



# « Réveiller le Rêve »

Voyage Initiatique en Australie – 2027



« C'est par le rêve que l'esprit peut retrouver toute la quintessence informationnelle de son **Grand Rêve**, le réveiller, le faire vivre et se réaliser à travers lui. Là est le travail qui soigne le monde. » *Parole aborigène*

**« Quoi de mieux pour « réveiller son rêve », que de le marcher sur le territoire du Temps du Rêve ? »**

**Pourquoi ce voyage :**

**« Un chemin reçu, un chemin partagé »**

Il y a quelques années, **je suis partie vivre ma propre quête** en Australie, sur le territoire du « Temps du Rêve », là où vivent des communautés aborigènes. Lors de ce voyage, **j'ai eu la chance de rencontrer des êtres d'une grande humanité, accueillants et joyeux**, empreints d'une simplicité rare. Cette expérience a laissé une trace fondatrice en moi, **qui a profondément changé ma vie**.

**Aujourd'hui, nous sommes liées.**

Malgré les nombreuses difficultés auxquelles sont confrontés les peuples aborigènes aujourd'hui, notamment **celles liées à la reconnaissance et à la préservation de leurs droits sur leurs terres ancestrales**, il m'a été donné d'être témoin, **chez eux**, d'une force de vie, d'une dignité et d'une sagesse encore bien **vivantes** et profondément enracinées.

C'est au cœur de cette expérience de mutation que **je suis allée toucher quelque chose de l'ordre de « l'essentiel »**, qui m'a permis de me réaligner avec un mouvement plus vaste, **en lien avec la Terre, le vivant et le chemin de mon âme**.

De là, est né un désir évident : celui d'accompagner, avec justesse et respect, celles et ceux qui souhaitent vivre leur propre quête, et **d'offrir un cadre et une présence permettant à chacune et à chacun de cheminer sur la voie de son Rêve**.

Ce chemin ne se transmet pas comme un savoir ; **il se partage dans l'humilité, l'écoute et un profond respect de ce qui nous dépasse**.

Ce voyage porte un double objectif : soutenir financièrement les communautés locales et contribuer à leur redonner cette fierté si chère au peuple aborigène, **celle de pouvoir subvenir elles-mêmes à leurs besoins, prendre soin de leur terre et faire vivre leur culture**, tout en permettant aux voyageuses et aux voyageurs de nourrir, avec humilité, leur quête et d'être pleinement **transformées** par elle.

*Catherine Susini*

## « Jukurrpa – le Temps du Rêve éternel »

Le concept de ***Dreaming (ou Dreamtime)*** est au cœur de la spiritualité aborigène. Il renvoie au temps de la création, lorsque les êtres ancestraux ont façonné la terre, établi les lois et donné naissance à tous les êtres vivants. **Les rêves prolongent ces forces créatrices et spirituelles** et permettent d'accéder aux savoirs ancestraux, aux guidances et à la relation profonde avec le pays.

**À l'origine**, la Terre était noire, plate et sans vie. Les Esprits, cachés sous terre, se sont réveillés ; **d'autres sont tombés des étoiles** pour créer et ensemençer la vie sur la Terre. Ils ont façonné les reliefs, **s'engouffrant ici dans la terre pour créer un point d'eau, ressortant là pour faire apparaître une montagne**, donnant naissance à toutes les formes animales et végétales.

Ces êtres peuvent changer de forme à volonté, passer d'une apparence humaine à une forme mi-homme mi-animal, et possèdent des capacités extraordinaires : **l'Ancêtre Ver peut voler, l'Ancêtre Poisson peut marcher et parler.**

Les Aborigènes pensent que chaque individu est relié à l'un de ces Esprits ancestraux, qui, avant de se retirer, ont donné leur nom à chaque espèce animale ou végétale à laquelle ils ont donné vie : dingo, kangourou, larve, serpent...

Toutes les formes de la création, des insectes aux étoiles, en passant par les humains, partagent la conscience de posséder une part de la force primitive du Temps du Rêve, et chacune, à sa manière, **reflète une expression de cette force.**



Grâce à leur force spirituelle, les peuples premiers ont su rester profondément enracinés. Ils nous offrent une mémoire vivante et joyeuse du sacré, qui fait si souvent défaut à nos sociétés contemporaines en perte de sens et de repères. Pour ces peuples animistes, « nous ne sommes pas séparés de la nature » : tout être vivant a sa place. Nous faisons partie de cet « univers biologique », au sein duquel toute chose est reliée.

La culture aborigène est considérée comme la plus ancienne civilisation encore vivante de la planète. Colonisés à la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle, les Aborigènes ne représentent aujourd'hui plus que 3 % de la population australienne, laquelle comptait environ 27 227 000 habitants en 2026. Environ 400 tribus vivent actuellement sur le territoire australien.

En relation à la fois charnelle et spirituelle avec la terre, les Aborigènes ont développé une organisation sociale et un mode de pensée complexes, où l'inconscient est valorisé et où l'identité est intimement liée au territoire. Peuple autochtone, ils perpétuent leur culture à travers les récits, les chants, les langues, (plus de 250 langues et 800 dialectes), les danses, l'art, les liens de parenté, les cérémonies et les traditions, ainsi que par la responsabilité quotidienne de prendre soin de leur terre.

Aujourd'hui, notamment dans le Territoire du Nord, les communautés reprennent peu à peu possession de leurs rituels sacrés et de leurs traditions spirituelles. Dès leur plus jeune âge, les enfants réapprennent la langue de leur clan, ainsi que les danses et les chants sacrés, assurant ainsi la transmission vivante de leur héritage culturel.

## Une année avec 5 temps fort (33 jours)

- **Stages préparatoires au voyage 2X4 jrs** – Mars / Mai 2027 - Hautes-Alpes
- **Le voyage en Australie : 18 jours** – Juillet / Août 2027 - Australie
- **2 stages d'intégration après le retour 2X4 jrs** – Octobre / Décembre 2027- Hautes-Alpes

## Le programme du cycle



### Le 1er temps – (Hautes-Alpes) « Féconder sa quête et rêver le rêve »

Se préparer à sa quête est un temps fondateur, essentiel pour ouvrir la voie du Rêve. **Ce premier temps est consacré à la préparation intérieure du voyage** et à la création d'un socle de compréhension.

Il s'agira d'acquérir des repères sur **l'histoire des peuples aborigènes, leur réalité actuelle**, ainsi que sur leur culture et leur cosmologie. Cette immersion progressive permet **d'entrer dans l'univers du Rêve avec respect, conscience et humilité**

**Le rêve** - Depuis la nuit des temps, le rêve occupe une place centrale dans les sociétés humaines. Nous explorerons ses différentes formes, **les rêves nocturnes porteur de messages**, dont les implications peuvent être individuelles, collectives ou liées à la terre elle-même.

Nous apprendrons à distinguer les différents niveaux de rêves, en nous rapprochant de la vision des communautés aborigènes : **les petits rêves, les grands rêves et le Grand Rêve de l'âme.**

*« Les rêves ont une signification spirituelle et culturelle profonde pour les Aborigènes d'Australie. Ils fonctionnent comme un pont entre les royaumes physique et spirituel et constituent un lien vivant avec les ancêtres, la terre et le Rêve. »*

**Les états élargis de conscience** - L'exploration des états élargis ou modifiés de conscience, **par la transe et le voyage chamanique**, ouvre l'accès au Grand Rêve de l'âme, par l'intermédiaire des **Êtres-Rêves**.

« Dans la culture aborigène, retrouver la voie de son rêve est **une médecine de l'âme** : cela permet de retrouver l'harmonie intérieure et de participer, **par sa propre transformation**, à la guérison du monde »

**La créativité** - La créativité occuper une place centrale dans ce cheminement. Peinture, chants, danses et contes sont autant de **langages multidimensionnels** permettant d'entrer en relation avec le rêve et avec le territoire sur lequel nous marcherons le Rêve.

Créer, **c'est féconder son Grand Rêve**.

Créer nous permet **de nous relier à nous-mêmes et à plus grand que nous**.

« L'art chamanique, présent dans toutes les traditions du monde, est une pratique essentielle et vivante. À travers la vision, le rituel, les états de conscience élargis, la création devient un acte de reliance : elle permet de faire descendre dans la matière la vibration de ce qui relie l'artiste à l'invisible.

Elles sont l'expression de ce **langage multidimensionnel** et constituent **un outil thérapeutique puissant**, donnant forme à l'invisible et au rêve.

Ces peintures ne sont pas plates. On peut aller à l'intérieur. Elles donnent accès à une autre dimension et se lisent à plusieurs niveaux »

« **Je suis entrée consciemment dans le rêve ou les ancêtres m'ont montré des couleurs et des motifs** »

**La Gestalt-thérapie** – Tout au long de ce cycle, la gestalt-thérapie soutiendra le processus en cours, accompagnant pas à pas la mise en conscience de ce qui se vit dans l'expérience du rêveur et de sa quête. Elle trouve un écho dans la cosmologie aborigène, où le rêve émerge d'un **champ vivant et relié**, entre corps, émotions, éléments. Dans cet espace, le rêve devient un **lieu de guidance et de rencontre**, un pont entre l'intérieur et le monde vivant.

**Le carnet de voyage** – il vous accompagnera durant tout le processus. **Il recueillera rêves, expériences, chants, contes et créations**, devenant le témoin matériel du processus : visions, enracinements, transformations et évolution du rêve.

## **Le 2e temps – (Australie) « Réveiller le rêve et récolter les graines »**

Poser ses pieds sur ce territoire aborigène, **habité par un Esprit sacré**, est en soi une expérience profondément transformatrice. Dans le silence et la beauté des paysages, **au fil des déambulations quotidiennes**, les états élargis de conscience émergeront naturellement.

Marcher le rêve, **le chanter, le peindre et le créer dans la matière** permettra de le réveiller. Ces pratiques affineront les perceptions : écouter, voir les signes et reconnaître **les synchronicités que murmure l'Esprit de la quête**.

Peindre en pleine forêt, chanter, conter et rencontrer les habitants du territoire feront partie intégrante de cette immersion. **L'expérience de l'interconnexion du vivant** se déploiera en continuité avec le travail initié dans les Hautes-Alpes.

*« La terre est notre livre », disent certains Aborigènes pour traduire cette notion d'une terre comme surface marquée de signes qui sont donc **à déchiffrer comme on lit un écrit** »*

EN OPTION - Pour clore ce temps du voyage, **une expérience unique attend le groupe** : une grande rencontre aborigène en pleine forêt, durant quatre jours. Chaque soir, au coucher du soleil, se tiendront les **Bunggul (danses et cérémonies sacrées)**.

Les femmes-médecine pourront prodiguer des soins. Il sera possible de créer des bijoux à partir de plantes locales, **notamment le pandanus**, de peindre avec les femmes, de danser, d'assister aux concerts du soir et de participer à des temps de partage autour de l'histoire et de la culture aborigène. **Différents clans Yolngu, habitants du territoire, seront présents** pour transmettre leur savoir.

### **Le 3e temps – (Hautes-Alpes) « Intégrer et faire éclore le rêve »**

Après avoir laissé le temps nécessaire pour que l'esprit du voyage se dépose et œuvre en profondeur en chacun **viendra le temps de se retrouver**.

Il s'agira de rassembler toutes les graines rapportées du voyage : rêves, synchronicités, expériences, rencontres et traces signifiantes. **Chaque graine sera explorée afin d'en entendre son chant, sa poésie, le conte et le récit du Grand Rêve qu'elle porte**.

Ce processus permettra **de donner sens, continuité et incarnation** à l'expérience vécue.

Ce temps s'achèvera par une création, **portant la trace incarnée** du Grand Rêve de votre vie et de son chant, témoin du chemin parcouru et de **ce qui est prêt à éclore**.

### ***Quelques repères de la cosmologie aborigène - Voie d'éveil de la conscience***

Les hommes et femmes médecine, chamans, sont des gardiens de l'équilibre spirituel et social. **Ils voyagent dans les mondes invisibles** pour entrer en relation avec leurs alliés : animaux de pouvoir, ancêtres, esprits.

De ces relations, ils reçoivent énergie et connaissance pour **équilibrer, soigner, transformer**, en lien avec les forces de la nature et du Temps du Rêve. **Nous nous appuyerons sur cette sagesse** pour nourrir notre connexion à la nature, au vivant et à la création.



## ***Les 4 Piliers Racines de la médecine aborigène***

**La terre** - Ils pensent en réseau, dans un espace-temps circulaire où les connexions se régénèrent sans cesse. **Ce qui se passe dans le corps se passe dans la chair / Terre.** Coupé de ses racines, l'être humain perd sa stabilité psychique.

Dans cette vision interconnectée, **tout peut devenir soin** : récits, cérémonies, danses, peintures, chants, couleurs, plantes, ancêtres.

**Le rêve** - Un monde parallèle où temps et distance sont abolis. Il relie : **Temps du Rêve éternel – monde onirique – monde temporel.**

Pour les Aborigènes, ces trois dimensions ne font qu'un, **porteuses de la même essence sacrée.**

« Nous pensons que le temps est circulaire et qu'à travers le rêve, notre esprit peut retrouver des connaissances du passé et les faire revivre. »

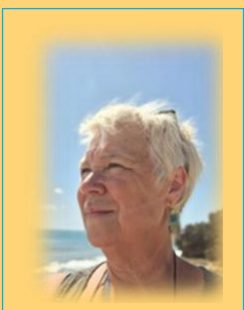
Patricia Mamanyjun Torres

**L'art** - relie le présent au passé et les humains au monde spirituel. **Il régénère le pouvoir des ancêtres. « Une image en dit plus que mille mots. »**

**La médecine aborigène** - C'est l'art de se reconnecter : à nos rêves, à la Terre, aux autres, à nos ancêtres et à nos mythes fondateurs. Ici, **objets et éléments ont une âme**, les songes sont réalité, et l'espace-temps n'a plus de limites.

La parole est marchée, chantée, dansée, peinte. **Le corps, la Terre et l'esprit ne font qu'un.** Le son du didgeridoo, instrument traditionnel, est aussi un outil de soin : **il reconnecte chacun à sa lumière intérieure**, révélant vérité, puissance et mission.

*Ce grand cycle est créé et animé par Catherine SUSINI*



Gestalt-thérapeute, Art-thérapeute des profondeurs, Sophrologue Artiste peintre / sculptrice et Formatrice.

Catherine a enrichi sa pratique à travers différentes approches, notamment le **chamanisme**, auprès de la FSS, fondée par l'anthropologue Michael Harner. Elle a suivi un long cheminement personnel auprès d'une « **femme-médecine.** » Sa recherche l'a également menée vers **l'étude des anciennes traditions** et une rencontre fondamentale avec **les peuples aborigènes d'Australie**, qui a profondément marqué son parcours.

## **Renseignements**

**Tel :** +33 6 61 16 89 11

**Mail :** catsusini@gmail.com

