

GRAND ENTRETIEN
LAURENT HUGUELIT

LE MESSAGE D'AMOUR de la forêt

Si la forêt amazonienne parlait, qu'aurait-elle à cœur de transmettre ?
Chamane, auteur, enseignant, Laurent Huguelit partage,
dans son ouvrage *Mère*, l'enseignement qu'il a reçu d'elle.
Et en cette période incendiaire, il est temps d'écouter
ce qu'elle a à nous dire...

Propos recueillis par Réjane Éreau et Sébastien Lilli. Photos Olivier Seignette.

En Amazonie, on appelle la forêt la *Madre* – la Mère. Nos cultures l'ont oublié, mais la nature est notre mère à tous. « *Humble, humus, humain, viennent de la même racine : la terre* », rappelle le chamane suisse Laurent Huguelit, également responsable pour la France de la *Foundation for Shamanic Studies*, dans son dernier livre. Qu'avons-nous fait de la relation sensible et sacrée qui nous reliait à la forêt ? Déjà auteur des *Huit circuits de conscience* et coauteur du livre *Le chamane et le psy*, il retranscrit dans *Mère* le ressenti qu'il a eu de la présence de la forêt amazonienne au Pérou et transmet son enseignement. Par ses mots, et grâce aux illustrations signées Angéline Bichon, il partage son regard. Et si là était le sujet : réapprendre à voir ?

Voir le vivant, voir en nous-mêmes, voir à travers les autres... Et retrouver une vision à même de faire émerger une nouvelle conscience et de nouveaux comportements. « *Vibrer en harmonie avec le monde est l'une des clés du sauvetage qui se prépare* », rappelle Laurent Huguelit. Un appel vibrant qui nous invite à revenir au cœur de ce que nous sommes et d'où nous venons.

D'où est venue l'impulsion de votre voyage au Pérou ?

J'y suis allé sans intention particulière, mais a posteriori, j'observe que c'était une façon de boucler une boucle sur mon chemin de vie. J'exerce le ♦♦♦

◆◆◆ chamanisme depuis la fin des années 1990. À cette époque, je travaillais beaucoup avec les plantes. Puis, en raison de ma pratique bouddhiste et d'une recherche de sobriété, le tambour est arrivé comme une évidence. Depuis plus d'une décennie, je me dédie à son usage et à son enseignement, dans le cadre de la *Foundation for Shamanic Studies* fondée par l'anthropologue Michael Harner. En 2015, j'ai été très touché par les attentats perpétrés à Paris et j'ai eu besoin de faire un break ; Angéline, ma compagne, souhaitait retourner au Pérou, où elle avait vécu il y a quelques années. Plusieurs amis m'avaient recommandé le chamane Yann Rivière, si bien que nous nous sommes retrouvés chez lui, accompagnés de Walter Martinez Guimaray, un *maestro* shipibo.



Était-ce votre premier voyage au Pérou ?

Oui, j'y suis allé en parfait débutant. J'ai vécu ma première diète amazonienne, la plus importante de ma vie – et la dernière également ! La forêt m'a expliqué ce c'est justement parce que j'étais un *outsider*, avec ce zeste d'innocence, qu'elle a souhaité travailler avec moi à la rédaction de *Mère*. En fin de séjour, elle m'a très clairement dit, sans négociation, que les plantes d'Amazonie, c'était terminé pour moi – et un ordre de la forêt, ça se respecte... C'est durant cette diète traditionnelle que j'ai « reçu » *Mère*, l'enseignement de la Mère-forêt, sur ce que l'on peut faire pour préserver ce qui est naturel – et donc sacré – sur Terre.

L'esprit de la forêt vous a interpellé dès la première cérémonie...

Rien n'était prémédité. À cette époque, ma pratique chamannique était connectée à des esprits liés au cosmos et aux lois de la physique, plutôt qu'à la Terre-Mère et aux questions de féminité, d'écologie, de respect du vivant. En arrivant au Pérou, je ne m'attendais pas à ce que la forêt amazonienne s'adresse à moi. Je me suis assis dans la *maloca*, les chamanes se sont mis à chanter, et elle m'a parlé. J'ai entendu sa voix très distinctement : elle m'a tout de suite dit que nous allons écrire un livre ensemble, qu'elle avait besoin d'une plume humaine pour se faire entendre. La surprise s'est changée en évidence. Au lendemain des cérémonies, je prenais des notes, je répétais les paroles de la forêt sur un dictaphone. Je sentais que je devais transmettre ses phrases les plus fortes telles qu'elle les avait dites. S'en est suivi un long travail de rédaction, qui a finalement duré trois ans. J'ai vite compris que ce livre n'était pas le mien, mais celui de la forêt : tout cela était bien plus intelligent que le petit *Homo sapiens* Laurent Huguelit !



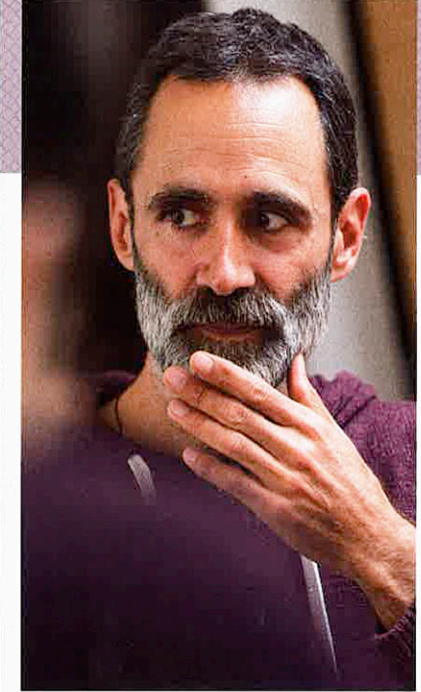
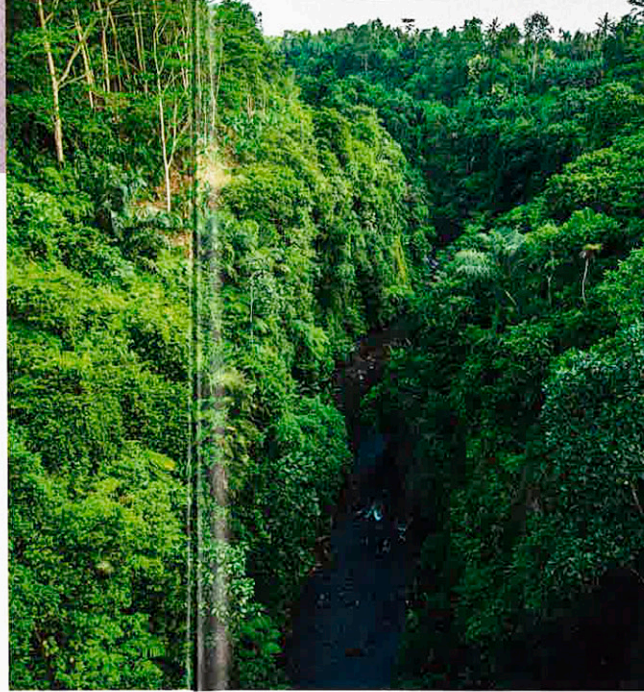
Mère,
l'enseignement
spirituel
de la forêt
amazonienne
Mama Éditions,
2019, 25 €

Comment décririez-vous ce que vous avez perçu et qu'est-ce qu'un « esprit » ?

La forêt souhaite être entendue, toucher le cœur de ses enfants. Son enseignement est universel, pour tout le monde, et elle insiste sur ce point : pas besoin de croire aux esprits, pas besoin d'être dans un questionnement sur la véracité du spirituel, pas besoin d'être féru de traditions. Dans le chamanisme, il y a ce principe fondateur selon lequel tout ce qui nous entoure a une intelligence, une mémoire : les minéraux, les plantes, les animaux... Même les objets. Tout ce qui existe a un esprit, une âme. Quand un chamane contacte un esprit, il se relie à l'essence de cette mémoire, de cette intelligence. Dans le livre, la forêt explique clairement que lorsqu'on parle de monde spirituel, on fait référence à quelque chose qui a sa propre existence. C'est une question de fréquences : les plus denses et les plus condensées forment la matière solide, mais il en existe d'autres, plus subtiles, qui constituent des « mondes » dans lesquels il est possible de voyager et de rencontrer des êtres invisibles tout aussi réels que nous. Dans cette perspective, l'esprit de la forêt est l'un des gardiens de la Terre-Mère ; c'est la réunion de la grande intelligence du vivant, une intelligence qui nous aime, nous éduque et nous protège.

La voix de la forêt amazonienne était-elle différente des autres ?

Oui, de la même manière que les êtres humains sont tous différents, mais tous réunis par une généalogie ancestrale. Les forêts sont sœurs, elles partagent la même famille. Et les forêts primaires sont, littéralement, les mères de toutes les forêts. Quand l'esprit de la forêt amazonienne



“
La forêt souhaite être entendue, toucher le cœur de ses enfants.
”

vient me parler, je sens sa force particulière, son amour, qui est éblouissant. Chaque forêt a sa voix, son chant. Quand je suis dans la forêt de mon enfance, en Suisse, je me connecte aux arbres locaux : les hêtres, les chênes, les pins... À travers eux, je peux contacter toutes les forêts du monde – car tous les arbres sont reliés, comme des antennes relais. Je peux également toucher l'esprit de la Mère-forêt, que je perçois comme une matrice végétale. Certains lieux remarquables, tels que le parc Yasuni en Équateur, ou le parc de Manú au Pérou, sont le refuge de cette matrice. Ce sont des sanctuaires qu'il faut préserver à tout prix. Tant que ces espaces existeront, la Mère de toutes les mères existera.

Dans son message, l'esprit de la forêt a vite installé un sentiment d'urgence...

Nous savons tous qu'une menace pèse sur le vivant, mais nous n'appréhendons pas tout à fait encore avec quelle violence et quel déchainement les forêts et les espèces qu'elles hébergent sont en train de disparaître. À force d'être coupé, exploité, le socle végétal de la biodiversité se trouve menacé. Si l'on ne fait rien, ce sera une catastrophe, car les forêts régulent tout sur Terre, y compris le climat, les pluies, les courants océaniques... J'ai trouvé remarquable que ce soit la forêt amazonienne, première victime de ce massacre, qui s'exprime. Pour une fois, les forces qui œuvrent en silence à la préservation du joyau qu'est la Terre se font entendre.

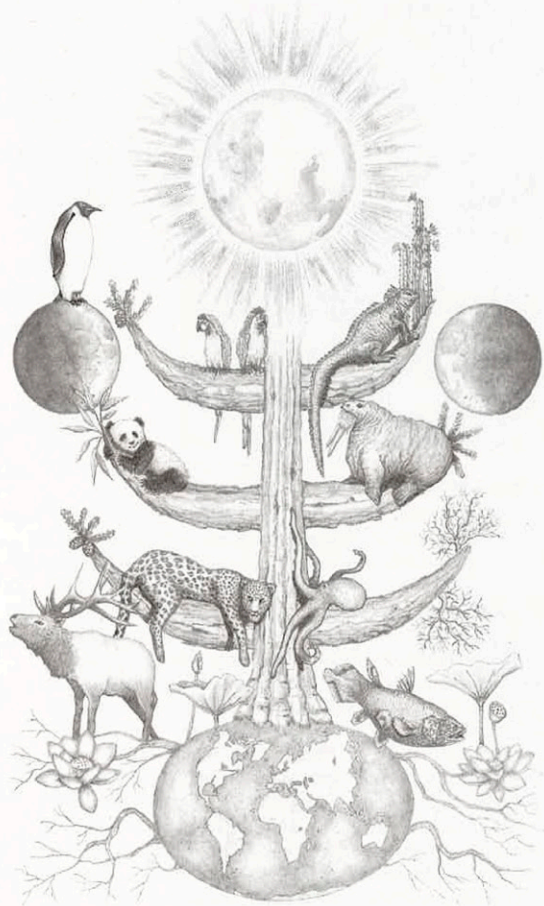
Vous êtes proche de la nature depuis longtemps. Que vous a appris la forêt, que vous ignoriez ?

Que tout se joue dans le cœur. Que le problème et la solution sont posés en un seul mot : le cœur. Que portons-nous dans notre cœur ? En quoi notre cœur nous pousse-t-il à détruire notre mère, la nature, alors qu'il est censé la préserver ? « Nous » en tant qu'espèce, car l'humanité est responsable collectivement de ce qui est en train de se passer. Durant l'une des cérémonies, j'ai vu la Terre entourée d'un brouillard généré par le psychisme humain. Une épaisse brume qui étouffe le vivant. Dans beaucoup de sagesse, on insiste sur l'importance de maîtriser nos pensées, nos paroles et nos actes, de ne pas en faire des exutoires. L'accumulation de négativité n'affecte pas seulement notre bien-être et celui de nos proches : elle étouffe aussi la planète. En prendre conscience, c'est abyssal. La forêt m'a dit : « Il faut absolument que vous exploriez les tréfonds de votre cœur, parce que son contenu vous échappe parfois et peut alors dévier vos bonnes intentions. » Il faut revenir au cœur du problème, c'est-à-dire à notre cœur.

L'humanité n'est pas née le cœur impur. Quand tout s'est-il dévoyé ?

Nous avons petit à petit cessé de respecter ce que la forêt appelle les « pactes sacrés », c'est-à-dire le respect mutuel entre l'homme et la femme, qui est le fondement de toute relation, le respect entre les cultures, qui est le fondement de toute richesse, ainsi que le respect entre l'humain et la nature, qui est le fondement de toute survie. Voilà le problème : le manque de respect. Et pour ce qui est de la solution, c'est très simple : nous devons – et c'est un devoir au sens noble – respecter les femmes, les cultures et le vivant, leur exprimer notre gratitude

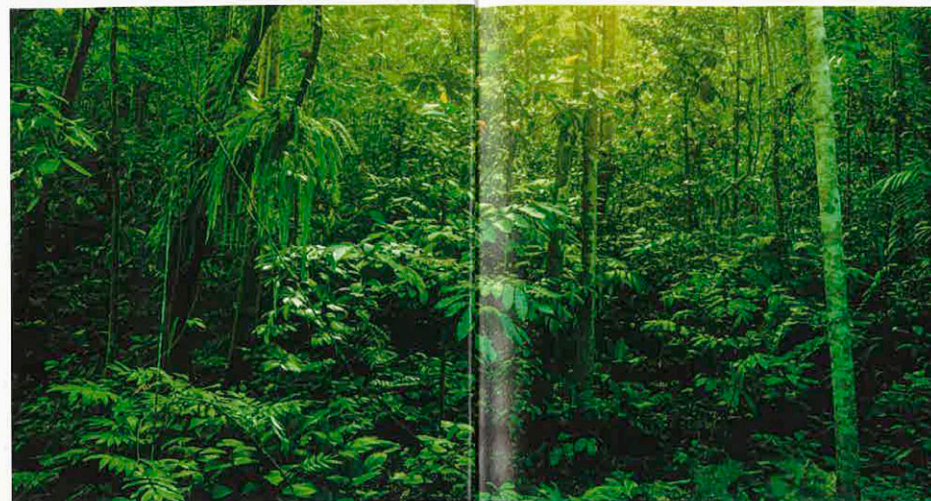




“

La grande réunification
du spirituel et du naturel
se trouve là,
au pied d'un arbre.

”



et honorer leur grandeur, leur sagesse. Et comprendre également qu'il n'y a pas de vie possible sans coopération. De génération en génération, nous nous sommes habitués à être l'espèce et la culture dominante, dans une structure patriarcale qui repose sur la domination. Pourtant, il y a des règles de vie toutes simples, dans ce que je nomme « l'éthique naturelle ». Ces règles ne sont pas faites pour nous contraindre ; bien au contraire, elles nous accompagnent, elles cherchent à nous ennoblir. Comme le *dharma* dans le bouddhisme, elles nous permettent d'accéder à un autre niveau de conscience, de relation et de société.

D'où vient cet enfer : de nos projections personnelles ? De l'inconscient collectif ?

Dans l'invisible, les projections sont une forme d'empoisonnement psychique. Lorsque je suis en colère contre autrui, que je suis jaloux, que j'ai du ressentiment à l'encontre d'un autre « moi », je l'empoisonne, intentionnellement ou non, par mes pensées, paroles et gestes. Par rétroaction, je m'empoisonne également ; et pour que la boucle soit complète, j'empoisonne le champ de conscience collectif, le champ du vivant. Au final, on pourrait dire : « Mes émotions négatives sont en train de couper à blanc la forêt amazonienne. Le réchauffement climatique et l'effondrement de la biodiversité sont les aspects visibles de mes avidités, de mes addictions. » Dans nos cultures, les enfants sont tout spécialement sous le feu des projections de leurs proches, et se retrouvent ensuite, une fois adultes, le cœur rempli d'obscurités qui ne leur appartiennent pas. La forêt insiste sur le fait que nous sommes des êtres de nature avant tout. Se retrouver

à observer le contenu de son cœur en toute clarté est une première étape vers la guérison. En général, ce qui y est « stocké » remonte à la surface à des moments précis du parcours de vie : des périodes de transition, des ruptures, des maladies, des accidents, etc.

Prendre conscience de ces enjeux suffit-il à changer la donne ?

Découvrir que nos projections, émotions et souffrances, sont partagées par des milliers d'autres êtres et alimentent un brouillard généralisé peut être vertigineux. On peut même être tenté de jeter l'éponge en se disant : « La tâche est trop immense. » Mais il faut y aller, la forêt nous y invite : c'est maintenant que ça se passe. L'état de la planète Terre reflète exactement l'état de notre cœur. Et la première chose à faire est de clarifier nos intentions. À la fin du livre, je prends un arbre à témoin et je demande à la sensibilité, à la réflexivité, à l'équanimité et à la compassion d'être tous les jours dans ma vie. Ces qualités m'apparaissent comme des esprits alliés. La forêt nous invite à cheminer avec eux. C'est l'aspect « magique » des synchronicités : une fois l'intention clairement posée, avec sincérité, la grande intelligence du vivant y répondra par des expériences, des rencontres, des livres, etc., qui ouvriront le chemin.

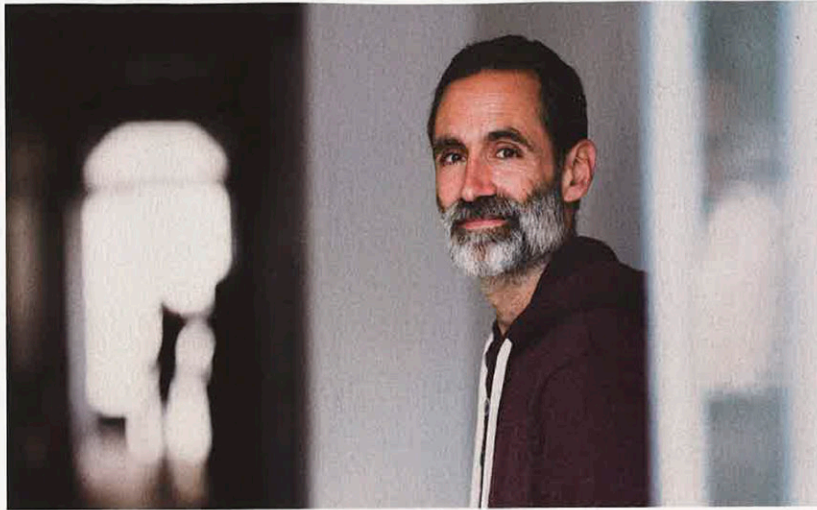
À force d'être mises à toutes les sauces, certaines notions comme la compassion peuvent paraître galvaudées...

Dans le livre, la forêt donne sa propre définition de certains mots clés. Elle présente la compassion comme une force tellement immense que j'ai dû revoir mes fonda-

mentaux, ne serait-ce que pour l'appréhender un tout petit peu. Je comprenais mal ce mot – j'y voyais de la pitié, le fait de considérer la souffrance avec une distance froide –, alors qu'il s'agit d'une force de guérison universelle. La compassion, c'est réaliser que notre cœur a son histoire, et que nous sommes toutes et tous dans le même bateau : je suis un enfant de la forêt qui chemine et fait de son mieux, et qui a besoin de sa mère spirituelle pour grandir ; les autres sont mes sœurs et mes frères, et si nous le voulons bien, nous allons œuvrer ensemble à respecter la *Pachamama*, la Terre-Mère.

Quelle voie spirituelle choisir ? Comment appréhender leur complémentarité ?

Tout être humain est un trésor d'une richesse époustouflante, et la forêt nous aime tous autant que nous sommes. Peu importe la voie, il suffit de suivre son cœur et de garder à l'esprit que tout est complémentaire et participe à une même spiritualité, à une même conscience. Je suis imprégné de taoïsme et méditant bouddhiste depuis près de vingt ans. En écrivant ce livre, j'ai compris pourquoi cette pratique entrait en résonance avec ma fibre chamanique. La direction est la même : prendre conscience, se libérer des entraves, retrouver le respect de soi, des autres, de tout ce qui est. Le chamanisme est l'arrière-grand-mère des traditions spirituelles ; et à son origine, il y a la nature et les grands esprits du vivant. Le Bouddha a atteint l'éveil au pied d'un arbre, Jésus a prêché sur le mont des Oliviers... Pour retrouver la sagesse sur Terre, il faut retrouver la nature. La grande réunification du spirituel et du naturel se trouve là, au pied d'un arbre.



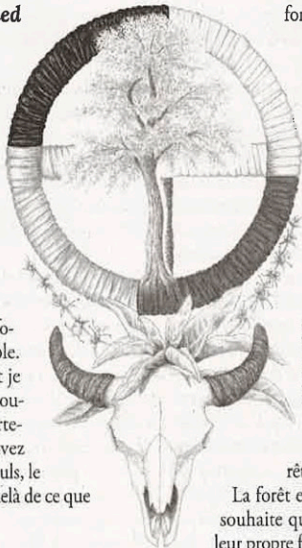
“
Le
problème et
la solution
sont posés
en un seul
mot :
le cœur.
”

Mais en quoi s'asseoir au pied d'un arbre peut-il aider ?

Il n'y a rien de plus essentiel que de retrouver les arbres. Et s'il y a une effervescence de livres, films et documentaires sur les arbres en ce moment, ce n'est pas par hasard : la forêt nous appelle. Donc oui, il suffit d'aller auprès d'un arbre, de le toucher, de lui demander de l'aide et de lui dire : « Je sais que tu es l'incarnation de la sagesse naturelle, que tu représentes la Mère-forêt et que tu es un maître vénérable. J'aimerais cheminer avec toi. » Et je vous garantis que cela mettra en mouvement des forces qui vous apporteront exactement ce dont vous avez besoin. Nous ne sommes jamais seuls, le vivant nous accompagne bien au-delà de ce que nous pouvons imaginer.

Est-il chamaniquement possible d'aider la nature à résister à sa destruction ?

L'effervescence écologique actuelle est une très bonne nouvelle pour la planète, mais il faut que le cœur en soit le moteur, et pas uniquement l'urgence ou les équations climatiques. Dans nos sociétés, ce pont reste à construire, alors que dans les cultures traditionnelles, rien d'écologique, aucun geste de culture ne se fait sans l'accord des



forces de la nature. Et cet accord signifie avant tout savoir remercier pour être aidé, soutenu, aimé.

Peut-on avoir confiance en l'homme ? Les discours, souvent, ne sont pas suivis d'actes !

La confiance vient avec le discernement et la connaissance du cœur. Il ne s'agit pas d'une forme d'idéalisme – on n'oublie pas l'immense travail à accomplir ; mais l'espérance que le cœur aide à retrouver permet de se souvenir que l'homme est profondément amoureux de la Terre. Et pour faire une boutade, je dirais que c'est la femme qui rendra sa confiance à l'homme ! L'enseignement de la forêt est un hommage rendu aux femmes.

La forêt est ouvertement écoféministe, et elle souhaite que les hommes acceptent également leur propre féminité. Pour ma part, la confiance se développe paradoxalement dans la lenteur ; malgré l'urgence, la patience m'apparaît comme un antidote à beaucoup de problèmes. Éric Julien, que j'admire pour son travail de préservation de la culture kogi, explique que lorsqu'on pose une question à leurs chamanes, ils mettent deux semaines à répondre. À méditer... Dans la lenteur, on y voit clair ; on se fait moins d'illusions, et on peut agir de manière efficace, en accord avec le vivant. ●

