

Entre les mains d'une chamane

Des paumes qui chauffent. Des sons qui soignent. Joëlle Rey, une femme de voyage et de souffle, propose des massages différents, inspirés des pratiques chamaniques. Rendez-vous sur l'herbette, entre terre et ciel, à Morgins (VS).

Il faut se courber sous les bras d'un mélange pour arriver à la porte de son chalet, sur les hauteurs de Morgins (VS). Comme un salut forcé, une reconnaissance, une humilité. Oui, pour entrer là, il faut d'abord s'incliner devant le végétal. Ce jour-là, c'est feu de cheminée et bougies parfumées avec vue plongeante sur la vallée mangée par le brouillard et une pluie fine. «Vous avez pris des pantoufles?» Chez Joëlle Rey, on saute à pieds joints dans le confort, on glisse d'un coup dans le bien-être.

Le regard frais d'une eau de roche, une chevelure rousse empruntée à la fée Viviane, 42 ans. Deux chats à poils longs, *Mi* et *Cayenne*, sucré-poivré, comme elle peut-être. Joëlle Rey a un talent et une envie. celui de donner de l'énergie et de mettre les personnes en phase avec leur chemin de vie.

Plusieurs vies
Massages énergétiques, magnétisme et sons chamaniques. Tout un programme! Mais attention, elle n'affiche aucun signe extérieur. Ni bijoux de turquoise, ni colliers de plumes, encore moins de robe noire. Pas de tambour non plus pour ajuster les battements du cœur façon Indiens Huichols, juste ses mains, intuitives et chaudes,

qui laissent passer le flux. Joëlle Rey ne veut pas d'une image de guérisseuse, encore moins de gourou. «Je ne cultive pas ce rôle, parce que je suis une femme du XXI^e siècle, je vis normalement»

Un parcours en plusieurs phases. D'abord une première vie de bibliothécaire freelance, puis dans les ressources humaines à Genève. Un quotidien de femme d'affaires. Mais toujours il y a eu, en filigrane, comme une inclination en sourdine, cette passion pour le magnétisme et d'énergies. Elle voyage beaucoup «pour se recharger et s'épanouir», parcourt ses terres de cœur et d'âme que sont l'Ecosse et la Californie, entreprend une formation de masseur-reflexo-

logue. Fait des rencontres décisives.

Et puis, en 2004, les choses se précipitent, elle rachète sans trop savoir pourquoi le chalet paternel à Morgins. Reporte à plus tard son installation à San Francisco. «Il fallait que je vienne ici, dans ma montagne. J'aime les mélèzes et les myrtilles, j'avais besoin de calme, de donner plus de sens à ma vie.» La femme d'affaires a posé sa mallette, tourné le dos à la vie urbaine et agitée, pris la direction des pâturages d'arabes et de narcisses, abandonné la voiture. A vingt minutes à pied du village. «Ça me va. On fait le deuil des soirées jazz et cinéma au bord du lac. Mais la solitude ne me gêne pas du tout. Quand on en fait moins, on gagne en



Joëlle Rey propose surtout ses massages en plein air. Eblouie dans les prairies.

espace, le temps s'arrête. Une écorce d'arbre, c'est comme un mandala»

Avec les quatre éléments
Cette approche différente, c'est ce qu'elle propose à ceux qui prennent le temps de s'arrêter là. Pour une nuit, pour un soin, pour une marche zen en sa compagnie. Ses massages, elle les propose en chambre, mais surtout en plein air. Sur un matelas, le nez dans les boutons-d'or. Mais rien à voir avec un massage sportif ou de simple relaxation. «J'essaie

d'entendre les gens dans leur vie, là où ils en sont.» Un dos, une structure de pied, pour elle, c'est comme lire une carte de randonnée. Elle y voit les tensions, les émotions contenues, les fatigues. S'appuie aussi sur la morphologie des personnes, leur typologie en fonction de la symbolique des quatre éléments.

Et puis, il y a aussi les sons. Qu'elle chuchote à l'oreille, tandis que la personne se concentre sur une couleur associée à un chakra. Murmure de voyelles, frottement de

consonnes, qui bourdonnent au-dessus de la tête. «Oui, les sons soignent. La musique est guérissante en elle-même. Comme les basses d'un haut-parleur nous passent à travers le corps, les sons font vibrer les cellules. Ça stimule les organes et fait baisser la tension du système nerveux.» De quoi se détendre en profondeur, se retrouver «dans son jardin à soi, loin de la grand-route du stress». Au fond, ce qu'elle propose, c'est peut-être tout simplement l'art de ne rien faire. «C'est un

dialogue avec les corps subtils, dans un état de relaxation profonde, pour accéder à une part sacrée au cœur de soi, comme un coffre au trésor. Encore faut-il vouloir l'ouvrir.» Chamane, cette femme-là? «Si c'est quelqu'un qui fait le lien entre le visible et l'invisible, alors oui, dans ce sens-là, j'en suis peut-être une.» Une passeuse de bien-être, assurément.

Patricia Brambila
Photos Liane Nguyen

Infos sur www.lachappebelle.ch

Des soins venus d'ailleurs

Tambour contre la déprime. Le chamane, aussi vieux que l'humanité? Sans doute. Cet ancien corpus de pratiques rituelles, hérité notamment des Indiens Huichols du Mexique, ne cesse d'être remis au goût du jour. Avec force tambour, chants, danse et transe. En 2007, Laurent Huguot, auteur de plusieurs ouvrages sur la méditation, a fondé l'Outremonde, centre de pratiques et de soins chamaniques, à La Chaux-de-Fonds. Une approche différente pour aborder des problématiques modernes, comme le burn-out, l'épuisement physique et mental, la dépression, les moments douloureux de rupture affective. Peut-être une thérapie, une invitation au voyage vers soi-même à tous les coups.

Infos sur www.outremonde.ch et www.chamanismo-fs.org

Des corps durs pour une médecine douce. A défaut d'un traitement radical, pourquoi pas un traitement minimal? Inspiré de l'Égypte antique, entre autres, l'utilisation des pierres dans les soins corporels continue de séduire à cause de leurs vibrations, les roches possédant des vertus guérisseuses, en favorisant les échanges énergétiques. Pourquoi pas une fasciante améthyste pour dissoudre les tensions physiques et psychiques? Qui dit mieux qu'une vivifiante malachite contre les rhumatismes et autres inflammations? Une façon pour le moins esthétique de rétablir l'équilibre du corps et de l'esprit tout en libérant certains blocages émotionnels. De quel faire d'une pierre deux coups? Notamment à Lausanne, à Genève et à Yverdon.

Infos sur www.pierresdovie.ch

D'autres témoignages sur www.migromagazine.ch