

Le Chamanisme

Le chamanisme est avant tout une manière de vivre en harmonie avec la nature.

C'est la plus ancienne méthode permettant d'utiliser les états de conscience modifiés pour trouver des solutions à des problèmes et pour soigner. Les chamans furent les premiers guérisseurs; ils étaient tout à la fois conseillers spirituels, sages et visionnaires.

Beaucoup trouvent dans le chamanisme, notamment dans son lien étroit avec la nature et sa vision du monde, un réconfort qui leur permet de mieux vivre et de trouver leur équilibre.

L'expression "**chaman**" vient de Sibérie et désigne une personne qui agit en tant que guérisseur et guide spirituel. Sa technique principale consiste à se lier avec les énergies de l'Univers à travers des méthodes de méditation ou de transe connues sous le nom de «voyage chamanique». Cet état de conscience modifié permet de contacter l'invisible, l'essence spirituelle. Des rituels aident à bien intégrer dans notre réalité de tous les jours l'énergie ainsi contactée.

Le voyage chamanique

Le chaman voyage dans le monde de la réalité non ordinaire et contacte l'énergie spirituelle qui se montre à lui sous forme de guides, d'esprits de la nature. Ce monde nous est familier par les contes de fées ou par les rêves.

L'état de conscience modifié nécessaire pour effectuer un voyage chamanique est généralement atteint à l'aide du son d'un tambour frappé à un rythme régulier.

La transe extatique obtenue à l'aide de danses, de sons et de litanies est le mode le plus répandu dans le Grand Nord (Sibérie, Amérique du Nord) tandis que les plantes hallucinogènes sont surtout utilisées par les peuples des pays chauds. Il s'agit de l'absorption d'une préparation d'origine végétale appelée *ayahuasca* en langue quechua.

Ce breuvage traditionnellement utilisé par presque toutes les ethnies de Haute Amazonie est issu de la décoction prolongée de deux plantes différentes: la liane de *Banisteriopsis caapi* et les feuilles de l'arbuste *Psychotria viridis*. Le mélange de couleur marron et fortement amer contient de nombreux alcaloïdes psychotropes qui agissent de manière synergique.

Pour eux, l'*ayahuasca* leur ouvre des portes d'une

réalité «plus solide» ou «plus complète» que celle que nous laisse entrevoir nos sens à l'ordinaire.

Dans les traditions anciennes, on croit que si le corps souffre, c'est l'âme qui a besoin d'aide. Toujours selon ces traditions, quand on subit des événements difficiles, l'âme en est affectée. On considère qu'il y a une partie de l'âme qui se perd. Souvent, on perd même le souvenir de telles expériences. Le praticien entreprend alors un voyage dans un monde parallèle pour y rechercher l'essence de cette énergie perdue. Il la rend ensuite à la personne, qui pourra faire un travail d'intégration afin de se la réapproprier. Cette technique est particulièrement efficace en cas de traumatismes tels que chocs ou abus sexuels dans l'enfance. Elle peut également être bénéfique en cas de problèmes relationnels où les énergies de plusieurs âmes se mêlent.

Le travail chamanique n'est pas facile à expliquer car il favorise le contact avec les énergies invisibles.

Le chamanisme est à n'en point douter l'héritier légitime de cette façon ancestrale de penser le monde. Il se propose de plonger au-delà de nos sens à la recherche de cette autre partie du monde qui nous échappe. Voyages hallucinatoires, trances extatiques, envoûtements, c'est dans une sorte de «réalité profonde» que se meuvent les chamans.

Alliance des hommes avec la nature, alliance des hommes entre eux, la voie spirituelle des chamans, grâce à son caractère profondément holistique s'exprime au sein d'une troisième alliance essentielle, celle de l'esprit et de l'âme avec le corps. Car si le chamanisme s'emploie à insérer l'homme dans son milieu puis à cimenter le lien social, il ne s'exprime pleinement que dans un secteur touchant l'individu au plus profond de son être: la santé.

Le concept chamanique de la maladie se retrouve pratiquement à l'identique chez tous les peuples de la nature. Il est d'ailleurs une synthèse de leur spiritualité: un corps tombe malade lorsque les relations qu'il entretient avec l'esprit (ou l'âme), les autres hommes et/ou l'univers relèvent d'un déséquilibre. Autrement dit, la maladie survient lorsque les actes d'un homme sont en désaccord avec ses sentiments ou ses pensées, ou bien lorsqu'il rompt l'harmonie des relations avec ses semblables ou encore lorsqu'il déroge à l'équilibre des forces de l'univers ■

Norma Petitjean