ANATMAN · STAGE DE TRANSFORMATION

Structures d'actes psychomagiques

7 structures canalisées — semaine du 9 au 10 juillet 2026 · Version 1.0 · pour chacune : la structure à faire, puis les commentaires

Session du jeudi 9 juillet 2026 — matin · Saint-Nexans
Première semaine de stage · introduction à la méthode
Séances individuelles de clairvoyance : Kevin, Cristal, Shakti Blue, Baptiste, Margot, Valérie, Lilith

Construction et passages : jeudi 9 et vendredi 10 juillet · 1 h à 1 h 30 par structure

DOCUMENT DU GROUPE · SAINT-NEXANS · JUILLET 2026

Comment lire ce document

Pour chaque participant, la fiche est en parties nettement séparées :

1. La structure à faire (encadré vert) : l'ordre de mission complet — le thème, tout ce qui doit être représenté, les questions auxquelles la structure doit répondre, les consignes particulières. Tout vient des consignes réellement données par Alexandre pendant les séances de clairvoyance du 9 juillet au matin.

2. Les commentaires (encadrés beiges) : d'où vient la structure — la priorité exprimée par la personne, ce que la clairvoyance a vu, les paroles marquantes de la séance.

3. Les pistes de mise en forme : cinq propositions par personne pour amorcer l'imagination, jamais des prescriptions — le choix final revient à Alexandre et au participant, sur place, le jour même.

> **Note sur cette version.** Ce document recompose, au format des documents de semaine actuels, les deux documents d'origine du 9 juillet 2026 : le compte-rendu détaillé de la première matinée et les cinq propositions de structures par participant. Rien n'a été ajouté qui n'ait été dit ou écrit à l'époque.

Rappel de la méthode

Une structure d'acte psychomagique est **une construction au sol**, faite de bois, de végétaux, de minéraux, de livres, de statues et d'objets de la maison, qui donne à voir et transforme le thème travaillé. Elle « parle » à l'inconscient par les images, les matières et les gestes : elle accomplit symboliquement ce qui demande à être dénoué, retourne le problème en solution, et se termine toujours par un **geste d'amour, de beauté ou de réparation**.

L'origine de la méthode. Les structures d'actes viennent d'Alejandro Jodorowsky, qui les a découvertes auprès des **guérisseurs mexicains** — précision apportée en séance : le mot « chamane » renvoie à la Mongolie, d'où le terme de guérisseurs. La méthode s'est ensuite développée en une pratique décrite comme unique au monde.

Le principe. À partir de la clairvoyance, l'animateur va voir **la priorité pour l'âme, pour l'être** de chaque participant, puis propose de réaliser une structure avec des éléments naturels — morceaux de bois, feuilles, pommes de pin, pierres, fleurs.

Pourquoi ça marche. Dès que l'on crée quelque chose — une vie, un plat, une structure — ce sont le conscient **et** l'inconscient qui créent ensemble. La structure rend donc l'inconscient visible ; et comme on est en groupe, chacun ne voyant pas son propre inconscient, on va ensuite regarder chaque structure ensemble.

La nature du travail. C'est un travail émotionnel, une forme d'art-thérapie. L'essentiel se fait **pendant la création** de la structure — poser sa conscience sur chaque objet, chaque geste — puis se prolonge lors du partage collectif.

Les quatre principes de psychomagie qui sous-tendent les propositions : **parler le langage de l'inconscient** (il ne comprend pas le raisonnement, il comprend les images, les symboles, les gestes, les matières, les couleurs) · **accomplir symboliquement** (l'inconscient accepte l'acte métaphorique comme réel : couper un fil, planter une graine, déplacer une pierre agit vraiment sur la mémoire) · **toujours terminer positivement** (règle d'or de Jodorowsky : miel, fleur, bougie, gratitude — jamais sur la destruction) · **le problème devient la solution** (chez Horowitz, l'élément négatif de l'histoire est réemployé de façon ludique et créative pour devenir le remède).

Les enseignements-cadre de la semaine

Au fil des séances individuelles du 9 juillet, un corps de concepts communs se dégage — le socle théorique du stage.

Le conscient et l'inconscient créent ensemble. Toute création — une vie, une structure, un plat — est le produit conjoint des deux. La structure sert précisément à donner à voir l'inconscient.

L'identité, le « je », le « moi ». Beaucoup de personnes n'ont pas pu construire leur identité dans l'enfance — souvent à cause de parents autoritaires qui ne laissent pas l'espace pour exister et poser ses limites — ou l'ont construite *en rejet* de celle proposée par les parents, d'où son absence. L'enjeu : reconstruire une identité positive, choisie, bâtie sur ses propres plaisirs et jouissances (*« qu'est-ce que je kiffe dans la vie ? »*), pour devenir autonome et souverain. Sans identité, pas de positionnement — professionnel, amoureux ; sans positionnement, on « n'existe pas », on tourne en rond.

Relatif et absolu — l'équilibre. Certaines personnes sont « perchées », à 90 % dans l'absolu (le soi, le tout) et coupées du relatif (le moi, l'identité incarnée). Le travail vise un équilibre 50/50. L'inverse existe aussi : des personnes très construites dans l'identité mais manquant d'absolu. D'où l'idée de **complémentarité entre participants** — le miroir Kevin ↔ Baptiste.

La dualité, source des émotions. L'émotion naît du lien entre le moi et l'autre — le toi, un lieu, un objet, une idée. Sans « toi et moi », pas d'émotion : c'est la dualité qui fait circuler les choses. Tant qu'il n'y a pas de « moi », il y a peu d'émotions. D'où la question centrale d'une structure sur l'identité : **« qu'est-ce que ça me fait ? »**

Spiritualité incarnée, pas désincarnée. Mise en garde contre les voies qui rejettent le corps, les émotions, les sensations, la sexualité, les jouissances : *« même si tout est le soi, le soi a créé le relatif pour le vivre. »* La voie proposée est une spiritualité incarnée, un tantra : assumer ses envies, ses besoins humains, la jouissance, le plaisir. Toutes les voies sont vraies dans l'absolu — *« faites votre buffet »*, sans vous enfermer.

Ni gourou, ni religion. Personne ne sait comment vous devez vivre. Les religions, les sectes, les gourous enferment en définissant à la place de chacun. Ici, on ne nie pas l'individualité — au contraire, on la cultive.

L'arbre : l'ordre des priorités. La métaphore structurante de la journée. Racines et tronc = l'identité ; puis les relations ; puis le travail et le modèle économique ; puis les clients et l'abondance.

On commence toujours par les racines : inutile de travailler l'abondance ou le couple avant d'avoir posé l'identité et les relations.

La sécurité intérieure. Beaucoup fondent leur sécurité à l'extérieur — une maison, un foyer familial. Or on peut devoir tout quitter. L'éveil consiste à créer sa sécurité en soi, dans son cœur : **« ma maison, c'est partout »**. Intellectuellement su n'est pas réalisé dans les cellules.

Territoire, souveraineté et envahissement mutuel. Le manque d'identité conduit à se faire envahir, puis à se couper du monde et s'isoler. Idée forte : *« ceux qui se font envahir sont ceux qui envahissent »* — dans l'enfance, il était normal de s'envahir les uns les autres. Poser son territoire et sa souveraineté (3e chakra) permet de relationner sans se perdre ni envahir.

Blessure de rejet et « commerce de besoin ». *« Je donne trop, j'ai du mal à recevoir »* est une excuse de la blessure de rejet. Chez les thérapeutes, l'inconscient peut rejeter les autres — donc les clients — tout en se plaignant d'en manquer : pour attirer des clients, il faut d'abord ouvrir le cœur et lever, dans l'inconscient, ce qui rend les relations difficiles. Le **commerce de besoin** : un couple qui n'est pas d'abord une amitié, mais un simple échange de besoins, ne peut pas bien fonctionner — *« soyez ami avec votre futur chéri. »*

Le couple sacré et la place du chéri. Pour vivre un couple sacré, il faut d'abord savoir qui l'on est et ce que l'on veut *sans* le couple, sinon on met la charrue avant les bœufs et l'on disparaît dans la vie de l'autre. Arnaud Desjardins cité : on ne peut pas avoir de chéri si l'on n'a rien à lui donner, parce qu'on n'existe pas. Il faut donc créer un « je » — et décider quelle place, quel espace on réserve au chéri.

Préparer les grands changements. Quand tout s'effondre en même temps — départ à la retraite, déménagement, enfant qui part, deuil — l'identité devient naturellement dépressive : sensation de mort intérieure, d'agonie, avant la résurrection. La spiritualité sert précisément à préparer ces passages avec douceur, contraire de la violence des ruptures subies. Image de la **traversée du pont** vers une nouvelle rive, dans l'inconnu absolu.

Les sous-personnalités. On peut porter plusieurs « personnes » en soi, et elles ont toutes le droit d'exister. Alexandre cite les siennes — compositeur de musique de film, prof de yoga et de méditation, chanteur, informaticien-inventeur, chercheur d'éveil — toutes réunies dans un même projet. C'est ensuite l'identité qui crée la priorité entre elles.

La priorité. *« Priorité de qui, de quoi ? »* Tant qu'il n'y a pas de « je » affirmé, il n'y a pas de priorité. Dans l'absolu j'aime tout ; dans le relatif, je choisis. Le problème n'est souvent pas d'avoir trop peu d'envies, mais trop — d'où le besoin de hiérarchiser.

Les codeurs du réel. *« L'univers qui est toi t'observe, t'écoute »* via les codeurs du réel, décrits comme des agents qui cherchent à savoir ce que tu veux. Si l'on reste dans « je ne sais pas », tout l'univers s'arrête. Tout l'enjeu de l'incarnation : passer de « je n'existe pas » à **« j'existe »**. Rendre sa structure lisible pour les codeurs du réel, c'est déclarer clairement ce que l'on veut et ce que l'on ne veut plus.

Le rôle de l'Odyssée Anatman. Les quatre dernières semaines de méditations portaient sur ce thème — la jouissance, le plaisir de la dualité. Il est conseillé de refaire certaines de ces méditations,

dans le prolongement du travail.

Les 10 enseignements-clés à emporter

Cette première semaine de stage n'a pas encore donné de mantras individuels à redire pendant vingt-et-un jours — cette pratique apparaît dans les semaines suivantes. Le socle de la semaine, ce sont ces dix phrases-repères, toutes prononcées en séance.

1. **On commence toujours par les racines** — l'identité avant les relations, les relations avant le travail, le travail avant l'abondance.
2. **Sans « je », pas de relation** — la relation implique la dualité : moi + toi.
3. **L'identité se bâtit sur ses plaisirs**, pas en rejet de celle des parents : « qu'est-ce que je kiffe dans la vie ? »
4. **« Qu'est-ce que ça me fait ? »** — la question qui fait exister les émotions.
5. **Ma maison, c'est partout** — la sécurité se déplace de l'extérieur vers le cœur.
6. **Ceux qui se font envahir sont ceux qui envahissent** — poser son territoire, c'est pouvoir relationner sans se perdre.
7. **« Je donne trop, j'ai du mal à recevoir » est une excuse** de la blessure de rejet.
8. **Soyez ami avec votre futur chéri** — sinon ce n'est qu'un commerce de besoin.
9. **Rester dans « je ne sais pas » arrête tout l'univers** — les codeurs du réel attendent une déclaration claire.
10. **Toutes mes sous-personnalités ont le droit d'exister** — c'est l'identité qui crée la priorité entre elles.

Petit lexique symbolique des matériaux

Bois, branches	La lignée, la colonne vertébrale, la structure et la croissance de vie.
Pierres, minéraux	L'ancrage, la permanence, le territoire, la valeur — pierre dorée = valeur de soi.
Fleurs, feuillages	La vie qui s'épanouit, la beauté, la joie, le féminin.
Ronces, épines	Les limites, la protection, ce qui pique ou repousse.
Livres	Les définitions, le mental, l'identité héritée, le savoir.
Statues, figurines	Les archétypes, les présences, les ancêtres, le divin.
Eau (coupe, coquillage)	Les émotions, l'âme, la purification.
Bougie, flamme	La conscience, l'être, l'étincelle vitale.

Fil, ruban	Les liens et les attachements, que l'on noue ou que l'on coupe.
Miel, fruits, pétales	La réparation, la douceur, la fin positive.
Cercle, centre	Le soi, le noyau intérieur.
Distance, orientation	La proximité ou l'éloignement dans les relations.

Planning des passages — 1 h à 1 h 30 par structure

Jour	Créneau	Participant	Structure
Jeudi 9 juillet après-midi	15h → 16h30	**Margot**	Moi, mon autorité, mon territoire — et ma relation avec maman
	15h → 16h30	**Valérie**	Moi et le couple sacré — ce que je suis, ce que je veux, la place du chéri
Vendredi 10 juillet matin	matin	**Cristal**	Mes relations aux autres — territoire, blessure de rejet, commerce de besoin
	matin	**Baptiste**	L'âme, l'être — et le positionnement de mon identité par rapport à cela
Vendredi 10 juillet après-midi	après-midi	**Shakti Blue**	Ma sécurité intérieure — et ma relation à ma famille
	après-midi	**Kevin**	Mon identité — le « je », le moi, les autres, mes émotions
	après-midi	**Lilith**	Ce que je veux dans ma vie — et le concept de priorité

> **Notes d'organisation.** Le travail collectif commence à 16h30 : on va regarder chaque structure ensemble. Ceux du matin peuvent travailler dehors. Le planning a été ajusté en direct — les échanges de créneaux sont possibles. Priorité de l'après-midi aux personnes très émotionnelles, *« pour les libérer »*. Alexandre ne fait pas de structure pour lui cette semaine : il doit d'abord mettre en place l'outil qui produira un rapport détaillé pour chaque participant.

Consignes de la semaine (séance du 9 juillet)

- **La taille** — 3 à 4 m² suffisent, ne pas partir sur 20 m². Il faudra tout ranger ensuite et remettre chaque objet exactement à sa place.
- **Les matériaux** — autorisés : objets non fragiles de la maison (statues, livres), bois, feuilles, pierres. Interdits : les tableaux et peintures tibétaines sur les murs, tous les objets cassables.
- **Les végétaux** — on peut couper les ronces (sans mûres) autant qu'on veut ; certaines fleurs roses sont autorisées si on en trouve plus loin. Interdits : les fleurs du jardin et du potager, les fleurs de courgette, les sapins, les bambous, les arbres verts, et les rares fleurs roses ou rouges présentes en petit nombre.

- **Rester dans le sujet** — l'inconscient a des « systèmes de fuite » qui font oublier le sujet et faire autre chose. D'où l'importance de **relire son sujet en permanence** — il est envoyé sur WhatsApp — pour vérifier qu'on y reste.
- **La mise en scène** — viser quelque chose de théâtral, agréable à regarder. Demander des idées à Alexandre ou aux habituées, Lilith et Corinne.
- **Aller loin ou aller près** — le trajet compte. Aller chercher une pierre au bout du jardin ou dans la forêt, ou prendre ce qui est à portée : tout a du sens. Comme dans la vie, il n'y a pas de hasard.
- **Les émotions** — il est normal que beaucoup d'émotions surgissent pendant la création.
- **La présentation** — 3 minutes maximum pour présenter sa structure : *« la structure parle d'elle-même »*, donc peu de mental, pas 20 minutes.
- **Inspiration ou mental** — on peut laisser l'être et l'inconscient créer par inspiration, ou utiliser le mental. L'important est de rester sur le sujet : si le sujet est le couple sacré, ne pas dériver ailleurs.
- **L'enregistrement** — tout est enregistré, le micro se tient près de la bouche ; chacun peut aussi faire un enregistrement de sécurité. Les séances donneront lieu à des retranscriptions écrites.

Margot

jeudi 09/07 — après-midi

Source : séance individuelle de clairvoyance du jeudi 09/07 au matin. Structure psychomagique.

LA STRUCTURE À FAIRE

Thème	**Moi, mon autorité, mon territoire** — la sécurité intérieure, s'affirmer, poser ses limites.
À représenter	Moi · mon autorité · mon territoire · ma sécurité · mon identité · mon rapport aux autres — et, point ajouté en séance, **mon rapport, ma relation avec maman**.
Les questions	Où commence et où finit mon territoire ? — Qu'est-ce que mon autorité, et où est-elle passée ? — De quoi ai-je besoin pour me sentir en sécurité, indépendamment du lieu ? — Quelle relation d'adulte à adulte je veux avec ma mère ?
Consignes	La sécurité est liée au **3e chakra**, au territoire et à l'identité : *« je suis en sécurité parce que je sais qui je suis et j'ai mon territoire. »* Recommandation donnée en séance : **faire le Profil Origine**, pas encore fait, pour comprendre pourquoi l'identité n'a pas pu se construire dans l'enfance.

COMMENTAIRES — D'OÙ VIENT CETTE STRUCTURE

La priorité exprimée : la sécurité intérieure, s'affirmer, poser ses limites, le territoire. Une période de lassitude, de lourdeur, de fatigue — un conflit intérieur entre les attentes supposées de l'extérieur et ses propres besoins : l'envie de s'occuper de son corps contre la recherche de travail. Ça va mieux depuis qu'elle est sur place.

Ce que la clairvoyance a vu : elle vit encore **« dans le monde de maman »** — elle habite chez sa mère, avec un dégât des eaux et des tensions avec le propriétaire. Besoin d'autonomie, et peur de ne pas s'en sortir. Beaucoup de miroirs avec Kevin : la même question d'identité non construite.

PISTES DE MISE EN FORME — 5 PROPOSITIONS

1. Le royaume délimité. Un grand cercle de pierres = mon territoire. Au centre, sur une pierre surélevée, la figurine « moi » tenant un petit bâton droit = mon autorité, mon sceptre. Planter des branches-frontières tout autour : on n'entre que sur invitation. Fin : fleurir l'intérieur — un territoire qui protège sans isoler.

2. Sortir du monde de maman. Deux cercles qui se chevauchent, « le monde de maman » et « mon monde », deux figurines. Les séparer doucement jusqu'à ce qu'ils ne se touchent que par un point — le seuil sain — et couper le ruban qui les surliait. Fin : une fleur dans chaque cercle, deux souverainetés reliées avec amour.

3. La colonne de l'identité. Empiler des pierres en cairn stable : « je tiens debout ». À la base, une large pierre = la sécurité ; au sommet, une pierre claire = l'identité. Bâtir lentement, une pierre par qualité nommée. Fin : une fleur au sommet — le corps enregistre la stabilité.

4. La relation avec maman, réparée. Une figurine « maman » et une « moi », d'abord dos à dos et trop proches. Les tourner face à face, à bonne distance, poser entre elles un objet doux — miel, fleur — la relation d'adulte à adulte. Fin, règle d'or : terminer par la gratitude, jamais par le reproche.

5. Le Profil Origine planté. Sur un livre fermé = l'histoire d'enfance non lue, poser un bulbe. Ouvrir le livre, y déposer de la terre et la graine = comprendre d'où vient le manque d'identité pour le faire germer autrement. Fin : arroser, poser une fleur — l'enfance devient terreau, non prison.

Valérie

jeudi 09/07 — après-midi

Source : séance individuelle de clairvoyance du jeudi 09/07 au matin. Structure psychomagique.

LA STRUCTURE À FAIRE

Thème	**Moi et le couple sacré** — non pas une structure « couple sacré » seule, mais **« moi » d'abord**, puis le couple sacré.
À représenter	Ce que je suis · ce que je veux · ce que je ne veux plus · ma souveraineté · **la place du chéri** — quel espace je lui réserve, quel espace je lui donne · et mon idée du couple sacré.
Les questions	Qui suis-je, et quelle vie je veux *sans* le couple ? — Qu'est-ce que je ne veux plus revivre dans une relation ? — Quelle place exactement je réserve au chéri : ni tout, ni rien ? — Comment je protège ce que j'ai durement gagné tout en accueillant l'autre ?
Consignes	Le raisonnement donné en séance : avant le couple sacré, il faut savoir qui l'on est et quelle vie on veut sans le couple, sinon on risque de disparaître pour l'autre. L'objectif de la structure est que **les codeurs du réel** sachent clairement ce qu'elle veut et ce qu'elle ne veut pas.

COMMENTAIRES — D'OÙ VIENT CETTE STRUCTURE

La priorité exprimée : vivre le couple sacré. En parallèle, une question de lieu — le propriétaire vend son appartement.

Ce que la clairvoyance a vu : un schéma qui a déjà pu se répéter, « l'autre avant moi ». Et une phrase qui émerge en séance : *« je ne veux pas qu'on me prenne ce que j'ai durement gagné. »* La piste du couple sacré comme stratégie — *« ce qui compte, c'est avec qui, pas où ni quoi »* — reste à arbitrer. État final très calme : le sentiment d'un chapitre qui se clôt, *« l'avant n'est plus là. »*

PISTES DE MISE EN FORME — 5 PROPOSITIONS

1. Moi d'abord, le couple ensuite. Deux zones nettes : une grande « moi », riche de son identité, et une plus petite « couple sacré », deux figurines, une place réservée. Bâtir d'abord pleinement la zone « moi », puis seulement ouvrir une porte vers le couple. Fin : une fleur sur le seuil — j'existe avant d'être à deux.

2. Ne pas disparaître dans l'autre. Deux figurines, « moi » et « le chéri ». Au départ, la sienne couchée derrière celle de l'autre. La redresser, la planter sur sa propre pierre, à côté et non derrière. Un fil les relie, mais chacune tient seule. Fin : une bougie devant chacune — deux présences, pas une fusion.

3. Ce que je veux / ce que je ne veux plus. Une ligne au sol ; à gauche « ce que je ne veux plus » — objets ternes, une pierre lourde du passé — à droite « ce que je veux » — fleurs, objets lumineux. Trier physiquement chaque objet à voix haute. Fin : enterrer la pierre du « ne veux plus » et planter une fleur dessus.

4. La place du chéri. Dans son territoire, un cercle de pierres, délimiter précisément un petit espace = la place que je réserve au chéri, ni tout, ni rien. Y poser un objet d'accueil, tout en gardant son propre trône distinct. Fin : fleurir cette place d'accueil.

5. Ce que j'ai durement gagné. Au centre, dans un écrin cerclé de pierres, des objets = ce que j'ai gagné : autonomie, paix, biens. Placer la figurine du chéri hors du cercle, puis lui donner une clé pour entrer en invité, non en pilleur — le couple s'ajoute sans prendre. Fin : du miel sur l'écrin.

Cristal

vendredi 10/07 — matin

Source : séance individuelle de clairvoyance du jeudi 09/07 au matin. Structure psychomagique. Présente deux semaines.

LA STRUCTURE À FAIRE

Thème	**Mes relations aux autres** — parce que l'abondance est une branche postérieure de l'arbre : créer des clients passe d'abord par les relations.
À représenter	Les autres · mon territoire et ma souveraineté · ce que j'attends d'eux · ce que je peux offrir et ce que je garde.
Les questions	C'est quoi, les autres ? — Qu'est-ce que la blessure de rejet ? — Définition des territoires et des souverainetés — Qu'est-ce que j'attends des autres ? — Qu'est-ce que je peux offrir, donner, et **ne pas donner** ? — Qu'est-ce que le « commerce de besoin » ?
Consignes	**L'abondance sera pour la semaine prochaine** — il faut les relations avant. Rappel du mécanisme du thérapeute qui rejette inconsciemment les autres tout en se plaignant de manquer de clients : pour attirer des clients, il faut d'abord ouvrir le cœur.

COMMENTAIRES — D'OÙ VIENT CETTE STRUCTURE

La priorité exprimée : travailler l'abondance, sortir du manque et de l'attente, *« créer des clients de cœur »*. Elle est plutôt isolée ; elle a travaillé le 3e chakra et la pose de limites, ce qui a bousculé certaines relations.

Ce que la clairvoyance a vu : un ancien rôle de **sauveuse** et la peur de le rejouer. *« Je donne trop, j'ai du mal à recevoir »* = une excuse de la blessure de rejet. Sur le territoire : envahie dans l'enfance, d'où la tendance à envahir *et* à se faire envahir — les deux.

PISTES DE MISE EN FORME — 5 PROPOSITIONS

1. Le territoire au seuil ouvert. Un cercle de pierres = mon territoire souverain ; à l'intérieur, la figurine « moi ». À l'entrée, deux branches forment une porte que je contrôle. Dehors, des objets = les autres, les clients. En inviter certains à franchir le seuil, en laisser d'autres dehors : recevoir sans être envahie. Fin : fleurir le seuil.

2. De la sauveuse à l'égale. Deux figurines reliées par un ruban très serré — la sauveuse fusionnée à l'autre. Couper le ruban, comme Jodorowsky coupe les rubans de la symbiose, redresser chaque figurine debout, face à face, à bonne distance. Fin : planter une fleur entre les deux — la relation d'égal à égal remplace le sauvetage.

3. La blessure de rejet réparée. Au centre, une pierre fendue ou une coquille brisée = la blessure. Combler la fente de miel et de poudre dorée, puis l'entourer d'un nid de mousse et de fleurs. Ici la réparation *est* l'acte : la blessure devient source, non plus excuse à l'isolement.

4. Donner et ne pas donner. Deux paniers séparés par une ligne : « ce que j'offre » — fruits, fleurs, beaux objets — et « ce que je garde » — une pierre précieuse près de la figurine. Le corps apprend qu'aimer n'est pas tout donner. Fin : une fleur dans chaque panier.

5. Le commerce de besoin contre l'amitié. Sur un plateau-balance : d'un côté des objets utilitaires — le commerce de besoin — de l'autre des objets gratuits et beaux — l'amitié, l'amour désintéressé. Rééquilibrer vers l'amitié. Fin : relier les deux plateaux par un fil doré — relationner par plaisir, pas seulement par besoin.

Baptiste

vendredi 10/07 — matin

Source : séance individuelle de clairvoyance du jeudi 09/07 au matin. Structure psychomagique.

LA STRUCTURE À FAIRE

Thème	**L'âme, l'être** — et le positionnement de mon identité par rapport à cela.
À représenter	L'âme · l'être · et où se situe mon identité, mon « je », par rapport à eux.
Les questions	Qu'est-ce que l'âme ? — Comment dialoguer avec l'âme-être ? — Quel état vibratoire me permet d'être connecté ?
Consignes	La vérité rappelée en séance : **on ne peut pas ne pas être âme et être** — la déconnexion n'est qu'une illusion de programme. Et une consigne relationnelle : **travailler avec Kevin**, chacun détenant la solution de l'autre.

COMMENTAIRES — D'OÙ VIENT CETTE STRUCTURE

La priorité exprimée, dans l'ordre donné : se reconnecter à son âme · l'urgence de trouver un modèle économique · l'amour, *« une petite femme bien »* · définir ses jouissances. Le sentiment d'être un peu perdu, que *« tout le monde autour sait sauf moi »*.

Ce que la clairvoyance a vu : exactement le contraire de Kevin — ici, *« je ne sais pas qui je suis »*. Le besoin de connecter l'âme et l'être pour retrouver l'autonomie perdue à la suite d'un gros choc émotionnel : *« c'est ton être, ton âme qui te dit quoi faire. »* Une belle complémentarité en miroir avec Kevin, à qui il manque l'identité quand il lui manque l'âme.

PISTES DE MISE EN FORME — 5 PROPOSITIONS

1. La flamme au centre. Au cœur, une bougie = l'âme, l'être, toujours présent. Autour, un cercle de pierres sombres = les programmes et l'illusion de déconnexion. Retirer une à une les pierres jusqu'à dégager la flamme : je ne peux pas ne pas être âme, la coupure n'était qu'illusion. Fin : entourer la flamme de fleurs.

2. Le dialogue avec l'âme-être. Deux pierres face à face, « moi » et « mon âme ». Entre elles, une coupe d'eau claire = le canal. Poser une question côté « moi », passer côté « âme » pour y répondre — le rôle-allié de Jodorowsky. Fin : tremper les doigts dans l'eau, la connexion rétablie dans le corps.

3. L'empathe qui se remplit d'abord. Une coupe centrale = son cœur d'empathe ; autour, des objets = les autres dont il absorbe les émotions. Remplir d'abord *sa* coupe — fleurs, miel, une pierre dorée — avant de se tourner vers les autres. Le corps apprend : je me nourris avant de donner. Fin : une bougie sur sa coupe pleine.

4. L'état vibratoire retrouvé. Un chemin au sol de la zone « choc, autonomie perdue » — objets renversés, pierre lourde — vers la zone « connecté » — cercle de fleurs, eau, bougie. Avancer lentement en déposant à chaque pas un objet apaisant, jusqu'au point où ça vibre juste. Fin : marquer ce point d'une pierre claire.

5. Le miroir de Kevin. Deux pierres reliées par un fil : la sienne, l'âme et l'absolu, et celle de Kevin, l'identité. Offrir à l'autre ce qui lui manque : une graine d'identité près de sa pierre, une goutte d'absolu près de celle de Kevin. Fin : une fleur sur le fil qui les relie — l'entraide scellée.

Shakti Blue

vendredi 10/07 — après-midi

Source : séance individuelle de clairvoyance du jeudi 09/07 au matin. Structure psychomagique.

LA STRUCTURE À FAIRE

Thème	**Ma sécurité intérieure** — et ma relation à ma famille.
À représenter	La sécurité intérieure · les personnes de ma famille, dont sa fille · et les relations souhaitées avec chacune.
Les questions	Ma relation avec ma famille, comment je m'aligne ? — Ma relation avec le changement ? — Quels sont mes **nouveaux repères**, et comment je les définis ?
Consignes	Le déplacement à opérer : la sécurité fondée sur le foyer familial doit se déplacer **à l'intérieur de soi**. Cette structure est aussi une préparation utile pour le stage de décembre.

COMMENTAIRES — D'OÙ VIENT CETTE STRUCTURE

La priorité exprimée, très concrète : un changement de lieu de vie. Elle doit quitter une maison en indivision avec sa sœur, impossible d'en racheter la part — vécu comme un crève-cœur, avec de la culpabilité. Le lâcher-prise a commencé ; reste la peur de ne jamais retrouver aussi bien : le lieu était un paradis, une grotte, une protection, à cinq minutes de l'océan, avec un jardin.

Ce que la clairvoyance a vu : derrière le lieu, le **besoin de sécurité**, relié aussi aux hommes, fondé sur le foyer familial où sa fille a été élevée. S'ajoutent le départ à la retraite et la perte des repères de travail, la fille qui prend son envol, le caveau familial à lâcher, tout l'arbre généalogique : la sensation que **tout s'effondre en même temps**, la traversée du pont. Écho personnel puissant rappelé en séance : au Pérou, l'expérience de démembrement chamanique où des fourmis dissolvent le corps et le ramènent à la fourmilière.

PISTES DE MISE EN FORME — 5 PROPOSITIONS

1. La maison intérieure. Plutôt que la maison de pierre extérieure, bâtir un petit abri de branches et de mousse autour de sa propre figurine, posé au centre. Autour, des pierres = les murs désormais portés en soi : « ma maison, c'est partout, elle est en moi. » Fin : une bougie à l'intérieur de l'abri.

2. Le pont vers la nouvelle rive. Deux rives de feuilles séparées par un vide — tissu sombre — reliées par un pont de branches. D'un côté les objets du passé, photo de la maison, clés ; de l'autre, une terre nue. Traverser le pont avec sa figurine et déposer une graine sur la rive neuve. Fin : la traversée faite avec douceur, non subie.

3. L'arbre généalogique apaisé. En métagénéalogie : disposer en arbre les figurines de la famille, les ancêtres derrière, la fille devant qui prend son envol — une plume, un oiseau. Desserrer les fils trop tendus — le caveau, la culpabilité — poser une fleur devant chaque ancêtre en gratitude. Fin : bénir la fille qui part.

4. Le caveau libéré. Le caveau familial figuré par une petite boîte fermée avec une pierre grise dessus. L'ouvrir, y déposer un mot de gratitude et du miel pour la lignée, la refermer et planter une fleur vivante sur le couvercle. Fin : la mort transformée en transmission vivante, le devoir devenu paix.

5. Les quatre nouveaux repères. La figurine « moi » sur une pierre d'ancrage. Planter quatre branches aux quatre directions = mes nouveaux repères — le corps, l'être, la joie, le lieu à venir. Coucher les anciens repères effondrés, redresser un à un les quatre nouveaux. Fin : relier le centre aux quatre branches par un fil clair — je tiens debout par moi-même.

Kevin

vendredi 10/07 — après-midi

Source : séance individuelle de clairvoyance du jeudi 09/07 au matin. Structure psychomagique. Cas « fondateur » de la semaine : très dans l'absolu.

LA STRUCTURE À FAIRE

Thème	**Mon identité** — le « je », le moi. Parce que sans « je », impossible de relationner : la relation implique la dualité, moi + toi.
À représenter	Moi · le « je » · le moi · et, autour, les autres et les émotions qu'ils créent.
Les questions	Qu'est-ce que le moi — une définition ? — Qu'est-ce que les autres, du coup ? — Comment les autres me créent des émotions ? — Qu'est-ce que ça me fait, les autres, les relations ? — Comment je suis avec mes émotions ?
Consignes	L'identité est **à construire librement**, sur ses propres plaisirs — elle avait été refusée en rejet des parents. La chérie viendra plus tard, en deux étapes : d'abord amie, intégrée au groupe relationnel, puis chérie. Objectif : rééquilibrer relatif et absolu. Un écrit, un audit, lui sera remis, à la manière d'un Profil Origine.
Fin	Ce qui doit ressortir de la structure : **lui**, autonome et souverain.

COMMENTAIRES — D'OÙ VIENT CETTE STRUCTURE

La priorité exprimée : avoir une chérie, vivre la relation à l'autre.

Ce que la clairvoyance a vu : la racine est ailleurs. Pour des raisons d'enfance, l'identité relative n'a pas été construite — c'était déjà vu l'an dernier. Il est très **dans l'absolu**, autour de 90 %, dans le monde des autres. D'où l'ordre : l'identité d'abord, la relation ensuite. Sa structure est le cas fondateur de la semaine, celui qui a fait émerger la métaphore de l'arbre pour tout le groupe.

PISTES DE MISE EN FORME — 5 PROPOSITIONS

1. Le noyau et les satellites. Au centre, une pierre unique, belle et lourde, cerclée de sable clair : le « je ». Tout autour, à des distances variables, des galets, statuettes et fleurs : les autres. Nommer à voix haute chaque objet-autre et ce que ça me fait. Fin : poser une bougie allumée sur la pierre centrale — le moi existe enfin et rayonne.

2. L'arbre du moi choisi. Planter une branche verticale dans un pot de terre : le tronc de l'identité. Y suspendre par des fils de couleur de petits objets = ses plaisirs et jouissances — une note de musique, une plume, un fruit aimé. L'inconscient voit une identité bâtie sur le désir, non sur le rejet des parents. Fin : arroser la terre, déposer une fleur au pied.

3. Du 90 % absolu au 50/50. Tracer deux zones : une vaste zone « absolu », tissu clair, presque vide, et une petite zone « relatif », objets concrets et colorés. Déplacer un à un des objets de l'absolu vers le relatif jusqu'à équilibrer les deux moitiés. Fin : poser une pierre sur la frontière — le point d'atterrissage trouvé.

4. Le miroir des émotions. Un petit miroir au centre. Autour, des coupelles d'eau : joie, peur, colère, tendresse. Devant le miroir, une figurine = moi face à mes émotions. Toucher chaque eau, nommer l'émotion, revenir au miroir. Fin : un pétale sur chaque eau — j'accueille mes émotions au lieu de les fuir.

5. Le baptême du nom. Le prénom écrit sur une belle carte, posée sur un socle de bois entouré de pierres. Autour, des livres fermés = les définitions héritées. Ouvrir à côté un livre vierge = l'identité à écrire soi-même. Fin : une goutte de miel sur la carte du prénom.

Lilith

vendredi 10/07 — après-midi

Source : séance individuelle de clairvoyance du jeudi 09/07 au matin. Structure psychomagique.

LA STRUCTURE À FAIRE

Thème	**Ce que je veux dans ma vie** — et le concept de priorité.
À représenter	Ce que j'aime et ce que je n'aime pas · ce que je veux et ce que je ne veux plus · où sont mes jouissances · et le **concept même de priorité**.
Les questions	Qu'est-ce qu'une priorité ? — Comment je la définis ? — **Priorité de qui, de quoi ?**
Consignes	Le problème n'est pas le manque d'envies mais leur abondance : *« j'en ai trop. »* Ses **sous-personnalités** — artiste et chanson, écriture, informatique — ont toutes le droit d'exister, comme celles d'Alexandre réunies dans un seul projet. C'est ensuite l'identité qui crée la priorité, probablement l'économie.

COMMENTAIRES — D'OÙ VIENT CETTE STRUCTURE

La priorité exprimée : elle avait prévu de demander « ma chérie », mais a changé d'avis. *« Je ne m'attache à rien »* — une posture d'absolu. Et à la question « qu'est-ce que tu veux dans la vie ? », la réponse : *« je ne sais pas. »*

Ce que la clairvoyance a vu : c'est exactement là qu'est le problème. Rester dans « je ne sais pas », c'est arrêter tout l'univers — les codeurs du réel attendent une déclaration. Elle porte plusieurs sous-personnalités, environ quatre, et aucune n'a à être sacrifiée : il s'agit de les fédérer, pas de les trier.

PISTES DE MISE EN FORME — 5 PROPOSITIONS

1. Le conseil des quatre. Quatre figurines en cercle = ses sous-personnalités, l'artiste, l'écrivaine, l'informaticienne. Au centre, une place vide = « moi qui choisis ». Donner à chacune un objet — elle a le droit d'exister — puis, comme Jodorowsky réunit ses métiers dans un seul projet, les relier toutes par un fil au centre. Fin : une bougie au centre, l'identité qui les fédère.

2. La priorité incarnée. Aligner ses envies, beaucoup d'objets, en une file, puis les classer du plus proche du cœur au plus lointain — le corps tranche là où le mental n'y arrive pas. Poser la première sur une pierre surélevée = ma priorité du moment. Fin : fleurir la priorité, remercier les envies mises en attente, non rejetées.

3. Trop de trésors. Un tas foisonnant d'objets = « j'aime trop de choses ». Au lieu d'en avoir honte, célébrer l'abondance, puis choisir un seul objet à porter au centre — chez Horowitz, le problème devient richesse ordonnée. Fin : disposer les autres en couronne autour du choix central.

4. Ce que j'aime / ce que je n'aime pas. Deux zones ; répartir chaque objet dans « j'aime » — fleurs, couleurs — ou « je n'aime pas » — pierres ternes. Dans la zone « je n'aime pas », en choisir un à transformer avec du miel, un pétale. Le corps apprend que choisir, c'est aussi savoir dire non. Fin : la transformation positive de l'objet rejeté.

5. De l'absolu au choix. Une grande nappe unie = l'absolu où j'aime tout. Y poser un unique cercle de pierres = le relatif, et y faire entrer une seule envie précise à la fois. Message aux codeurs du réel : je passe de « je ne sais pas » à « je veux ceci ». Fin : une bougie dans le cercle du choix.

Structures d'actes psychomagiques · Semaine du 9 au 10 juillet 2026 · Version 1.0 · Anatman — Saint-Nexans
Document recomposé à partir du compte-rendu de la première matinée (retranscription intégrale Deepgram nova-3, 13 616 mots, confiance 99,7 %) et des cinq propositions de structures par participant.
Les pistes de mise en forme sont des amorces — l'inspiration de chaque participant reste souveraine. Chaque acte se termine toujours par un geste d'amour, de beauté ou de réparation.