

Qui êtes-vous Norbert Garau ?

D'où vient cette passion d'explorer la Conscience ?

Parlez-nous de votre enfance

Je suis né au mois de novembre 1956 à Perpignan, de la petite enfance je garde le souvenir des hautes montagnes de l'Ariège, et des troupeaux de chevaux Mérens en liberté, le souvenir de l'air pur vivifiant, des grands espaces, de l'impact puissant de la nature sauvage sur l'enfant que j'étais.

Le souvenir de la présence de mes parents, mon père, qui chantait Charles Trenet dans son costume bleu foncé, liserai rouge, revolver à la ceinture, képi à la main ; ma mère brune comme une corneille ornée d'un ruban rouge, qui parlait avec ses yeux « revolver »..

Et ma grand-mère maternelle, Marthe qui près du feu, tétant sa langue, me dévoilait les mystères de la vie, au travers de contes, de chansons catalanes et en faisant aussi parler les cartes. Avec mon grand-père François ils habillaient les défunts du village, elle enlevait le feu du soleil.

Je me présentais comme un enfant turbulent, un « phénomène » comme disait ma mère en parlant de moi.

Dès les premiers moments de ma vie j'avais le goût d'explorer sans cesse de nouveaux terrains de jeux, et je cherchais sans cesse à les agrandir en dépassant encore et encore les limites qu'on tentait de me fixer. Pour m'échapper je regardais à la télévision au nom de la loi J Randal, Thierry la fronde, Robin des bois...Bonanza, Zorro... les Apaches, Sioux, Comanches peuplaient mes rêves éveillés et endormis,

Sur les bancs de l'école j'étais agité, contradictoire ou alors rêveur, romantique, à la fois tendre et dur, dans la cour bagarreur, séducteur, défiant, mais aussi timide, peureux ; Le portrait craché (ce que je faisais outrageusement) d'un «petit merdeux» et aussi celui d'un «saint ange», je restais un élève moyen alors que partout ailleurs c'est l'extrême que je cherchais, le «passage secret» pour l'explorateur, le «découvreur» qui au plus profond de moi demandait à vivre. »

Et au moment de l'adolescence ?

Des limites à ma soif de vivre je n'en voulais pas, je voulais découvrir le monde comme je l'entendais, de mes propres yeux et pas avec les yeux des autres. J'ai toujours préféré prendre les sentiers sauvages pour tenter d'échapper à la « domestication » de mon esprit.

Ces limites, je continuais de les franchir pendant l'adolescence que je traversais sur le « fil du rasoir», en cherchant toujours de nouveaux moyens pour transcender un conditionnement éducatif et social qui étouffait ma créativité, mon individualité, j'avais cette impression «qu'on voulait me noyer dans la nébuleuse d'un «collectif soumis à quelque dictateur d'une conscience voilée» ; ce qui ne fit que renforcer ma détermination à vivre ma vie comme je l'entendais. Une vie que j'entrevois, parfois, comme une immense richesse de possibles avec un profond sentiment de gratitude.

Mon positionnement de rebelle et d'explorateur, ma soif de connaissance, ma quête de « sens», se traduisaient par un questionnement et une remise en question permanente faites d'expériences diverses, Bob Marley, Johnny Halliday, Pink Floyd, John Lennon, furent mes premiers guides...le judo, le rugby, la boxe française , les conquêtes féminines des espaces de confrontation avec moi-même et avec les autres demandait à vivre. »



Où vous a conduit ce parcours ?

A l'âge adulte cette soif de vivre, de vivre pleinement me conduisit d'abord vers diverses pratiques et enseignements traitant de la conscience, de la maîtrise de l'attention, de la nature de l'esprit, du mental, de la biologie, de la relation de l'homme avec l'univers, de la transmission de la connaissance et de l'existence de Dieu.

Je me formais à de nombreux courants de développement personnel et de l'accompagnement de personne et je commençais la pratique du yoga, de l'aïkido et de la Sophrologie.

Consultant et formateur j'ai enseigné une large gamme de programmes de développement personnel et organisationnel. Je proposais de nouvelles stratégies, de nouveaux outils et des méthodologies nouvelles pour accompagner l'homme dans son projet de vie.

Comment vous présentez vous aujourd'hui ?

Avec ces années de pratique du Yoga, d'Aïkido, de la méditation, de Sophrologie et de diverses expériences, Des séjours au Népal, Pérou, Bolivie, Guatemala, Québec et au Mexique m'ont permis d'approcher d'autres cultures, d'autres points de vue, d'autres façon d'accéder à différents plans de conscience.

Je me suis d'abord présenté comme un «Passeur» (mon père était douanier et j'ai été contrebandier!) le passeur est à la fois celui qui transmet et celui qui vous passer d'un lieu à un autre, d'une conscience à une autre conscience.

L'égo spirituel était né !

Je suis un peu redescendu depuis, aujourd'hui je me présente comme un accompagnateur, un transmetteur.

La conscience est mon terrain de jeu et de discipline. Le terrain que je connais le mieux, et en même temps, où il me reste tant à défricher et à découvrir, !

A 67ans, mon en-vie de vivre est toujours aussi intense, passionné aujourd'hui par la phénoménologie, la physique quantique, les neurosciences et le chamanisme amérindien,

je continue de transmettre, d'amener des groupes et des individus à trouver les ressources pour voir et agir au-delà de leurs frontières, de leurs limites, d'ouvrir la voie du champ des possibles, de la multidimensionnalité.

Quelles sont vos conclusions ? Qu'avez-vous appris ?

Quelles conclusions après ces années de « quête » ? Le moment de la conclusion n'est pas venu.

Le fait de conclure, rétrécit le champ d'investigation de la conscience, fige telle ou telle réalité, tel ou tel point de vue.

Observer, constater, laisser venir et se laisser surprendre, plutôt que d'anticiper, c'est témoigner d'une conscience fluide, d'une attention libre. C'est une attitude qui me semble plus juste et qui me permet de me mouvoir dans le « flux de la vie » avec la sensation d'être « porté », « inspiré », « animé » par une vie transmise depuis des millions d'années et pourquoi pas beaucoup plus !!!

Ce-que j'ai appris ? C'est que je suis un apprenti, un débutant, j'aime m'émerveiller et m'étonner devant la vie sous toutes ses formes.

Y a t il un but ? Une mission ? Pour chacun d'entre nous ?

« Pour tout homme il existe une parfaite expression de soi. Il y a une place qui est la sienne et que personne d'autre ne peut occuper à sa place. Il y a quelque chose qu'il peut faire et qui ne peut être fait que par lui :C'est ce qu'on appelle communément "sa destinée". » Ce que Paulo Coelho appelle la légende personnelle.

« L'appel, le plus élevé de l'homme pourrait bien être de retrouver son centre, son unicité, d'exprimer sa nature profonde.

Il est possible que l'homme n'en ait pas la moindre idée et pourtant, profondément caché en lui, il pourrait bien y avoir un merveilleux Trésor, une terre promise !

Un conseil, une indication pour ceux qui cherchent ?

Ah ! Un conseil, une indication, oui, ouvrez-vous à votre intuition, à vos ressources biologiques, à votre intelligence profonde, à la Mère nature, à «Celui qui, en vous, sait ce qui est juste pour vous».

A chacun son chemin, tous les chemins mènent à Soi, à l'Univers.

« Écoute, observe, sens ce qui est juste et agit en accord avec qui tu es et avec l'univers. »

Le mot de la fin ?

Ce sera celui de l'ouverture !

Que la joie vive dans toutes les dimensions de votre être ! Puisse -t -elle se propager dans le champ de tous vos possibles. »

Propos extrait de la préface de l'ouvrage « Le roseau dans le vent ». À paraître