des ordres sans voir les conséquences veut tout contrôler, étouffe les autres => se retrouve isolé, doit lâcher prise	responsabilité contrôle
Magicien	problème: pervertit les bonnes options (le méchant magicien des contes) réponse: s'aligner sur le cosmos attire la négativité, s'auto-limite, s'auto-dévalorise, ou dévalorise les autres => se retrouve malade ou rend malade	pouvoir personne



Les ombres des archétypes

LE RETOUR

archétype	ombre / dragon	don / vertu
Sage	problème: trahison réponse: transcender le problème juge et évalue autrui rien ni personne n'est assez bien cherche sans arrêt la vérité => doit abandonner ses illusions	sagesse détachement
Bouffon	problème: vagabond perpétuel réponse: dignité et contrôle de soi joueur impénitent, totale indulgence => perd confiance dans la vie	bonheur, abondance liberté



Voici le détail de la problématique du Gouvernant et du Magicien. On y voit apparaître deux chakras intermédiaires essentiels dans l'évolution du héros : les chakras Pomme et Turquoise. La maîtrise des émotions, c'est à dire les reconnaître (par effet miroir chez l'autre), les accepter, les laisser passer et les digérer sont un passage important pour la suite de la quête.



Le Gouvernant, le Magicien et leur mission

archétype	chakras	mission
Gouvernant	6^e	doit devenir responsable de ses actes, action en conscience
	3^e	doit retrouver son identité propre, individuation
	Po	doit prendre confiance en lui
	1^{er}	doit retrouver ses origines (rapport aux ancêtres)
	trans du bas	doit descendre aux Enfers , vaincre la mort
		a malgré tout l'impression d'un manque dans sa vie => n'est ni heureux, ni comblé
Magicien	7^e	doit devenir responsable de son esprit, pensée en conscience
	3^e	doit apprendre à gérer son énergie, son rapport aux autres
	Tu	doit écouter sa voix intérieure, son guide spirituel
	1^{er}	doit retrouver ses origines (rapport aux ancêtres)
	trans du haut	doit monter dans les Cieux , se réincarner, transcender la m
		a malgré tout l'impression d'un manque dans sa vie => n'est ni heureux, ni serein



L'initiation

Le mode de fonctionnement 6/3 est entièrement basé sur la notion de "peur". Le mental (l'intellect) est source d'illusion, créateur d'une dualité qui commence par soi-même : il y a moi et les autres, il y a ma personne et la réalité qui m'entoure, il y a ce que j'aimerais et ce que je devrais faire. Cette vision duelle, manichéenne, engendre la notion de séparation, source de conflit.

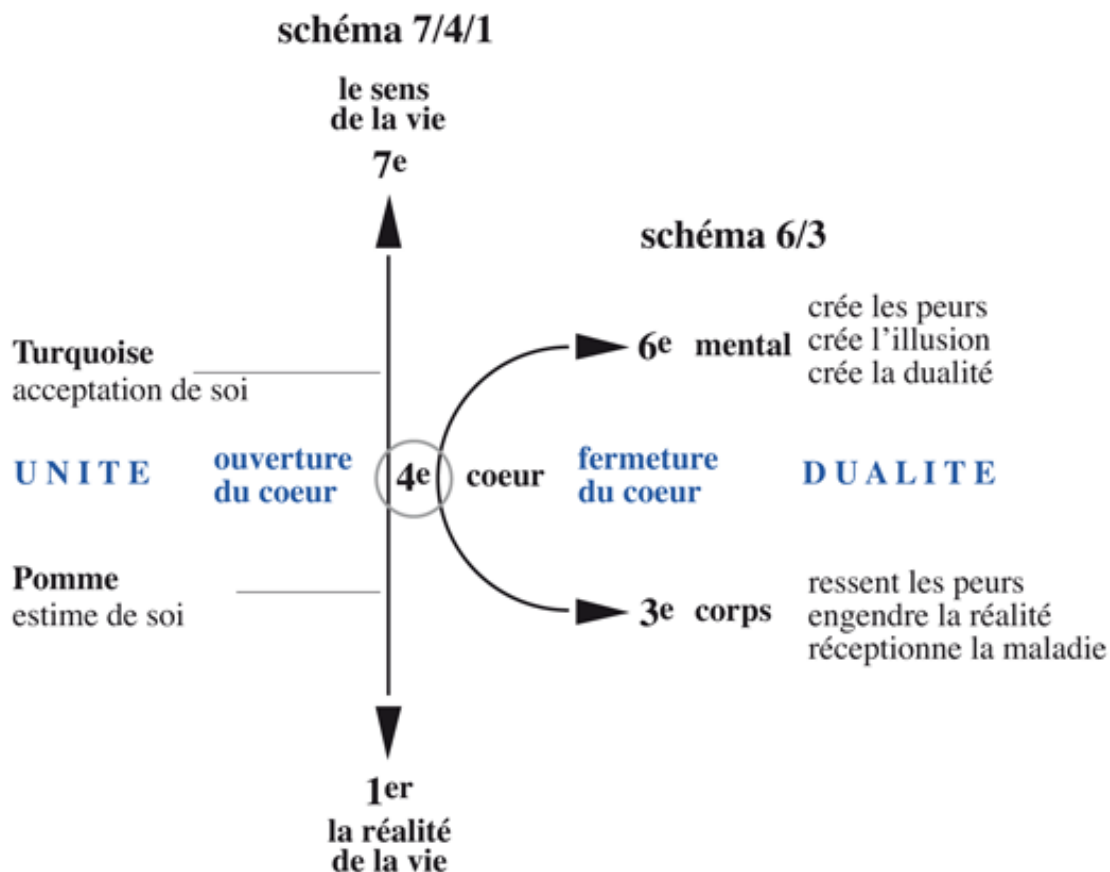
A force d'être dans la dualité " mental / corps " le 6/3 oublie l'âme, les émotions, les sentiments, bref tout ce qui est rapport avec le cœur. Convaincu de devoir maîtriser et contrôler ses émotions avec le mental, il ne saurait les exprimer. Peu à peu il se referme sur lui-même, son cœur devient sec et la vie perd son sens.

Confronté à la mort (ou la mort initiatique) l'individu va peu à peu explorer un mode de comportement activant surtout les chakras 7, 4 et 1. Bien ancré dans la réalité, le spirituel est mis au service des autres. Les désirs personnels passent au second plan car ce qui est bon et juste pour les autres l'est aussi pour soi - et vice versa. Désormais c'est le cœur qui parle et, si le mental conserve sa fonction explicative, c'est dans une juste proportion au bénéfice de l'être entier, de tous ses Le cœur relie ce que le mental sépare.

Avec un mode de fonctionnement 7/4/1 puis, finalement, 7 à 1 (tous les chakras) l'individu se relie à tous les plans de conscience. Il y a cohérence entre ses pensées et ses actes, entre les informations qui lui parviennent, son ressenti et le vécu de son corps physique : tout ce qu'il expérimente fait sens car tout ce qu'il perçoit dans la réalité de ce monde est le reflet de son monde intérieur. Tout devient signe et symbole mettant en lumière ses propres imperfections et balisant le chemin encore à accomplir.

Il n'y a plus aucun hasard, tout est synchronicité. Le 7/4/1 est confiant dans la vie car tout est juste et parfait, non par soumission et fatalisme mais parce qu'il sait que les épreuves le font grandir. Il devient le moteur de sa propre vie, son maître intérieur. Une petite voix en lui le guide en toutes choses, à tout instant. Il découvre alors la vraie liberté où il n'y a plus de choix à faire.

Ce schéma permet de comprendre le mythe d'Ulysse, dernier héros de la Grèce antique.



l'Odyssée d'Ulysse

L'histoire d'Ulysse respecte parfaitement les trois grandes étapes de la quête héroïque : la préparation (l'Illiade), la traversée et le retour (l'Odyssée).



Ulysse



LA PREPARATION

La guerre de Troie

LA TRAVERSEE

L'odyssée

LE RETOUR

Le roi d'Ithaque

Ulysse (schéma 6/3 au départ) est le favori de la déesse Athéna (schéma 6/3/1) car il en est le reflet dans le monde des mortels. Gouvernant rusé (6e et 3e chakra), Ulysse simule la folie pour ne pas partir à la guerre contre Troie. C'est grâce à sa ruse que les Grecs finissent par l'emporter avec la fameuse idée du cheval.

Lors de son retour, une rencontre avec les Sirènes (monde élémentaire) va être déterminante pour son évolution. Lors de cet épisode, Ulysse va être initié par les êtres du plan essentiel. En effet, la Sirène est dans un schéma 7/4/1, soit à l'opposé complet du schéma d'Ulysse. Elle lui permet d'entendre le message des dieux (sa destinée) par l'ouverture du 7e chakra et de l'accepter par celle du 4e.

Ce passage est mis en évidence par l'opposition : Ulysse debout contre le mât et les rameurs courbés.

Ulysse



Sirène

7 / 4

liberté

voix intérieure (Tu)

message des Dieux

descend vers la Terre

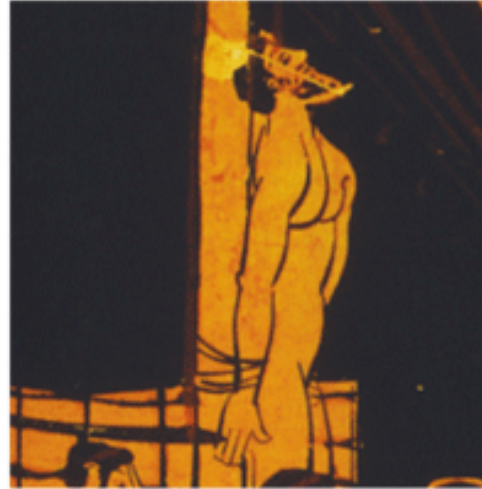
côté féminin d'Ulysse



Ulysse, le seul n'ayant pas les oreilles bouchées (accès à la claire-audience), rétablit l'équilibre entre les deux hémisphères de son cerveau. L'excès de mental analytique (cerveau gauche - masculin) est compensé par le mental synthétique (cerveau droit - féminin). L'initiation par le Féminin lui ouvre les portes de la médiumnité, de l'écoute intérieure par le lâcher prise du mental (il n'a symboliquement pas la maîtrise sur lui-même car attaché au mât du bateau).

Toutes les aventures d'Ulysse, jusqu'à son retour à Ithaque, sont en rapport avec la tentative de maîtriser les émotions ou l'excès du mental analytique.

- ▶ Cyclope (oeil unique = 6e chakra)
- ▶ Lotophages, nourriture de l'oubli (perte de volonté = 6e chakra)
- ▶ Le Cyclope est le fils de Poseïdon (élément eau = émotions)
- ▶ Prisonnier de la Nymphé Calypso (élément eau = émotions)
- ▶ Le bateau balloté sur la mer (élément eau = émotions)



Ulysse

6 / 3 / 1

prisonnier

n'écoute pas les autres (Tu)

quête de l'immortalité (héros)

monte au Ciel

réprime son côté féminin

Ulysse



Ulysse et Polyphème (Cyclope)



Calypso (Nymphe) et Ulysse

Ulysse arrive à Ithaque en mendiant (le Gouvernant dépouillé = dans la simplicité du coeur, l'humilité). Sa royauté est à l'intérieur de lui, par sa force d'âme (capacité à bander l'arc) et non dans des signes extérieurs (la couronne).

Ulysse



Prétendants

parties sombres de l'âme d'Ulysse
qui attendent avec patience

Pénélope

côté féminin d'Ulysse
qui attend avec patience

Conclusion

Je suis conscient que cette lecture des mythes de la quête héroïque par les chakras et les schémas bioénergétiques peut surprendre. Cela fait plus de 10 ans que j'étudie et décortique la vie de mes clients qui viennent me voir pour un bilan bioénergétique. Fort de cette expérience, j'ai eu l'idée d'appliquer cette méthode aux personnages des mythes et des contes. Ainsi, en déterminant à quel archétype appartient un héros, son comportement, sa manière de penser, son ennemi et suite de l'histoire devient très probables. Lorsque que l'on est imprégné par les archétypes, il n'est plus possible de voir un film ou lire un livre sans faire d'association, surtout quand ils collent parfaitement au mythe de la quête (Dune, Star wars, Seigneur des Anneaux, etc).

Je me suis intéressé aux archétypes du héros dès 1992 et cela a débouché sur un jeu grandeur nature en 1996 avec mon ami Axel. Dans ce jeu, basé sur le thème de la quête du Graal,

chaque joueur incarne un archétype et le vit pendant une trentaine d'heure, affrontant son ombre dans sa relation avec les autres personnages ou des situations créées spécifiquement pour lui. Le jeu s'est déroulé à trois reprises dans les gorges de la Sarine.

Ce présent dossier n'est pas un exercice de style, les archétypes ont été vécus par son auteur. Le personnage déterminant dans sa quête ne fut pas une Sirène mais une Grande Fée. L'initiation fut radicale, lui offrant l'occasion de développer son côté féminin. Si d'avantages d'hommes étaient à l'écoute de leur féminin, nul doute que les relations hommes-femmes seraient différentes et la société aussi. Lorsque le cerveau est équilibré gauche-droite, alors la réalité apparaît sous un autre jour, tout prend du sens, tout est synchronicité, toute peur disparaît.

Vous trouverez de plus amples informations sur les chakras, les schémas bioénergétiques et l'initiation par les Elémentaux dans mon livre [Bioénergie](#)
[Conférence "mythes et chakras"](#)

Stéphane Cardinaux

Architecte EPFL

Praticien et formateur en géobiologie et bioénergie
spécialiste en bilan bioénergétique et électrophotonique GDV

info@geniedulieu.ch