

Christine LAMOUR

***Confidences
pour
Confidences***

*Les clés de la
Communication Animale*

Copyright © 2017 Christine LAMOUR

Tous droits de reproduction et traduction réservés pour tous pays.

Edition originale

Dépôt légal : mai 2017

ISBN-13 : 979-10 227 8803 8

Site internet : www.kamsara.jimdo.com

Page Facebook : <https://www.facebook.com/christine.lamour.9>

« Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque :
à te regarder, ils s'habitueront ».

René Char, Les Matinaux

MERCI... MERCI... MERCI

Il me semble normal de dire un immense MERCI :

MERCI à l'Univers, « Monsieur Lulu » qui m'accompagne et m'enseigne chaque jour,

MERCI aux enseignants humains qui traversent, ou ont traversé, mon chemin dans cette vie,

MERCI à vous d'avoir acheté ce livre dont les droits d'auteur seront reversés à la cause animale. Avec une attention toute particulière, à l'association « ADADA » située à Ambert (63) qui prend soin de plus de 320 ânes maltraités et à l'association « Les Amis Mots » à Clermont Ferrand qui a vocation à prendre soin des chats...

MERCI aux participants de mes formations et à ceux à venir,

MERCI à Christophe, mon mari qui est mon plus grand fan, et à son côté cartésien qui me permet de rester à ma juste place...

MERCI à mes amis : Josette, Hélène et Ludo qui ont contribué à cette publication par une relecture attentive. A Nath, pour ses conseils en « communication grand public » et à Guy qui a donné de son temps pour aider à cette publication,

MERCI à Agnès Villa pour son joli dessin qui orne la page de couverture,

MERCI à toutes les associations qui m'invitent pour présenter mes conférences,

MERCI à tous mes amis les Animaux qui acceptent de communiquer avec moi et qui donnent tant d'Amour...

Je tiens tout particulièrement à remercier Norette, Belle, Bari, Miss, Troussett, Madame Roméro, Maxime, Mathilde, Cracotte, Fadette, Work, et Geisha bien sûr. Ils ont partagé des chapitres heureux de

ma vie apportant Amour, Joie et bien plus encore.... Ils sont dans mon cœur à jamais.

Aujourd'hui, je suis l'heureuse gardienne d'un petit Isha de la légende de Shanti (Le protecteur de la sérénité) qui me comble de bonheur.

Pour certains lecteurs, c'est le début du chemin, alors que pour d'autres, c'est un pas de plus sur ce chemin. Finalement, peu importe, cela demeure le chemin de la vie pour chacun... Et pour tous, ce sera un travail de patience, de longue haleine, de passion et surtout de très belles expériences pleines d'Amour !

Soyons curieux de tout, C'est le Tout possible. Nous sommes des êtres illimités... et spirituels venus vivre une expérience humaine.

Christine

« On ne voit bien qu'avec le cœur,
l'essentiel est invisible pour les yeux »

Antoine de Saint-Exupéry

Table des matières

MERCI... MERCI... MERCI.....	7
INTRODUCTION.....	17
CHAPITRE 1 : UNE BELLE HISTOIRE.....	23
DEPUIS LA NUIT DES TEMPS.....	24
QU'EST-CE QUE LA COMMUNICATION ANIMALE.....	26
LE SIXIEME SENS DES ANIMAUX	28
POURQUOI COMMUNIQUER AVEC UN ANIMAL	29
CHAPITRE 2 : LES FONDATIONS DE MA PRATIQUE.	33
ANCRAGE ET CENTRAGE	34
<i>Exercice de L'arbre :</i>	34
LA RESPIRATION.....	35
<i>Exercice de la respiration carrée :</i>	36
<i>Exercice de la respiration en accordéon :</i>	36
<i>Exercice de la respiration diaphragmatique :</i>	36
CONSEILS COMPLEMENTAIRES	37
LES QUALITES DE L'ANIMAL	38
QUELQUES EXEMPLES DE QUALITES	40
CHAPITRE 3 : LE CERVEAU.....	41
LES ONDES CEREBRALES HUMAINES.....	42
LES ONDES CEREBRALES DES ANIMAUX	45
LES DEUX HEMISPHERES DU CERVEAU HUMAIN.....	46
COMMENT DEVELOPPER L'HEMISPHERE GAUCHE ?	49

COMMENT DEVELOPPER L'HEMISPHERE DROIT ?	49
<i>Exercice de l'efficacité immédiate</i>	49
<i>Exercice Je trouve des solutions</i>	50
<i>Exercice Je décide</i>	50
<i>Exercice Faire de l'impossible un possible</i>	50
<i>Exercice Mes paroles marquent les esprits</i>	51
<i>Exercice pour aiguïser mes sens</i>	51
LA BRAIN-GYM.....	52
<i>Exercice du cross-crawl</i>	52
<i>Exercice de l'éléphant</i>	52
<i>Exercice du X</i>	53
<i>Exercice du massage des oreilles</i>	53
<i>Exercice des pieds sur terre</i>	54
ÉTAT DE CONSCIENCE MODIFIÉ : L'ÉTAT ALPHA	54
<i>Exercice pour être calme</i>	55
<i>Exercice pour être encore plus calme</i>	56
<i>Dernier exercice du Training Autogène de Schultz</i>	57
<i>Exercice de la descente en état alpha</i>	57
QUELQUES PISTES POUR PASSER EN ONDES ALPHA.....	60
LA METHODE DU CANARD... KESAKO	60
CHAPITRE 4 : L'INTUITION, UN ATOUT POUR MIEUX COMMUNIQUER.....	63
DEFINITION DE L'INTUITION	64
QUESTIONNAIRE : SUIS-JE INTUITIF(VE)	65

L'INTUITION, UN DON UNIVERSEL	68
<i>Exercice J'écoute mon subconscient</i>	69
<i>Exercice Je cultive la mémorisation</i>	69
JE M'AIME ET PRENDS REELLEMENT SOIN DE MOI	70
MA PETITE VOIX	70
QUELQUES CLES INTUITIVES POUR LA COMMUNICATION ANIMALE	71
LES 8 CLES DE BASE POUR DEVELOPPER MON INTUITION	73
MA VIE N'EST PAS LE FRUIT DU HASARD, TOUTES LES REPONSES SONT EN MOI	75
<i>Exercice Ma première rencontre</i>	78
EXERCICES DE BASE POUR DEVELOPPER MON INTUITION	79
<i>Exercice Ma journée matin et soir</i>	79
<i>Exercice de l'enveloppe</i>	80
<i>Exercice du bel inconnu</i>	80
<i>Exercice Le cinéma pour terrain de jeu</i>	80
<i>Exercice Une invitation à ma conscience</i>	81
<i>Exercice Renouer avec mon Moi Supérieur</i>	82
<i>Exercice du jugement au placard</i>	82
L'HUMOUR POUR COMPAGNON	83
CLIN D'ŒIL AU LACHER-PRISE	83
CHAPITRE 5 : LA MEDITATION ET LA RELAXATION	85
LA RELAXATION	86
LA MEDITATION	87
DIVERSES FORMES DE RELAXATION ET DE MEDITATION	89

<i>Exercice de relaxation le premier Nidra</i>	<i>89</i>
<i>Exercice de relaxation le second Nidra.....</i>	<i>90</i>
LA MEDITATION DE MON THEATRE INTERIEUR.....	90
CHAPITRE 6 : LES 7 PRINCIPAUX CHAKRAS.....	97
DEFINITION GENERALE.....	98
PRESENTATION DES 7 CHAKRAS PRINCIPAUX	98
CHAPITRE 7 : DES OUTILS COMPLEMENTAIRES	105
ANCRE OU SIGNE SIGNAL	106
<i>Exercice la Méthodologie de l'ancre</i>	<i>107</i>
AUTO TEST KINESIO	108
CHAPITRE 8 : LA VISUALISATION.....	111
<i>Exercice je visualise ma prochaine communication animale</i>	<i>112</i>
<i>Exercice du citron</i>	<i>114</i>
<i>Exercice la visite de ma maison.....</i>	<i>114</i>
COMMENT DEVELOPPER LA VISUALISATION	115
<i>Exercice de mémorisation</i>	<i>115</i>
<i>Exercice de l'objet en 3D</i>	<i>116</i>
<i>Exercice de l'objet en 3D les yeux ouverts.....</i>	<i>116</i>
<i>Exercice de mon image mentale</i>	<i>116</i>
<i>Exercice d'interaction.....</i>	<i>117</i>
TECHNIQUES DE VISUALISATION CREATIVES	117
<i>Exercice du gaz noir</i>	<i>118</i>
CHAPITRE 9 : MES CINQ CLAIRS	119

LA CLAIRVOYANCE	120
<i>Exercice de l'écran de télévision mental</i>	120
LA CLAIRSENTIENCE	122
<i>Exercice je suis à mon écoute</i>	122
LA CLAIRAUDIENCE	123
<i>Exercice de l'écoute du silence</i>	123
<i>Exercice du coquillage</i>	123
LA CLAIRALIENCE	124
<i>Exercice des petits plats de ma grand-mère</i>	124
LA CLAIRAMBIANCE	124
<i>Exercice de mon mets préféré</i>	124
TEST V-A-K	125
VISUEL, AUDITIF OU KINESTHESIQUE	128
VOICI COMMENT TRAVAILLER MES CINQ SENS	131
DEVELOPPEMENT DES FACULTES VISUELLES	132
DEVELOPPEMENT DES FACULTES AUDITIVES	133
DEVELOPPEMENT DES FACULTES KINESTHESIQUES	134
CHAPITRE 10 : LES CINQ ELEMENTS	137
LES CINQ ELEMENTS	138
L'HOMME EST A L'IMAGE DE L'UNIVERS	139
<i>Exercice : Je fais partie du UN</i>	140
<i>Exercice Le cold reading</i>	141
<i>Exercice : La dissociation</i>	141

MON THEATRE INTERIEUR POUR MA PREMIERE COMMUNICATION ANIMALE	142
CHAPITRE 11 : LES EMOTIONS ET CROYANCES	149
MES EMOTIONS	150
<i>Exercice la satisfaction de mes besoins.....</i>	<i>151</i>
À QUOI SERVENT LES EMOTIONS	152
LE QUOTIENT ÉMOTIONNEL	153
LE CYCLE EMOTIONNEL SE REALISE EN 4 ETAPES	154
<i>Exercice de la tarte cosmique</i>	<i>155</i>
<i>Exercice des VMA et VMD.....</i>	<i>156</i>
UNE VISUALISATION POUR CHAQUE PARTIE DU CERVEAU	157
BATIR LA CONFIANCE.....	158
MES CROYANCES.....	159
<i>Exercice le point sur mes croyances</i>	<i>161</i>
<i>Exercice de la prise de contrôle... ..</i>	<i>161</i>
<i>Exercice je retrouve mes croyances</i>	<i>162</i>
<i>Exercice mon éponge magique</i>	<i>162</i>
RESSOURCES, CROYANCES ET EXPERIENCES	163
CHAPITRE 12 : CALMER MON MENTAL	165
QUELQUES APPROCHES POUR COMPRENDRE LE MENTAL	166
QUELQUES EXERCICES SIMPLES POUR CALMER MON MENTAL.....	169
<i>Exercice de la respiration diaphragmatique pausée</i>	<i>169</i>
<i>Exercice de la pratique de Schultz.....</i>	<i>170</i>
LE LACHER-PRISE	173

<i>Exercice de Méditation « Me centrer dans le hara »</i>	<i>174</i>
<i>Exercice de la montgolfière</i>	<i>175</i>
QUELQUES PISTES POUR LACHER-PRISE	178
CHAPITRE 13 : LA COMMUNICATION ANIMALE	181
LE DEROULE D'UNE COMMUNICATION ANIMALE	182
1 - Ma préparation	182
2 - L'approche de l'animal	183
3 - L'alignement.....	183
4 - La relaxation et l'arrivée dans mon théâtre intérieur.....	183
5 - Les présentations.....	183
6 - La conversation	184
7 - Le Merci et l'au revoir.....	184
8 - Le retour à ma réalité.....	184
9 - La transcription et la restitution au gardien.....	184
10 - Et enfin... ..	185
ADAPTER MON LANGAGE.....	185
LA RESTITUTION.....	186
CHAPITRE 14 : LES DIFFERENTES COMMUNICATIONS AVEC UN ANIMAL.....	187
COMMUNICATION AVEC MON ANIMAL :	188
COMMUNICATION AVEC UN ANIMAL PERDU :	188
COMMUNICATION AVEC UN ANIMAL QUI A DES TROUBLES DE COMPORTEMENT	190
COMMUNICATION AVEC UN ANIMAL SAUVAGE.....	191
COMMUNICATION AVEC UN ANIMAL EN FIN DE VIE	192

COMMUNICATION AVEC UN ANIMAL DECEDE	193
MES PENSE-INTELLIGENTS	197
COMMENT CLARIFIER MES PEURS ET INQUIETUDES	197
<i>Exercice pour développer la confiance.....</i>	<i>198</i>
<i>L'élaboration d'un petit protocole de questions :</i>	<i>198</i>
LES DROITS DES ANIMAUX	199
DECLARATION UNIVERSELLE DES DROITS DE L'ANIMAL.....	199
DECLARATION : LES ANIMAUX ONT CONSCIENCE D'EUX.....	203
CODE ETHIQUE DES COMMUNICATEURS ANIMALIERS.....	206
PETITS CADEAUX POUR MON AME.....	208
CHERCHER ET VOUS TROUVEREZ	208
LES AVEUGLES ET L'ÉLEPHANT	210
LETTRE A MON CORPS	212
L'ÉLEPHANT ENCHAÎNÉ	213
LE PETIT HERISSON QUI NE PIQUAIT PAS DE L'INTÉRIEUR	215
LE MAÎTRE ET LE SCORPION.....	217
RICHE OU PAUVRE	218
L'AIGLE	218
LA COLOMBE	219
PRIÈRE PRONONCÉE PAR LES DÉLÉGUÉS BOUDDHISTES À LA RENCONTRE D'ASSISE DES RESPONSABLES DES GRANDES RELIGIONS, LE 27 OCTOBRE 1986	220
QUELQUES CITATIONS.....	222
À PROPOS DE L'AUTEURE	224
BIBLIOGRAPHIE	227

Introduction



Geisha...

En septembre 2000, je suis devenue la gardienne de Geisha. Une petite pékinoise blanche qui allait m'apporter beaucoup d'Amour et de Bonheur. Ce nouveau siècle offrait quelques tumultes dans ma vie personnelle. Et inévitablement, Geisha et moi allions devenir très complices et fusionnelles.

Après un parcours en énergétique, qui me permettait de vivre de belles expériences avec ma petite chienne, il m'a semblé qu'il me manquait quelque chose, un ou des outils afin de communiquer avec Geisha...

J'ai donc acheté quelques livres sur le sujet. Très vite, j'ai eu envie de participer à un stage de communication animale. Lorsque le bon moment arrive, l'Univers se charge de mettre en place toutes les conditions requises. Anna Evans venait faire six jours de stage en Auvergne... Le programme paraissait alléchant et sans hésitation j'ai suivi cette formation.

Après la formation, j'ai pratiqué de suite. J'utilisais mes contacts en proposant des communications animales. Le plus difficile, pour moi, au début de ma pratique était de converser avec Geisha. Très certainement que, le lien du cœur qui nous unissait toutes les deux, était trop intense pour que je parvienne à obtenir des messages clairs. Le constat était qu'il me manquait encore quelques « clés » pour parvenir à engager une conversation avec tous les animaux, vivants ou non-vivants.

Ce livre est le résultat de toutes mes recherches et expériences. **Une boîte à outils** qui s'est étoffée au fil des formations que je propose. Il est important que chacun puisse trouver les exercices qui lui correspondent. C'est d'ailleurs, pour cela, que vous allez trouver une multitude de possibilités. Sentez-vous à l'aise... Si pour certains sujets, vous estimez avoir suffisamment travaillé, si parvenir à un état de conscience modifié est chose aisée pour vous, alors ne faites pas tous les exercices proposés sur le sujet.

Toutefois, j'ai volontairement mis la communication animale à la fin de ce livre afin que vous puissiez **respecter la chronologie de cette méthode**. Tous les chapitres proposés avant celui de la communication animale sont des préalables indispensables. Chaque étape est importante... Une brindille à la fois, l'oiseau fait son nid !

Cet ouvrage a été conçu pour permettre à tous d'apprendre ce bel outil qu'est la Communication Animale. Vous avez entre les mains tout le programme de la formation avec, en plus, quelques outils supplémentaires. Toutefois, chacun a déjà parcouru une partie de son chemin et nos chemins sont tous bien différents !

Je vous invite à prendre **un cahier spécial pour votre apprentissage**. Vous pourrez y faire vos exercices et prendre vos premiers repères. Je vous souhaite une belle découverte et de très nombreuses communications avec nos amis.

Je vais m'adresser à vous à la première personne du singulier car l'emploi du « JE » facilite l'immersion, la prise en main mais aussi le recul sur soi-même. Cela vous permet de vous approprier plus facilement la lecture et les exercices.

Tout au long de ce livre, j'emploie le mot **Gardien**. Je ne suis pas la maîtresse de mon chien. Avez-vous remarqué les différentes définitions du mot « maître » ? Il est employé dans de nombreux domaines. Par définition, un maître est une personne qui domine un art (peinture, sculpture, musique, spiritualité...) et est susceptible de l'enseigner. Le terme est également utilisé pour désigner un ensemble de rangs ou de statuts dans l'armée, la culture, l'éducation...

Par respect pour l'Animal qui a choisi de partager sa vie avec la mienne, je veux bien prendre le rôle du gardien, celui qui va prendre soin de lui et veiller à son confort et son bien-être en lui donnant beaucoup d'Amour. Ceci est juste mon interprétation et je souhaite la partager avec vous afin que vous ne soyez pas surpris de voir apparaître dans certaines phrases le mot gardien.

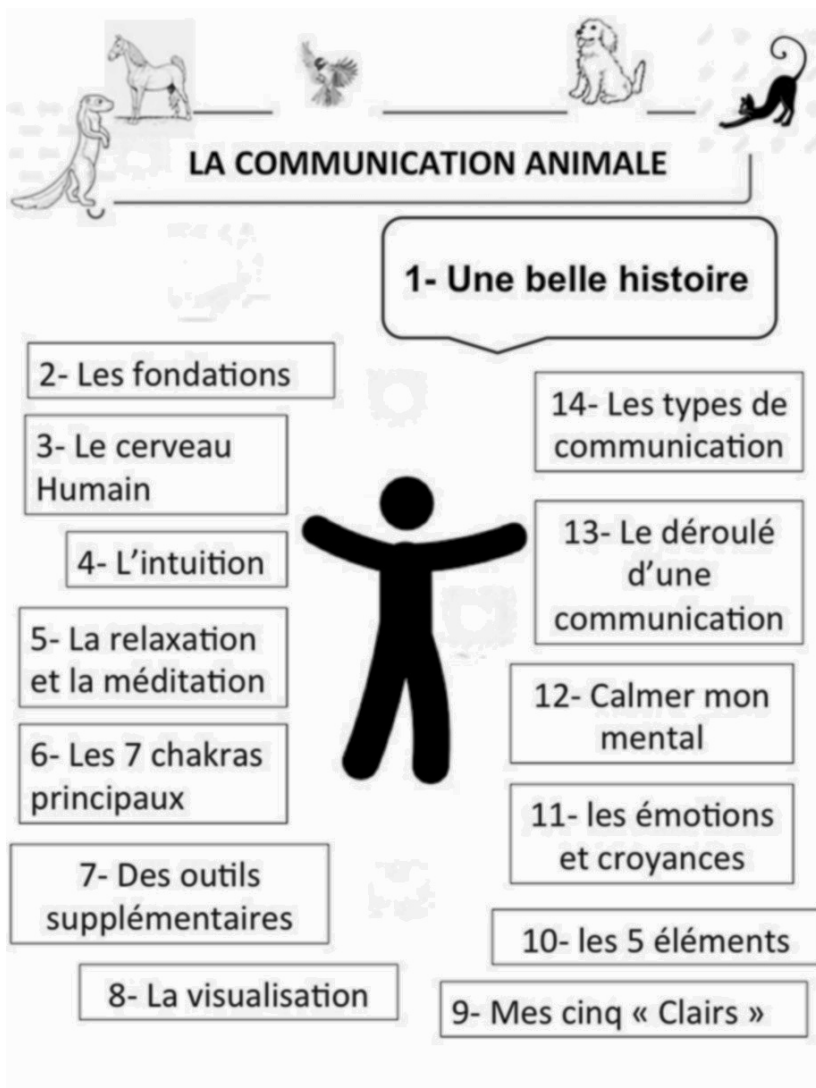
Vous avez peut-être déjà entendu parler de « **communicateur animalier** »... Cette expression est beaucoup employée aux États-Unis et, bien sûr, est parvenue jusqu'en France. Certaines personnes ont fait de la Communication Animale leur métier et ont adopté cette appellation. De mon point de vue, nous sommes tous des communicateurs animaliers dès l'instant où nous aimons notre animal, nous savons ou sentons s'il va bien ou mal... En revanche, même après des années de pratique, je reste toujours à mon humble place et encore plus, lorsque je dois annoncer le décès d'un animal par exemple... N'oublions pas que les Animaux nous donnent également des leçons de vie. Cette technique développe nos qualités

extrasensorielles et, nous ne sommes que des Humains. Le respect et l'empathie sont primordiaux.

Je vous offre de tout mon cœur ce manuel pratique. Je vous donne les clés et vous invite à pousser la porte pour entrer dans le monde fabuleux de la communication animale. Je vous souhaite de belles rencontres avec nos amis les Animaux !

Isha de la légende de Shanti...





Voici le programme... Il est temps maintenant de donner quelques explications pratiques afin que chacun puisse suivre cette formation... Le dessin ci-dessus, représente toutes les étapes que nous allons apprendre. Elles sont bien évidemment classées chronologiquement. Au début de chaque chapitre, une déclinaison du dessin sera proposée comme **fil d'Ariane** et permettra une vision claire et rapide des sujets traités.

Chapitre 1 : Une belle histoire...

