

My healing journey

<https://www.youtube.com/watch?v=tLp5LM18wIU&t=67s>

Je suis originaire de Belgique, mais à la fin de mon adolescence, je m'en suis échappé, je me suis enfuie en France puis je suis allée vers l'ouest. D'abord en Angleterre, puis je suis allé à New York. Je me suis ensuite échappée vers la côte ouest des États-Unis, pour atterrir à Los Angeles. Après quelques années, j'ai commencé à avoir des fourmis dans les jambes et j'ai voulu m'échapper à nouveau et je me suis rendue compte que si j'allais encore plus loin vers l'ouest, je finirais en Extrême-Orient. Le voyage vers l'extérieur, l'évasion, était donc terminé, j'ai compris qu'il fallait que je rentre, que je me confronte à moi-même. J'ai donc entamé un voyage qui a duré 30 ans. Ce fut un voyage absolument épique. J'ai été confrontée à la mort à chaque coin de rue, à de grandes gouffres dans lesquels j'ai dû sauter en sachant que quelque chose de plus grand que mon petit ego était là pour me rattraper.

Parfois, j'ai ressenti la douleur du monde entier, mais après 30 ans, je suis sortie victorieuse, j'ai pu juste être moi-même. J'ai eu la chance d'avoir une idée de ce que cela pouvait signifier. Quand j'étais bébé, j'ai été élevée par une mère psychopathe. Nous sommes tous nés de la même manière, complètement mignons, innocents, doux et nous avons besoin de ce reflet de nous-mêmes en tant que petits êtres humains pour vivre et ce n'est pas ce que me donnait ma mère. Mais une nourrice qui s'occupait de moi me l'a donné et je me souviens très bien qu'elle m'enveloppait contre son corps avec des draps, avant nous tenions toutes nos bêtes devant nous. Elle prenait soin des autres bébés mais elle me tenait et je ressentais ce que c'était que d'être moi. Elle était là pendant les 3 premières années, ma mère m'a ensuite vendue à l'âge de 6 ans à un groupe de psychopathes.

Il s'agissait de psychopathes très bien organisés. Il n'y avait pas que des Belges, il y avait des hommes du monde entier. Et j'ai découvert bien plus tard que beaucoup de ces hommes occupaient des places très en vue sur la scène mondiale. Ils étaient des leaders mondiaux, des politiciens, des dirigeants de pays. Et puis il y avait ceux qui contrôlaient les dirigeants du monde entier, dans ce club. Ils s'adonnaient aux choses les plus sombres que l'on puisse imaginer. J'en ai fait l'expérience et j'en ai été témoin de l'âge de 6 à 11 ans et j'ai été sauvée par quelqu'un de l'intérieur.

Aujourd'hui, je travaille dans les prisons de New York, où je vis et j'ai une organisation qui s'appelle Liberation Prison Yoga. Je peux m'identifier à tout le monde, parce que les personnes incarcérées ont tendance à être traumatisées là où elles se trouvent et elles ont souvent également beaucoup de traumatismes dans leur passé, souvent du même degré de violence auquel j'ai survécu, sans le privilège que j'ai eu de passer 30 ans à me concentrer sur la guérison. Je m'identifie aussi aux personnes qui viennent se former avec moi pour aller dans les prisons avec moi. Lorsque j'ai commencé à partager mon histoire en 2013, à la fin de cette période de 30 ans, j'ai été interviewée et j'ai commencé à parler. Mais aujourd'hui, c'est la première fois que je suis de retour en Europe, pour parler de ça.

Ce que nous créons avec Liberation Prison Yoga, est un exemple de ce que le monde pourrait être. Peut-être comme ici aujourd'hui, où chacun d'entre nous veut vraiment changer le monde pour le meilleur. Nous sommes à l'ère atomique, nous sommes déjà passés aux pratiques spirituelles et la plupart d'entre nous savent que nous ne sommes pas seulement ce corps fini, que nous avons ces voyages intérieurs, et qu'ils sont très réels. Mais d'une manière ou d'une autre, le monde semble plus chaotique et plus sombre que jamais. Alors, qui va gagner, la lumière ou l'obscurité ? La lumière, c'est la conscience. Nous devons donc prendre conscience, prendre conscience de la réalité de l'obscurité, du fait que ce monde est gouverné par des psychopathes et je pense qu'en général, nous ne savons pas vraiment ce que sont les psychopathes et nous ne pouvons pas vraiment les reconnaître. Vous voulez une façon de les reconnaître ? Quelqu'un qui semble trop beau pour être vrai. Que ce soit dans vos relations amoureuses ou en politique, c'est quelqu'un qui joue à être humain et qui donne l'impression que c'est si simple, et qui apparaît généralement comme une meilleure version de nous-mêmes, et nous, avec tous ces sentiments désordonnés, avons envie de l'imiter et d'être plus comme ça. Qu'il s'agisse de célébrités ou de personnes que nous plaçons au sommet de ce modèle pyramidal.

Ce modèle pyramidal est un modèle basé sur les traumatismes. Au sommet se trouvent les psychopathes, les personnes les plus malades et au bas de l'échelle se trouvent les populations vulnérables, les prisonniers, les pauvres. Et au milieu, il y a la plupart d'entre nous qui sommes absolument traumatisés par ce système et qui en même temps, cherchent peut-être à faire le bien dans le monde. La meilleure manière de trouver le monstre, est d'aller à l'intérieur. Je parlais des bébés avant, le psychopathe est une personne qui n'a pas pu faire l'expérience de l'innocence, parce que les personnes qui s'occupaient d'elle projetaient déjà, il n'y a donc pas eu de reflet d'eux-mêmes comme ce petit bébé innocent et mignon, ce qui, en quelque sorte, les a éloignés d'eux-mêmes, parce que c'est les sentiments qui nous rendent humains. C'est le sentiment qui mène à la conscience et c'est mon voyage à travers les sentiments qui m'a rendu de plus en plus consciente de moi-même et par conséquent, un reflet de ce qui se passe à l'extérieur. Je ne pense pas qu'aucun d'entre nous ne s'échappe vraiment, parce que le modèle dans lequel nous vivons rend vraiment impossible pour les parents d'être inconditionnellement présents pour leurs enfants. Et plus l'enfant est jeune, plus tout est question de vie ou de mort. Alors, si le médecin vous dit qu'il faut laisser votre bébé pleurer et de ne pas l'écouter si cela vous semble torturant... cela semble être une torture, parce que le bébé se sent torturé et il est traumatisé à ce moment-là.

Lors de notre voyage vers l'intérieur, le yoga et la méditation sont d'excellentes pratiques pour devenir conscient, pour avoir une perspective différente de nous-mêmes, ce qui est très important, mais nous ne pouvons pas faire cela et contourner la partie sentimentale. Nous subissons tous un peu un lavage de cerveau et pensons que la pensée rationnelle est plus importante que le sentiment, c'est probablement tout aussi important, nous devons les équilibrer. Mais on ne sait pas grand-chose du parcours traumatique d'une personne. Nous ne reconnaissons généralement pas les comportements et nous ne pouvons pas deviner que cela a commencé avec un traumatisme particulier qui peut être lu dans le comportement de quelqu'un, nous pouvons lire dans l'esprit des gens plus facilement parce que nous sommes nous-mêmes passés par un traumatisme après l'autre.

Le traumatisme est donc la peur de la mort, la peur de perdre son corps physique ou le corps d'un être cher. Dans ce moment de peur de la mort, toute l'activité cérébrale se concentre sur le cerveau de survie, qui se trouve juste autour du tronc cérébral, et toutes les autres activités cérébrales s'arrêtent. Que se passe-t-il dans le tronc cérébral ? J'ai passé beaucoup de temps dans cet état. Dans cet état, nous ne sommes pas humains et les psychopathes sans sentiments sont dans cet état tout le temps et ils ont un Cortex par-dessus, pour le cacher. Ainsi, je n'ai jamais vu un abuseur à propos duquel je ne savais pas qu'il n'avait pas lui-même été abusé dans son enfance, parce que, dans mon vrai travail, qui consistait à m'accorder avec l'abuseur et à lui donner ce dont il avait besoin, ce dont il avait vraiment besoin, j'avais cette image du petit garçon, qui était vulnérable, qui s'était rendu vulnérable devant moi, l'enfant esclave sexuel. Cette vulnérabilité était donc totalement contrôlée et si je ne leur avais pas donné ce dont ils avaient vraiment besoin, si j'avais suivi mon impulsion et que j'avais peut-être ri, ou que je m'étais moquée d'eux, ou fait ce qui leur faisait peur, alors j'aurais été tuée et il n'y aurait eu aucun témoin de cette vulnérabilité, de ce sentiment d'humiliation, de la répétition de l'abus, des sentiments liés à l'abus qui sont tous refoulés.

Donc, pour quelqu'un qui n'a pas guéri du tout, la meilleure façon d'évacuer le traumatisme, parce qu'il est là et qu'il doit être évacué, c'est de se mettre dans le même mode, combattre, fuir, se figer, s'effondrer, et dans cet état barbare, primordial, de se mettre en mode combat et d'obtenir cette délivrance temporaire. Nous sommes dans un traumatisme, et nous pouvons combattre, nous pouvons tuer le prédateur, ou nous pouvons courir, alors tout ce que nous avons à faire est de prendre quelques respirations, et le traumatisme sera évacué de notre corps et de notre système d'esprit. Mais en tant qu'enfant, nous nous figeons, et tout est figé.

Ces hommes, dont certains, j'en suis presque sûre, sont les plus diaboliques au monde, ont été comme des parents pour moi. Et certains d'entre eux m'ont apporté des reflets dont j'avais besoin pour mon propre développement émotionnel, je les ai donc aimés.

J'essaie donc de comprendre, car je sais que personne n'est vraiment un monstre, mais bien sûr, les psychopathes se comportent comme des monstres. J'aime les comparer à des dinosaures en costume d'affaires. Ils sont dépassés, parce que nous sommes déjà dans une époque où nous nous éloignons de la matière comme réalité finale et si vous n'avez pas accès aux sentiments, vous êtes relégué au monde de la matière, à vous-même, au corps en tant que dernière personne que vous êtes. Ils sont donc très intéressés par le rajeunissement. Je vous épargnerai les méthodes qu'ils utilisent, mais elles sont très barbares.

Dans mon travail d'aujourd'hui, j'ai l'occasion de faire la même chose que ce qu'on m'a demandé de faire quand j'étais enfant, après avoir traversé les vastes régions, les régions et les régions du monde émotionnel, pour revenir à moi, libre de toute culpabilité et libre de faire tout ce que l'univers m'envoie. Si nous regardons la société pendant un moment, et si nous voulons grimper l'échelle, l'échelle de la société, elle nous dit de ne pas ressentir de traumatisme. Plus vous montez, plus on vous demande de renoncer à vos principes et généralement, il y a un scandale sexuel au cours de l'ascension, que ce soit dans le monde de l'entreprise ou dans le monde du yoga, qui doit être gardé secret et si vous ne voulez pas être discret à ce sujet, vous êtes mis à la porte et vous ne pouvez pas faire partie du club. Tout en haut de l'échelle, bien sûr, se trouvent les personnes les plus traumatisées. Ainsi, lorsqu'un psychopathe tue un bébé, il revit l'histoire du traumatisme qu'il a subi lorsqu'il était un petit bébé et qu'ils se sont sentis mourir. Ils ne le savent pas, mais ils répètent l'histoire de leur traumatisme.

Ce qui est formidable dans le voyage intérieur... c'était complètement invisible, je n'avais que quelques personnes de confiance. Ce qui est formidable, c'est qu'il n'est pas nécessaire de voyager pour le faire. On peut le faire ici et maintenant. Il est difficile d'entendre parler de la réalité de la noirceur du monde parce que cela nous oblige à passer par des sentiments, peut-être, traumatisants. Le choc et l'incrédulité, la colère, l'atterrissage à la réalité et la douleur qui en découle, et peut-être le chagrin, le dégoût. Ce n'est pas facile. Mais j'ai été étonnée de voir à quel point le public est réceptif et je peux vous dire que cela a été un défi de me retrouver ici, en Europe, aujourd'hui, de me sentir écoutée et de m'autoriser à ressentir la guérison. Je vous souhaite donc un bon voyage et puissions-nous tous être victorieux ?