chapitre ○○○ 1

Initiation au chamanisme

Lors du séminaire que Michael Harner donnait juste après le congrès de Davos, je me trouvais avec une soixantaine de personnes de tous âges et de tous styles, assiss en cercle par terre dans une salle du Palais des congrès. Prenant son tambour dans la main gauche et un court bâton rembourré et recouvert de cuir à son extrémité dans la main droite, Michael se mit à frapper d'une manière régulière en nous invitant à observer l'effet de ce rythme sur notre corps et notre cerveau. Presque instantanément, je ressentis un grand calme qui m'envahissait, une disparition des pensées relatives à la vie quotidienne (du genre : « Quelle heure est-il ? Quel jour sommes-nous ? Ai-je pensé à fermer le gaz en partant de chez moi ? ») et j'eus l'impression que les autres participants vivaient la même expérience. Harner nous dit en riant :

– Bienvenue dans le monde des chamanes ! Pour y entrer, vous êtes simplement priés de laisser votre stress au vestiaire, de vous détendre, de relaxer tous vos muscles et d'oser vous amuser à rêver, imaginer, jouer avec les images et les perceptions de votre cerveau droit, comme un enfant qui s'amuse, comme un dauphin qui nage ou un oiseau qui vole. Le monde des chamanes n'est pas un monde sérieux, c'est un monde de gaieté, de facéties, de jeu et d'émerveillement constant. N'est-ce pas une bonne nouvelle ?

Et il se remit à rire… J'étais séduit. Enfin un professeur qui rit plus qu'il ne parle, qui s'amuse constamment et nous invite à faire comme lui, qui voit le monde comme un lieu merveilleux et magique dans lequel nous sommes des enfants chéris de la Mère Terrestre et du Père Céleste. J'avais rêvé d'un professeur de ce genre pendant toute mon enfance, toute mon adolescence et pendant toutes mes études universitaires, soit pendant dix-huit ans au total, dix-huit ans de travail intellectuel sérieux, d'examens à réussir, de stress et de compétitions sans fin ! Enfin sortir des carcans du cerveau gauche pour apprendre, en jouant, à retrouver son âme d'enfant afin de voyager en toute liberté hors de la réalité ordinaire. Enfin redevenir un être joyeux et émerveillé ! Je poussai un profond soupir de soulagement et écoutai passionnément Harner qui annonçait :

– Nous allons maintenant partir à la rencontre de votre animal de pouvoir, cet animal magique qui vous donne sa vitalité.

L'animal de pouvoir

– Pour les Amérindiens, continua Michael Harner, il est impossible de souffrir d'une maladie, quelle qu'elle soit, tant que votre animal de pouvoir collabore avec vous. Mais si vous vivez d'une manière trop malsaine, sans respecter votre « nature animale », si vous êtes trop sédentaires, si vous mangez trop, si vous ne laissez jamais s'exprimer vos émotions en dansant, en chantant ou en riant, si vous êtes constamment coincés dans le travail, le stress et l'obsession de votre compte en banque, alors l'animal de pouvoir peut s'ennuyer en votre compagnie et s'en aller. C'est alors que vous tombez malade !

Et Michael d'éclater à nouveau d'un rire inextinguible, comme si la maladie était une farce gigantesque, une comédie hilarante, un gag sorti tout droit des films comiques de l'âge d'or du cinéma muet !

– Le rôle du chamane que vous allez consulter, poursuivit-il, est d'aller dans votre monde intérieur pour convaincre votre animal de pouvoir de revenir. S'il y parvient, vous recouvrez la santé comme par miracle. Le chamane vous donnera ensuite des consignes pour mieux vivre, ne serait-ce qu'en commençant désormais vos journées en dansant quelques minutes pour honorer l'animal en vous, dans une danse qui imite les mouvements et les sons de votre « animal totem ». Cela correspond à une façon de se mettre en route plus saine, plus écologique et respectueuse de votre corps que d'allumer une cigarette, de boire un café ou d'avaler trois œufs au bacon !

Mais plutôt que de vous envoyer chez un chamane pour trouver votre animal de pouvoir, je vais vous enseigner comment aller le rencontrer vous-mêmes. Sachez que les peuples chamaniques distinguent trois mondes : un monde matériel, celui de la réalité ordinaire, et deux mondes immatériels, le monde d'en-bas, où l'on va trouver l'animal de pouvoir, et le monde d'en-haut, où l'on va rencontrer ses ancêtres et parents déjà partis dans les mondes de lumière ainsi que les anges et guides spirituels. Ceux-ci, depuis l'origine de la création, soutiennent les êtres humains, les êtres animaux, les êtres végétaux et les êtres minéraux sur leur chemin de croissance spirituelle. D'ailleurs, ce magnifique concept de considérer les minéraux, les végétaux, les animaux et les humains comme des peuples composés d'êtres qui cohabitent sur le planète-école Terre se retrouve chez les tous les peuples chamaniques. Les membres de ces sociétés respectent la vie de tous les êtres vivants et ne se permettent jamais de prendre inutilement une vie, fusse celle d'une plante ou d'une pierre ! Vous voyez à quel point les civilisés que nous pensons être sont, en fait, de grands sous-développés sur le plan de la cons-

cience écologique, cette relation de respect et d'harmonie avec la nature qu'ont développé les sociétés naturelles.

Pour gagner le monde inférieur, vous allez choisir une entrée dans la terre. Certains chamanes utilisent une grotte, d'autres une source, d'autres encore vont se glisser le long des racines d'un arbre jusqu'à l'entrée d'un tunnel qui descend en pente inclinée vers les profondeurs de la terre. Si jamais un personnage menaçant veut vous barrer le passage, n'ayez pas peur ! Dites-lui simplement : « C'est moi ! » et il vous laissera passer. C'est le « gardien du seuil » qui protège l'accès de vos mondes intérieurs. Chez la grande majorité des gens, il ne se manifeste pas, mais il est important que vous soyez au courant de son existence, ne serait-ce que pour lui manifester votre reconnaissance. Un garde du corps permanent et discret, qui vous protège sans jamais revendiquer d'augmentation de salaire, n'est-ce pas merveilleux ? Soutenus par le son du tambour, descendez jusqu'au bout du tunnel, où vous arriverez dans un paysage de nature. L'animal que vous verrez sous quatre angles différents (par exemple de face, puis d'un côté, de l'autre et enfin de dos) est votre animal de pouvoir. Dialoguez avec lui, laissez-le vous instruire à sa façon et, quand le tambour donnera le signal du retour en frappant quatre fois quatre coups, faites le geste de mettre les mains jointes sur votre poitrine pour mettre l'animal de pouvoir dans votre cœur et le ramener avec vous jusque dans le monde de la réalité ordinaire. Puis remontez le long du tunnel, soutenu par un battement de tambour au rythme rapide. Attention ! Si, dans le monde inférieur, vous rencontrez un insecte ou un poisson avec des dents, évitez-les, ce ne sont pas des animaux de pouvoir, sauf en de rares exceptions !

Après ces explications, Michael nous invita à nous allonger sur le sol et il se mit au centre, avec son tambour. Quatre fois quatre coups signalèrent le début du voyage chamanique, puis un rythme lent et régulier nous entraîna vers le monde d'en-bas. Pour ma part, j'étais très excité. Quel animal allais-je trouver ? Un éléphant ? Un lion ? Un tigre ? J'espérais secrètement un animal majestueux et puissant. En guise de gardien du seuil, je rencontrai une chouette qui me regardait avec toute la bonté du monde. Elle me faisait sentir que je n'avais rien à craindre en partant explorer mes mondes intérieurs. Elle me transmettait un magnifique message de sécurité et de confiance, me rappelant que l'amour est la trame même sur laquelle se tissent tous les mondes créés. Par conséquent, où que j'aille, je ne pourrais rencontrer que de l'amour, encore de l'amour et toujours l'amour ! Quelle bénédiction de réaliser cela !

Parvenu en bas du tunnel, dans une jungle luxuriante, je m'avançais en regardant autour de moi, attentif et passionné. Soudain j'entendis un bzzz étrange près de mon oreille et je vis un moustique.

– Va-t-en, lui dis-je, irrité, je cherche mon animal de pouvoir, et ce n'est pas un insecte ! Mais rien à faire, le moustique continuait de vrombir et de danser autour de ma tête. Et là, j'eus une incroyable surprise. Le moustique s'adressa à moi, sans mots, par télépathie, en me posant une question :

– N'es-tu pas en train d'apprendre à voler ?

Je restai pantois parce qu'en effet je suivais à cette époque des cours pour apprendre à voler en aile delta. J'étais au tout début de l'apprentissage et c'était assez difficile. Il fallait porter l'aile jusqu'en haut de la pente-école, faire cinq ou six pas en courant pour décoller puis voler sur une distance de quelques dizaines de mètres avant d'atterrir le mieux possible. Souvent nous zigzaguions et allions finir notre vol dans les buissons qui bordaient le terrain, sous les imprécations du professeur qui était réputé pour sa manière assez tonitruante d'enseigner. Il avait en effet le juron facile et pensait qu'un bon professeur doit beaucoup crier pour montrer à ses élèves comment résister au stress !

La question du moustique m'avait cloué le bec. Il enchaîna, avec un humour malicieux que je découvris par la suite être le propre de beaucoup d'animaux de pouvoir :

– Tu sais, le vol, ça me connaît, je pourrais peut-être t'aider à apprendre à mieux voler !

J'étais médusé, stupéfait, à la fois contrarié parce que j'avais le sentiment de désobéir aux consignes de Harner, qui avait dit : « Pas d'insectes ! » mais aussi séduit par cette proposition vraiment inattendue et qui tombait à pic. Et le moustique m'entraîna dans un vol de concert avec lui, une série d'accélérations, de virevoltes, de piqués et de loopings grisants. C'était fantastique ! Je volais avec extase en apprenant plus avec ce moustique qu'en des heures d'école d'aile delta. Preuve en est que, quelques jours plus tard, quand je revins à Genève et repris mes cours de vol, je réussis sans difficultés à voler avec sensibilité et dextérité. Mon professeur, très étonné de voir un débutant comme moi soudain devenu un vrai expert, s'écria :

– Ma parole, Schaller, tu es allé en cachette suivre des cours dans une autre école de vol delta !

Je souris, sans lui dire ce que j'avais fait mais en remerciant intérieurement le moustique-animal de pouvoir que j'avais rencontré pour son précieux enseignement.

Quand tous les participants s'assirent à nouveau en cercle pour partager leurs expériences, la plupart avaient les mines réjouies d'enfants qui sortent d'un théâtre guignol ou d'un spectacle de marionnettes. Les récits de leur

rencontre avec leur animal de pouvoir étaient surprenants, spectaculaires et souvent merveilleusement drôles. Bien sûr je ne fis pas exception avec mon moustique qui fit rire tous les participants, dont Harner qui ajouta :

– J'avais bien dit qu'il peut y avoir parfois des exceptions, des cas de figures différents de ce qui est habituel ! Le monde des animaux de pouvoir n'est ni logique ni rationnel. Il touche, en nous, la dimension de l'enfant intérieur, cet enfant que nous ne cessons jamais d'être même si nous nous faisons croire que nous sommes devenus des adultes sérieux et respectables.

Et, une fois de plus, il se mit à rire !

Par la suite, j'eus l'occasion de faire des milliers de voyages chamaniques non seulement avec ce moustique mais aussi en apprenant à connaître mes autres animaux de pouvoir qui, chacun, ont des savoirs et des talents spécifiques. Précisons que certaines personnes ont un seul animal de pouvoir qui les soutient, d'autres en ont plusieurs. Parfois, ce sont toujours les mêmes qui accompagnent une personne, parfois aussi l'équipe change. Dans ce domaine, rien n'est codifié de façon rigide. Tout est toujours d'une constante fluidité, qui nous rappelle que le changement et les surprises sont des ingrédients essentiels du plaisir de vivre.

J'eus aussi, par la suite, avec mon épouse Johanne Razanamahay, qui est une extraordinaire chamane venant de l'île de Madagascar, l'occasion d'enseigner à des milliers d'élèves et dans le monde entier, comment entrer en contact avec leur animal de pouvoir. Leurs récits ont toujours été aussi magiques que surprenants. L'intelligence et l'humour des animaux de pouvoir sont exceptionnels, car ces animaux-totem, en plus de nous donner la vitalité biologique qui anime nos cellules et nos organes, sont aussi reliés à la sagesse universelle et ont ainsi la capacité de nous apporter des enseignements spirituels de valeur dans tous les domaines de l'existence. Je me souviens d'un stagiaire, un homme d'affaire d'une quarantaine d'années qui, après le voyage de découverte de l'animal de pouvoir, fit rire tous les participants en racontant qu'il était parti dans le paysage de nature en espérant qu'un magnifique animal allait venir vers lui. Or, voilà qu'un zèbre se présenta à lui sous quatre angles de vue différents. Trouvant que cet animal n'était pas assez noble pour lui, il fit une grimace de déplaisir. Le zèbre alors lui tourna le dos et déféqua ! Puis il lui dit, par télépathie :

– N'es-tu pas constamment empêtré dans des affaires sentimentales compliquées ? Ne crois-tu pas que je pourrais t'apprendre à partir au bon moment quand une situation devient pesante ?

Séduit par cette offre inattendue, l'homme d'affaire devint grand ami avec ce zèbre qui, jour après jour, lui donna des enseignements remarqua-

bles sur le pouvoir de la liberté, cette liberté qui consiste à pouvoir sortir de n'importe quelle situation à n'importe quel moment, sans plus être dépendant d'autrui. Du coup, non seulement cet homme d'affaire mit de l'ordre dans sa vie sentimentale mais il devint un vrai « spécialiste de la libération » qui, dans son cabinet de thérapeute, aidait ses patients à sortir de leurs prisons.

Pour les chamanes, les animaux de pouvoirs sont la source de forces de guérison exceptionnelles et il est fréquent, quand vous remerciez un homme ou une femme-médecine qui vous a soigné et guéri, qu'il dise :

– Ce n'est pas moi qu'il faut remercier, c'est mon animal de pouvoir ! Je n'ai fait que laisser sa force spirituelle passer à travers moi !

Les animaux de pouvoir sont de grands enseignants spirituels. Ils savent s'adapter à leurs élèves d'une manière impeccable parce qu'ils sont en contact avec les besoins de leur âme. Je me souviens avoir demandé, avant un voyage chamanique, de recevoir des informations sur la mort et son sens. À peine était arrivé au bas du tunnel que l'un de mes animaux de pouvoir, un ours brun, m'invita à monter sur son dos et m'emmena à travers la forêt jusqu'à l'entrée d'une grotte. Un énorme ours grizzli en sortit. Il se dressa sur ses pattes de derrière et se précipita sur moi. En quelques instants mon corps fut complètement déchiqueté, réduit en bouillie et aussitôt les vers et les bactéries du sol décomposèrent les cellules en emmenèrent molécules et atomes dans les profondeurs de la terre. Une partie de moi, ma partie rationnelle, pensait que cette expérience était insensée, que j'étais en train de perdre la raison, de devenir fou. Elle essayait de me convaincre qu'il fallait, à tout prix retrouver la sécurité du « monde normal ».

– Sinon, me disait-elle, tu vas passer le reste de tes jours dans un asile d'aliénés !

– Pas très encourageant comme perspective, tu veux vraiment me saper le moral ! fut tout ce que je pus lui répondre.

Une autre partie de ma personne, celle qui est ouverte aux expériences mystiques, me disait que tout allait bien et que j'allais découvrir des éléments de sagesse de grande valeur. Grâce au souvenir de tous les voyages chamaniques que j'avais faits auparavant, et dont aucun ne m'avait mené dans un hôpital psychiatrique, je décidai de continuer et découvrit qu'en sentant mes molécules et mes atomes se fondre dans la terre, je devenais la terre, je devenais l'eau souterraine qui circule dans les profondeurs du sol, je devenais la sève qui coule dans les racines, le tronc, les branches et les feuilles des arbres, je devenais l'oxygène que produisent les pigments de chlorophylle dans les milliards de feuilles vertes qui forment les poumons du monde végétal, je

devenais l'air qui, avec les vents, circule tout autour de la planète et, en par le souffle de la respiration de tous les animaux, je devenais insecte, lézard, pieuvre, oiseau, éléphant et tous ces êtres magnifiques qui forment le peuple animal. Un immense respect, une gratitude qui fait pleurer de joie, un émerveillement sans borne devant la beauté de la création m'étreignaient. Je sentais que j'étais tout ce qui est, tout ce qui vit. Toutes les divisions, les séparations, les barrières, les frontières, les catégories, les hiérarchies, les idéologies fondées sur la peur, tout avait disparu. J'étais la vie qui coule et se transforme, j'étais le nouveau-né qui cherche le sein de sa mère et le vieillard serein qui dit au revoir au monde de la matière pour retourner dans les mondes de lumière, j'étais la musique et le musicien, la danse et le danseur, la création et le créateur, j'étais immortel, éternel, infini, participant pour toujours et à jamais au grand ballet cosmique de la création, voyageant d'une étoile à l'autre pour apprendre et enseigner dans le plaisir permanent d'être mobile et fluide, acceptant toutes les expériences et toutes les rencontres avec un enthousiasme que rien ne pouvait altérer. Un sentiment profond d'unité et d'harmonie me guérissait de toutes les années et les vies passées dans le stress et la confusion. Puis je sentis une langue chaude qui me léchait le visage. Mon ours me réveillait avec tendresse et douceur à cette portion de la réalité dans laquelle j'ai un corps physique.

Les mots sont trop petits, trop étroits pour décrire ce genre d'expérience spirituelle. Puissent-ils néanmoins, amis lecteurs, vous donner l'envie d'explorer vous-mêmes les mondes magiques qui existent en vous, sous la férule amicale de vos animaux de pouvoir. Ce sont des professeurs comme vous avez toujours rêvé en avoir : drôles, disponibles, facétieux, imprévisibles, intelligents, aussi fous que sages, aussi merveilleux et stupéfiants que pleins de tendresse et de bonté. Des êtres d'amour, des vrais, des amis sur lesquels vous pouvez compter. L'expérience et les récits des milliers d'élèves que nous avons formé, mon épouse et moi-même, me permet d'affirmer ceci : lorsqu'on a fait la connaissance de ses animaux de pouvoirs, on ne souffre plus jamais de solitude !

Voici le résumé de la technique de découverte de son animal de pouvoir :

– Choisir une image d'entrée dans la terre.

– Le tambour bat 4X4 coups (ou 7X4 dans certaines traditions) pour signaler le départ.

– Pendant que le tambour bat à un rythme régulier, descendre dans le tunnel, atteindre un paysage de nature, chercher son animal de pouvoir (celui qu'on voit sous quatre angles différents) et échanger avec lui.

– Quand le tambour donne le signal du retour (4X4 ou 7X4 coups) faire le geste de fermer les mains sur le cœur pour ramener l'animal de pouvoir avec soi.

– Pendant que le tambour bat à un rythme plus rapide, remonter le tunnel avec l'animal de pouvoir, en retrouvant son corps dans la réalité ordinaire.

– Le tambour bat les 4X4 (ou 7X4) signalant la fin du voyage.