



DOMINIQUE MARY BERTHA

AYAHUASCA

UNE EXPÉRIENCE
CHAMANIQUE

VERS UNE RENAISSANCE
SPIRITUELLE

GRANCHER

**Ayahuasca,
une expérience chamanique**

ISBN : 978-2-7339-1340-6

© Éditions Grancher, 2015
ZI de Bogues, 31750 Escalquens
Tél. : 05 61 00 09 86
www.grancher.com
contact@grancher.com

« Toute représentation, intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droits, ou ayants cause, est illicite (art. L. 122-4 du Code de la propriété intellectuelle). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait une contrefaçon sanctionnée par les art. L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Le Code de la propriété intellectuelle n'autorise, aux termes 2 et 3 de son article L. 122-5, que les copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinée à une utilisation collective d'une part, que les analyses et courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration.»

*Des photocopies payantes peuvent être réalisées avec l'accord de l'éditeur.
S'adresser au Centre Français du Copyright
6 bis rue Gabriel-Laumain 75010 Paris
Tél. : 01 48 24 98 30*

Dominique Mary Bertha

**Ayahuasca,
une expérience chamanique**

Vers une renaissance spirituelle

GRANCHER

Avertissement

Les informations contenues dans ce livre ne visent pas à traiter, diagnostiquer, soigner ou prévenir une quelconque maladie et sont destinées à des fins éducatives uniquement. Les personnes souffrant d'une quelconque maladie ou d'un quelconque mal doivent consulter un médecin qualifié ou prestataire de soins de santé.

L'ayahuasca et ses composants naturels ou dérivés, sous toutes ses formes, que ce soit en tant que potion, composé de potion ou simplement plante, est un produit classé comme stupéfiant dans la plupart des pays occidentaux et en France en particulier.

Ce livre n'a pas pour but de promouvoir d'une quelconque façon, l'achat, la vente ou la consommation de tels produits, ni l'organisation de séjours dont le but serait de consommer ou de se procurer ces produits.

Ce livre est dédié au partage d'expériences spirituelles, à l'information, notamment à destination du néophyte qui serait tenté par la consommation lors d'un voyage en Amazonie, afin de le mettre en garde et de lui procurer des éléments lui permettant de prendre conscience du danger supposé ou réel d'une telle aventure.

Je dédie ce livre plus particulièrement aux sciences humaines pour favoriser une évolution de notre condition humaine.

Ma gratitude à tous les Maîtres de passage sur Terre

Préface

Cet ouvrage s'adresse aussi bien aux initiés qu'à ceux qui désirent comprendre un chemin spirituel.

Je tiens à remercier tous les participants qui ont eu l'amabilité de confier à Dominique leur vécu au cours de ce travail chamanique initiatique. Je les félicite aussi pour la persévérance dont ils ont fait preuve durant ces deux mois difficiles surtout pour nous, Occidentaux ancrés dans nos traditions alimentaires, d'habitation, de confort, en un mot, de sécurité. Ils ont dû faire face, pendant la diète d'isolement, à la faim et probablement pour certains, à la peur, en étant chacun seul dans la forêt à 1 700 mètres d'altitude. Ils ont aussi dû « affronter » la plante qui provoque des vomissements pendant quelques heures. Viens ensuite le grand moment d'avancer ou de reculer, c'est-à-dire boire ce breuvage qui va nous faire perdre partiellement le contact avec la réalité ordinaire pour entrer dans d'autres dimensions, dans le sacré. Vais-je mourir ? Vais-je renaître ?

Je remercie aussi Dominique qui a su prendre le temps utile pour écouter le récit d'un grand nombre de participants et je la félicite d'avoir su mettre par écrit tous ces commentaires.

Merci aussi à tous ceux qui m'ont enseigné le chamanisme :

- À Jabran Sebat, Gnawa et souffi, qui m'a nommé Chaman.
- Claude et Noël Poncelet de l'école du Chaman Blanc Michäel Harner (centre d'étude chamanique, Connecticut, États-Unis) qui m'ont enseigné les descentes chamaniques, la guérison, les techniques de psychopompes, de divination, la restauration, l'extraction et le recouvrement d'âmes.
- Jacques Mabit, médecin chaman qui me fit venir dans son centre de traitement des toxicomanes au Pérou et me mit en contact avec d'autres chamans. Il est le premier à m'avoir fait découvrir l'ayahuasca.
- Don Solon, chaman et curandero péruvien qui m'a dit avoir vu, lors des sessions d'ayahuasca, un petit génie qui m'accompagne et me protège.
- Guillermo, chaman et curandero péruvien qui m'a dit « Tu es le chaman Tarantakudo qui signifie en langue indienne "pour tous" ».
- José Campos, chaman et curandero péruvien, qui m'enseigne les icaros (chants sacrés), la préparation de l'ayahuasca et la façon de diriger les sessions chamaniques.

Chris
(chaman et psychologue)

Introduction

Nous étions 20 personnes à nous inscrire à cette initiation dont nous ne pouvions pas imaginer le déroulement malgré les explications claires de Chris qui nous a très bien encadrés. Tous embarqués sur le même bateau, nous avons partagé de puissantes émotions notamment le sentiment d'Amour Universel. Aucun de nous ne pouvait imaginer ce que nous allions vivre à travers cette expérience incroyable. Chacun a choisi de participer et partager cette expérience profondément humaine, puisée aux sources de la connaissance ancestrale des guérisseurs de la forêt amazonienne du Pérou. Je crois que nous avons tous été surpris, voire désespérés, mais aussi tellement heureux de notre voyage d'enseignement.

Dans le groupe, chacun dispose déjà d'une ouverture d'esprit dans ces domaines particuliers. Certains, à différents niveaux, ayant déjà eu des expériences dans ce vaste domaine qu'est la spiritualité, tandis que d'autres participants commencent tout juste leur chemin plus consciemment. Pour préserver leur vie privée, les prénoms ont été changés.

Les personnes présentes viennent de milieux socioprofessionnels très variés. Le groupe que nous formons comprend presque tous les âges. Les trois plus jeunes, Cathy, Aline et Aude, étudiantes, ont entre 18 et 20 ans. Marina, Nicole, Caroline, Adrien et Julien ont

entre 40 et 50 ans, tandis que les autres sont entre 28 et 40 ans (voir pages 114-115).

Les objectifs sont tout aussi différents. Certains souhaitent rencontrer le ou la compagne de leur vie, ou résoudre des difficultés financières, ou encore avoir l'enfant tant attendu. Pour d'autres, c'est davantage sur le plan spirituel, d'entrer en contact avec des esprits dans l'au-delà pour bénéficier d'un enseignement et acquérir plus de connaissance pour mieux servir sur terre dans le but d'aider autrui.

Avant de vous faire vivre ma propre « expédition », voici quelques explications pratiques concernant le chamanisme et, entre autres, le chamanisme péruvien avec l'ayahuasca que nous avons expérimenté, ainsi que l'approche pour nous tous dans cette quête du chemin de vie.

Préparation avec Chris

Chris s'est occupé de l'organisation et de l'encadrement de groupe. Son parcours spirituel commence comme judoka et karatéiste, deux arts martiaux auxquels il avait décidé de consacrer sa vie en les enseignant. Mais d'expérience en expérience, après avoir effectué sa propre psychanalyse durant l'armée en Algérie, puis de retour à Paris, il fait des études de psycho-philosophie et obtient son doctorat. Pendant plusieurs années, il étudie également la médecine chinoise (acupuncture, diététique, pharmacopée, psychologie chinoise) dans l'école de l'enseignement chinois située à Rosheim (Bas-Rhin). Il acquiert ainsi une grande connaissance de la culture chinoise ancestrale. D'autres domaines, tel le rebirth, l'hypnose et la sophrologie font partie des thérapies qu'il a également étudiées et qu'il utilise pour aider ceux qui font appel à lui dans le cadre d'une psychothérapie personnelle. Pendant plusieurs années, son cabinet parisien reçoit de nombreuses personnes, de telle sorte qu'il est alors obligé de travailler en équipe avec d'autres psychologues. Son excès de travail pendant ses dernières années de vie parisienne, s'est soldé par un état de santé alarmant. Le sinologue enseignant lui avait alors confié qu'il ne lui resterait que quelques mois à vivre s'il continuait sur le même rythme.

Durant cette période (courant 1985) Chris choisit de changer de vie. Se sentant attiré par le soleil, (« pour ne pas dire l'exotisme »

dit-il), il part s'installer sous un climat chaud. Les premières impressions de sa nouvelle vie sont : « Ce lieu aux couleurs variées sur le plan ethnique a suscité en moi le désir d'étudier les coutumes de ses habitants. Les rites, les sorts (envoûtement, désenvoûtement), les différentes formes de pratiques religieuses et spirituelles, l'éveil de la conscience par divers types de pratique, les approches holistiques de la santé de l'être, etc., ont excité ma curiosité dans le sens du *pourquoi ?* et du *comment ?*, de la relation de cause à effet, sur les modifications de la conscience des personnes qui se prêtent à ce genre d'expériences ».

Dans ses démarches pour la préparation d'une thèse en ethno-anthropologie, il fait plusieurs marches sur le feu encadrées par un chaman Gnawa, Jabran Sebat, lors de courts séjours à l'étranger. Parallèlement à ses premières années d'initiation chamanique, Chris participe aux activités d'un ashram avec le brahman (prêtre hindou), puis étudie l'Ayurveda (médecine indienne). Un jour, après plusieurs années de travail avec Jabran Sebat, lors du rituel, celui-ci le nomme Chaman. Dans un premier temps, Chris remercie le chaman Gnawa de lui avoir offert ce titre mais lui dit aussi qu'il ne souhaite pas exercer cette activité, qu'il n'en a pas besoin dans son travail thérapeutique, qu'il est venu faire ce travail pour son évolution personnelle et la préparation de sa thèse. Le chaman Gnawa lui redit simplement mais fermement : « Tu es chaman ! ».

Après son retour et sans vraiment tenir compte de cela, Chris s'est retrouvé des nuits entières en proie à des insomnies et perçoit comme des présences dans sa chambre. Il essaie de régler ces problèmes nocturnes de différentes manières sans y réussir, jusqu'au jour où il ouvre un livre sur le chamanisme « par hasard » juste à l'endroit précis où il lit : « ...une personne nommée chaman doit exercer son travail chamanique... » Il sait dès lors que la solution à ses maux se trouve là, dans l'exercice de sa fonction de chaman qu'il approfondit pour trouver sa voie et évoluer. Chris participe à différentes autres initiations chamaniques, entre autres avec Mickaël Harner, un chaman amérindien nommé « Chaman

Blanc ». D'autres séjours au Pérou lui permettent de rencontrer des chamans qui utilisent l'ayahuasca pour soigner. Il expérimente plusieurs fois la plante sacrée, notamment avec José.

L'encadrement représentant l'élément fondamental pour la bonne marche de n'importe quelle thérapie de groupe, nous sommes tous rassurés quant aux capacités psychologique et pédagogique de Chris. En revanche, lui, a su prendre des risques en nous embarquant ainsi sur ce navire dont la destination n'était pas vraiment annoncée.

Nous commençons à nous préparer déjà plusieurs mois auparavant lorsque Chris nous parle de son expédition au Pérou : la rencontre avec José et les sessions chamaniques avec les plantes sacrées. Bien sûr, il ne nous raconte pas toutes ses visions mais nous donne un aperçu qui nous a permis d'imaginer un peu la future expérience que nous allons vivre pleinement. De toute façon chacun va faire sa propre exploration suivant les souhaits émis et surtout en fonction de sa propre personnalité puisque les plantes sacrées ingérées vont donner à chacun, bien spécifiquement, ce qu'il est en mesure de recevoir comme information et enseignement. Les membres du groupe se connaissent alors à peine. Nous nous sommes retrouvés une fois par mois, mais en communiquant très peu entre nous. Chaque premier samedi après-midi du mois, nous avons rendez-vous dans le cabinet de Chris pour une séance chamanique classique qui consiste à entrer en transe ou en état de conscience chamanique ou modifiée. La séance chamanique dure trois ou quelques fois quatre heures, nous entrons en transe en écoutant la musique de chaman, tout en dansant sur le rythme des battements de tambour et du son des hochets. Cette forme de travail, spécifique aux chamans (Gnawa entre autres), nous permet de modifier notre état de conscience pour accéder à une autre dimension de perception. De ce fait, nous sommes plus ouverts et plus réceptifs au monde. Ensuite, le corps est à nouveau immobile et nous appelons les animaux spirituels pour recevoir des messages ou un enseignement. Un autre travail chamanique

commence. Allongés par terre, le dos contre la moquette du sol, les yeux fermés, après une grande et profonde relaxation, le chaman nous donne le signal pour entrer dans le trou que nous visualisons, lorsqu'il commence à battre le tambour d'un rythme rapide. Tout au long de ce chemin nocturne (qui peut être aussi plein de lumière !), nous pouvons percevoir différentes sensations ou visions que nous enregistrons sans les analyser, puis les laissons passer. Nous continuons à avancer et, à un moment donné, nous faisons appel à nos animaux spirituels qui vont apparaître devant nous. Il peut y en avoir un ou plusieurs auxquels il faut poser des questions de tout ordre : que ce soit des questions pratiques de tous les jours, pour enlever des doutes, ou alors avoir un enseignement, une information. Ce qui est drôle, c'est que les réponses arrivent au moment même où l'on pose la question. Cet effet donne l'impression que nous avons nous-mêmes donné la réponse et non l'animal spirituel ! Mais, paraît-il, c'est normal, c'est ainsi que sont transmises les informations.

Avant de commencer l'initiation au chamanisme péruvien, Chris nous explique que cette pratique va exercer un travail en profondeur sur notre corps, nos émotions, notre mental et notre esprit grâce à une préparation incluant une diète précise de désintoxication, de purification, de régénération et d'harmonisation intérieure. Nous sommes prévenus, avisés en détail, de tout le déroulement des sessions. Toutes les questions posées trouvent une réponse de sa part car c'est un domaine qu'il connaît et qu'il peut expliquer sauf en ce qui concerne les visions et les impressions, lesquelles restent entièrement personnelles. Il nous a fait comprendre l'importance de nous préparer individuellement et rigoureusement, en respectant la diète qui demande tout de même quelques sacrifices. Et pour les femmes, de s'arranger pour ne pas avoir leurs règles pendant les sessions d'ayahuasca car la période de menstruation d'une femme peut lui donner des visions négatives et peut même perturber l'énergie du groupe de la même façon. La seconde diète, moins sévère, va continuer

entre les sessions et se poursuivre après l'initiation. Chris nous a expliqué que la plante sacrée va nous permettre de libérer des nœuds émotionnels, nous donner des forces vitales et un éveil des puissances spirituelles. Grâce à ces états de conscience modifiée, chacun va percevoir l'ordre des choses et le sens caché de sa nature profonde pour mieux s'ouvrir à son maître intérieur.

Toutes les personnes que Chris a acceptées, ont participé en ayant une réelle motivation de recherche spirituelle, axée sur la guérison de soi et des autres. Le respect envers les modes de soins empiriques a aussi été de rigueur. Durant ces cinq semaines fatidiques, nous nous sommes engagés à respecter le déroulement initiatique comme José et Chris vont nous le suggérer tout en laissant chacun libre d'arrêter s'il le souhaite réellement.

L'organisateur, Chris, nous avait d'ailleurs prévenus qu'il ne s'agit pas de « vacances exotiques ou ésotériques, ni d'une formation à inscrire dans son C.V., ni d'un stage dans la mouvance new age, ni d'un lieu de contact avec les extraterrestres, ni d'un lieu de prosélytisme et encore moins d'un centre avec le gourou et des disciples ». Mais bien « un séminaire initiatique et thérapeutique, réalisé en club privé et fermé ! ».

Objectifs et déroulement de l'initiation

L'objectif du chamanisme péruvien avec l'ayahuasca est un travail en profondeur sur le corps, les émotions, le mental et l'esprit, grâce à des techniques et des exercices de désintoxication, de purification, de régénération et d'harmonisation pour :

- une libération des nœuds émotionnels,
- un renouvellement des forces vitales,
- un éveil des forces spirituelles,
- découvrir le sens caché de sa nature profonde.

Le déroulement de l'initiation prend en compte une préparation personnelle avant, pendant et après les sessions, sur le plan physique et mental. Pour nous préparer mentalement, les méditations et relaxations personnelles sont préconisées durant la période qui précède l'initiation, pendant celle-ci et la semaine qui suit la dernière session d'ayahuasca.

La préparation physique est assez contraignante, mais sa stricte application garantit un déroulement optimal des sessions. Différentes diètes sont à respecter :

Diète un mois avant l'initiation : cure d'élimination des amas

Pendant sept jours, nous nous nourrissons uniquement des aliments ci-dessous :

- Légumes : bettes, choux de Bruxelles, brocolis, carottes, céleris, concombres, aubergines, endives, ail, laitue, champignons, oignons, persil, pommes de terre, radis, épinards, tomates, cresson
- Légumineuses : haricots secs verts ou blancs, pois cassés, céréales
- Farines : germe de blé, son, orge
- Fruits : avocats
- Noix : pignons de pin
- Poissons : perche, truite
- Produits laitiers : un peu de beurre, yaourt
- Plantes : poivre, basilic
- Boissons : tisanes uniquement et à volonté

Nous n'avons pas droit au sucre si ce n'est celui qui se trouve dans les aliments cités ci-dessus. Bien sûr pas de friture. Le plus difficile est de se priver de sel ! Cette diète doit nous amener à la diarrhée.

Diète durant les deux semaines qui précèdent

Voici les aliments absolument interdits durant les deux semaines qui précèdent l'initiation : sucre, beurre, fruits, pain, friture, porc, piment et moutarde, alcool. Durant la dernière semaine qui précède l'initiation : pas de relation sexuelle, ni de masturbation, ne pas fumer.

Purifications du corps physique avant la première session

La veille, nous avalons une tisane de plantes vomitives et restons sur place le temps de libérer notre estomac.

Le lendemain après-midi, quelques heures avant la première session, nous avons droit les uns après les autres, à un bain de plantes préparé par José. Seul José est en face de nous à ce moment-là, chacun des participants est vêtu de son maillot de bain et José est habillé normalement. Il complète la purification de notre anatomie par une Soplá (action de souffler de la fumée sur différentes parties du corps).

Diète pendant la période initiatique

Adopter le même régime alimentaire entre les sessions ainsi que les restrictions sexuelles et ne pas fumer.

Diète après l'initiation

Pendant au minimum 2 voire 3 semaines, respecter le même régime.

Diète d'isolement et alimentaire

Pendant la période initiatique, nous passons un week-end en campement dans la nature, chacun étant isolé des autres. Avec une alimentation restreinte de riz cuit, sans assaisonnement, ni sel, cette diète représente un travail de retour sur soi et se déroule en bordure de forêt, dans un espace vallonné et parsemé d'arbres, et en altitude.

En tout, il y a quatre sessions d'ayahuasca. Trois sessions se déroulent en nocturne pendant trois week-ends d'affilée. La quatrième session également en nocturne, est effectuée au milieu

de la quatrième semaine pour celles ou ceux qui ont eu des empêchements à participer aux trois sessions précédentes.

Cette méthode de soins nous permet d'effectuer notre propre psychothérapie. Pendant les sessions, le silence qui est de rigueur, permet à chacun de faire un travail sur soi en harmonie avec le son des icaros (chants sacrés). Le chaman enlève, si nécessaire, les tensions révélées dans notre démarche thérapeutique. Pendant les sessions, il va chanter des icaros pour nous guider et apporter une protection-nettoyage à chaque participant l'un après l'autre, au début de chacune des sessions. Pour cela, il utilise :

- le chacapa : touffe de feuilles spéciales, séchées, qui émettent un bruit particulier lorsqu'on les remue,
- les parfums : eau de rose du Pérou,
- le camphor : préparation à base d'alcool de vie, de camphre, d'oignons blancs et de dattes,
- la soplá : fumigation avec une feuille de tabac pure chargée d'énergie,
- l'Aguafloridita : mélange de fleurs odorantes.

Vers la fin de chaque session, le chaman effectue une soplarengé pour chacun. Il s'agit d'un entretien individuel avec le chaman pour faire le point sur les impressions et/ou visions vécues ainsi que d'éventuels soins de protection (rengé) par un chant sacré et un nettoyage à travers la soplá à des endroits bien précis du corps et sur les mains.

La session d'ayahuasca se termine lorsque le chaman qui dirige la session allume la lampe torche. Ceux qui veulent échanger leurs impressions peuvent le faire à ce moment-là. Ensuite, tout le monde dort sur place. Éventuellement, un léger jus de citron est distribué aux participants. Le matin, vers 9 heures, après avoir pris une douche, une assiette passe dans nos mains. Chacun prend une cuillerée d'oignons coupés et mélangés à du sel. Puis un

petit déjeuner est servi. C'est un autre moment pour entrer en conversation avec les autres participants.

Toute l'initiation (sauf les sorties dans la nature et la diète d'isolement) se déroule dans une pièce d'environ 100 m², réservée habituellement aux thérapies de groupe et aux entretiens individuels. Les murs et le plafond sont revêtus de crépi blanc, deux fenêtres et une porte vitrée éclairent cette salle du rez-de-chaussée. Les murs sont ornés d'un grand mandala, d'un dessin sur soie caractérisant les sept chakras, et quelques autres objets décoratifs certainement issus de ses voyages au Pérou. Pendant cette période d'initiation chamanique, le bureau est remisé dans un coin de la pièce contre les paravents chinois qui cache, pour la même raison, la bibliothèque de livres qu'on peut trouver chez un psychologue instruit en médecine chinoise et chamanique plus particulièrement. Le sol est recouvert d'une moquette brune pour signifier, comme nous l'a expliqué Chris, la couleur de la terre puisqu'habituellement, le chaman du Pérou entre autres, reçoit ses patients chez lui sur de la terre battue qui représente le symbole essentiel de la Mère Divine, la terre, pour effectuer son travail de guérison. Les larges coussins disposés tout autour de la salle, recevront nos fessiers durant la majeure partie de cette période intense. Le matin, il suffit de sortir de la salle pour prendre la douche qui se trouve à côté. Puis, nous réchauffer au soleil sur la pelouse qui se présente à nous dès la sortie de la pièce où tant d'énergie va circuler ! La large vue qui nous est offerte sur les alentours va nous permettre de plonger notre regard dans la grande étendue bleue, la mer, qui s'étire en contrebas, en bordure du littoral, après l'intense vécu de la nuit.

Le chamanisme

Plusieurs ethnologues ont effectué des recherches sur les différents types de chamanisme. Dans des livres bien spécifiques traitant de cette forme de spiritualité, j'ai pu lire que les chamans furent les tout premiers guérisseurs existants sur terre (*La Voie des chamans* de Gary Doore¹, et *Les Chamans* de Danielle Vazeilles²). Dans tous les coins du monde, le chamanisme a existé et existe encore sous différentes formes bien qu'il soit parfois galvaudé par un nouveau tourisme en quête d'ésotérisme.

Le terme « chaman » provient du toungouse, langue d'un groupe ethnique de Sibérie Orientale qui signifie à l'origine « personne qui possède la connaissance ». Cette origine n'a pas de source commune avec le terme sanskrit « sramana » qui désigne les ascètes hindoues. *L'Encyclopédie Universalis* décrit le chaman comme ayant, entre autres qualités, d'être un magicien, mais « tout magicien ne saurait être qualifié de chaman ». Il en est de même pour le « médecine men » en Amérique du Nord, qui est un guérisseur mais pas forcément un chaman. Les chamans sont en grande partie des hommes, mais il existe aussi un certain nombre de femmes-chamans.

1. Éd. J'ai lu, 1989.

2. Éd. du Cerf, 1991.

On devient chaman de différentes façons : par vocation, par transmission héréditaire, par décision personnelle, ou par la volonté du clan (plus rarement). Une étape initiatique est alors vécue par l'aspirant, qui peut être un adolescent ou un adulte, à travers une diète d'isolement et alimentaire, des rêves, des visions et des transes, quelquefois des périodes d'inconscience qui le mettront en contact avec les esprits qui l'enseigneront. Il aura de toute façon un comportement différent, voire étrange et parfois peut-être aussi une certaine agressivité. Après la mort initiatique, la résurrection qui suit indique la transformation intérieure fondamentale. L'intégration d'une nouvelle personnalité par le chaman dépend en grande partie de sa guérison. Toutefois, tous ceux qui ont le désir de poursuivre une quête spirituelle personnelle dans ce domaine peuvent pratiquer l'art chamanique pour améliorer leur vie en la rendant plus riche intérieurement et plus réussie, sans pour autant traverser le type d'initiation périlleuse cité ci-dessus. C'est ainsi que le conçoivent José Stevens et Léna Sedletzki-Stvens, les auteurs du livre *Les Secrets du chamanisme*³.

D'après S. Nicholson dans son *Anthologie du chamanisme*⁴, le chaman aurait aussi une spécificité physique comme six doigts de main ou deux lobes d'oreille d'un côté, ou alors ils naissent avec les dents. José a un doigt en moins et Chris une dent en plus.

Le chaman utilise une méthode qui n'appartient qu'à lui. Il est l'intermédiaire entre l'homme et les esprits de la nature. Il perçoit le monde de façon holistique ou animiste. À la fois sage, thérapeute, conseiller, guérisseur et voyant, il est le dépositaire de la culture, des croyances, des pratiques du chamanisme et d'une forme potentielle du secret culturel. Il vit essentiellement dans les sociétés traditionnelles ancestrales où il arbore des parures et pratique son art dans le secret, mais de tout temps et dans

3. Éd. J'ai lu, 2001.

4. Éd. Le Mail, 1991.

tous les espaces, même en Occident, des chamans exercent pour soigner les individus. Le chamanisme se détermine en particulier par « la maîtrise du feu » et le « vol magique » par le biais de rituels spirituels.

Le feu et la chaleur ont une importance spéciale en étant associés à la transe du voyage. Dans le monde entier, ils les utilisent pour se purifier avant les cérémonies rituelles. Dans *Les Secrets du chamanisme*⁵, José Stevens et Léna Sedletzki-Stvens, expliquent que l'origine du « salma » en Suède et du bain de vapeur en Turquie vient de là. D'autre part, la pratique amérindienne du « sweatlodge » qui se poursuit encore aujourd'hui comme moyen de guérison, est un bon exemple du maintien de cette tradition à but purificateur. Quand le chaman a rituellement recours au feu qui engendre fumée et chaleur, il est transporté à travers ciel jusqu'au monde des esprits. Ces mêmes auteurs y associent la signification profonde de l'usage du calumet indien : quand il est allumé et passe de bouche en bouche, tous les participants à la cérémonie sont unis dans le monde spirituel. Les chamans, considérés comme des maîtres du feu, démontrent à certaines occasions leur immunité aux brûlures. L'origine de la pratique consistant à marcher sur des tisons ardents est, en effet, la manifestation chamannique de la maîtrise qu'ils possèdent sur les propriétés physiques du feu. Pour parvenir à cet exploit, il faut d'abord qu'une relation existe entre eux et l'esprit du feu. Ils doivent le connaître intimement pour qu'ils ne fassent véritablement plus qu'un avec lui. À partir du moment où ils se confondent avec l'esprit du feu, le feu ne peut pas les brûler. La foudre, les sources chaudes, la fumée, bref, le feu sous toutes ses formes, sont des pouvoirs spirituels que les chamans s'attachent à connaître et à étudier afin d'accroître leur puissance.

L'autre caractéristique bien particulière du chamanisme est le voyage de l'âme. Le chaman en transe, sort de son corps physique pour aller vers les esprits et non l'inverse contrairement

5. *Op. cit.*

à de nombreuses croyances religieuses ou pratiques spirituelles qui demandent aux esprits de descendre sur terre, vers eux. Le chaman, grâce à son « voyage astral » ou voyage chamanique, se met en contact direct avec l'Univers et les esprits qu'il demande ou qui se trouvent, pour une raison ou une autre, sur son passage, ou bien encore avec tout autre message qui va se présenter à lui. Le chaman maîtrise ce contact avec les esprits et ne se transforme pas en un instrument pour eux (rares sont les chamans véritablement possédés par les esprits maléfiques). Il utilise aussi cette technique de déplacement pour faire des guérisons à distance. En dehors du contact avec l'au-delà, les chamans ont une relation étroite avec la nature : sur la base d'un grand respect, ils vivent en harmonie avec elle. Tout ce qui existe représente une forme de vie, que ce soit sous forme de pluie, neige, soleil, forêt, étoile, cascade, ruisseau, océan ou n'importe quel animal volant ou rampant, les chamans dialoguent avec chacun des éléments puisqu'ils représentent tous l'esprit supérieur, le créateur de toute vie et l'unificateur du cosmos. Par cette communion avec le Grand Esprit à travers toutes les formes de vie naturelle, les chamans font preuve d'humilité en remerciant le soleil, par exemple, de tous ses bienfaits. Cela est valable pour chaque élément naturel. Ses pouvoirs augmentent grâce au lien direct qu'il crée avec la source de vie par son attitude d'humilité profonde.

La présence du tambour est un point commun des chamans. Cet instrument leur permet d'entrer en transe grâce au rythme, accompagné de la danse pour soigner et guérir avec l'aide des esprits, excepté dans certaines régions où le tambour est remplacé par l'ingestion de plantes sacrées préparées selon des traditions ancestrales. C'est le cas dans la région amazonienne du Pérou où la « plante qui enseigne » s'appelle l'ayahuasca. Dans d'autres régions, d'autres plantes ou champignons sont utilisés dans les rituels chamaniques toujours pour les mêmes raisons : s'élever et apporter des guérisons ou des messages d'aide autour de soi.

Le second point commun des chamans est le contact avec les animaux spirituels. Chaque chaman, tout au début de son initiation chamanique, a eu la vision d'un ou plusieurs animaux qui se sont présentés sous quatre faces différentes. Ces animaux représentent les guides spirituels et sont appelés lors de chaque travail de guérison. Même en dehors de ces moments de soins, le chaman peut faire des incantations pour remercier ses animaux spirituels et leur demander de rester toujours près de lui pour le guider dans cette nouvelle journée ou pour avoir des réponses aux questions posées. Chaque animal a une signification précise et un certain pouvoir. Le livre de Jamie Sams et David Carson, *Les cartes médecines : découvrir son animal totem*⁶, donne des renseignements précis sur les caractéristiques et qualités de nombreux animaux dans le domaine chamanique.

Le troisième point commun des chamans est le chant. Chaque chaman a ses propres chants sacrés qui lui sont donnés dans ses visions auditives préalables. Ses propres chants se rajoutent à ceux donnés par le ou les chamans qui l'ont instruit. Ces chants sacrés ont une vraie puissance. Chaque guérison est toujours accompagnée de chants bien spécifiques qui intensifient le processus de rétablissement. Les chants chamaniques possèdent, à travers leurs intonations et leurs paroles, un réel pouvoir de guérison.

Le genre de chamanisme le plus connu ou plutôt le plus souvent reconnaissable, est celui des Amérindiens. Les films westerns (de qualités) relatant la vie des Indiens d'Amérique nous permettent parfois de voir le chaman, « médecin-guérisseur » (qui peut être parfois le sorcier) de la tribu, ainsi que les danses et chants qui sont peut-être des chants chamans pour apporter la pluie, une guérison, une protection, etc. Dans ces images, nous pouvons apercevoir une forme de travail chamanique de l'époque dans ces tribus amérindiennes.

6. Éd. Octave, Québec, 2010.

Le chamanisme Gnawa que Chris utilise dans ses thérapies, est originaire du Maroc. Descendants d'anciens esclaves, présents en ville et dans les zones présahariennes de tout le Maghreb, les Gnawas appartiennent à la confrérie de Sidi Bilal, esclave éthiopien libéré et adopté comme fils par le prophète de l'Islam. Les Gnawas sont appelés « les princes et les princesses de la nuit ». Le mot « Gnawa » est dérivé du berbère « Gnawem » qui signifie le chant de l'étoile, celle du forgeron. Maître Al Ayachi, guide spirituel d'une large communauté Gnawa à Tamasloht (près de Marrakech) présente le rituel de la Derdeba. Il s'agit d'un rite de possession Gnawa à fonction religieuse et thérapeutique. Il dure toute la nuit, on le nomme Lila et implique une longue préparation. Les Gnawas privilégiant la musique pour entrer en transe, sont souvent appelés les « musiciens guérisseurs ».

Le chamanisme prend à nouveau sa place en Occident depuis la fin du xx^e siècle à travers des conférences et initiations.

Dans les hôpitaux des États-Unis, les chamans sont reconnus en tant que tels et fréquemment acceptés, même parfois souhaités, pour aider les malades dans leur souffrance et accélérer leur rétablissement. Les chamans interviennent particulièrement dans les services hospitaliers des grands brûlés. Ils travaillent en collaboration avec les médecins officiels qui ont constaté depuis assez longtemps que ces hommes reliés aux esprits ont un pouvoir de guérison certain. Les universités canadiennes s'ouvrent également au courant chamanique. En France, les chamans interviennent dans l'hôpital des grands brûlés à Lyon pour soulager les malades de leurs douleurs, en accord avec le service médical.

Un chaman est en mesure de faire six types de travaux :

1. La divination : l'ouverture de son 3^e œil lui permet de faire de la voyance.
2. La guérison : il guérit suivant le message reçu de son guide spirituel. S'il guérit à l'aide des plantes, alors il est aussi appelé Curandero au Pérou.
3. L'extraction : il désenvoûte, extrait la sorcellerie, les impuretés, les mauvaises pensées, les maladies.
4. La psychopompe : il « pompe » l'âme. Après la mort d'une personne, il va chercher l'âme dans l'infra-monde (ou le monde du milieu) et l'emmène dans le monde d'en haut auquel le mort appartient dorénavant.
5. Le recouvrement : il va chercher dans l'infra-monde, les morceaux d'âme égarés qui manquent à la personne dans sa vie sur terre. Cela peut être dû à un choc émotionnel traumatisant, par exemple le décès d'un proche.
6. La restauration : il restaure les animaux spirituels (aussi appelés : animaux de pouvoir ou animaux totem) ; il ramène les guides au patient. Les animaux représentent les guides spirituels.

Tous ces soins ou « travaux » sont accomplis à l'aide de différents instruments et de différentes manières : le chaman peut utiliser le tambour, le hochet, les plantes, les pierres (gemmes), les chants, les parfums, les passes, l'hypnose (fascination, suggestions), les danses-transes, les talismans ou boucliers chamaniques (de protection), les esprits, la Nature, les prières, la diète alimentaire, la diète d'isolement. Durant son travail, souvent il est amené à supplier, ruser, négocier, ordonner, lorsqu'il est en contact avec les esprits. Pour guérir quelqu'un, il va peut-être aussi descendre dans les ténèbres.

Ce n'est qu'un aperçu du chamanisme en général et de certaines variantes du chamanisme, mais il permet néanmoins de mieux comprendre les méthodes de travail et la manière de les exécuter. Voyons maintenant plus précisément ce qu'il en est de l'ayahuasca.

L'ayahuasca ou la plante sacrée

Introduction aux plantes hallucinogènes

L'utilisation des plantes psychotropes remonte à la nuit des temps. Elles sont présentes dans toutes les civilisations anciennes et jouent un rôle important dans les rites religieux. L'homme pouvait alors entrer en contact avec le monde des esprits et découvrir un autre royaume fascinant et merveilleux avec lequel communiquer.

Les recherches scientifiques sur ces plantes particulières ont commencé en 1885 avec Von Bibra, chercheur pionnier dans l'étude des substances psychotropes, qui a publié le premier ouvrage présentant dix-sept d'entre elles. Grâce aux résultats de leurs premières recherches, les spécialistes prennent déjà conscience de l'importance des capacités de ces végétaux.

Pour Robert Gordon Wasson (1898-1986, contribution en ethnobotanique, botanique et anthropologie) et Raoul Weston La Barre (1911-1996, anthropologue spécialiste des religions amérindiennes), l'usage des psychotropes remonte à au moins vingt mille ans avant notre ère. Tandis que l'anthropologue Peter T. Furst situe ces usages à au moins cent mille ans avant notre ère et considère donc que le chamanisme est alors bien contemporain.

Dans les années 1960, les chercheurs affirment que la connaissance actuelle dans ce domaine est superficielle et que le règne végétal représente un capital immense. Chaque espèce dans cette variété de plantes, est une véritable petite usine chimique. Il est certain que la connaissance des composants des nombreuses autres plantes hallucinogènes inconnus jusqu'alors, va être d'un grand intérêt pour la médecine moderne et plus particulièrement pour la psychiatrie. Ils avouent se trouver devant une des énigmes non résolues de la nature : « pourquoi certaines plantes produisent-elles des effets spécifiques sur les fonctions mentales et émotives de l'homme, sur ses perceptions et sur son état de conscience ? » La différence entre un poison, un médicament et un narcotique est une simple question de dosage. Le tabac et l'alcool sont des narcotiques, des drogues qui provoquent un état dépressif du système nerveux central, alors que le café, à dose normale, ne provoque pas cette dépression. Le toxicologue allemand, Louis Lewin, écrivait à propos des plantes hallucinogènes : « ces substances forment un lien entre les hommes des deux hémisphères, le civilisé et le sauvage ». Ce qui rend la plante universelle. Schultes et Hofmann expliquent encore que « selon certains auteurs, l'idée de Dieu avait pu apparaître sous l'effet d'hallucinogènes révélant l'existence d'un autre monde. » Dans le document spécifique sur les plantes hallucinogènes, *Les Plantes des dieux*⁷, Schultes et Hofmann se demandent pourquoi elles sont étranges, mystiques et déroutantes : « Ces drogues, qui ne provoquent pas de phénomène d'accoutumance, sont-elles précieuses parce qu'elles permettent d'élargir l'esprit ? Parce qu'elles sont un moyen d'atteindre l'expérience mystique ? Ou parce qu'elles offrent une possibilité d'aventure hédoniste ? »

Les pays qu'on nomme « développés » n'ont plus accepté l'existence et l'utilisation de ces plantes et pourtant, depuis la fin du xx^e siècle, des spécialistes prennent conscience de l'importance de ces végétaux dans l'histoire et la formation des diverses cultures

7. Ed. du Lézard, 2005.

ainsi que l'étendue de leur potentiel d'action encore en grande partie inconnu à ce jour.

De l'avis des deux auteurs cités ci-dessus, parmi les nombreuses définitions proposées, celle de Hoffer et Omond paraît assez générale pour être acceptée par une majorité : « Les hallucinogènes sont des substances chimiques qui, à des doses non toxiques, provoquent des changements dans les perceptions, la pensée et l'humeur, mais donnent rarement lieu à la confusion mentale ou à des pertes de la mémoire, de l'identité ou du sens de l'orientation dans le temps et l'espace ».

Après le Mexique, qui fit le plus grand usage de nombreuses variétés de plantes sacrées, l'Amérique du sud est au second plan de par son nombre, sa variété et la profonde signification religieuse de ces plantes. L'ayahuasca en est la plus connue.

L'ayahuasca ou la plante sacrée

L'ayahuasca, constituée par l'association de deux plantes dont une variété de liane de la forêt vierge de la famille des Banistéropsis, est consommée au cours d'une cérémonie, après une préparation minutieuse (pour ne pas dire alchimique !) de dosage, de cuisson et qui dépend de la qualité spirituelle de celui ou celle qui prépare la cuisson.

Durant leurs études effectuées sur place, Hermann et Schultes ont perçu la signification de ces plantes par ses utilisateurs. Pour les Indiens d'Amérique du sud, l'ayahuasca révèle le vrai visage du monde, la vie quotidienne n'étant qu'un faux-semblant, un état fantasmatique. « Ayahuasca » signifie en kechua (dialecte local) « liane de l'âme ». Ce nom provient sans doute de la sensation, très fréquente durant la session de prise d'ayahuasca, du dédoublement de l'âme et du corps, permettant ainsi la communication avec les ancêtres et les forces du monde des esprits. En buvant cette potion, on « retourne à l'utérus maternel, source et origine de toutes choses », et les participants voient « toutes les divinités

des tribus, la création de l'univers, les premiers êtres humains, les premiers animaux et même l'établissement de l'ordre social ».

Ce breuvage, utilisé à la fois dans le domaine de la divination, de la sorcellerie et du domaine thérapeutique, est fortement présent dans les civilisations indiennes et remonte à la plus haute Antiquité. La plante Banistéropsis, présentée par des spécialistes internationaux à travers des écrits, a eu une bonne réputation grâce à ses pouvoirs de télépathie reconnus à travers le premier alcaloïde isolé qui fut nommé télépathine.

Il y a diverses manières de concevoir le mélange de plantes qu'est l'ayahuasca. Cette variation va engendrer des effets différents selon les méthodes de préparation, l'environnement, la quantité ingérée, le nombre et le type d'additifs, le propos de son utilisation et le contrôle cérémoniel exercé par le chaman. Ses usages les plus courants et les plus importants sont d'ordre thérapeutique, d'enseignement et d'élévation spirituelle (ou effet régénérant). En dehors du chaman et du guérisseur, la population peut aussi ingurgiter et participer à une telle cérémonie, à condition qu'elle respecte les interdits et les règles cérémonielles. Dans certaines tribus, l'ayahuasca est utilisée par les jeunes garçons pour devenir des hommes et de bons chasseurs (même s'ils ne chassent plus !).

La préparation de l'ayahuasca est un travail manuel et spirituel. Les chamans qui la préparent suivent préalablement un régime strict qui se poursuit pendant et après la préparation. Le processus de préparation et de cuisson dure quatre jours et représente un travail très délicat.

Ceci n'est qu'un aperçu de la plante sacrée, l'ayahuasca, qui fait déjà l'objet d'une meilleure connaissance de ses qualités en étant redécouverte par quelques scientifiques occidentaux afin qu'elle puisse être utilisée dans un cadre thérapeutique.

José, notre chaman-curandero

José Campos, 35 ans, est chaman depuis peut-être toujours, puisqu'issu d'une famille de chamans-curandero péruviens, il a hérité des dons de guérisons dans le cadre familial. Dès l'âge de 4 ans, ses facultés vocales se sont développées et sa spécialité est, entre autres, les chants sacrés, les icaros au Pérou, qu'il exécute avec tant de profondeur et de grâce. Le son et l'intonation de sa voix sont tout à fait particuliers. Un autre atout majeur que possède José est la connaissance des plantes. Après des années d'apprentissage, il a acquis la science des plantes et plus particulièrement des plantes médicinales qu'il connaît vraiment du bout des doigts. Il est donc aussi curandero, c'est ainsi que sont appelés ceux qui connaissent l'utilisation des plantes médicinales. Au Pérou, il est reconnu officiellement par l'Université Nationale de l'Amazonie, à Iquitos, en tant qu'ethno-botaniste, spécialiste de l'ayahuasca. Dans le cadre de sa profession, c'est à travers les plantes et les chants qu'il soigne les maladies et quelques fois même celles qui sont a priori incurables. José exerce sa fonction de chaman et curandero dans un centre de désintoxication près de Lima où il soigne et guérit ceux qui souhaitent arrêter la drogue. Dans les pays d'Amérique latine où pousse encore la cocaïne, de nombreux autochtones tombent dans le piège de cette forme de dépendance. Dans un travail de sevrage par des soins intensifs,

toujours accompagnés de l'ayahuasca dans un cadre spirituel, José guérit des toxicomanes profonds en l'espace de six mois. Après lui avoir posé la question, José m'explique que, pour la plus grande majorité d'entre eux, ces anciens toxicomanes se sont réintégrés dans la vie civile en travaillant.

Durant tout le séjour, il reste proche de chacun de nous et toujours ouvert et à l'écoute de nos impressions et sensations ainsi que de nos craintes quelquefois. De même que Chris qui a notamment fait office de traducteur car José ne s'exprime alors qu'en espagnol. Dès que commence la session d'ayahuasca, José, le « maître d'ouvrage » dans son terme le plus noble, si je peux me permettre de l'appeler ainsi, devait être appelé « maestro ». Ce terme fait partie des rituels lors d'une cérémonie avec l'ayahuasca au Pérou.

José a conseillé à Chris d'ouvrir un Livre d'Or où chaque participant notera ses premières impressions à la fin de l'initiation. José a rempli la page en espagnol pour conclure l'initiation :

Les échanges culturels ont une valeur transcendante dans le monde chamanique et c'est pour enrichir notre spirituel. Je n'oublierai jamais cette expérience faite avec vous tous. L'ayahuasca est le cordon ombilical du monde, pour unir différentes races, langues. Merci à Chris et sa famille. J'aimerais leur dédier un petit poème qui dit ceci :

*J'ai tant d'amis
Que je ne peux les compter,
Dans les champs et la montagne,
Dans la jungle et la mer ;
Gens chaleureux,
Et pour cela l'amitié
Fait que l'espoir est devant nous
Et les souvenirs derrière
À bientôt les amis.*

Vécu personnel de l'initiation

Depuis de nombreuses années, ma vie est orientée pour aller progressivement mais avec de plus en plus de précision, vers ce qui me paraît essentiel et fondamental dans notre vie en tant qu'humain. Évoluer, donner du sens à ma vie, développer ma conscience, voilà mon leitmotiv depuis près de 30 ans. Ma vie quotidienne se poursuit dans cette recherche d'équilibre entre l'intérieur et l'extérieur. Entre une vie intérieure qui s'enrichit des expériences de la vie quotidienne, et à l'extérieur à travers mes relations professionnelles et personnelles.

Souvent, je préférais écouter autrui plutôt que de parler. Lors de premières rencontres, mes interlocuteurs demandaient si j'étais « institutrice ? » ou « infirmière ? » une fois « docteur ? » plusieurs fois « journaliste ? », le comble étant « agent secret ? » lorsque je vivais à Madagascar. Cette période de plusieurs années a été particulièrement instructive et transformatrice en profondeur.

Après avoir été enchantée de cette île et de ses habitants, j'ai été confrontée aux difficultés économiques en tant que petit investisseur, lors du changement de gouvernement en 1990-1991 qui a vu s'éloigner un régime communiste pour laisser place à un gouvernement plus libéral. Le pays était alors au bord de la guerre civile et en grève générale. J'ai pu constater les capacités de conciliation des Malgaches durant cette période difficile. Je ne

rentre pas dans les détails de ce vécu, mais cette période m'a obligé à faire une reconnaissance intérieure et approfondir le Pardon sincèrement pour me libérer de ma souffrance due à des situations vécues et perçues comme des trahisons. En même temps, j'ai eu le sentiment d'avoir vécu une grande page de l'histoire malgache et de ma propre histoire. Ma pratique régulière de l'Aïkido a aussi commencé là : alors que je cherchais un enseignement dans le yoga, mon interlocuteur de la Préfecture m'invita à venir à son cours d'Aïkido. J'ai de suite eu envie de pratiquer. Cette discipline dans les arts martiaux a été la première étape de mon chemin spirituel conscient.

Après être allée au bout de cette initiation majeure de transformation profonde, j'ai quitté l'île de Madagascar et repris mon ancien travail, cette fois-ci en tant que salariée. Je me sens très bien, comme vidée et avec un nouveau sentiment de liberté. Je « sais » alors que tout ce qu'il me reste à faire est de choisir un vrai chemin spirituel en toute conscience. Je n'ai pas d'autres désirs. Deux mots retentissent à nouveau en moi : Essentiel & Fondamental.

Une collègue journaliste me parle d'un psychologue-chaman qui encadre des groupes de travail thérapeutique dans le chamanisme. Ce qui m'a attiré dans le chamanisme c'est la relation avec la nature avec laquelle je suis en lien consciemment et profondément. C'est ainsi que j'ai rencontré Chris, puis tout le groupe. Dans les exercices de transes à travers les danses, je retrouve la sensation de détachement, de libération, de relaxation profonde malgré le mouvement ou peut-être grâce au mouvement. Je sors de la séance en étant bien dans ma peau et avec une nouvelle énergie. Pour les « descentes » à la recherche de mes animaux spirituels, j'en ai déjà vu plusieurs dont certains m'ont effectivement transmis un message, mais je ne les vois pas à chaque fois. Parfois, j'ai d'autres visions sans message et d'autres fois je me contente d'une relaxation. Par contre, la plante que nous avons prise dans le contexte spirituel du chamanisme péruvien, m'a apporté de

grandes satisfactions concernant cet autre monde que l'on nomme aussi « Monde parallèle ».

Les notions de Dieu, de divin, de foi, de Soi, de monde parallèle, de vie au-delà de la mort, vont progressivement se dessiner avec une plus grande clarté. Le contenu de mon expérience et de celle des autres participants, est resté sous son premier jet d'écriture. Cette expérience a été vécue en 1995 et ce n'est qu'en 2015, soit 20 ans plus tard, que je corrige les fautes pour favoriser sa publication. Les expériences si profondes ont souvent besoin de temps pour être digérées, dans le sens expérimentées intérieurement à travers le quotidien pour nous faire grandir, nous fortifier dans cette dimension de vie beaucoup plus large, avant d'être partagées avec autrui.

J'ai écrit le récit de ma propre expérience juste après chaque session. Je ne parlais pas du contenu tant j'étais émue et imprégnée de ce vécu qui transcende notre vie ordinaire, et dont j'ai gardé des souvenirs précis d'après mes tout premiers lecteurs, mais insuffisant pour moi étant donné tout ce que j'ai le sentiment de ne pas avoir réussi à ramener dans ma conscience terrestre.

À la fin du récit, j'évoque les principales étapes qui ont suivi cette expérience avec la plante sacrée, l'ayahuasca, ainsi que les résultats des recherches scientifiques récentes.

Je suis au début de mon chemin spirituel et aspire à mieux connaître la nature humaine en commençant par moi-même. Mon souhait particulier pour cette expérience est de découvrir la vie au-delà de ce que nous voyons afin de donner une autre dimension à ma propre vie.

PREMIÈRE SESSION D'AYAHUASCA

Vendredi 10 novembre

Nous nous sommes retrouvés à 15 heures dans la salle où va se dérouler en grande partie cette initiation au chamanisme. Aujourd'hui c'est uniquement pour la prise d'Asusena (mélange de plantes purgatives et vomitives) afin de nous préparer à la prise d'ayahuasca du lendemain.

Cette première ingestion consiste tout simplement à purifier le corps par des vomissements et quelques fois de la diarrhée. C'est un complément à la diète qui se poursuit. Le but est toujours de nous préparer au mieux en nous mettant dans les meilleures conditions possibles, physiquement et mentalement, pour favoriser les visions positives et communicatives sous l'effet de la plante sacrée. L'ingestion de l'Asusena se fait dans un contexte de rituels cérémoniaux accompagnés de chants sacrés, les Icaros, ainsi que la purification des énergies dans la pièce. José commence alors sa tâche d'initiateur.

Le liquide n'est évidemment pas agréable à boire. Après avoir ingurgité cette potion, disons un quart d'heure plus tard, nous sommes tous dehors à vomir chacun dans un seau ou de l'autre côté du mur. J'ai vomi tout ce que j'ai mangé à midi, c'est-à-dire la copieuse salade de riz aux tomates ! C'est très liquide, donc je n'ai pas eu de mal à rendre. Ensuite, après quelques minutes de récupération, je suis à nouveau d'aplomb alors que d'autres vomissent toujours et pour certains encore durant de nombreuses minutes. En fait, je ne suis pas vraiment remise de toutes mes émotions, puisque chaque fois que je me lève ou que je parle pendant un moment, je sens à nouveau en moi cette nausée. Alors je m'arrête de marcher ou de parler, et l'effet fait de même. Certainement que je peux vomir plus si je me laisse aller

davantage. Bien sûr, le lendemain j'ai rattrapé ce manque. On ne peut pas y échapper, je crois bien !

Le temps que chacun retrouve ses esprits, nous nous sommes quittés vers 19 heures. Ce premier contact avec José a été très positif.

Samedi 11 novembre

À partir de dix heures, nous avons chacun eu un entretien individuel avec José en compagnie de Chris qui traduit et nous présente à lui personnellement. Durant cet entretien, chacun exprime son souhait, le résultat espéré des sessions d'ayahuasca. Pour ma part, j'ai souhaité me relier avec le Grand Esprit (comme l'appellent les Amérindiens), avoir un lien direct avec la création et les esprits qui sont proches de moi afin que je puisse être guidée sur mon chemin pour mener ma route comme je dois le faire, et avoir des informations. D'autre part, je souhaite aussi recevoir une aide pour soutenir les autres autour de moi lorsqu'ils auront besoin d'un secours. Je n'ai pas voulu entrer dans les détails par des demandes sur le plan matériel ou même personnel puisque, si j'ai le droit d'avoir cette aide spirituelle, je serais en mesure de trouver toutes les solutions aux problèmes matériels qui ne sont que secondaires ainsi que les besoins personnels qui me seront apportés pour progresser sur ma route.

En me regardant dans les yeux, José m'a demandé de lui faire confiance. Je lui avais déjà donné ma confiance mais le fait qu'il l'ait dit à ce moment-là, et la façon dont il m'a parlé, je suis encore plus confiante. Il me dit aussi que je « risque de me retrouver dans le ventre de ma mère ». J'ai eu une petite frayeur en sachant que maman a eu beaucoup de mal pour accoucher de moi et donc je suppose avoir également souffert. Il dit encore que je vais « peut-être découvrir des vérités sur moi-même qui ne me feront pas forcément plaisir ». Devant l'inconnu (surtout de soi), c'est vrai qu'on a toujours au moins une petite appréhension mais j'ai

confiance en moi et accepte de voir mes défauts pour pouvoir les corriger. En fait je suis contente de savoir que, même si je n'ai pas de vision, je peux m'améliorer et il n'y a rien de mieux pour avancer !

J'ai montré le dessin de l'escalier multicolore dans lequel on peut distinguer différents symboles (Mireille, astrologue, m'avait demandé de le dessiner pour l'analyser), mais il n'a pas fait de commentaire. Cette illustration n'a certainement aucune importance pour lui. L'entretien d'une quinzaine de minutes est terminé, je repars après avoir salué quelques membres du groupe qui venaient d'arriver.

De retour sur mon lieu d'habitation, je ne sais pas comment faire passer le temps. Je suis tout de même un peu anxieuse et en même temps impatiente de commencer la première session. Je me suis levée tôt ce matin et ayant déjà fait le ménage, je me suis surtout reposée après avoir mangé une bonne salade de tomates accompagnée de crackers. C'est sûrement encore trop mais cela m'a calmé. L'un des participants me contacte. Il a besoin de parler alors nous échangeons quelques commentaires sur l'initiation ainsi que les souhaits de chacun de nous.

Puis c'est enfin l'heure de partir pour cette nouvelle aventure très particulière. J'arrive à 14 h 30 et vois que la plupart des participants sont restés pour se reposer ou se baigner dans la piscine. J'ai regretté d'être partie parce qu'en restant sur place, je n'aurais pas mangé si ce n'est juste une pomme ! D'autant plus qu'en restant dans le groupe, j'aurais été moins anxieuse.

Le temps que tout le monde s'installe dans la pièce où nous avons déjà pris l'Asusena la veille, nous regardons sur le petit écran un documentaire sur le chamanisme en Amazonie péruvienne avec la présentation de l'ayahuasca. Cette plante, ou plutôt cette liane, n'existe que dans cette zone tropicale et forestière. Ensuite nous découvrons une émission télévisée sur la transe, variable dans divers pays. Pour terminer, nous regardons un reportage sur le

centre de désintoxication au Pérou où travaille José, présentant l'ayahuasca ainsi qu'une session avec 5 ou 6 toxicomanes.

J'ai bien apprécié les trois documentaires instructifs, lesquels nous rapprochent un peu plus de ce que nous allons vivre.

Après une pause, ceux qui le souhaitent ont dansé pour entrer en transe sur le son des chants Gnawas. Pendant ce temps, au fur et à mesure, chacun de nous reçoit une autre purification, extérieure celle-ci, en nous « lavant » avec les plantes choisies et cueillies par José, lesquelles ont macéré une demi-journée dans de l'eau chaude. Ce rituel est effectué en intimité avec José qui nous asperge méthodiquement tout en chantant un Icaros, le chant sacré. Assise dans la bassine d'eau où flottent de nombreuses fleurs et plantes de champs variées, José m'asperge en chantant et mes dernières angoisses cachées se desserrent. L'odeur des plantes est très forte mais cette fois-ci, ça sent bon !

De retour dans la salle, tous assis sur les grands coussins installés contre les murs tout autour de la pièce, nous écoutons Chris et José répondre à nos dernières questions afin d'éliminer au mieux la peur qui risque de nous bloquer et peut-être de nous faire vivre cette expérience dans la crainte alors qu'il faut faire confiance à la plante sacrée pour que son enseignement puisse nous enrichir.

Je ressens une certaine crainte, un court instant, quelques minutes avant le commencement. L'heure fatidique est venue et chacun, à tour de rôle, s'avance pour s'agenouiller ou s'accroupir en face de José (devenu maestro) qui nous remet le petit verre à liqueur contenant le liquide qui nous permettra de quitter la conception de la vie sur terre !

C'est écœurant à boire ! Mais puisqu'il faut passer par là, il est nécessaire de faire abstraction du goût qui reste malgré tout dans la bouche trop longtemps après l'ingestion de la plante sacrée. Chris nous a prévenus que l'effet se fera sentir entre vingt et quarante minutes après la prise de l'ayahuasca, donc j'attends. Je suis passée parmi les premiers, plus exactement la deuxième, et

il doit être environ 20 h 30. Une demi-heure plus tard, chacun a reçu sa part et l'attente continue, mêlée d'un peu d'angoisse c'est vrai, puisque j'ai des sensations bizarres dans mon estomac qui se généralisent dans tout mon corps par un malaise. Quelques minutes auparavant, Chris nous a rappelé que les sessions doivent se dérouler dans le calme : personne ne doit parler et chacun doit garder sa place. Pour aller aux toilettes, il faut appeler Maestro ou Chris pour les prévenir. Plusieurs seaux sont disposés au milieu de la salle, on nous a prévenus des risques de vomir à nouveau.

Puis la lumière de la torche est éteinte et nos yeux s'habituent au bout de quelques minutes aux ténèbres à peine éclairées par la clarté de la nuit lunaire à travers les fenêtres. Maestro nous demande de fermer les yeux, ce que je fais.

Chris nous a expliqué un instant plus tôt que la meilleure façon d'avoir des visions est de fixer le milieu du front en fermant les yeux. Ce que je fis aussi, pour me rendre compte ensuite que ce n'est absolument pas nécessaire. Dans ses dernières paroles, Maestro nous dit, par l'intermédiaire de Chris, que nous devons nous raccrocher et suivre les chants sacrés qu'il va chanter durant toute la session. Cela nous permet de nous relier à lui et de nous protéger de nos peurs éventuelles. Il chante déjà et ses chants sont très beaux avec sa voix mélodieuse qui vient d'ailleurs, d'une autre contrée, et que nous découvrons tous !

Je ne sais plus à quel moment le temps s'est suspendu mais rapidement je vois comme un ciel étoilé. D'abord surprise, je rouvre les yeux, et je me sens bien, alors, souhaitant retrouver ce paysage étoilé, je les referme.

Tout à coup je sens mon corps qui se réchauffe. Il se réchauffe de plus en plus. Rapidement, cette chaleur s'accroît encore. Le temps me paraît long. Je commence à me demander si je vais pouvoir supporter la fournaise si elle continue ainsi, tellement elle est forte ! En même temps, commence ce défilé de couleurs multicolores. C'est très intense. Des tourbillons de couleurs

qui s'entremêlent tout en m'aspirant, m'emmenant dans leurs mouvements rapides. Puis, ce branle-bas de combat s'accompagne de vibrations qui rentrent dans tout mon corps brûlant ! Tout, en moi, vibre. La vision est presque insoutenable tellement elle est excessive par ses couleurs, mouvements et sensations. Je ne peux plus m'en détacher.

Je me demande si mon petit corps et ma petite personne, vont pouvoir supporter une telle énergie. Je l'appelle ainsi puisque je réalise qu'il s'agit, du moins je le suppose, de cette énergie cosmique dont j'ai pris connaissance dans les livres, que l'être humain est incapable de supporter tant elle est puissante. Seuls des Maîtres tels que Jésus, Bouddha, etc., sont aptes à la recevoir. J'ai l'impression que déjà, le minimum reçu, est insupportable.

Couleurs, tourbillons, vibrations, ça continue. Puis, tout d'un coup, du côté droit de mon champ de vision, une lumière jaillit. Elle est unie, de couleur jaune très claire, comme apaisante parce qu'elle est unie et fixe. Je me raccroche par le regard à ce large filet de lumière qui vient de je ne sais où et tombe sur moi. Alors qu'aux alentours, les couleurs, tourbillons et vibrations, continuent.

À cet instant, avec cette image, je sens mon corps tout bizarrement. Quelque chose se passe, comme une transformation. Je me rappelle avoir senti, surtout à l'avant-bras droit, l'impression que la peau se rétrécit pour devenir un bras tout neuf d'enfant, de bébé. J'ai aussi d'autres sensations dans tout le corps mais moins fortes.

Ensuite une perception étrange au niveau du cou. J'ai mal, mais c'est une douleur supportable. Mon cou est étiré. Il s'allonge, s'allonge à n'en plus finir, et en même temps se durcit. Je ne peux rien retenir. C'est vraiment tout à fait spécial et je fais des grimaces (mentalement je suppose) parce que le tiraillement est trop fort, pourtant ce n'est pas une souffrance. C'est comme si la notion de douleur n'existait pas. Tout à fait consciente, je suis alors persuadée de vivre ma naissance.

Ensuite, je ne me rappelle plus très bien si ce n'est le fait que je ne me sente pas très en forme. Comme un malaise général. Pas de douleur mais un grand malaise dans le corps physique. Je n'ai plus conscience, ou si peu. À ce moment, Maestro, comme par enchantement, est venu me sortir de là : il s'est approché en agitant son chakapa (ensemble de feuilles bien particulières, séchées et nouées) dont le bruit et l'effet dispersent les énergies peut-être trop fortes et je reprends conscience sur terre, dans mon corps, tout doucement. Un chant spécifique accompagne ses gestes pour que je me relie à lui. Il relève ma tête tombée sur le côté, et un petit filet de bave sort de ma bouche. Après avoir redressé mon buste, il met le seau devant moi.

Voilà une mission terminée que Maestro va renouveler de différentes manières auprès de plusieurs d'entre nous ! Au moment où je retrouve la position assise contre le mur, j'ai l'impression d'être dans la posture du fœtus mais, a priori, il n'en est rien : je n'ai même pas plié les jambes. Je me demande alors comment Maestro a pu savoir que je n'étais pas bien, puisque je n'ai pas émis de son et qu'il fait noir. M'a-t-il accompagné dans cette descente ? Et c'est pour cela qu'il a pu intervenir quand il fallait ? Au fond de moi, je le remercie chaleureusement de m'avoir secouru au bon moment.

Un instant plus tard, reprenant de mieux en mieux conscience de mon corps, je refais le point en me remémorant tous mes ressentis et visions. Je me rends compte avoir revécu ma naissance.

La « grande vision » s'est produite peut-être juste avant ou à peine après que Maestro ne soit intervenu, je n'arrive plus à la situer dans l'espace-temps. L'image fut courte mais bien nette et vécue en toute conscience. Je me retrouve sur le bord d'un chemin, au sommet d'une petite colline quasi sans végétation, sec et caillouteux. Beaucoup d'autres personnes bordent aussi ce chemin et attendent patiemment. Je ne sais pas ce que je fais là et n'ai aucune idée de ce qui va se passer mais je patiente comme eux, pas très longtemps. Du côté gauche arrivent des gens sur le chemin, puis je vois un homme qui porte une croix. C'est

Jésus vêtu de blanc. Il progresse péniblement, entouré des autres personnes qui l'accompagnent. Au fur et à mesure qu'il s'avance, la distance qui nous sépare est de plus en plus petite. Lorsque je suis au plus près de lui, je ressens soudainement une grande souffrance, comme si, moi aussi je portais une lourde croix sur mon épaule. C'est sa grande douleur intérieure que j'ai éprouvée et que j'ai portée en toute petite partie. Je suis abasourdie : j'étais sur le passage où Jésus avance, portant sa croix !

Puis je vomis, et vomis encore. Un nettoyage en profondeur ! Ça me soulage et me vide. Plus tard, je me demande si j'ai revécu là une vie antérieure ou si j'ai fait un voyage dans le passé ?

J'ai bien repris conscience de ma vie terrestre, du moins dans cet état nauséeux, et réussi à ouvrir les yeux mais dès que je les referme, c'est reparti pour les couleurs, tourbillons et vibrations, alors je les rouvre pour y échapper. Plusieurs fois de suite, je les referme et les rouvre ainsi. Je suis exténuée et n'ai plus le courage de me laisser aller pour repartir. Maintenant j'ai aussi peur de l'inconnu et surtout parce que je ne veux plus vomir ! Je m'en veux de ne pas reprendre ce voyage intérieur puisque c'est ce que j'ai souhaité, pour me connaître moi-même et avoir d'autres visions. Mais je n'ai plus de force et crains de ne pas pouvoir revenir toute seule. Je m'en veux d'être aussi faible. Pourtant je préfère choisir le côté sécurité alors j'essaye de garder les yeux ouverts ou, si je les ferme, de rester dans la salle à écouter les chants de Maestro et les expressions de certains autres participants qui ne peuvent contenir quelques mots et d'autres impressions.

L'effet de l'ayahuasca est encore très fort et mon corps complètement disloqué, c'est-à-dire détaché de mon esprit : je suis incapable de lui commander un mouvement. Puis tout doucement, je reprends quelques forces pour me redresser. Ce qui m'a sorti de cette énorme fatigue, c'est surtout l'expérience qu'a vécue Pascal à côté de moi. D'un seul coup, il s'est redressé, ouvrant ses bras à l'infini et émettant un cri tellement long (quel souffle !), fort, et surtout profond... vraiment impressionnant. L'ayahuasca faisant

maintenant moins d'effet, j'ouvre les yeux de plus en plus souvent pour suivre les exclamations et expressions de Pascal.

J'interprète cela comme s'il fut chargé de nous protéger et de nous transmettre des ondes positives, de telle façon qu'il serait un canal qui peut recevoir l'énergie cosmique et la distribuer sur terre. Une interprétation effectuée par mon mental sous les conditions des effets diminuant de l'ayahuasca et suite à mon expérience de la vision de Jésus.

En même temps je regarde les autres personnes du groupe, dont trois ou quatre parmi les vingt présentes, petit à petit s'exclament aussi à leur façon en riant, vomissant, parlant, pleurant. Je suis en empathie et comprends bien parce que la plante est très forte et ce n'est pas facile de se contrôler, surtout pour cette première prise ! À ce moment-là, j'ai la très nette impression d'avoir déjà vécu tout cela : l'expérience de Pascal et la vue du groupe avec ses exclamations.

Je ne sais combien de temps après, Maestro nous demande de chanter avec lui la première chanson chamanique de groupe. Il m'est impossible d'ouvrir la bouche et encore moins de chanter. Pourtant, je m'y efforce parce que j'ai envie de chanter cette chanson, laquelle, je crois, nous relie à nouveau tous les uns aux autres dans la pièce. Elle me permet aussi de partager ma joie. Je suis contente de tout ce qui s'est passé, de ce que j'ai vécu. Cela atténue grandement le sentiment de faiblesse que j'ai eu à la fin et qui m'a empêché de « repartir ».

Concernant le sens de déroulement des « activités » de la nuit, j'ai eu quelques difficultés pour resituer dans le bon ordre les différentes actions vécues. Comme nous l'a expliqué Chris auparavant, il y a des « montées » et des « descentes » successives qui nous mettent dans une situation consciente ou semi-consciente, du moins nous détachent de notre corps et de ce fait, également de l'espace-temps qui nous gouverne sur terre.

De plus en plus consciente, je regarde les uns et les autres ainsi que Chris et Maestro, lesquels se déplacent en fonction des besoins de chacun de nous. Maestro chante de très beaux chants sacrés et, par intermittence, s'arrête pour se reposer, nous observer et sûrement aussi pour faire son propre travail spirituel. Dès qu'il s'arrête de chanter un trop long moment (relativement court dans notre espace-temps habituel !), les pleurs et les gémissements reprennent mais tout s'arrête dès qu'il recommence son chant. J'ai bien pu constater l'effet puissant, rassurant, aimant et calmant, des Icaros à travers sa voix !

La nuit avance doucement. Quelquefois je souhaite que le temps passe plus vite. La plante sacrée fait encore de l'effet mais je la refuse, et le sommeil me gagne tellement que j'ai du mal à résister. Il faut attendre la fin de la session, après un dernier rituel individuel, pour pouvoir dormir.

Les effets sont encore forts mais je ne veux plus repartir, par peur, parce que je n'ai plus de force et puis surtout parce que je crains de vomir à nouveau si je me laisse embarquer par la plante et cela, je ne le veux plus ! Je souhaite que tout s'arrête pour que je puisse récupérer et dormir. Quelle faiblesse de ma part... Je m'en veux encore un peu...

Alors je me souviens de ce que Chris nous a dit : « l'effet ne dure qu'un certain temps et il suffit de se dire que de toute façon cela va s'arrêter ; il faut patienter, laisser le temps passer ».

Ce que je fais tant bien que mal en m'intéressant à tout ce qui se passe autour de moi et en observant Maestro dans ses activités ainsi que Chris dans ses déplacements.

Après m'être ressaisie, je me sens de mieux en mieux et me suis assise pour redresser mon dos le mieux possible, sans le coller au mur, afin d'exister vraiment dans mon corps, de reprendre tous mes esprits et participer plus, par ma présence uniquement, à ce qui se passe dans la salle et donc du groupe dont chacun revient progressivement de son premier voyage.

Tout se déroule encore doucement comme depuis le tout début. Maestro allume la petite lumière portative. Et puis, petit à petit, chacun s'avance pour s'agenouiller (en s'asseyant toujours sur les talons) devant José pour une Soplarengé qui signifie un nettoyage et des soins à travers un chant sacré. Ce rituel se déroule vers la fin de la séance, après lequel seulement je peux m'allonger pour dormir. Cette fois-ci nous ne passons pas dans l'ordre mais à tour de rôle, José et Chris appellent ceux qui ont repris toute leur conscience physique.

Pour ma part, j'ai repris mes esprits depuis un certain temps et je pense que mon corps est de la partie mais je me rends compte, en me levant et en marchant, que je dois faire un certain effort pour arriver au but. D'autres personnes ont encore beaucoup plus de mal !

Maintenant je suis bien dans ma peau et fière de ce que j'ai vécu. Je suis contente d'être consciente pour participer, du moins visuellement, au « réveil » de chacun des participants et aux bribes de discussions entre Maestro, Chris et certaines autres personnes. Je n'entends certainement pas grand-chose mais je crois que je ressens plutôt des sensations de ce qui se passe et que j'interprète peut-être aussi à ma manière. Chris passe auprès de chacun de nous ainsi que José, pour écouter nos expériences nocturnes.

Lorsque tout le monde est couché, je décide de dormir aussi. Il doit être environ 3 heures du matin. Nous passons le reste de la nuit dans cette même salle.

Dimanche 12 novembre

Quelques heures plus tard, vers 6 h 30, José, qui a dormi dans une chambre d'ami qui surplombe notre salle, dit d'une voix forte et joyeuse : « Ça va ? » avec son accent amical latino-américain. Mais à ce moment-là, j'aurais préféré qu'il ne dise rien puisque tout le monde dormait encore ! J'ai eu du mal à dormir d'un nouveau sommeil profond et me lève vers 7 h 30. Je suis bien réveillée et

regarde les quelques personnes debout, s'activer lentement. Je décide d'aller prendre ma douche. L'eau est une fois de plus comme une énergie libératrice et vivifiante. Je reste longtemps sous ce fluide de perles chaudes et c'est génial (personne n'attendait son tour, j'ai pris mon temps).

Tout se déroule toujours très lentement. Cela m'a marquée parce que mon rythme de vie habituel est différent. Je me rends compte aussi que je me sens bien en restant dans le groupe. Je n'ai pas besoin de m'échapper pour prendre l'air dehors comme c'est souvent le cas lorsque je suis enfermée dans une pièce avec d'autres personnes. Mais c'est peut-être dû au silence (et sûrement aussi aux chants de Maestro) qui est à l'ordre du jour alors qu'en général, dans un groupe de personnes, chacun veut parler plus fort que l'autre et c'est certainement cela que j'apprécie moins. Le seul inconvénient de cette matinée en revenant dans la salle, c'est l'odeur de vieille cigarette des « soplá » de la nuit que j'ai du mal à supporter à cette heure matinale.

Vers 9 heures, une assiette de sel chargé, c'est-à-dire qui a reçu une énergie supplémentaire par un icaro (chant sacré), passe dans nos mains pour que chacun en absorbe une pincée, ce qui signifie l'arrêt total de l'effet de l'ayahuasca et donc aussi l'arrêt de la diète.

Divers commentaires entre nous pour raconter notre propre expérience au voisin et entretien général avec Chris. Presque tout le monde a eu des visions et malgré les pleurs, les vomissements, chacun est content de son expérience qui lui a apporté des réponses et des informations. Sauf peut-être Jacky qui estime ne pas avoir eu une dose suffisante d'ayahuasca.

Encore un long moment avant de nous retrouver dehors, sur le gazon, autour de la table, à manger du pain beurré, des fruits, à boire des tisanes et du jus d'orange. Dehors il fait beau et le soleil nous rappelle à la vie terrestre. Puis c'est l'heure d'aller reconnaître les lieux où nous allons nous installer le prochain week-end pour la diète d'isolement de deux jours et une nuit.

Je pense déjà au moment où nous allons tous nous séparer et où je vais rester seule. Mais je sais aussi que ce n'est pas dramatique puisque cela arrive souvent et que je retrouve assez rapidement mes repères pour me sentir bien.

Chris me propose d'emmener José jusqu'à l'endroit où chacun des participants va choisir son lieu de méditation. J'accepte cette offre avec une grande joie. Je suis très contente et me dépêche de nouer les lacets de mes baskets pour que la situation ne puisse pas changer entre-temps. Qui sait, des fois des transformations s'opèrent parce qu'on n'est pas là pour parer aux différentes situations qui peuvent être interprétées par les personnes autour. C'est juste un ancien fonctionnement de mon mental. C'est vrai que chacun aurait eu plaisir à emmener José !

Nous sommes à trois dans la voiture que j'ai louée. J'écoute depuis plusieurs semaines, le CD « Indiens » et sur l'autre face, les Chœurs de Los Calchakis. Je suis contente de faire plaisir à José en partageant cette écoute, je me doutais bien qu'il apprécierait ! Évidemment, il connaît toutes les chansons des Calchakis et chante le refrain avec eux. Nous roulons tout doucement sur la petite route qui serpente en montant. C'est un moment très agréable.

Arrivé au lieu-dit, je découvre un paysage verdoyant, très beau. Les conditions les plus importantes sont regroupées pour vivre ces moments en harmonie avec la nature de la meilleure façon possible. Tous les endroits où je regarde autour de moi, sont éclatants de naturel. Mais il y a trop de cris dans le groupe, ça perturbe l'environnement et mes oreilles.

Comme chacun de nous doit choisir un lieu d'implantation qui sera isolé suffisamment des autres pour ne pas pouvoir communiquer, ni voir autrui, je m'avance loin en espérant découvrir une place au calme. Je continue à marcher, à m'enfoncer dans la verdure avant de trouver cet endroit, situé dans la fourche de deux petits monts. Ce lieu permettra d'abriter mon habitacle sous les branchages de quelques arbres de taille moyenne et d'orienter

l'ouverture vers le bas de la colline. Ainsi, j'aurai une vue assez large pour ne pas me sentir prisonnière. Je reste postée là, debout, pendant longtemps je crois, à regarder tous les alentours pour déjà me familiariser avec le milieu et réciproquement, que les arbres et les plantes sachent que je serai là très bientôt ! J'écoute les oiseaux et me réjouis de cette future collaboration avec notre mère la Nature. En même temps une crainte émerge en imaginant la prise d'ayahuasca qui se passera sûrement bien, mais j'appréhende le « retour ».

Durant l'exploration visuelle, mes yeux se posent et restent longtemps sur le paysage proche, à quelques mètres devant. En fixant cet endroit, je peux facilement comme « troubler » mes yeux (pareil à un dessin dans lequel on peut voir la troisième dimension). À cet instant, comme cela m'était déjà arrivé souvent, je vois la terre respirer.

Il y a quelques années, un ami adepte de la philosophie bouddhiste, a été étonné que je puisse ressentir et voir cela. D'après la doctrine qu'il étudiait, cet état correspond déjà à un stade relativement avancé (du moins pour des Occidentaux). Pour ma part, je suis persuadée que de nombreuses personnes vivent de tels moments particuliers qui leur permettent d'ouvrir leur esprit sur une autre dimension de conception, tout en le vivant naturellement.

En regardant fixement la couche terrestre inspirer et expirer, je vois dans cet arbuste dense, là, juste à une quinzaine de mètres devant moi, ses branches fines et nombreuses qui représentent maintenant des hiéroglyphes. C'est incroyable, je distingue très bien les croquis d'oiseaux et de personnages toujours dessinés de profil. Je les vois tant que mes yeux restent ainsi mais c'est fatigant. En fermant et rouvrant les yeux, je reprends une vision normale pour ensuite revenir sur les dessins. J'effectue cet exercice plusieurs fois et ils sont toujours là. Quelques fois les dessins changent et il m'est impossible de m'en souvenir assez bien pour les redessiner

moi-même : ils sont trop nombreux. Amusée par cette vue, je suis restée certainement de nombreuses minutes ainsi.

Par contre, dans l'arbuste un peu plus grand derrière le premier et plus à droite, je vois plutôt la tête d'un monstre, comme ceux que l'on voit dans les dessins animés. Alors j'essaie de lui donner une tête plus sympathique sans y réussir vraiment. Je me dis que je réglerais cela plus tard lorsque je reviendrais. Bref, je me sens bien là où je suis : pas de bruit de voix humaines. Si ce n'est juste un léger bruit de fond des rares véhicules passant sur la route en contrebas. Ce sera peut-être aussi un indice rassurant si je me sens trop isolée ! Quelqu'un m'appelle ?

Tout le monde est déjà retourné vers les voitures. C'est vrai que je voulais rester à l'endroit choisi le temps que chacun trouve sa place pour que tout le monde puisse choisir son coin sans se voir. Pascal étant revenu me chercher, nous rejoignons rapidement le groupe. L'heure de nous quitter se rapproche inexorablement. Tout le monde le ressent, j'en suis sûre, mais certaines personnes, après s'être dit au revoir se sont tout de même rendues à la salle pour se quitter à nouveau. Ce n'est pas facile de se séparer après cette première grande expérience.

Avant de redescendre, d'un accord implicite, Chris et moi-même convenons que j'invite José ce soir pour un repas léger. Cela me permet de ne pas faire de coupure nette avec ce week-end tellement puissant. Bien sûr, je suis ravie de pouvoir me rapprocher de José pour le connaître en tant qu'être humain dans la vie ordinaire. Nous nous sommes quittés en début d'après-midi mais le rendez-vous est fixé pour dîner ensemble le soir même.

De retour chez moi, je m'allonge pour me reposer puisque la nuit fut bien courte. Je ne veux pas non plus disperser mes pensées en regardant la télévision par exemple alors je médite en faisant une prière et en souhaitant que je sois une compagnie agréable pour José en guise de remerciement pour le grand travail qu'il nous a permis de vivre à travers la plante durant ces deux jours.

Le temps passe et tout à coup il est déjà presque trop tard. Alors vite je me prépare et part chercher José. Dans la voiture, j'élabore un petit texte d'entrée : « Que veux-tu manger José ? de la viande ou du poisson ? » J'ai envisagé un restaurant différent pour chacune des possibilités.

Alors nous voilà partis pour manger du poisson comme il le souhaite. Et puisqu'il aime la mer, nous allons dîner au restaurant situé sur la plage. José me laisse choisir son repas. Nous mangeons du poisson en entrée et en plat de résistance que nous n'arrivons même pas à terminer. C'est trop pour nos petits estomacs rétrécis !

Bien sûr le dialogue ne fut pas très construit puisque je ne parle pas l'espagnol si ce n'est quelques mots grâce au petit dictionnaire que j'ai emmené. José comprend à peu près le français et se débrouille pour donner les explications. Mais sa présence était déjà assez importante pour créer une situation harmonieuse durant ce repas.

Lundi 13 novembre

Je me lève tôt pour écrire ce que j'ai vécu ce week-end parce que je ne veux pas garder tout cela en moi de peur que ma mémoire ne me permette pas de me souvenir des détails lorsque plusieurs jours ou mois auront passé. Je l'écris aussi pour pouvoir partager mon expérience avec d'autres personnes qui cherchent peut-être, comme moi auparavant, des preuves de l'existence de l'Autre Monde.

Au bout de quelques minutes de retour sur le vécu récent, après avoir déjà rédigé plusieurs lignes, je ressens un vide dans mon esprit. Plus d'énergie, une certaine lassitude, même des nausées. Je me dis que c'est peut-être à cause du repas la veille au soir !

Je pense à mon emploi et à mon environnement quotidien habituel. À mon retour, je crains de rencontrer des personnes avec lesquelles je serai peut-être en déphasage complet.

J'ai l'impression de n'avoir plus mes armes pour supporter des ondes négatives. Je me sens vulnérable comme un enfant et légèrement déprimée. Puis, je me rappelle l'image de Jésus portant la croix et tout ce que j'ai ressenti à ce moment-là, alors je me dis qu'il suffit de laisser passer les moments nuisibles, de ne pas réagir, quitte à me montrer fragile devant eux. Puisque tout passe et s'en va pour laisser venir d'autres instants meilleurs.

Après réflexions, je reprends confiance en moi et crois bien pouvoir retrouver l'énergie qu'il faut pour me remettre dans le moule de tous les jours avec tout ce que cela implique comme comportement et attitude mentale. Résultat, l'après-midi s'est très bien déroulé. Pour me tester, je m'efforce d'avoir différents contacts et m'aperçois que je suis agréable, gaie et sûre de moi. Est-ce tout cela qui a troublé les deux hommes vus cet après-midi-là ? Je passe quelques coups de fil pour vérifier la confiance en moi. Je me rends compte que tout se passe mieux que d'habitude. C'est comme si ma voix me donnait ma propre énergie. Comme si je pouvais la contrôler et lui donner de l'assurance. Je découvre l'effet puissant qu'elle peut avoir sur moi-même et sur les autres grâce à l'intonation.

D'autre part, je crois qu'en exprimant l'Amour, l'interlocuteur n'est pas en mesure d'être agressif. C'est sûrement la meilleure arme. Bien sûr je le savais déjà auparavant mais avec tous les aléas de la vie quotidienne, je reste des fois sur mes gardes pour ne pas être surprise et touchée par des ondes négatives ou des émotions trop fortes et d'autres fois pour ne pas brusquer quelqu'un.

Ce lendemain de week-end inhabituel, j'éprouve quelques difficultés à conduire comme les autres jours. En général, dès que la route le permet, je roule plutôt vite. Tandis qu'aujourd'hui, je me déplace beaucoup plus lentement. Et pour cause, j'ai envie de regarder tout ce qui se passe autour de moi : toujours la végétation intertropicale et abondante que je découvre une fois de plus sous un autre aspect. Je perçois aussi la vie de tous les jours en écoutant les paroles échangées entre les villageois. Je reconnais les différentes

ethnies à travers les traits de visage et quelques fois l'habillement. Sans oublier d'apprécier le soleil, présent pratiquement tous les jours. Par contre, aujourd'hui, les bruits aussi sont quelques fois plus forts que d'habitude. Je perçois plus intensément chacun des moments que je peux vivre réellement au présent.

Je retrouve mes réflexes au fur et à mesure que les heures s'écoulent à travers les différents contacts humains. Si j'étais restée seule, j'aurais certainement mis plus longtemps pour revenir vraiment dans ma vie matérielle. Maintenant, je me sens plus forte qu'avant avec plus de confiance en moi grâce à ce vécu.

D'autre part, je revois ce petit morceau de papier laissé sur la table et que j'ai griffonné ces derniers jours lorsque je parlais ou écoutais un interlocuteur au téléphone. De suite j'ai pu reconnaître les formes qui représentent les tourbillons vu sous l'ayahuasca. En imaginant ce dessin en couleur, les formes sont vraiment identiques au vécu de la première session, alors que c'est la première fois que je fais ce genre de dessin. D'habitude, je griffonne des carrés ou des triangles dans ces moments-là. Drôle de coïncidence.

Épilogue de la première session

L'initiation ne fait que commencer et je constate que je suis déjà satisfaite de cette première expérience.

Je craignais avoir trop idéalisé, ou peut-être trop espéré de cette nouvelle pratique spirituelle puisque, souvent, je suis déçue des organisations en groupe. Habituellement je préfère expérimenter ma vie en étant seule car cette fausse solitude m'amène à être davantage en contact avec la Vie. J'attends avec impatience le prochain week-end pour enrichir ce premier vécu.

DEUXIÈME SESSION D'AYAHUASCA

Vendredi 17 novembre

Nous avons rendez-vous avec Chris à 18 heures. Le temps que tout le monde soit présent, il est 19 heures lorsque José, toujours souriant, commence à nous asperger encore une fois pour compléter notre purification cette fois-ci en mélangeant des fleurs des bois et des champs. La diète, moins sévère, a continué durant toute la semaine.

Le déroulement se passe au même rythme que le week-end dernier, c'est-à-dire lentement. Chacun prend le temps de s'installer à une place qui reste provisoire puisque José, nous connaissant déjà mieux, a choisi de nous placer différemment. Il n'y a que trois ou quatre personnes qui ont changé de place, dont moi-même.

Au début, je craignais de ne pas pouvoir me sentir bien à une autre place qu'à celle de la première session d'ayahuasca. C'est la place que je prenais à chaque séance de groupe avec Chris précédemment. Mais je me dis qu'il faut faire confiance à José et que s'il agit ainsi, c'est pour que chacun de nous soit au mieux. En fin de compte, tout va bien puisque je suis de toute façon bien entourée avec Nathalie d'un côté et Caroline de l'autre et chacune dispose de son espace de confort personnel en étant à une distance d'environ un mètre l'une de l'autre. Je pense que tout va bien se passer. Je ne fus pas déçue !

À tour de rôle, encore une fois, assis sur les talons, chacun de nous prend place devant José qui nous donne la plante sacrée, laquelle nous paraît déjà moins inconnue.

Ces quelques minutes sont aussi un face-à-face avec José qui nous regarde ou nous ressent pour mieux nous connaître intérieurement. Avec la plante on ne peut de toute façon pas tricher : elle nous dévoile à nous-même ce que nous sommes réellement et je m'en aperçois tout au long de l'initiation. Une fois

de plus je me dis que je veux vraiment faire un travail sur moi et de la meilleure façon possible.

Le goût de la plante n'a pas changé et la première gorgée trop grande me donne la nausée. Alors pour pouvoir avaler le reste, je me dis : « c'est la Plante de l'Amour. Elle est là pour nous aider à progresser et de toute façon nous apporter le bien. Il faut l'accepter comme elle est. »

Lorsque chacun a pris sa dose, Chris nous « souhaite de faire un bon voyage ». C'est vrai que pour lui et José, le « voyage » consiste à nous assister et nous venir en aide s'il le faut, donc pas de vision pour eux ou très peu même s'ils prennent aussi l'ayahuasca.

Le repli sur soi commence. J'ai une petite angoisse, ne sachant pas où ce voyage intérieur me conduira cette fois-ci. Et puis j'active le système de confiance en moi avec des mots (toujours un peu les mêmes, certes !) qui me disent : « Dominique, tu n'as rien à craindre, cette plante est là pour t'apporter la connaissance et d'abord la connaissance de toi. C'est la Plante de l'Amour et elle ne te veut que du bien. » C'est effectivement le but de cette initiation et toutes mes craintes s'envolent.

Tout a commencé par cette impression d'énergie qui tombe sur moi en commençant par le haut du dos. Cela se traduit physiquement par des secousses dans les épaules et dans tout le tronc. Je suis tout à fait consciente de cette sensation qui s'exprime sans douleur mais semble être complètement incontrôlable. Je reconnais ces ressentis qui correspondent à la même énergie que celle éprouvée et visualisée lors de la première session (couleurs multicolores, tourbillons et vibrations). Comme si, cette fois-ci, je réussissais à répandre toute l'énergie dans le corps plutôt qu'elle ne reste dans la tête. Il me semble que les ressentis se déroulent de la même façon mais au moment où j'allais perdre une partie de ma conscience, je respire très profondément et garde toute mon énergie en conscience. Ensuite c'est la descente vers le bébé que

je suis redevenue. Je me recroqueville, cette fois-ci physiquement : mes jambes sont pliées, les bras tout contre les jambes.

Tout à coup j'ai très froid alors je me lève et me retourne pour prendre la couverture sur laquelle je suis assise, la fais glisser autour de mes épaules et m'enveloppe dedans. Là, je me réchauffe, je suis bien, tellement bien que j'associe ce bien-être à l'enfant dans le ventre de sa mère.

Et encore des secousses et des vibrations dans le corps, qui se renouvellent. Mon cou s'étire à nouveau, mais cette fois-ci de manière moins prononcée que la première fois. Vient ensuite une douleur derrière les deux oreilles, comme un fort pincement qui serre ma tête à ces endroits-là. J'en déduis qu'il s'agit certainement de l'accouchement et que cela représente de toute évidence les forceps que je n'avais pas sentis lors de la régression dans la première session.

Chaque fois que je risque de partir dans quelque chose, un état incontrôlable, je me reprends grâce à la respiration profonde qui permet de me ressaisir sans pour autant repousser la plante. Au début de ces exercices respiratoires, c'est-à-dire la première fois que j'allais perdre le contrôle de ma conscience, je me suis rappelée le conseil que Pascal, qui pratique le yoga depuis de nombreuses années, m'a donné juste avant la session que nous vivons en ce moment : « la respiration permet de garder le contrôle de soi ». En même temps, j'ai toujours toute cette énergie puissante qui me parvient et circule en moi. Je me contrôle sans cesse. Des images défilent rapidement mais je ne me souviens pas de ces visions. Tout à coup, en étant très « bien dans ma peau », me demandant ce que je pouvais faire pour avancer, je me dis : « Voilà, c'est le moment d'appeler mon animal spirituel ». Je ne veux pas le nommer puisque les animaux déjà vus (jaguar, hiboux, serpent et cheval) lors de séances de groupe avec Chris ne m'ont pas vraiment confirmé être mes animaux spirituels, ou plutôt, je n'ai certainement pas su les écouter. Comme réponse à ma question, je me retrouve dans l'Autre Monde !

Il n'y a pas eu de transition et il me faut un certain moment pour prendre conscience de « l'endroit » où je suis, ou plutôt la situation dans laquelle je me trouve. Au bout d'un moment dont la durée est impossible à déterminer dans la conception du temps terrestre, je vois que je suis en compagnie de deux esprits qui sont en fait des Grands Maîtres. Du moins c'est ainsi que je les ressens. Peut-être que la plupart des esprits que l'on peut rencontrer à ce niveau sont des Maîtres ?

Une lumière bleutée cristalline et comme sombre à la fois, couvre tout l'espace de mon champ de vision. Ce bleu nuit lumineux s'étend en profondeur sans limite. Je reçois encore de l'énergie en abondance. Je suis heureuse, complètement chargée de Lumière et tellement Claire et Unie dans mon esprit. C'est absolument incroyable ! Je suis tout à fait consciente. Ce monde parallèle existe bien, il est tout à fait réel ! Et je m'y sens tellement, tellement bien ! Je suis comme inondée d'Amour !

Mais je fais aussi un grand exercice sur moi à des intervalles presque réguliers. Je m'efforce de me contrôler pour rester avec Eux et être à la hauteur de ce que je vis en ce moment grâce au contrôle de ma respiration.

Assise en tailleur depuis un bon moment, je me redresse vigoureusement, tape même des deux mains sur mes cuisses tout en respirant, pour bien montrer (à moi-même) que je suis là et maîtrise la situation, et cela à plusieurs reprises. Les mots dans ma tête m'aident aussi à garder le cap, comme : « je suis maître de moi-même, je me contrôle parfaitement ! » En même temps j'entends que je suis aussi un Petit Maître, débutant certes, puisque je me contrôle et que je peux rester avec les autres esprits que je perçois comme de Grands Maîtres. C'est ainsi que je l'ai ressenti dans un état de conscience qui n'est pas limité ni entravé par notre ego terrestre. Ce n'est pas une agitation mentale, mais un effort de volonté nécessaire pour rester au niveau de conscience où je suis.

Chaque fois qu'une énergie trop grande vient à moi et risque de me faire perdre une partie de ma conscience, je me ressaisis pour garder le contrôle. Par exemple, en joignant mes deux paumes, je les serre fort l'une contre l'autre (de la même façon que l'on serre la main de quelqu'un) devant moi, au niveau du Ki (centre énergétique situé sous le nombril) dans le but de bien canaliser ce surplus d'énergie, ne pas le gaspiller mais le supporter et l'emmagasiner.

Au sujet des mouvements que je faisais physiquement par rapport au monde dans lequel était ma conscience, je ne sais pas si je suis restée dans mon corps physique et si cet autre monde est venu dans mon esprit ? Ou si j'effectue cela par intermittence en quittant mon corps physique pour être dans ce monde parallèle et en revenant dans celui-ci après avoir maîtrisé ma conscience dans le monde terrestre ?

C'est peut-être aussi grâce à ce va-et-vient, que j'ai pu rester consciente et me souvenir très bien de ce vécu, mais sans pouvoir citer toutes les informations reçues étant donné la différence des deux états de conscience ?

Peut-être que ce vécu de va-et-vient correspond à celui que nous faisons, mais inconsciemment, lorsque nous entrons dans l'espace du sommeil ?

Les esprits sont là et ne sont pas là. Dans le « scénario » que je vis, il n'y a pas vraiment de corps et pourtant ils sont bien là, je les vois bien ! L'un est assis très relax sur une chaise avec les jambes allongées et un visage doux, mais d'un âge avancé. L'autre est assis de façon plus rigide, dos droit et les bras croisés posés sur la table, un visage sérieux, mais doux aussi et plus jeune.

Ce n'est pas non plus vraiment dans une pièce puisqu'autour il y a l'infini bleuté et pourtant je peux aussi bien les voir assis autour d'une table mais en même temps il n'y a pas vraiment de table, ni vraiment de chaise.

De nombreuses impressions passent très très vite dans mes pensées mais le décor reste identique. Je suis hyperclair (rien à voir avec celui de notre monde terrestre habituel), réaliste, dynamique, gaie et superbement bien dans mon être.

Dans ce monde-là, après cette impression nette d'avoir pris entièrement possession de moi-même, je me rends compte que je connais déjà tout ce décor et, en fait, c'est un peu comme des retrouvailles. Je me sens vraiment chez moi là-bas !

Je suis contente de tout ce travail accompli sur moi et, reprenant mes « esprits », suite à cette première grande émotion de joie, je me dis « il faut que j'en profite pour poser des questions et faire des demandes. » Alors j'exprime le souhait d'avoir toujours une aide et une protection tout au long de ma vie sur terre. Je leur ai aussi parlé de la trop grande misère, des guerres et la souffrance sur terre, qu'il faut nous apporter de l'aide. Je pense alors beaucoup à Madagascar où j'ai vécu quelques années plus tôt.

Je ne sais plus vraiment si c'est à ce moment-là, mais j'ai eu comme un grand souffle d'amour qui m'a entièrement recouverte sur tout le corps tel un voile enveloppant. C'est tellement doux et si bon que j'ai entouré mes deux bras sur mes épaules, que j'ai touché mon visage. C'est comme une redécouverte de moi-même, je me sens comme un nouvel être. J'ai le sentiment que l'Amour fusionne avec chacune de mes cellules et tout mon système énergétique. À ce moment-là je pense aussi à tout l'amour absolu qu'une mère peut porter à son enfant.

Lorsque j'entends, toujours par transmission de pensées, ce que ces deux Grands Maîtres me disent, je tape mon poing droit fermé, dans la paume de la main gauche tellement je suis épatée ! Ces transmissions de pensées que je reçois sont tout à fait exceptionnelles. Ces deux Grands Esprits qui sont peut-être même trois, mais le troisième n'a presque pas de présence donc je ne suis pas sûre, me transmettent des messages qui me font comme l'effet de grandes révélations. C'est extraordinaire !

Toutes les connaissances qu'ils me communiquent sont absolument évidentes et logiques dans cet état de conscience plus grand. Je me rends compte avoir reçu la révélation de la Création, d'avoir pris conscience des principes de fonctionnement de l'Univers tout entier. Tout est clair et bien expliqué et en fait si simple. Et c'est aussi là que commence le handicap du souvenir pas assez puissant pour me rappeler des détails explicatifs que je souhaite écrire en me rappelant de ce vécu dont je ne parle à personne afin de garder le maximum de souvenirs justes.

Je ne sais plus à quel moment mais toujours en compagnie des Esprits-Maîtres, je repense à nos cinq sens. Un à un, je les visualise et retrouve leurs significations, leurs fonctions respectives. Tout cela dans un laps de temps très court mais malgré tout bien net. Je prends aussi pleinement conscience de ces deux mondes. Je suis dans les deux en même temps, plus consciente et plus claire que jamais ! Et puis tout à coup, je me dis que je n'ai pas eu d'information sur le Créateur lui-même ?

À ce moment-là je me détache petit à petit (malgré moi) de ce monde parallèle. Est-ce parce que je n'avais pas le droit de poser cette question ? Ou peut-être était-ce en voulant refaire le point sur les informations révélées précédemment que j'ai perdu le contact ?

Les petits gestes effectués avec mes mains durant tout ce laps de moments intenses, sont plus forts que moi : il faut que je les fasse. Bien sûr j'aurais pu m'efforcer de ne pas les faire mais ces fonctions du corps physique m'ont paru tellement liées à mon esprit et de plus cela me permettait de donner et d'apporter de nouvelles énergies à d'autres participants que José soignait par des *soplarengés*. C'est comme si mon corps participait entièrement à ce voyage. Je me sens comme un tout et le corps fait partie de ce tout qui est l'Esprit. Mais, comme je l'ai expliqué plus haut, il est fort possible que je quitte mon corps momentanément pour y revenir spontanément puisqu'apparemment la notion de temps n'existe plus.

Je me rappelle avoir quitté le monde parallèle plusieurs fois, pour redevenir le bébé, peut-être dans le ventre de la mère, lorsque je relâche mon attention. Une nouvelle fois je ressens le serrement derrière les oreilles. À ce moment-là je passe une main de chaque côté sur l'endroit oppressé. En faisant très lentement et doucement un massage pour enlever le mal, je reçois comme une affirmation, une pensée qui dit que je suis en mesure de me soigner toute seule, que j'ai cette faculté.

Un autre moment, plus tard, je reçois encore une énergie chargée d'Amour (je ne sais plus suite à quoi) que je réceptionne dans le creux de mes mains que je place ensuite sur mon cœur pour le remplir de cet Amour. Ce geste peut paraître tellement superflu dans notre vie de tous les jours alors que dans ce contexte et par rapport à tout ce que je ressens, il prend une dimension, une intensité dans laquelle tout est pureté, beauté et réalité. Je ressens une imprégnation très forte lorsque ce filet d'Amour vient sur moi.

Je suis émerveillée de tout ce qu'on me donne comme Énergie et Amour. Presque toute la séance est basée sur la maîtrise de moi-même afin d'être réceptive au maximum pour être capable de recevoir ce qu'on me donne.

Après avoir emmagasiné tout ce que l'on m'a offert et l'effet de la plante sacrée s'amenuisant, je suis plus présente dans le groupe. J'y reviens automatiquement chaque fois que Maestro aide quelqu'un. Et, instinctivement, sans que je m'en rende compte de suite, je suis avec lui pour l'aider à extraire le malaise de la personne sans savoir vraiment qui c'est, mais juste en entendant ses icaros et son chakapa. Mes deux mains se touchant du bout des doigts, font des mouvements circulaires et gracieux comme si elles n'étaient pas sous l'effet de la pesanteur, pour aider Maestro dans son travail de soin pour le ou la participant(e) qu'il est en train de traiter. Mon corps et ma tête se balancent aussi pour accompagner l'action et l'intensifier instinctivement dans mon esprit.

C'est vrai que José et Chris, préalablement, nous ont demandé de ne pas intervenir sur autrui, ni physiquement, ni mentalement, mais uniquement de faire le travail sur soi-même, cependant comment est-ce possible de garder pour soi tant d'énergies et d'amour ? J'avoue que je ne peux pas très bien maîtriser ce que je donne à ce moment-là à la personne que José soigne, c'est plus fort que moi, il faut que « ça » sorte de moi.

Après la séance, me souvenant de mes mouvements de mains que j'ai trouvés beaux, je les ai refaits mais cela n'avait plus la même précision et souplesse.

Durant tout ce voyage, les chants de Maestro ont été, une fois de plus, exceptionnels et enivrants. Je n'arrive pas à décrire ce que je ressens chaque fois que je les entends, tout particulièrement sous l'effet de l'ayahuasca. C'est comme une musique venue d'ailleurs, d'un autre monde. Cette fois-ci je me rapproche encore plus de Maestro lorsqu'il chante.

Vers la fin de la session, mon corps et ma tête se balancent en accompagnant le rythme mélodieux. Même les orteils font des grands cercles pour suivre la cadence. Je vis « dans » le chant. Je suis incroyablement bien dans ma peau, tout est gaieté en moi, je suis absolument heureuse !

Vers la fin, plusieurs fois je me demande si je ne dérange pas d'autres personnes à côté de moi. Je n'émet pas de son, mais mes mouvements peuvent gêner malgré tout. A priori, non, je ne gêne personne : en ouvrant les yeux, je constate que ni Nathalie à ma gauche, ni Claire à droite ne me prêtent attention. Chacune est plongée dans son propre voyage.

Par contre, à un autre moment, lorsque la plante a encore moins d'effets, en écoutant quelqu'un rire nerveusement dans la salle, je commence moi aussi à pouffer silencieusement mais sans pouvoir retenir le bruit d'un souffle exprimé par un son. Alors pour maîtriser cette autre forme d'énergie non canalisée, je referme, une fois de plus, la lourde couverture (laquelle, je

m'en rends compte plus tard, est un tapis de sol !) autour de mes épaules toujours en croisant chaque bord sur l'épaule opposée. Mes deux bras entourent mes genoux repliés. Et là, j'enfouis à moitié mon visage sous la couverture afin d'étouffer ce rire qui serait peut-être devenu, je le sais bien, des sanglots. Pourtant il n'y a vraiment aucune raison de pleurer, c'est juste comme un trop-plein d'énergie mal réceptionné : cette joie trop grande pour ma petite personne revenue dans le monde terrestre.

Restée assise en position de tailleur la plus grande partie de la nuit et parfois avec les genoux repliés devant moi, avec la lourde couverture autour de moi, je ressors doucement de toutes mes expériences. À ce moment-là je me sens vraiment comme un Indien (d'Amérique), assis devant son tipi, à méditer. Je suis plutôt un homme qu'une femme. J'ai une force, un pouvoir, je suis quelqu'un d'important dans la tribu indienne. Je suis comme le guerrier qui revient rempli d'émotions mais vainqueur d'une bataille.

Je suis fière de moi... ou de ma tribu... Et puis peut-être un peu trop, et ma petite voix dit : « N'oublie pas de garder la part d'humilité nécessaire... »

Malgré tout ce vécu, je suis restée une fois de plus sur ma faim. J'estime ne pas avoir assez communiqué avec les esprits. Ce face-à-face avec moi-même, dans le travail de maîtrise, a été tel que je n'étais pas assez disponible pour le reste. Mais cette deuxième étape est certainement indispensable pour une future bonne évolution dans ce domaine spirituel : il est normal que je sois d'abord tout à fait maître de moi avant de me positionner face à ces Esprits Maîtres. Je suis tout de même très contente de ce voyage extraordinaire qui, en même temps, me paraît presque familier lorsque j'y suis.

Plus tard, en me rappelant le déroulement depuis le début de l'initiation, je constate la progression : d'abord, durant la première session, des visions et sensations fortes mais sans prise de contrôle ; le deuxième voyage que je viens de vivre m'a permis d'effectuer un

contrôle sur moi et d'avoir des visions claires, d'aller plus loin ; alors la troisième session, que va-t-elle m'apporter ? Mais je ne veux pas non plus me réjouir trop vite, sinon l'orgueil qui naîtrait en moi risquerait d'annuler les effets bénéfiques.

« Il est préférable de garder de l'humilité et un certain recul pour pouvoir s'adapter à chaque situation. » C'est ce que ma petite voix intérieure me dit lorsque je suis gonflée d'énergie avec une très grande confiance en moi. Tant de confiance et d'énergie que j'ai craint d'être un peu agressive ou arrogante à la fin de la session et au petit matin. Cela étant très relatif par rapport au monde lumineux que je quitte petit à petit d'un côté, et de l'autre le monde extérieur humain avec toute sa panoplie de masque égotique (pour cacher des peurs) qui comprend des formes d'agressivité dont même la plus faible est bien supérieure à ce que je peux exprimer à ce moment-là !

Lorsque je parle de « visions claires », je dirais plutôt que c'est la réalité. Je ne considère pas ce que j'ai vu comme des visions. Ces sensations de vrai, de déjà-vu et de bonheur sont bien réelles et sous une forme de réalité bien plus importante que celle sur terre !

Durant tout ce temps, mon corps est constamment en alerte, de la tête aux pieds, ce qui montre bien, je crois, toute l'énergie qui circule en moi sans arrêt, sans parler de ma mâchoire très serrée...

Vers la fin de la session (mais ce n'était pas encore fini !), je baille de plus en plus. Des bâillements impressionnants : la mâchoire inférieure descend, descend et descend encore, tellement bas, comme si elle allait se décrocher. J'ai vraiment l'impression d'avoir une gueule aussi grande que celle du lion et j'imagine la grimace que cela peut faire sur mon visage ! J'ai l'impression que ma main n'est plus assez grande pour couvrir ma bouche ouverte ! Mais ce n'est pas grave puisque je me sens toujours aussi exceptionnellement bien ! Par contre, la petite Dominique a ses limites physiques et je dois être sûrement très fatiguée. En même temps, mon corps

et mon esprit restent tout à fait éveillés et en alerte jusqu'à la moindre cellule.

Dans cette période-là j'ai aussi des pensées moins pures. Lorsque Maestro est, durant un instant plus proche de moi dans la salle, j'ai pensé à l'être humain qu'il est d'ordinaire, José, en exprimant dans mes pensées une attirance sexuelle. Tout de suite l'alarme a retenti en moi pour enlever ces réflexions néfastes et trop terrestres par rapport au travail que nous sommes en train de mener.

Plus tard, j'ai ressenti et comme vu, ma main droite et une partie de l'avant-bras, paralysés. Les quatre doigts sont tendus et le pouce replié à l'intérieur. Je suis très étonnée mais pas alarmée. J'attends alors que cette sensation passe.

Le temps passe et tout doucement mais sûrement, je quitte le monde parallèle pour reprendre entièrement et uniquement, place dans le monde terrestre. Je garde toujours les yeux fermés parce que le retour est beaucoup plus long. Je ne peux pas me couper brusquement de cet autre monde. Durant le premier chant que nous avons chanté tous ensemble, je suis, comme la première fois, incapable de chanter mais je suis là et toujours « dans » le chant. J'ai tout juste réussi à prononcer les premières syllabes.

Plus tard, Maestro joue de la flûte de pan qui marque la fin et le retour de ce voyage. La mélodie et le son de cet instrument ont aussi quelque chose d'extraordinaire que je n'arrive pas à expliquer mais que je comprendrais peut-être plus tard lorsque je serais plus avancée dans mes expériences de chamanisme péruvien.

Je suis consciente que les participants se « réveillent » les uns après les autres, mais je ne suis pas encore capable de garder les yeux ouverts et encore moins de marcher jusque devant Maestro. C'est là qu'on se rend compte aussi de la valeur du temps qui passe puisqu'il me faut de nombreuses minutes de notre temps terrestre afin que, petit à petit, je redevienne ce que j'étais auparavant, mais avec ce riche vécu en plus.

Puis Chris me demande si je peux venir. Je lui dis que oui. Le parcours de quelques mètres est difficile. Assise devant Maestro, je n'ai pas pu lever les yeux et le regarder. Je suis tout simplement incapable de garder les yeux ouverts pour regarder : ça me donne des vertiges. Alors je préfère les fermer pour l'écouter chanter le chant sacré qui m'est destiné à ce moment-là. Lorsqu'il a terminé le rituel de la *soplangé*, je lui dis merci en me levant. Ce mot, venant du fond du cœur, est des plus sincères.

Je suis contente de pouvoir m'allonger et dormir. J'ai gardé la force, la confiance en moi et tout l'amour reçus cette nuit.

Samedi 18 novembre

Le lendemain, lever matinal, douche, tisane... Grâce à cette maîtrise de moi-même, je n'ai pas vomi durant la session mais évacué le reste de la plante par une petite diarrhée à l'aube. Je suis des plus heureuses de mon expérience mais je n'en parle pas, ou à peine. C'est trop extraordinaire, tellement beau et encore si vivant en moi ! Je ne veux pas disperser mes souvenirs à travers les paroles.

Ensuite c'est le départ pour deux jours et une nuit dans la nature. Chris me propose de conduire sa voiture pour une raison pratique, à cause du camion qu'il devait aussi véhiculer sur place. En fait, j'ai hésité avant de dire non parce que je n'étais pas certaine d'être en possession de tous mes moyens pour conduire la voiture de quelqu'un d'autre. Un des participants m'a déjà proposé de monter avec lui, alors j'accepte.

Au fur et à mesure que nous roulons, mon conducteur parle de plus en plus. Il parle de ses expériences vécues. Je l'écoute et ne dis rien parce que je vois bien qu'il a besoin de parler. Les mots sortent de sa bouche trop rapidement. Ça me saoule, mais je ne dis rien et m'entoure à nouveau de toutes les bonnes choses reçues dans la nuit.

À un moment donné, plongeant mon regard dans le paysage verdoyant et coloré, j'ai l'impression d'être à Madagascar, dans la

banlieue de Tananarive. Je perçois la même sensation que celle souvent ressentie sur la Grande Île. Une sensation de bonheur paisible, de bien-être, le sentiment d'exister vraiment à l'intérieur de soi, comme une sensation d'harmonie avec le pôle opposé en nous. Et, comme là-bas, dans ces moments-là, mon esprit est au repos, en accord avec cette végétation diversifiée, puis j'éprouve aussi un sentiment de mélancolie, comme à chaque fois, que je n'arrive pas à expliquer.

Arrivée au lieu-dit, je marche avec tous mes bagages jusqu'à l'emplacement que j'ai « réservé » le week-end précédent. Je sens la fatigue en marchant et me réjouis de pouvoir rester dans la nature durant ces deux jours.

Quelle surprise en voyant les animaux brouter aux alentours de l'endroit que j'ai choisi ! D'autant plus qu'en regardant le lieu où je vais m'installer, l'herbe couchée signifie de toute évidence qu'ils ont passé la nuit à cet endroit-là. Alors, de crainte qu'ils ne choisissent à nouveau le même emplacement pour la prochaine nuit, je m'installe cinq mètres plus loin, sous les arbres. Je prends le temps qu'il faut pour m'ancrer dans ma nouvelle demeure provisoire. Je me sens vraiment très à l'aise et me réjouis encore une fois de vivre tous ces moments d'harmonisation avec la nature... et avec moi-même !

Je n'ai pas gardé ma montre afin de mieux vivre au rythme de la nature. Vers l'heure du repas de midi, je suppose, Chris et sa fille passent auprès de chacun de nous pour apporter notre ration de riz sans sel et sans aucun accompagnement. Par contre il est chaud, c'est déjà ça ! Nous échangeons quelques mots pour voir si tout va bien. De même le soir, chacun reçoit encore la même ration mais cette fois-ci c'est José, après s'être reposé, qui accompagne Chris. En me servant, en plaisantant, ce dernier me fait croire que du poulet accompagne le riz ! Je souris. Je me sens bien et peux me contenter de ce que j'ai.

À propos de la prise d'ayahuasca nocturne et solitaire dans la nature, Chris et José ne pouvant pas nous contrôler tous vu les distances entre nous, ont préféré l'annuler.

Après leur départ, j'allume une bougie ainsi qu'une spirale anti-moustique, puis mes pensées s'accélérent. Je ressens un grand besoin de remercier ceux qui nous ont permis de vivre cette expérience et plus particulièrement José qui nous donne une présence particulière durant les sessions. Je cogite longtemps sur ces pensées en souhaitant pouvoir trouver un moyen de remercier.

Le soir est tombé depuis un certain temps, j'ai froid (je suis très frileuse) et reste tout le temps recroquevillée. Les pieds sont glacés et c'est la seule solution de position pour les réchauffer. Pendant les moments de demi-sommeil, je suis confrontée à des pensées de dualité en moi. Je m'en veux d'avoir de tels sentiments même s'ils ne sont pas forcément excessifs, ils sont tout de même là et sans raison d'être. Dans la méditation, je m'efforce d'annuler ces pensées qui ne me font pas avancer, en les remplaçant par des pensées positives.

Durant la nuit je fais un rêve : je suis avec maman, mes deux frères et ma sœur. En arrivant à ma voiture (celle que je conduisais il y a quelques années), je me rends compte que celle-ci a été cambriolée. Les vitres sont cassées. En ouvrant la portière côté conducteur, je vois les trois pédales, fixées, arrivant de dessous le siège du chauffeur, dévissées... Je n'ai jamais cherché d'explication à ce rêve. Je dirais simplement, en acceptant que le véhicule représente l'ego qui a retrouvé sa place après la session d'ayahuasca, que des brèches sur une vie beaucoup plus large, profonde et réelle, ont peut-être permis à tout mon être une transcendance.

Dimanche 19 novembre

Au petit matin je me sentais bien suite à cette nuit particulière. Je me suis rappelée une autre expérience vécue avec un ami, qui nous avait obligés à passer deux nuits dehors sous la pluie. Nous étions

trepés jusqu'aux os durant deux jours et demi et deux nuits, en altitude, sous un climat humide, lorsque nous nous sommes réellement perdus et que j'ai cru, un instant, que nous allions mourir car personne ne pouvait nous retrouver... Nous avons trouvé la sortie trois jours plus tard. Mais cette diète d'isolement n'a rien à voir avec ces moments d'extrême survie durant lesquels j'avais aussi vraiment fait un travail en profondeur pour constater avec satisfaction la foi que j'ai en moi-même. Il faut dire aussi que ce n'est pas non plus la peine de se retrouver dans de telles situations puisque cette nuit, effectuée dans le cadre chamanique, m'a permis de faire un travail en fonction de certains sentiments éprouvés.

Maintenant il fait jour et j'attends avec impatience que le soleil daigne se lever pour me réchauffer. Mais je constate aussi que d'être installée sous les arbres, ne laissera pas passer le soleil de sitôt ! En attendant les rayons de chaleur, j'ai l'impression d'être sous terre comme une taupe, alors que je voulais vivre harmonieusement ce face-à-face avec les premiers rayons de soleil pour mieux communier avec la nature généreuse portant l'Amour en elle.

Comme la veille au soir, j'entends le bruit d'un essaim d'abeilles. D'abord je crains qu'elles ne viennent sur moi, puis je construis plutôt une relation avec le fait qu'elles représentent l'Amour (aussi !) qu'elles transportent en butinant, qu'elles sont la vie et que le miel est bon... Et chacun est resté à sa place.

Chris, accompagné de sa femme, passe auprès de chacun de nous pour voir si tout s'est bien passé durant la nuit. Je décide de me lever et sortir de ma taupinière pour m'installer au soleil qui brille à quelques mètres. Je m'allonge sur un petit lit douillet aménagé à cet effet. C'est agréable de sentir la chaleur du soleil. Enfin !

Le temps qui passe est alterné de méditation, d'écriture et de contemplation. Les pensées de la nuit se sont évanouies depuis longtemps. C'est maintenant que commence sûrement, après l'époussetage, le début de la purification intérieure. Cette situation

de retour sur soi me rappelle de nombreux vécus à Madagascar. Lorsque je prenais le taxi-brousse, en compagnie d'autres Malgaches, pour voyager à travers des paysages variés et beaux dans leurs différences, durant deux ou trois jours d'affilée et presque le même nombre de nuits. C'était l'aventure et l'intériorisation dès qu'on partait. Je me « retrouvais » alors. Je me rappelle que j'étais satisfaite de cette sensation malgré l'inconfort et le manque de place, sans parler de la longueur du temps qui perdait toute sa signification. Et tous ces moments de contemplation devant une nature si belle, quelques fois sablonneuse et d'autres fois si dense dans ses multiples tons de vert. Tout simplement, vivre en harmonie avec la nature au rythme du soleil et de la lune. Cette période s'inscrit plus particulièrement dans le premier voyage de dix mois vécus à Madagascar en traversant modestement la Grande Île de long en large avec ma petite réserve d'argent, en n'étant plus à la Sécurité Sociale, ni sous aucune assurance. Depuis, un lien particulier me rattache indéfiniment à cet espace terrestre qui vibre sous une énergie bien spéciale. Un an après j'y suis retournée pour créer une entreprise et y vivre encore plusieurs années. La densité de ce vécu est équivalente à l'apprentissage de toute une vie.

La journée continue à s'écouler lentement dans le calme naturel de cet espace verdoyant dont les tons changent avec l'avancée du soleil. Durant les moments de concentration, je fais aussi un petit bilan de la partie initiatique déjà passée et qui se termine très bientôt, avec comme résultat qu'il faut que « j'utilise toutes ces énergies, ce vécu, ces sensations, tout au long de ma vie de tous les jours pour réussir mes objectifs. » Pour moi, cela consiste alors, dans un premier temps, à un retour aux études avec entre autres, l'anglais et l'espagnol. Cet apprentissage me permet de rester ouverte à la communication. Je suis aussi très attirée par la connaissance des civilisations anciennes et primitives.

J'ai tout de même une petite crainte que l'énergie ne diminue. C'est évident que dans quelques jours et encore plus dans quelques mois, je ne serai plus exactement dans le même état énergétique,

mais je compte continuer mon chemin spirituel à travers des voies qui me conviendront. J'ai une très grande confiance en moi et me sens capable de déplacer des montagnes aujourd'hui. Il faut que je fasse en sorte que ce soit pareil demain !

Allongée au sol sur le dos, brusquement je sens une douleur au pied gauche. C'est certainement dû aux chaussures. J'ai mal à la base du gros orteil. Je ne suis pas malade mais c'est tout de même très douloureux. C'est alors que je me souviens du message de cette nuit lorsqu'« on » m'a dit que je pouvais me guérir toute seule. En plaisantant, je me dis que l'occasion est venue pour vérifier cela ! Tenant mon pied de la main gauche, en me centrant, je fais un massage très doux avec le pouce de la main droite, lequel, dans son toucher léger, emmène la douleur vers l'extrémité de l'orteil. Durant quelques minutes, je continue cet exercice, toujours centrée, pour ôter la douleur. Eh bien, lorsque je me suis arrêtée, je n'ai plus rien senti ! C'est peut-être juste une coïncidence. Je revérifierai l'existence de cette qualité d'auto-guérison, mais je suis contente tout de même et surtout je n'ai plus mal pour l'instant !

Pendant ce temps le soleil continue sa trajectoire et les nuages aussi puisqu'ils recouvrent maintenant tout le ciel. Malgré la fraîcheur qui s'accroît au fur et à mesure des heures qui passent, je préfère rester à l'air libre en me protégeant du froid avec la couverture (ou plutôt le tapis de sol) utilisé par l'Indien que je fus lors de la dernière session.

La nouvelle ration de riz, toujours sans sel ni accompagnement, est la bienvenue. Mais je me rends compte également qu'une nouvelle étape commence. La nourriture n'a plus autant d'attraits et je sais bien que j'ai encore des réserves de nourriture en moi, même si je ne suis pas grosse, et surtout parce que j'économise mon énergie en me reposant ainsi.

Il me semble que c'est de même pour les désirs en général : je n'ai plus de besoin, ni d'envie. Je suis comme en harmonie avec la nature qui m'entoure avec l'impression de vivre au même rythme

que la végétation. C'est-à-dire, lentement et plus intensément, en quittant l'espace-temps qui nous domine habituellement à chaque instant de la journée.

De retour à l'intérieur de mon habitacle à cause du froid auquel je ne peux plus échapper, je lis quelques textes et poèmes amérindiens. Le temps continue à passer et je me sens très bien.

Arrive l'heure d'avaler la potion, moins magique celle-ci, pour couper la diète. José nous offre ce mélange de sel, d'oignons et d'ail. Puis d'une voix ferme Chris, qui accompagnait José, dit : « Range tes affaires et rejoins-nous au camion ». C'est effectivement une coupure nette. Alors que tout le travail intéressant commence maintenant. Ce fut évidemment trop court à mon goût.

Au bout de nombreuses minutes, nous nous retrouvons tous en cercle et chacun, à tour de rôle, en quelques mots, explique ses principaux ressentis durant ce jeûne d'isolement lequel consistait en effet à un retour sur soi. Lorsque ce fut mon tour j'explique brièvement que j'ai déjà fait ce genre d'exercice qui consiste à faire un repli sur soi en pleine nature lors des voyages sur la Grande Île. Par contre, j'aurais dû parler un peu plus de cette relation fusionnelle que j'établis avec la nature dès que c'est possible et dans laquelle je me réfugie pour me recharger. Lorsque je travaille, entre midi et quatorze heures je vais au jardin d'à côté avec un casse-croûte. Je me mets à l'aise et me relaxe en regardant les arbres, pensant, mangeant, lisant et quelquefois en somnolant.

Lors de mon premier contact il y a quelques années avec le climat chaud et humide, j'ai vécu quelque chose de beau et d'étrange à la fois au contact de la végétation intertropicale. Une communion avec les arbres et les plantes si nombreux et multiples sous cet autre climat que je découvrais de jour en jour. Tous ces moments, ces contacts avec la nature me permettent de me retrouver et de me libérer de toutes les tensions. C'est comme une protection, un abri.

Lorsque le tour de table est terminé, José nous apprend un chant chaman, le seul qu'il nous propose de retenir en son souvenir: « Tahualio, tahuali ». Il dit aussi quelques mots pour nous remercier d'avoir participé. C'est déjà comme un premier au revoir.

Nous avons tous du mal à nous séparer. La descente de la montagne s'effectue d'abord dans le silence pour moi. Pascal et Lili parlent entre eux en commentant ce week-end. Je ne dis rien et les écoute en pensant à autre chose.

Je reprends ma voiture en bas, accompagnée de Lili que je ramène à son lieu d'habitation. Nous commençons à discuter beaucoup ensemble et, en fin de compte, allons chez moi manger chacune une pomme sur la terrasse tout en continuant à parler. La nuit est tombée depuis un moment lorsque je la ramène chez elle où l'attend son ami qui n'a pas participé à l'initiation.

Épilogue de la deuxième session

Le fait d'écrire toutes ces émotions fortes me soulage et me permet de reprendre ma vie de tous les jours laquelle me paraît, certes, plutôt fade. J'apprécie aussi le fait que Chris et José liront ce texte (je leur prépare une petite brochure reliée), parce que c'est grâce à eux que se déroule cette initiation. C'est ma façon de les remercier.

J'espère que José gardera de bons souvenirs de notre groupe et je souhaite que ses projets aboutissent. Et pour Chris, qu'il puisse continuer à progresser dans ses différentes activités de thérapeute. Ce jour-là, il est un modèle à suivre pour moi : il réussit dans le domaine matériel en gérant une entreprise privée dont il sait déléguer les responsabilités, et sur le plan spirituel grâce au chamanisme, tout en harmonisant sa vie familiale.

Pour ma part, je vais préparer le changement de situation professionnelle que je souhaite et qui se précise tout doucement. En moi, c'est comme si c'était déjà fait. Je ne sais pas encore où je vais aller mais je sais que j'y vais, j'avance toujours...

Je reprends mes lectures sur le chamanisme avec un entrain beaucoup plus grand. La méditation et la prière le soir, sont aussi plus puissantes. Il faut que ça continue ainsi !

Ce pourrait être le mot de la fin mais ce n'est pas terminé. J'espère que cette progression va continuer. Du moins, je vais tout faire pour continuer à progresser.

TROISIÈME SESSION D'AYAHUASCA

Vendredi 24 novembre

Arrivée vers 18 heures, je suis seule, aucun autre participant n'est encore là. Dans la salle, je retrouve Chris, sa fille et José. Quelques paroles sont échangées. Je profite de cette intimité pour parler et poser des questions à José par l'intermédiaire de Chris. Dans ses propos, il explique que, des changements sont possibles dans sa situation professionnelle si le centre dans lequel il travaille est obligé de fermer les portes par manque de budget. Dans ce cas José et Chris ont des projets en commun. Bien sûr, j'ai été agréablement surprise en entendant cette bonne nouvelle ! Une fois de plus, je souhaite vraiment que leur projet commun aboutisse. Chris dit avoir eu la vision avec des détails de précision, sur la structure et le fonctionnement d'un centre psychopédagogique de relaxation, visualisation, transformation des perceptions, restructuration, etc., dont José serait partisan.

Les deux heures (environ) qui précèdent cette troisième prise d'ayahuasca, ne se déroulent pas de la même manière que les précédentes : tout le monde arrive de façon plus décontractée et des petits groupes de discussion se forment en attendant son tour pour être « lavé » par les mêmes fleurs trempées que la dernière fois et toujours par José. Je rappelle que ce lavage

consiste à nous asperger de cette eau trempée de plantes fleuries en accompagnement d'un chant chamanique. Normalement, de façon traditionnelle au Pérou, ce lavage se fait dans la nature et le corps est dénudé, mais dans le cas présent pour nous Occidentaux chacun porte un maillot de bain.

Nous ne sommes plus regroupés devant la douche comme précédemment et le temps évolue sans aucune crainte, ni appréhension de notre part. Chris en fait la réflexion et nous explique que c'est normal. Peut-être aurions-nous tout de même dû nous préparer un peu plus, ne serait-ce que par respect de la plante et de nous-mêmes ? Et nous mettre en meilleure condition mentale par un peu de méditation car nous sommes loin, très loin, de ceux qui se connaissent eux-mêmes déjà très bien et qui ont une bonne connaissance de l'ayahuasca et du monde des esprits.

Au sujet de ce nettoyage externe par les fleurs, comme les autres fois, une soplarengé suit la douche tiède parfumée, et cette fois-ci, José a pressé, ou plutôt dessiné une petite croix sur le plexus solaire en plus du rituel habituel. Le lendemain de la session, après m'être renseignée auprès d'autres participants, j'ai constaté qu'il a fait de même pour tous. Par déduction, je fais des rapprochements par rapport au vécu de ce voyage nocturne que j'explique plus loin.

Ensuite, chacun de nous reprend la même place que la dernière fois et avant de commencer à nous donner la plante, un long moment est consacré aux questions-réponses. Trop long certainement. J'ai l'impression que José s'impatiente, que les questions lui paraissent plutôt stupides vu le travail antérieur déjà effectué. Et puis, comme les autres fois, chacun à tour de rôle s'avance devant Maestro. Par contre, le récipient dans lequel nous buvons la plante sacrée, a changé. Cette fois-ci nous voyons la quantité que chacun de nous ingurgite dans ce verre à liqueur transparent. De plus, j'ai l'impression que Maestro nous donne plus d'ayahuasca que les précédentes prises. Le goût est toujours le même : difficile à supporter mais on

dirait que c'est plus liquide. Déjà à ce moment-là, j'ai l'impression d'avoir pris la plante de façon différente.

L'attente commence. Elle a été longue ! L'évolution s'effectue lentement, tout en douceur. Je la perçois très faiblement. Cette impression restant évidemment relative par rapport aux deux prises précédentes. Je ressens une grande déception quant à la sensation qui est faible au début et s'atténue encore par la suite. Malgré tout, j'ai aussi la pensée suivante : « Eh bien, c'est tout de même une sacrée secousse générale ! J'ai l'impression de traverser les pénombres. Pour mardi prochain, au sujet de la prise supplémentaire à laquelle je souhaitais participer, je vais encore y réfléchir ! »

Contrairement aux autres sessions, je peux mieux distinguer les différents paliers qui me conduisent comme à une libération de moi-même. Comme si la plante enlevait d'abord progressivement tout ce qui est une entrave à l'élévation spirituelle, que ce soit physiquement mais aussi et surtout mentalement. Entre autres tout le stress, lequel se manifeste chez moi par une certaine nervosité : quelques rictus et une grande fatigue qui se traduisent par des petits mouvements brusques de mes mains sur le corps, comme pour atténuer des démangeaisons, ainsi que de nombreux et longs bâillements.

Cette fois-ci, je suis conscience du lâcher-prise total qui se fait sans aucune difficulté durant les premières minutes des effets de la plante et qui nous ramène à un état d'enfant. Les soupirs sont plus longs et toutes les tensions tombent. Une conscience en moi a assisté au relâchement total du corps et surtout aussi du mental. Cela fait une drôle d'impression : un relâchement tellement profond qui s'accomplit tout naturellement sans avoir rien demandé !

Et puis, c'est comme si je me détachais de « l'enveloppe » de ma vie terrestre. À travers tout ce cheminement représenté, en plus des sensations physiques, visuellement par des genres de labyrinthes colorés, je vois et lis des informations diverses accrochées, comme épinglées, à ma droite et à ma gauche. Plusieurs fois, je me suis

exclamée (silencieusement ?) : « C'est important ça ! Il faut que je m'en souviene pour le noter ensuite ». Et puis, j'ai tout oublié. Quelle frustration !

Autre impression : les chants de Maestro ne sont plus aussi enivrants. Ce n'est plus la même intonation ; la voix ne vient plus des profondeurs. À cet instant, je réalise que l'expérience précédente fut un cadeau exceptionnel. Comme quoi il faut être prêt pour avoir le droit de recevoir les bienfaits de la plante lorsqu'elle est prête à donner. Je me rends compte aussi que cela dépend surtout de notre capacité à demander et à recevoir.

La progression continue, toujours dans un rythme assez lent, et les « étapes » que je perçois sont bien claires et précises, je les enregistre bel et bien dans ma pensée. Mais pourquoi je n'arrive pas à m'en souvenir ensuite ?

Tous ces détours, parsemés de renseignements et d'informations qu'on me donne au passage, me mènent finalement, dans un état de pureté, à la plante elle-même qui se situe encore sur un autre plan de perception.

Je crois qu'elle est apparue lorsque j'ai demandé à voir mon animal spirituel (toujours sans le nommer). Une relation étroite entre elle et moi s'établit. Je la vois à gauche de mon champ de vision dans un beau corps de femme longiligne, vêtue d'une tunique longue de couleur terre et parsemée de teintes pourpres, qui se termine ou plutôt se prolonge par des plantes. Ou peut-être est-ce des racines de style grimpantes qui s'entremêlent comme des lianes pour continuer sur le bas de mon écran visuel jusqu'à l'extrême droite sans pour cela avoir l'impression qu'elles s'arrêtent là, mais plutôt comme si elles se poursuivaient dans le prolongement de mon corps en partant du haut de ma tête. Je me rappelle très bien de cette longue tunique.

Avant de communiquer avec elle, je sens le travail qu'elle réalise dans tout mon corps. J'en prends bien conscience lorsqu'elle travaille dans ma narine droite en montant vers le sinus (pourquoi ? Je ne

sais pas !). Je la suis aussi dans la partie droite de mon corps et je sais bien qu'elle est allée partout ailleurs en moi. Durant tout ce temps, je l'encourage dans son travail et la remercie vivement pour tout le nettoyage qu'elle effectue. Nous nous sommes rapprochées et je me souviens très bien du gros plan de nos deux visages, la femme-plante et moi-même. Nous avons eu une longue conversation toutes les deux. C'est elle qui parlait et j'écoutais ou posais des questions, mais, une fois de plus, impossible de me rappeler du contenu. Dans notre relation étroite, elle m'a enseigné différentes choses. Quelle énorme frustration de ne pas en avoir le souvenir !

Le temps passe, l'effet s'amenuisant certainement, je ne suis plus en contact avec la plante. Il ne se passe plus grand-chose et j'attends patiemment une montée d'énergie. À propos d'énergie, c'est vrai que je ne reçois rien de tel durant cette session et cela crée un malaise en moi. À ce moment, je me souviens d'un conseil important que le nagual (Maître) Don Juan a donné à Castaneda qui le répéta souvent dans son livre *La Force du silence*⁸ : « il faut toujours avoir l'intention ». C'est « l'intention » qui compte pour accéder au monde parallèle.

Alors, décidée, je me concentre, et lorsque je pense être en mesure de recevoir quelque chose, je m'avance légèrement et me mets en position de tailleur, la colonne vertébrale très droite, et j'attends en méditant puisque c'est la position qui me convient le mieux pour recevoir les énergies cosmiques comme ce fut le cas les deux sessions précédentes.

J'attends encore mais rien ne vient. Je commence à fatiguer et à me rendre compte que cela ne sert à rien, que ce n'est pas encore le moment. Je repose à nouveau mon dos contre le mur. Je sens que je n'ai pas de force, ma tête se fait lourde, j'ai du mal à la tenir droite. Alors, puisqu'elle a tendance à tomber en avant, je la fais basculer vers l'arrière pour garder des images positives, Chris nous ayant expliqué que la position de la tête vers le bas, influence

8. Folio, 1999.

négativement les visions. Je cherche alors aussi le contact avec le ciel. Tous les moyens sont bons... J'ai essayé à plusieurs reprises mais sans résultat.

Puis j'ai un autre réflexe : puisque la plante n'est plus assez forte, qu'elle ne m'apporte presque plus rien, alors c'est à moi d'aller vers elle et les esprits pour prendre les informations. Je fais le rapprochement de cette réflexion personnelle avec le principe chamannique comme quoi le chaman va vers les esprits et non l'inverse. Je suis donc bien sur la bonne route ! Je fais l'effort pour écouter davantage. En ouvrant plus grand mes deux oreilles et le système de vision intérieure, je réussis à percevoir des messages qui se traduisent à nouveau par plein de petites informations courtes mais toutes aussi intéressantes. Elles sont inscrites tout au long du passage visuel dans lequel j'avance. Malheureusement, c'est encore pareil, je ne m'en souviens plus !

Je ne reçois toujours aucune énergie ! Je cherche des informations. J'attends qu'on me donne quelque chose, qu'on me montre des images. Mais rien ne vient. En ouvrant les yeux, je vois Maestro auprès de quelqu'un et je me dis qu'il peut nous voir dans les trois différents mondes. Je le plains même, parce que ça ne doit pas toujours être beau à voir. Le premier (ou le troisième) monde étant celui dans lequel nous vivons tous les jours, de notre naissance jusqu'à notre mort, avec un masque plus ou moins épais et tout ce que cela engendre comme comportements et manières qui font nos défauts et nos constructions mentales. Je me dis que José, en tant que Maestro, peut voir tout ce déguisement. Le deuxième monde existe lorsque, après la prise de l'ayahuasca, lors de la descente, nous sommes dépouillés de tous nos vices, malaises, stress et frustrations qui sortent de nous-même ou plutôt que nous quittons (peut-être aussi lorsqu'on quitte le corps physique ?) : ça ne doit pas être beau à voir ou à ressentir !

Le troisième (ou le premier ?) monde est le plus beau. Lorsque, lavés de toutes nos imperfections, nous sommes dans l'état de pureté, dans la Réalité pour communiquer avec les esprits élevés,

dans l'au-delà. Que de passages difficiles pour en arriver là ! Et comme c'est pénible de revenir ! Dans ce même laps de temps très court durant lequel j'ai les yeux ouverts, je constate qu'il n'y a aucune vibration dans l'air. Je ressens plutôt quelque chose de négatif. Je me rends compte de la différence par rapport à la séance précédente où, lorsque j'ai ouvert les yeux, la salle était comme lumineuse et moi-même j'avais l'impression d'être rayonnante. Je prends bien conscience de cela seulement maintenant, en voyant la différence. Je regarde Maestro qui parle à Chris. J'ai l'impression qu'il lui demande de constater comme lui que tout est calme. Je me dis une fois de plus que cette prise d'ayahuasca n'est pas la même que les précédentes. C'est alors que commence un travail sur moi-même. « On » me montre une analyse détaillée, précise et critique, de ma personne, sur tout ce que je Suis. Tous mes défauts, par exemple, sont mis à jour. Un par un, je les vois sous tous les angles et la critique est sans pitié. Disons plutôt qu'il n'est pas possible de tricher : je vois vraiment ce que je suis, ce qu'il y a dans mes pensées, dans mon être et il faut bien accepter la réalité. Ce n'est pas tout rose et cette fois-ci Dieu merci ! là aussi j'ai oublié les détails, mais je suis malgré tout contente d'avoir vécu cela en me découvrant également autrement. Tout s'est passé sans qu'aucun sentiment de culpabilité ne soit apparu. On m'a simplement montré la vérité, un point c'est tout.

Pour m'améliorer, pour progresser, il est indispensable d'apprendre à se connaître constamment. Dans cette expérience, j'ai sûrement avancé d'un grand pas. D'autant plus qu'en vivant, en voyant tout cela, j'ai eu une prise conscience et cela permet aussi, je crois, de créer un système de correction qui s'établit automatiquement.

Je me sens devenir toute petite par rapport à tous ces bienfaits qui circulent dans l'Univers, dans le grand monde, dans l'au-delà. Le week-end dernier, j'étais montée au 7^e ciel (au sens propre du terme !) et maintenant je retombe dans mes vieilles petites chaussures !

De toute manière, la façon dont cette analyse s'est présentée à moi, aussi ouvertement et claire que possible, mon amour-propre n'a pas été affecté. Je crois que le mental, l'ego, lui qui s'attribue la charge de ressentir en bien ou en mal les choses de la vie, n'est pas présent et dans ce cas, c'est effectivement à titre d'enseignement pur que ce dépouillement a eu lieu.

Dans cette même période d'enseignement, « on » me montre, clairement et sous toutes ses facettes, l'égoïsme qui existe dans notre condition humaine sur Terre. Je suis affligée de voir notre conscience si basse. Je suis alors complètement détachée du peuple sur terre, tout en sachant que j'y appartiens aussi. J'éprouve une profonde compassion mêlée de tristesse.

Plus tard, dans la nuit avancée, je me dis que chacun de nous a été amené à faire le même travail sur soi durant cette troisième session avec l'ayahuasca différente. Je me trompe peut-être mais j'ai ce ressenti. Je me sens triste, mélancolique et déçue de moi-même. Mais je sais bien que cette prise de conscience, ce face-à-face avec moi-même ne peut être que bénéfique. À condition d'en tirer les leçons et de ne pas rester sur une image négative malgré la première impression. Je me dis tout cela pour me rassurer et m'encourager tout en sachant que c'est exact. Depuis un moment déjà, je sens que mes yeux sont humides pourtant je ne pleure pas. Du moins je n'en ai pas l'impression.

À ce moment, Chris appelle différentes personnes pour leur proposer de reprendre le liquide de la plante sacrée. Je l'écoute en espérant qu'il verra que j'en ai sûrement besoin aussi. Lorsque je commence à m'évader à nouveau dans mes pensées, j'entends Chris m'appeler d'une voix lente et basse mais ferme : un sursaut dans ma tête et je réponds « oui, je souhaiterais en reprendre un peu ». Je me lève et, avant d'avancer, m'assure d'être bien stable, mais je titube tout de même jusque devant Maestro. Je m'accroupis pour m'asseoir devant lui. J'ai du mal à garder les yeux ouverts, mais après avoir bien vu le verre qu'il m'offre, je le prends le mieux possible dans ma main. J'avale une petite gorgée. Oh, la, la ! Quel

goût affreux ! J'ai vraiment du mal à boire le liquide de la plante sacrée. Je n'arrive pas à prendre une deuxième gorgée. Chris, le psychologue cette fois-ci, toujours là quand il faut, intervient en me faisant comprendre, prendre conscience que je ne suis pas obligée de le boire et Maestro donne le même conseil je crois, car je risque de vomir ensuite et cela ne sert à rien. Il se cite lui-même comme exemple dans une expérience identique.

Une petite bataille à l'intérieur de moi : l'une, qui pousse toujours la boule plus loin et qui veut faire l'effort d'avalier l'ayahuasca dans l'espoir de rattraper le manque à gagner. Et l'autre, plus sage, qui sait qu'on ne rattrape rien et qu'il vaut mieux, dans le cas présent, laisser ce breuvage à d'autres plutôt que de prendre le risque de vomir en sachant que de toute façon je ne me sentirais pas mieux, au contraire. La sagesse prit le dessus et j'ai rendu le verre à Maestro en lui disant que je ne peux pas supporter le goût. Je remercie intérieurement les deux chamans de m'avoir aidée dans cette prise de décision.

La nuit se poursuit. Je suis encore dans les vapes, mais je me remémore les étapes de ce voyage en me disant que cette descente est prévue ainsi depuis le début. C'est-à-dire, un retour sur soi, une inspection générale, une remise en place et pas de voyage « inter-sidéral »... Je l'accepte ainsi malgré une déception certaine, compréhensible par rapport au vécu de la seconde session !

Je crois que c'est à ce moment-là que j'ai vu les deux Dominique que je suis. La petite, celle qui a hérité des imperfections terrestres, et l'autre qui représente l'Essence même de la Pureté, de la Perfection, de la Spiritualité. Il n'y a pas de bataille entre les deux mais juste une constatation qui exprime la tristesse en voyant la petite Dominique.

Durant cette session plutôt faible, je suis tout particulièrement gênée par les exclamations, les verbiages de quelques autres participants. C'est ainsi que je perçois la situation. Le temps continue

à s'écouler lentement. Puis Chris m'appelle, me demandant si je vais bien et si je peux venir jusqu'à eux. Je me lève et m'agenouille devant Maestro pour la *soplarengé*. Mes yeux toujours humides, sont fermés. Il me demande de les ouvrir. Il a sûrement constaté que mes yeux larmoient. Dans ce rituel, Maestro chante pour chacun un chant comme les autres fois.

Dans celui qui m'est destiné, il parle dès ses premières paroles, de la tristesse. Sûrement pour enlever celle qu'il a vue dans mes yeux. Je les ai d'ailleurs déjà refermés et écoute son chant qui cette fois-ci, m'enivre. J'ai l'impression que cet instant dure longtemps et je ne m'en lasse pas, au contraire.

Lorsque la voix n'est plus, je me réveille et me lève pour retourner à ma place. Je me sens comme ivre et j'ai retrouvé la gaieté en moi. Je me rends compte aussi de mon comportement idiot. Arrivée à ma place, je m'assieds à près d'un mètre du mur, les jambes allongées, les bras tendus vers l'arrière et les mains posées à terre, pour retenir mon buste. Sur mon visage, on doit pouvoir lire un sourire jovial, une satisfaction, un bien-être. Je regarde autour de moi, comme si j'attendais des applaudissements ou du moins une reconnaissance quand, tout à coup, sortant de cette léthargie, je me dis : « Quelle attitude ridicule ! »

Chacun était encore replié sur soi-même et je repensais alors au travail effectué cette nuit. Vite je me mets contre le mur et retourne à l'intérieur de moi. Épuisée par de tristes sentiments, je m'allonge pour trouver le sommeil. Je me relève juste pour chanter le premier chant de groupe. Un chant qui arrive à ce moment-là comme une prière que je fais pour bénéficier d'un pardon, d'une protection et d'un guide.

Samedi 25 novembre

Le lever est moins enthousiaste que les fois précédentes. Je cogite à propos de cette dernière expérience. Je pose des questions autour de moi pour savoir de quelle façon l'un et l'autre a vécu sa

nouvelle expérience. Je constate que les réponses se ressemblent et qu'effectivement plusieurs personnes ont fait le même type de travail par rapport à eux-mêmes. Mais cette réflexion demande à être plus approfondie.

Je suis de plus en plus convaincue que c'est une étape normale et préparée : d'abord, on nous fait connaître l'irréel du point de vue de la conception de la vie sur terre ; ensuite, puisque l'initiation se termine, c'est important de faire revenir les participants « dans » ce qu'ils sont sur terre, en leur faisant prendre conscience, pour certains (ceux qui le veulent bien), de leurs propres défauts. C'est une déduction à nouveau tout à fait personnelle. D'autre part, le plexus solaire, que José a utilisé en y signant une croix, doit avoir un rapport avec l'évolution de cette prise d'ayahuasca. Sachant que le plexus solaire s'associe, entre autres, à l'affirmation de sa propre personnalité.

Je me demande aussi si José n'a pas touché de son pouce l'endroit du 3e œil sur le front lors du « lavage » de la première et/ou de la deuxième session ? Sûrement a-t-il aussi ouvert les autres chakras ? Tous ses gestes prennent maintenant une grande signification dans mon esprit.

Je prends ma douche un peu plus tard. Le repas, tisane, fruits, pain et beurre, nous régale tous. Tard dans la matinée, le départ est donné pour l'ascension vers lieu un peu plus haut que l'endroit où nous avons vécu la diète d'isolement le week-end dernier. Cette demi-journée est prévue pour nous apprendre à reconnaître et à utiliser les plantes médicinales que José va trouver et que nous aussi allons cueillir sur notre passage.

Un temps relativement long s'écoule avant de nous retrouver enfin dans la fraîcheur de la nature tout humide. Les véhicules sont garés sur le chemin forestier et, sur les conseils d'une personne qui connaît très bien l'endroit, nous nous engageons dans un petit sentier qui s'arrête près de deux cents mètres plus loin autour d'un abri. De l'autre côté, à notre droite, une vue sur un précipice d'où

dégringole l'eau du torrent offre une grande ouverture qui laisse filtrer la lumière du jour :

Ce réveil nous met tous de bonne humeur et nous rend gais. José semble être le plus heureux, toute son expression physique le montre, notamment par sa grande inspiration remplie de bonheur. Pour ma part, c'est pareil, ce contact avec la nature me fait, comme d'habitude, un effet de tonique et d'apport d'énergie qui m'enivre et me rend euphorique.

Tout le monde écoute José dans ses explications. Certains prennent des notes qu'ils associent à un échantillon des plantes concernées, d'autres utilisent la caméra pour retenir les informations. Chris et l'un des participants attendent le feu qu'ils ont allumé pour faire sécher la peau du tambour qui servira tout à l'heure pour la descente chamanique que nous avons prévu de faire dans la nature. Tout se déroule dans la joie et la gaieté. L'élément naturel nous enveloppe de sa beauté et tout simplement de sa présence comme une mère pour ses enfants. Puis, ne pouvant pas aller plus loin, nous rebroussons chemin jusqu'au point de départ pour repartir, toujours à pied, vers un autre endroit qui nous amène sur un sentier plus large. Après quelques minutes de marche, nous nous asseyons sur des rondins de bois coupés. Nous sommes tous heureux et tellement gais. Ces souvenirs de joie sont gravés en nous.

Nous repartons encore un peu plus loin et plus profondément dans cette végétation de pins très humides. Chris a trouvé un endroit idéal pour nous guider dans notre descente chamanique à l'aide de son tambour après les chants de José. Assis sur d'autres rondins de bois, le plus confortablement possible, après avoir fermé les yeux, nous écoutons avec plaisir et participons aux chants sacrés chamans que José entonne. Une nouvelle prise de conscience à travers ces chants pleins d'amour : quel exercice délicieux ! Puis quelques secondes d'attention aux paroles de Chris qui nous explique, comme à chaque fois, le processus de descente

vers nos animaux spirituels suivi du retour. Le tambour commence ses battements rapides et nous descendons dans notre trou...

Je ne sais pas combien de temps dure une descente : une demi-heure ? Vingt minutes ? Dix minutes ? Aucune idée. C'est vrai que dans ce genre de travail, nous quittons l'espace-temps.

Au retour, chacun prend le temps qu'il faut pour refaire surface. J'ouvre les yeux, je me sens bien, reposée, en harmonie avec la nature. Un voile brumeux intensifie l'humidité du site et donne une atmosphère toute particulière à notre groupe. Le décor pourrait paraître lugubre si j'étais là toute seule dans cette forêt dont une partie est déjà coupée, mais le groupe que nous formons en pleine nature, créant un égrégora, transforme les ténèbres en lumière ! Cette fois-ci, je n'ai pas eu de visions, ni de message mais juste une grande relaxation.

Tout doucement, nous retournons vers l'endroit d'où nous sommes venus. Une pluie fine nous fait presser le pas. Le moment de nous quitter est à nouveau proche et immédiat. La séparation est toujours difficile et nous nous embrassons tous pour nous revoir le lendemain.

L'après-midi, j'ai tout juste le temps de faire quelques magasins pour trouver le cadeau, cotisé la veille, qui fera plaisir à José. Et, de suite, sans avoir eu le temps de repasser chez moi (ne parlons pas de la sieste que j'avais souhaité faire !), je vais chercher Lili et fais la connaissance de son concubin. En toute hâte, nous allons toutes les deux dans la ville voisine pour arriver à l'heure à la conférence sur les chakras que nous avons prévu d'écouter. Par contre, arrivées sur place et après avoir cherché la salle exacte dans l'enceinte de l'hôpital, nous constatons notre avance d'une demi-heure. Je profite de ce moment libre pour m'allonger sur l'herbe et continuer à discuter avec Lili tout en me réfugiant dans les pensées du vécu des deux sessions.

La conférence traite principalement de l'unité cosmique, la conscience universelle et les chakras. Elle dure plus de deux

heures, mais le temps passe très vite car c'est très intéressant et complémentaire à notre vécu chamanique.

Puis nous voilà reparties en direction du retour, mais rapidement je me rends compte qu'un pneu est à plat. Quelques minutes de réflexion pour trouver une station ouverte et demander à deux jeunes gens s'ils voulaient bien nous changer la roue. Tout ça peut-être pour me mettre en garde et m'avertir que les deux pneus avant sont usagés...

Je suis de retour vers 22 heures. J'ai hâte de me coucher, je n'ai plus la force d'écrire. J'ai pris des notes par-ci par-là durant la journée. Avant de m'endormir, je me réjouis pour le lendemain, ces quelques heures que nous passerons à nouveau tous ensemble dans la Nature, notre Mère Divine à tous.

Dimanche 26 novembre

Comme c'est le cas depuis le début de l'initiation, je me réveille 2 à 4 minutes juste avant la sonnerie du réveil. Le temps de reprendre mes esprits, de laisser défiler quelques images dans ma tête et le temps que mon estomac fasse son travail matinal, je me lève en direction des toilettes où j'évacue sans problème le trop-plein de nourriture. C'est vrai que je n'ai plus de problème de constipation, ce qui prouve très certainement le nettoyage également effectué dans les intestins par la plante sacrée. À peine quelques minutes de retard, je vais chercher Laurence et son ami. Vitesse rapide mais bien contrôlée pour arriver à l'heure pile sur le lieu de rendez-vous convenu la veille. Le temps que tout le monde arrive (Chris arrive en dernier car José a eu du mal à se lever !), nous partons sous la pluie tropicale vers une destination que seul Adrien connaît. Et ce temps pluvieux qui peut gâcher notre promenade et notre pique-nique !

Arrivés dans les hauteurs, nous nous orientons vers un petit chemin en grande partie goudronné. Nous nous arrêtons d'abord à côté d'un champ en friche qui contient différents herbages dont

José a, une fois de plus, le plaisir de nous expliquer l'utilisation médicinale. Il nous a rappelé encore la veille d'emporter papier et stylo pour prendre des notes. J'ai emporté tout cela aussi, mais je préfère rester attentive à tout ce qu'il dit sans prendre de notes. Je cherche plutôt la prise de photo adéquate, originale. J'aime les plantes, je m'intéresse à leurs facultés médicinales et autres vertus ainsi que l'esthétique, mais on ne peut pas tout faire à la fois, alors je choisis uniquement de faire des photos. Mais la prochaine fois je prendrai des notes et des échantillons... Par ailleurs nous avons de la chance parce qu'il ne pleut plus du tout !

Puis nous repartons plus haut pour commencer notre petite randonnée pédestre. Le chemin forestier est large et offre une grande vue, d'abord sur de petites collines, puis sur la mer au fur et à mesure que nous avançons. Le groupe est espacé, chacun marche à son rythme. Des petits clans se font et se défont. Je me sens vraiment très bien. Comme à chaque fois dans la nature, je me libère de quelque chose (sûrement le stress) et deviens gaie, jusqu'à un comportement un peu euphorique. De retour à nos voitures, les derniers mètres se font à nouveau sous la pluie... qui s'arrête dix minutes plus tard. Rassasiés d'air frais, nous descendons quelques kilomètres plus loin, pour déguster l'excellent repas typique de la région, qu'Adrien a choisi de préparer pour tout le monde.

José est alors assailli par les participantes qui convergent sans arrêt autour de lui et je comprends qu'il ait besoin de se retirer pour se reposer.

Pendant un long moment, après le repas, j'ai discuté avec Chris. Évidemment le sujet de conversation a été José. Il me reparle de son projet en m'expliquant que José hésite maintenant. Peut-être a-t-il eu peur de tous ces contacts, de tout ce remue-ménage ? Ou peut-être ses origines de Latino-Américain, le font changer souvent d'avis ?

Accompagné de tout le monde, je lui remets le cadeau en lui adressant quelques mots souhaitant qu'il continue à travailler aussi consciencieusement et avec autant d'amour. Il est très heureux du K. Way avec pantalon, du sac à dos, de la casquette, des chaussettes et du petit dictionnaire français/espagnol que nous lui avons offert.

Et c'est à nouveau l'heure du départ. Après avoir rangé toutes les affaires utilisées pour le déjeuner, nous nous dirigeons vers les véhicules garés à quelques centaines de mètres sur le chemin forestier. Ce petit déplacement est ponctué d'un premier arrêt pour prendre les dernières photos de groupe et des deux chamans puisque nous étions tous toujours aussi joyeux !

Ensuite la décision est prise, sur l'idée de Chris je crois et approuvée par José, de s'arrêter un peu plus loin pour chanter les derniers chants chamaniques ensembles avant de nous séparer (du moins pour ceux qui ne participeront pas à la quatrième session).

Assis par terre, nous écoutons José commencer un chant que nous connaissons déjà et qu'il nous invite à chanter avec lui. Après cela et avant de nous faire découvrir un nouveau chant sacré, il nous explique l'origine de celui-ci. Cette fois-ci c'est Corinne qui traduit ses paroles comme c'était d'ailleurs le cas à plusieurs reprises durant l'initiation :

C'est l'histoire d'une femme péruvienne qui souffre (sinon un membre proche de sa famille, je ne sais plus très bien) et prend la décision d'aller voir un chaman guérisseur qui habite assez loin. Elle se prépare pour ce voyage. Durant cette période, elle fait un rêve : celui d'un chant. Elle ne le connaissait pas auparavant, mais comme elle le trouve beau, elle l'a chanté plusieurs fois, de telle sorte de s'en rappeler très bien ensuite. Après sa longue marche de plusieurs jours, sa route l'emmène chez le guérisseur. Après les salutations, celui-ci lui demande de lui transmettre le chant donné dans son rêve qu'il va utiliser pour la guérir. Quel étonnement pour la femme ! En effet, le chaman a eu l'information de ses guides spirituels. Il sait alors non seulement que la femme va arriver, mais

aussi qu'elle connaît le chant qu'il va chanter pour effectuer la guérison en question.

Pour moi, c'est un autre exemple qui montre que nous avons tous besoin les uns des autres.

José nous explique ensuite l'importance de ce chant qui comprend de nombreuses lettres « A ». Cette première lettre de l'alphabet représente l'Amour et c'est grâce à elle, à son intonation, que la guérison s'est accomplie. Nous avons écouté ses paroles péruviennes encore plus attentivement.

Dès qu'il a commencé à parler de cette lettre « A », je me suis rappelé une pensée que j'ai pu développer dans mon esprit à un moment bien précis. À Madagascar, les villages, villes, noms, prénoms et autres mots, comportent de nombreuses lettres « A ». Conduisant ma voiture en revenant de Tamatave, je traversais des petites bourgades pour revenir à la capitale. À ce moment-là, je me sentais en harmonie avec moi-même. Lorsque, tout d'un coup, j'ai pris conscience de cette lettre « A » que je retrouvais partout et surtout que je trouvais si belle que j'avais associé le son et la lettre à l'Amour Universel. Ce rapprochement me paraissait alors tout à fait plausible pour être réel ! José me confirme ce ressenti passé.

Épilogue de la troisième session

J'ai constaté durant ces dix derniers jours que plusieurs personnes me téléphonent. J'ai été surprise de la façon dont ils ont souhaité me revoir et de la manière dont certains ont exprimé le fait que j'ai pu leur manquer.

C'est comme s'ils venaient de découvrir des qualités (cachées) en moi, ou que je suis en mesure de leur apporter quelque chose juste par un contact téléphonique.

Les expériences chamaniques ont-elles eu des effets sur des gens que je ne vois pas physiquement et auxquels je ne pense pas non plus particulièrement ?

QUATRIÈME SESSION D'AYAHUASCA

Mardi 28 novembre

Encore un long voyage extraordinaire ! Dans notre vie terrestre, il est vraiment impossible de pouvoir imaginer cet autre monde et encore moins de le vivre. Cette prise d'ayahuasca semble avoir été plus concentrée puisque c'était la fin de la bouteille.

Je suis impatiente durant les deux heures qui précèdent la session : tout le monde est là mais je trouve que rien n'avance. Cette nervosité provient peut-être de mes nuits trop courtes depuis près de trois semaines ? Des heures tardives, le soir, pour me replonger dans mes expériences et écrire l'essentiel du vécu de l'initiation afin de terminer avant la fin et pouvoir donner à José un exemplaire du récit de mes expériences.

J'étais impatiente de reprendre mon voyage « inter-sidéral »...

Au début, comme les fois précédentes, quelques petites angoisses et peurs, mais je me rassure facilement. Maintenant je sais que c'est toujours d'abord le dépouillement et que cela n'est pas forcément facile ni agréable. Dans notre vie sur terre, nous transportons avec nous, en nous, un tas de principes, des craintes (souvent inconscientes) et des appréhensions diverses et variées qui engendrent les blocages pour notre évolution.

Ce nouveau voyage est très animé et mouvementé. Je le vis. Je suis l'acteur principal. En grande partie, il se déroule dans l'amusement et le jeu, entrecoupé de messages et d'informations révélateurs. Des couleurs magnifiques dans des formes arrondies qui se déploient, se referment. Tout au long de ce chemin, la lumière est présente.

Je prends conscience de la dimension inimaginable dans l'au-delà. Il n'y a aucune limite. Je circule à travers le temps en allant d'une vie antérieure à une autre. Je ne me rappelle plus, si ce n'est

juste qu'un espace-temps, du vécu dans ces vies-là. Par exemple, lorsque je suis une très vieille femme, recroquevillée sur elle-même avec des cheveux tout blancs... L'important dans ce vécu n'est pas les vies antérieures mais bel et bien cette notion de temps qui n'existe plus. L'espace-temps n'a plus la même signification : le moment présent est déjà le passé parce que j'en ai le souvenir à l'instant même où je le vis.

Je circule librement dans le temps, allant et venant, à ma guise. Je « suis » différentes personnes dont je ne me souviens pratiquement de rien. Tout se déroule très vite.

Lorsque j'invoque l'Amour par des prières pour me contrôler mieux, j'incarne aussitôt la Vierge Marie mais j'arrête tout de suite ce ressenti craignant que ce ne soit un blasphème.

Une autre sensation est présente presque constamment : tout mon corps participe à ce voyage. Toutes les particules, jusqu'aux plus infimes, sont vivantes et réagissent à la moindre vibration. Cela va du bout des doigts de la main à l'extrémité des doigts de pied. Je suis en pleine forme, en possession de tout mon corps. Je me sens comme un insecte, sensible aux moindres frémissements dans l'air. On dirait que mon corps est transparent, du moins translucide. Je vois l'activité de toutes ces minuscules énergies reliées entre elles à l'intérieur de mon corps. En même temps que cette transparence, le corps est lumineux de blanc tirant vers le jaune.

À travers cela, je me souviens d'un principe de l'Aïkido qui permet de relier le corps à l'esprit. C'est absolument génial ! Je souhaite que tout le monde vive cette sensation !

À propos des doigts de pied : ils sont constamment en mouvement parce que c'est eux qui expriment les satisfactions reçues. C'est vrai que je suis absolument heureuse et je me sens hyper bien dans cet environnement avec toutes les découvertes que je fais. À plusieurs reprises, j'ai appelé mon animal spirituel mais je n'ai toujours pas reçu de message à ce sujet. Par contre j'ai bien constaté que ce n'est pas le moment, que ça ne sert à

rien d'insister et que je dois prendre ce qu'on me donne, alors je dis : « d'accord, je continue sur la route que tu (la plante) m'as tracée ! »

L'expérience la plus laborieuse et qui me parut la plus longue fut bien celle qui m'a d'abord mise dans une situation glaciale comme si j'étais au pôle Nord, avant de commencer ce chemin de rédemption. Je suis dans la pénombre. C'est difficile, éprouvant mais je tiens bon. J'ai compris qu'il s'agit là d'une étape importante qui me permet de progresser... peut-être même pour devenir chaman... Tout se déroule bien et je pense avoir bien passé cette épreuve malgré les difficultés pour garder toute ma conscience. C'est dans des moments similaires lors de la première session que je n'avais pas su rester avec moi-même. Je pense bien qu'il y aura encore d'autres expériences pour m'élever vers la Lumière !

Je suis désolée, déjà pour moi-même mais aussi pour le lecteur, de ne pas pouvoir donner plus d'explication et de précisions au sujet de ces différents vécus. En fait, c'est comme si je dépensais beaucoup d'énergie pour maîtriser la situation et ne pas tomber dans quelque chose d'incontrôlable. De toute façon, il faut savoir que c'est difficile de se souvenir des détails ou de certains vécus sous Ayahuasca. En général, on se rappelle juste des grands moments, les visions importantes. Tout le reste est moins perceptible et donc s'enregistre moins bien dans notre mémoire consciente sur terre. Dans ces cas-là, on se souvient seulement des sensations ou des impressions ressenties même si le vécu était bien réel dans ce monde si large !

C'est à peu près dans cette période que je perçois bien Maestro et la tension dans la salle. L'effet est fort pour tout le monde, on dirait. Maestro, à travers ses chants, maintient chacun d'entre nous dans un état de retour. J'ai l'impression que c'est le moment le plus fort de l'ayahuasca, le moment où tout le monde risque de partir trop loin. Je me rappelle avoir participé également à cet instant puissant qui s'est déroulé durant les précédentes sessions.

Cette fois-ci, Maestro a aussi testé un autre son de sa voix, nettement plus aigu. J'entends alors une mélodie assez bizarre voire démentielle. Que se passe-t-il chez lui ? Est-il en train de se confronter à une malédiction ou des esprits néfastes ? Ou est-ce pour soigner la petite fille sur la photo qu'il a posé devant lui à chacune des sessions ? Chris m'expliquera par la suite que José avait voulu exprimer par là son côté féminin.

Puis je referme les yeux et retourne systématiquement dans les visions. Je suis sur la « route » où je m'amuse toujours aussi bien.

À travers des intervalles que je ne peux pas définir dans l'espace-temps, je me retrouve sur un autre plan de conscience où je découvre au fur et à mesure, les potentiels de notre pensée, de notre réflexion. La façon dont on peut vivre et concevoir en même temps plusieurs expériences en les superposant. Je vois et circule dans les labyrinthes où passent toutes les informations. Par transmission de pensée, « on » m'explique de quelle façon celles-ci peuvent être utilisées. Ou plutôt c'est comme si je connaissais déjà tout cela.

J'ai du mal à trouver les mots pour expliquer comment je vais d'une information à une autre, comment je les utilise en les connectant entre elles, etc. Je suis, ou plutôt ma conscience se trouve comme dans un grand labyrinthe pareil à une bibliothèque de données stockées sur des supports informatiques.

Je me rends compte que c'est la vision du fonctionnement de la partie cerveau où sont emmagasinées toutes les informations et pensées reçues. Ce doit être la partie consacrée à la mémoire. Il semble qu'elle contienne aussi la Mémoire Universelle.

À ce moment-là (sûrement à d'autres aussi !), je suis tellement prise dans mes découvertes que je ne suis plus du tout reliée à Maestro par l'intermédiaire de son chant. Évidemment je viens de m'en rendre compte en percevant à nouveau quelques sons de sa voix !

Je suis heureuse de vivre toutes ces expériences mais, à plusieurs reprises, je me dis que c'est égoïste de ma part de profiter de ces bons moments, parfois amusants et d'autres fois instructifs. Cette pensée arrive certainement chaque fois que j'entends quelqu'un vomir puisqu'automatiquement je reviens dans la salle pour aider Maestro dans les soins (soplarengé) qu'il donne à ce moment-là ou pour aider directement la personne concernée si celle-ci reste seule. Quand je dis que j'aide, c'est toujours en restant assise à ma place et les yeux fermés, mais par ma pensée positive mon intention est orientée vers la personne qui se sent mal.

À propos de ce sentiment d'égoïsme, je me suis surprise plusieurs fois à me dire « peut-être que j'exagère un peu de vivre des moments aussi extraordinairement beaux et délassants ». J'ai l'impression de trop profiter de ces instants alors que j'ai sûrement du travail à faire par rapport à moi sinon pour les autres.

Lorsque je suis sur le « chemin » où tout est couleurs multicolores et amusements, me culpabilisant, je demande que la plante ou l'esprit, me fasse travailler les méninges pour que je puisse progresser et ne pas rester dans ce domaine d'amusement. C'est vrai que durant la majeure partie de ce voyage, je suis vraiment comme une enfant qu'on gâte.

Je ne sais plus à quel moment cela s'est passé, mais j'ai eu un entretien avec l'autre « moi ». Les deux sont bien distincts et le dialogue est naturel, normal. Il n'y a aucun malaise. Comme si les deux étaient au même diapason. Je suis satisfaite.

Il y a eu aussi des moments de prières intenses, nécessaires pour être en mesure de recevoir, l'énergie, la force et tout l'Amour qu'on me donne. Des vibrations que je dois canaliser pour ne pas les disperser, pour ne pas tomber dans une semi-conscience, voire une inconscience.

Je constate la différence par rapport à la première et deuxième session, durant lesquelles j'ai eu du mal à « réceptionner » cette

grande énergie basée sur l'Amour Universel, tellement c'était intense et que je n'étais pas prête.

Dans ces moments de méditations, la divinité est profonde, perceptible, lumineuse. J'ai l'impression de recevoir quelque chose d'exceptionnel. Je me rappelle qu'en parlant à quelqu'un durant mon voyage, je lui parle de ce que j'ai sur la tête vers l'arrière, et qu'avec cela je peux l'aider. En me rendant compte de ce que mon autre « moi » dit, je lève mes yeux pour voir ce qui se trouve à cet endroit. Surprise, je vois ce cercle lumineux que portent les saints. Alors là, je me suis dit (du moins le mental qui panique un peu) : « Attention Dominique, ton imagination te joue des tours ! » De retour dans mon mental, cette relation intrapersonnelle s'estompe évidemment.

Dans les moments de méditation absolue, assise en tailleur, dressant ma colonne vertébrale de tout son long, Je m'élève tout à coup vers le haut, mes deux paumes de main se joignent devant le visage puis se lèvent vers le ciel. Je me sens incarner une divinité hindoue. Mais craignant que mon imagination ou le mental ne me joue des tours, je quitte immédiatement cette sensation. Le lendemain, je me dis que j'aurais dû continuer...

Durant cette dernière session, je n'ai pas voulu vivre quelque chose de religieux, mais bien explorer l'au-delà réellement. Pourtant, je me suis retrouvée à faire de nombreuses prières comme remerciement de tout ce que l'on m'a donné et surtout pour rester entièrement consciente de l'augmentation de mon niveau de conscience. La nuit s'avance comme d'habitude et mon voyage est passionnant.

Tout à coup, on me prend la tête. Je pousse un petit cri aigu de sursaut, à peine retenu. Ce contact avec la peau m'a fait sortir brusquement de mon beau voyage. La dernière image que je garde, c'est celle d'une fleur qui s'ouvrait un peu comme une rose, au-dessus de ma tête.

J'ouvre les yeux et pousse un autre cri parce que je vois le visage de Maestro en face du mien. Cette image restera certainement toujours en moi. C'est comme une fusion. Je suis ravie qu'il soit là, tout près. Je lève mes deux mains pour les poser sur les siennes qui sont de chaque côté de mon visage. Je les presse un peu plus contre mes joues pour lui montrer que je suis contente qu'il soit là. Je sens beaucoup d'amour qui sort de moi-même qui lui est offert.

J'ai l'impression de pouvoir partager avec lui, sans rien expliquer, tout mon vécu sous Ayahuasca puisque nous sommes tous les deux dans une autre dimension remplie d'autres perceptions. Un moment très intense...

Et puis le voyage continue encore un peu.

Maintenant, plusieurs personnes sont déjà appelées pour la *sopla* *rengé*. Je fais de plus en plus d'aller-retour entre mon Monde Parallèle et la pièce dans laquelle nous sommes tous assis. Lorsque j'entends mon nom prononcé pas très fort, mais comme mes oreilles sont toutes grandes ouvertes et que ma voix est là aussi, je réponds distinctement par un « oui » bien clair et peut-être aussi ferme.

Je fais alors quelques petits mouvements brusques pour retrouver mes esprits et m'asseoir au bord du coussin pour mieux me concentrer avant de me lever. Les quelques mètres qui me séparent des deux chamans sont difficiles à faire et d'autant plus difficiles qu'arrivée à la hauteur du deuxième poteau, Chris me rappelle que j'ai une bouteille à charger.

C'est vrai que j'avais préparé cette bouteille durant la semaine de la façon dont José nous l'a expliqué : eau-de-vie, camphre, cannelle, datte et oignons blancs. Ce liquide une fois chargé, c'est-à-dire qui a reçu une énergie supplémentaire par un *icaro* et une *sopla*, représente une énergie protectrice qu'on peut appliquer comme une lotion (à petite dose) sur soi. Cette solution peut être utilisée pour une guérison. Heureusement qu'il y a pensé ! Rebelote, aller-retour jusqu'à ma place où Pascal me tend la bouteille (merci !).

Je m'assieds en face de Maestro. Il sourit et me parle pour voir si tout va bien, si j'ai fait un bon voyage...

Je me sens très, très, très, très bien ! Je souris aussi, mais je n'arrive pas à garder les yeux ouverts et ma tête se penche d'un côté ou de l'autre si ce n'est pas légèrement en arrière. Son chant harmonieux commence. Les yeux fermés, je l'écoute. Je laisse cette voix mélodieuse entrer dans mon corps et toute ma tête. Lorsqu'il souffle la fumée sur les différents endroits de mon corps, j'ai aussi l'impression qu'il rentre dans mon intimité à travers le toucher dans le dos, sur le bras, et puis son large sourire amical.

Bien sûr je suis contente de ce contact physique qui me rassure, me réchauffe, mais en même temps je veux garder une certaine réserve pour que mes pensées, mes envies d'aimer et d'être aimée ne trahissent pas la vérité de cet Amour Universel reçu. Je souhaite garder la pureté absolue de pensée vécue dans cette Grande Vie.

Les nombreuses autres visions et vécus ne sont plus dans mes souvenirs conscients et encore moins dans mes paroles, mais je sais qu'ils resteront tout de même quelque part en moi ! C'est fort dommage de ne plus pouvoir m'en souvenir, parce que les voyages sont tellement extraordinaires que j'aurais souhaité pouvoir les partager entièrement. Par exemple, les découvertes de cette nuit sur le fonctionnement d'une partie du cerveau humain : c'était formidablement bien expliqué et c'est moi-même qui l'utilisais et me familiarisais avec tout ce système alors que ce que j'ai écrit sur ces pages ne représente quasi rien par rapport à de ce que j'ai vécu.

À plusieurs reprises, cette nuit, je me suis demandé si Maestro et Chris faisaient le même genre de voyage. C'est amusant de les imaginer tous les deux dans cet univers. Peut-être n'étions-nous pas loin les uns des autres ?

À ce sujet, Chris m'informe par la suite que ce n'est pas possible puisque Maestro est là pour nous encadrer et nous guider sur la terre tout en connaissant lui-même l'au-delà puisqu'il l'a

expérimenté bien avant nous ! Mais quelques fois cela arrive que le Maestro devienne participant et le participant Maestro.

Dans ce monde parallèle, il y a tout ce qu'on veut avec tous les changements possibles et imaginables ; chacun peut faire ses propres expériences en créant les situations d'apprentissage de la Vie et du vivant comme bon lui semble.

En faisant le point sur différentes choses vécues, je me rends compte avoir eu un aperçu, durant cette dernière session, de l'infiniment grand à travers l'Univers, et l'infiniment petit en voyageant dans la partie du cerveau où sont emmagasinées toutes les données de la Mémoire Universelle.

D'autre part, j'ai souvent eu la sensation durant toute l'initiation, d'avoir déjà vécu le moment présent. Dans cette même session, j'ai eu comme l'impression que je pouvais incarner tous les êtres morts. Comme s'il n'existait qu'une seule entité humaine, laquelle, en même temps, est divisée en de multiples formes d'êtres représentées par toutes les populations. Cela m'a permis de sentir le lien fondamental qui unit tous les Hommes entre eux.

Épilogue de la quatrième session

Je me rends compte que c'est mieux d'écrire ces expériences si peu singulières plutôt que d'en parler (pour les retenir entre autres). J'ai l'impression que de cette façon je me rapproche davantage de la transmission de pensée : dans le silence, nécessaire pour l'écriture, je peux retourner à l'intérieur de moi. J'arrive à revivre les différents instants forts et ainsi c'est plus facile de me rappeler et noter le plus grand nombre de détails qui vont rester, malgré tout, très minimes par rapport au vécu. Alors qu'en partageant le vécu avec d'autres participants (par exemple) à haute voix, il sera déformé en passant davantage par l'ego, et je ne pourrai pas donner les mêmes détails. J'ai le sentiment que beaucoup de choses vraies se perdent à travers la parole. Comme si la voix masquait ou transformait davantage l'Essentiel, la Réalité.

Je rappelle que même si j'ai grandi dans une famille catholique, après la grande communion à l'âge de 14 ans, je ne suis retournée à l'église que pour des occasions exceptionnelles comme les mariages ou les enterrements et encore cela m'est arrivé très rarement. J'ai lu très peu de passages de la Bible.

Ce que j'ai vécu durant les sessions est tout aussi réel et en général beaucoup plus même que notre quotidien habituel, mais cela se situe dans un niveau de conscience bien plus haut, du moins vraiment différent, que la personne la plus intelligente sur terre ne peut imaginer. Je pense que les personnes qui ont déjà une intelligence hors norme sur terre, pourraient vivre proportionnellement d'autant plus pleinement ces apprentissages dans cette autre dimension de Vie.

FIN DE L'INITIATION

L'initiation est terminée. L'ancrage dans notre vie terrestre est difficile et un peu long car celle-ci est si banale et (disons-le) plutôt inintéressante par rapport à ce que nous avons vécu dans une autre dimension, mais nécessaire et absolument indispensable pour chacun de nous. Notre « travail » continue dans la vie de tous les jours. Le week-end qui suit, je participe comme prévu au séminaire de deux jours avec la conférencière sur les chakras pour l'ouverture et la connaissance de ceux-ci. C'est également très instructif et, en écoutant ses explications, je reçois encore des informations et des réponses complétant le vécu de l'initiation chamanique. C'est assez extraordinaire de me retrouver là comme par « hasard » et de pouvoir poursuivre l'enseignement reçu préalablement.

En fait, tous les jours c'est pareil : si on écoute bien, si on est réceptif, on perçoit des renseignements ou instructions ou enseignements, à souhait.

Mais revenons un peu en arrière. Le lendemain de la quatrième session, c'est-à-dire mercredi, j'ai écrit toute la journée. Le soir,

j'ai invité à dîner Chris et sa famille ainsi que José. Soirée agréable durant laquelle nous parlons bien entendu de chamanisme et de José à qui je demande ce qu'il pense en quelques mots, du groupe que nous formons pour effectuer ce travail chamanique et personnel, Chris lui ayant traduit, José répond : « Je suis étonné du nombre de personnes souhaitant devenir chaman ! ».

Chris lui demande alors : « Et quelles sont les personnes susceptibles de le devenir ? » José répond : « Personne ! ». Et voilà nos espoirs qui s'en vont !

Je suppose qu'il pense réellement ce qu'il dit. Ce qui n'empêche pas pour chacun de nous de vouloir continuer notre route en utilisant ce domaine spirituel plutôt qu'un autre : nous nous améliorerons de toute façon et recevrons les messages appropriés qui nous permettront d'avoir une plus grande connaissance et compréhension de notre monde terrestre et au-delà.

N'oublions pas non plus que José exerce habituellement ses talents d'Ayahuascuero dans le cadre de travail tout à fait différent qu'est le centre de désintoxication.

De mercredi soir, après le départ de Chris, sa famille et José, à samedi matin, je ne me sens pas très bien : c'est la descente réelle dans ma vie de tous les jours. Cette fois-ci, je sens le poids de la solitude alors que d'habitude ça ne me dérange pas, au contraire, je sais l'apprécier.

Après ces vingt jours exceptionnels, durant lesquels nous nous sommes rapprochés les uns des autres dans des moments intenses, entourés de Chris et José, c'est difficile de se séparer.

Une petite dépression s'installe, je me sens seule et toute petite par rapport au vécu récent. Je suis à l'écoute de moi-même et accepte tous mes ressentis. En même temps j'analyse certaines données et me pose d'autres questions.

Ce qui fut présent constamment durant l'initiation, est bel et bien cette Énergie d'Amour que tout le monde a ressenti et gardé même lorsque tout fut terminé. Rien que pour cela, je remercie

grandement José et Chris grâce auxquels nous avons pu vivre ces précieux instants.

À propos de mon incapacité à me souvenir des enseignements reçus, Chris m'a confirmé que tout cela était bel et bien enregistré dans ma mémoire, mais que je ne suis pas encore assez évoluée sur le plan spirituel pour m'en souvenir consciemment.

L'espace-temps étant littéralement inexistant pendant chacune des sessions, il m'a été souvent difficile de décrire dans le bon ordre l'enchaînement des événements vécus.

J'ai pu constater aussi que les contacts avec les personnes que je croise au quotidien sont plus sereins : un échange plus vrai, comme si je m'étais rapprochée d'eux, plus d'empathie. C'est encore plus flagrant vis-à-vis des enfants qui viennent naturellement vers moi et avec lesquels j'aime discuter pour découvrir leurs jeux et leurs façons de penser.

Les explications et les interprétations données dans ce texte n'engagent évidemment que moi. Je serais contente si José et Chris ainsi que d'autres personnes compétentes dans le domaine de l'ayahuasca ou similaire, commentaient mes différentes perceptions en comparaison aux leurs car je n'ai aucune idée, pour l'instant, de la dimension dans laquelle se trouvent les autres sous ayahuasca.

J'ai hâte de laisser passer les semaines et les mois pour vérifier ce que cette initiation laissera dans mon esprit et de quelle façon je vais pouvoir l'utiliser à long terme. Mais à côté de cela, je continue à m'instruire pour me connaître toujours mieux afin de découvrir, au fur et à mesure, un plus grand nombre de nos potentiels humains. Je pense que le but sera de toute façon d'aider les autres à être plus conscients et à préserver la nature. Les deux sont, de toute façon, liés.

Je me préparais et me réjouissais depuis plusieurs mois pour effectuer cette initiation au chamanisme péruvien. Ayant découvert les principes chamaniques avec Chris, je m'y intéresse vraiment et

ai pris des renseignements dans des livres spécifiques traitant de différentes manières cette forme de spiritualité et de médecine très ancienne. Dès le début, je me suis rendu compte qu'elle me convenait tout à fait à cause du travail effectué entre l'Univers et la terre. J'ai surtout gardé un amour profond pour les Indiens d'Amérique et cela depuis mon enfance. Lorsque je les voyais dans certains films, j'avais le sentiment d'appartenir à la même famille. Leur philosophie de vie est basée sur le respect de la Terre sur laquelle ils ont bien conscience qu'ils ne sont que de passage, et la volonté dont ils font preuve pour préserver leur environnement. De plus en plus d'Indiens reviennent aux traditions tout en intégrant les nouvelles technologies (téléphone portable par exemple), mais de puissants lobbies menacent leurs terres, le peu qu'il leur reste.

Au sujet du chamanisme péruvien, je ne connaissais évidemment pas l'ayahuasca mais dès le début, je me suis dit : « c'est ce qu'il me faut ! » La « plante qui enseigne » m'a permis de faire vraiment un autre travail en profondeur pour une meilleure connaissance de moi-même et découvrir et expérimenter l'Amour Universel. Autre fait important : les différentes visions m'ont confirmé que la vie ne s'arrête pas à celle que nous vivons sur terre mais qu'elle existe bien au-delà et plus intensément.

Maintenant j'ai l'impression d'avoir réussi à fermer une grande boucle. Comme si j'avais retrouvé une vie enfouie profondément en moi. Dorénavant, mes pensées seront toujours guidées au mieux, même quand j'aurais l'impression d'être seule, ce sera simplement une impression, mais pas la réalité.

Aujourd'hui, j'ai le sentiment d'être lavée de toutes les impuretés emmagasinées, que ce soit physiquement et surtout psychologiquement puisque je me souviens des « contrôles » qui ont été effectués sur mes cinq sens, les centres énergétiques, etc. Tous les mécanismes fonctionnent au mieux : je me sens comme disponible pour être utile à la vie sur terre.

Et surtout, plus que tout, j'ai pu créer ce lien avec l'Autre Monde. C'était mon souhait au départ. Je souhaite vivement garder ce fil conducteur tout au long de ma vie. Que ce contact reste présent dans mon inconscient où je pourrai me ressourcer et trouver les réponses à mes questions de façon de plus en plus consciente.

CONCLUSION DE MON VÉCU INITIATIQUE

Le plus grand travail commence effectivement maintenant. Chaque membre du groupe a reçu des informations, voire des visions et surtout beaucoup d'Amour tout le long de cette initiation à l'ayahuasca suivant les rituels chamaniques péruviens et la maîtrise de José. À nous de poursuivre notre propre route et d'utiliser de la meilleure façon l'apprentissage qui nous a été donné. Chacun doit revenir à sa vie qui est différente de celles des autres même si nous avons partagé des grands moments d'amour et de joie intense. Les difficultés devant lesquelles nous pourrions nous trouver à un moment ou un autre de notre vie, trouveront, j'en suis persuadée, beaucoup plus facilement une solution pour chacun des participants.

L'amour que nous avons reçu en si grande quantité et qualité, nous pouvons le donner autour de nous et peut-être rendre des gens heureux par des actes simples et des pensées positives.

À ce propos, nous étions évidemment tous, pareil pour Chris, émus lorsque nous avons quitté José. Mais nous pouvons nous consoler en sachant que les pensées affectueuses que nous lui adressons lui parviendront bel et bien et plus rapidement que par la poste !

Au début de mon chemin spirituel, je ne savais pas vraiment comment progresser, mais je cherchais en m'intéressant à tout ce qu'il y avait autour de moi. Petit à petit, j'ai trouvé les livres nécessaires. J'ai écouté des conférences et rencontré des gens qui m'ont permis de poursuivre ma route. Au fil des jours et des mois,

je devenais déjà de plus en plus consciente. Tout cela n'était pas dû au hasard mais bel et bien à la volonté que j'avais exprimé à l'intérieur de moi pour me transformer.

Il me semble aussi que la meilleure façon de s'engager sur son chemin spirituel est l'introspection, la méditation et les prières. Si l'on peut en plus trouver la ou les personnes, le ou les maîtres qui apporteront un encadrement, un support de travail, cela permettra d'acquérir une conscience de plus en plus grande.

C'est vrai que la plante sacrée nous a offert une progression beaucoup plus rapide mais, à travers la méditation et les prières, des personnes atteignent autant de conscience sinon plus.

Il faut bien savoir que les réponses sont toujours en nous et nous pouvons nous servir du libre arbitre que nous avons pour choisir nos modes de vie. C'est à travers la liberté d'exister que nous évoluons. Il faut donc d'abord prendre conscience de notre propre existence à travers ce monde et les relations qui existent entre les Hommes, avec la Nature et le Cosmos.

Je termine par ces deux pensées qui me paraissent fondamentales, essentielles.

L'une m'est revenue à l'esprit plusieurs jours après la fin de l'initiation. Je me suis souvenu que le maître de Castaneda (*La Force du silence*) insistait de nombreuses fois sur le fait d'avoir « l'intention ». C'est l'intention qui compte. C'est elle qui permet d'accéder au monde parallèle et d'avoir l'instruction. C'est sûrement elle qui m'a permis de vivre ainsi mes expériences sous Ayahuasca. L'intention est certainement valable pour toutes les choses de la vie, à condition qu'elles soient exécutées en harmonie avec l'Univers. Encore une fois, ce n'est pas par hasard que j'ai lu ce livre pendant les semaines précédant l'initiation.

L'autre pensée est celle qui était présente et qui nous a comme envahit du début à la fin. Ce sentiment auquel je me raccrochais chaque fois que je craignais de partir dans l'inconscient durant la

séance. Ce premier sentiment qui nous permet de vivre, d'exister, de donner et de recevoir et que nous devons entretenir. Il exprime la pureté, la spiritualité, la plante qui enseigne, c'est l'Amour.

Je laisse maintenant la parole à chaque membre du groupe pour exprimer les souvenirs de son vécu.

Expériences vécues par les autres participants

Cette expérience a permis à chacun d'être sur un autre plan de conscience plus rapidement qu'avec d'autres méthodes spirituelles si nous partons du principe que le but est identique, c'est-à-dire retrouver et recréer le lien universel avec l'esprit créateur pour pouvoir exister plus réellement et vivre au mieux sa vie sur Terre. Tout le monde a pris conscience de l'existence d'une autre dimension, plus grande que celle de notre vie quotidienne habituelle. Bien sûr, chaque participant a vécu les différentes sessions à travers ses propres expériences qui varient les unes des autres. Mais plusieurs personnes ont aussi eu la chance de partager les mêmes visions et, dans certains cas, deux personnes s'y reconnaissent même à ce moment-là. Cela doit aussi être extraordinaire à vivre !

Leurs visions ont également été guidées par rapport à leurs propres schémas de croyance et de recherche. Certaines personnes priant la Vierge Marie, l'ont vu plusieurs fois dans leurs voyages. D'autres, comme Julien et Adrien, se sont retrouvés dans des constellations lointaines alors qu'aucun d'eux n'a étudié la signification de celles-ci qui se rapportent plutôt à une étude dans le domaine de l'astrologie et de l'astronomie.

La pyramide a aussi été un élément vécu par différentes personnes. Corinne a eu l'information d'une relation liant l'Égypte, les Incas et l'Atlantide. Pascal a eu des visions concernant l'Égypte, Julien a grimpé sur la pyramide, Catherine était dans la pyramide et Chris a également vécu ce contact avec une pyramide. Moi-même j'ai « vu » des hiéroglyphes dans le buisson le lendemain de la première session... Pourtant aucun de nous n'est jamais allé en Égypte et n'a pas non plus spécialement de connaissance dans ce domaine même s'il est évident que l'Égypte est le berceau d'une riche civilisation et que personne n'y reste indifférent.

La civilisation indienne (amérindienne) a également appelé quelques-uns d'entre nous. Corinne, Pascal et moi-même durant la quatrième session, avons eu de fortes inspirations, ressentis, de cette culture. Évidemment l'Inde, dans le domaine spirituel, est un centre énergétique important, nous aussi inspirée et là non plus aucun de nous trois n'y est encore jamais allé.

Le boa ou le serpent, est un autre élément de visions partagé par plusieurs participants. En général, il a créé de l'appréhension ou même la peur mais chacun a su surmonter sa frayeur (serait-ce une sorte d'exorcisme que la plante nous aide à faire sur nous-mêmes ?).

Chacun a reçu des messages, des informations. Ce n'est que la manière de les recevoir qui a varié : certains participants ont pu parler directement avec la personne, l'animal, ou l'entité spirituel qui s'est présenté durant la session d'ayahuasca, d'autres ont fait des déductions par rapport au vécu et aux ressentis. Cela pouvant être perçu dans les semaines qui ont suivi l'initiation.

Deux personnes ont perçu une maladie grave chez un autre participant. Effectivement, la personne en question m'a fait part de sa séropositivité lorsque j'ai été en contact avec elle. On peut donc constater une fois de plus que ces visions reflètent des vérités.

D'autre part, plusieurs personnes ont revécu leur propre naissance. A priori que des femmes. Des souvenirs inoubliables pour chacune d'elles !

Julien nous informe avoir reçu une information importante, mais qu'il lui est impossible de révéler. Il voulait en parler à quelqu'un de précis, mais dès qu'il a commencé à s'exprimer, ses pensées sont devenues de plus en plus floues jusqu'à l'oubli de ses révélations. Alors, comme on le lui avait demandé durant sa vision, il gardera cette richesse dans sa mémoire. Peut-être aura-t-il le droit de la divulguer un jour précis ?

Plusieurs participants ont vu leurs animaux spirituels qui leur ont transmis des informations. Les couleurs multicolores et en mouvement ont aussi été présentes dans le vécu de chaque participant.

J'ajoute un vécu commun essentiel et apprécié par tous : les chants de José. Comme nous l'ont conseillé José et Chris, nous devons nous raccrocher à ces chants surtout lorsque nous avons peur. Nous nous sommes aussi raccrochés à ses chants parce qu'ils nous ont emportés toujours plus haut, plus loin, vers un état de conscience tellement plus élevé ! Ce sont bien les icaros (chants sacrés) qui nous ont permis de transcender notre conscience pour l'ouvrir sur la Grande Vie.

Avant de vous présenter le vécu de quelques-uns, voici des caractéristiques individuelles succinctes pour vous montrer le groupe hétérogène que nous formions et dont certains sont venus en famille !

Les participants

Cathy et **Aline**, filles de Caroline et belles-filles de Julien, ainsi que **Aude**, fille de Diane et belle-fille de Chris, sont de jeunes étudiantes âgées de 18 à 20 ans. Chacune ayant déjà des capacités de perception plus grandes que leurs copines grâce à l'entourage familial qui leur permet d'être mieux guidées dans cette ouverture de l'esprit sans que cela ne soit une charge mais plutôt une aide dans leur vie scolaire.

Corinne, 32 ans, exerce la guérison par la lumière blanche et les chakras, elle confectionne aussi des articles en cuir et est mère de trois jeunes enfants. Son compagnon, **Steve**, a participé à une seule session.

Brigitte, 35 ans, est astrologue et angéologue, mère de deux filles.

Nathalie, 27 ans, est sage-femme, responsable du service accouchement d'un hôpital.

Christina, 25 ans, est éducatrice.

Marina, 34 ans, travaille dans le secteur de l'hôtellerie.

Chantal, 29 ans, élève ses deux filles et travaille avec ses parents comme vendeuse dans leur magasin de meubles. Elle souhaite ardemment progresser dans le domaine de la voyance, étant donné ses facultés depuis l'adolescence. Elle est mère de deux enfants.

Lili, 27 ans, actrice de théâtre, continue à chercher sa voie professionnelle.

Adrien, 40 ans, fonctionnaire dans les télécommunications, a des responsabilités dans un service informatique et possède par ailleurs une grande connaissance des plantes médicinales qui lui a été transmise dans son contexte familial. Il est venu accompagné de sa femme **Claire**, 30 ans, qui s'occupe de la maison et de leurs trois filles et qui souhaiterait vaincre sa timidité.

Julien, 45 ans, travaille dans la fonction publique. Il possède des facultés de perception supérieures à la moyenne lui permettant de visualiser et d'entrer plus facilement en contact avec le monde des esprits chaman. Il connaît Chris depuis longtemps et pratique le chamanisme avec sa femme **Caroline**, 44 ans, employée municipale à la piscine, qui souhaite ardemment arrêter de fumer, ainsi que sa belle-fille Aline citée plus haut.

Nicole, 50 ans, dispose d'un doctorat en biologie animale et exerce comme fonctionnaire dans l'enseignement des sciences naturelles avec tout le rationnel qu'exige cette profession dans le contexte de notre époque matérialiste. Elle est mère d'une grande fille.

Julie, 38 ans, agent d'entretien dans une école élémentaire, est peut-être la participante qui a le moins d'expérience dans le domaine spirituel. Elle souhaite obtenir, à travers cette forme de travail chamanique, la possibilité d'avoir un enfant.

Diane, 35 ans, mère de deux filles dont Aude citée plus haut, est la compagne de Chris et responsable d'une librairie ésotérique.

Pascal, 37 ans, est autoentrepreneur et père de deux garçons. Il possède son propre camion et offre ses services de transport auprès des grands distributeurs locaux. Il a déjà une forte expérience dans le domaine du yoga. Il cherche sa voie spirituelle et souhaite pouvoir exercer dans une nouvelle profession plus proche de ses aspirations pour s'accomplir sur le plan physique et matériel afin d'aider les autres.

Hugo, 41 ans, chef équipement D.D.E., est le frère de Diane et a participé à une seule session.

Je remercie encore tous les participants de m'avoir fait confiance en me parlant de leur vécu. Pour vous faire partager les expériences de quasi tous les participants dans les pages suivantes, vous trouverez les réponses aux questions que j'ai posées.

Lettre envoyée à chaque participant

Décembre 1995

Cher(e) ami(e),

Ces dernières semaines, embarqués sur le même bateau, nous avons partagé de fortes émotions. Je crois qu'aucun d'entre nous n'avait imaginé de tels voyages et nous avons tous été surpris, voire désemparés, mais aussi heureux de notre propre expérience vécue sous Ayahuasca.

Cette première initiation marquera certainement un tournant dans la vie de plusieurs d'entre nous. Je pense qu'il serait important de pouvoir en garder le plus de souvenirs possible puisque les effets de la « Plante de l'Amour » (c'est ainsi que je l'appelle) se feront sentir encore dans les mois à venir en plus de l'apprentissage instantané lors de la prise. Cela nous permettrait aussi de mieux ressentir, vivre nos changements de perceptions et d'évolution dans la vie de tous les jours.

En accord avec Chris (d'ailleurs c'est son idée !), je me permets de te proposer de participer à cette étude du groupe. Ce qui sera dit et écrit pourra être lu par chacun de nous, voire publié de façon anonyme. Pour cela, je te demande de bien vouloir répondre aux questions ci-jointes avec le plus de précisions possible et sans crainte de l'absurde (je pense à mes propres expériences bizarres vécues !).

D'avance je te remercie de l'attention que tu porteras à cette démarche qui te servira de toute évidence aussi.

Au plaisir de nous revoir très bientôt !

Les questions auxquels les participants ont répondu

I. Dans le domaine spirituel, en général :

- T'intéressais-tu déjà au domaine spirituel avant ? Depuis combien de temps ?

- As-tu déjà vécu d'autres expériences spirituelles ?
Lesquelles ?
2. En ce qui concerne le chamanisme :
- Depuis combien de temps t'y intéresses-tu ?
 - De quelle façon ce domaine spirituel s'est-il présenté à toi ?
 - Qu'est-ce qui t'a intéressé, attiré, en premier lieu dans le chamanisme ?
3. Cette première initiation :
- Quelle a été ta motivation de participation ?
 - Quels étaient tes souhaits ?
 - De quelles façons se sont déroulées tes expériences pour chacune des sessions ?
 - Entre les différentes sessions, y a-t-il eu des changements ?
 - Tes souhaits se sont-ils déjà réalisés ? As-tu eu les réponses à tes questions ?
 - L'initiation est terminée, quelle est la première impression que tu gardes ?
 - Comment se passe maintenant ta vie de tous les jours ?

Pour répondre au mieux aux questions, en indiquant la session, tu peux expliquer :

- les visions
- les ressentis physiques
- les impressions perçues
- les messages reçus
- et toutes les autres sensations...

Je rappelle au lecteur de faire abstraction du temps et de l'espace car durant les sessions chacun pouvait être et vivre dans plusieurs espaces de temps et de lieu très différents et parfois même inimaginables du point de vue de notre rationalité limitée.

ADRIEN

Je m'intéresse depuis toujours (ou presque) au domaine spirituel, mais sans expérience dans un groupe. Je faisais simplement ma pratique de méditation individuelle. J'ai déjà une grande connaissance des plantes médicinales et vénéneuses. Différents membres de ma famille proche et éloignée, qui respectent les Anciens, m'ont enseigné ces connaissances.

Je pratique le chamanisme depuis un an. Julien m'en a parlé et m'a introduit dans les séances de ce groupe après avoir eu un entretien avec Chris. Je cherchais à mieux me connaître. Je n'avais jamais été guidé dans le travail spirituel et je n'ai jamais lu de livre concernant la méditation ou autre chose dans le domaine spirituel.

La plénitude que je retirais après chaque séance de groupe m'a permis de constater que le chamanisme me décharge des énergies négatives.

J'ai choisi de participer à cette initiation au chamanisme péruvien pour mieux me connaître et aussi par curiosité. Je voulais aussi connaître l'avenir. Mon souhait était d'être mieux avec moi-même dans ce monde. Et puis pour le reste, adienne que pourra, je fais confiance entièrement à Chris !

Vécu de la première session

Profond déséquilibre émotionnel face à l'inconnu (la plante). Je suis très faible à cause de la diète trop forte auparavant. Puis je suis

hors de moi et vois mon corps affalé devant moi. J'entends Chris et José m'appeler mais je ne peux pas leur répondre.

Je suis sorti de mon corps et vois mon « cadavre ». Lorsque Chris l'a relevé, je (mon double, mon esprit hors du corps) l'aide aussi (en pensée) et en même temps je me dis : « mais il est mort ! ». Je tâte mon front et je sens la raideur cadavérique. Puis je reviens dans mon corps. À ce moment-là je vomis tout ce qu'il y a de mauvais en moi. Je me rassieds. Une voix me dit qu'on m'a nettoyé et que maintenant, je suis prêt à recevoir la lumière.

Je suis mal et j'ai souffert durant cette séance.

Vécu de la deuxième session

Je crains que ce ne soit comme la première fois. Alors je fais la paix en moi.

Puis je vois le cosmos. Je suis dans un vaisseau spatial. Je suis debout et j'avance dans le vide, dans la Constellation. On me dit que je suis le capitaine du vaisseau-mère de la Constellation du Loup. Ce vaisseau-mère a la forme de la tête du loup. La Constellation du Loup est une pyramide aztèque. On me montre l'arbre de l'abondance. J'ai l'impression que ma mâchoire descend de plus en plus bas, tellement je suis ébahi de tout ce que je vois ! Toujours dans le cosmos, on me montre la terre très malade qui s'entre-déchire. Je vois que les serpents essayent de préserver la terre.

Et encore l'arbre de l'abondance, mais qui commence maintenant à se désagréger à cause de la terre malade et de la méchanceté des gens.

Vécu de la troisième session

Je suis dans un jardin immense où tout est merveilleux. C'est là qu'apparaît l'oiseau du paradis, très majestueux, comme une reine (mieux même), dans un halo de lumière. Elle m'envoie des rayons de lumière sur tous les points d'acupuncture de mon corps. Elle

me dit : « tu peux donner un peu de cette lumière à tous les membres du groupe dans cette salle ». C'est là que la lumière repart de mes mains ouvertes, paumes vers le ciel. La lumière pénètre dans les mains de tous les participants. L'oiseau part en me laissant sa sculpture qui est transparente comme du cristal, lumineuse et verdoyante. Ce qui est bizarre, c'est que je sais que c'est une sculpture de faible épaisseur mais j'ai beau la tourner et la retourner dans tous les sens, je vois à chaque fois la pleine face et jamais la mince épaisseur.

J'ai aussi reçu des messages sur les plantes.

Entre les sessions, j'ai senti des changements : je suis plus calme et j'ai de meilleurs contacts humains.

J'ai eu des réponses à mes souhaits.

L'initiation est terminée, mais j'ai un goût d'inachevé. Je suis aussi satisfait pour tout ce que j'ai reçu et qui est très positif dans l'ensemble. Je sens une transformation fondamentale. Mon « moi » a été ébranlé. Je considère l'être humain autrement. Ma vie quotidienne se déroule avec plus d'harmonie, plus de gaieté, plus de calme et surtout plus positivement.

Pour la prochaine initiation, je souhaiterais plus de sérieux dans l'organisation et plus de concentration. Faire un choix des participants ayant des motivations plus grandes et plus sérieuses.

ALINE

Je m'intéresse au monde spirituel depuis toute petite. J'ai déjà vécu quelques expériences spirituelles dans les services des temples hindous. Je m'intéresse au chamanisme depuis deux ans. Ce domaine spirituel s'est présenté à moi par l'intermédiaire de Julien, un autre participant. Ce qui m'a attiré en premier dans le chamanisme c'est la voyance, la guérison, les voyages et la connaissance. Ma première motivation de participation à cette initiation a été de connaître la plante.

Mon souhait était de devenir chaman.

Vécu durant les sessions

Les sessions se sont très bien déroulées. J'ai vu la plante, des animaux, des couleurs. J'ai ressenti physiquement un bien-être. Mes articulations s'étaient déformées. J'ai voyagé sur un dragon rouge et j'ai eu des messages mais je préfère les garder pour moi.

J'ai ressenti des changements entre les sessions. Mes souhaits se sont déjà réalisés et j'ai eu des réponses à mes questions. Ma première impression est d'avoir fait un beau voyage. Le chamanisme représente mon avenir et celui des autres. La vie de tous les jours est plutôt passable, mais en même temps j'ai trouvé une certaine liberté.

Je souhaite renouveler cette expérience pour pouvoir évoluer dans ce domaine spirituel et donner des soins de guérison.

BRIGITTE

Je me suis toujours intéressée au spirituel. Il y a des gens qui naissent avec. C'est comme un fil qu'ils n'auraient jamais coupé. Certains commencent à peine à percevoir « l'esprit » et d'autres encore, qui ne savent même pas qu'il existe autre chose. Il n'y a pas de temps dans ce domaine car ce sont des expériences de l'âme et de l'esprit qui eux ne sauraient être limités par le thème « temps ».

J'ai vécu quelques expériences spirituelles particulières, mais j'essaie aussi de faire en sorte que chaque jour soit une nouvelle expérience spirituelle. Que tout événement soit capable de m'amener à faire usage de mon esprit avec de plus en plus de conscience et de discernement. De l'accouchement à la traversée du désert, tout ce qui peut amener l'affinement de la perception de la conscience est une « expérience spirituelle ».

De racine créole, je suis baignée depuis mon enfance dans un contexte chamanique avec mon père qui faisait des guérisons accompagnées de chants.

Ce domaine spirituel s'est d'abord présenté à moi par la découverte de Carlos Castaneda et toute sa littérature. Ensuite par l'épreuve d'une longue maladie que la médecine traditionnelle fut impuissante à soigner ; d'où l'obligation, le besoin, « d'aller voir ailleurs et autrement ».

Ce qui m'a intéressée en premier lieu dans le chamanisme : c'est une technique authentique !

C'est la qualité d'être intercesseur du monde d'en haut et du monde d'en bas, c'est le pouvoir d'aller voir, et parfois d'intervenir, dans d'autres mondes. C'est aussi de savoir modifier les couches de la conscience, de voir une autre réalité et d'être en harmonie avec l'Univers.

Ma motivation de participation ? Découvrir un « pouvoir » par la plante et ensuite essayer de travailler sur mes trois centres inférieurs pour les réactiver un peu.

Mes souhaits n'étaient pas matériels, mais des états modifiés de la conscience : l'alignement et l'ouverture du centre Ajna (troisième œil).

Vécu des première et deuxième sessions

Bien. Étant très mentale, je n'attendais pas grand-chose sur le plan émotionnel (du style vision mystique, couleurs, effets). J'essayais plutôt de percevoir son effet à travers le corps. Pour moi c'était comme une petite lumière qui s'est promené dans chaque vaisseau, méridien, nadis, etc. J'étais très consciente du processus de « réalimentation » de certains circuits énergétiques (jusqu'aux capillaires, dents, etc.). C'était similaire à un petit courant électrique.

Des changements entre les sessions ? Oui ! Plein, plein ! Grand nettoyage de vie ; fin de cycle ; cercle des habitudes brisé, etc.

Mes souhaits se sont-ils déjà réalisés ? Comme ce sont des états, je ne les ai pas encore vécus, mais j'ai reçu autre chose en échange.

Ce que je garde de cette première initiation, c'est une grande impression d'avoir été revitalisée, réalimentée, énergiquement et spirituellement parlant ; je ressens un état de grande lucidité. Initiation à laquelle il faut participer. On ne rentre pas deux fois sur le même chemin : on fait le premier pas et on continue. Et si c'est vraiment une initiation, les choses se mettent en place toutes seules pour que l'on puisse continuer à apprendre, à connaître.

Dans le quotidien, un grand lâcher-prise devant les choses qui ne sont pas essentielles. Une certitude et une foi plus présente que d'habitude.

Avec un recul de cinq mois : une énorme prise de conscience sur le pouvoir des plantes dans tous les champs énergétiques et une envie de continuer dans cette voie, c'est-à-dire la recherche sur les plantes dans une approche sacrée.

Je ne souhaite rien de plus au niveau de l'organisation, c'était bien !

CATHY

Je m'intéressais à la spiritualité auparavant en regardant les émissions télévisées concernant ce domaine, mais ne pratiquais d'aucune façon. Je n'ai donc jamais vécu d'autres expériences spirituelles. Depuis deux ans, je m'intéresse au chamanisme, grâce à mon cousin qui m'a parlé de ce qu'il faisait sur le plan des guérisons. Il en a parlé aussi à maman qui est allée voir Chris pour s'informer. Ensuite maman a accepté que je participe au travail de groupe une fois par mois.

Ce qui m'a d'abord intéressée dans le chamanisme, c'est de vouloir connaître mes guides spirituels. Durant les séances de groupe préalables, je les ai rencontrés facilement. J'en ai trois : le faucon que j'ai vu sur une montagne et lequel, en descendant, m'a demandé de venir. Récemment, j'ai trouvé le singe et la lionne. Le faucon me guide, la lionne me sert à voyager (je monte sur elle) et j'appelle le singe uniquement lorsque je fais des guérisons pour moi ou pour quelqu'un d'autre. Je fais des massages depuis plusieurs années parce que j'ai du magnétisme dans les mains. Je fais des guérisons depuis que j'ai commencé le chamanisme.

Ma motivation au départ pour participer à cette initiation, c'était pour avoir plus de connaissance.

Mon souhait a été d'approfondir mes capacités de guérison.

Vécu des première et deuxième sessions

Je n'ai pas pu participer à la première session à cause de mon indisposition.

Durant la deuxième session, j'ai vu plein de couleurs. J'ai vu une dame et je lui demande qui elle est. Elle me répond : « je suis l'ayahuasca ». Au début elle est une vieille femme, laide, les cheveux blancs, avec sa canne, mais gentille. Puis elle se transforme en déesse. Elle est grande, brune, pleine d'or (bijoux et vêtements

en or) avec des cheveux longs noirs-bruns. Elle est très très belle. Je l'ai accepté comme elle est venue.

J'ai vu des murs pleins de couleurs. Vers la fin de la session, en ouvrant les yeux, je voyais mes bras qui faisaient des mouvements que je ne contrôlais pas et dont chaque instant était décomposé. J'étais « partie » durant toute la session. Je n'ai même pas entendu José chanter. Lorsque je suis revenue, je me suis dit : « Ça y est je suis déjà revenue ? » Par la suite, j'ai entendu les chants. Pour le corps ce n'était pas très bien : il était lourd et pour cette première fois ce n'était pas agréable. Je me sentais patraque. Chaque fois que José chantait, je repartais.

La personne se trouvant à côté de moi m'a perturbée dans mon travail parce qu'elle s'extériorisait trop, beaucoup trop !

Au sujet de la diète d'isolement dans la nature, j'ai été déçue parce que je n'étais pas assez éloignée des autres. J'ai été dérangée plusieurs fois, même souvent par quelqu'un qui voulait parler et dont je voyais la tente pas loin de la mienne. Durant la nuit, ça s'est bien passé, je n'ai pas eu peur. Avant de dormir, j'ai joué avec des insectes pour m'endormir. Par contre j'ai eu froid.

Vécu de la troisième session

Chris et José m'ont placée ailleurs dans la salle et je suis mieux entourée. J'ai eu à peu près la même vision. Ça s'est bien passé mais dès que je me « réveille », je ne me sens pas bien. J'appelle José et Chris mais ils ne m'entendent pas. Et comme je n'aime pas déranger les gens, j'essaye de transmettre ma demande par la pensée en espérant qu'ils me comprennent. Ensuite, José est venu et je lui ai dit que la tête me faisait mal. Il l'a massée et a tiré ma tête en la faisant craquer. Ça m'a fait mal.

Lorsque Chris m'appelle pour me demander si je vais bien, je suis entre des murs pleins de couleurs. Les murs sont noirs avec une multitude de points lumineux. Dans ces moments-là j'ai eu beaucoup de visions mais je ne m'en souviens plus. Les murs sont

tellement colorés qu'au fur et à mesure que j'avance, j'ai l'impression qu'ils se referment devant moi comme un entonnoir. Je suis passée tout de même et puis je me suis retrouvée en Égypte, dans une pyramide, devant un sarcophage. Je l'ai ouvert et suis passée à l'intérieur. Là, je vois de nombreux mécanismes, des roues et autres systèmes, beaucoup d'eau également. Je suis alors très étonnée et demande ce que c'est, on me répond : « c'est ton corps ». Je suis donc à l'intérieur de mon corps ! C'était bizarre. Je vois qu'on déroule, dévisse ou fait d'autres manipulations. La même « voix » me dit : « Là nous sommes en train de te rénover ». Ensuite je me réveille et baille, les yeux toujours fermés. Au fur et à mesure que ma bouche s'ouvre, j'ai l'impression qu'elle est grande, très grande, que ça n'arrête pas de descendre. Je me demande vraiment jusqu'où ça va aller. Je dis : « non, stop ! ». Avec mon bras, que je vois deux fois plus long, je veux retenir cette mâchoire qui descend encore... Après je constate que je pleure, les larmes sont glacées, vraiment glacées et je ne sais pas pourquoi je pleure.

Vécu de la quatrième session

J'ai pris plus d'ayahuasca. Je suis assise à côté de Claire qui est très calme. J'ai revu la déesse qui représente l'ayahuasca. Elle m'a emmenée dans un genre de forêt. Nous avons marché longtemps. Ensuite, nous sommes arrivées au milieu de cette forêt qui ressemble à l'Amazonie. Il n'y a qu'un seul arbre au milieu. Arrivées sous l'arbre je vois mon père (décédé il y a 5 ans). Je lui demande ce qu'il fait là parce que j'étais étonnée de le voir ici (même si je le vois souvent dans mes descentes chamaniques). Il me répond : « rien, c'est juste pour te voir » et je dis : « Ha bon ! d'accord ». Il y a aussi un chef indien à côté de lui. Il prend sa couronne de plumes, des plumes très grandes, qu'il porte sur la tête, et la donne à mon père. Mon père après avoir saisi la couronne de plumes, la met sur ma tête. Le chef indien dit alors : « cela va t'aider à progresser dans le chamanisme ». À chaque fois que je ferai une guérison, elle

s'embellira, m'apportera de plus en plus de choses. Je me rappelle surtout que le voyage a été très long.

Ça m'a fait plaisir de voir mon père. Lorsque je me réveille, j'ai l'impression qu'il est toujours là, à côté de moi et qu'il me dorlote. Après la soplarengé, je sens toujours sa présence, puis je me suis endormie.

Durant cette session, j'ai eu mal au dos. José m'a déjà dit que je suis trop raide dans mes vertèbres.

Je n'ai pas vraiment senti de changement entre les sessions, mais d'autres personnes du groupe m'ont dit que j'étais plus ouverte, que je communiquais davantage. Je m'en suis rendu compte aussi plus tard. Je suis plus souriante et je me sens moins timide.

J'ai beaucoup plus confiance en moi pour faire les guérisons. Avant je n'osais pas faire ci ou ça parce que je n'étais pas sûre de moi, mais maintenant je n'ai plus ce problème. Donc, oui, mes souhaits se sont réalisés.

Je suis contente d'avoir fait cette expérience, mais je me suis dit que je ne la referai pas de sitôt parce qu'au début c'était tout de même dur : le changement est brusque et très grand.

Dans ma vie de tous les jours, maintenant j'ai beaucoup plus confiance en moi. Avant j'étais très très renfermée. Je ne sortais pas et n'avais pas de contact à l'extérieur. J'avais l'impression qu'on voulait tout le temps rentrer dans mon jardin secret. Pour les guérisons, les gens que je soigne sentent aussi le changement. D'autre part, j'ai perdu 15 kg pendant la diète. J'en suis moi-même étonnée. En plus, je ne les ai toujours pas repris cinq mois après !

Un changement souhaité dans l'organisation ? Pour la diète d'isolement, il faudrait un terrain plus grand. Sinon pour le reste, ça va.

CLAIRE

Avant l'initiation, je ne m'intéressais pas au spirituel et n'avais donc jamais eu d'expérience dans ce domaine. Je suis dans le groupe chamanique de Chris depuis moins d'un mois. C'est mon mari, Adrien, qui m'a parlé de l'initiation chamanique. J'ai d'abord eu un entretien psychologique avec Chris. Suite à ses explications, j'ai voulu essayer. Les deux séances de descente chamanique avec le tambour, m'ont apporté une détente et m'ont calmée, même si je ne voyais rien. Puis j'ai participé à deux sessions chamaniques avec le groupe. Ma motivation pour participer à l'initiation de l'ayahuasca, c'est d'abord de la curiosité. Je n'ai pas eu de souhait particulier.

Vécu de la troisième session

Une grande lumière blanche, puissante. J'ai vu des animaux : des singes, des girafes, des éléphants. J'ai vu aussi une inondation importante.

Vécu de la quatrième session

Je suis mal dans mon corps : comme des tiraillements, comme si on voulait extirper quelque chose de mon ventre. Lorsque cette « chose » est sortie, ou plutôt a été extraite de mon ventre, je me sens mieux. Ensuite j'ai eu des sueurs froides. La plante était beaucoup plus forte que la première fois. Je n'ai pas eu de visions.

Après ma première session, j'étais plus calme. Je pensais moins au passé qui me hantait trop souvent auparavant. Il était trop lourd à porter.

Je n'avais pas de souhait au départ et ne me rappelle pas non plus avoir eu des informations particulières. Je garde quelque chose de très positif de cette initiation. Je garde un bon souvenir. Dans ma vie quotidienne, je me sens bien. Je me sens mieux qu'avant. Je suis moins timide et moins renfermée.

Il n'y a rien à changer dans l'organisation de cette expérience.

CHRISTINA

La spiritualité ? Pendant des années, j'ai suivi une éducation religieuse catholique plutôt stricte (obligation d'aller à l'église, etc.) que j'ai arrêtée dès ma majorité. Cela ne m'intéressait pas. Je me suis plutôt intéressée à l'astrologie occidentale et chinoise, ainsi qu'à la numérologie. Ma sœur s'intéressait beaucoup à cela et j'ai lu quelques-uns de ses livres, mais je n'avais jamais eu d'expérience spirituelle.

Je m'intéresse au chamanisme depuis fin 1992. J'étais allée voir Chris pour un soutien psychologique durant mes études à cause des difficultés qui m'étaient apparues alors. J'ai d'abord suivi des séances individuelles. Je n'étais pas du tout prête à entendre ce genre de pratique spirituelle. J'étais très terre à terre, cartésienne, etc. Durant les entretiens individuels, je faisais de la relaxation, de la sophrologie et du rebirth. Chris m'a parlé du chamanisme avant de faire les descentes individuelles pour rencontrer mes animaux-guides. Je me suis rendu compte que cela m'apportait des choses. Puis j'ai pratiqué en groupe.

Ce qui m'a intéressée en premier lieu dans le chamanisme ? Ce sont les techniques pour guérir les autres et moi-même. Des techniques que je pourrais utiliser dans mon métier sans que cela ne soit trop approfondi parce que je sais que cela mettra du temps avant que ce soit vraiment accepté dans ce milieu-là (psychiatres, etc.). Il y a encore beaucoup de clivage par rapport à cela. D'autre part, je trouve que c'est très sain parce qu'il n'y a pas de but égoïste mais bien au contraire altruiste. Ces techniques me permettant d'être mieux moi-même, font en sorte que je serai mieux pour ceux autour de moi. Cela va de pair, à mon avis.

J'ai participé à cette initiation chamanique d'abord avec une certaine curiosité et aussi des questions personnelles pour lesquelles je souhaitais avoir des réponses et des informations. En fait, c'était pour me découvrir et surtout faire un lâcher-prise parce

que j'étais très stressée en général. Accepter aussi la session : j'avais peur de paniquer, une très grande peur parce que je ne savais pas comment j'allais réagir.

Vécu de la première session

Le goût de la plante est difficile à avaler. Puis, petit à petit j'ai senti la plante monter en moi. Une forte chaleur dans tout le corps surtout au niveau de l'estomac, du tube digestif. J'ai senti ensuite que je sortais de mon corps : il a gonflé et j'avais l'impression de planer ; je suis engourdie, comme ivre. Je ne sens plus mon corps.

Je suis entraînée très rapidement par les chants de José. Ils sont très importants et ont beaucoup agi pour la force des visions. J'ai vu plein de couleurs. C'est très beau. Puis des images très difficiles à accepter. La première c'est moi dans le ventre de ma mère. Je vois la tête dans le ventre qui est comme transparent, et la lame du couteau plantée dans le visage. C'est dur à vivre. J'ai senti une douleur, c'est comme si j'étais déjà morte avant la naissance. Cela s'est passé bien avant l'accouchement mais le corps est alors déjà bien formé. Ensuite, je me suis sentie happée vers un fond noir et je me suis retrouvée dans quelque chose de froid, un milieu froid, indifférent, sans chaleur. C'est l'accouchement même. Puis une séparation. Je n'ai pas ressenti la chaleur de ma mère, etc. [après cette expérience, j'en ai parlé avec ma mère qui m'a expliqué que j'étais restée en observation après l'accouchement pendant deux jours]. J'ai très fortement ressenti cette séparation douloureuse. En même temps, j'avais l'impression d'étouffer.

Puis j'ai vu une drôle d'image : mon père m'étrangle et ma mère me bâillonne comme s'ils voulaient me tuer tout de suite après l'accouchement. Cela a été une autre mort après l'accouchement. Puis je me suis vu pendue dans une pièce, un genre de grenier. Il n'y a pas de commentaire à faire là-dessus, c'est un flash.

Vécu de la deuxième session

J'ai moins peur et me dis que ça ne peut pas être pire que la première session. J'ai eu moins de visions. J'ai d'abord vu ma sœur de dos. Elle porte un grand manteau avec une capuche. Je ne vois pas son visage mais je sais que c'est elle. Et lorsque j'ai regardé sous la capuche, j'ai vu une tête de mort. Je n'ai pas pu lui parler : c'était froid, comme une mort [depuis 3 ans, depuis son mariage, je n'ai plus de bonnes relations avec elle alors qu'avant nous avions une forte complicité].

Je me suis vue aller au Canada : je suis dans l'avion et un petit garçon est assis à côté de moi. Je crois c'est mon fils. Je vais rejoindre un homme. C'est aussi un flash.

Au sujet de la diète d'isolement : ça a été une grande expérience pour moi. C'est vraiment très bien. Je n'ai besoin de rien. Je n'ai même pas envie de manger. C'est la première fois que j'ai cette sensation de bien-être en étant seule. Depuis, je refais souvent, dès que je le peux, ce retour en moi toute seule.

Vécu de la troisième session

C'est moins fort, moins d'effet. Le ressenti de l'ayahuasca est différent. Cette session ne m'a pas marquée.

Entre les sessions, j'ai eu une prise de conscience, surtout après la première session. Après mon mutisme de tant années, durant lesquelles je n'avais pas le droit de m'exprimer et ne savais pas pourquoi, maintenant tout s'est éclairci. Je m'exprime déjà beaucoup mais j'ai encore quelques difficultés parce qu'après tant d'années d'intériorisation durant lesquelles mes parents disaient devant d'autres personnes « c'est une enfant timide, etc. », je me disais alors « finalement, voilà, je suis comme ça » et ce n'était plus possible d'en sortir et je ne cherchais plus d'ailleurs. Mais là, j'ai réagi en me disant que ça suffit, qu'il faut que je m'affirme. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle je suis allée voir Chris au départ :

J'étais trop réservée, trop introvertie. Et ce n'était pas naturel. Ma vraie personnalité n'est pas ainsi. Je m'efforce maintenant de faire vivre ma vraie personnalité qui est plus extérieure mais ce n'est pas encore facile.

J'ai eu des réponses à mes questions puisque j'ai pu surmonter mes peurs et mes angoisses. Depuis les sessions je suis plus calme. Avant j'avais les mains très moites de stress ; je rougissais beaucoup, maintenant je rougis nettement moins. J'ai aussi moins peur des autres : j'irai plus de l'avant dorénavant. J'ai eu des réponses fondamentales que je n'avais pas demandées mais dont les questions étaient la cause de mes difficultés.

La première impression que je garde est que le fait d'avoir revécu ma naissance m'a permis de connaître certains faits qui ne m'ont jamais été dits [j'ai aussi questionné mes parents par la suite], que je n'étais pas vraiment désirée avant la naissance, ce qui explique peut-être le fait que j'étais déjà morte avant la naissance. En plus mes parents désiraient un garçon, donc déception de leur part à ma naissance (il n'y avait pas encore d'échographie). Tout cela explique certainement ce ressenti d'interdiction d'exister que j'ai depuis mon enfance. En fait, le bâillonnement, l'étouffement vécu sous Ayahuasca (la mort après l'accouchement) montre bien cette interdiction d'exister, de parler, de s'exprimer, d'exprimer mes émotions, mes sentiments. Avec du recul j'ai pu faire le lien. Dans toutes ces informations, il y a un fil conducteur. Par la suite, je constate que j'accepte mieux la plante et cela me permet d'avoir aussi plus d'intention pendant la session. Ce qui fait que le chant va contribuer, mais pas autant qu'à la première session où nous avions besoin d'être entièrement guidés. Maintenant ce sera un travail plus personnel.

Dans mon quotidien, je suis déjà beaucoup moins timide et plus ouverte. Auparavant j'en voulais à mes parents, mais maintenant que j'ai eu ces explications, je suis plus tolérante envers eux et aussi envers moi-même. J'étais trop exigeante par rapport à moi-

même : je voulais toujours en faire plus et finalement je m'épuisais pour rien.

J'ai acquis une quiétude que je n'avais pas. Un calme intérieur. Un retour sur moi-même, au calme. Une harmonie intérieure. Avant je n'acceptais pas du tout d'être seule, j'étais inquiète, stressée. Avant je me sentais seule au milieu des autres puisque j'étais introvertie, incomprise, etc. Mais lorsque j'étais seule je n'étais pas bien non plus, je ne pouvais pas m'occuper, je ne pouvais rien faire seule. Je ne supportais vraiment pas la solitude. Il me fallait toujours, à tout prix, une compagnie pour faire ce dont j'avais envie. Je ne pouvais pas le faire pour moi-même. Aller au cinéma toute seule, c'était impossible, tout comme aller à la plage.

Maintenant, je vis pour moi-même et fais les choses lorsque j'en ai envie. J'invite des gens lorsque j'en ai envie, mais ce n'est plus une condition pour que je puisse me sentir bien.

Maintenant j'ai l'intention d'aller de l'avant, de pouvoir faire ce que j'ai envie, de vivre pour moi-même et surtout de pouvoir m'exprimer. J'ai encore quelques difficultés au niveau du travail puisque les gens me connaissent avant et je ne peux pas montrer un changement trop brusque. Je dois mesurer mon comportement et mes mots. Ce n'est pas facile.

Je n'aurais pas pu parler de tout cela plus tôt [rappel : l'interview est faite six mois après l'initiation], je n'étais pas prête et n'avais pas réglé toutes ces questions. C'était encore trop fort et je voulais d'abord trouver le lien entre tout cela. Il fallait d'abord que je garde tout cela pour moi afin de le gérer avant d'en parler.

L'équilibre que j'ai trouvé maintenant va certainement encore s'accroître.

Je ne souhaite pas de changement dans l'organisation.

CHANTAL

Je me suis intéressée à la vie spirituelle depuis l'âge de 17 ans. Même avant, mais je dirais que c'est vraiment à cet âge que tout s'est déclenché. Au début, c'était un monde nouveau et cela me fascinait et m'effrayait à la fois. C'est à ce moment-là que ma petite vie d'adolescente a basculé dans une sorte de souffrance qui reste présente jusqu'à ce jour. Cela fait douze ans que je m'accroche de plus en plus pour arriver un jour, je l'espère, au bout du tunnel.

J'ai vécu de nombreuses expériences spirituelles, trop nombreuses et trop longues pour tout raconter. Les expériences qui m'ont accompagnée toute ma jeunesse ne furent pas vraiment un cadeau de la vie. Entre autres j'ai vécu des transes assez dures et fortes. J'ai eu des apparitions qui pouvaient être très bonnes, mais aussi très mauvaises. Il y a eu aussi des doublements du corps auxquels, je m'en souviens, à cette époque je n'arrivais pas à m'adapter, ni à comprendre. J'ai eu aussi des rêves prémonitoires et des intuitions fortes ainsi que des flashs visuels.

Je me suis intéressée au chamanisme il y a environ deux ans. Le chamanisme s'est présenté à moi par l'intermédiaire de Chris. Tout au début de mes séances avec Chris, je faisais beaucoup de psychologie et de l'hypnose pour régler un petit problème. Ensuite avec le temps, j'ai découvert le chamanisme qui a remplacé toutes les autres méthodes. Aujourd'hui, je remercie beaucoup Chris de m'avoir fait découvrir le chamanisme, sans cela je serais toujours au point de départ.

De nombreuses choses m'ont attirée dans le chamanisme : d'abord les descentes avec les animaux de pouvoirs. C'est un monde assez fascinant et aussi effrayant. À chaque descente je ramenaient toujours des informations et des images aussi différentes les unes que les autres. Il y avait aussi cette peur de pouvoir voir car j'avais l'impression que chaque vision et image avait sa plus grande importance au niveau de mon inconscient.

Il y a aussi le son du tambour que je sens vibrer en moi. J'avais eu à ce moment-là, la révélation comme quoi le chamanisme avait toujours fait partie de moi-même depuis bien longtemps.

Ma première motivation à participer à l'initiation a tout d'abord été de me prouver à moi-même que je pouvais dépasser toutes mes peurs et mes craintes que j'avais vis-à-vis du stage. C'était un défi : soit je pouvais m'affronter ou alors je restais toujours au même niveau. Chantal face à Chantal.

J'ai eu de nombreux souhaits : le premier a été que je puisse régler mon problème au niveau de ma plus grande peur : l'eau. Le deuxième a été de pouvoir me stabiliser sur le plan émotionnel et enlever toutes les peurs en moi. Le troisième certainement le plus fort : avancer dans le chamanisme pour devenir chaman et trouver à travers cette vie spirituelle tout l'amour et la sagesse pour aider les autres et leur donner aussi de l'amour afin que chacun puisse trouver une paix intérieure.

Vécu de la première session

Elle m'a permis de faire un bilan sur ma vie de couple et m'a aussi fait comprendre ce qu'est l'amour réellement. C'est à ce moment-là que j'ai compris que celui que je vis n'a rien à voir. J'ai été en présence d'un chaman que j'ai nommé Grand Pâ. Il m'a enseigné tous les points essentiels du corps en correspondance avec l'univers. Il m'a montré des scènes de vie de couple. J'ai eu aussi une vision que je garderai secrète pour l'instant.

Grand Pâ m'a démontré que ma peur vis-à-vis de l'eau n'est que psychique, que c'est émotionnel. Il m'a fait voir une vision qui m'a beaucoup impressionnée : j'ai vu que les seins d'une femme ne sont pas uniquement existants dans le domaine sexuel mais au niveau de la spiritualité ils ont beaucoup d'importance. Il y a eu dans chaque sein, comme une cascade de lait qui coule. Ce lait est d'un blanc pur. On m'a aussi rappelé l'importance du lait pour le nourrisson. On m'a montré aussi l'utérus et la vie qui peut naître

dedans. Le lien entre la mère et l'enfant, c'est vraiment beau. Les mots ne pourront jamais décrire ces visions.

Grand Pâ est assez complice. Il est habillé très simplement, je dirais même avec le strict nécessaire. Il a la voix traînante et est plaisantin. Il est comme un grand enfant joueur, coquin. Il me parle toujours comme si pour lui tout cela n'avait pas d'importance. Je ne sais s'il faut vraiment le prendre au sérieux.

J'ai eu la vision de petites molécules toutes brillantes et illuminées qui viennent vers moi. Ces petites choses sont de l'amour et il faut que je souffle dessus pour qu'elles s'éparpillent à travers la salle à destination de chacune des personnes présentes.

Au niveau du chakra du cœur, on m'a montré un amour à l'état pur. On m'a dit qu'il y a une ouverture à cet endroit et que c'est à cet endroit que Dieu habite en nous.

Autre vision : j'ai vu mon Troisième œil et l'ai même pris du milieu du front avec mes doigts. Je l'ai contemplé. Il est comme du cristal, tout brillant et beau. Il est assez gros et d'une beauté fabuleuse.

On m'a aussi montré le serpent qui monte de la colonne vertébrale. Au bout, il y a deux têtes mais pas celle du serpent. Il y a comme de la lumière dorée. Je le vois monter et arriver au milieu de mon crâne où j'ai vu l'ouverture et une lumière toute blanche sortir de là. Et toute cette énergie entrait à l'intérieur. C'était merveilleux.

Vécu de la deuxième session

Vraiment toute différente. Je suis en présence du Christ. J'ai appris ce que c'est que d'aimer au plus profond l'être humain. Malgré la cruauté de l'homme sur terre, l'amour est toujours placé au premier niveau et malgré tout, Dieu nous aime. Je dirais que chaque être humain est Dieu si on prend le temps de chercher cet amour pur en nous-même.

Le Christ est donc là. Ce soir-là j'ai reçu beaucoup d'amour universel et beaucoup de souffrance. Je suis vraiment comblée. L'amour que j'ai reçu est tellement puissant et pur. Il n'y a ni haine, ni peur, ni autre chose. Ce n'est que de l'AMOUR. Ensuite on m'a montré la souffrance du monde. Les gens qui souffrent, les enfants qui sont battus, d'autres qui meurent de faim, la pauvreté, la haine, la méchanceté, la guerre, tout. Lorsque j'ai vu cela, j'ai vraiment compris ce que c'est que d'aimer. Après on m'a dit que je vais avoir des difficultés très prochainement et que je vais souffrir pendant un certain temps, mais que cette étape est nécessaire. Puis on m'a dit que je suis destinée à aider les autres, que c'est ma vie, mon but et plus tard, que je deviendrai chaman.

Vécu de la troisième session

J'ai ressenti tout au fond de moi et de mon âme, une remise en question, un grand désordre intérieur, qui m'a vraiment touchée au plus profond de mon âme. La question que je me suis posée est : Qui suis-je réellement ?

Cette session a été moins agréable. D'abord j'ai l'impression que l'ayahuasca n'est pas la même. Les visions que j'ai eues ne sont basées que sur ma vie de couple. J'ai revécu un moment assez douloureux et dur avec mon concubin. En vérité, je le revoyais à chaque fois lorsqu'il m'a giflée, lorsqu'il a fait un scandale après avoir bu, devant mes enfants ; ce qui a été très traumatisant pour eux. J'ai eu aussi la vision de l'enfant que j'ai perdu lors de ma première grossesse. Je me suis rendu compte que cela m'avait énormément affectée. J'ai aussi revu mon frère décédé ainsi que ma grand-mère. Tout cela m'a bouleversé.

À la fin de la session, Hugo (le frère de Diane), présent pour cette séance, m'a dit qu'il avait eu la même vision me concernant au sujet de l'enfant que j'ai perdu. J'ai réalisé que finalement, les esprits pouvaient se rencontrer et communiquer par télépathie.

Vécu de la quatrième session

Elle m'a permis de voir les choses en face, la réalité de la vie malgré les difficultés et je pense pouvoir remettre un peu d'ordre dans ma vie qui a changé du jour au lendemain.

Cette session n'avait plus rien à voir avec la troisième. J'ai eu beaucoup de visions et je ne sais pas si je peux me souvenir de tout. Je ne peux pas les classer dans l'ordre de passage (laquelle vient avant l'autre ?).

Je me suis retrouvée devant une pyramide et je me vois grimper les marches pour aller au sommet que je n'arrive jamais à atteindre. Puis je me suis vue dans une vie antérieure. Je suis un homme, enchaîné, avec de grosses chaînes aux pieds et aux mains. Je suis un esclave. Un homme s'est avancé vers moi et m'a fouetté. Puis on m'a montré comment j'ai trouvé la mort. Je suis au milieu d'une grande piste poussiéreuse où il y a beaucoup de soldats et des chars. Je me suis retrouvée au milieu de cette piste et j'ai vu le char qui me fonçait dessus. C'est à ce moment-là que j'ai vu ma mort : l'homme que j'étais s'est fait écraser.

Ensuite une autre vision m'est apparue. Dans la salle où nous étions, il y a un énorme boa qui a pénétré à l'intérieur de ma bouche. Je le vois descendre à l'intérieur de mon corps. Cette vision est horrible pour moi. J'ai eu un moment de panique. À ce moment-là, j'ai pris son corps de mes deux mains et je me vois en train de le tirer et tirer encore pour qu'il parte. Ensuite il y a eu une sorte de grosse moustache toute noire avec des grands poils, qui tourne autour de moi. Au milieu de la moustache il y a un œil. C'est pas très joli ! Puis la vision s'est transformée et je me suis retrouvée en présence de minuscules petits anges qui s'avancent vers moi et viennent se poser dans le creux de ma main. Chaque fois, ils me font rire. J'ai aussi vu des ailes de toute beauté, toutes sont argentées et d'une brillance magnifique. Ensuite je me suis retrouvée devant un immense lac et Grand Pâ a réapparu une

fois de plus. Il me dit de prendre une moitié de noix de coco et d'allumer une petite flamme à l'intérieur. Il faut que cette flamme ne s'éteigne pas. La noix doit faire le tour du monde et cela sans perdre la flamme. Si jamais la noix fait son chemin sans aucun obstacle et en restant allumée, la paix serait établie sur terre.

Puis à nouveau une autre vision : je me suis retrouvée dans la peau d'un aigle et je survole des plaines, des montagnes et d'autres paysages fantastiques. C'est vraiment bien, car à un moment on ressent la signification de voler comme un oiseau. Dommage que l'être humain n'ait pas ce pouvoir. Je passe de vision en vision et c'est assez impressionnant.

On m'a donné ce message : d'ici 40 ans [soit en 2035] il se passera un phénomène important sur la terre. Et toujours dans mes visions, à un certain moment donné, Grand Pâ est à nouveau près de moi. Il me montre des signes avec ses mains. À mon avis et d'après ce qu'il me dit, ce sont des signes de méditation que je dois mettre en pratique.

Grand Pâ est toujours là près de moi lorsque, à un moment donné, mais dans la réalité terrestre, c'est-à-dire dans la salle, José s'est approché de moi et a effectué un nettoyage avec le camphor. Il m'a donc « craché » dessus. Je peux vous dire que Grand Pâ n'a pas apprécié du tout, d'autant plus qu'il connaît déjà José. Il lui a alors demandé pourquoi il a arrêté son travail et puis de partir. Comme quoi nous étions en pleine méditation lorsqu'il est intervenu. Après je me suis dit : ça y est, je n'aurai plus de visions !

Mais c'est le contraire, il y a cette force qui reprend le dessus. J'ai encore du travail à faire. À un certain moment, le Christ est revenu me voir. Il m'a dit de donner l'amour que lui-même m'offre. De le donner à Corinne, assise à côté de moi, parce qu'elle aussi est une guérisseuse et que cet amour va l'aider. Je me suis vue alors, lui donner cet amour avec mes deux mains. C'est vraiment beau.

À un certain moment, à la fin de l'effet de l'ayahuasca, Corinne et Steve, son ami (seule session à laquelle il a participé) sont devant

José (pourtant je n'ai pas les yeux ouverts mais je sais qu'ils sont là). À ce moment, Grand Pâ m'a dit que je dois faire un travail pour eux. Il me dit encore : « regarde ». Je vois alors comme deux cordons ombilicaux, entremêlés l'un dans l'autre, qui descendent vers moi. Grand Pâ me dit de prendre le cordon et qu'il me donnera ensuite quelque chose que je devrai relier au cordon. À ce moment je l'ai pris et l'ai attiré dans le creux de ma main d'où est apparu un gros coquillage, tout nacré de rose. J'ai relié à ce moment-là les deux cordons. Le message est tout simplement que leur amour et leur union sont très forts et sincères. Ils sont faits l'un pour l'autre. Je suis vraiment heureuse d'avoir pu faire ce travail. Au même moment, j'ai ressenti beaucoup d'amour qui me pénétrait.

Une autre vision : comme un tunnel qui m'aspire à une vitesse très puissante. Il y a des sortes de casiers lumineux avec de belles couleurs. À ce moment-là j'ai vraiment tout quitté. Je suis déconnectée du monde. Je n'existe plus. Ce qui s'est passé ensuite, je ne saurais le dire.

Je trouve que dans chacune des sessions il y a eu beaucoup de changements, des étapes et des épreuves.

Mes souhaits se sont-ils déjà réalisés ? Ce n'était pas vraiment des souhaits que j'avais demandé. Si j'ai eu des réponses à mes questions ? Les visions ont été très exactes au niveau de ma vie de couple. Pour les autres souhaits ou visions, l'avenir me le dira. Je dirais que c'est l'ayahuasca qui m'a enseigné. Elle m'a montré ce qu'il y a de mieux pour moi.

En conséquence il n'y a pas eu vraiment de question, ni de souhait véritable, c'est plutôt la plante qui m'a appris et guidée.

La première impression que je garde de l'initiation est un profond désordre en moi. Je ressens un grand vide intérieur et en même temps comme une paix. C'est comme s'il y avait eu une bataille, un conflit, avec moi-même. Il y a eu le bien contre le mal, la stabilité contre l'instabilité.

La vie de tous les jours se passe très différemment maintenant. Durant l'initiation je me suis séparée de mon concubin et me suis retrouvée seule avec mes difficultés, mes peurs, mes émotions, mes angoisses, mes responsabilités et avec mes deux enfants. Mais je sais que je dois passer par là et c'est dans ces moments que je pourrai progresser et arriver à mon but.

Pour la prochaine fois je souhaite que toutes les personnes du groupe (ainsi que moi-même) prennent conscience du vrai travail à faire sur soi avec la plante.

Et avant la prise d'ayahuasca qu'un travail chamanique soit fait (transe, méditation). Que l'isolement dure 4 à 5 jours dans la nature sauvage au bord d'une rivière. Et enfin que nous puissions faire une marche sur le feu qui nous donnera, je pense, plus d'énergie et chacun pourra une nouvelle fois faire un travail sur soi en profondeur.

CAROLINE

Je m'intéresse au domaine spirituel depuis un an seulement. Je n'ai pas eu d'autres expériences spirituelles, mais des séances individuelles avec Chris. Pas d'amélioration dans ce que je souhaite au sujet de la cigarette. J'allais le voir environ une fois par trimestre. Durant les séances nous faisons des exercices chamaniques. J'avais aussi avalé une plante qui devait me dégoûter de la cigarette, mais pas de résultat.

J'ai découvert le chamanisme quand Julien, mon mari, m'en a parlé il y a environ deux ans. Au début le chamanisme ne m'intéressait pas, mais je suis allée voir Chris uniquement pour qu'il m'aide à arrêter de fumer. Je voulais utiliser le chamanisme pour ça.

J'ai participé à l'initiation pour la même raison : arrêter de fumer. C'était mon seul souhait.

Vécu de la première session

Je me suis revue à l'âge de sept ans. Je ne fais pas grand-chose, du moins je ne m'en souviens plus. J'ai beaucoup pleuré. Je pense à ma famille. J'ai perdu ma mère et ma sœur dans cette même année (1995). J'ai ressenti cela très fortement et ça a été très douloureux. Mais je ne les ai pas vues.

À un autre moment j'ai vu des morts.

Je ris à cause de Chantal à côté de moi, lorsque je vois ce qu'elle fait : elle ouvre ses mains, ses bras, comme pour implorer.

Sinon je n'ai eu que de la tristesse.

Physiquement, j'ai ressenti un relâchement. Les douleurs physiques que j'avais alors, ont disparu durant cette séance. On me les a enlevées dans les jambes (les genoux) et le plexus solaire. Maintenant, je n'ai plus ces douleurs-là.

Je n'ai pas vomi la plante mais j'ai eu la diarrhée le matin.

Vécu de la deuxième session

La même chose que la première session à peu près, mais je suis plus calme. Je n'ai pas non plus vomé mais toujours la diarrhée au matin.

J'ai encore pleuré durant cette session, toujours pour les mêmes raisons. On m'a encore enlevé des douleurs, cette fois-ci dans le dos.

Cette deuxième session est moins forte et s'est mieux passée. Plus de facilité à supporter les douleurs. J'ai eu moins peur aussi.

Vécu de la troisième session

J'ai eu des informations concernant une famille connue là où je vis. J'ai vu l'un des frères déjà décédé. Il m'a parlé mais je n'ai pas compris ce qu'il a voulu me dire. En fin de compte, je sais que c'est au sujet de son frère vivant qui est recherché par la police. Il demande un secours pour son frère qui est innocent par rapport à l'accusation qu'on lui porte. Il a été piégé et nous devons l'aider. Mais je n'ai pas su comment il faut l'aider. Cette entité est allée voir Julien, mon mari, après l'initiation pour lui expliquer ce qu'il fallait faire et lui donner les informations exactes, et Julien a fait un rituel.

Pour ma part, durant cette session, je crie et je veux qu'il parte. Je lui dis : « va-t'en ! Va-t'en ! Fiche-moi la paix ! » Et aussi « cours, cours, Pierre ! » (Pierre étant la personne qu'on accuse injustement). Parce que pour moi, c'est un mort qui peut aider son frère, donc lui-même, et non un vivant. Je connais bien toute la famille et de le voir me fait du mal aussi. J'ai poursuivi, dans mes visions, toute sa famille parce qu'ils ne font rien ou pas assez.

On m'a encore enlevé une douleur au niveau du cou. Je n'ai pas vomé la plante, mais encore une fois j'ai eu la diarrhée le lendemain matin.

Après l'initiation, il y a eu des changements. J'ai explosé (crise de nerfs) après la dernière session, une semaine après la fin de l'initiation. Je crois que c'est parce que je n'ai pas pleuré ensuite. Je me suis trop retenue alors que j'aurais dû pleurer. C'est parce que j'ai arrêté de fumer et que je n'ai pas supporté ce changement et sûrement aussi à cause des émotions vécues durant l'initiation.

Durant cette période, j'ai pu arrêter de fumer pendant 4 jours consécutifs, mais ensuite j'ai fait une dépression pendant 3 ou 4 jours. Alors j'ai repris la cigarette.

Malgré tout, l'initiation m'a apporté de bonnes choses.

Maintenant je suis plus consciente et je crois davantage au chamanisme. La sorcellerie me fait toujours peur, mais le chamanisme m'a apporté de bonnes choses. Pas beaucoup de changement encore, mais il faut que je continue (à être plus consciente). J'ai encore peur, entre autres de participer aux sessions.

CORINNE

Je m'intéresse déjà depuis longtemps (plus de 10 ans) à la spiritualité bien que ce mot, pour moi, soit très vaste et très personnel. Mais cela a été en dents de scie car par moments. Je ne croyais plus en rien et puis chaque fois je suis revenue sur le « chemin » où je me sentais moi-même.

J'ai vécu mes expériences spirituelles à travers la guérison par le rééquilibrage et l'éveil des chakras. Et depuis que je connais Chris, je m'intéresse au chamanisme. Lorsque je l'ai appelé pour avoir des renseignements, il a été surpris de m'entendre parce qu'il avait déjà organisé les sessions avec des gens qu'il connaissait. Je débarquais alors un peu comme un cheveu sur la soupe, mais rien ne se fait au hasard !

Je suis guérisseuse. Je me disais que guérir avec les plantes comme le fait le chamanisme, serait un complément. Ensuite c'est le respect de la terre, des plantes, des arbres, de tout ce qui nous entoure et auquel on ne prête plus d'importance alors que ce sont les énergies vitales de la vie. Le travail intérieur et personnel m'a motivée pour participer à l'initiation. Mon souhait : La Trinité ; que mon intérieur soit aligné.

Les sessions ont toutes été différentes, mais toutes aussi fortes les unes que les autres.

Vécu de la première session

J'ai vu mon animal de pouvoir. Il s'est présenté à moi (alors que je ne le connaissais pas). C'est un aigle. Ensuite j'ai vu un arbre qui est en fait, l'arbre de vie. Ils sont souvent représentés sur des dessus-de-lit indiens en coton avec pleins d'oiseaux différents et mon aigle est à la cime de l'arbre de vie. Ensuite je suis descendue dans les racines où il y a des monstres auxquels j'envoie de l'amour et aussitôt ils disparaissent. Je suis remontée tout doucement dans le tronc et ensuite dans la cime où je me suis retrouvée propulsée

dans le ciel. J'y ai vu Amâ entourée de lotus et le Christ à côté. Là je me suis aperçue que je ne suis qu'un canal de lumière et qui descend dans la terre.

Ensuite j'ai vécu mon accident, quand j'avais un an et demi. Je me suis fait écraser les deux jambes par un camion mais c'est la jambe droite qui s'est retrouvée plâtrée. Là j'ai pensé que ma mère allait apparaître, au même moment j'ai pris conscience que c'est mon père qui me manquait et auquel j'en ai tant voulu. Il travaillait et j'avais l'impression d'être abandonnée par lui. J'ai senti un énorme nœud qui s'est dénoué au niveau du ventre et j'ai commencé à pleurer. J'ai vu mon père : il est tout sombre et je le serre tout contre moi jusqu'à ce qu'il devienne lumière. Ensuite, mon frère m'est apparu, seul, sans amour et triste. Lui qui voulait être chaman, je lui ai dit : « tu vois, je suis en train de faire ce que tu aurais voulu faire ». Il est tout sombre également, je l'ai serré contre moi jusqu'à ce qu'il devienne lui aussi lumière. Pour tous les deux, c'était un grand pardon.

Ensuite, je suis retournée dans le ciel et j'ai vu le Christ. Il m'a montré sa crucifixion et j'ai ressenti l'humiliation qu'il a subie par les hommes et la douleur intérieure. Là aussi je me suis mise à pleurer car je viens de comprendre cet acte horrible que les hommes ont pu commettre et tout ce qui a suivi par la suite depuis ce moment.

Vécu de la deuxième session

C'est un travail très intérieur et complètement différent. Je cherche vers le haut (dans le ciel). J'ai appelé mon aigle pour qu'il me montre quelque chose et puis rien. Alors d'un seul coup, je suis redescendue dans mon intérieur où je suis morte. J'ai senti mon corps se glacer et le rythme de mon cœur diminuer jusqu'à ne plus le sentir battre et à ne plus sentir mon corps. Je veux résister et puis mon intérieur me dit : « mourir pour renaître ». Et là tout s'est transformé. Je ne peux bouger que mes yeux. Je sens la guérison totale de mon corps jusqu'à la moelle de mes os.

Je suis dans le monde du silence. Je ne peux pas parler et j'ai l'impression d'être dans le mur sur lequel je m'appuie. Je suis fondue en lui et je me transforme en atome. Tout en ne sachant pas du tout ce que c'est, ni la forme, ni la couleur. Et bien là, je peux le dessiner, c'est incroyable : l'infiniment petit dans l'infiniment grand. Je parcours tout mon corps en étant vraiment toute, toute petite. Ensuite, après avoir fait tout le tour, je vais dans l'univers. Sans le petit, le grand ne peut exister et vice versa car chaque chose a sa place. C'est de l'énergie pure qui, en fait, nous constitue puisque nous ne sommes que de l'énergie.

Ensuite je vois une grande plaine avec un tipi, un bison. Au fond il y a des montagnes et au-dessus, le visage d'un Indien de profil avec à l'oreille une pépite d'or suivie d'une belle plume. Cet Indien m'a montré sa danse, son rituel autour d'un feu. Il est recouvert d'une peau de bête foncée. Je revois ses pieds sur le sol, ou plutôt sur la terre fertile et ses bras qui font de grands arrondis dans l'air autour de sa ceinture en étant légèrement courbé.

J'ai vu beaucoup de totems et des Indiens dans cette session. Plus tard, j'ai compris que cet Indien est une de mes incarnations passées car il m'a été trop familier; j'en ai donc tiré cette conclusion.

Vécu de la troisième session

Lorsque José a joué de la flûte de pan, j'ai complètement changé de vibration. J'étais persuadée que j'allais voir des Indiens d'Amérique du Sud mais en fait, cela n'avait rien à voir puisque je n'ai vu que des dieux hindous, qui me sont apparus avec des dessins de toute beauté. Des dessins très fins avec beaucoup de détails. La troisième session est un peu bizarre. Plus courte.

À un moment donné je me suis sentie être la liane, l'ayahuasca, et je suis comme nouée. À ce moment-là, le fait d'avoir compris, tout mon corps s'est dénoué très rapidement et je suis partie sur autre chose.

Vécu de la quatrième session

Elle a été pour moi une expérience inoubliable pour laquelle je remercie Chris et José car ils ont invité mon ami, Steve. Nous sommes connectés par le coronal (centre énergétique qui se trouve au-dessus du crâne) et un flot de lumière fait un pont entre lui et moi. Pourtant je lui dis (intérieurement) : « je suis avec toi mais tu fais ton chemin et moi le mien ».

Là, c'est pareil, toujours autant de visions de couleur en ayant la conscience permanente. J'ai fait des guérisons, mais avec la lumière. Ensuite j'ai tranquilisé ma voisine qui n'a pas arrêté de parler. J'ai mis mes mains (mentalement) dans son dos au niveau du poumon. Elle a changé de suite de comportement. Elle s'est calmée et a arrêté de parler. Ses vibrations ont changé et elle a eu des belles visions car nous avons parlé de cette expérience par la suite.

J'ai vécu l'unité avec tous ceux qui sont dans la pièce (et qui vivent chacun leurs expériences individuellement). Je me suis rendu compte que nous ne faisons qu'un, en parlant de tous ceux qui sont présents dans la salle et en même temps avec tous les êtres de la terre et que chacun a un travail à faire.

J'ai aussi vu la relation entre l'Égypte et l'Amérique du Sud. À un moment donné je suis tout en haut d'une pyramide blanche de lumière, je ne suis que de l'énergie, comme si j'avais de grands bras de lumière, plein d'amour. J'attends quelqu'un qui monte les marches. Cette personne c'est Chantal (elle m'a raconté ce qu'elle a vu).

Au début en voyant la pyramide, je me suis dit : « tiens c'est une pyramide du Mexique » et en m'approchant plus près, je vois des hiéroglyphes. Alors je me suis demandé : « mais quel est le rapport ? » Puis on m'a expliqué que le rapport c'était l'Atlantide. Lorsque l'Atlantide a disparu, les quelques survivants se sont retrouvés en Égypte et au Mexique. Ces pays sont liés par les mêmes origines.

Ce jour-là nous étions 4 ou 5 personnes à avoir vu une pyramide.

Au sujet de mon ami, Steve, lorsque José nous a appelés, nous avons eu une très belle expérience : mon ami m'a dit que j'étais très présente et qu'il me sentait bien mais il voyait que je faisais mon travail. Il avait bien compris que lui aussi devait faire le sien.

C'était une étape très importante parce qu'il avait peur ne sachant pas comment on allait réagir l'un vis-à-vis de l'autre.

Lorsqu'il nous a appelés c'était merveilleux : assis devant José, mon ami avait les mains ouvertes vers le ciel et moi j'avais les mains fermées (comme pour une prière). J'ai vraiment l'impression qu'un flot de lumière rentrait par mon coronal et mon corps où je le versais avec mes mains dans la terre. La terre redonnait à mon ami ce flot de lumière. Nous étions vraiment liés par l'intermédiaire de la terre. C'était merveilleux.

Au cours de la session, j'ai changé de place avec Lili et nous avons vécu les mêmes choses. Je suis assise avec Chantal sur le même matelas, je sens l'énergie qui passe sous les fesses et qui monte en elle, dans son corps. Je me fais très légère pour laisser passer cette énergie sous moi. Je sens comme si elle en pompait beaucoup, j'ai l'impression que le matelas bouge. Je ne veux pas la déranger.

Entre les sessions, je me suis aperçue de différentes choses fausses au sujet d'une personne de mon entourage. Sans les sessions je ne m'en serais pas rendu compte. Intérieurement je me suis dit que j'étais sur le bon chemin : j'ai pu faire les quatre sessions, je fais plus de guérisons et tout se passe bien.

Après la première session, c'était fabuleux parce que j'avais l'impression de dégager une énergie incroyable. Les vibrations n'étaient plus les mêmes mais bien plus élevées. Par exemple dans la rue, je m'apercevais que les gens se retournaient, et je sentais que mon cœur était ouvert, les gens n'étaient pas indifférents.

La deuxième session a été à l'opposé : très calme, très intérieure.

Déjà avant de prendre la plante, à chaque session, je pleurais, je sortais un nœud. J'étais alors mieux préparée pour les sessions. Les chants étaient très très forts aussi. En fait j'ai bu la plante sans dégoût grâce à la préparation, mais je ne sais pas si je pourrais la prendre si je ne me préparais pas. Cela était très important.

J'ai l'impression d'avoir vidé toute cette misère que je portais des gens (guérisons des gens). J'ai l'impression d'être complètement rechargée et d'avoir enlevé tout ce qui était négatif.

On peut se mentir facilement tandis qu'avec la plante ce n'est pas possible : elle te montre réellement qui tu es. Ou tu l'acceptes, ou tu ne l'acceptes pas et cela peut faire beaucoup de mal dans ce cas.

Mes souhaits se sont réalisés et j'ai eu les réponses à mes questions.

Maintenant que c'est terminé, je trouve que le travail de Chris est extraordinaire : aider les gens à enlever les blocages psychologiques.

Dans un livre de Jung, vu chez une amie, en l'ouvrant, par hasard je suis tombée exactement sur une photo qui représente le kaléidoscope que je vois tous les soirs en fermant les yeux. Le livre explique que c'est un atome et que tout est fait d'atomes. Il n'y avait rien dans le centre qui était couleur bleu indigo parce qu'il s'agit des étoiles lesquelles sont le plus éloignées.

Depuis l'initiation, je fais les guérisons différemment : la plante m'a montré beaucoup de choses que je ne savais pas. J'ai trouvé les significations pendant le séminaire de la conférencière sur les chakras, au deuxième niveau avec la recherche intérieure. Tout ce qu'elle a dit durant le séminaire, la plante me l'avait montré. Grâce à elle j'ai eu les réponses.

Je pense que José a eu une belle expérience, importante, en travaillant avec des Européens mais je pense qu'il a dû se remettre en question et qu'il y a eu un remerciement réciproque (car nos vies sont bien différentes).

Depuis la fin de l'initiation, chaque soir, durant ma méditation, je vois le kaléidoscope qui me rappelle l'atome avec sur chacune des facettes, une histoire de la vie. Les facettes sont comme des vitraux de cathédrales. Ils bougent constamment en rentrant vers l'intérieur et changent de couleurs (bleu, vert, doré...). C'est magnifique.

Je vis plus au jour le jour. Je ne suis plus du tout angoissée. Auparavant c'était un handicap. Maintenant j'ai une grande confiance en moi. Je n'ai pas de désir matériel (dans le superflu). L'essentiel c'est que les enfants grandissent bien et de continuer les guérisons, je conçois la vie sur terre d'une façon différente.

D'autant plus que le séminaire de la conférencière sur les chakras a complété vraiment mon initiation. Avec ce que j'ai entendu, j'ai pu comprendre ce que la plante a voulu m'enseigner. J'ai beaucoup remercié. C'était extraordinaire. La première session c'était merveilleux, la deuxième plutôt dur, la troisième l'équilibre et la quatrième vers la sagesse. Pendant les deuxième et quatrième sessions, la plante est montée très vite.

Au début elle me montrait toujours les monstres intérieurs auxquels il faut parler avec amour pour qu'ils s'en aillent.

Il y a des choses qu'on ne veut pas accepter, mais moins on les accepte, plus elles insistent et plus c'est horrible. À partir du moment où on les accepte, elles disparaissent et de nouvelles choses apparaissent. J'ai l'impression que dans ce que j'ai vécu, elles étaient représentées comme un arbre : la racine, le milieu (le tronc) et puis la cime. J'ai toujours eu l'impression d'avoir vécu cela. La profondeur c'est les racines, le milieu c'est l'équilibre, et puis on se demande ce qu'il y a plus haut (la cime). Chaque fois c'était ainsi : les trois étapes.

Pas de changement souhaité dans l'organisation.

HUGO

Je suis croyant (catholique) mais pas pratiquant. Je ne m'intéressais pas à la spiritualité avant l'initiation et n'ai jamais eu d'expériences dans ce domaine.

Je ne m'intéresse pas particulièrement au chamanisme, mais cette expérience de descente à la recherche des animaux, m'a rappelé un film, *La Forêt d'émeraudes*, qui se déroule en Amazonie, ainsi que le Tibet, lorsque j'ai vu à travers des documentaires télévisés, les moines qui se soulèvent de terre.

Ce domaine spirituel s'est présenté à moi un peu par hasard et parce que je suis le frère de Diane. Elle m'avait déjà proposé de faire une telle expérience et je l'ai donc faite à ce moment-là. Je n'ai pas fait de diète auparavant.

Je n'avais pas de motivation particulière ni de souhait pour cette initiation, mais simplement pour avoir une expérience.

Vécu de la quatrième session

J'ai pris un tout petit peu de la plante. Le goût était difficile à accepter. Puis au fur et à mesure, je sens quelque chose qui part de l'estomac et monte dans tout mon corps jusque dans la tête. Je commence alors à voir des couleurs qui tournoient. Mon imagination m'a fait voir des images. Je n'ai pas vu ma fille depuis de nombreuses années et là, je l'ai vu lorsqu'elle avait 7/8 ans. Elle est sur le banc de l'école. Quelqu'un est venu la voir. Elle a été oubliée à l'école. Elle est toute seule et paraît très triste.

J'ai aussi vu une des participantes du groupe qui pleure parce qu'elle a perdu son enfant. Je ne sais pas si c'est vrai, mais elle est très malheureuse. Après la session, j'en ai parlé à Chris qui m'a dit d'en parler avec la personne en question. Cette femme m'a dit qu'effectivement elle avait perdu un enfant qui devait naître.

À part ça, dans le monde où j'étais, tout était bien. L'argent n'a aucune valeur et on se sent bien, il n'y a plus de douleur. Tout était féérique : beaucoup de couleurs. Il n'y avait pas le mal. Les chants étaient importants aussi, ils nous guidaient.

Je n'avais pas de souhait. Pas de changement perçu, mais c'était une expérience très positive. Je crois que pour des gens qui ont des difficultés, c'est une très bonne thérapie. Cela permet de sortir de ses problèmes. Si j'avais pu prendre cela lorsque j'ai eu des difficultés à résoudre il y a quelques années, je suis certain que j'aurais pu traverser cette période plus facilement.

J'ai l'impression que ceux qui sont négatifs deviennent positifs avec l'ayahuasca. Peut-être qu'un jour je recommencerai, mais avec plus de préparation.

Dans ma vie quotidienne, rien de particulier n'a changé.

Je n'ai participé qu'à une seule session et c'est difficile pour moi de savoir s'il faut un changement à l'organisation. J'ai vu que cela s'est déroulé dans le cadre d'un certain rituel. C'était une découverte pour moi avec une petite anxiété au début.

JULIEN

Dès l'âge de 15 ans je me suis intéressé au domaine spirituel (déjà tout petit je voyais des esprits). J'ai participé à diverses expériences : Congrès de parapsychologie (et communication...) à Paris ; méthode Albaracin liée aux arts martiaux, efficacité au combat, à Paris ; Christian Godfroy : dynamique mentale, psycho-sibernetique, à Paris ; essai d'auto-hypnose en groupe et en individuel ; magnétisme et pendule, apprentissage ; médecine parallèle, éducation.

Je m'intéresse au chamanisme depuis deux ans, d'abord en consultation psy avec Chris. Ce qui m'a intéressé au début dans le chamanisme, c'est la facilité à pratiquer, à descendre et avoir des visions. Je rapproche cela des techniques Ninja (ésotériques). Je me sens à l'aise dans ce genre de travail. J'utilise le chamanisme surtout comme outil de défense pour me débarrasser des entités qui étaient déjà là, dans ma maison et ma cour.

Quelle a été ma motivation pour participer à l'initiation ? J'avais besoin de faire une psychanalyse à travers l'initiation. Mes souhaits : savoir qui je suis et où je vais.

Vécu de la première session

J'ai vu beaucoup de Mandala (d'Inde) et quelques fois des maximes qui m'ont été données. Énervement particulier dans les jambes : je n'arrête pas de les bouger. Par contre, dans les bras une extrême faiblesse. Déformation au niveau du visage, surtout au niveau de l'os de la mâchoire.

J'entends pop ! pop ! pop ! Je me demande ce que c'est, j'ai donc suivi le bruit (mentalement). Je me suis retrouvé dans un seau où les bulles éclatent dans le vomi.

J'ai vu une vieille dame qui s'appelle Madrecita. Elle m'a donné des coups de bâton parce que je l'ai traité de « vieille garce ». Elle

est partie, puis revenue et m'a demandé : « Tu veux savoir ? » Je lui dis que oui. Elle m'explique que je dois gravir la colline et passer de l'autre côté mais que je n'y arriverai pas. Je me suis efforcé et suis passé de l'autre côté où je vois une immense pyramide. Une pierre de faïte en or et dessus, se trouve un cristal d'où dégouline une énergie bleu turquoise. C'est pareil à une lumière. C'est une lumière, mais au lieu de se répandre en rayons, celle-ci coule, glisse, le long de la pyramide. La dame revient une troisième fois. Elle me dit : « Bien avant ta mort, tu sauras tout sur le secret de la vie et de la mort, de l'espace et du temps ». Elle revient encore une quatrième fois, mais cette fois-ci, tout ce qu'elle me dit, je ne peux absolument pas le dire. Lorsque j'ai voulu en parler une première fois, tout s'est effacé.

Ensuite, j'ai ressenti aussi des blocages énergétiques qui s'en allaient. Je voyais les énergies lumineuses qui représentaient ces blocages d'énergies, partir.

Vécu de la deuxième session

Je vois, à l'intérieur de mon corps, des fleurs, des racines, etc. Tout ce qui était pourri a ressuscité. Des vers de terre se transforment en lianes fleuries, des serpents se transforment de la même façon, ainsi que les larves et les champignons qui se transforment en fleurs. Au lieu de rejeter ce qui est négatif, cela se transforme en positif. À la fin, un coucher de soleil s'est levé de tous les côtés en même temps.

On m'a appris aussi de quelle façon je peux transformer le négatif en positif : grâce à la spirale dans les coquillages, les coquilles d'escargots, etc. Toutes les formes en spirales prennent le négatif et le transforment en positif. Donc il faut respecter tout ce qui se trouve en forme de spirale : elles sont précieuses. Je suis aussi dans la Constellation de l'Aigle (d'après Brigitte c'est l'amour et la sagesse).

Vécu de la troisième session

Pas extra. C'est un peu la continuité de la seconde session. Plus de visions de routes faciles (toutes droites) qu'il faut suivre. Je croise des gens que je dépasse au fur et mesure que j'avance. Tous se dirigent vers le soleil. Je suis tout devant, il ne restait que six personnes devant moi.

Vécu de la quatrième session

Je vois quatre piliers immenses, infinis, dirigés vers le ciel, au milieu il y a le feu. Les piliers se terminent en forme de pointe, ils sont curvilignes. Les quatre piliers c'est l'espace, le temps, le poids, et le feu (premier élément). Tout le reste de la soirée j'ai entendu le son de petites sonnettes très harmonieuses, jolies. Je ne m'en suis pas lassé.

Entre les sessions, j'ai fait plus d'introspection puis j'ai arrêté puisque cela se faisait automatiquement.

Mes souhaits ne se sont pas réalisés, mais j'ai eu d'autres réponses. Par contre je ne peux pas en parler.

La première impression que je garde de l'initiation est une insatisfaction parce que c'était trop court. Je n'ai pas assez approfondi ce domaine.

Dans ma vie de tous les jours, j'ai un champ de vision plus large maintenant. Je suis moins agressif, plus diplomate. Je suis plus subtil dans la critique. Pour la nourriture, je ne mange pratiquement que des fruits, du pain, du beurre. Presque plus de viande, ni de vin.

JULIE

Ma vie spirituelle a commencé après avoir rencontré Chris, le psychologue, il y a un an et demi. Les expériences spirituelles vécues auparavant sont celles effectuées avec Chris, les descentes chamaniques, d'abord individuellement puis en groupe. Je m'intéresse au chamanisme depuis un peu plus d'un an et j'ai intégré le groupe après plusieurs entretiens avec Chris.

Je me suis d'abord intéressée au chamanisme par curiosité puis pour le travail en groupe. Le chamanisme en lui-même ne m'intéressait pas trop puisque dans les descentes, je ne voyais rien pendant près d'un an. Ensuite seulement, j'ai vu des choses.

Ma première motivation pour l'initiation, c'était d'essayer l'ayahuasca. J'avais des projets par rapport à un traitement sur la stérilité : je voulais poser des questions. Je recherchais aussi une plus grande confiance en moi. Le troisième souhait était de pouvoir être en contact avec ma mère décédée, la voir et lui parler.

Vécu de la première session

Surtout une grande peur. Je me suis retenue pour ne pas me laisser entraîner dans le tourbillon. J'ai eu très envie de faire l'amour (ce qui ne m'était jamais arrivé auparavant de cette façon). J'ai ressenti la peur, la haine, la souffrance et le plaisir en même temps, alors je pleurais et riais en même temps.

Dans l'ensemble, c'était bien. J'ai eu la vision de beaucoup de couleurs qui scintillent. Je vois José danser comme le font les Indiens d'Amérique. J'ai vu aussi une tête de mort à un moment donné. J'ai voulu aller la toucher, je n'avais pas peur, mais je n'arrivais pas à me lever. À la fin j'ai vomi.

Durant cette session je n'ai pas vraiment accepté la plante, déjà au début, en la buvant, mais également après, pendant l'effet.

Vécu de la deuxième session

Pas grand-chose. Encore une fois je ne me suis pas laissée entraîner. J'avais à nouveau envie de faire l'amour. J'ai plutôt regardé les autres puisque j'avais les yeux ouverts. À la fin, j'ai à nouveau vomi.

Vécu de la troisième session

Je me suis laissée entraîner. Toute la partie gauche, de la tête au pied, est comme paralysée. Je ne la sens plus. À un moment, j'ai pensé très fort à ma mère décédée et je l'ai vu assise devant moi, souriante, vêtue d'une jupe noire et d'un tricot bleu ciel avec des bandes rouges sur ses manches courtes. Elle n'est pas restée très longtemps. Elle est apparue une seconde fois de la même façon. Elle n'est pas restée plus longtemps. Je n'ai pas pu lui parler.

J'ai senti l'ayahuasca dans mon estomac, puis elle est descendue dans le bas-ventre. Je me suis sentie paralysée de la taille jusqu'aux pieds. À ce moment-là, j'ai eu envie de vomir à nouveau, mais comme je m'étais dit que j'acceptais la plante et que je ne voulais plus vomir, j'ai pu résister à cela.

Je suis fière de cette troisième session parce que j'ai pu me lever (ce qui n'était pas le cas les deux autres fois) pour aller vers Maestro recevoir la *soplarengé*. Je suis satisfaite aussi des visions que j'ai eues. La plante était différente dans cette session, plus facile à avaler et je peux mieux me contrôler durant l'effet (ce n'était pas le cas durant les deux sessions précédentes).

Des changements entre les sessions ? Après la première session, je ne voulais plus continuer l'initiation. La plante m'avait trop fatiguée. Par contre déjà après cette expérience, j'ai réussi à prendre des initiatives. Par exemple : avant, lorsque je sortais je demandais l'avis de mon mari alors que maintenant je sors et je rentre quand je veux. Objectif pour 1996 : être enceinte. Je vais travailler là-dessus.

Mes souhaits se sont réalisés en partie car j'ai vu ma mère (même si je n'ai pas pu lui parler), mais je n'ai pas eu d'informations concernant le traitement contre ma stérilité. En revanche, j'ai la volonté maintenant de réussir à faire cet enfant.

Ma première impression après cette initiation, est positive dans l'ensemble. Un changement profond : je suis plus patiente, je dialogue plus, entre autres avec mon mari. D'autre part, cela m'a rapprochée du groupe et j'ai pu trouver des relations amicales que j'ai gardées avec certains membres du groupe. Maintenant je suis consciente que je dois faire des efforts pour mieux vivre avec mon mari.

Je ne souhaite pas de changement particulier, si ce n'est un peu plus de place dans la salle, nous étions trop serrés.

MARINA

Depuis toujours je m'intéresse au domaine spirituel, depuis l'âge de 9 ans environ et pas forcément dans ma religion d'origine, le catholicisme.

J'ai déjà eu des expériences spirituelles par rapport aux nombreuses intuitions que j'ai. Je n'oserais pas dire visions, mais ça y ressemble. Des rêves prémonitoires mais surtout intuitions et télépathie. Les événements « vus » se déroulaient ensuite dans ma vie. Par exemple, je savais qu'en venant habiter là je suis actuellement, mon père viendrait un jour ici pour guérir. Il était presque mourant et je savais que son séjour dans ma région allait vraiment le « retaper ». Ce qui fut le cas, mais il rechuta à son retour.

J'ai des intuitions quotidiennes.

Depuis 7 mois je m'intéresse au chamanisme qui s'est présenté à moi à travers des intuitions. J'ai entendu parler de Chris par un ami qui connaît Julien et Aline (participants) auprès desquels il se faisait soigner au travers du chamanisme gracieusement. Je trouvais qu'il allait beaucoup mieux et j'ai connu ces gens-là un jour. Je leur ai demandé s'il pouvait également me faire une consultation, mais ils m'ont dit que je devais plutôt aller voir Chris.

J'ai vu Chris à plusieurs reprises en 1995 pour des problèmes psychologiques que je n'arrivais pas à résoudre seule. On faisait aussi du travail chamanique. Cela m'a beaucoup aidée. Je suis allée voir le chaman avant le psychologue.

Ce que j'aime dans le chamanisme c'est le lien avec la nature, laquelle nous permet de prendre conscience de différentes choses. Écouter la nature c'est très important, ainsi que vivre en fonction des saisons, avec l'eau, le ciel, le soleil. C'est intéressant, je crois à tout cela.

Avant je ne connaissais pas le chamanisme mais mon frère, lors de ses études en maîtrise de psycho, m'avait parlé de l'ayahuasca

comme étant une méthode remplaçant plusieurs séances de psychanalyse. J'en ai encore entendu parler par la suite. Puis avec toutes les explications de Chris, j'étais convaincue que cela me permettrait d'avancer.

Ma motivation pour participer à cette initiation, était de pouvoir avancer. Mon souhait était de m'harmoniser, de trouver un bien-être.

Vécu de la quatrième session

La session s'est bien déroulée si ce n'est ces odeurs qui m'ont agressée à plusieurs reprises. Pleins d'odeurs reviennent fréquemment, par période. C'est très fort et assez insupportable. C'est de la folie. Ces odeurs n'ont rien à voir avec les gens qui sont dans la pièce car dès que j'arrête l'effet de la plante et que je rouvre les yeux, je ne sens plus rien.

Ensuite je me suis rappelée qu'il ne fallait pas perdre l'idée du travail que l'on fait et cela s'est estompé. Je me suis surtout raccrochée aux chants de José que j'écoutais intensivement.

À mon avis, n'importe qui ne peut pas participer à une session d'ayahuasca. Il faut avoir une force de caractère. Beaucoup de maîtrise de soi-même. Je pense qu'en effet cette plante peut soigner les toxicomanes.

J'ai ressenti le chaud dans le corps au début de la session. Cela me rappelle l'anesthésie générale, c'est pareil. À la fin de la session, c'est le froid, tout comme la fin de l'anesthésie.

Je n'ai pas eu de visions, ni aucun flash. Juste des couleurs assez fantastiques. À un autre moment, des larmes ont coulé également. Peut-être aussi, le vague souvenir d'avoir vu des petits génies, plutôt rigolos d'ailleurs. Je n'ai pas eu de communication, ni rien d'autre.

Par contre, j'ai énormément ri. Ri, intérieurement. Je tâche alors de ne pas faire de bruit, mais c'est très difficile. Cela aussi demande une grande maîtrise de soi pour ne pas éclater de rire.

Je ris aussi lorsque j'ouvre les yeux et vois tous les autres participants et la tête qu'ils font.

Dès que la plante commence à faire de l'effet, on voit le mal-être et malaise des gens et je me demande ce qui va me tomber dessus !

J'ai eu aussi quelques angoisses et dans ces cas, je me raccroche aux chants dès que je suis mal. J'essaie de ne jamais perdre de vue, ou plutôt d'oreilles, les chants de José mais ce n'est pas toujours possible. Avec cette impression d'être dans un état d'ébriété tout en étant consciente.

Par contre je n'ai pas eu suffisamment de ressentis et d'impressions. C'est pour cela que je souhaite faire une autre session. Cette première prise a été une découverte. J'admire aussi ceux qui ont pris l'ayahuasca sans jamais avoir pris de stupéfiants ou autre chose de similaire à titre d'essais (j'ai fait quelques essais dans ce domaine, mais seulement à titre d'expérience). J'avoue que j'aurais certainement flippé. J'essaie, de plus en plus, de faire le travail sur moi-même.

Après mon unique session, j'ai eu une sensation de bien-être : j'étais zen, si je peux m'exprimer ainsi. Ensuite j'ai réussi à dominer mon émotivité (toujours trop grande auparavant) ainsi que mon mental qui prenait également toujours le dessus et cachait mes intuitions. J'étais dans une période difficile avec quelques catastrophes et si je n'avais pas pris l'ayahuasca, je ne sais pas comment j'aurais pu m'en sortir.

La prochaine fois, je serai dans une approche plus positive personnellement.

Au sujet des fortes odeurs insupportables, j'en ai gardé l'odorat durant le jour qui a suivi la session.

J'avais perdu le goût et l'odorat pendant une période assez longue (un an), suite à des problèmes psychosomatiques et psychologiques. Peut-être que ce vécu pendant la session est une

conséquence de ma souffrance intérieure ? Ou pour apprendre à être plus forte que les odeurs afin de pouvoir passer, un jour si c'est nécessaire, dans un endroit où je serais obligée de supporter cela et, de ce fait, de pouvoir mieux le supporter ?

Sur le plan matériel, je vais changer de travail prochainement. Au second semestre de cette année, je suis certaine que des changements auront lieu.

La première impression que je garde de l'initiation est de revenir d'un autre monde. Après la session, je me sentais bien dans la vie de tous les jours, mais n'avais plus envie d'être dans la société que nous vivons actuellement. Je n'étais plus du tout faite pour cela. Je souhaitais surtout avoir plus de liberté, pouvoir faire ce que j'ai envie, quand j'en ai envie, sans que cela puisse concerner le domaine financier. Après une seconde séance, je sens qu'on ne pourra plus jamais m'attacher.

Cette initiation est importante pour ouvrir les portes de la perception.

Je suis convaincue qu'il y a des changements en moi. Je souhaite vraiment avoir plus de temps disponible pour moi. Je vais rester dans le commerce et petit à petit je quitterai le commerce pour aller vers des choses plus humanitaires mais ce n'est pas encore l'heure. Je pense avoir encore dix ans, au minimum, avant de me tourner vers cela. Je ne suis pas chaman, ce n'est pas non plus un oiseau qui me l'a dit...

Depuis la session, je ris un peu plus et davantage tous les jours.

Je ne souhaite pas de changement dans l'organisation si ce n'est plus de chant et moins de parler : durant les sessions mêmes, Chris et José parlaient beaucoup entre eux. J'étais étonnée et cela me faisait rire aussi, ainsi que leurs attitudes et leurs regards.

DIANE

Je m'intéresse au domaine spirituel depuis environ l'âge de 26-25 ans suite à une vision aux Seychelles (ou au Kenya, je ne sais plus). J'ai déjà eu plusieurs expériences spirituelles.

Chris m'a mise sous hypnose pour voir à quoi correspondait ma peur des serpents et surtout pour enlever cette peur. Ce fut le début de la voyance et des voyages astraux. La première fois que je suis sortie de mon corps, j'ai vu la corde qui me reliait au corps et je flottais dans l'air. Je regardais mon corps physique que je voyais d'une couleur terne grise, sans éclat, sans luminosité. C'est à ce moment que je me suis demandé ce que je faisais là et j'ai pris conscience du détachement du corps physique. Je ne savais plus comment faire pour revenir dans mon corps et je pleurais. Alors j'ai dit : « il faut rentrer dans le corps ! » J'y suis alors retournée, mais de travers, en biais. Je n'étais pas bien du tout. J'étais courbée comme une vieille personne, j'avais mal à la tête, etc. J'ai téléphoné à Chris qui m'a dit qu'il allait essayer de venir (voyage astral) pour m'aider. Il m'a aussi conseillé de refaire cette expérience, c'est-à-dire, ressortir de mon corps pour y retourner dans la bonne position. C'est ce que je fis et tout est rentré dans l'ordre. Par la suite, j'avais des flashes de visions.

Je connais un peu le chamanisme depuis 1989 par l'intermédiaire de Chris lorsqu'il a été nommé Chaman. Le chamanisme ne me convenait pas vraiment. J'ai commencé à m'y intéresser à partir de l'initiation avec José. Je travaille plutôt avec la Lumière. J'ai participé à cette première initiation pour essayer. Je n'ai pas eu d'entretien avant avec José, mais je souhaitais voir les aides de Lumière comme Jésus, la Vierge et avoir des visions sur la Vierge et le Christ.

Vécu de la deuxième session

J'ai pris le bain de plantes auparavant mais n'ai pas ingurgité la plante vomitive.

Lorsque je me suis assise, j'ai mis ma boule de lumière tout autour de moi pour me protéger.

Je n'aime pas être en groupe. C'est la première fois que je fais quelque chose en groupe. J'ai un peu le trac et je me dis : « prends conscience et ai confiance en toi ». Je me parle à moi-même. J'ai fait une relaxation, méditation et ma prière : « Au commencement était le Verbe, et le Verbe étant Dieu... » (selon St Jean). Puis j'ai visualisé la boule de Lumière autour de moi et j'ai attendu la prise d'ayahuasca en ouvrant les yeux pour observer les autres. Des gens rient déjà. Je me maîtrise jusqu'à ce qu'on m'appelle pour prendre la plante.

J'ai eu une petite dose du breuvage mais cela suffit. Ensuite je sens mon corps qui commence à se relâcher. Je sens des picotements partout et ma tête est dans un état de semi-conscience. À partir du plexus solaire je ressens comme un travail qui se fait. Comme un ver qui prend sa place à cet endroit. Après l'explosion de mon corps, je me suis sentie entourée de plein d'étoiles de couleur blanche et un peu aveuglante. Je vois alors un genre de tunnel où je perçois aussi des couleurs. On me dit « viens ! », mais en même temps on me dit aussi : « ne viens pas ». J'ai une certaine crainte parce que je ne sais pas où je vais. Je pense aussi au fait de vomir et je ne veux pas de cela.

Et puis à un moment donné, on me dit : « laisse aller ! » alors je lâche prise. Je suis dans le tunnel. C'est tout blanc et je vois aussi les couleurs de l'arc-en-ciel. Et puis je me retrouve dans le ciel, je vois la mer, la montagne, la corniche que je connais.

Je me suis encore laissée aller et me suis reposée. Par les expériences passées, je savais que j'étais en dehors de mon corps.

À ce moment-là j'ai vu deux sphinx, l'un est blanc et l'autre noir, au milieu se tient le moine qui me propose des clés. Il est effectivement moine et a la tête rasée. Il est habillé d'une tunique blanche et assis en posture de yoga. Il me demande ce que je fais là. Je lui dis que je veux faire le nettoyage de mon corps, ouvrir les

chakras. Les échanges se font par transmission de pensées. Je sais que j'ai présenté une croix que j'avais dans la main et les portes d'autres plans cosmiques se sont ouvertes comme grâce à cette croix. Je suis dans une autre dimension (je voyais des planètes).

Je demande aussi ce qu'est l'enfer. On me montre alors un endroit gris avec comme une grotte qui comprend des têtes collées sur les parois, pareil à de la lave séchée recouvrant le sol. C'est comme des âmes en souffrance qui essaient d'enlever tout ce masque pour pouvoir avancer. Lorsque j'ai vu cela, j'ai su que je ne peux pas les aider alors j'ai fait une prière (le Notre Père). Après j'ai senti des remerciements de leur part, comme un soulagement pour les masques.

Je suis comme dans la mer, je descends en profondeur puis remonte prendre une bouffée d'air, plusieurs fois de suite ainsi. Puis j'entends à nouveau le chant de José et mon corps danse. Je suis vraiment en joie parce que j'ai pu aider les autres qui m'ont vivement remerciée.

J'ai eu des flashes. J'ai vu Chris, José, comme si « on » leur donnait plus d'énergie pour aider les autres. Je suis entre Lili et de Corinne et en plus il y a de l'espace entre nous. Je ne veux pas que d'autres énergies viennent me perturber. Je suis bien ainsi.

J'ai eu des ondes positives. J'ai vu aussi la mère de Chris, décédée il y a 3 ans. Je lui ai demandé de bien vouloir garder ma seconde fille qui est restée dans un coin de la salle pour qu'elle ne fasse pas de bruit (car elle chantait).

Vécu de la troisième session

Je n'ai pas fait de préparation, car je n'étais pas sûre de pouvoir y participer à cause de mon travail.

J'ai bu une plus grande dose d'ayahuasca. Je suis à côté de Corinne, près de l'entrée. Tout s'est bien passé. J'ai choisi les gens à côté de qui je veux être.

J'ai des vertiges et ma bouche est amère. Je suis complètement ivre. Je n'arrive plus à contrôler mon corps. Je me dis qu'il faut que je m'en sorte toute seule. Lorsque je suis ainsi, je n'ouvre pas les yeux. C'est un travail de maîtrise sur moi-même. Puis tout de suite, je ressens des bouffées de chaleur, puis des sueurs froides et des vertiges. Je me demande si je suis encore là et sinon où suis-je ?... Je suis à demi-consciente, un laisser-aller total... Et puis pouf ! Je sors de mon corps. Je commence à faire la navette de long en large, le long du mur du même côté où je suis assise. Plusieurs fois ainsi. Et puis mon corps se retourne et je visualise toute la salle. Ensuite mon corps est passé de l'autre côté du mur. Je n'arrive vraiment plus à l'arrêter et ça devient embêtant. Puis on me met devant quelqu'un dans la salle. On m'en retire tout d'un coup avec force, puis la course reprend de long en large. La personne devant laquelle j'étais m'a vraiment troublée. Je me sens mal par rapport à cela.

Lorsque je circule rapidement, c'est parce qu'il y a quelqu'un dans la salle qui a besoin d'aide. Puis je me retrouve à nouveau devant cette personne, je ne sais plus quoi faire parce que je ne peux pas l'aider, je n'en ai pas le pouvoir. Je vois comme une masse grise, empoisonnée. Je demande une aide pour elle. Je m'adresse mentalement à Chris et José mais ils ne peuvent pas m'aider à aider l'autre personne. Je me sens abandonnée. Je vois mon corps physique juste à côté de moi-même, il est terne.

Je ne peux rien faire et cela me bouleverse. Je sors de la salle, toujours en laissant mon corps physique là où je suis assise depuis le début, pour prendre une « bouffée d'air frais ». Puis, en rentrant, on me replace en face de la personne. Là je visualise plein d'étoiles que je lui envoie. C'est comme si, en fin de compte, j'étais sortie pour me recharger, prendre des nouvelles énergies. Après je prends conscience que cela ne sert à rien. Tout ce que je lui envoie se heurte comme à un mur et rien ne passe au travers. Cela m'épuise. Je ne me sens pas bien.

Je reviens dans mon corps physique pour faire un travail d'aide pour cette personne. Je ne veux pas vomir à cause de ce que j'ai vu. Je reprends vraiment conscience de mon corps. À ce moment-là, je suis étalée, les jambes écartées et je ris. Je suis tellement angoissée avec tout cela que le rire me permet d'évacuer cette tension et de me soulager. Il n'y a pas de pleurs en moi. J'entends Chantal qui s'exprime verbalement et cela m'a permis de rire. Mais ce qu'elle fait ne m'intéresse pas. J'ai une boule au plexus solaire et au chakra de la gorge. Je me dis : « pourquoi moi ? Pourquoi m'a-t-on montré cela à moi ? ! »

Après être revenue dans mon corps, j'en suis ressortie pour aller voir les autres personnes dans la salle et savoir si quelqu'un d'autre est informé au sujet de la personne. Mais il n'y a rien, c'est terne. « Alors pourquoi moi ? » me dis-je encore. Ensuite je fais ma relaxation.

Autre session fin décembre

Avant Noël, j'ai participé à une session uniquement avec Chris et Aude. D'abord le bain. Pas de préparation spéciale sauf la diète mais moins sévère.

Dans les activités de groupe, il y a toujours des entités (ou êtres, ou âmes). Par exemple pour moi ce fut Mamy (la maman de Chris). Je sens une entité tout à côté de moi. J'ai commencé à tousser parce qu'elle fume le tabac et je ne supporte pas cela. Je ne sais pas qui c'est. Puis je tousse de plus en plus et Chris vient vers moi pour faire un nettoyage (chakapa et camphor) ; il a vu que je n'étais pas bien du tout.

Puis je vois Chantal (celle qui a participé à l'initiation). Elle est gamine (8-10 ans) et je la vois se noyer dans une grande bassine d'eau. Je la récupère et crie. Lorsque j'ai récupéré Chantal, j'ai en fait récupéré le seau qui se trouve devant moi. Je l'ai secoué, secoué (le seau) et Chris est venu une nouvelle fois vers moi me demander ce que je voyais. Je suis en transe.

Chris me conseille de voir quelqu'un d'autre. Il me dit d'essayer de voir Pat, son beau-frère malade (en phase terminale du cancer). Je vais donc le voir : sa maladie stagne, mais ce n'est pas possible de le guérir, la maladie est trop ancrée dans les poumons, le foie, etc. : c'est vraiment tout noir.

Autour d'eux, du couple, c'est tout gris. Sa femme est inquiète à ses côtés. Je ne me sens pas bien à cause de tout ce que j'ai vu et ressenti. Je sens comme une déchirure. Pourquoi je dois voir tout cela : des gens malades, souffrants... ? J'ai du mal à supporter. J'ai même peur de la plante à cause de ce que j'ai vu. Je m'efforce de me calmer, de refaire la Lumière autour de moi. Je me recentre et je suis dans une béatitude, comme si j'étais sur la plage ou sur la mer en train de faire de la planche à voile. C'est là qu'il y a beaucoup de Lumière autour de moi et je vois la Sainte Vierge apparaître comme sous un voile. Elle allonge ses mains d'où sortent des rayons de Lumière et je reçois comme un message qui dit : « Prends conscience de la vie, tourne la page. Chaque personne a sa propre évolution, chacun a son chemin à faire. »

NICOLE

Depuis environ six ans, je crois en une entité de haute envergure appelée Aset dans la Kabbale. Je pratique une méditation personnelle. J'ai commencé à faire du yoga tout à fait par hasard (c'était juste à côté du labo où je travaillais) et j'ai continué parce que cela m'a permis de régler mes problèmes de sommeil depuis 1983. Tout cela a accentué ma croyance.

La foi me permet de mieux surmonter mes problèmes. La foi en la Vierge Marie m'a beaucoup guidée. Il y a deux ans, je cherchais un appartement et j'ai trouvé celui-ci qui se trouve justement tout près d'une sculpture de la Vierge Marie. Ici, j'ai l'impression d'être protégée par elle. C'est quelque chose que je ressens très fort. Lorsque je suis allée en stage dans un centre religieux diocésain, il y avait à nouveau une Vierge Marie que je pouvais voir de la fenêtre de ma chambre et qui me guidait encore. Auparavant, je ne croyais pas à la Vierge Marie mais je faisais, à travers des rituels, appel à notre mère à tous, appelée Aset dans la Kabbale. J'ai connu la Kabbale à travers des livres que j'applique dans mes prières en allumant des bougies et de l'encens.

Qu'importe le nom que l'on veut donner à cette femme qui est notre mère à tous, c'est en elle que je crois tout particulièrement.

Je m'intéresse au chamanisme depuis début 1994, suite aux entretiens psychologiques que j'eus avec Chris qui me parla du chamanisme. J'ai ensuite participé aux séances de groupe rapidement et régulièrement jusqu'à fin 1995. Les trances chamaniques me faisaient beaucoup de bien puisque j'avais énormément de mal à faire un lâcher-prise. Pareil pour les exercices de respiration. Cela m'a permis de résoudre en partie mes problèmes.

Dans mes descentes, je voyais mes animaux de pouvoir tout de suite. Je ne sais pas si c'est dû à la volonté que j'avais de les voir qu'ils apparaissaient ou si c'est vraiment des visions que j'avais.

Petit à petit, c'est dans le contexte chamanique que la Vierge m'est apparue.

Mes animaux sont : l'ours qui m'apporte l'affection. Il représente mon père, ma mère. J'ai envie de me blottir dans ses bras. Puis, le corbeau m'apporte des messages. Il fait des va-et-vient pour m'apporter tout ce que je lui demande et répondre à mes questions. Lorsque je pose une question, c'est mon mental qui me donne la réponse et je ne sais pas exactement quel est l'animal qui répond. Je les définis un peu comme je le ressens. Le requin : il est là, sa présence me rassure. Le crocodile : pas beaucoup de présence ou de signes, mais il est là.

Ces derniers temps, je voyais la Vierge à chaque fois. Elle est toujours différente mais à chaque fois représentée par une femme. Par exemple une vision que j'eus : j'ouvre un portail en or, puis je vois la Vierge avec plein de lumière autour d'elle et mes animaux spirituels sont là aussi à côté d'elle. Ils sont comme protégés et envoyés par elle pour me guider, m'aider. Une autre fois j'ai vu un temple en or et toujours mes animaux de pouvoir avec elle, la Vierge, toujours pleine de lumière. Une autre fois je descends des escaliers qui mènent dans une grotte, puis je remonte et vois le même genre de vision de la Vierge Marie et mes animaux chamaniques. Chaque fois, cela se situe près de la mer, il y a une grotte et aussi la forêt pas loin.

J'ai souhaité participer à cette initiation pour trouver des réponses à mes problèmes. Surtout pour enlever mes blocages pour m'exprimer. C'est la raison pour laquelle je suis allée voir Chris tout au début. Aussi parce que je trouve que je n'arrive pas à donner comme je le souhaiterais.

J'ai deux souhaits : me développer sur le plan de la communication et aussi entendre mieux parce que j'ai un problème d'ouïe.

Vécu de la première session

Elle s'est bien déroulée. J'ai eu des visions. J'ai pris conscience de beaucoup de choses. Je ne peux pas dire exactement dans quel ordre se sont déroulés les événements.

Je crois que tout d'abord, j'ai eu la vision de José et Chris auxquels j'ai donné un tel amour, un amour de reconnaissance, d'affection parce que c'est grâce à eux que je peux vivre ces moments. Je suis pleine d'espoir pour cette séance et j'espère que mes problèmes vont se résoudre grâce à la plante. C'est formidable cet amour qui sort de moi pour ces deux personnes. Il y a beaucoup de lumière blanche autour d'eux.

À un moment donné, j'ai cru mourir. J'étais comme dans un œuf, sculpté de l'intérieur. Ça ressemble à un glaçon ou un cristal, il y a comme des fibres, des filaments, à l'intérieur. C'est très beau. Tellement beau que je n'en reviens pas de voir des sculptures aussi merveilleuses. C'est comme un kaléidoscope. Il y a de nombreuses couleurs très belles. Après je me rends compte que je suis à l'intérieur et que je dois sortir. Je vois alors quelque chose qui se rétrécit petit à petit et je prends conscience que c'est le col de l'utérus. Je dis : « j'ai peur, j'ai peur » et je me dis encore « ça y est, je vais mourir, on va m'écraser complètement ! » C'est comme quand on te met dans une machine qui va te broyer, j'ai eu cette sensation-là. J'ai ressenti cette mort. Je suis morte. Je suis morte pendant le passage du col. Après je suis sortie et là, j'ai respiré fort parce que je reprends vie. En même temps j'entends Chris et je me dis : « voilà ils sont là, ils sont en train de voir si je vais bien. » J'ai eu l'impression que tout le monde était là pour moi, à regarder et attendre que je respire. En fait c'est ma naissance que j'ai revécue. C'est vraiment génial ! Après, en reprenant mieux ma conscience et me rappelant les moments de grande peur juste avant la naissance lorsque je mourais, je pensais à Chris en me disant « mince, Chris ne m'a pas dit que c'est aussi dangereux, parce que j'ai presque 50 ans et si mon cœur s'arrête... » Ensuite

j'avais peur de retomber dans ce genre de peurs alors je n'ai pas voulu avoir d'autres visions et n'en ai plus eu réellement.

Ensuite, j'ai vu mes élèves qui sont contents de moi en tant que professeur. J'étais vraiment étonnée d'être autant appréciée par mes élèves ; cela m'a fait très plaisir. Dans cette vision il y avait aussi beaucoup de lumière tout autour. Par la suite je me suis effectivement rendu compte qu'ils m'appréciaient réellement : ils sont venus me voir à mon retour d'un stage en me disant que je leur avais manqué...

Ensuite, j'ai beaucoup pleuré parce que j'ai revu mon père qui n'a jamais porté d'affection à mon égard. Ma sœur, cadette d'un an, était toujours la meilleure, c'est elle qu'on applaudissait lorsqu'elle chantait devant les invités, alors que je restais tout le temps dans l'ombre... Cela surtout parce que je n'arrivais pas à m'exprimer comme je l'aurais souhaité à cause de ce blocage. J'étais une fille gentille qui n'avait pas de problème, qui acceptait tout, etc., je me sentais inférieure. Pendant la session j'ai revu tout cela et j'ai dit (par mes pensées) à mon père tout ce que j'avais sur le cœur. J'ai eu l'impression d'avoir pu résoudre ce grand problème avec lui.

Après j'ai vu toute ma vie conjugale défiler. Le comportement de mon mari à qui j'ai demandé, toujours durant la session, pourquoi il est parti, qu'est-ce qui s'est passé, alors qu'on s'entendait très bien. Je n'avais pas supporté qu'il parte comme ça du jour au lendemain. Je ne pouvais pas lui pardonner, ni accepter. J'ai beaucoup pleuré (durant la session). Je crois avoir trouvé la réponse de son départ. Il y a certainement une relation avec les problèmes que j'eus avec mon père et que je n'avais pas encore réglés. Puisque j'ai toujours aimé mon père et que je voulais qu'il me remarque mais cela n'a jamais été le cas. J'ai toujours fait en sorte que les hommes me laissent tomber aussi comme le faisait mon père. En fait j'ai tout fait, inconsciemment, pour que mon mari me laisse tomber. Je m'en suis rendu compte après. Il s'est tourné vers une autre femme qui lui apportait ce que je ne pouvais lui donner. J'ai donc pris

conscience de beaucoup de choses durant cette séance et en même temps pu régler des problèmes assez profonds.

J'ai résolu mes problèmes avec mon père et mon mari dans cette session ainsi que dans la troisième session. J'ai eu froid lorsque je me suis réveillée et surtout j'avais des problèmes circulatoires dans les jambes. Je changeais souvent de position dans mon assise. J'ai à peine vomi.

Vécu de la troisième session

Ce n'est pas agréable : je me sens écrasée, toujours dans ce glaçon je suis écrasée par ces cristaux. J'ai pris plus d'ayahuasca que la première fois. J'ai vomi plusieurs fois, je dirais même souvent. Dès le départ, je n'ai pas apprécié le goût de la plante : c'est différent que précédemment. Je n'accepte pas la plante. Je suis déçue parce que j'attendais vraiment quelque chose de cette session suite à la première.

Par contre ce qui est bien dans cette session, c'est le son de sa voix. Lorsque José chante, j'entends bien sa voix par mon oreille gauche et, par mon oreille droite, j'entends la voix d'un petit garçon qui lui fait écho. J'ai alors repensé au jour où Chris m'a dit que je pouvais maintenant entendre, que j'étais auditive, que je devais écouter avec l'oreille droite pour percevoir des choses. C'est une voix extraordinaire, celle de l'enfant. Apparemment je « pars » complètement durant cette session, puisque j'entendais la voix, mais j'ai l'impression d'être consciente en même temps.

Pour la diète d'isolement dans la nature, je suis contente et me sens très bien parce que j'ai pu me reposer. J'ai beaucoup dormi. Mais je n'aurais pas non plus voulu continuer plus longtemps. Je n'aurais pas supporté ou du moins ça aurait été long de rester encore comme ça sans rien faire, toute seule.

Le fait de rester allongée me fatiguait. Je commençais à me sentir mal physiquement. Si j'avais eu une chaise ou une lecture, cela aurait été plus facile. J'ai apprécié le riz plus que d'habitude.

Vécu de la quatrième session

J'ai changé de place. Là où j'étais assise auparavant, sur le côté, Chris et José ne me voyaient pas et je pensais qu'ils ne pouvaient pas se rendre compte lorsque j'allais mal et que j'avais besoin d'eux. Je suis maintenant assise en face d'eux. Cette fois, José est venu deux fois pour m'aider et c'est comme s'il m'avait exorcisée à chaque fois. À chaque fois c'est lorsque je me sens vraiment écrasée dans le glaçon/cristal et que je ne peux plus en sortir, ni même bouger. José a soufflé du camphor sur moi, chanté des chants et fait des prières. Après je me sens beaucoup mieux. J'entends très bien ses chants qui me permettent de ne pas m'angoisser. C'est un support pour moi. Je me raccroche à cela sinon j'ai peur.

Je n'ai pas de problème d'entente. Je me rappelle avoir pris conscience de nombreuses autres choses mais je ne me souviens pas des détails, ni même des sujets. Durant les sessions d'ayahuasca, je n'ai jamais vu la Vierge.

Au sujet de mon oppression constante, ou du moins qui s'est renouvelée plusieurs fois, c'est peut-être dû à mes blocages, à mon refus de me laisser aller, à mon refus d'accepter la plante.

Depuis trois ou quatre ans j'ai l'impression de traverser un cycle négatif de mon existence. J'attends de ces sessions d'ayahuasca une libération de ce tourbillon néfaste et sortir vraiment de ces ondes négatives. Le résultat est positif puisque j'ai retrouvé mon équilibre.

À chaque séance d'ayahuasca j'ai eu cette vision de glaçon, de cristal. Chaque fois j'ai senti une pression. J'ai eu l'impression d'être engloutie. Cela m'écrasait malgré les efforts que je faisais pour me dégager.

Après la première session j'étais pleine d'espoir même s'il n'y a pas eu de changement fondamental sur le moment mais j'étais rassurée puisqu'on m'a dit que cela se ferait petit à petit. Par contre lorsque je suis revenue d'un séjour loin de chez moi qui s'effectua juste après l'initiation, je me suis dit qu'en fin de compte

pas grand-chose n'avait changé. Mais après la première session, j'ai bien senti le changement dans ma classe par rapport à mes élèves qui m'appréciaient vraiment plus qu'avant. Même si c'était déjà bien auparavant, c'était encore beaucoup mieux après. Depuis l'initiation, je sens une progression au niveau de la parole, c'est certain. Par contre, j'ai l'impression que pour l'ouïe, le problème d'entente s'accroît.

La première impression que j'eus après l'initiation, fut celle que ma vie allait changer. C'était extraordinaire comme expérience. J'étais très optimiste. J'étais d'abord un peu déçue parce que je pensais qu'il y aurait un peu comme un miracle mais ce n'était pas possible que ce soit un miracle. J'étais un peu trop impatiente. Alors qu'il y a eu des résultats dont je suis tout à fait satisfaite.

Dans ma vie de tous les jours, mon comportement a changé et je vois la vie autrement. Je sens que la transformation qui a commencé auparavant, continue. J'affronte mieux les problèmes alors qu'avant j'avais besoin d'être guidée. Ces séances ont bouclé une période, longue, durant laquelle j'avais toujours besoin de quelqu'un pour m'aider à supporter mes problèmes. Maintenant, j'ai l'impression de n'avoir plus besoin de qui que ce soit, je peux prendre mes responsabilités. Je suis devenue adulte au sens propre du terme.

Je ne souhaite pas de changement spécifique dans l'organisation de l'initiation.

NATHALIE

Cela fait trois ans que je m'intéresse à la spiritualité. Ainsi j'ai pu faire face aux problèmes que j'ai rencontrés au cours de mes études de sage-femme. En effet, j'étais une personne extrêmement timide. J'ai beaucoup souffert de ce handicap. Aujourd'hui j'ose aller vers les autres, mais j'ai encore beaucoup à faire. C'est grâce à Chris que j'ai découvert le domaine de la spiritualité lorsque j'ai décidé d'entreprendre une psychothérapie afin de résoudre mes problèmes. Je le remercie d'ailleurs.

Cette initiation avec José a été ma première expérience spirituelle.

J'ai commencé à m'intéresser au chamanisme en 1993 au cours de mes séances avec Chris. Il m'a appris à faire des descentes lors de séances individuelles, puis avec le groupe. Ainsi j'ai pu trouver mes animaux de pouvoirs.

Après son retour du Pérou, Chris m'a parlé d'une autre forme de chamanisme. Cette dernière se pratique en Amérique du Sud par la prise de plantes qui donnent des visions. Il m'a expliqué : « moi, je fais un pot-pourri, je mélange les différentes pratiques chamaniques. »

Le chamanisme est, pour moi, surnaturel. C'est cela qui m'intéresse. Par cette pratique j'ai eu des informations sur mon passé et mon avenir. D'après mes descentes, j'étais dans ma vie antérieure une Africaine qui travaille dans les champs avec un enfant sur le dos. À plusieurs reprises j'ai eu cette information. En ce qui concerne l'avenir, j'ai toujours les informations nécessaires pour réussir mes projets (études, travail).

J'ai participé à cette initiation chamanique car le domaine spirituel m'intéresse énormément et je désire avancer, apprendre de plus en plus de choses. Je souhaitais avoir des informations concernant mon avenir dans le monde du travail.

Vécu de la première session

J'ai eu beaucoup de sensations physiques : chaleur, amplification des sons, respiration difficile. Pour supporter les effets de l'ayahuasca, je dois penser positivement, me concentrer sur la respiration et me laisser bercer par les chansons. Par ailleurs, j'ai eu énormément de visions de couleurs vives, lumineuses. Il s'agit de cercles, d'arcs de cercle, de tourbillons, de spirales, de feux d'artifice. C'est génial. Je suis dans un monde enchanté où règnent la gaîté, le bonheur et la paix. Il me suffit de penser positivement et de me laisser entraîner par les chansons pour avoir ces visions.

Face à ce monde de rêve il y a le monde réel. Ce dernier est représenté par les personnes malades auxquelles je fais les soins, les enfants, et les femmes enceintes que je prépare à l'accouchement.

Vécu de la deuxième session

Je n'ai presque pas eu de visions. Au sujet de la diète d'isolement : elle m'a permis d'avoir de l'assurance. Cette expérience dans la nature s'est bien déroulée. J'ai pu vaincre la peur d'être seule en pleine nature. Pour moi, c'est l'occasion de faire une intériorisation (être au plus profond de moi-même). Ma sensibilité pour la nature s'est développée. Je me rends compte que la pensée positive me permet de réussir les projets que j'entreprends. Ce stage est pour moi très important. Au départ, je ne savais pas comment faire pour pouvoir y participer mais le désir profond en moi m'a permis de trouver la solution.

Aujourd'hui j'ai beaucoup plus confiance pour la réussite de mes projets.

Vécu de la quatrième session

Durant cette session, je suis dans la tristesse. J'ai beaucoup de peine et souffre énormément.

Il est question de ma relation avec mes parents. J'ai eu la vision de mon père grincheux qui montre sa colère. Il me regarde sévèrement et parle durement avec ma mère et moi. En voyant cette scène, je suis en larmes. Je me dis qu'il ne changera jamais. C'est très bouleversant car cela se répète tant que je suis sous l'effet de l'ayahuasca.

J'aurais voulu qu'il change de comportement. C'est-à-dire que ses paroles soient pleines d'amour. Je voulais lui dire : « Arrête de vivre ainsi, respire un moment ! Regarde les gens vivre dans la joie et la paix. Regarde la beauté de la nature. Prends le temps de vivre dans la joie ! »

Les autres visions que j'ai eues concernent mon travail. Je me suis vue en salle d'accouchement participer aux naissances. J'accompagne les mamans lors de la découverte du nouveau-né. Je me suis aussi vue dans mon cabinet en train de faire de la relaxation avec les femmes enceintes. Dans mes visions, j'ai vu également des yeux qui me regardent. Soit il s'agissait d'une personne, soit d'un œil de grande taille qui me regarde.

Enfin j'ai vu ma naissance. La sage-femme m'a déposée sur le ventre de ma mère. Je suis de couleur blanche, j'ai les yeux bridés, les paupières œdématiées. Tout le monde me regarde.

Je voudrais dire quelques mots concernant l'ivresse dans laquelle je me trouve lors de la prise d'ayahuasca : cette ivresse est provoquée par l'association de plusieurs choses. À savoir l'ayahuasca, les chansons, l'odeur de la cigarette et du camphor. Tout ce mélange me rend saoule, j'ai la tête lourde. Cette dernière se balance à droite et à gauche sous la mélodie des chansons. J'ai de bonnes visions lorsque mon regard est dirigé vers le haut.

À la fin de chaque session, le retour à la vie quotidienne était pénible. J'avais l'impression d'avoir fait un rêve. Et il me fallait à chaque fois revenir dans la réalité.

Entre les différentes sessions, je suis devenue plus autonome. Je réalise mes devoirs (dans le travail) avec plus d'assurance.

Comme je l'espérais, j'ai eu beaucoup de visions concernant le domaine du travail. En ce qui concerne leurs réalisations, il me faudra encore quelques mois pour vérifier. Je souhaite de tout cœur qu'elles se réalisent.

Cette initiation reste pour moi un bon souvenir. Cela m'a permis de dépasser certaines peurs. En effet c'est la première fois que je fais un stage de ce genre (retour sur moi-même, réflexion sur soi).

Dans ma vie de tous les jours, je me sens bousculée. Ceci en raison de mon entrée récente dans la vie active. Là, je dois prendre mes propres responsabilités pour mener à bien mon travail. Je m'y habitue. Aussi, de par la localisation géographique de mon travail, je suis amenée à voyager énormément (j'habite chez mes parents à 75 km de là). C'est très différent de mes activités pendant les études puisque je logeais à l'internat près de l'école. Actuellement, je suis toujours en train de bouger. Je suis fatiguée physiquement, mais moralement je me porte bien. Je me sens nulle part chez moi. J'ai besoin de me fixer quelque part. J'en ai marre de faire le va-et-vient entre le domicile de mes parents et celui du travail.

En ce qui concerne la pratique du chamanisme chez moi, jusqu'à présent je l'ai délaissée car trop occupée par le travail et les allées et venues.

Mon souhait serait d'avoir une diète d'isolement plus longue et dans un endroit moins froid.

AUDE

Je m'intéresse au domaine spirituel depuis l'âge de 11 ans. J'ai déjà eu des expériences spirituelles avec l'ayahuasca, trois ou quatre fois à petite dose, depuis le retour de Chris (mon beau-père) du Pérou, c'est-à-dire environ depuis le mois de mai 1995 et deux ou trois séances chamaniques de groupe avant l'initiation.

Vers 11 ans et demi, j'ai aperçu un Indien aux longs cheveux, sur le côté gauche de la fenêtre de la cuisine, avec une plume rouge vers le bas, dans les cheveux. Je le dis à ma grand-mère qui sortit pour voir, mais il n'y avait personne.

En faisant de l'auto-hypnose, relaxation en état de conscience modifiée, je converse avec une entité/énergie que j'appelle gnose (« l'école de la connaissance »). Il me prévient de ce qui se passera le lendemain, notamment en classe, les devoirs, etc. Je lui pose des questions et il me répond. Il me donne aussi d'autres informations que je n'ai pas forcément demandées. Par exemple il me prévient de la tempête qui arrive. Il m'explique aussi que là où il est, ils ne dorment jamais, que c'est tout le temps la joie, qu'ils ne sont jamais fatigués et n'ont pas de soucis, ni besoin de manger. Il me dit toujours des choses exactes : il ne joue pas avec moi.

Mon premier animal de pouvoir est le zèbre.

J'ai déjà réussi à guérir une grande douleur aux doigts de pied de Chris (2 fois guéri).

J'ai découvert le chamanisme par Chris et je veux continuer dans ce domaine. Je veux aussi être top-model et psychologue. Ce qui m'intéresse en premier lieu dans le chamanisme, c'est d'abord les chants chamaniques et j'aime taper sur le tambour. Dans les descentes j'ai tout de suite vu mes animaux de pouvoir, dès la première descente.

Je suis motivée pour participer à l'initiation ayahuasca dans le groupe car je pensais que le fait d'être en groupe m'apporterait la

faculté d'avoir des visions puisque jusqu'à présent je n'ai jamais eu de vision avec l'ayahuasca prise uniquement avec Chris.

Mon souhait est donc d'avoir des visions.

Vécu de la première session

Pas de vision. Pas de vertige. J'ai mal digéré la plante : elle est restée dans mon estomac et ça m'a fait mal. J'ai envie de vomir, mais je me retiens. Le lendemain matin, je n'ai plus d'énergie, plus de force.

Je suis restée dans le groupe (pas de voyage astral). La personne à côté de moi, pendant l'ayahuasca, parle beaucoup et me donne des tapes sur le bras et les cuisses.

À un moment, je suis détendue et la première tape m'a fait sursauter et surtout reprendre conscience. Plus tard, c'est Pierre, avec son cri qui m'a choquée (comme si un esprit s'était emparé de lui). Cela m'a fait revenir également. Ensuite je ne suis plus repartie.

Vécu de la deuxième session

J'ai changé de place et c'est beaucoup mieux. Plus personne ne parle à côté de moi. L'ayahuasca est revenue dans mon estomac comme la première fois. Puis j'ai vomi. José est alors venu me demander si j'allais bien. Je lui dis que non, que j'ai mal à l'estomac. Alors il chante, tapote son chakapa sur moi, puis il fait une aspiration avec le camphor sur mon estomac. À la fin, il souffle du camphor sur mon estomac. Je n'ai plus mal.

Un instant après j'ai roté plusieurs fois, puis vomi. En même temps que je vomis, José me masse et me tapote le dos. Je me suis rendu compte, le lendemain matin, que je me sens mieux que la première fois, j'ai plus d'énergie parce que j'ai vomi la veille.

J'ai aussi vu un tourbillon gris. Je le vois qui tourne. Je l'ai vu du dessus. Il tourne en restant dans la même position. Je n'ai pas eu peur. Je me suis demandé si c'est une vision ou juste une impression.

Puis Chris m'appelle pour venir devant José qui me fait la soplarengé. Ensuite j'ai pu dormir. Cette session a été meilleure que la première.

Vécu de la troisième session

Je prends beaucoup moins de liquide parce que je suis fatiguée. Pas de problème avec l'estomac. J'ai vu des ombres et des couleurs. Comme si je regardais un dessin gris sur lequel il y a des fissures. À propos des ombres, c'est comme si des gens passaient devant moi, je ne vois que leurs têtes. Les gens se croisent comme s'ils se disaient bonjour. C'est comme dans une foule. Tout est de couleur grise. Une fois j'ai vu plein de petits points de couleur qui scintillent.

Il n'y a pas eu de changements particuliers entre les sessions si ce n'est des progrès scolaires dès le début du chamanisme.

Mes souhaits se sont réalisés puisque j'ai eu des visions, mais je n'ai pas eu de réponses à mes questions.

Après cette initiation, je garde une impression très positive. C'est une évolution certaine et un travail de groupe agréable.

Dans ma vie de tous les jours, les gens sont plus gentils. Les notes en classes sont meilleures. Cela m'a aidée dans ma scolarité. La différence est surtout dans le fait que je peux mieux me concentrer maintenant sur les exercices. J'ai l'impression que les profs expliquent mieux le cours qu'avant, du moins je le comprends mieux.

J'ai repris de l'ayahuasca avec Chris uniquement, plusieurs fois après l'initiation de novembre. Lors de l'une de mes dernières sessions, j'ai eu des visions plus nettes qu'auparavant. Par exemple : je me suis vue dans le futur vers l'âge de 22/20 ans, c'était très précis et en couleur.

Pour l'organisation de la prochaine initiation, je souhaite que le chaman (comme José) soit plus sérieux. Il rigolait trop. Pour les plantes, ce n'est pas lui mais Adrien qui expliquait, alors que ça aurait dû être lui. En cercle restreint, José, Chris, moi... c'est-à-dire en famille, José parlait trop des filles, même lorsqu'il préparait les chants sacrés avec Chris.

J'aurais voulu faire la diète d'isolement en forêt pour être un peu seule, pour rester sans rien faire, au calme, dans le silence (important).

PASCAL

Je m'intéressais au domaine spirituel déjà avant l'initiation en pratiquant la méditation transcendante depuis deux ans et le yoga depuis dix ans.

J'ai vécu auparavant deux autres expériences spirituelles, mais je ne me souviens plus du nom de l'organisation, ni de la personne, ni de la particularité du sujet que nous avons traité toujours dans le domaine spirituel.

Je m'intéresse au chamanisme depuis environ un an. Ce domaine spirituel s'est présenté à moi à travers les entretiens psychologiques effectués avec Chris qui m'en parla et l'utilisa dans son travail de psychologue avec moi. Ce qui m'a plu c'est ce travail de prise de conscience directe avec un « animal de pouvoir ». Pour moi c'est un travail plus rapide, dynamique et réel. Je pense avoir tout ce qu'il faut en moi, mais je ne peux pas encore les utiliser, le chamanisme est une aide dans ce sens.

Ma motivation de participation à cette première initiation est que j'avais réservé et payé ma place avec un désir profond d'avoir une élévation spirituelle.

Mes souhaits étaient de trouver une activité professionnelle qui sied à ma personnalité. Autres souhaits : élévation spirituelle et rencontrer la femme avec qui je vais partager ma vie.

Vécu de la première session

Deux forces opposées ont pris possession de moi-même, l'une après l'autre. D'abord un vampire, puis le cyclope. Deux énergies : l'une positive et l'autre négative. Le vampire me suce et le cyclope me donne la force par l'énergie. J'ai fait appel à ma force intérieure pour me libérer de cette oppression d'où un cri est sorti de ma bouche. Maestro avec sa flûte a chanté et j'ai exécuté la danse

du serpent par des mouvements amples, souples et calmes. Les mouvements effectués ainsi et de façon très naturelle, m'ont calmé.

Je pense avoir eu une montée de kundalini. Cela a créé une libération d'énergie. À ce moment je me suis senti plus léger, plus souple. Mes ressentis sont : vibrations et lâcher-prise, harmonie avec la musique de la flûte des Andes de Maestro.

Une pensée dit qu'une personne doit m'aider et c'est celle assise à côté de moi qui est présente dans mon esprit à ce moment-là. Lorsqu'on m'a expliqué que je devais d'abord vivre les pieds sur terre pour pouvoir m'élever de plus en plus haut, je me suis rendu compte que c'est à cette même personne que je pouvais demander de l'aide pour continuer ma route.

Après avoir exécuté la danse du serpent, je me replace, le dos contre le mur. Une énergie-chaueur est montée en moi. C'est là que j'ai ressenti dans mon rayonnement, une amie (la participante à côté de moi). C'est comme si on était lié par une énergie. Maestro, arrivé à cet instant, a utilisé son chakapa qu'il mit en mouvement juste sur nos deux têtes.

Cette première séance fut une vraie expérience.

Vécu de la deuxième session

Après avoir bu la plante de l'amour, dans les dix minutes qui ont suivi, une boule d'énergie noire m'attaque, mais Maestro d'un mouvement rapide a pu l'intercepter et j'ai senti au niveau de ma gorge une raideur. Dans cette séance je n'ai pas eu de vision, mais j'ai ressenti des choses très positives. Durant 90 % du temps de cette nuit-là, j'ai gardé les yeux ouverts et j'ai accompagné Maestro en faisant des mouvements. J'ai senti sur mes deux bras des poils noirs d'animaux qui poussent. Avec chaque main j'enlève sur l'autre bras, dans un mouvement précis et conscient, sans crainte, ces poils qui me gênent.

On nous a placés différemment pour cette deuxième session. Je suis assis entre d'autres personnes. Tout à coup j'entends en pensée José qui dit : « C'est qui ? » Cette question veut dire : « Quelle est la femme que tu as choisie ? » Tout de suite j'ai pensé à la personne à côté de laquelle j'étais assis durant la première session, mais je ne voulais rien prendre c'est à lui de choisir d'abord. Toujours par pensées, il me demande effectivement laquelle des filles je voulais (sans que cela ne soit péjoratif), je nomme la femme dont je parle ci-dessus. Puis je lui dis encore : « Elle est à moi mais je te l'offre ». Maestro me dit alors : « Ne regarde pas cette femme, mais tourne-toi vers Dieu ».

Mes mains se mettent automatiquement en mouvements de rotation comme si je saisisais quelque chose, une énergie, que je dépose dans le seau. Ensuite des énergies identiques se sont placées près de mon cou et tout d'un coup, j'ai senti qu'il y avait une corde autour de celui-ci. Alors je l'ai enlevée. J'ai voulu la jeter par la fenêtre très faiblement ouverte. Craignant que la corde ne puisse pas passer à travers, j'ai préféré l'enterrer devant moi grâce aux gestes fictifs que je fais.

Je pense que j'observe, par mes mouvements, les énergies négatives de chacun présent et que je mets dans un seau pour ne pas les laisser traîner. Pour les plus dures, je fais un trou devant moi dans le sol (mentalement et à l'aide de mouvements fictifs avec les mains) pour les enterrer.

Je suis en communion avec José durant toute la soirée. Lorsque José, près de moi, à côté d'Aline, repart vers sa place en s'arrêtant auprès de chacun sur son passage, je remarque qu'il ne s'arrête pas auprès de deux jeunes femmes dont celle citée plus haut. Mentalement, par transmission de pensée, je lui demande pourquoi. Il me répond : « Ce sont tes femmes, démerde-toi. »

J'ai imploré la force divine pour aider à la guérison d'une des participantes en levant mes bras et ouvrant mes deux paumes de main vers le ciel, alors que José bute sur quelque chose, sûrement

une force négative. Ensuite, lorsque j'ai ressenti une sorte de pouvoir qui m'est transmis, José a terminé son chant et son travail pour passer à autre chose. Je crois que je l'ai aidé. Après cela, José est venu vers moi, s'agenouiller devant moi en baissant la tête. Il mit sa main droite sur mon épaule, alors j'ai mis la mienne sur sa tête pour le bénir.

Lorsque nous sommes installés pour vivre la diète d'isolement, le premier jour, je suis allongé, en état de relaxation et donc les yeux fermés : je vois, comme une vision, une colombe qui se pose sur le point le plus haut d'un arbre. Elle supervise notre bivouac.

Vécu de la troisième session

Avant de commencer la séance, j'ai décidé de me protéger avec mes animaux de pouvoir placés aux différents centres d'énergie (les 7 chakras). Je veux faire un travail intérieur, calme. J'ai décidé de connaître quel est mon savoir et où j'allais.

Je vois beaucoup de couleurs multicolores aux formes géométriques plus particulièrement des losanges, et me demande : « que puis-je faire avec ces couleurs ? Quel est mon travail ? De quelle façon puis-je être utile dans la société ? » Puis je me suis vu habillé en égyptien ainsi que la participante dont je parle plus haut, vêtue d'une coiffe égyptienne. Elle est représentée comme une déesse égyptienne. Je l'ai reconnue par ses yeux bleu clair qui sont entourés d'un masque. Je suis torse nu, comme un guerrier.

Pourquoi cette pensée et vision égyptienne alors que je suis catholique de naissance et pratiquant hindouiste ?

Vécu de la quatrième session

Séance nouvelle sous protection des animaux de pouvoir. J'ai vu des couleurs. À un moment donné, je ne ressens plus mon corps physique mais juste un « fil » de respiration. Ensuite mon rythme cardiaque s'est accéléré (rapide et fort). Des couleurs de plus en

plus puissantes se présentent à moi et une image s'est incrustée en moi : la queue ouverte d'un paon. Je suis resté calme et conscient. Puis je suis parti dans un rêve : j'ai la sensation d'embrasser très fortement une femme. À mon réveil, mes testicules sont devenus plus puissants. Ensuite, j'ai vécu un combat avec mon père à qui j'ai demandé avec calme de me laisser passer pour que je puisse continuer mon chemin. Un autre combat avec une femme (que je connais dans ma vie habituelle et qui a un certain pouvoir surnaturel) qui me demande de vomir le liquide de l'ayahuasca parce que ce n'est pas de mon monde. J'ai lutté et ai réussi à contenir l'ayahuasca. Je me sens vainqueur.

À un autre moment, une énergie très claire, située sur les sourcils toujours de la même participante citée ci-dessus, est venue vers moi se placer sur mon front.

Entre les différentes sessions, chaque matin, je faisais des séances respiratoires qui me préparaient pour la prochaine session. Durant ces exercices respiratoires, je sentais une montée d'énergie partant du bas du dos montant vers le haut (exercice respiratoire basé sur des expirs rapides : kapalabati).

Je pense que je possède une meilleure compréhension de moi-même.

Pour parler de la réalisation de mes souhaits, je pense que c'est un peu trop tôt. Je me suis d'abord posé ces questions : comment dois-je utiliser les vécus sous l'ayahuasca ? Que dois-je faire des couleurs que j'ai vues ?

J'ai trouvé quelques réponses à mes questions : un travail sur moi-même me permettrait de m'ouvrir et de m'épanouir. Un travail sur mes chakras. Par exemple, je suis parti du chakra du cœur et voulais descendre vers le sexe mais je n'ai pas pu. Alors je reprends l'autre sens pour aller vers le chakra de la gorge, puis entre les sourcils et le front et c'est à ce moment-là que le chakra

du sexe s'est ouvert. Alors que je pensais avoir une extinction du chakra du sexe (pas de relations depuis environ deux ans). Je pense que ce chakra est devenu plus puissant.

Je veux continuer ce travail de purification pour développer l'Amour Universel. Je ne dois pas non plus rester dans la solitude. Je dois prendre conscience que j'existe, ne plus être intimidé, ni me rabaisser, si je veux exercer mes talents.

Trois mois après l'initiation, j'ai trouvé une école rosicrucienne, une école mystique créée par un pharaon égyptien (rapport avec mes visions) qui parle du mysticisme. D'autre part, un professeur de chant m'enseigne pour développer mes capacités vocales (puisque ma voix peut me le permettre). J'ai trouvé là une possibilité de développement importante pour moi.

D'emblée, mes impressions générales de l'initiation ont été d'accepter cette plante avec amour pour qu'elle m'apporte des résultats meilleurs et vrais, pour qu'elle puisse développer en moi cet Amour Universel que j'ai toujours cherché. L'Ayahuasca est une plante très forte. Le chaman qui l'utilise pour le développement de sa personnalité doit posséder des acquis et une expérience, sinon c'est la catastrophe.

La vie de tous les jours est une lutte. La vie ne sera plus une lutte quand elle fera partie de mon bien-être. Pas de changement particulier si ce n'est d'avoir trouvé des amis auxquels je peux parler. Aujourd'hui je me pose une question : qui suis-je en réalité au-delà de l'ayahuasca ? Je recherche plus intensément mon chemin spirituel. Je fais un travail que je n'aimais pas auparavant, mais que j'apprécie maintenant : chauffeur-livreur avec mon camion.

J'aurais aimé avoir un entretien avec José et Chris après l'initiation pour parler du vécu initiatique (de la même façon que chacun est allé les voir pour les souhaits, avant l'initiation) sans pour cela être obligé de prendre un rendez-vous spécial, pour qu'ils disent ce qu'ils ont vu (l'aura de quelle couleur, à quel moment, le comportement, etc.).

LILI

Je m'intéresse au spirituel depuis très jeune, depuis tout le temps. Maman est prof de yoga. Le catéchisme à l'école m'intéressait déjà. J'ai effectué plusieurs séminaires dans le domaine spirituel : rebirth dans le cadre d'une recherche personnelle et non thérapeutique. Je fais du théâtre mais j'ai toujours recherché autre chose que le théâtre même. J'ai participé à d'autres séminaires de méditation et état d'éveil. J'ai commencé le chamanisme en mai 1993 par la marche sur le feu avec le chaman Jabran. Dans la même année, j'ai fait un séminaire sur les trances pour connaître les différents états de trances qui permettent d'avoir accès au divin (c'était très puissant mais au début je bloquais). Je pratique le yoga.

En 1994, j'ai fait deux autres séminaires dans ce domaine spirituel. En juillet, un séminaire sur la Derdéba (environ 5 jours) avec les Gnawas (ils enseignent qu'avec la spiritualité on peut tout faire, s'amuser, rigoler, etc.). Ce séminaire ne me convenait pas vraiment parce que j'étais dans quelque chose de contraire à la méditation, la réflexion. Un séminaire sur le chamanisme bolivien avec des danses, des chants, des méditations pour le soleil. Très particulier. Ils étaient quatre personnes dont deux filles pour nous encadrer, en septembre 1994, durant deux jours. En octobre le séminaire d'isolement dans le Sahara (aussi pendant 5 ou 7 jours).

Ce qui m'a intéressée en premier lieu dans le chamanisme c'est la danse, le tambour et les descentes même si je ne connais pas encore mes animaux spirituels, mais cela me permet de faire, entre autres, une relaxation profonde.

La première fois que j'ai fait du chamanisme, c'était pour faire le deuil de mon métier de théâtre et parce que je n'étais pas bien dans ma peau à ce moment-là. J'y ai participé un peu comme une autre forme de spiritualité en me disant que cela m'apporterait de toute façon quelque chose. Je n'étais pas spécialement attirée parce qu'il s'agissait d'une marche sur le feu et parce que c'était

du chamanisme, bien que je connaissais l'activité à laquelle j'allais participer. Par contre maman y participait parce que c'était chamanique.

Le chamanisme ne m'intéressait pas forcément, mais je considère cela comme une voie spirituelle parmi d'autres et c'est pour cela que je souhaitais la connaître. J'ai commencé à m'y intéresser après avoir fait la marche sur le feu. Depuis l'initiation au chamanisme péruvien avec José, je m'y intéresse plus et ai acheté un livre pour le connaître mieux.

C'est d'abord par opportunité que j'ai participé à l'initiation avec José, puisque je suis simplement venue en vacances dans la région et j'ai contacté Chris que je connaissais des différents séminaires chamaniques précédents. C'est alors qu'il m'a parlé de l'initiation qui démarrait dans les semaines à venir. Il m'a invitée à y participer. C'est l'opportunité et je dirais aussi le hasard. J'aime bien le hasard (le hasard c'est la Loi qui voyage incognito).

Je n'avais aucun souhait pour cette initiation. Lors de l'entretien avec Chris et José, je ne savais pas quoi demander puisque lorsqu'on demande quelque chose, en général on ne l'a pas, alors j'ai préféré ne rien demander. Si je reçois quelque chose, c'est bien, si je ne reçois rien, c'est bien aussi puisque rien c'est déjà quelque chose.

José m'a dit « la Lumière ». C'est vrai que je travaille déjà avec la Lumière.

Vécu de la première session

D'abord extrêmement tranquille et je me suis dit « bon tant pis », je vais prendre cela comme un test. D'habitude, durant les séminaires, il ne se passe pas grand-chose pour moi : je suis toujours bloquée, je reste dans mon coin. Donc je n'ai pratiquement pas de vision.

Je garde la position en tailleur avec les mains ouvertes sur les genoux (comme pour le yoga).

Une vision : un serpent autour de mon cou et qui me regarde. Comme nous l'a conseillé Chris, il ne faut pas agresser les animaux ou autres visions qui nous paraissent bizarres et nous effraient peut-être aussi. En fait, ce serpent ne me fait pas peur et en lui demandant gentiment, il est parti.

J'ai vu le chiffre 9 et aussi trois petites vagues vertes. J'ai vu des yeux également. Les visions étaient spontanées et il n'y a rien à développer.

Sur le plan physique. D'abord je ne veux pas vomir, absolument pas. Je parle à la plante en lui disant que je l'aime, que je souhaite qu'elle reste avec moi, si elle le veut bien ! J'ai senti une grande chaleur dans tout mon corps et une transpiration de partout. Je sens que physiquement c'est difficile de tenir. Je suis peut-être un peu tendue, je ne sais pas mais en tous les cas la plante sort par les pores. J'ai la tête qui tourne à cause des chants de José. C'est-à-dire, j'accompagne, je danse dans ma tête et en même temps dès qu'il s'arrête de chanter, je me retrouve avec moi-même et il faut que je contrôle mieux les différentes sensations alors que lorsqu'il chante je raccroche.

C'est dur physiquement parce que le corps souffre. Je ne me serais pas écroulée, mais c'est comme une tension, quelque chose de raide en moi qui est difficile et me fait transpirer. Avec les chants je supporte ce poids physique qui n'est pas non plus vraiment une douleur.

Je suis déçue de ne pas avoir eu de visions mais l'accepte aussi comme tel. Je me satisfais du fait de ne pas avoir vomi.

Vécu de la deuxième session

C'est la plus dure. Étant donné que je n'ai rien eu à la première, je ne m'attends à rien durant la deuxième session. Toujours dans la même position de yoga, mais cette fois-ci, on a changé de place. Je suis contre le mur et puis d'un coup, je n'ai même pas senti une

évolution, je suis partie tout d'un coup. Cette session a été plus intense : tout est plus fort, plus rapproché.

J'ai eu plein de visions et mon corps physique je l'ai oublié. Le corps est très présent, mais en même temps je ne suis que dans mes visions. J'ai oublié mon corps, mais en même temps il s'agit de lui. La première vision que j'ai eue, c'est celui de mon visage qui se déforme.

La deuxième session, je la ressens plutôt comme un nettoyage du corps émotionnel contrairement à la première qui était plus physique. Au sujet du visage qui se déforme, j'ai par exemple les yeux qui sortent de leur orbite et s'y remettent, des dents qui se détachent et se remettent ou ne se remettent d'ailleurs pas ! En fait je ne me rappelle pas les avoir vus se remettre...

Ensuite elle est descendue (la plante) au niveau du plexus solaire. Toute l'énergie que j'ai, s'est condensée à ce niveau-là. Je me suis demandé à ce moment-là : « mais qu'est-ce que c'est, je suis moi ou je suis dans le mur, ou je suis le mur même ?.. qu'est-ce qui se passe ! ? » Je me sens très reliée avec ce mur. À ce moment-là je suis rentrée dans un tunnel où il y a des choses agréables comme des petits bonhommes roses et verts, ils sont drôles. C'est drôle, je me suis dit qu'est-ce que c'est que ces conneries, c'est des bandes dessinées. Ça ne veut rien dire pour moi. Tout comme les monstres. Ce ne sont pas des monstres qui font peur, mais plutôt comme des parasites ou des choses comme ça qui viennent... Ils sont tous de couleurs très vives et collés sur les parois du tunnel alors que moi j'avance. Ça m'agresse, mais en même temps je reste calme, très calme.

Tout à coup une main s'interpose dans ce tunnel où est marqué « stop ». Du coup je remonte brutalement dans ma conscience et c'est à ce moment-là, en remontant brutalement que je me suis sentie agressée de l'extérieur. Dans la salle où je me suis tout à coup retrouvée, je me suis sentie agressée toujours par des visions, mais cette fois-ci j'ai les yeux ouverts. Je pense que ces visions

négatives représentent ma propre peur. Je vois des choses bizarres sur les gens mêmes et dehors aussi.

Je regarde aussi quelque chose qui est très important : le sphynx. Parce que dans la salle il y a un paravent sur lequel est posé un foulard qui représente en fin de compte sous l'ayahuasca, le sphynx. Il est posé de telle façon qu'il dessine la forme du sphynx de profil. Pour moi, c'est lui qui a veillé sur la session, c'est le maître de la session.

Et puis j'ai eu peur de ne plus pouvoir me contrôler. Je suis sortie du cercle qu'on forme dans la salle. Je me suis dit que j'allais taper sur tout le monde parce que ça ne va pas. Alors j'appelle le Maestro, mais je le vois en train de faire des soins à différentes personnes. Je regarde Chris qui est dans ses visions, ses pensées. Je ne sais plus quoi faire puisque Maestro est occupé et Chris aussi. Je sens que je ne vais pas pouvoir supporter, contrôler. Alors j'appelle à nouveau, mais ils ne m'ont toujours pas entendue et je me dis : « mais ma parole ils sont sourds » !

Tout à coup, une boule d'énergie qui vient vers moi et me dit : « qu'est-ce que tu veux ? » Alors moi aussi je lui dis quelque chose d'un peu dur : « je veux que ça s'arrête ! » et la chose me répond : « fais comme moi ! ». Cela veut dire comme José, parce que je regarde José lorsque j'ai demandé cela donc pour moi c'est lui qui est venu me voir, mais d'une autre façon (sous la forme de la boule d'énergie) pour m'aider.

Ensuite José est passé parce qu'il n'était pas très loin, lorsqu'il est arrivé à moi je lui dis merci et m'excuse un peu, il me répond que c'est tout naturel. L'échange se passe en pensée et il n'y a pas de paroles prononcées à haute voix.

Lorsqu'il fut de retour à sa place, après être passé auprès de chacun de nous en agitant le chakapa, il chante et fait des mouvements avec ses mains : d'abord les deux mains se touchant au-dessus de la tête, ensuite il les ouvre de chaque côté, puis les referme sur son plexus solaire.

J'ai hésité à suivre ses mouvements puisque Chris nous avait dit de ne pas participer au travail de José, pour que chacun fasse son propre travail. Alors j'ai d'abord esquissé quelques mouvements en attendant de voir si on allait me dire quelque chose. Comme on ne m'a dit rien alors j'ai continué et je me suis retrouvée à faire les mêmes gestes que José.

J'étais alors hyper heureuse ! C'est quelque chose qui m'a fait énormément plaisir. Le fait que j'ai pu me relier à lui, qu'il soit là, c'était un peu comme mon dernier recours parce que sans lui je me sentais perdue. En plus de ça, j'ai l'impression d'être un petit lutin qui a trouvé un maître. J'ai un sourire tout le temps, comme illuminé. C'est drôle.

Ensuite José est allé voir des gens dans la salle qui avaient des besoins. On m'a demandé de faire un travail et on m'a dit : « puisque tu travailles avec la Lumière, tu apporteras ta Lumière ». Lorsqu'il lutte pour soigner une personne, j'ai une voix qui dit que là je peux apporter la Lumière. Je suis très tendue, ferme et résolue, les yeux bien ouverts parce que je ne veux pas retourner en arrière mais rester présente dans le groupe. Je ne veux pas retrouver des visions négatives en fermant les yeux. J'ai les mains toujours ouvertes, les paumes vers le ciel et posées sur les genoux.

Au début c'est difficile d'apporter la Lumière, je suis tendue et je dois me relâcher. Ensuite ça va et je vois les rayons de lumière qui sortent de mes mains qui brillent. Je donne la Lumière à la personne qui se trouve avec José.

Ensuite José est venu vers moi pour faire un travail. Je suis fascinée par lui, j'ai les yeux grands ouverts et le regarde vraiment avec fascination. Il fait un chant pour moi avec les soins qui l'accompagnent (soplarengé) et je le regarde toujours aussi intensément. C'est quelque chose que je n'aurais jamais fait naturellement. Que ce soit avec José ou quelqu'un d'autre.

La fascination dont je parle était incroyable. Je lui donne mon amour.

Ensuite José passe et s'arrête devant Corinne et la voix me dit : « ça, c'est notre petite fille. Il faut bien veiller sur elle parce qu'elle est fragile ». Puis il passe devant Chris et fait aussi un soin, il me dit (c'est toujours la voix qui me parle) : « Chris est notre maître à tous », et je vois José effectivement assez bas, la tête baissée devant Chris, respectueux.

Ensuite il intervient encore sur d'autres personnes qui ont des problèmes et là encore j'ai fait le même travail avec la Lumière. Puis il est allé soigner Aline. Il est resté d'ailleurs longtemps avec elle. Je me dis : « eh bien elle est mal partie, qu'est-ce qu'elle a, etc. » et puis j'entends encore la voix qui me dit : « ça ne te regarde pas ce qui se passe avec Aline, occupe-toi du groupe ! » Alors, bon ben, je me suis occupée du groupe et de temps en temps j'ai jeté un œil et vu qu'il était toujours avec elle...

Puis c'est la fin de la session et c'est mon tour d'aller devant José pour la soplarengé. Sur place, j'écoute d'abord puis je commence à m'effondrer un peu sur le côté, à dire « oui, moi aussi j'ai besoin d'attention ». La voix me dit alors « tu ne dois pas être jalouse ». Tout à coup je me suis redressée et me suis dit « non, non, pas ça ».

Durant cette deuxième session, j'ai vomi. Mais même après, ça a continué toujours.

Durant la diète d'isolement, j'ai eu de nombreuses pensées pour José puis j'ai fait du rebirth et des méditations. J'ai entendu un chant aussi.

Vécu de la troisième session

Rien, seulement les intestins qui grouillent. Pas du tout de vision. Je me suis dit, ça y est ça recommence, je vais encore être obligée d'attendre la fin sans rien faire, etc.

Je me suis secouée un peu et me suis dit : « bon, écoute Lili fait au moins semblant de dormir et reste clame ; et puis tu verras bien ». C'est négatif. Tant pis.

Chris demande alors si quelqu'un veut reprendre de l'ayahuasca. Je ne suis pas sûre de faire partie des gens à qui il va proposer, mais lorsqu'il me demande, je dis « d'accord je vais en reprendre ». Je suis très contente. Je me dis cette fois-ci c'est une chance. J'en ai donc repris. Alors là j'ai fait des guérisons avec des personnes présentes dans le groupe. La voix me dit que je vais faire des guérisons, mais pas avec tout le monde parce que l'énergie que j'ai ne correspond pas forcément à tous. Ce sera seulement lorsque la plante va m'appeler. Je laisse donc faire la plante et vibre au son du chant et de l'énergie qui va vers la personne. Je ne me souviens plus très bien des gens, mais je me rappelle plutôt des endroits sur le corps où je fais la guérison (comme l'estomac, les blocages, etc.) et la voix me dit qu'en même temps que je fais la guérison, tout ce qui passe dans mon corps va aussi me nettoyer. Chaque fois que je termine une guérison, la personne a un oiseau ou une bête (ce ne sont que des animaux locaux) posé sur l'épaule. Je ne me souviens pas vraiment des gens que j'ai soignés et ne le souhaite pas non plus. J'ai soigné sept personnes. Je me rappelle de Julie (au moins deux fois) et Nicole que je vois avec un enfant tout rouge, qui pleure. Je crois qu'il n'y avait que des femmes dans les guérisons auxquelles j'ai participé.

Après la session j'ai parlé de cet enfant à Chris qui m'a conseillé d'en parler avec Nicole. Celle-ci m'a dit alors que justement elle avait demandé à José de faire un travail pour un enfant malade qui a des convulsions. J'ai dit à Nicole que le mal de l'enfant est sûrement parti en même temps que la guérison effectuée sur elle.

Je ne pense pas que ce soit moi qui aie fait la guérison, je ne sais pas non plus si j'étais un canal, disons plutôt que j'étais là. J'étais extrêmement heureuse. Lorsque la plante m'appelait et me demandait si j'étais fatiguée, je lui répondais que je pouvais encore

soigner. Quand elle m'appelait, je me disais : « chouette ! je vais travailler ! »

J'ai vu aussi une personne du groupe qui était rouge et noire, penchée en avant, mais je ne me souviens pas qui c'était. Elle se trouvait devant José au moment de la soplarengé. D'ailleurs, toutes les guérisons que j'ai faites, c'était à ce moment-là, lorsque chacun passait devant. Tout ça parce que j'avais donc repris une dose d'ayahuasca alors que les autres en étaient déjà à la soplarengé.

J'ai aussi eu le sentiment de travailler à un moment donné avec Adrien au niveau de l'énergie qu'on envoyait ensemble pour les personnes. J'ai eu le sentiment qu'Adrien faisait le même travail que moi. Puis ce fut à mon tour de m'avancer pour la soplarengé. J'ai apprécié le toucher de José alors qu'en général je n'aime pas cela. Mais dans un contexte comme celui-ci, j'ai apprécié. Je suis quelqu'un de tactile.

Cette fois-ci j'ai éliminé la plante en allant aux toilettes.

Vécu de la quatrième session

Déjà ce n'est plus le même groupe : trois personnes se sont rajoutées et certaines, présentes durant les autres sessions, ne sont pas là. D'autre part j'ai changé de place avec Corinne et c'est important parce que Corinne est allée voir les gens pour les guérir et moi je me suis retrouvée avec moi-même cette fois-ci. C'est-à-dire avec toute l'énergie que j'ai et qui est très forte.

J'ai tout mon corps qui tremble, en passant par le long de la colonne vertébrale et le long du mur puisque ma colonne est le long du mur. J'aime bien cela. J'ai l'impression d'être en transe. Je ne contrôle pas cette énergie et en même temps je me dis que c'est de l'énergie sexuelle. Je me suis encore dit que cela ne me guérit pas. J'ai le sentiment que les hommes qui s'occupent de séminaires ont besoin de cette énergie sexuelle à des fins spirituelles. Pour l'énergie masculine, une énergie féminine. C'est pour cela que je

ne sais pas si je travaille vraiment pour moi ou si je donne cette énergie et n'ai alors pas de visions.

Je n'ai pas de malaise, je suis avec moi. Ce ne sont que des visions de couleurs, de choses qui passent mais pas du tout agressives et pas d'images précises donc je ne peux pas m'en souvenir.

Je me rappelle juste de Corinne lorsqu'elle s'est placée devant José et Chris avec son mari. Pourtant j'ai les yeux fermés mais je sais que c'est eux. J'ai vu de l'or partout. Ils sont entourés d'or qui tombe aussi sous forme de poudre. Nous formons alors un petit groupe intime (Corinne, son ami, Chantal, José et Chris) et nous nous partageons la Lumière.

Un moment très intime. À certains moments je suis près des gens et j'entends leurs discussions. J'ai entendu aussi qu'une personne était gravement malade. Cela me paraît indiscret de pouvoir entendre des secrets intimes (il semble que ce soit la même personne que Marina a vue malade également).

Je n'ai pas vomi la plante, j'ai tout gardé.

J'ai eu l'impression d'avoir cédé mes énergies sexuelles à José durant cette quatrième session. Puis à la fin je me suis dit, « je veux la garder pour moi ! » Cela m'a perturbée. Je voudrais avoir un regard clair et je ne peux pas l'avoir parce qu'il m'a troublée. Cela me gêne énormément.

Il n'y a pas eu de changements particuliers entre les sessions et comme je n'avais rien demandé, je n'ai donc pas attendu de réponse.

Ce que j'ai surtout retenu de cette initiation, c'est le fait d'avoir fait des guérisons. Même si j'en avais déjà fait auparavant, j'étais heureuse de pouvoir guérir des gens. Si je pouvais avoir cela pour moi, je serais très heureuse et c'est pour cela que je vais continuer à travailler avec la Lumière. Maintenant je fais plus de prières, notamment le soir. J'ai plus la foi qu'avant.

Le bilan de cette initiation : Une pensée spontanée, après la quatrième session, me traversa l'esprit : « Ah, il me faut encore 5 sessions ». Et tout à coup j'ai réalisé que 4 (déjà effectuées) plus 5 font 9, le chiffre que j'ai vu à la première session.

Les cinq sessions qui manquent sont bien des sessions d'ayahuasca. Mais je sais que la plante c'est pas mon truc. Je peux aller dans des états de conscience modifiée sans être obligée de prendre de l'ayahuasca. D'abord je ne pourrai pas la supporter (trop souvent) à cause du foie, etc. Je trouve que ce serait dommage que je me serve de cela si je peux faire autrement.

Il n'y a pas eu d'autres changements dans ma vie de tous les jours si ce n'est la prière mais ce changement-là a surtout eu lieu après le séminaire de la conférencière sur les chakras.

Au sujet de l'organisation, j'aurais souhaité que chacun respecte mieux la diète. J'ai vu des gens qui fumaient ou mangeaient, etc. J'avoue que je suis trop influençable (c'est mon talon d'Achille).

Durant l'année qui a suivi l'initiation à l'ayahuasca

QUELQUES MOIS PLUS TARD, À L'ÉCOUTE DES PARTICIPANTS

Avec un recul de quelques mois et les différents contacts que j'ai eus avec les participants, j'ai pu constater une évolution certaine et concrète dans la vie de tous les jours pour la plupart d'entre eux. Ci-dessous, je résume ce que chacun m'a dit ou ce que j'ai perçu par ma propre observation.

Je rappelle que tous les noms des personnes citées sont fictifs afin de respecter la vie privée de chacun. Je remercie encore chacun « *cœurdialement* » pour sa participation. Je souhaite avoir retranscrit son vécu le plus justement possible à partir du document qu'il ou elle m'a remis ou, suite à notre conversation, d'après mes notes.

Adrien, le mari de Claire, a connu une transformation en profondeur, comme s'il avait enfin trouvé matière à travailler son psychisme assez puissant dans une voie qui lui convient et à travers laquelle il peut évoluer et faire vivre l'essence en lui. Il est très

ouvert sur les autres et a acquis une compréhension d'autrui plus grande. Il connaissait déjà Julien avant l'initiation, mais maintenant ils ont ajouté à leur relation amicale, des travaux chamaniques pour eux-mêmes et les autres, qu'ils effectuent ensemble et quelquefois à distance.

Aline, la fille de Julien et Caroline, suite à l'initiation, fait maintenant plus de soins dans le domaine de la guérison avec son père et, de ce fait, trouve un meilleur équilibre par une plus grande maîtrise de ses nombreuses énergies.

Brigitte a découvert d'autres domaines, toujours dans le secteur de l'astrologie et de l'angéologie, qu'elle développe avec soin et accompagne d'une peinture astrale lorsqu'on lui demande ce genre de travail.

Cathy, auparavant en proie à sa grande timidité, se sent maintenant beaucoup mieux avec les autres. Dorénavant elle sort, entre autres pour danser (avant elle ne sortait pas du tout). Elle a maintenant une plus grande confiance en elle, notamment en ce qui concerne les guérisons puisque ses patients apprécient encore davantage ses soins chamaniques.

C'est certainement **Claire** qui avait le plus grand handicap de part sa timidité : avant elle n'osait pas sortir toute seule. Puis, au fur et à mesure que je la vois tout au long de l'initiation et ensuite, elle est de plus en plus présente dans le groupe et, d'abord en nombre restreint puis dans le groupe, communique plus facilement. Lorsqu'elle a mis son rouge à lèvres à la séance de groupe, j'ai bien vu qu'elle s'extériorisait de mieux en mieux. C'est certain qu'un changement en profondeur pourra se voir au fil des mois suivants.

Pour **Christina**, l'ayahuasca a répondu à ses interrogations bien plus que ce qu'elle en attendait. Maintenant qu'elle connaît les causes de son désarroi, elle va trouver les solutions pour exister par elle-même et développer sa vraie personnalité. D'ailleurs, sa nouvelle vie a déjà bien commencé. Le plus difficile est peut-être

l'acceptation de son entourage qui la connaissait auparavant avec sa timidité et son intériorisation.

Chantal possédait déjà un don de voyance depuis de nombreuses années, mais elle restait ancrée sur des blocages importants : elle ne buvait aucun liquide à cause d'une grande peur qu'elle n'arrivait pas à surmonter et qui se rattache à une vie antérieure où elle est morte noyée. Ne buvant pas de liquide, elle compensait cela en absorbant des glaces, des soupes épaisses ou des yaourts. Maintenant, après l'initiation, elle boit quelques fois de l'eau, du jus de fruit, du thé et même du vin. Elle a pris conscience de son état psychologique et des étapes qu'elle doit passer pour accéder à un niveau de conscience nettement supérieur. Il y eut un changement de jour en jour pour elle qui, auparavant, était trop dépendante de son entourage. Elle maîtrise et gère mieux sa vie et va s'insérer dans la vie professionnelle après son stage d'informatique (avant elle travaillait dans le commerce de ses parents). Le changement fut flagrant chez elle !

Caroline, maman d'Aline et femme de Julien, a vécu à travers l'initiation peut-être un tournant de sa vie. Une prise de conscience très importante même si elle n'a pas encore réussi à arrêter de fumer, elle a pris conscience de sa propre existence et des potentiels psychiques qu'elle a pour se guérir elle-même, entre autres de sa dépendance à la cigarette, et de se libérer des autres nœuds émotionnels qui ont déjà commencé à se défaire. Il est évident que sa progression va continuer et que d'ici quelques mois, elle sera encore bien différente d'aujourd'hui.

Corinne, malgré ses dons de guérisseuse par la Lumière blanche et l'imposition des mains, s'est rendu compte des blocages qui persistaient jusqu'alors encore en elle, mais qui ont disparu à travers l'évolution des différentes sessions. Maintenant, elle se sent lavée, nettoyée et encore plus apte à aider les autres à guérir. Elle a acquis une plus grande confiance en elle et en la vie. Plus de stress en pensant au lendemain, elle sent mieux ce qu'elle doit faire pour mener à bon port sa vie basée sur le bien-être d'autrui. Grâce à

l'initiation, notamment la quatrième session, elle a pu résoudre les problèmes qui occultaient sa vie de couple et maintenant elle a retrouvé une harmonie dans sa relation avec la personne aimée.

Julien fait des soins de guérison depuis déjà un certain temps. Il est discret, je dirais même mystérieux, mais il est évident que l'initiation lui a permis de progresser dans la voie qu'il suit. Ses nombreux contacts, avec les entités qui existaient autour et dans sa maison, ont certainement évolué et il est davantage en mesure de régler la situation à ce niveau-là ainsi que ceux des autres, entre autres grâce aux travaux de soins chamaniques effectués avec Adrien.

Julie a aussi beaucoup changé : maintenant elle peut éviter les disputes avec son mari en ne répondant pas à ses provocations. Elle sait qu'elle a une force, une confiance en elle, qui lui permettra de résoudre ses problèmes de tous les jours. Elle a à nouveau une grande motivation pour avoir enfin cet enfant tant désiré et je suis persuadée qu'elle y parviendra.

Hugo fut peut-être le participant le moins concerné dans le domaine spirituel mais il a eu des visions et surtout a pris conscience des bénéfices que peut apporter la plante. Il la conseille maintenant à tous ceux qui ont des difficultés à résoudre leur problème.

Lili est repartie dans sa région et je n'ai eu des nouvelles d'elle que par l'intermédiaire de Chris. Aux derniers échos, elle souhaiterait s'occuper de l'organisation de séances chamaniques classiques.

Pour **Marina**, le changement s'est concrétisé également sur le plan matériel en plus du psychique puisqu'elle a trouvé un autre travail à partir du mois de mai. Elle maîtrise mieux ses émotions trop grandes auparavant ainsi que sa propre vie. Une plus grande confiance en elle et plus de gaieté tous les jours.

Diane a certainement connu une progression par rapport à l'ayahuasca mais ne la connaissant pas assez bien, je ne pourrais pas donner d'autres informations. Si ce n'est l'enfant à naître avant

la fin de l'année qui a certainement reçu des ondes chamaniques bénéfiques. Que lui et sa mère se portent au mieux et soient heureux. Merci encore d'avoir accepté nos entretiens qui ont même étonné Chris !

Nicole prépare son CAPES comme prévu, avec une grande confiance en elle. Les difficultés de communication qui entravaient sérieusement sa vie auparavant, se sont estompées pour laisser place à une ouverture envers les autres. Le tourbillon négatif qu'elle subissait ces dernières années n'existe plus. Elle est consciente que ce que nous vivons c'est nous-mêmes qui l'avons enclenché.

La jeune sage-femme, **Nadine**, va encore travailler quelques mois au sein de l'hôpital avant de s'inscrire en profession libérale. Grande timide au départ, elle a aussi acquis une importante confiance en elle et se sent tout à fait prête pour ce changement de situation malgré sa jeune expérience professionnelle.

Aude, la plus jeune des participantes, a une chance inestimable de pouvoir évoluer en compagnie de Chris qui l'aide dans sa progression. Aude se prépare à faire des études pour devenir psychologue... et mannequin.

Pascal, qui cherche sa voie vers la sagesse, a pu découvrir l'un de ses atouts suite à l'initiation, puisqu'il prend des cours pour développer le son de sa voix grave, auprès d'un ordre basé sur les croyances égyptiennes.

Pour **moi-même**, le changement s'est effectué par la volonté de reprendre mes études se concrétisant par un stage de perfectionnement à temps complet qui durera toute l'année 1996. Ceci n'est pas un but mais déjà un test pour vérifier si effectivement je suis en mesure de me réadapter à cette concentration presque permanente et un certain repli sur soi. A priori tout se passe très bien. D'autres idées et projets prennent forme dans mon esprit pour préparer l'étape suivante qui sera certainement plus dynamique !

ET PUIS, ENCORE UN PEU PLUS TARD

Chacun de nous fut préparé psychologiquement et physiquement, le mieux possible, je crois, à vivre une telle expérience afin d'en retirer tous les bénéfices auxquels nous avons droits. Et cela, nous le devons bien à Chris (et à nous-mêmes).

Chris a aussi des défauts comme nous tous sur terre, mais il possède des qualités que je lui souhaite de conserver et de développer. À travers mes différents entretiens avec les participants, j'ai pu constater les relations altruistes qu'il établit avec ses patients tout en nous mettant face à nous-mêmes relativement rapidement, pour que chacun prenne conscience de son potentiel à trouver les réponses en soi. Le chamanisme qu'il utilise en psychothérapie, si le patient en accepte la forme, est une excellente méthode pour ce travail psychologique qui rend le patient acteur de sa propre guérison. Bien sûr, l'ayahuasca encore plus, puisque la plante nous enlève d'abord tous les voiles de notre ego pour ensuite voir plus clair au fond de nous ainsi qu'à l'extérieur de nous-mêmes. Il n'y a pas de manipulation de la part de la plante et cela n'est pas non plus possible de la part du chaman semble-t-il, car dans cette dimension le participant garde conscience de lui-même et grâce à sa propre volonté, il peut s'élever et surtout voir le travail de nettoyage de la plante car c'est elle qui nous domine, si on l'accepte, de sa profonde bienveillance.

Quelques semaines après l'initiation, Chris a pris contact avec le syndicat des psychologues dont il fait partie pour les informer de ses activités chamaniques. Ceux-ci acceptèrent sa progression et furent également intéressés à découvrir cette forme d'évolution. Cette expérience d'encadrement du groupe que nous avons formé, fut également une grande expérience pour lui.

De mon côté, c'était la première fois que j'avais eu d'abord des séances individuelles avec un psychologue et aussi la première fois que je m'intégrais dans un groupe pour un travail psy ou spirituel.

Jusqu'alors j'avais du mal à concevoir l'aide d'un psychologue. N'étant pas encore assez affûtée de mon sens intuitif, cela m'a sûrement empêchée de percevoir les messages de mes animaux spirituels lors des descentes chamaniques. Un sophrologue, adepte d'un autre domaine spirituel, que je vois quelques fois depuis près d'un an et avec lequel j'ai de longs entretiens parlés avant de faire une « descente » (pas chamanique), m'a expliqué que cette méfiance représente un atout nécessaire dans ma progression spirituelle. Il a appelé ça « le doute objectif » qui consiste à faire une analyse personnelle après toute écoute.

La relation entre l'argent et les chamans est variable suivant les régions et l'ampleur des soins prodigués. Les attributions peuvent se faire en nourriture ou en produits de type traditionnel dans les régions retirées ou ayant un faible pouvoir d'achat. Par contre dans d'autres endroits, comme en Amérique du Nord, le chaman est payé en dollars. L'ensemble de ces chamans, je les appelle « les Anciens » même s'il y a aussi des jeunes parmi eux.

Cette forme de spiritualité, le chamanisme, s'est développée par une catégorie de nouveaux chamans que je nommerais « les Voyageurs ». Ces hommes et ces femmes chamans ont été initiés par les Anciens et vivent dans les pays occidentaux. Ils utilisent les nouvelles formes de communication pour mettre en place leurs conférences, séminaires, thérapies de groupe, etc. en plus des séances individuelles, pour faire connaître et partager leurs connaissances chamaniques ayant toujours pour objectif de soigner autrui dans ses corps physique, mental, émotionnel et spirituel (l'ensemble étant interconnecté).

Lors de notre dernière rencontre de groupe et séance chamanique, vers la fin du premier semestre de 1996, Chris, de retour depuis seulement quelques jours, nous a relaté son dernier voyage au Pérou où il a revu José et aussi rencontré d'autres chamans. Ses expériences furent différentes de celles effectuées

au sein de notre groupe avec José l'an dernier. Pour ces autres chamans, guérisseurs de métier, il n'est pas nécessaire de faire une préparation alimentaire aussi stricte, mais simplement ne pas manger de porc et ne pas faire d'excès dans tous les domaines. Il faut savoir aussi que l'ayahuasca exerce son effet thérapeutique même si la personne n'a pas eu de visions. Il est fort possible que celle-ci ne puisse rien voir pendant deux ou trois séances, mais si cela continue, un questionnement est effectivement nécessaire.

Concernant la diète, je pense qu'il est préférable pour nous Occidentaux qui souvent consommons trop de nourriture et régulièrement de la mauvaise nourriture (trop de viande, trop de produits transformés, etc.), de respecter au mieux la diète. Les chamans guérisseurs de métiers en Amazonie, n'ont pas forcément conscience de la "mal-bouffe" qui s'est largement répandue et est entrée dans les mœurs en Occident.

Chris nous donna d'autres informations que je note ci-dessous. Pendant la prise de l'ayahuasca, le chaman ne porte pas de nom spécifique (comme ce fut le cas avec José qui s'appelait Maestro durant les sessions) et sera nommé comme d'habitude par son prénom ou son nom. Il pourra très bien y avoir un second chaman dans le groupe. Les chants n'ont pas non plus la même teneur que ceux de José. Ils sont plutôt répétitifs et d'un ton monotone mais toujours avec des vibrations dans la voix qui peut elle-même être plus faible. Par contre les objectifs sont identiques : amener chaque participant dans un état de conscience modifiée encore plus important. Les groupes ne comportent pas plus d'une dizaine de personnes. Là, on peut reconnaître l'exploit de José qui a initié une vingtaine de personnes à la fois ! Avec ces autres chamans, il n'y a pas non plus d'obligation à rester assis en groupe durant toute la session : il est possible de sortir tout en restant dans les parages. Chris nous a expliqué que le chaman lui-même est sorti plusieurs fois de la pièce. Leur Ayahuasca, c'est-à-dire leur façon de la préparer, ne fait pas vomir et son goût est plus supportable.

Pendant ces prises d'ayahuasca, le chaman ne se déplace pas auprès des membres du groupe sauf pour la *soplarengé*. Chacun doit faire son propre « travail » personnel.

Je tenais à rajouter ces informations pour montrer qu'une fois de plus, tout est relatif et le récit de ce livre s'applique à une expérience bien précise dans le temps et l'espace.

MON PARCOURS APRÈS L'INITIATION

J'ai terminé l'écriture du livre en mai 1996. Durant les mois qui ont suivi l'initiation, j'étais dans une écoute intérieure pour savoir quel chemin spirituel suivre et mettre en pratique au quotidien. La plante étant encore imprégnée dans mon sang, je faisais des rêves initiatiques la nuit et durant la journée j'étais en contact avec ma petite voix intérieure que j'entendais clairement. Mais je ne voulais pas que mon chemin spirituel soit dépendant de quelque chose d'extérieur. Donc l'ayahuasca est une expérience ponctuelle que je renouvellerai peut-être plus tard, mais pour l'instant j'avais besoin de mettre en pratique pour en quelque sorte extérioriser ou plutôt d'abord ancrer en moi les énergies reçues et vivre dans ma nouvelle personnalité nettoyée.

Lorsque je me visualisais effectuant les rituels chamaniques chaque jour puisque je pensais que le chamanisme serait mon chemin spirituel, je ne me sentais pas à l'aise et trouvais cela trop lourd. Alors je continuais à demander intérieurement vers quoi je devais aller et, à partir de là, chaque fois je recevais la même réponse : « La seule chose qui me reste à faire, c'est méditer ».

Méditer, oui, mais où et comment ? Je n'en savais rien, mais je suis restée à l'écoute et ai participé à des conférences et autres stages relatifs au domaine spirituel. Cela a duré plusieurs mois, mais rien de ce que j'ai vu et entendu ne m'avait accrochée, la présentation de Patanjali à travers les sutras non plus car j'ai trouvé ça trop

intellectuel. Ouvrir les chakras, oui mais s'ils sont ouverts trop tôt, je savais que cela pouvait causer des dégâts dans la personnalité donc je ne voulais pas m'aventurer seule et pas non plus avec n'importe qui dans ce chemin prometteur mais qui nécessite un accompagnement adéquat. Je cherchais quelque chose de plus simple qui passe par l'ouverture du cœur spirituel. Je voulais juste méditer dans un groupe.

Je pratiquais à ce moment-là, et depuis quelques années déjà, l'aïkido plusieurs fois par semaine. À la fin d'un cours, le temps de ranger mon hakama, j'entends le prof parler de méditation avec l'un des pratiquants. Spontanément et même vivement, je leur ai posé des questions et demandé de me donner le contact de la personne qui guide cette méditation.

Quelques jours plus tard, en décembre 1996, après plusieurs méditations individuelles, je méditais dans un groupe et c'est une nouvelle tranche de ma vie qui a commencé dans la pratique du raja yoga ou yoga royal ou yoga du mental. Objectif : réguler le mental en utilisant la méditation sur le cœur comme un excellent outil pour s'ouvrir à d'autres dimensions de vie plus subtiles afin de mieux vivre ma présente vie sur terre.

Dans les premières semaines, j'ai encore hésité entre le chamanisme et le raja yoga. J'ai essayé plusieurs fois, mais je ne pouvais pas choisir de façon rationnelle en vérifiant le pour et le contre de chacun de ces deux chemins spirituels. J'ai alors simplement demandé en moi, quel chemin m'emmènerait le plus loin. Instantanément j'eus la réponse : méditer sur le cœur.

Peu après, j'ai aussi découvert, reconnu, qui étaient les deux grands maîtres rencontrés lors de la deuxième session d'ayahuasca.

En septembre 1996, j'ai commencé mes études universitaires avec comme seul but d'apprendre. Je n'avais pas passé mon bac après une adolescence tourmentée par le divorce de mes parents, puis le choc traumatique suite au décès de mon compagnon au tout début de ma vie d'adulte. J'ai alors choisi de vivre librement

tout en étant plus responsable de mes actes, pour ne pas me sentir enfermée dans un système de société qui ne me convenait pas, ni dépendre de médicaments. Certes je souffrais souvent intérieurement et la nature m'aidait à retrouver un calme intérieur. Ce n'est que suite à ces sessions d'ayahuasca que j'ai réellement trouvé un équilibre émotionnel en moi pour réaliser ce projet d'études universitaires tant souhaité depuis de nombreuses années. Je me suis orientée vers les sciences humaines avec comme option la géographie. J'ai vécu ces années d'études avec un budget vraiment très restreint et une pratique quotidienne de la méditation. Ces nouvelles connaissances calquées sur un fond spirituel, m'ont permis d'approfondir ma conscience de la Nature et de la condition humaine dans l'espace et le temps (puisque nous avions aussi des cours d'histoire). J'ai quitté l'université, difficilement car la recherche m'intéressait beaucoup, avec mon Master, mention très bien (sans passe-droit).

CONCLUSION

Il n'y a aucun doute : l'ayahuasca nous a apporté des connaissances et surtout un profond nettoyage. Elle permet à chacun d'évoluer par rapport à son niveau de perception et de compréhension actuel. Nous n'avons jamais oublié le Respect que nous devons à La Plante qui Enseigne. Nous avons participé à l'initiation en ayant toujours la volonté de progresser sur notre chemin spirituel en sachant que la première étape est bel et bien de se connaître mieux soi-même et de se guérir, puis d'accéder à d'autres plans de conscience de plus en plus élevés.

Comme aide, nous avons tous reçu beaucoup d'Amour. Il est très difficile d'expliquer ce ressenti parce que cette sensation ou sentiment puissant d'Amour Universel n'existe pas dans notre vie terrestre dans cette ampleur.

J'avoue avoir eu des fous rires en corrigeant ce manuscrit resté en stand-by durant une vingtaine d'années. Si vous, lecteur, n'avez pas plongé dans cet espace inconnu, j'espère que vous avez ri autant de fois que moi ! En relisant, je me suis aussi replongée dans ce vécu ô combien ! initiatique et suis restée émue de toute cette richesse que nous avons reçue et qui nous a réellement transformés en êtres davantage humains.

Non, nous ne sommes pas fous, pas plus ou pas moins que la large majorité des individus qui vivent sur terre. Mais, oui, nous avons vécu une expérience hors du temps, hors de l'espace et hors du commun. L'ubiquité qui en résulte est tout aussi vraie. Ces autres plans de conscience sont tout aussi réels (et souvent bien plus !) que celui que nous vivons sur terre.

Résumé biographique de Chris et José

En 1995, j'avais fait entièrement confiance à Chris en tant que psychologue et chaman. Après l'initiation, il a poursuivi ses études en médecine chinoise avec l'acupuncture, et indienne dans l'académie ayurvédique de Puna. Il a obtenu le titre de Vaidya (médecin intuitif ou médecin érudit) et pratique maintenant depuis de nombreuses années dans son cabinet. Il dispense aussi des soins en acupuncture, psychothérapie et sophrologie. Je le remercie encore de nous avoir fait rencontrer José devenu Don José Campos dont j'ai découvert une riche biographie à travers ses différents contacts qui l'ont enrichi dans sa voix de guérisseur.

José Campos est le fils d'un médecin généraliste, mais il a essentiellement grandi auprès de sa mère. Dès la fin de son adolescence, c'est le docteur Carlos Vecco qui le forma et le prit comme bras droit car il trouvait chez José une intelligence naturelle de bon sens ajouté à sa transparence et sa personnalité fiable. José apprit beaucoup sur la médecine durant plusieurs années. Cette période est ponctuée du service militaire qu'il effectue dans le service médical de l'armée. Puis, toujours encadré du médecin pour lequel il est maintenant comme son propre fils, José étudie aussi l'archéologie et la culture du Pérou. Il intègre le

« Conseil de la Science et de la Culture » créé par son médecin protecteur et rencontre alors de nombreux grands archéologues et chercheurs en biologie végétale. Pendant cette période il a rencontré Dona Marta, une curandero bien connue de San Pedro qui lui annonça « vous avez l'esprit d'un curandero et vous en deviendrez un bon. C'est écrit dans votre destin ». Ce fut son premier enseignement comme curandero. Ensuite, José participe au « deuxième congrès international de médecine traditionnelle » en parlant des plantes médicinales à un groupe de scientifiques et d'étudiants venus de part le monde. Dans l'une des conférences, il rencontre le curandero Maestro Don Solon Tello auprès duquel il resta longtemps pour recevoir l'enseignement et les clés du chamanisme à travers l'ayahuasca. José rencontre de plus en plus d'étrangers orientés vers les soins naturels et la recherche dans les plantes médicinales. Ces contacts lui permettent d'initier d'autres personnes (notamment des personnes de haut rang, soucieuses du développement durable de notre planète) aux sessions d'ayahuasca et poursuivre sa propre initiation auprès d'autres chamans experts. Entre-temps, José s'associe à Jacques Mabit pour fonder le centre Takiwasi à Tarapoto. Soutenu par une section de l'Union Européenne, le centre est destiné à aider les toxicomanes à sortir de leur emprise de la drogue. Takiwasi signifie « maison qui chante » car les sessions d'ayahuasca sont soutenues par les icaros, chants chamaniques de guérison. José est le sous-directeur, mais exerce surtout comme curandero et approfondit ses talents ayahuasquero.

Depuis quelques années José a créé son propre centre de retraite spirituelle qu'il nomme Munay qui signifie « aimer » dans la langue ancestrale du quechua, et vit avec sa famille tout en continuant à animer quelques cérémonies d'ayahuasca dans l'année. Il a également publié récemment un premier CD de ses propres icaros accompagnés de musique instrumentale, *El Canto del Tiempo*. Par ailleurs, José a publié un livre à propos de son travail de curandero, *The Shaman & Ayahuasca* (édition Divine

Arts - Géraldine Overton-Wiese, 2011), et un film documentaire, *Living with Spirits* (réalisateur : Michäel Wiese, premier prix du film documentaire au festival du film d'Albuquerque, USA). En juin 2015, un autre livre de Don José Campos et son ami chimiste va paraître. Ils y présentent un inventaire scientifique des plantes médicinales de la forêt amazonienne, résultant de leurs nombreux contacts avec les indigènes utilisant les bénéfices de ces plantes dont certaines ne sont pas encore bien connues des scientifiques occidentaux.

Depuis plusieurs années, José entend la plante sacrée lui dire l'importance et l'urgence de préserver l'ayahuasca. Alors avec respect et discipline, le curandero a développé un projet financé par des donations internationales pour cultiver l'ayahuasca et la chacruna sur un espace réservé pour cela et pouvant contenir 10 000 plants. Aujourd'hui, plus de 2 000 plants ont déjà été plantés dans le cadre du Projet de Préservation de Munay. La plante sacrée lui a aussi transmis le contenu du « Manifeste de l'ayahuasca » destiné à la connaissance mondiale. José l'a retranscrit et publié sur son site web.

Don José Campos dépassant la cinquantaine, est maintenant reconnu au niveau international, notamment dans le milieu scientifique, pour ses nombreuses années au service du bien-être de l'humanité.

Il n'aime pas être nommé par sa particule et préfère qu'on l'appelle simplement José en nous rappelant que c'est la plante qui fait tout le travail. Son mot de la fin est toujours : « Qu'allez-vous faire maintenant de votre vie pour vivre mieux avec vous-même et avec les autres ? ».

L'ayahuasca, aujourd'hui et demain

Les précautions à prendre

L'ayahuasca, expérimentée par des Occidentaux à partir de la seconde moitié du xx^e siècle, connaît depuis le début du xxi^e siècle un engouement certain avec de nouveaux pratiquants. Beaucoup font le voyage jusqu'au Pérou ou le Brésil pour faire cette expérience. Certains l'expérimentent dans leur propre pays dans un groupe chamanique ou religieux. Dans tous les cas, il est nécessaire de prendre des précautions.

Attention aux dérives, puisque de nombreux guides au Pérou proposent des sessions et de nombreux chamans pas assez expérimentés en ayahuasca, en organisent. Cela crée même de graves conflits entre eux, alors si vous avez ce projet, documentez-vous beaucoup auparavant.

Malheureusement, plusieurs personnes sont décédées suite à la prise d'ayahuasca, mais aucun décès n'est lié à la prise d'ayahuasca elle-même. Dans le reportage qui a été diffusé sur RFI, « Le tourisme chamanique au Pérou » (voir le lien dans la bibliographie à la fin du livre), le chaman interviewé explique que l'une des

personnes décédées prenait des médicaments et que l'association avec la plante ne convenait pas ; l'autre personne s'est déplacée pendant la session d'ayahuasca pour aller dans le fleuve. Il rappelle qu'aujourd'hui beaucoup de chamans animent des sessions sans être des experts dans ce domaine chamanique bien spécifique de l'ayahuasca, ou qui ne sont pas aptes à encadrer des personnes vivant au rythme occidental. Il précise encore que les seuls à y être habilités sont les chamans-maestro. Ce reportage audio fait quelques descriptions de l'évolution des lieux d'accueil qui montre que petit à petit cette technique se structure pour accueillir un nombre de participants grandissant.

En Occident, il y a eu d'autres accidents : dans différents pays, des personnes ont pris l'ayahuasca comme une drogue, dans un contexte de fête, donc sans aucune préparation personnelle, ni aucun encadrement chamanique, et l'ont associée à l'alcool et/ou la marijuana. Le résultat est catastrophique pour l'état de santé mentale de l'individu lui-même et peut mettre en danger les personnes de son entourage (dans certains cas il y eut meurtre).

Je reste persuadée que la préparation des participants, régime alimentaire et préparation mentale, est essentielle pour un travail thérapeutique, tout comme la qualité d'être, de présence et d'investissement du chaman qui me paraissent aussi fondamentaux. Je pense qu'il vaut mieux rester assis comme nous l'avait demandé José, plutôt que de se lever et bouger dans l'espace physique (et prendre des risques) en même temps que dans d'autres dimensions.

Par ailleurs, j'ai compris plus tard que le plus important est le nettoyage et non les visions, donc il ne faut pas hésiter à vomir pendant les premières sessions (au lieu de se retenir jusqu'à la fin comme nous l'avons fait parfois). Dans le cadre d'un travail chamanique, cet acte est naturel chez les Péruviens qui privilégient

le nettoyage en profondeur, alors que les Occidentaux perçoivent en général le fait de vomir comme une déchéance, un échec.

Dans le centre Takiwasi, les chamans utilisent l'ayahuasca pour guérir les toxicomanes (cocaïne, alcool, opiacés). Situé près de Tarapoto, il a été fondé en 1992 par un médecin français, Jacques Mabit. Avec un accompagnement psychologique, les participants doivent choisir volontairement cette thérapie qui dure neuf mois, certes exigeante et éprouvante dans leur état de dépendance, mais qui leur garantit un résultat bien meilleur voire la guérison totale la plupart du temps.

Si vous êtes intéressé par cette expérience, retenez et appliquez bien (en vous documentant) ces sept notions nécessaires pour vivre au mieux la session d'ayahuasca :

- se préparer personnellement, physiquement (diète alimentaire) et mentalement (élever son esprit vers des pensées positives), avant, pendant et après la session ;
- être encadré d'un chaman ayahuasquero de préférence maestro ;
- rester assis confortablement pendant la session (allez aux toilettes avant) avec un seau à côté de vous ;
- pas non plus de victimisation : soyez responsable de vous-mêmes ;
- ne pas hésiter à vomir pour favoriser le nettoyage ;
- avoir un grand respect pour la plante ;
- l'ayahuasca ne convient pas à tous.

Résumé de l'expérience Ayahuasca d'un anthropologue

Parmi les scientifiques qui ont expérimenté l'ayahuasca, voici le résumé du vécu de Jérémy Narby, anthropologue canadien. Le magazine *Psychologie* (mars 1996) l'a présenté comme étant un matérialiste convaincu qui partagea une session d'ayahuasca dans la forêt amazonienne. Dans le cadre de ses études de doctorat, il a choisi de faire un stage sur le terrain auprès des chamans Ashanincas pour démontrer que les Indiens savaient utiliser rationnellement les ressources de la forêt. Sa démarche s'inscrivait dans la volonté d'éviter le déboisement (« déguisé en développement », précise-t-il) et de tenter de protéger leurs droits.

Durant son séjour, il accepta l'invitation d'un chaman à boire de l'ayahuasca, en ayant pris conscience des connaissances innombrables qu'avaient les Indiens-chasseurs (« vivant à l'âge de la pierre ») au sujet des plantes, et dont chacun disait que c'était la plante qui les enseignait. Durant cette prise, il vit, entre autres, deux énormes boas fluorescents. Jérémy Narby explique : « Ce que je voyais dans cette transe était plus que des images, c'était la réalité. Une réalité beaucoup plus nette, colorée et puissante que notre monde réel qui – après une telle expérience – m'a paru terne, unidimensionnel. Ce que tout cela voulait dire, je n'en savais rien. Toujours est-il que lorsque les Indiens affirment qu'ils apprennent en buvant de l'ayahuasca, je ne peux plus les contredire parce que j'en ai bu et j'ai appris. C'était le tout début de ma transformation intérieure ».

L'auteur n'a pu parler de son expérience vécue à l'âge de 25 ans, que sept ou huit ans plus tard, tant cela dépassait son entendement et ses références scientifiques. En dehors des acquis qu'il a reçus durant l'expérience de l'ayahuasca, il a pu établir une relation avec la molécule de l'ADN par rapport à ses visions, entre autres sur les boas... Depuis il continue à faire des recherches sur la provenance

des connaissances des Indiens Ashanincas. Il rappelle que « l'ADN est une molécule simple et double, torsadée, plongée dans l'eau, elle est un milliard de fois plus longue que large et contient toutes nos informations génétiques. »

Les visions qu'il a eues correspondaient à celles des biologistes qui visualisent l'élément ADN comme un serpent, torsadé, lumineux au travers de ses différentes couleurs. Il a écrit plusieurs livres sur ses expériences ayahuasca. L'auteur nous rappelle que « le plus important est de comprendre que notre façon de comprendre la vie dépend de notre façon de regarder le monde. »

Dans le monde intellectuel et scientifique occidental, certains chercheurs, notamment dans les sciences humaines, critiquent uniquement négativement l'ayahuasca. Heureusement, d'autres chercheurs ayant fait l'expérience avec une préparation adéquate et encadré par un Maestro ayahuasquéro, ont perçu le grand potentiel de l'ayahuasca.

Les recherches scientifiques sur l'ayahuasca sont effectives. Au stade théorique et expérimental, les résultats scientifiques de l'ayahuasca montrent son efficacité contre la maladie de Parkinson, les pathologies neurodégénératives, les troubles psychiatriques et la dépression.

Mais si le monde pharmaceutique s'approprie et commercialise à grande échelle l'ayahuasca sous forme de cachets ou gélules, les effets de guérison seront-ils les mêmes que durant les sessions accompagnées des chamans-maestro ? José, lui-même, dit que c'est la plante qui fait tout le travail. Parallèlement, sa particule « Don » lui confère une autorité et reconnaissance en la matière. L'association des deux, la plante sacrée et le chaman ayahuasquero, semble alors indispensable puisque la plante est guidée par les icaros (chants sacrés) du chaman. Je parle davantage de cette relation entre la plante et le chaman dans un autre livre à venir.

Comme à toutes les étapes de l'évolution humaine, les nouvelles recherches scientifiques sont d'abord affectées sur des terrains bien particuliers et sur un nombre restreint de situations ou de personnes avant de trouver leur utilité dans les biens communs des populations aujourd'hui mondiales.

Il faudra encore quelques années pour que l'ayahuasca puisse être encadrée pour être utile à l'élévation de la conscience pour une plus large population.

Le mot « ayahuasca » est le nom utilisé par les Indigènes pour désigner la liane. Alors que le breuvage bu par les participants est l'association de la liane, Ayahuasca, et d'une autre plante, la chacruna. L'Ayahuasca nettoie et la chacruna donne les visions. Dans le mode préparatoire, la quantité de chaque plante peut varier en fonction de l'effet souhaité (essentiellement nettoyage avec plus de chacruna ou davantage de visions avec plus d'ayahuasca). À ce couple, certains chamans associent encore d'autres plantes.

Les peuples amérindiens d'Amazonie désignent le résultat de la préparation par un autre nom, quetchua, mais dans le monde occidental c'est le nom Ayahuasca qui est reconnu.

Législation de l'ayahuasca dans différents pays

En France, l'ayahuasca est, depuis 2005, classée dans les psychotropes et donc interdite. Un recours, déposé le 4 juillet 2005 devant le Conseil d'état par les associations pour la « Liberté du Santo Daime » et « La Maison qui chante » (Takiwasi), a demandé « d'annuler, pour excès de pouvoir, l'arrêté du Ministre de la solidarité, de la santé et de la famille ». « Au regard des préoccupations de santé publique », ce recours a été rejeté par le Conseil d'état lors de sa séance du 3 décembre 2007.

Au Brésil, en 2006, l'ayahuasca a été dépénalisée définitivement au titre d'objet de culte. Le 23 novembre 2006, le compte rendu

final du Groupe Multidisciplinaire de Travail (GMT) sur l'ayahuasca a été remis au Ministre de la sécurité institutionnelle, le général Armando Félix et approuvé lors de l'assemblée plénière du CONAD (Conseil National Anti-Drogues de l'État Brésilien) le 6 décembre 2006. L'utilisation de l'ayahuasca a donc été confirmée légale dans un contexte religieux. Le Bulletin Officiel de l'état brésilien est venu préciser depuis que l'usage de l'hallucinogène est légal, pas sa commercialisation, et qu'il est interdit aux fidèles de quitter le lieu du rite tant que les effets hallucinogènes n'auront pas passé. « Cette exigence provient de ce qu'il y a eu des cas de personnes qui, intoxiquées par cette drogue, et hors du milieu religieux, en sont arrivées au suicide » (*El País*, 8 février 2010).

Aux États-Unis, depuis le 21 février 2006, selon une décision de la Cour suprême, l'ayahuasca n'est plus pénalisée dans le cadre strict d'une pratique religieuse ; la Cour a autorisé « l'église Ô Centro Espirita Beneficente Uniao do Vegetal » d'origine brésilienne, qui revendiquait alors 140 membres dans l'Union, notamment au Nouveau-Mexique, à utiliser l'hoasca (ayahuasca) pour ses rituels.

Au Pérou, l'ayahuasca est utilisée légalement dans le cadre de la médecine traditionnelle.

De façon plus générale, dans diverses communautés indigènes amazoniennes, l'ayahuasca est traditionnellement utilisée pour entrer en transe dans un but divinatoire ou comme outil thérapeutique et comme puissant outil de purification lors de rituels de guérison sacrés. Cette boisson semble être consommée depuis 4 000 à 5 000 ans. (Wikipédia)

Les recherches et la communication sur l'ayahuasca s'amplifient

Depuis la fin du ^{xx}e siècle, les recherches s'accroissent. Voici quelques exemples.

25 octobre 2011

Rapport sur le Symposium Européen de Recherche Ayahuasca

« En avril 2011, plus de 300 personnes se sont réunies à l'Université d'Amsterdam pour assister au Symposium Européen de Recherche Ayahuasca, un séminaire d'une demi-journée financé pour une partie par The OPEN Foundation et MAPS. Le Symposium a réuni des chercheurs de toute l'Europe qui, au cours des dernières années, ont étudié l'ayahuasca et le DMT dans les disciplines de l'anthropologie, les neurosciences, la psychologie et les études religieuses. Le lendemain matin, les présentateurs du séminaire ont été rejoints par d'autres savants européens pour un groupe de travail destiné à stimuler la recherche future de l'ayahuasca et des collaborations possibles en Europe. Le groupe de travail a réussi à construire une base de connaissances partagée sur la recherche d'ayahuasca actuelle et du futur, en vue de faciliter les discussions sur la méthodologie et l'obtention des approbations institutionnelles pour la recherche, et à développer des contacts personnels et professionnels entre les chercheurs d'ayahuasca actuellement basés en Europe. Ce rapport court présente quelques-uns des points saillants du groupe de travail. » <http://www.ayahuasca-info.com/fr/news/>

15 février 2012

Vue d'ensemble de l'ayahuasca - littérature scientifique

« En réponse aux allégations formulées dans un communiqué de 2010 avec ICEERS par le Conseil International des Nations Unies

de contrôle des stupéfiants en ce qui concerne les risques pour la santé associés à la consommation de l'ayahuasca, le psychologue et chercheur spécialisé sur l'étude de l'ayahuasca, José-Carlos Bouso, a écrit un document, y compris toutes les données cliniques importantes ainsi que le suivi des essais avec l'ayahuasca, la révision des effets à court, moyen et long terme de l'ayahuasca, qui tous ne prennent pas en charge la déclaration OICS, d'autant plus qu'elle a un réel potentiel thérapeutique. » <http://www.ayahuasca-info.com/fr/news/>

Avril 2013

Discours du docteur Gabor Maté sur l'ayahuasca pour inverser les problèmes médicaux

Alternet a publié la transcription complète du discours du docteur Gabor Maté, intitulé *Psychédéliques et le déverrouillage de l'Inconscient, du cancer à la toxicomanie*, qu'il a prononcé lors de la conférence de la science psychédélique à Oakland en Californie, le 20 avril 2013. Dans son discours, il ne fait pas que critiquer la guerre contre la drogue, l'utilisation croissante de stimulants par les enfants diagnostiqués avec le trouble déficitaire de l'attention, Maté rejette également l'hypothèse que l'esprit et le corps humain sont des entités distinctes et il pointe vers une connexion inhérente entre les expériences psychologiques, écologiques et affections médicales. Un extrait :

« Et je dis tout cela parce qu'en parlant de mon travail avec l'ayahuasca et la guérison potentielle que l'ayahuasca peut induire chez les personnes, nous devons comprendre ce qui est guéri ici. Quel est le fondement sous-jacent de ces conditions ? (...) Et cette culture [occidentale] est faite de plus de produits, plus de relations, plus d'activités, plus de mauvais sens. Mais bien sûr, plus nous le faisons, plus nous devenons dépendants, parce que ces choses ne peuvent jamais être vraiment rassasiantes. Donc, ce vide ne peut jamais être rempli de l'extérieur. Le chemin à travers le vide se fait

par l'intérieur – est de l'intérieur. Et c'est là, dans les expériences spirituelles, et les expériences de guérison, que l'ayahuasca délègue ces pouvoirs. »

Lisez la transcription complète (en anglais) ici : « Renowned Doctor Gabor Mate on Psychedelics and Unlocking the Unconscious, From Cancer to Addiction ».

<http://www.ayahuasca-info.com/fr/news/>

Conférence mondiale sur l'ayahuasca du 25 au 27 septembre 2014 en Espagne

« Dans la dernière décennie, l'intérêt et l'utilisation de l'ayahuasca a augmenté de façon exponentielle. Ce phénomène a activé l'avancement de la recherche scientifique dans ses effets, les risques et le potentiel thérapeutique, ainsi que les défis juridiques, éthiques et de durabilité. La Conférence Mondiale Ayahuasca 2014, organisée par la Fondation ICEERS, vise à être un événement multidisciplinaire qui réunit d'éminents scientifiques, juristes, praticiens, environnementalistes et d'autres experts impliqués dans le domaine de l'ayahuasca, pour faciliter l'échange d'expériences et de connaissances, et la naissance de nouvelles synergies et des collaborations à travers les présentations formelles et des tables rondes, des ateliers et des débats, ainsi que les événements informels de la conférence. Comité consultatif scientifique : Jordi Riba, PhD - Barcelone Bia Labate, PhD - Mexique Rafael Guimarães Dos Santos, Ph.D. - Brasil José Carlos Bouso, PhD – Barcelone »

<http://translate.google.fr/translate?hl=fr&sl=en&u=http://www.aya2014.com/en/&prev=search>

Autres précisions sur les résultats des recherches scientifiques

La composition chimique de la potion a commencé à être connue dès 1957 grâce à Average Hochstein et Paradies. Puis en 1965 en France grâce à Claudine Friedberg et Jacques Poisson. Le premier alcaloïde isolé à partir de la *Banisteriopsis caapi* fut nommé télépathine car des pouvoirs télépathiques sont attribués à l'ayahuasca.

En plus des deux constituants de base, l'ayahuasca-liane (*Banisteriopsis caapi*) et la chacruna (*Psychotria viridis*), il arrive aussi que l'on y mêle d'autres plantes pour en modifier les effets, selon le contexte magique, médical ou religieux dans lequel le breuvage doit être consommé.

Aucun cas de décès à la suite de l'ingestion d'ayahuasca n'a été documenté ou rapporté dans la littérature ethnographique ou médicale. La seule complication aiguë sérieusement documentée et publiée concerne l'interaction entre l'ayahuasca et certains ISRS (inhibiteurs sélectifs de la recapture de la sérotonine), prescrits dans la médecine occidentale comme antidépresseurs. Le risque étant de voir survenir un syndrome sérotoninergique grave, événement rare dont l'issue peut être fatale.

L'ensemble des études pharmacocinétiques et psychologiques conduites par des chercheurs de différents pays et pratiquées sur des sujets humains a conclu que l'ayahuasca ne présentait pas de toxicité, ni aiguë, ni à long terme. L'ayahuasca est de plus reconnue comme non addictive. Dès lors, s'il n'est peut-être pas possible de parler de toxicité de l'ayahuasca à ce jour, il n'est pas non plus possible de passer sous silence l'existence de complications aiguës, de crises descriptibles avec les mots de la psychopathologie. L'état de conscience modifiée qui découle

de la prise d'un produit puissamment hallucinogène peut toucher durablement le psychisme et le « voyage intérieur » évoqué par les consommateurs peut entraîner une dépression sévère.

Les effets varient selon les méthodes de préparation, l'environnement, la quantité ingérée, le nombre et les types d'additifs, le propos de son utilisation et le contrôle cérémoniel exercé par le chaman.

De nombreux témoignages font état d'expérience mystique et de transformation des rapports avec le monde, sentiments forts éloignés d'une confusion mentale à l'égard des personnes, de l'espace ou du temps. C'est pourquoi l'ayahuasca est souvent qualifiée comme enthéogène, adaptogène ou empathogène. (Wikipédia)

Pour ma part, cette expérience a été un tremplin dans ma vie pour mieux me connaître, mieux vivre avec autrui et apporter ma contribution à l'évolution humaine à travers ma vie professionnelle, associative et surtout par les petites choses de la vie quotidienne.

Bibliographie :

livres & liens

Il existe maintenant une grande quantité de livres, de liens et de recherches scientifiques sur l'ayahuasca dont ceux ci-dessous qui m'ont aidé à compléter et à prendre plus d'assurance pour écrire ce livre.

Livres

The Shaman & Ayahuasca, coll. Journeys to sacred realms, Don José Campos, traduit par Alberto Roman, éd. Géraldine Overton, Divine Arts

Anthologie du chamanisme - Vers une conscience élargie de la réalité, S. Nicholson (textes réunis par), éd. du Rocher, 1991

Les Plantes des dieux - Les plantes hallucinogènes, botanique et ethnologie, Albert Hofmann et Richard Schultes, éd. du Léopard, 1993

La Voie des Chamans, Gary Doore, éd. J'ai Lu, 1989

Les Chamans, Danielle Vazeilles, 1991

Les Cartes médecines : découvrir son animal totem, Jamie Sams et David Carson, éd. du Roseau, 2000

Phantastica, Une encyclopédie des drogues, Louis Lewin (toxicologue allemand) éd. Dimeo, 1967, & éd. Cn, 2013

De l'usage du Banisteriopsis chez les Cashinahua du Pérou, in Hallucinogène et Chamanismes, Michael J. Harner, 1997

L'Ayawaska n'est pas un hallucinogène, Patrick Deshayes Directeur du département anthropologie, Université Paris VII

Documentaire

Living with Spirits, réalisateur Michäel Wiese, premier prix du film documentaire au festival du film d'Albuquerque, USA.

Liens

<http://www.eboga.fr/Therapeuein/L-ayahuesca-n-est-pas-un-hallucinogene.pdf>

<http://fr.wikipedia.org/wiki/Ayahuasca>

<http://www.rfi.fr/emission/20141230-perou-tourisme-ayahuasca-amazonie-tradition/>

<http://www.inrees.com/articles/Michael-Harner-Inventeur-chamanisme-moderne/>

<http://www.bialabate.net/news/colloque-«-les-enjeux-scientifiques-de-l'ayahuasca-bilan-des-recherches-passees-perspectives-des-recherches-a-venir-»>

<http://www.ayahuasca-info.com/fr/news/>

<http://www.donjosecampos.com>

Remerciements

C'est grâce aux moments partagés que ce livre est devenu un document d'expériences vécues à travers lequel j'ai beaucoup de plaisir à m'exprimer et à mieux vous connaître. Merci pour la confiance que chacun dans le groupe m'a accordée en dévoilant son vécu. J'espère qu'ils auront aussi trouvé une satisfaction à garder leurs souvenirs par le biais de ces écrits.

Merci à José pour nous avoir offert un vécu plus riche que toute une vie. Lors du premier entretien, il m'a demandé si j'étais journaliste. Après la quatrième session, il m'a dit, avec les quelques mots de français qu'il connaît, que j'avais la capacité d'écrire. Est-ce une intuition ? En tous les cas, merci José de me l'avoir dit, cela m'a aidée à continuer ce récit.

Je remercie aussi Chris pour avoir eu l'idée d'en faire un livre après avoir vu mon premier écrit d'une quarantaine de pages sur mes émotions vécues. Il m'a soutenue pour finaliser ce récit avec les observations des autres participants et m'a apporté des informations complémentaires pour définir le travail du chaman. Je le remercie plus particulièrement pour nous avoir très bien préparés, d'avoir organisé le regroupement en la présence José et accompagnés durant ces sessions chamaniques qui ont grandement participé à l'évolution de notre conscience.

Avant d'être ce que nous sommes, nous étions probablement des habitants plus proches de la nature, que ce soit insectes, animaux, plantes ou pierres. Alors, du fond du cœur, je dédie cette pensée à chacune des personnes présentes lors de cette initiation :

*La nature est la source de tout ce qui existe,
Son langage n'est point inintelligible et variable
Comme celui des hommes et de leurs livres ;*

*Les hommes font des livres,
Mais la nature fait des choses (...),
Tout livre est l'art d'un homme,
Mais la nature est l'art de Dieu.*

Bernardin de Saint Pierre

Je remercie encore tous les Maîtres déjà venus sur Terre et ceux à venir.

Table des matières

Avertissement	4
Préface	6
Introduction	9
Préparation avec Chris	11
Objectifs et déroulement de l'initiation	17
Le chamanisme	23
L'ayahuasca ou la plante sacrée	31
José, notre chaman-curandero	35
Vécu personnel de l'initiation	37
Première session d'ayahuasca	40
Deuxième session d'ayahuasca	58
Troisième session d'ayahuasca.....	78
Quatrième session d'ayahuasca.....	95
Fin de l'initiation.....	104
Conclusion de mon vécu initiatique	108
Expériences vécues par les autres participants	111
Adrien	118
Aline	121
Brigitte.....	122

Cathy.....	124
Claire.....	128
Christina.....	129
Chantal.....	134
Caroline.....	142
Corinne.....	145
Hugo.....	152
Julien.....	154
Julie.....	157
Marina.....	160
Diane.....	164
Nicole.....	170
Nathalie.....	177
Aude.....	181
Pascal.....	185
Lili.....	191
Durant l'année qui a suivi l'initiation à l'ayahuasca.....	203
Quelques mois plus tard, à l'écoute des participants.....	203
Et puis, encore un peu plus tard.....	208
Mon parcours après l'initiation.....	211
Conclusion.....	213
Résumé biographique de Chris et José.....	215
L'ayahuasca, aujourd'hui et demain.....	219
Bibliographie : livres & liens.....	231
Remerciements.....	233

AYAHUASCA

UNE EXPÉRIENCE CHAMANIQUE

Consommé traditionnellement par les chamans des tribus indiennes d'Amazonie pour entrer en transe dans un but divinatoire, le breuvage à base d'ayahuasca est également un outil thérapeutique et de purification lors de rituels de guérison sacrés.

En ce début de XXI^e siècle, les résultats de recherches scientifiques montrent d'ailleurs un avenir certain pour des guérisons psychiques, physiques et spirituelles, grâce à la plante sacrée. C'est pourquoi certaines personnes souhaitent tenter l'expérience et s'initier au chamanisme.

Cet ouvrage, après une présentation de la philosophie chamanique, décrit les sessions d'ayahuasca d'un groupe d'une vingtaine de participants, dont l'auteur, encadrés par un psychologue chaman et un chaman *curandero maestro*. Après avoir raconté son propre vécu, l'auteur révèle celui des autres personnes pendant l'initiation et tout au long de l'année qui a suivi. C'est ainsi que nous en apprenons plus sur les différents effets que l'ayahuasca produit immédiatement et sur le long terme. Si la plupart des personnes de ce groupe ont trouvé cette expérience satisfaisante, il faut garder à l'esprit que la plante sacrée n'est pas destinée à tout le monde car elle peut faire encourir des risques graves pour la santé, risques évoqués par l'auteur en fin d'ouvrage.

Dominique Mary Bertha est titulaire d'un Master en sciences humaines et consacre beaucoup de temps à la spiritualité depuis de nombreuses années. Ses voyages (notamment en Inde dans des ashrams) et ses expériences ont fortifié son approfondissement du yoga et d'autres connaissances favorisant une ouverture de conscience plus subtile.

18 euros

ÉDITIONS GRANCHER - www.grancher.com



Illustration de couverture : © 123RF, © Thinkstock.