



COMPRENDRE L'INVISIBLE POUR MANAGER AUTREMENT

Le chamanisme en entreprise, partage d'une pionnière

INTERVIEW DE DANIËLLE DE WILDE

Trainer coach et directrice du BAO Elan Vital, institut de coaching

Même si Daniëlle ne se revendique pas chamane corporate, elle a fait entrer des pratiques chamaniques en entreprise il y a vingt ans déjà. D'abord timidement et progressivement, de manière assumée. Durant ma formation de coaching, j'ai assisté à un module sur le chamanisme dispensé par Daniëlle. J'ai alors pu constater à quel point elle est animée de son message. Une expérience que je n'ai jamais oubliée et qui m'a, tout naturellement, donné envie de l'inviter à témoigner dans ce livre.

Comment as-tu introduit le chamanisme en entreprise ?

Dans ma vie ... ça, c'est aussi un aspect chamanique ... les choses me sont un peu tombées dessus. Introduire le chamanisme en entreprise, ce n'est pas quelque chose que j'ai mentalisé.

Ça a démarré, lors de mes interventions collectives au sein des entreprises où je demandais aux gens de sortir de leur costard-cravate et de leurs ensembles Chanel pour venir en tenue sportive. D'emblée, je leur disais de mettre les chaises de côté et de commencer à gonfler des grosses balles. Elles étaient multicolores, il y en avait des rouges, des bleues, ... Je leur expliquais qu'ils étaient alors assis sur une

balle qui symbolisait leur planète. C'était une approche chamanique : celle de se sentir relié au grand tout, en sachant qu'on a sa place dans le monde.

J'utilisais de la musique, les gens bougeaient, respiraient profondément et se reconnectaient à leur corps. On faisait aussi des exercices où ils devaient se toucher et être dans le jeu. Après dix minutes, je voyais qu'il y avait une autre énergie qui s'installait : d'ouverture, de complicité, de solidarité. On entrait alors dans un mode plus réceptif. Et ça, c'est la base de toutes les approches chamaniques.

Et je vais te le dire avec mon vocabulaire : il s'installait une énergie où leur âme se sentait à l'aise et pouvait s'exprimer. Parce que je pense que le chamanisme, c'est aussi reconnecter l'âme au corps. Et qu'est-ce qui reconnecte l'âme au corps ? C'est le souffle.

Pourquoi les entreprises font-elles appel à toi ? Quels problèmes les aides-tu à résoudre grâce à tes pratiques chamaniques ?

Je suis fort sollicitée pour accompagner des équipes dans une approche générative : qu'est-ce qui marche déjà et qui pourrait aller encore mieux. C'est différent du coaching curatif où on fait une intervention spécifique parce que quelque chose ne fonctionne pas dans une équipe ou entre des individus.

J'accompagne aussi beaucoup de personnes qui sont en burn-out, en pré ou en post burn-out. Les entreprises font de plus en plus appel à des coachs pour faire de la prévention. Parce que c'est quoi le burn-out ? C'est la flamme intérieure de la personne qui s'est éteinte. Tu peux donc dire que mes interventions portent sur comment rallumer le feu.

En entreprise, il y a également des comportements qui bloquent la collaboration : la rétention d'information et toutes les luttes intestines. Dans mes interventions, j'aide à les conscientiser et j'amène les personnes à se rappeler qu'elles font partie d'un système commun. Je me base, d'ailleurs, sur l'énergie du groupe pour avancer ensemble. J'ai, bien sûr, un programme mais je n'hésite pas à l'adapter, au cours de l'animation, pour utiliser ce que les personnes apportent.

Les rituels font partie intégrante du chamanisme. Peux-tu me dire comment tu les utilises dans tes interventions en entreprise ?

Pour ce qui est du rituel, y a quatre éléments super importants qu'on retrouve dans toutes les traditions.

Dans les sociétés chamaniques, anciennement, quand quelqu'un avait perdu sa flamme intérieure, il allait voir l'homme ou la femme-médecine qui lui posait quatre questions. Quand as-tu cessé :

- De chanter ?
- De danser ?
- D'être émerveillé par les histoires, et en particulier par la tienne ?
- D'être confortable dans le doux territoire du silence avec toi-même ?

J'ai transposé ces quatre questions en rituels que j'ai amené en entreprise. Je fais **chanter** les gens. J'arrive avec de l'humour, un peu de dérision mais aussi beaucoup de sérieux dans l'approche. Chanter, c'est respirer et s'exprimer. Quand tu t'exprimes, tu mets ton énergie dans le monde. Si on chante ensemble, au niveau énergétique, il y a un rapprochement. Et là, on arrive en plein dans le chamanisme.

Maintenant, tu peux mettre de la musique et faire **danser** les gens. Au début de ma carrière, quand tu parlais de danser, les gens étaient beaucoup plus inhibés. Comme la danse, c'est de la mise en mouvement, je me suis adaptée avec mes balles. Je faisais rebondir les participants à deux, à quatre, à huit, à seize. Ça, c'est aussi de l'énergétique : où ça coince, il faut mettre du mouvement. Où la flamme est basse, il faut mettre de l'air.

Et comment procèdes-tu pour les deux autres rituels ?

Le troisième, c'est d'**être émerveillé par les histoires**. Avant, j'avais la pétoche de dingue mais, maintenant, je vais en entreprise avec mon tambour. Je bats le tambour, je regarde les gens dans les yeux et je dis : je suis Daniëlle De Wilde. Je suis la petite fille et je nomme mes ancêtres jusqu'à mes grands-parents. Et puis, je suis la femme de, je suis la maman de, je suis la grand-mère de.

Et puis, je passe mon tambour à gauche. Et donc, pendant une bonne minute, tu as ton tambour, tu regardes les gens et tu te profiles dans le monde par rapport à qui tu es et par rapport à ta famille.

Ça, ce sont des approches chamaniques : d'où viens-tu ? Dans quoi te situes-tu ? Dans ton système familial, culturel et bien entendu, dans ton entreprise. Mais on est d'abord un individu. Et puis après, on est dans un groupe.

Et puis le dernier rituel, c'est **le silence**. On va dans la nature, on ramasse un objet. C'est ce que font les enfants. Ils ramassent une pierre et ils en parlent. Donc, je fais ça maintenant et les gens sont très friands.

Tu viens de nous donner une série de caractéristiques du chamanisme. Comment le définirais-tu ?

Chaman, ça vient du sibérien. J'ai une formation plutôt de l'Amérique du Sud et pour moi, chaman, ça veut dire maître du feu. Et donc, maître de l'énergie. Dit autrement, c'est quelqu'un qui sait réguler son énergie.

Le chamanisme, c'est se sentir partie intégrante du grand tout. C'est savoir que tu as un corps dont tu dois bien t'occuper mais qu'à un moment donné, inéluctablement, tu auras ton dernier souffle. Personnellement, je m'en fous d'où va cette énergie quand on meurt. L'important c'est plutôt de préserver cette flamme de ton vivant.

Le chamanisme, c'est aussi les quatre éléments. Dans les sociétés traditionnelles, on ne parle pas d'éléments, c'est une adaptation occidentale. Néanmoins, nous sommes composés d'eau, d'air, de feu et de terre.

- Ton corps, c'est la matière. Si tu ne mets pas de matière sur ton feu de bois, il va s'éteindre.
- L'eau, ce sont les émotions. Trop d'émotions éteint ton feu.
- Mettre de l'eau sur du feu, ça donne de la vapeur. C'est l'élément air, l'imagination, la créativité.

Quand tu as tes quatre éléments en équilibre, tu es en équilibre avec le grand tout. Et mes interventions en entreprise, amènent les personnes à faire l'état des lieux de leur énergie à ces quatre niveaux-là.

Qu'est-ce que tu conseillerais à un dirigeant qui est confronté à un déséquilibre dans son entreprise ?

D'abord, il doit voir où c'est déséquilibré. Est-ce que c'est quelque chose de plus physique, mental, émotionnel ou énergétique ? Est-ce qu'il faut un peu plus d'air ou un peu plus de terre ?

Il peut faire un travail de diagnostic à différents niveaux : sur lui, dans son équipe ou à l'échelle de son organisation. Cartographier les choses, ça peut aider à rétablir un certain équilibre.

Je pense que plus une personne est complète, plus elle va œuvrer pour le bien-être commun. Fatalement, ça va rapporter plus au niveau financier, mais pas au détriment de l'humain.