PATRICK GHOSSOUB

LE YOGI ROUGE

et la mécanique de l'âme

Éditions Maïa

Découvrez notre catalogue sur :

https://editions-maia.com

Un grand merci à tous les participants de *simply-crowd.com* qui ont permis à ce livre de voir le jour :

… …

Les illustrations ont été réalisées par Pierre Del Aguila
L'aide à la relecture et aux corrections a été réalisée par Paul Vuillemin
© Éditions Maïa
Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en encre, ils sont conçus et imprimés en France.

Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation interdits pour tous pays.
ISBN 979-1-04250-551-6
Dépôt légal : juin 2024

PRÉFACE

Passionné.

Lors de notre rencontre avec Patrick, je découvre un homme passionné de ce que le corps a à lui dévoiler au travers de son métier. Il passe des heures à lire, à pratiquer auprès de ses Pères, à approfondir encore et encore ses perceptions.

Vérité.

Toutes ces années, au travers du toucher thérapeutique, il cherche ce qu'il y a au-delà de ce corps physique, au-delà de ce qui se touche, au-delà du dehors visible. Il chemine vers un dedans toujours plus profond pour découvrir ce qui se cache au-delà de ce que l'on nomme « Moi ».

Dévotion et Rigueur.

C'est au travers du Yoga et de la méditation, en pratiquant encore et encore chaque jour pendant des heures, qu'il découvre les bas-fonds de son propre « Moi », observant son obscurité et sa lumière, lui permettant de voir en Conscience et en Vérité ce qui s'éclipse trop souvent au fond de nous.

Humilité.

Il accompagne ses patients et ses étudiants dont je fais partie et les aide à décortiquer toutes les dures feuilles de ce corps « artichaut » pour en découvrir un cœur si doux au toucher et délicieux à goûter.

Ce livre utilise la psychologie pour toucher nos âmes. Il vous guidera, comme il m'a guidé, pour révéler ce qui se

cache au fond de votre « Moi », derrière ces nuages qui le constituent pour en laisser passer les rayons du soleil et enfin vous rencontrer.

En tournant cette page, au travers de ses mots, le livre entre vos mains, le travail commence déjà.

Nora Ghossoub
Kinésithérapeute D.E.
Professeur de Yoga
Maman de 4 merveilles
Épouse amoureuse de Patiou

MON CHEMIN JUSQU'À VOUS

Je suis né à Saint-Jean-de-Luz au Pays basque en 1981, d'une mère aimante et d'un père raisonné. Ma grande sœur est une joie et mon grand frère, une force. Ce pays et ses Basques sont mes amis et ma chance. Je n'en ai pas conscience à cette époque, mais nous sommes imprégnés de la puissance vivante de cet océan Atlantique qui infiltre tout le caractère de la région. Maman me fait le catéchisme et papa est médecin généraliste. Voilà mes deux premiers piliers, mes deux premières forces, mes deux premiers hémisphères cérébraux. Je ne ferai toute ma vie que construire et harmoniser, approfondir et sublimer ce couple d'amour et de raison, à l'intérieur de moi.

Diplômé en kinésithérapie depuis 2006, je ne suis pas satisfait de moi. J'ai besoin de mieux comprendre et de mieux soigner mes patients. La vie place sur mon chemin des professionnels qui m'inspirent et me fascinent. Je les suis. J'effectue une formation en thérapie manuelle et d'autres inspirations me prendront par la main. Diplômé depuis 2012 en ostéopathie, je cherche à comprendre de plus en plus profondément mes patients et m'intéresse de près à la médecine traditionnelle chinoise et au fondement énergétique du yoga. Des questions restent en suspens pour comprendre et aider mes patients. Je plonge dans la pratique du yoga, du pranayama et de la méditation depuis 2008. Cela développe chez moi une nouvelle forme de connaissance, une connaissance directe, une connaissance ressentie. Mes perceptions grandissent et ma conscience s'approfondit. La grâce me frappe en 2012

pendant une méditation utilisant mes connaissances ostéopathiques et visant à libérer mes blocages.

En affrontant ma plus grande peur, c'est tout mon être qui explose. Sur l'instant, je meurs. Une seconde plus tard, je vois enfin le réel. Je n'ai pas explosé. Je ne suis pas mort. C'est mon « moi » qui a explosé. C'est mon ego qui est mort. Je suis projeté au-delà de ce que je prenais pour moi, libéré d'une illusion de vie. Nous sommes infiniment plus vastes que nos vies. Cette vie n'est qu'une infime part de nous. J'étais asthmatique depuis l'enfance. En « revenant à moi », je n'ai jamais aussi bien respiré de ma vie. L'asthme a disparu. La révélation, à un niveau personnel, est de taille. Mais mon but est d'utiliser cette Vérité dans le quotidien et la pratique pour aider, pour soigner, pour guider. Ayant étudié le corps, ayant étudié l'énergie, il me manque des connaissances pour comprendre ce qui m'est arrivé et pour l'utiliser à bon escient. Cet éveil me permet de comprendre le fondement du toucher thérapeutique et le livre de « la résilience tissulaire » est édité en 2016.

C'est un nouveau point de départ. Les mystères de la souffrance et du bonheur, les mystères de l'esprit et de la conscience, les mystères du mental et de l'individualité composent mon prochain voyage. L'étude de l'esprit doit compléter mon savoir. Je me tourne vers le yoga de l'esprit et de la connaissance (jnana yoga), étudie les textes fondamentaux, plonge dans les savoirs mystiques et étudie avec assiduité l'ésotérisme raisonné (science de l'intérieur) et sa psychologie de l'âme. Comprendre le fonctionnement de l'être humain est une quête. Comprendre le fonctionnement de la vie et de la matière devient indispensable. Toutes ces connaissances et ces pratiques comblent le manque existant entre le sommet de mon éveil et le Patrick quotidien et m'amènent au grand Éveil à La Conscience, en plus de me donner les clefs et les chemins pour y accéder. Ça y est, je suis entier, de mes fondements à mon sommet. Ça y est, je comprends mes patients, mes amis et la vie. Ça y est, il est temps de vous livrer mes conclusions.

MERCI

J'ai eu la chance de naître. J'ai eu la chance de respirer. J'ai eu la chance de vous rencontrer. J'ai la chance de vous écrire. La vie est une grâce qui échappe, à jamais, à notre entendement.

Il y a un peu de chacun de vous en moi et quel trésor se révèle, quels voyages nous faisons. À y regarder de plus près, nous ne pouvons pas être certains d'exister en tant qu'individus séparés. Ce dont nous sommes sûrs, c'est d'exister et ce sentiment d'existence nous inclut toutes et tous. Le « moi » n'est pas une certitude. Il est une idée. Le « nous » est une expérience palpable, une expérience consciente.

Les instants d'hier et leurs rencontres ne suffisent pas à créer celui que je suis aujourd'hui. Ce qui n'est pas encore et qui m'inspire, ceux qui arrivent et qui m'aspirent me guident dans ma construction. Je voudrais les remercier par avance, sachant déjà que les rencontres et les chemins seront fabuleux.

Je déambule ainsi, un pied dans l'hier, un pied dans l'après et le cœur dans le présent.

Ce sont vos questions qui ont créé l'enseignement du yoga rouge. C'est vos attentes qui ont suscité la mise en place des réflexions et qui ont dynamisé l'expression d'un savoir qui restait en attente de besoins, en attente d'envies, en attente de vous, en attente de nous.

Ce sont vos envies qui ont incarné ces mots et par ces mots, nous répondons toutes et tous à une attente commune, à un besoin humain, à une nécessité momentanée.

Cet enseignement est le cœur de ce livre. Il est la réponse à vos questions et la réponse à une époque. Notre époque, vous me l'avez montré, manque de globalité et de vérité, de conscience et de puissance spirituelle, de sens et d'engagement. Ce livre se veut complet, du corps à l'esprit, de l'émotion à la pensée, de l'individu à dieu. C'est l'époque qui lui impose cette structure. Il n'est plus l'heure de séparer la tête et le corps, de dissocier le cœur et l'âme. Il est temps de réunir. Il est temps d'unifier. Il est temps d'intégrer. Il est temps d'équilibrer et d'harmoniser. Il est temps de comprendre que corps, cœur et tête ne font qu'un. Il est aussi temps de comprendre que « moi » et le monde ne font qu'un, que le « nous » doit primer et que la planète est notre chair commune.

Je vous remercie du fond du cœur de m'avoir posé toutes ces questions. Je vous remercie du fond de l'âme de m'avoir sollicité. Je vous remercie du fond de ma chair de me faire naître chaque jour.

Je ne peux passer une seconde à côté d'elle sans que l'odeur de son âme ne fascine les sens de mon âme. Je suis devenu un homme pour elle. De mon amour fou envers elle, elle m'a offert une famille, un foyer, une vie. Elle est mon souffle et mon trésor. Non contente de me soutenir avec force et patience depuis quatorze années alors que je lui imposais tant de changements et tant de renversements, elle a porté et écouté chacun des mots que j'ai posés sur ce papier pour les valider de son amour sage et puissant. Si tous ces mots sont pour l'humanité et vous tous, ils le sont avant tout pour elle, ma femme, mon amie, ma chair, ma lumière, Nora.

J'aimerais que ces mots vous portent, vous guident, vous aiment, vous soignent. Ils sont les réponses à vos questions, les chemins qui peuvent vous sortir de la souffrance et de l'inconscience et vous mener au Bonheur et à l'extase d'être en vie.