

Les Cartes médecine



Médecine : " Toute pratique visant à améliorer le lien qui lie chacun-e de nous au Grand Mystère et à tout ce qui vit : ceci inclut la guérison du corps, des émotions, celle du mental et celle de l'esprit. Cette médecine-là engendre aussi le pouvoir personnel, la force et la compréhension..."

"..... Si le Renard a choisi de partager sa médecine avec vous, cela indique que vous deviendrez comme le vent : sans être vu, vous pénétrerez d'un lieu à l'autre, passerez d'une situation à l'autre. Il serait sage, à ce moment-là d'observer les actions des autres plutôt que leurs paroles. Utilisez positivement votre adresse; faites silence, tant sur vos motifs d'observer, que sur les personnes que vous observez. Pour maîtriser l'art du camouflage, vous devez acquérir ces aptitudes au silence. Un exercice qui peut vous y aider, c'est de décider de devenir invisible. Si vous voulez vous adonner à cet exercice, visualisez d'abord votre corps comme faisant partie intégrante du milieu environnant, pleinement en harmonie avec les couleurs de ce milieu. Repassez vos mouvements dans votre esprit : comment vous marchez furtivement et gracieusement, sans que les autres vous remarquent. Si vous le faites bien, ça réussit. Vous pouvez quitter la fête sans que personne ne s'en aperçoive ou vous effacer jusqu'à sembler faire partie des meubles. Ainsi, discrètement, vous pourrez observer comment les personnes que vous étudiez évoluent sur la scène de la vie (...) En apprenant la médecine du Renard, vous pourrez aussi faire de plus en plus confiance à votre capacité de prévoir ce qui surviendra bientôt. Après avoir observé pendant quelque temps, vous deviendrez conscient que les choses se répètent, et que dans certaines situations, il est facile de prévoir le déroulement et le dénouement : ainsi renseigné, vous pourrez décider rapidement ce qu'il faut faire..."

Jamie Sams et David Carson sont de descendances amérindiennes (Cherokee - Seneca et Chocktaw). Dans les Cartes médecines, ils présentent la médecine des animaux issue de la culture amérindienne. Avec le jeu de cartes représentant les animaux totem, un livre d'accompagnement enseigne à reconnaître plus clairement le symbolisme de chaque animal. Ceci rend le jeu très accessible à une personne néophyte. Très simple d'utilisation, ce jeu peut être utilisé avec les enfants qui naturellement ont une relation intuitive avec les animaux. Outil d'apprentissage, de connaissance pour nous rapprocher de la nature, il nous invite à observer ces animaux dans leur habitat naturel, pour nous relier à la Terre. Il peut être utilisé seul, en famille ou dans un groupe plus large.

- Sandra, tu es animatrice et tu utilises les Cartes médecine avec les enfants, tu peux expliquer dans quel cadre ?
- Je viens juste de l'utiliser avec un groupe de huit enfants entre 6 et 10 ans, dans le cadre des séances d'éducation relationnelle. D'abord, en première initiation, j'avais expérimenté les cartes de l'enfant intérieur (cf. n°2 de Éduquer autrement) pendant trois séances. Les enfants tiraient une carte et exprimaient comment ils voyaient le personnage et comment ils le ressentaient. Puis, pour compléter cette approche, j'ai eu envie d'apporter autre chose à travers un nouveau jeu. Et donc, je leur ai proposé les Cartes médecine avec les animaux.
- Comment amènes-tu ce « jeu » ?
- Je leur ai présenté les cartes puis un peu d'histoire sur l'origine du jeu et surtout l'importance des animaux dans la culture des Amérindiens.
- Comment les utilises-tu ?
- On a commencé avec toutes les cartes posées, faces cachées, sur la table. Ils devaient, avant d'en prendre une, penser à l'animal qui allait les accompagner jusqu'au lendemain. A aucun moment je n'ai utilisé le livre. Je leur ai expliqué : "C'est une carte à recevoir comme un chaudoudoux". Je leur ai demandé de voir tout ce qui est positif dans cet animal et de l'emporter jusqu'au lendemain. Après tirage, certains enfants ont écrit le nom de l'animal sur leur poignet pour ne pas l'oublier. Le lendemain, les enfants ont redemandé le jeu. J'ai senti que c'était très important pour eux.

*Propos recueillis auprès de Sandra Garlatti,
animatrice enfants à Altern'Éduc.*

Découvrir son animal totem : les Cartes médecine
Auteur : Jamie Sams et David Carson
Edition du Roseau

Le tout est présenté sous forme d'un joli boîtier bleu (22,5 cm x 16 cm)
Prix : 39 € (+ 4,8 € de port). En vente, par correspondance, auprès
d'Altern'Éduc Diffusion (04 99 62 06 72) et
Le Souffle d'Or BP 3 Le Paroïr, 05300 Barret-Le-Bas.