

LES TROIS CHEVEUX D'OR

Parcours de guérison
avec les frères Grimm et Pierre Dhainaut



UN JEU ORIGINAL ET COMPLET

Les Trois cheveux d'or forment un manuel complet de progression psychologique et spirituelle.

Ce livre-jeu de 54 cartes s'appuie sur deux supports complémentaires, d'une qualité exceptionnelle :

- *Le Diable aux trois cheveux d'or*, un conte traditionnel des frères Grimm ;
- 32 brefs poèmes (en forme de haïkus) du poète contemporain Pierre Dhainaut.



*« Ne t'endors pas
sans la foi de l'eau
sous la glace. »*

Pierre Dhainaut, Le Don des souffles

J'ai acquis la conviction qu'on rétablit son équilibre et qu'on accomplit son parcours de vie grâce à deux leviers essentiels :

- La mise en cohérence des différentes ressources que l'on possède ;
- L'aptitude à se laisser porter par le mouvement naturel de la vie.

En tirant une ou plusieurs cartes, vous pourrez repérer :

- Ce qui vous manque à l'instant où vous ressentirez le besoin d'utiliser le jeu : c'est la part active, volontaire du jeu.
- Ce qui vous permettra de réintégrer en douceur le mouvement de votre existence : c'est la part de lâcher-prise.



Ce livre-jeu fait partie des ouvrages qui ont une visée de guérison et de rééquilibrage, de recentrage et de réintégration du cycle de l'existence, en relation avec autrui et l'univers.

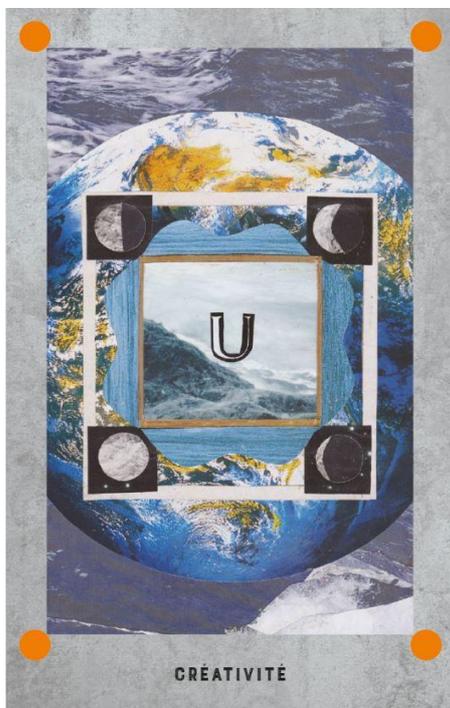
Il invite à revenir à soi et à entrer en action d'une manière concrète. Il s'agit de rétablir son équilibre et de se relancer joyeusement dans le grand Jeu de la Vie.

• Cependant, à la différence d'autres jeux de ce type, il vous propose constamment de passer par une **PRATIQUE CONCRETE**.

Un **grand nombre** d'exercices pratiques vous est proposé : $54 \times 3 = 162$ exercices, sans compter tous les exercices offerts par les différents tirages !

De plus, ces exercices permettent une **véritable progression** parce qu'ils obéissent à un cycle de guérison qui épouse le cours de l'année.

Ces exercices sont orientés vers une **réelle créativité** :



- Créativité de la *visualisation* proposée pour chaque carte.



- Créativité par le *dessin*, le *collage* et l'*écriture*.



Vous aurez donc besoin d'un cahier comportant des feuilles blanches et de matériel créatif, dont la liste vous sera donnée dans le livre.



- Créativité du *quotidien* par la pratique d'ancrage.



En effet, la partie « conte » vous invite à revisiter la banalité de vos gestes quotidiens pour leur donner un sens profond et les accomplir avec un niveau de conscience beaucoup plus élevé que ne l'est le vôtre habituellement. Quant à la partie



« poèmes », elle vous permettra de pratiquer des gestes simples de shiatsu et des mudras.

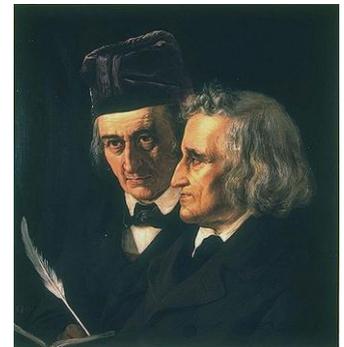
• **Deuxième originalité** : ce jeu s'appuie sur des œuvres littéraires de très grande qualité.

Très peu nombreux sont les jeux fondés sur la littérature. Ici, un des contes de Grimm les plus aboutis et des haïkus composés par le grand poète contemporain Pierre Dhainaut, reconnu au plan national et international, sont les deux belles sources d'inspiration auxquelles s'abreuve *Les Trois cheveux d'or*.

Le conte reflète le déroulement, la durée de notre existence, avec ses souvenirs et ses projets.

« Il était une fois une pauvre femme qui mit au monde un petit garçon à qui, parce qu'il était né coiffé, il fut prédit qu'à quatorze ans il épouserait la fille du roi. »

*Les frères Grimm,
Le diable aux trois cheveux d'or
Traduction de Josette Delecroix*



Les poèmes concernent l'Instant présent, pleinement vécu et toujours renouvelé. Nous pouvons également vivre notre existence de cette manière !

*« Le sens de l'infini,
de l'éphémère,
chaque pas nous délivre. »*

Pierre Dhainaut, Mise en arbre d'échos



● **Troisième originalité** : L'alliance, précise, entre la progression psychologique et la démarche spirituelle. Deux parcours vous sont ainsi présentés.

- *Dans le parcours psychologique, il s'agit pour vous de reconstruire et de consolider votre MOI.*

De la **carte 0** (« **La Chaumière de la chance** », où un enfant naît dans une pauvre chaumière et un oracle lui prédit un mariage avec la fille du roi) à la **carte 10** (« **La Porte d'Argent** », où le héros épouse en effet la princesse.)

Tous les ingrédients psychologiques nécessaires à la construction de l'ego y sont présents : de l'enracinement dans la famille jusqu'au pacte que l'adulte est capable de lier avec l'autre, en passant par les phases de révolte et de désir propres à l'adolescence.

Grâce aux poèmes, vous pourrez aussi explorer un certain nombre de Vertus qui vont vous guider, de la « **Foi** » (**carte A-Z**) à la « **Connivence** » (**carte J**).



- *Dans le parcours spirituel, il s'agit au contraire, d'une certaine manière, de vous « déconstruire » pour vous ouvrir au SOI, c'est-à-dire à votre dimension transpersonnelle.*

De la **carte 11** (« **Le Château** », que le héros va devoir quitter pour descendre aux enfers) à la **carte 21** (« **Le Royaume** », où le héros revient des enfers avec la connaissance spirituelle qui rend service à l'Humanité et lui permet de constituer un Royaume juste.)

Les poèmes vous offriront là encore d'autres Vertus précieuses, de la « **Lucidité** » (**carte K**) à la « **Sincérité** » (**carte T**).

Ce parcours vous permettra d'entrer dans le Royaume d'une conscience plus limpide, par un travail spécifique sur les 7 chakras (notés par des cercles de couleur), à travers les 12 dernières cartes du jeu.



• Enfin, un grand nombre de techniques éprouvées vous sont ici offertes, afin que vous puissiez les utiliser efficacement dans votre vie quotidienne.

En plus des différentes techniques de créativité précisées plus haut, vous pourrez tester le shiatsu (points à pratiquer soi-même), certains mudras, de la vocalisation, de la relaxation, la vision sans tête de Douglas Harding, la méditation active et l'accueil des émotions.

En voici un exemple :



PRATIQUE D'ANCRAGE

Point de shiatsu pour le chakra coronal 20 VG : Point des cent réunions.

Se situe au sommet de la tête.

Appuyez sur le point indiqué. En même temps, concentrez-vous sur le chakra coronal, qui coïncide avec ce point.

Tout en gardant contact avec celui-ci, prenez une longue inspiration, puis expirez en prononçant le son-voyelle « a » aussi longtemps que cela vous est possible, sans forcer. Vous pouvez imaginer que ce son-voyelle sort du sommet de votre tête, à la manière d'un jaillissement d'eau surgissant de l'évent d'un dauphin.

Puis, faites pendant une minute le mudra représenté, qui correspond à ce chakra : placez vos mains devant votre estomac. Laissez les annulaires se diriger vers le haut, les bouts se touchant. Croisez le reste de vos doigts, avec le pouce gauche sous le droit.

Contemplez la lumière de votre propre champ de vision et de conscience, déployé au-dessus de vos épaules.

