

CHAMANISME ET SANTÉ

Par Louise Gauthier (texte tel que paru dans la revue Vitalité Québec Mag en 2006)

Le chamanisme est une des plus anciennes pratiques spirituelles de l'humanité, entendons par pratique spirituelle une façon de créer et d'entretenir le lien entre le visible et l'invisible, entre le terrestre et le divin, entre l'univers et l'être humain. Les anthropologues en ont retrouvé des traces qui remontent jusqu'à plus de 40 000 ans dans tous les coins du monde tant en Orient qu'en Occident. Le terme chamane provient de la langue des Tongas (Sibérie) et signifie « celui qui voit dans le noir » ou « celui qui guérit ».

DEVIN ET GUÉRISSEUR

Dans les communautés chamaniques traditionnelles, le chamane était la personne qui entretenait un lien continu avec le monde de l'invisible, les forces de l'univers ou la divinité, avec le grand mystère. Il ou elle entrait en état altéré (ou élargi) de conscience et, dans cet état, communiquait avec le monde de l'esprit pour obtenir des informations ou des guérisons pour lui-même (elle-même), pour une autre personne ou pour la communauté au complet puis, les rapportait dans le monde dit ordinaire. La divination et la guérison étaient les deux principaux aspects du rôle du chamane dans la communauté.

Ainsi, par exemple, chez les Innus, le chamane pratiquait une méthode de lecture d'une omoplate de caribou pour deviner les endroits propices à la chasse. Il plongeait l'omoplate dans les flammes et, après être entré en état de conscience chamanique, « lisait » les craquelures que le feu avait provoquées sur l'os pour connaître les emplacements des troupeaux de caribous. En Chine, les chamanes lisaient des écailles de tortues de la même façon. De tout temps et partout sur le globe, les chamanes ont lu les éléments naturels et les ont interprétés pour répondre aux questions qu'ils se posaient pour assurer la survie et le bien-être de la communauté, d'une personne ou la leur.

Le chamane était aussi celui ou celle qui s'occupait de rétablir et de maintenir la santé globale des gens de sa communauté. L'être humain était considéré comme un tout et la guérison s'effectuait par la voie spirituelle autant que par la voie physique. Le chamane entrait en communication avec les esprits pour connaître la cause du mal et le rituel à effectuer pour guérir la personne.

NÉOCHAMANISME

Michael Harner, un anthropologue des États-Unis à l'origine de la Foundation for Shamanic Studies (Fondation des Études chamaniques) basée en Californie, a étudié les sociétés chamaniques dans le monde entier. Il a d'abord été initié à la pratique par les Indiens Conibos et Jivaros. Ensuite, il est entré en contact

avec des chamanes de la Sibérie, de l'Australie et d'autres parties du monde. Il a retiré de tout cela une pratique universelle qu'il appelle en anglais « core chamanism », qu'on pourrait traduire par « l'essence du chamanisme » et qui ramasse ce qu'il a trouvé de commun à toutes ces cultures chamaniques. En fait, ce néochamanisme que lui et les enseignants de la fondation diffusent à travers le monde est une pratique universelle dénuée de toute couleur culturelle adaptée à notre société contemporaine.

Harner explique qu'aujourd'hui encore, le travail du chamane consiste à entrer en état de conscience altéré pour accéder au monde non ordinaire et en rapporter dans le monde ordinaire des informations et des guérisons. C'est ce qu'on appelle le voyage chamanique.

TAMBOUR SANS TROMPETTE

Si vous décidez de consulter un ou une chamane près de chez vous, il y a de bonnes chances que vous tombiez sur une personne qui fera un voyage chamanique pour vous au son du tambour. Le son monotone du tambour battu à quatre à sept battements à la seconde aide le pratiquant à entrer en état de conscience chamanique et à maintenir cet état. C'est ainsi dans 80% des pratiques chamaniques sur le globe. Ce battement caractéristique contribue au changement dans les ondes du cerveau et facilite ainsi le « départ ».

Le voyage chamanique n'est pas une transe profonde. C'est une légère transe qui garde le pratiquant conscient de son environnement. Si, par exemple, le téléphone sonne pendant le voyage, le pratiquant l'entendra et peut alors décider de revenir et répondre ou de continuer son voyage.

La durée du voyage dépend du voyageur et du moment où il comprend qu'il a reçu ce qu'il était venu chercher, soit, en général, entre une minute et trente minutes. Cette durée n'a pas grande importance. Le voyage se passe en dehors du temps et de l'espace ordinaire. Il est guidé par l'intention du pratiquant au départ. L'intention est la partie contrôlée par le voyageur, le reste dépend de l'esprit, des esprits ou alliés spirituels invoqués pour contribuer au succès de la démarche.

Au retour, le (la) chamane vous racontera son voyage dans les détails s'il y a lieu et procédera au rituel de guérison que les esprits lui auront indiqué pendant le voyage.

SANTÉ ET POUVOIR

D'un point de vue chamanique, la santé est une question de pouvoir personnel et d'intégrité de l'être. Le pouvoir personnel est cette faculté de composer avec ce qui est pour son bien-être. Le pouvoir personnel rejoint donc l'être dans tous ses aspects : physique, émotif et spirituel. Lorsque la maladie apparaît, c'est qu'il

y a eu perte de pouvoir ou perte d'essence (ou, selon les vocabulaires religieux répandus ici, perte d'âme) ou qu'il y a intrusion.

De ce point de vue toujours, l'être humain qui vient au monde possède un ou plusieurs animaux de pouvoir. Ces esprits d'animaux protègent la personne et lui permettent de vivre sainement. Sans la présence de ces gardiens, les êtres humains ne feraient pas long feu dans cette vie. Les vertus attribuées aux animaux constituent les atouts de la personne pour vivre sa vie dans le monde ordinaire. Mais il peut arriver qu'un ou plusieurs de ces animaux de pouvoir quittent la personne. C'est ce qu'on appelle la perte de pouvoir. Parmi les symptômes de la perte de pouvoir les plus courants on retrouve les maladies chroniques, les tendances suicidaires, la malchance chronique et les états dépressifs.

Le travail de guérison du chamane consiste alors à faire un voyage chamanique au cours duquel il ou elle part à la recherche de l'animal de pouvoir perdu dans la réalité non ordinaire pour le rapporter dans la réalité ordinaire et l'installer à nouveau dans la personne.

L'être humain qui se crée, au moment où il se crée, à l'instant où son « âme » arrive en ce monde est un être unique et complet. Il possède une identité propre qui lui permettra de vivre la vie qu'il est venu vivre sur cette planète. C'est ce qu'on appelle l'essence de la personne. Le pouvoir personnel permet d'actualiser cette essence.

Lors de traumatismes, de chocs, de stress, un des aspects de cette essence peut quitter la personne pour conserver sa vie. Par exemple, lors d'un accident, des aspects de la personne quitteront le corps pour préserver la personne d'une trop grande souffrance. Lorsque la personne revient à elle, il se peut qu'un ou plusieurs aspects soient demeurés dans la réalité non ordinaire, trop loin pour revenir d'elle-même ou perdue. Les signes de perte d'essence sont à peu près les mêmes que ceux de la perte de pouvoir : maladies chroniques, dépression chronique, tendances suicidaires, dépendances, etc.

Le travail de guérison du chamane consiste donc encore à se rendre dans la réalité non ordinaire à la recherche de l'aspect d'essence perdu, de le ramener dans le monde ordinaire et de le réinstaller dans la personne. La personne formée au recouvrement d'essence peut également assurer un suivi et aider la personne à réapprendre à vivre avec ses aspects retrouvés, à casser les modèles de comportement qui s'étaient installés pour compenser la perte d'essence et à faire appel à sa créativité pour créer sa propre réalité.

Lorsqu'il y a perte de pouvoir ou d'essence, cela crée un vide. Il se peut alors qu'une intrusion s'installe pour combler ce vide. L'intrusion n'est pas une

mauvaise chose en soi. C'est simplement parce qu'elle est mal placée qu'elle affecte la personne qui l'accueille. Les projections émotives des personnes de l'entourage peuvent aussi être à l'origine d'une intrusion. On peut également se provoquer à soi-même des intrusions en réprimant des émotions. Au nombre des symptômes d'intrusion vous retrouvez les douleurs localisées, les incapacités physiques, émotives, mentales, et les symptômes de maladies chroniques. Le travail du chamane consiste alors à détecter dans le corps de la personne malade les intrusions et à les déloger pour les retourner aux forces d'amour de l'univers. Souvent, ce travail de nettoyage sera suivi d'un recouvrement de pouvoir ou d'essence.

EFFICACITÉ

Traditionnellement, le chamane effectuait les guérisons au fur et à mesure. Il ou elle connaissait les membres de sa communauté et lorsqu'un incident ou un accident se produisait, le chamane pouvait remédier à la situation sur le champs. Qu'il survienne un cataclysme naturel, un accident de chasse, un décès ou quoi que ce soit, le chamane réparait les dommages au fur et à mesure. Aujourd'hui, les chamanes doivent composer avec des maux et des traumatismes qui datent parfois de plusieurs dizaines d'années.

Comment le chamane sait-il que son travail est bon ? Il le voit au bout d'un certain temps dans le changement qui survient chez la personne qu'il a traitée. Au contraire de la loto qui « ne change pas le monde », le chamanisme produit des changements positifs. Ce travail utilise les forces positives de l'univers pour le bien des personnes et de la communauté. Tout travail effectué par la voie spirituelle rejoint les autres aspects de la personne et les effets physiques et émotifs deviennent sensibles à plus ou moins long terme selon chaque personne traitée.

ÉTHIQUE

Le bon chamane ne fera de travail pour une autre personne que lorsqu'il aura obtenu son accord d'une façon explicite.