

T É M O I G N A G E S

JAN Kounen

Carnets de voyages intérieurs

AYAHUASCA MEDICINA, UN MANUEL

Préface d'Alejandro Jodorowsky

MAMA

MAMA EDITIONS



© Mama Editions (2011)
Tous droits réservés pour tous pays
ISBN 978-2-84594-048-2
Mama Editions, 1 rue Pétion, 75011 Paris (France)

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Ayahuasca medicina, un manuel

Du même auteur :

BIBLIOGRAPHIE

Plantes & chamanisme, Conversations autour de l'ayahuasca & de l'iboga,
J. Kounen, J. Narby, V. Ravalec, Mama Éditions, 2010, 2008

99 Francs, le manuel d'utilisation de la société d'hyperconsommation,
F. Beigbeder, J. Kounen, S. Allix, J.-L. Planche,
Éditions Télémaque, 2007

Darshan, voyage dans les bras d'Amma,
B. Benant, J. Kounen, Éditions Télémaque, 2006

Visions : regards sur le chamanisme, Éditions Télémaque, 2005

Doctor Ayahuasca, Éditions du Lombard (bande dessinée à paraître)

FILMOGRAPHIE

Coco Chanel & Igor Stravinsky, long-métrage de fiction
(Sélection officielle et film de clôture du festival de Cannes), 2009

Panshin Beka winoni (segment du long-métrage collectif 8), 2008

99 Francs, long-métrage de fiction, 2007

Darshan, long-métrage documentaire
(Sélection officielle au festival de Cannes), 2005

Other Worlds, long-métrage documentaire
(Grand prix du Mondial du film d'aventures de Manaus), 2004

Blueberry, l'expérience secrète, long-métrage de fiction, 2004

Dobermann, long-métrage de fiction, 1997

Le Dernier Chaperon rouge, court-métrage de fiction, 1995

Capitaine X, court-métrage de fiction, 1994

Vibroboy, court-métrage de fiction
(Prix de la Recherche au festival de Clermont-Ferrand), 1993

L'Âge de plastic, court-métrage de fiction noir et blanc, 1991

Gisèle kérozène, court-métrage de fiction
(Grand prix du court-métrage au festival d'Avoriaz), 1989

Jan KOUNEN

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Ayahuasca medicina, un manuel

Préface
d'Alejandro Jodorowsky

MAMA EDITIONS

AVERTISSEMENT DE L'ÉDITEUR

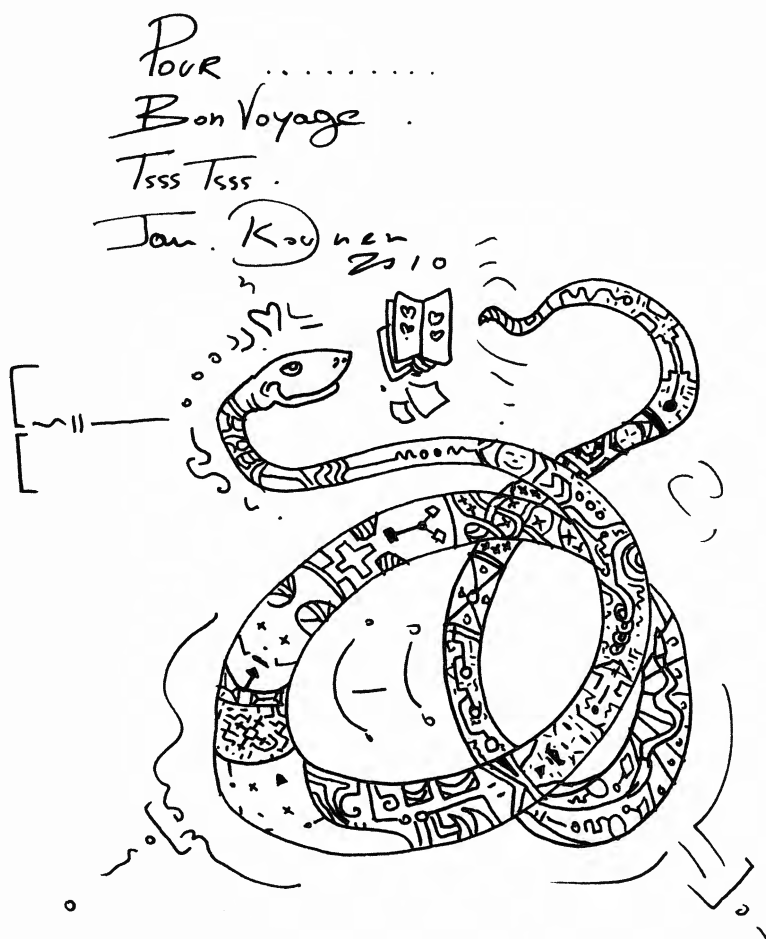
Ce livre est publié à titre informatif et ne saurait
se substituer aux conseils d'un professionnel
de la santé. Les points de vue exprimés ici
n'engagent que leurs auteurs.
Il incombe à chacun de respecter la législation
en vigueur là où il se trouve.

La totalité des droits d'auteur de cet ouvrage
sont versés au projet Radio-Shipibo.
Le projet Radio-Shipibo vise à équiper en radios légères
une centaine de communautés shipibo-conibo,
situées le long du fleuve Ucayali et de ses affluents.
Le but est de relier ces villages éloignés
pour resserrer leurs liens
et leur permettre de faire face à des situations d'urgence.
Ce projet est initié par Guillermo Arévalo Valera,
porté par Didier de Plaige
et parrainé par Jan Kounen.

Plus d'informations sur www.radio-shipibo.com

*Ce livre est dédié à mon frère Kestenbetsa,
au peuple shipibo
et à la madre ayahuasca.*

J'aime penser
que ce livre jauni par le temps
soit un jour lu par un ou une inconnu(e),
qu'il soit trouvé chez un bouquiniste,
dans une bibliothèque
ou sous une pile au fond d'une caisse...



*Si tu écris ton nom, tu pourras plus facilement prêter ce livre.
Si tu prêtes ce livre à dix personnes, il ne t'arrivera rien
d'extraordinaire, cela ne changera pas ta vie, mais tu feras circuler
ce texte, et cela me fera bien plaisir.*

PRÉFACE

Marpa, le cruel instructeur du saint tibétain Milarepa, enseignait le détachement en affirmant que tout n'était qu'illusion. Un jour son fils mourut. Marpa commença à pousser des sanglots déchirants. Ses disciples étonnés lui dirent : « Mais enfin Maître, pourquoi pleurez-vous ? Puisque tout n'est qu'illusion ? » Le gourou répondit : « C'était la plus belle des illusions. »

Dans un univers où rien n'est réel, l'individu imaginatif se heurte à des rêves qui vont d'enfers atroces jusqu'à des sommets paradisiaques. Il y a ceux qui se laissent vaincre par les cauchemars, acceptant l'horreur, et se transforment en démons qui se targuent d'être « normaux, comme tout le monde ». Les autres, déambulant sur le chemin de la sainteté, cherchent l'illusion la plus belle. Les alchimistes l'ont incarnée dans la pierre philosophale, Platon l'a vue dans le monde « des idées pures », les bouddhistes zen l'ont nommée « illumination », les surréalistes ont vénéré l'amour démesuré et la plupart des êtres humains aspirent à trouver le bonheur. Toute religion, toute doctrine politique, toute science est à la poursuite de l'illusion la plus belle. De tous les arts, le cinéma est celui qui, de manière infructueuse, parce qu'il est devenu un commerce vulgaire, a essayé de nous la montrer.

Qu'est-ce que l'initiation ? C'est l'activité spirituelle qui nous apprend, entre deux options, à toujours choisir la plus belle.

De temps en temps, au milieu du tumulte de créateurs pros-

titués, surgit un idéaliste qui aspire à filmer la plus magnifique des illusions. Dès ses premiers essais, les démons de l'obscurité lui tombent dessus, avec leur angoissant cauchemar économique. On lui demande d'être modéré, d'être publicitaire pour des produits nocifs, de maquiller ce qui est faux, d'exalter des limites de toutes sortes, de brandir un drapeau national, de caresser le périnée du public ou de plonger son cerveau dans un monde infantile. Le chercheur de l'illusion la plus belle a la sensation d'être un poisson qui nage à contre-courant.

S'il choisit le métier de cinéaste, l'artiste se voit obligé, pour survivre, de faire des concessions. Avec des produits hypocritement commerciaux – et dès que l'on parle de commerce, il faut oublier l'illusion la plus belle –, il doit glisser subrepticement quelques séquences, scènes ou images qui, tel un lointain parfum, rappellent aux spectateurs la finalité suprême de cette vie onirique : parvenir à connaître l'illusion la plus belle.

Tout au long de sa carrière cinématographique, c'est ce qu'a essayé de faire mon ami Jan Kounen. Parce qu'il n'est pas futile et qu'il a ressenti, au plus profond de son cœur, que l'approche d'une chose n'est pas la chose elle-même, il a fait le saut qui lui a permis de dépasser les limites industrielles et de mener sa recherche avec une totale honnêteté.

Conscient qu'il ne pouvait pas concrétiser son désir ardent sur un écran, il s'est lancé dans une odyssée, avec l'intention d'atteindre le plus profond de lui-même. C'est cela qu'il décrit de façon passionnante dans son livre. Dix ans à livrer son âme et son esprit à un torrent d'images, au début incisives, déstabilisantes, démolissantes – l'illusion la plus belle se trouvant au fond du puits, ensevelie sous des couches et des couches d'illusions infernales, provoquées par un monde en décadence.

Dans l'épopée du héros mythique, ce dernier part à la recherche de l'élixir de la vie éternelle, en traversant mille et une épreuves. Quand il le trouve, il retourne à son point de départ et le donne à boire à son peuple. De toute sa conquête, rien ne doit rester étranger aux autres, tout doit être partagé.

PRÉFACE

Il me semble, en lisant son témoignage aussi passionnant que les romans d'aventures que je lisais dans mon enfance, que, après être arrivé au secret ultime de l'ayahuasca, Kounen retournera au cinéma, au véritable septième art, et nous livrera à tous, grâce à ses images qui sont des condensés de lumière, la plus belle des illusions.

Je crois, pour avoir passé une vie entière à sa recherche, que la plus belle des illusions est notre conscience.

Alejandro Jodorowsky

*Jan, tout ce que tu peux voir existe ;
et il existe une autre réalité,
différente de la normalité, à part.*

Kestenbetsa

AVERTISSEMENT



LOI FRANÇAISE

La consommation de l'ayahuasca est interdite en France. Elle est inscrite à l'annexe III aux tableaux I, II, III, IV de la Convention internationale sur les psychotropes de 1971.



LOI PÉRUVIENNE

Les connaissances et usages traditionnels de l'ayahuasca pratiqués par les communautés natives de l'Amazonie sont déclarés Patrimoine culturel de la nation, au Pérou.

La plante ayahuasca – *Banisteriopsis caapi* – est une espèce végétale qui compte une extraordinaire histoire culturelle, en vertu de ses qualités psychotropes, et qui s'utilise dans un breuvage en association avec la plante connue comme chacruna – *Psychotria viridis*.

Que ladite plante est connue par le monde indigène amazonien comme une plante de savoir ou plante maîtresse qui enseigne aux initiés les fondements mêmes du monde et ses composants. Les effets de sa consommation constituent l'entrée au monde spirituel et à ses secrets, de telle façon qu'autour du rituel de l'ayahuasca s'est structurée à un moment donné la médecine traditionnelle amazonienne ; et ils sont indispensables pour ceux qui assument le rôle de porteur privilégié de ces cultures, qu'il s'agisse de ceux qui sont en charge de la communication avec le monde spirituel ou de ceux qui l'expriment plastiquement.

Que les effets produits par l'ayahuasca, amplement étudiés pour leur complexité, sont distincts de ceux produits habituellement par les hallucinogènes. Une partie de cette différence réside dans le rituel qui accompagne sa consommation, qui conduit à divers effets, mais toujours dans un cadre culturellement délimité et avec une finalité religieuse, thérapeutique et d'affirmation culturelle.

Que selon l'information fournie, il résulte que la pratique de sessions rituelles d'ayahuasca constitue un des piliers fondamentaux de l'identité des peuples amazoniens et que son usage ancestral au sein de rituels traditionnels, garantissant la continuité culturelle, est lié aux vertus thérapeutiques de la plante.

(...)

IL EST DÉCIDÉ DE DÉCLARER PATRIMOINE CULTUREL DE LA NATION les connaissances et usages traditionnels de l'ayahuasca pratiqués par les communautés natives amazoniennes, comme garantie de continuité culturelle.

Direction nationale
Institut national de la culture
N° 836/INC
Lima, 24 juin 2008

Filons au Pérou!



PRÉAMBULE

Cela fait plus de dix ans que je vais dans la partie amazonienne du Pérou rencontrer des *curanderos* (guérisseurs).

Dix ans, c'est le passage de la découverte à l'apprentissage. Dans ce parcours, j'ai trouvé assez vite ma place, celle de passeur. Puis, peu à peu, je suis devenu *ayahuasquero* par la force des choses. La question ne se pose plus quand vous dépassez quelques centaines de cérémonies : l'*ayahuasca* fait partie de votre vie, vous devenez un pratiquant. C'est simple. Je pratique avec les Shipibo. Je suis leur travail, j'apprends, je reçois l'enseignement. Puis, j'écris ou je filme.

Au cours des années, je suis devenu, dans la *medicina*, un pratiquant silencieux, sans doute trop, par timidité ou simplement pour ne pas me positionner comme *curandero*. Même si je suis entré dans la danse récemment, j'y reviendrai¹, je suis avant tout cinéaste. *Cineasta ayahuasquero*.

Dix ans d'aventure, c'est l'âge de raison, voire de déraison. En tout cas, l'occasion de faire un bilan sur l'apprentissage de cette médecine et de revenir sur un grand nombre de rencontres humaines.

Au début de cette aventure, en 1999, j'étais le plus souvent le seul Blanc entouré d'Indiens et de métis. Quelques Occidentaux passaient par là, ou bien l'on parlait d'eux, ces *ayahuasqueros*. Ils étaient très peu, sans doute moins de quelques centaines à travers

1. Voir Bonus, track 2 page 291.

le monde. Aujourd'hui, les apprentis sont nombreux, et certains sont devenus de bons guérisseurs. Des milliers de gens partent à la rencontre de l'ayahuasca. Le temps de la mise en relation entre les cultures est maintenant derrière nous.

Au cours des dernières années, je me suis souvent retrouvé, en Amazonie, entouré de personnes qui venaient faire leur première « cérémonie ». M'étant senti moi-même au début bien démuni face à l'expérience, j'en suis venu à leur prodiguer des conseils. Il est vrai que là-bas les gens venaient vers moi car mes films les avaient souvent invités à faire le voyage.

Le lendemain des cérémonies, je découvrais que certains conseils pouvaient avoir été fortement utiles, d'autres moins. D'année en année, cela m'a permis d'affiner ce travail. J'ai souvent été aussi le traducteur entre le guérisseur et les patients dans leurs entretiens privés lors de traitements, ce qui m'a apporté une connaissance plus profonde des questions que se posent les patients, ou de leurs demandes.

L'idée de faire un manuel pratique pour se préparer à une cérémonie d'ayahuasca a germé en moi lorsque je me suis rendu compte que, au sein de toute la littérature émergente sur le sujet, cet ouvrage manquait. Malgré l'abondance d'informations, il y a peu ou pas de conseils concrets sur la manière de se préparer à une cérémonie, pour savoir à quoi s'attendre, et pas de renseignements précis sur comment traverser l'expérience. Pourtant, la demande existe. J'ai reçu beaucoup de questions par mail ou sur Facebook. Lors d'un vernissage, récemment, une jeune fille m'aborde et me demande si je suis bien qui je suis. Puis, tout de suite : « Hé ! Tu as été chamanisé, c'est quoi, être chamanisé ? » Oh là là !...

Par ailleurs, j'avais une série de textes sur mon disque dur, écrits entre 1999 et aujourd'hui. En les relisant, je me suis dit que mon témoignage offrait une multitude d'informations qu'il était temps de partager.

J'ai trié mes notes. Je les avais d'abord écrites dans l'optique de ne pas oublier, ensuite dans celle de faire « un jour » un bouquin où la mémoire chronologique des événements serait respectée. Après lecture, j'ai recomposé un texte à partir de morceaux et

créé un objet narratif hybride, entre roman autobiographique et scénario. Un texte qui conviendra à l'aspect kaléidoscopique de l'aventure.

Certaines notes ont été écrites au lendemain d'une cérémonie, d'autres quelques semaines, voire quelques années plus tard. Le corps principal du voyage est constitué de notes chronologiques prises chaque jour durant mon séjour de juillet 2009, c'est-à-dire dix-sept cérémonies en vingt-cinq jours. C'est l'une des rares fois où j'ai vraiment écrit au quotidien. Ces notes permettront de suivre une diète¹ dans la durée et de survoler ces dix dernières années.

Certaines notes sont drôles, et j'ai souvent ri en les relisant ; d'autres, bien évidemment, le sont moins, mais de leur juxtaposition se dégage un témoignage intime sur l'aventure.

Témoignage, questions, le livre avait pris sa forme : les Carnets, relatant mon expérience, formeront la première partie de l'ouvrage, le Manuel pratique, la seconde.

Les Carnets racontent ce que cette médecine a fait pour moi, et comment ça s'est passé.

Voilà donc un petit guide, celui que j'aurais aimé avoir lors de mon premier voyage, il y a une dizaine d'années.

Il permettra, je l'espère, de se préparer de manière concrète à participer à une cérémonie d'ayahuasca. Il contient des conseils simples et des propositions d'attitudes internes et externes pour traverser l'expérience et les moments qui la suivent.

Ce qui est intéressant, c'est d'observer le mouvement intérieur : il a une grande amplitude, c'est la grande oscillation de la *medicina*. L'ayahuasca nous propose l'expérience de notre propre réalité, vécue depuis notre part irrationnelle. Bref, pas gagné d'avance !

J'espère que la description de ces voyages, sentiments, pensées, joies et peurs, accompagnés de leur lot d'incohérences, de contradictions, de pertes et d'illuminations, établiront en sous-texte la mosaïque opératoire de cette mystérieuse *medicina*.

1. Pour en savoir plus sur les diètes, reportez-vous page 182 du Manuel ; j'y fais aussi le point sur mon histoire personnelle avec les diètes.

Ce sera une mélodie personnelle. Son orchestration est celle de Guillermo Arévalo Valera, dit Kestenbetsa (Écho de l'Univers, en langue shipibo). C'est lui qui m'a ouvert la porte de ce monde, qui me l'a enseigné et qui m'a soigné. Il a été d'abord un *maestro*, pour devenir ensuite un frère. Il m'a fait rencontrer d'autres guérisseurs shipibo, dont Panshin Beka. Il est, bien sûr, l'homme au centre de ce récit.

Certains textes évoqueront sans doute des états par lesquels vous passerez si vous allez sur place (et des souvenirs pour ceux qui ont déjà fait le voyage). Sinon, de toute façon, mouvements, climax et résolutions sont par nature les mères de tous les récits.

Le lecteur uniquement curieux de cette aventure y trouvera aussi son compte, du moins je le souhaite.

En revanche, vous ne trouverez dans ce livre que peu de choses sur l'histoire de l'ayahuasca ou sa pharmacologie, un sujet déjà largement traité ailleurs.

La forme est celle d'une comédie métapsychique, construite en mode *flash-back*, dont je suis le héros.

Vous allez rire... à mes dépens. C'est fait pour.

Bonne lecture, et surtout bon voyage si vous partez loin, très loin, à la rencontre d'une culture et... de vous-même.

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

GÉNÉRIQUE

La jungle devient abstraite et se transforme en images fractales.
Le titre apparaît :

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

NOIR

*La décision de ne pas croire appartient au registre de la croyance
au même titre que la décision de croire.*

Tariq Demens

Ombre et lumière sont les deux faces de la pièce de mon existence, la liane la projette vers le ciel et la filme au ralenti, comme dans un générique de Saul Bass pour Scorsese... en *jungle macroscope*. Elle tourne, encore et encore... Le film peut commencer.

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

ÍCARO (CHANT)

Rama kano abano

Maintenant j'ouvre les visions

ayahwasca kano abano

j'ouvre les visions de l'ayahwasca

enque quepen youbano

je vais les ouvrir pour vous

ajon shaman akindra

je vais le faire joliment

quepen quepen vainquin

ouvrir, ouvrir

nete yabi quepenquin

ouvrir son monde

ayahwasca medicina

médecine de l'ayahwasca

ayahwasca kuchi kuchi medico

la très forte médecine de l'ayahwasca

medicina maquetai

va pénétrer ton corps

maquetai tonmira.

avec l'écho de ma voix.

PROLOGUE

Iquitos, août 1999

J'atterris dans la plus grande ville d'Amazonie péruvienne, qui compte environ quatre cent mille habitants. On ne peut l'atteindre que par bateau ou par avion. C'est un endroit très particulier où se croisent Indiens, narcotrafiquants et touristes. Iquitos abrite aussi une base de l'armée américaine et des casinos. Dans ce lieu étonnant, je rencontre Alan Shoemaker, mon contact, qui me présente à quelques chamanes métis.

Auprès d'eux, je fais différentes expériences et je prends de l'ayahuasca pour la première fois. C'est très différent du peyotl. Je me souviens m'être trouvé là, à Iquitos, au beau milieu de la forêt, malade, assailli d'une nausée terrible, regrettant presque d'avoir bu la liane (surnom de l'ayahuasca). Plié en deux sur une rambarde, prêt à vomir (l'ayahuasca est aussi un purgatif puissant), j'étais dépité : « J'ai fait tout ce chemin pour être malade et avoir envie de me retrouver chez moi ! »

Puis les premières visions, ténues, arrivent. Je guette ces visions, les observe pour pouvoir les utiliser dans mon film. Mon mental est encore celui d'un cinéaste en quête de documentation.

Mais, je suis un peu déçu. Alan me propose alors de rencontrer un chamane indigène : « Avec eux, l'expérience est très forte. »

L'un d'entre eux, Guillermo Arévalo (Kestenbetsa), accepte de rencontrer des Occidentaux. Il vit à Pucallpa. Je m'envole pour cette ville beaucoup moins touristique qu'Iquitos.

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Il ne me reste que quelques jours avant mon retour programmé vers la France.

Et je rencontre Guillermo.

DEUX ANS PLUS TARD,
PUCALLPA, PÉROU 2001

Quartier de Yarinacocha

Le *motocaro* agile et bruyant file dans la masse insectoïde de la multitude de ses frères machines. Je suis assis à côté de Guillermo. Nous rentrons, après quelques courses en ville. Direction Soi Pasto, le centre de médecine traditionnelle qu'il a créé. Fini les cérémonies dans une petite cabane de quinze mètres carrés dans son jardin, où les chants se mêlaient aux bruits du voisinage.

À Yarina, nous avons rencontré un vieux guérisseur shipibo qui viendra ce soir prendre la plante avec nous. Guillermo m'a dit à son propos : « Il sait beaucoup de choses et m'a bien aidé. »

Cela fait quelques jours que je suis là, en tournage de *D'autres mondes* et en apprentissage. La double casquette de réalisateur et d'apprenti auprès de Kestenbetsa est difficile à porter, mais je m'y suis fait.

Comme chaque fois, l'impression d'être là depuis des siècles. Mes pensées filent vers les souvenirs de la nuit d'hier. Je me tourne vers Guillermo, touché par une révélation.

Jan : ¿ *Guillermo, somos locos, no ?* (Guillermo, nous sommes fous, non ?)

Kestenbetsa : ¡*Sí, sí, pero locos conscientes !*

(Oui, mais des fous conscients !)

Les reflets de son intelligence brillent sur l'iris sombre de ses yeux.

Jan : *Y tú, es el maestro de los locos.*

(Et toi, tu es le maître des fous.)

Son rire disparaît dans le pétaradage du *motocaro* qui s'élance pour la grimpette sur la route en terre. Je le connais depuis seulement une année, ça me paraît une vie. Ce soir, je serai seul à prendre la boisson avec Guillermo, sa mère Maria et le vieux guérisseur. Au programme : la plante que j'ai prise la première fois, beaucoup plus forte que l'ayahuasca traditionnelle.

SOI PASTO, MALOCA, NUIT

Ce soir, c'est Laurence, mon assistante, qui filmera en *night shot*, pour les archives. Ces images deviendront la séquence finale de *D'autres mondes*.

UNIVERS INTÉRIEUR, NUIT

Une longue vision sur l'écran de mon esprit.

Je...

Au sein de la créature naît le sentiment.

Ce dernier tisse des arabesques en traversant les filtres de la personnalité.

Il change de visage en se reflétant sur les paysages intérieurs.

Il se fixe un instant.

La couleur d'une émotion ?

Une image ?

La forme se précise.

Le corps réagit,

un organe entre en résonance,

le processus s'accélère.

La pensée jaillit.

... suis

Elle va rebondir, pour trouver son ultime enveloppe, mais tout dépend de celui qu'elle traverse, en ce moment moi-même. Elle trouvera son langage de jaillissement par le son, la vibration,

QUARTIER DE YARINACOCHA

le mouvement, la contraction, la parole ou l'écrit. Un jour ?
Maintenant ?

Le temps s'étire,
l'attention augmente.

Que faire de cette pensée ?

Doit-elle vivre ?

Ou se dissoudre dans le néant ?

La créature gigote un instant. Un petit gémissement ? Elle ne
sait plus, elle hésite, elle souffle.

Je gigote, j'hésite.

Qui es-tu ?

Encore une fois...

Qui ?

HUIT ANS PLUS TARD,
IQUITOS, JUILLET 2009

Welcome

Il y a quelques mois, j'ai envoyé un mail à Guillermo qui disait à peu près cela :

« *Holá hermano,*

Je me suis bien préparé, bonne hygiène de vie, bonne concentration, en forme, et c'est le dixième anniversaire de notre rencontre, alors tu peux mettre le paquet ! Je suis prêt ! »

Il m'a répondu qu'il m'attendait de pied ferme. Cool. Tout roule comme prévu. Maintenant j'y suis. Iquitos, c'est facile. L'avion atterrit, je saute dans un *motocaró*. Quarante minutes plus tard, je suis arrivé à Espíritu de Anaconda. Plaisir de retrouver le centre. Je connais tout le monde ou presque, certains y travaillent depuis 2002, date de sa création. *Exit* Pucallpa, Yarinacocha, Soi Pasto, *welcome* à Iquitos et, en comparaison, sa relative tranquillité.

Quelle joie de retrouver Guillermo, sa femme Sonia, Ricardo (l'autre guérisseur), Maria (la mère de Guillermo), Vanessa, Bastien et tous les autres. La maison que j'occupe à chaque fois est devenue de plus en plus confortable, j'y retrouve mes affaires.

La bécane que nous partageons avec François Demange, un Français *curandero*, est en état de marche. Mes préoccupations du jour : changer le kit chaîne et faire la vidange ; j'ai une semaine pour m'organiser. Tout va bien, être ici est parfaitement normal.

Je retrouve mes marques, seule manque à l'appel ma valise, qui devrait arriver dans quelques jours.

Le climax de la présentation de mon film *Coco Chanel & Igor Stravinsky*, quelques semaines plus tôt à Cannes, est derrière moi. J'ai eu le temps de ralentir mon rythme. Ici, c'est un peu comme entrer dans une maison de vacances, en tout cas au moment de mon arrivée. Dès ce soir, cérémonies en ligne de mire. Je vais nettoyer le décalage horaire ainsi que l'agitation parisienne qui berce mon esprit.

La nouvelle *maloca*, la salle traditionnelle de forme ronde où se déroulent les cérémonies, a encore été agrandie. J'y pose mes affaires : mon sac contenant ma pipe et mon tabac, ma bouteille d'Aqua Florida¹, et le plus important : un coussin confortable. Mon matelas est proche de ceux de Guillermo et de Ricardo. Je file voir le patron.

Petite discussion : il me demande mes intentions et mes projets, et je le questionne sur les siens. Mes objectifs sont simples. Je vais bien, j'ai tenu mes diètes : je suis là pour avancer dans la *medicina*, aller plus loin, profondément, afin de mieux comprendre et de prendre de la force. Je me suis préparé à boire tous les jours la potion qu'il me tendra. Il me connaît bien, je n'ai pas l'habitude de lui recommander de mettre la gomme. À quelle sauce va-t-il me cuire ? Quelle sera la diète ? Il sourit. Retournant son doigt lentement vers lui, il me dit : « Ta diète, c'est moi ! »

Il va me connecter haut, à la lumière, à travers les esprits des plantes. Nos visages sont proches, je suis dans son regard.

Il poursuit doucement : « Les choses sont simples, il y a la lumière et l'ombre, mais parfois, l'ombre se déguise en lumière. » Je lui demande de me montrer comment distinguer la vraie lumière de la fausse. Il me répond qu'il le fera.

Beau cadeau : diéter le patron ! Et avoir ainsi plus de discernement grâce à la transmission directe de ses propres diètes énergétiques. Je le remercie.

Je lui parle des différents projets de films sur la *medicina* et lui montre les planches de ma BD en cours sur le sujet. Je suis venu

1. Une eau florale locale.

aussi avec un appareillage pour faire une expérience. L'idée est toujours la même : chercher une validation scientifique de cette médecine, de ce qui se passe durant une cérémonie. M'étant engagé à garder le protocole confidentiel, je ne peux pas le décrire ici. Les chercheurs et Romuald Leterrier, qui a fait le lien pour la mise en place de cette expérience, sont restés en France.

Guillermo, de son côté, a passé quelques mois vraiment difficiles. Trop de travail, beaucoup d'énergies négatives autour de lui. Mais, aujourd'hui, il est de nouveau en pleine forme.

Il m'annonce qu'un nouvel apprenti prépare une très bonne cuvée d'ayahuasca : « Tu vas voir, elle est *mu*y, *mu*y fuerte ! »

Où en est son livre, commencé il y a quelques années ? Son ordinateur l'a lâché et il a tout perdu. Il est très occupé et je sens que l'on va attendre ce livre longtemps. Pourquoi ne pas procéder comme pour *Plantes & chamanisme* : faire des entretiens avec Michka et Tigrane, qui se chargeront de la retranscription ? Il aime l'idée ; affaire à suivre¹.

Il m'apprend qu'un groupe de yogis va venir de Chine la semaine prochaine, puis s'excuse en m'annonçant qu'il va devoir partir à Lima quelques jours. Je réponds : « Ça me fera des vacances. » Il rit, puis me demande des nouvelles d'Anne, ma compagne, et de notre fille, Biri. « Quand vont-elles venir nous voir ? » C'est la même question à chaque fois. Je lui montre les photos ; on a tous envie que les enfants se rencontrent.

Installé à la cuisine, je fais connaissance avec les diéteurs. Certains sont là depuis plusieurs mois, d'autres sont arrivés la veille. En tout, une trentaine de personnes. Benjamin, un Parisien que je connais, en apprentissage depuis deux ans et demi, est avec un groupe. Beaucoup de Français, pour lesquels mon film *D'autres mondes* a été un élément déclencheur dans la décision de venir au centre. Il y a aussi des Autrichiens, des Portugais, des Australiens, des Canadiens et un couple d'Américains. J'espère que tout se passera bien pour eux. La journée glisse vite et de manière agréable. J'ai la confirmation que, les dernières semaines, Guillermo a moins participé aux cérémonies et s'est reposé.

1. Des entretiens ont été enregistrés en 2010.

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Une antenne parabolique a été installée et on peut donc se connecter avec le Wi-Fi ; avec mon iPhone, je peux téléphoner via Skype et envoyer mes mails. Cela m'évitera d'aller en ville, à vingt kilomètres, et de dépenser beaucoup de temps et d'argent en communications.

J'envoie quelques messages à ma chérie, à ma famille et à mes amis, je fais une photo que je mets sur Facebook pour le fun, et je signale à Romuald que je suis bien arrivé.

La nuit tombe. La fatigue du décalage horaire me rattrape.

LE SOIR MÊME,
PREMIÈRE CÉRÉMONIE, JUILLET 2009

Un bon verre, tranquille

IQUITOS - ESPÍRITU, MALOCA, INTÉRIEUR SOIR

Nous sommes vingt-huit, sans les guérisseurs, dans la *maloca*.
Un bon verre, la dose normale.

La nausée se contrôle bien, malgré sa force. Rattrapé par la fatigue du voyage, je m'assoupis assis. Je suis réveillé par l'ivresse, en plein « dedans ». Les visions sont très fortes. L'ayahuasca est bien dosée, le corps vibre. Pas de panique. Rien que du connu, je laisse la plante pénétrer profondément. Tranquillement.

Puis, très vite, plus du tout tranquillement, l'ivresse monte.

Je suis plongé dans les mondes de différentes plantes, leurs temples vivants visionnaires. La vision devient celle d'une sphère autour de moi. Les motifs s'organisent et me traversent.

La nausée au bord des lèvres. Je sens tous les organes de mon corps. Cette sensation désagréable et bien connue de l'ivresse : l'impression d'être à nu. Je ne bouge pas.

(L'ivresse – *mareación* –, c'est quoi ? Ceux qui ne connaissent pas l'ivresse, allez faire un tour dans le Manuel page 200.)

La *mareación* monte toujours. Le patron met le paquet, je me tourne vers lui pour le regarder. Il est allongé, ses bras semblent flotter comme ceux d'un cosmonaute en apesanteur. Son corps

entier bouge lentement, il fume sa pipe. Oh là là ! Je ne l'avais jamais vu comme ça. Tranquille et loin.

Je me scanne un petit coup. Mon mental ne s'est pas mis en boucle, il n'est pas parti en vrille ; il reste étonnamment calme. Je suis totalement occupé à percevoir le corps physique et à naviguer dans les visions.

Je souris et je pense : jusqu'ici, tout va bien.

Du coup, j'ouvre davantage les perceptions de manière à laisser l'ivresse me prendre encore plus profondément. Je perçois clairement les gains de mes diètes. Je n'ai pas peur. Je me souviens de mes premières années : chaque fois que je revenais voir Guillermo après plusieurs mois d'absence, j'étais terrifié lors de la montée de la première ivresse. C'est un phénomène particulier : se souvenir de l'oubli.

Lors des cérémonies, vous touchez des états de conscience très particuliers, qui sont très éloignés de votre état naturel. De ce fait, quand vous revenez au monde du connu en fin de cérémonie, certains souvenirs disparaissent en même temps que votre conscience revient. Quand vous reprenez l'ayahuasca, même une année plus tard, au moment où vous gagnez une nouvelle fois cet état particulier, la mémoire revient, elle aussi. La mémoire s'ouvre comme un livre que l'on croyait égaré et qui était conservé dans un endroit caché de notre bibliothèque intérieure. Certains chapitres font réagir votre psyché : « Mon Dieu, j'avais oublié, non, non, non ! Je ne veux pas y retourner, j'ai cru mourir mille fois... Pourquoi suis-je revenu ? Je suis vraiment maso ! Je sais que c'est pour mon bien, mais non, je n'aurai pas la force. Je ne suis pas à la hauteur... »

Je pourrais remplir un chapitre rien qu'avec les pensées qu'il ne faut pas saisir. En fait, les diètes nettoient le mental, et la pratique vous entraîne à reconnaître ces pensées avant qu'elles ne vous saisissent. Il faut aussi accepter l'oubli, ou se rappeler que de cet oubli va naître une connaissance intérieure.

Revenons à la cérémonie. Le processus mental pourrait donner cela : « Hou là... Grosse ivresse ! Oh là là ! Elle continue de monter. Tiens, je me souviens maintenant : avant, là, j'avais peur. »

À cette dernière pensée, le corps se crispe, puis se relâche aus-

sitôt, mettant en action d'autres mécanismes psychiques issus de l'apprentissage. J'exécute en mode sensoriel le repositionnement de mon esprit, le dégageant des territoires sombres où il était en train de filer, tandis que les injonctions surviennent sous une forme mélodique intérieure, les *ícaros*¹.

Centre-toi bien.
Descends dans ton ivresse.
C'est pour ton bien.
Tout va bien.
C'est tout bon.
La *medicina* te pénètre.
Reste concentré.
Centre-toi dans ton ivresse.
Centre-toi dans ton corps.
Centre-toi dans tes sens.
Centre-toi dans ton esprit.
Centre-toi dans ton cœur.
Redresse tout – force, attention et délicatesse.
Fais-le maintenant.
Je le fais maintenant.
Voilà...

Le corps vibrant et détendu, je me pose littéralement comme une sorte d'hélicoptère vacillant dans la tempête de la *mareación*. Les pales tournent toujours. Lorsque Guillermo ouvre enfin la session, il s'est tout de même écoulé une heure.

Le serpent souffle.
Tranquille.
Ma conscience n'est plus dans l'hélico, mais dans un jet traversant l'espace-temps.
Monde astral.
Silence intérieur.
Perception pure. Écoute totale.
Disparition de la pensée.

1. Voir page 193.

Mode végétatif conscient.

Le chant de Guillermo devient aigu. Ricardo entre dans la danse avec sa voix forte. Je monte, j'ai la sensation de m'élargir, de m'étendre dans l'espace mystère. Tout s'harmonise. Je ne sens plus les points de contact de mon corps avec le sol.

Fin du chant.

Guillermo m'appelle.

Ouille ! Procédure d'atterrissage d'urgence.

Ouvrir les yeux. Reprendre contact avec le lieu et l'espace.

Guillermo : Jan... Jan...

Jan : (après un long silence) ¿ Si ?

Guillermo : (voix basse et douce) *Venga*.

Mon esprit est vide... Venir ? Ah ! bien sûr, le chant d'ouverture de diète ! Oh là là ! Va falloir se lever.

Alerte rouge. D'abord réveiller les membres qui vont me mettre en mouvement. Les jambes, elles, sont totalement détendues : envoyer un ordre, tendre la jambe. Elle tremble un peu. Chercher l'équilibre. Ne pas aller trop vite. Continuer à se lever doucement. Wooo ! Je suis vraiment ivre. Me lever fait remonter la nausée. Faire des pauses. Se détendre, bouger tout doucement. Je parviens à aller m'asseoir en face de lui. Voilà, c'est fait. Je me pose bien, en moi. C'est fait. Silence.

Il faut dire que les ouvertures ou fermetures de diète sont en général particulières, lumineuses ou sombres, allez savoir pourquoi, sans doute en lien avec ce que vous avez à régler.

En tout cas, je plonge dans des visions sombres. Beaucoup moins fun.

Guillermo chante un *ícaro*, un chant de soins :

Rama kayakayara

En cet instant même

mia kepenshonbanon, shinan kepenshonbanon

je t'ouvrirai, j'ouvrirai tes pensées

kepenshonyontanara

en les ouvrant

UN BON VERRE, TRANQUILLE

mia raromayonai
je te remplirai de joie
raromakinkayara
te remplissant de joie
min shinan ponteai, mia ponteshonbanon
je redresserai tes pensées, en les redressant
jakon shaman akinra
je le fais joliment
yorayabi ponteai
je redresserai ton corps
akon akin shamanra
avec les merveilles
nokon shinan kanonbi
de mes pensées puissantes
shinan koshi kanonbi
pensées fortes et puissantes
rama mia ashonban (bis)
maintenant, je te soignerai
min jointi shamanbo
jusqu'au fond de ton cœur
kepeankebainshonra
en l'ouvrant
rama mia ashonban
maintenant je te guérirai tout entier jusqu'à
min onis kanonbo
tes tristesses les plus profondes
min masa shinanbo.
tes préoccupations les plus fortes.

Je ne bouge pas, mais je laisse tous mes muscles se tendre légèrement pour forcer la conscience à se focaliser sur leur perception. Tout se passe automatiquement. Réflexe acquis. Je sens mes humeurs, tristesse et colère, se manifester. Je vois la manifestation

des pensées négatives. Visions terribles, nettoyage, récurage des casseroles psychiques que je trimballe depuis quelques mois.

Keyoakebainsbonra
En terminant cela
raroashinan nichinai
je te donnerai un immense sentiment de joie
raro joi nichinai
et une immense joie de la parole
jakon akin nichinai (ter)
je le ferai merveilleusement
nichiankebainsbonra, mia jiweabanon
en faisant cela, je te rendrai la vie
yora jiweabanon
je rendrai la vie à ton corps
shinan jiweayonkin
je rendrai la vie à tes pensées
kaya jiweayonkin (bis)
en rendant la vie à ton être
jiweayontananra
en te rendant la vie
min kaya seneman, min yora seneman
je guéris ton être, je guéris ton corps
jiwi inin kanonra (bis)
avec le parfum puissant de l'arbre
nete sisa ininra.
et avec l'impeccable parfum de l'Univers.

Je ne bouge pas ; le chant déroule ses dernières énergies.

La diète est partiellement ouverte, ou plutôt, c'est le nettoyage de pré-ouverture. Je retourne m'asseoir, c'est plus facile. Je suis tranquillement bercé par les *ícaros*, dans la mélodie desquels se dilue autour de moi l'étrange musicalité de quelques jolis

vomissements et leurs cohortes de longs râles de soulagement. Nettoyage général. Je purge à mon tour, précis, profond...

Il faut dire que la dose était importante, l'ivresse forte. Manque de précision : j'en mets un peu sur mon matelas et mon pantalon ; tiens, je me souviens de ma valise perdue à Madrid ; mon seul fute, qui a déjà vingt-six heures de voyage dans les pattes, est foutu et je n'ai pas de change. Je souris. Bienvenue à la maison !

Vers cinq heures du matin, tout s'apaise. Je me sens très reposé, tranquillement installé dans mon corps. Un long gargouillement et un pincement naturel de mes sphincters – réflexe de sauvegarde comportementale – m'indiquent qu'il est temps de me diriger vers l'acte de clôture de la cérémonie. L'heure a sonné. Titubant, je vais aux toilettes.

L'ayahuasca est un puissant purgatif, donc dans ce livre je vais vous donner quelques détails. Ne soyez pas choqué, ou sinon sautez les paragraphes à venir plus détaillés sur le sujet. D'ailleurs, *purga* est le nom que les métis donnent à l'ayahuasca : la purge. Pas très mystique, mais on comprend pourquoi. « Et toi, ce soir, tu prends la purge ? » Ça sonne assez médicament redoutable quand même. Les *ayahuasqueros* sont appelés les *purgueros*. Comment traduire ? Les purgés ? Les purgeurs ?

Vous avez compris : parler de ce qui est évacué par les ouvertures supérieures et inférieures du corps est une préoccupation normale et usuelle chez les *ayahuasqueros*. Ils y sont confrontés plus régulièrement que l'habitude, et en tout cas de manière parfois surprenante. Ce fut mon cas ce jour-là : des selles de bébé. Jolies et rondes. Inhabituelles en regard du traitement reçu.

Il est temps d'aller se plonger dans ce qui sera la suite logique : un sommeil de nouveau-né.

ESPÍRITU, JOUR

Exit le décalage horaire. Réveillé à huit heures en pleine forme, je m'étire durant vingt minutes. Nous sommes samedi, le jour sans cérémonie, le jour de repos à Espíritu, mais Guillermo m'invite à aller avec lui ce soir au centre d'apprentissage Luz Kósmika, où une cérémonie est prévue. Le lieu est incroyable : c'est *La*

Forêt d'émeraude, une jungle vraiment plus sauvage que celle de Espiritu. Nous irons à moto.

Guillermo : Là-bas, tu vas voir, les esprits sont nombreux et puissants !

Jan : (les yeux brillants) Super !

Guillermo : On va prendre une préparation très forte de huit plantes. En plus de l'ayahuasca et de la chacruna, il y aura le toé (datura), la bobinsanna, le chai, la coca, la marosa, le piñon blanco ! Pour moi c'est...

Son index pointe sa tête, puis le ciel, ensuite, les deux poings fermés, il se mime assis et secoue son corps doucement comme s'il était prisonnier d'une centrifugeuse d'entraînement pour cosmonautes russes, avec sur le visage la mine de grosse nausée, mais le sourire aux lèvres.

Guillermo : (avec un grand sourire) ... ¡Muy muy muuuuuuu fuerte !

Oh là là là ! le gros cocktail de plantes maîtresses. Et en plus, il en rajoute... Kestenbetsa, l'homme capable de s'endormir alors que, moi, dans le même état j'arrive à peine à survivre.

Bon, je me suis habitué à son humour. C'est quoi, son humour ? Par exemple : bizarrement chaque soir, pendant une semaine, il m'a montré une bouteille de liquide noir en me disant que celle-là était tellement forte qu'il a cru mourir en la prenant. Mais pourquoi me raconte-t-il ça ? Vous avez deviné. À la fin de la semaine, quand je suis bien fragile, bien flippé à l'idée qu'il me verse une goutte de trop, c'est à ce moment qu'il a le don de ressortir la vieille bouteille noire, et de rajouter avec un sourire : « Et ce soir, je prends celle-là. Tu me suis ? C'est comme tu veux... » Alors bon, on peut répondre : « Non, pas ce soir, mon cerveau gauche est passé à droite et vice versa... » En fait, tu rigoles : de toute façon, tu la boiras. On ne refuse pas ce type d'invitation, alors autant faire confiance. Et jusqu'à aujourd'hui, tout a toujours bien fini.

Guillermo vient de me dire : « Hier soir, échauffement, ce soir, on passe le turbo. »

Jan : (ne pouvant tout de même pas retenir un petit spasme nerveux) Heu... Super... ya... qué... bueno...

Il me sourit, ses yeux semblent ajouter : « Comme tu me l'as demandé, non ? » Si, effectivement. Tout va pour le mieux. Je me demande quel jour je vais regretter la témérité de mes propos. Ce soir, demain soir, un soir de la semaine prochaine ? Il me demande si je pourrais amener quelqu'un derrière moi à moto. L'enduro, c'est mon rayon. Ça va être la partie sympa de la soirée. « Pas de problème, la moto, c'est facile, la cérémonie est une autre histoire ! »

Il rigole. Rendez-vous est pris à dix-sept heures. James, son fils, se pointera à vingt heures.

La nuit est noire, la pluie forte. Dès le départ, c'est moins sympa que prévu. Guillermo monte derrière James ; K., ma passagère, grimpe sur ma moto. La balade sera un calvaire.

En fait, un parcours digne de la « Gilles Lalay Classic », sous la pluie locale, c'est-à-dire très dense. Sur ma petite 230cc, équipée d'un phare minuscule qui éclaire difficilement à plus de deux mètres, je glisse sur le sol détrempé, devenu le champ d'ornières laissées par les camions, désormais remplies d'eau jusqu'à un demi-mètre de profondeur. Des ponts bricolés avec des troncs et de la tôle ondulée glissante sont garnis de véritables trous, pouvant allègrement engloutir une roue, voire plus. Des planches étroites sont posées au-dessus du vide pour passer des murs de sable que l'on découvre au dernier moment, alors que l'on roule vite...

Eh oui ! Il ne faut pas s'enliser non plus dans les sables gorgés d'eau devenus mouvants ! Je ne peux pas me lever pour piloter puisque j'ai une passagère accrochée à moi. Enfin, heureusement qu'elle est peu farouche et motarde, ça nous a sauvés. Quarante-cinq minutes plus tard, suants, trempés et épuisés, nous arrivons à Luz Kósmika. Un remake pluvieux du *Salair de la peur*, version William Friedkin, avec notre nitroglycérine à venir, la bouteille que Guillermo trimballe dans son sac. Tout annonce une nuit mémorable.

La construction du centre est terminée. J'y étais venu lors des travaux l'année précédente. Maintenant, la nuit enrobe l'endroit. Un très long pont traverse la forêt humide et nous conduit à la

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

maloca. Devant nous, un escalier. La *maloca* est perchée dans les arbres. En gravissant les marches éclairées faiblement par nos lampes torches, j'ai l'impression de découvrir un temple mystérieux. La jungle est très bruyante : singes, toucans, gros insectes. Le raffut nous rappelle que nous ne sommes pas seuls ici. Je laisse cet instant me pénétrer, afin de le goûter et qu'il dépose en moi le sentiment d'être un aventurier.

DEUXIÈME CÉRÉMONIE

Allô Huston ?

LUZ KÓSMIKA, MALOCA, INTÉRIEUR SOIR

Nous sommes cinq à boire, ce soir. Guillermo et son fils James dirigent la cérémonie. En face, K., ma passagère, et Virginia, une Autrichienne diétant depuis plusieurs années le toé et fusionnant littéralement avec la jungle. Après une douche, allongé sur le matelas dans la *maloca*, j'attends et, défoncé par la spéciale d'enduro, je m'endors...

« Jan ? Jan ? » Guillermo m'appelle. « Oh là là ! Oui ? Où suis-je ? » J'ai des courbatures aux bras... La moto. J'avais oublié : je dois boire. Pas très réveillé, je vais vers Guillermo qui me sert... un très gros verre. Mes yeux pas tout à fait ouverts le deviennent au fur et mesure qu'il verse. Ho ? Le verre est presque plein... Va-t-il s'arrêter de le remplir ? Je pense à peu près ce qui suit :

Jan : (monde des pensées) Non... Pas déjà ! Je viens juste d'arriver !

Jan : (dubitatif)

Sí... Gracias...

Guillermo : *Tranquil...*

Il icarise le verre, c'est-à-dire souffle une mélodie sur son contenu afin d'augmenter sa force et induire une intention. Je bois donc un verre sans fin et retourne m'asseoir avec la sensation du ventre plein, fait rare avec ce breuvage.

Ce soir, tout le monde a droit au gros verre. C'est parti. Grosse ivresse très lente. C'est une ivresse paquebot, mais alors un très gros paquebot, et je chasse tout de suite de mon esprit l'image du Titanic. J'entends James se pencher vers Guillermo et lui dire à voix basse :

James : *Estoy un poco mal...*

(Je me sens un peu mal.)

Il sort, descend l'escalier et va vomir, bien vomir. Longtemps.

Jan : (monde des pensées) Allô, Huston ? *We've got a problem !*

Silence radio. Cela durera plus d'une heure. Comprenez bien ce qui se passe. L'ivresse a tendance à vous sensibiliser physiquement et à vous fragiliser mentalement. Heureusement, les chants, les *ícaros* sont là pour transformer cet état en un soin et guider le patient ou l'apprenti. Sans chant, une forte ivresse peut être comparable à la sensation d'un conducteur au volant de sa voiture de nuit dans le désert, dont les phares s'éteignent doucement, alors que l'accélérateur lui, est bloqué à fond.

Jan : (monde des pensées) Heu... Il a décidé de ne pas chanter. Alors je ne panique pas. Oui, je sais, c'est une ivresse nouvelle. Normal, vu le cocktail ! Donc, je me centre bien. Je me centre dans mon ivresse. Je le fais maintenant.

Le paquebot s'allonge et se tord dans un lent tangage.

Je suis traversé par les mondes de chaque plante contenue dans la préparation. Totalement immergé dans le déploiement de matières visionnaires abstraites de chacun de ces mondes.

Je ne perçois plus les limites de mon corps, je deviens les visions. La sensation de mon corps est nouvelle et particulière, il est comme un liquide flottant dans l'espace. Je sens une grande détente au niveau musculaire, des mouvements particuliers dans ma boîte crânienne.

En fait, tout se détend. Je chasse les peurs qui apparaissent avec ces nouvelles sensations. Il faut rester tranquille et alerte.

James revient s'asseoir.

Le temps passe.

Au moment où Guillermo se met à chanter, je me rends compte que je ne les attendais plus, les chants. Je me promenais dans

chacun des mondes que me proposaient les plantes que j'avais ingérées.

Il chante.

J'ouvre les yeux.

Mon corps est recouvert de formes serpentines marron, épaisses, tapissées de motifs et tissées comme un costume. Une sorte d'armure high-tech, un matériel végétal visionnaire.

La vision est très précise.

Avec le chant, des sortes d'extensions sortent du costume et viennent se placer devant moi. La mémoire se réveille. Pas de panique, j'avais simplement oublié. Les extensions semblent être des interfaces mises par les plantes à la disposition du guérisseur pour qu'il visualise les informations sur le patient avant de pratiquer le soin.

Tout se positionne, mais il m'est difficile de donner plus de détails : je vois la scène, or, si je veux la décrire aujourd'hui, ma pensée se fige. Une sorte de territoire interdit.

Exit la pensée conceptuelle, place à la première partie de la mise à jour : l'ouverture de la diète. J'ai l'impression d'être réaligné avec la *medicina*, comment dire ? Comme un piano que l'on démonte, dont l'on change certaines cordes, et qu'ensuite l'on accorde. J'ai l'impression de voir mon corps comme une coque ; à l'intérieur, les serpents de la médecine se déploient sur les méridiens énergétiques ; tout s'aligne. C'est la séance de réglage de la bestiole que je suis.

Me percevant sous formes archétypales, je vois l'interaction entre la *medicina* et l'être. Murs de serpents emmêlés qui s'organisent lentement en gigantesques mandalas dans la disparition du corps comme espace frontière.

Mes visions se sont assombries, le réglage arrive à sa fin. James chante et je vomis. Mais alors vomis... En fait, ça jaillit tellement fort que je crains de m'étouffer, et ça n'en finit pas. Je ne dois plus respirer, ou plus exactement me concentrer pour respirer brièvement entre deux vomissements. Une partie de moi est heureuse, car chaque vomissement est une formidable libération, le récurage du printemps, l'élagage des arbres de mes mauvaises pensées et de mes humeurs tristes. En même temps, je suis

inquiet. Fort ivre, si je ne garde pas une grande concentration, je risque de m'étouffer ; pas de trépasser, mais de passer un sale moment. Le vomi dans les bronches, non merci. Je m'efforce de conserver une position précise, tendu au-dessus du seau, comme un chat tenu par le cou au-dessus du vide ; là, c'est moi le chat qui se tient lui-même. À l'affût des mouvements rapides de mon œsophage, je traverse bien le traitement que je reçois. Je remplis le seau à moitié.

Je n'ai jamais autant vomi de ma vie.

À part Guillermo, tout le monde a bien purgé dans la nuit.

En fait, je suis surpris : depuis hier, je remplis mon seau, alors que je n'avais pas vomi en cérémonie depuis des années. Il me faut même remonter à près d'une centaine de cérémonies en arrière avant de retrouver le souvenir d'un vrai grand vomissement de ce type. Toutes ces nouvelles plantes sans doute, et la force du traitement reçu. Sur cette réflexion, je m'endors. Le soleil nous réveillera très peu de temps après.

Pas le temps de discuter avec les diéteurs, je promets de repasser dans la semaine. Guillermo et James sont partis très tôt. Il fait jour, soleil ! K. veut rentrer à pied. Je grimpe sur la moto, je me sens léger, fort et concentré. Je n'ai pourtant dormi que quelques heures. Le retour est une partie de plaisir. Seul sur la machine, je peux enfin piloter un peu. Quinze minutes plus tard, je suis à Espíritu et je prends mon petit-déjeuner. C'était l'une des cérémonies les plus fortes que j'aie jamais vécues. Et, somme toute, je vais plutôt très bien. J'y pense une dernière fois en écrivant des notes, que je retranscris aujourd'hui. J'en profite pour prendre conscience que j'écrivais beaucoup, avant. Je théorais, détaillais et dessinais, puis un jour, terminé. Un matin, après une grosse cérémonie, plus rien, un pan de mes préoccupations métaphysiques s'était volatilisé. Pour le mieux, j'y reviendrai.

Pendant près de cinq ans, plus rien. Uniquement la pratique. Très peu de notes.

Mon regard sur la *medicina* s'était modifié. Auparavant, je parlais de chamanisme, de science de l'esprit. Depuis quelques années, je regarde cette connaissance pour ce qu'elle est deve-

nue pour moi : une médecine traditionnelle. Apaisement de la mystique. Accueil du monde concret.

Aujourd'hui, je recommence. Le dessin, avec la BD entamée en 1999, et ce texte. Je ne m'interroge pas davantage, en me souvenant aussi qu'auparavant, pendant des jours, je n'arrêtais pas de penser à tout cela.

Je sors le matériel pour l'expérience. Les batteries sont à plat, le programme doit être réinitialisé. J'envoie un mail pour annoncer la mauvaise nouvelle et demander la procédure à suivre. Je vais donc passer la journée à ne rien faire.

Hamac.

Musique.

Repos.

Je referme mon carnet.

CINÉASTE AYAHUASQUERO – RUE SAINT-DENIS, PARIS
UN JOUR EN 2010 – NOTES APRÈS RELECTURE

Je suis en train de trier : il est des choses dont on ne peut pas parler publiquement. C'est dommage. Mais c'est ainsi. Quelques faits me classeraient définitivement comme « fou », celui à qui l'on n'accorde plus de crédibilité, que l'on regarde avec peur ou pitié. J'ai retrouvé des notes de ce type. Concernant certaines, j'ai tout de même hésité, puis je les ai intégrées.

Après tout, je suis un artiste, un saltimbanque. Les artistes sont un peu « perchés », non ?

Si quelques-uns ricanent à la lecture de ce livre, cela n'affectera pas une certaine confiance que m'accordent mes collègues dans ma profession.

Un cinéaste se doit d'être une créature bizarre. Quand vous aurez fini ce livre, vous vous direz que je suis mal barré ou bien barré ; barré, c'est sûr. Mais pas tant que ça. C'est là que je veux en venir. Un peintre ou un musicien peut vraiment être lâché en roue libre dans son acte de création. Pas un cinéaste. En tout cas, s'il veut continuer à travailler. C'est un peintre à la palette lourde, chaque couleur est très chère, la peinture doit être utilisée vite sous peine de sécher en quelques instants. Obtenir les encres

demande des négociations parfois rudes et bien les utiliser est un art de samouraï.

Autour du cinéaste, des centaines de personnes s'affairent. Réaliser un film, c'est travailler en équipe, diriger une PME. La bonne relation avec l'équipe est très importante. Toutes les décisions artistiques passent par le cinéaste : il est censé être en relation avec l'objet filmique à un niveau d'inspiration que chacune de ses décisions construit en retour. Faire un film demande donc concentration, attention et gestion. Le métier est plus proche de celui de l'architecte que celui de l'artiste peintre. Plus proche d'un artisan que d'un artiste. Si je vous raconte tout ça, c'est pour recadrer ce qui va suivre.

En effet, pendant les premières années, j'étais vraiment dans un espace particulier. Le bruit a couru dans Paris que j'avais décompensé dans la jungle avec un sorcier. D'un certain côté, c'est vrai, et la lecture de ce livre vous le fera sans doute aussi penser. D'un autre côté, j'ai mené à bien une série de films qui réclamaient un metteur en scène ayant la tête sur les épaules. Les films deviennent les témoins du chemin. Ils illustrent les choix, la sensibilité, la lourdeur ou la légèreté de celui qui les tourne. Ils sont « le visible ».

Pour juger de l'effet de la médecine amazonienne sur moi, il suffit de regarder la trajectoire du cinéaste. C'est un bon baromètre.

TROISIÈME CÉRÉMONIE,
IQUITOS, 2009

Une bouffée d'amour, ça fait du bien

ESPÍRITU, MALOCA, INTÉRIEUR SOIR

Je n'ai rien fait de la journée, tranquille. J'avais du mal à me concentrer et je n'ai surtout pas forcé la machine. Ce soir, Guillermo se repose. Il faut dire que la cérémonie de la veille l'a fatigué et c'était son septième jour consécutif de travail ; il prend son dimanche du lundi. Ricardo officie.

Je retrouve l'ayahuasca traditionnelle. La cérémonie est difficile. Dès que les esprits se pointent dans les visions, je suis assailli de douleurs et les visions disparaissent. Je passe la nuit concentré sur mon mal d'estomac naissant. Ricardo fait un soin de groupe à une famille originaire d'Haïti, beaucoup de magie noire à évacuer. Durant le soin, je vois de gros bourdons franchement pas sympas qui tournent autour d'eux. Ricardo nettoie tout ça, puis rejette tout par la bouche dans son seau. La cérémonie se termine tôt, vers trois heures. J'ai une jolie dernière vision : le visage de ma compagne Anne me souriant, habillée en Indienne.

Une bouffée d'amour, ça fait du bien.

Je ne passe pas par la case toilettes et je retourne me coucher, plongé dans un sentiment de chair molle et rance. Je rigole : décidément, c'est un facteur constant avec la liane, les cérémonies se suivent mais ne se ressemblent pas.

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

MATIN

J'ai reçu par mail la procédure de redémarrage du programme, mais les données qui s'affichent ne correspondent pas. Je fais des photos d'écran et les envoie. On verra demain. Je décide de peindre les murs extérieurs de ma maison mais, fatigué, j'irai acheter la peinture un autre jour.

QUATRIÈME CÉRÉMONIE

Il est vraiment barré, Kounen

ESPÍRITU, MALOCA, INTÉRIEUR SOIR

Ce soir, dans la *maloca*, trois patients pour des soins précis et les apprentis, Sita, Bastien et moi.

Ça va balancer.

Guillermo mettra environ une heure et demie avant de chanter. Normal, pour les apprentis, c'est hors chant qu'une part du travail se fait afin qu'ils puissent eux-mêmes bien ouvrir leur ivresse. En tout cas, moi, je suis de nouveau au taquet, comme l'avant-veille. Et c'est de nouveau l'ivresse la plus forte. Je me demande où cette histoire va s'arrêter. Mais bon, tout va bien, les voyants sont au vert. J'ai la nausée au bord des lèvres. Je vibre comme un criquet. Je sens le grand scanner en action qui me traverse. Je me centre comme une bête.

Tel un funambule, mon esprit avance debout sur le fil fin de ses émotions, au-dessus du gouffre de ses peurs. Je pense au coyote avant sa chute sans fin dans le canyon. Bip bip l'observe. Je suis les deux à la fois. Étrange métaphore. Je la souffle loin en respirant doucement.

Je tiens désormais les rênes de ma pensée, d'une main ferme et délicate.

Tout va bien.

Détends-toi.

Meurs un petit coup.

Petite mort symbolique, petit spasme qui affranchit mes perceptions sensorielles et calme mon esprit.

L'ivresse monte toujours.

Je tends légèrement mes muscles et relâche l'étreinte afin de garder le contact avec tout mon corps. Les visions m'englobent de nouveau. Je comprends très vite ce qui se passe. C'est la suite directe de la cérémonie précédente avec lui.

À Luz Kósmika, j'étais plongé dans le monde de chaque plante contenue dans le breuvage et les visions étaient abstraites, uniquement composées de motifs en mouvement. Mais l'immersion était puissante et totale. En fait, j'ai reçu l'énergie de ces plantes. Maintenant, cette énergie est en moi et me permet d'avoir une relation profonde avec les esprits de ces plantes. Il me guide en silence.

Je n'ai jamais vu autant d'esprits, de mondes différents. Ils passent devant moi. Aujourd'hui, je profite de ces rencontres. Le dialogue établi est visionnaire, chaque esprit me détaille son univers. Le chai se présente sous forme d'un grand oiseau bleu, dans un temple aquatique. Les autres esprits sont humanoïdes et disposent de villes et d'hôpitaux qu'ils me présentent. J'avais déjà vu ça quelques années plus tôt, avec mes diètes, mais jamais en une telle abondance. Le temps psychologique s'est fortement dilaté. Guillermo n'a pas encore commencé à chanter.

Note: si vous êtes pris dans la lecture sans que le doute sur la santé mentale du conteur ne vous ait saisi, sautez ce qui suit.

Quant aux autres... désolé d'interrompre à nouveau la lecture.

INTERLUDE

Tous ceux qui n'ont pas vécu ce type d'expériences sourient. Vous devez vous dire: « Eh ben... Il est vraiment barré, Kounen. Il a une imagination débordante, le pauvre, il confond imaginaire et réel. »

Je crois que si je n'avais pas vécu ces expériences, je penserais ce genre de choses.

À partir de là, que faire ?

Admettre qu'il est logique de penser cela, que le garçon nage

en plein délire psychotronique ? N'oublions pas que ça fait quatre jours d'affilée qu'il prend parmi les plus puissants psychotropes disponibles sur la planète à des doses « adulte aguerri ». Notre société nous a appris à nous méfier des psychotropes : c'est toxique, dangereux, et justement... ça fait perdre la raison !

Il s'agit donc d'une expérience artistique intéressante, prenons-la pour ce qu'elle est, et poursuivons l'aventure assez délirante de ce saltimbanque.

Soit.

Pourtant, j'interroge ma raison, ma mémoire, et je m'en souviens bien au moment où je relis ce texte. Lors de l'expérience, le lendemain et aujourd'hui : pour moi, tout était cohérent.

Remarquez, je n'ai pas dit *réel*. J'ai dit : cohérent.

Lors de mes diètes précédentes, donc des années plus tôt, j'ai été confronté à ce même type d'expérience, et les mondes des visions depuis dix ans me paraissent à quelques exceptions près complètement cohérents. Ils s'imbriquent peu à peu pour tisser une réalité virtuelle d'expériences, d'explorations et d'outils thérapeutiques.

Comment vous convaincre de partir en voyage avec moi, au moins le temps de la lecture ? Imaginez que vous faites toutes les nuits le même rêve. Ce n'est pas vraiment un rêve car vous n'êtes pas tout à fait endormi, ni tout à fait éveillé. Un état de conscience modifié. Chaque nuit, assis dans votre lit, vous êtes visité par les mêmes types de personnes, et votre conversation reprend toutes les nuits, à l'endroit précis où elle s'était achevée la veille. Vous n'aimeriez pas que cela vous arrive. Moi non plus. Ben oui, c'est de la folie. C'est-à-dire une expérience incommunicable à ses semblables, que vous êtes seul à vivre. Pourtant c'est cohérent, vous vous décidez à en parler autour de vous et finissez à l'asile.

Sale histoire.

Malin, vous n'en parlez pas, et le vivez. Acte guerrier dans notre société.

Maintenant, vous le vivez dans un contexte culturel et expérimental qui valide votre expérience. Ouf, vous n'êtes plus fou. Vous pouvez aussi plus facilement accorder un certain crédit à ce nouveau territoire de rencontre, non pas qu'il soit *réel* au sens

matériel du terme, mais au sens expérimental. Une réalité d'expériences répétées et cohérentes. Expériences qui vont transformer votre comportement plus tard. Vous apprenez de vos rencontres.

Changeons de culture, rentrons chez nous et la première question est : comment expliquer ces expériences ? Désolé, mais c'est *too much*.

C'est vrai, la science, hélas ! n'a pas encore réussi à l'expliquer, bien que beaucoup essayent. Disons que ce dont on parle ici n'est pas réalité mais expérience.

L'histoire est plus fine. Il n'y a pas le réel d'un côté et l'irréel de l'autre.

Il y a plein de choses entre les deux.

Affiner sa relation avec ces entre-réalités, c'est nouveau et c'est aussi, bien sûr, dangereux pour son équilibre psychologique. Avec l'ayahuasca, l'expérience que vous vivez est tellement réelle que vous risquez de ne plus questionner cette nouvelle réalité, vous l'appellez d'ailleurs l'ultra-réalité.

Ce que le réel semble recouvrir et qui se révèle enfin.

Le sous-jacent au réel.

La matrice du réel.

La grande poupée russe qui contient la petite.

Vous vous mettez à penser ce monde depuis l'autre monde et ainsi à confondre les deux. Le problème est que les mécaniques de réflexion et d'analyse de notre culture viennent de l'extérieur de cette méta-réalité ; alors, forcément, vous êtes le plus souvent à côté de vos pompes.

Ces autres mondes doivent continuer à être pensés depuis leur propre espace.

D'accord, je suis « rebarré » et je vous rassure encore moins ! Mais c'est aussi pour cela que je me contente de décrire plus que d'expliquer. Pour l'heure, avant de continuer la lecture, admettez au moins que c'est peut-être la construction psychique d'un pont linguistique (les visions archétypales) établi entre des espèces végétales et l'espèce humaine, deux intelligences différentes, afin qu'elles entrent en communication.

Nous ne croyons pas ce modèle de relations interespèces possible, nous le dénions en tant que culture. Cela nous semble

impossible car nous réfutons la possibilité d'une intelligence des plantes. Nous avons peut-être simplement perdu cette interface. N'oublions pas qu'il n'y a pas si longtemps nous déniions l'intelligence aux nouveau-nés de notre propre espèce.

Allez, on y retourne. Évidemment, vous avez le droit de lire la suite comme si c'était de la fiction !

Bien que ça ne le soit pas.

Fin de l'interlude,
février 2010

QUATRIÈME CÉRÉMONIE, SUITE

Mourir là-bas

RETOUR À LA MALOCA, VERS 23 H 15

Je suis donc toujours dans le monde des esprits. En fait, pour être plus précis, les esprits ne sont pas autour de moi dans la *maloca* (vision que j'ai eue auparavant, mais pas depuis que je suis arrivé). C'est moi qui suis chez eux.

Guillermo me relie à mes diètes antérieures, principalement le piñon blanco. Je reconnais ces mondes, je pénètre dans des sortes de salles d'opérations bleu clair. Je ne vois pas les esprits, ou bien seulement leurs jambes. L'immersion est totale. Je perçois une vibration forte qui emplit mon corps et je sens le fluide de mon sang couler dans mes veines. Les esprits se rapprochent et sont maintenant visibles. Ils me présentent une sorte de table high-tech avec quelques instruments. La table se rapproche, ou plutôt je m'avance vers elle. Des instruments y sont posés, des sortes d'outils chirurgicaux. Rien de bien coupant. C'est en tout cas ce que je pense. Le design est assez futuriste et les formes arrondies. Imaginez Apple dans trente ans, dans le style du costume que j'ai vu me recouvrir deux nuits plus tôt.

Je ralentis ma respiration. Je me concentre pour chasser les peurs qui montent depuis que j'ai identifié les instruments: je

sais que c'est moi qui, en toute logique, vais passer sur le billard des esprits.

Heureusement, j'ai déjà connu cette expérience, mais c'était il y a fort longtemps.

Je me concentre pour être le plus neutre possible ; ni rejeter, ni demander, juste laisser faire.

Le maximum de neutralité.

Soudain, l'objet chirurgical se met à flotter devant moi ; tout le reste semble disparaître. Il tourne sur lui-même. Guillermo se met à chanter... Fusion. Je quitte totalement la perception de la pièce et de mon corps.

Tout va bien à ce moment-là. En fait, je ne peux pas avoir peur, puisque j'ai disparu.

L'outil est dans ma conscience. Il change de forme, beaucoup de motifs qui s'entremêlent pour former une succession de structures géométriques dans un espace non limité. Les formes de l'objet semblent prendre celles de lettres ou de signes d'un alphabet inconnu. Il se diffuse dans mon esprit.

Ensuite, les souvenirs qui surgissent sont ceux du survol d'une jungle inconnue, puis je rentre dans un végétal, je fusionne avec lui.

Je suis loin.

Un processus commence.

Je me mets à sentir la mort, non pas ma mort humaine, mais la mort dans ce monde. Je me laisse faire et j'éprouve une immense tristesse, douce, sans pensée, suivie d'un long spasme.

Le chant vient de se finir.

Je reviens.

Je ne sais plus où je suis.

Je pense : « Je me suis laissé mourir là-bas. »

Un nouveau type de mort symbolique, celle qui a lieu dans le monde des esprits pour revenir ici-bas dans le monde humain. Une manière de revenir.

Un langage, une technique.

Je laisse filer cette pensée.

Guillermo appelle Sita et il lui chante un chant incroyable.

La nausée déboule plein pot. J'ai du mal à maintenir ma

conscience stable. Une sorte de choc thermique avec l'expérience que je viens de vivre. Je n'arrive plus à poser mon esprit dans le centre.

Guillermo m'appelle, je me lève avec difficulté. Il m'inonde littéralement d'un grand nuage de tabac qui redresse mon ivresse.

Tout s'harmonise.

Je retrouve le centre.

Un pied dans ce monde, un pied dans l'autre, perception générale des organes, sensations de mes pensées et de mes visions.

Guillermo se met à chanter.

Je descends dans un monde lumineux, jaune, doré, mais, immédiatement, je perçois une sensation agréable et, étrangement, je m'en méfie. Je me concentre sur les paroles du chant, un chant de nettoyage.

Je reste vigilant. Je sens que de l'information déboule.

Je parviens à suivre le chant, un couplet sur deux. Je questionne ce qui se présente en demandant à la plante de me donner du discernement. De beaux esprits s'avancent.

Guillermo arrête de chanter. Concentré, je pense : « *Medicina*, montre-moi qui sont ces esprits, je me relie à toi. » Je stabilise mes sens pour ne pas saisir les sentiments de bien-être un peu trop liés à des plaisirs charnels ou à une forme de gourmandise spirituelle. Je me place dans mon cœur.

L'esprit arrête d'avancer.

Je poursuis le questionnement intérieur.

Un voile se lève doucement, ou disons que la partie qui se trouve derrière l'esprit se révèle doucement.

De vilaines formes sombres. Je n'ai pas peur. Je comprends.

Guillermo est en train de me guider dans ma demande de discernement.

Je perçois ce bel esprit comme une marionnette d'une énergie bien noire. Je regarde dans quelle partie de mon corps cette dernière résonne.

Un éveil de compréhension.

Guillermo se remet à chanter.

Voilà, l'ivresse est telle que je pars dans des problématiques métaphysiques issues de mes rencontres diverses et variées avec

différentes religions et traditions. Ici, dans la jungle, point de quête de réalisation, pas de recherche de satori, simplement cette médecine. Prendre les plantes pour se soigner, se comprendre, se nettoyer et ensuite soigner les autres. Si un son sort de ta bouche, si une intention émerge, ils doivent être reliés à la *medicina*.

Ce n'est ni de la philosophie, ni une doctrine, encore moins une religion, c'est la pratique d'une médecine.

La fin du chant est intuitivement un serment d'Hippocrate amazonien, avant d'avancer dans cette nouvelle diète.

Fin du chant.

Je retourne m'asseoir.

Guillermo et Ricardo se mettent à chanter en même temps.

À peine assis, je redécolle.

Comment dire ? Mon esprit monte, monte de manière vertigineuse. Je traverse le monde des esprits et continue de monter. Un sifflement strident entre dans mon esprit, chassant toute pensée (la dernière fut, à ma grande surprise, pour le faucon millénium de *Star Wars* passant en hyperspace ; je ressemblais à cette vieille breloque de vaisseau propulsé dans un ailleurs).

La lumière pure, la vieille carcasse du faucon millénaire vibre, mais tient bon. Des faisceaux de lumière en lames, dans des hurlements stridents, traversent mon esprit. Fin de l'ouverture de la diète. (Oscar des meilleurs effets spéciaux : Kestenbetsa)

Puis, décrochage, je pique vers les ténèbres. Mais la lumière est en moi, et l'obscurité m'envahit pour le restant de la nuit. Nettoyer, quitter, rejeter, traverser, Seigneur (tiens, c'est approprié) ! Moi qui croyais être un mec bien, me voilà plongé dans mes pulsions sourdes, mon égoïsme spirituel, charnel, professionnel, mon manque de générosité, mes colères, mes doutes. Une odeur de soufre m'envahit, celle du Jugement dernier. Je suis à la fois l'accusé, le juge et... le bourreau.

De grandes douleurs dans tout mon corps. Le faucon pique en flammes vers l'étoile noire, mais mon esprit reste froid et concentré.

Une sacrée nuit.

Je me souviens ensuite avoir entendu Guillermo et Ricardo

discuter en shipibo et rire. J'ai entendu mon nom, je comprends quelques mots. Ils se marraient car ils m'avaient envoyé loin.

J'ai ri tout seul. À mon tour, une bonne grosse *cruche*, comme on dit là-bas.

Puis Ricardo est venu me chanter *Sua sua vainquin* (Nettoyer, nettoyer), pendant vingt minutes.

Les visions étaient sombres.

Après cet éclat de lumière, je pense à Dieu : « Qui es-tu ? »

Ricardo chante pour moi, fort.

D'un coup, je suis saisi par une puissante et terrible évidence. Et au lieu d'être secoué, j'ai l'impression soudain d'être assis dans une clairière verte. Estomaqué par ma révélation. Le chant de Ricardo me paraît loin, et pourtant il chante très fort, à quelques centimètres de ma tête, le chant *Mawa yoshins* (Chasser les esprits des morts). Ses paroles sont des sulfateuses à répétition. Mais moi, je suis assis dans mon champ d'herbe verte, le cœur doux, observant ma révélation.

Je manque de foi.

C'est cela mon problème.

La foi.

Je manque de foi.

J'ai foi en l'Univers, mais l'Univers est trop vaste. Il n'y a pas de point focal, de direction vers où se concentrer.

Fin du chant.

Je reste halluciné par ce que je viens de découvrir, j'ai foi en cette médecine, foi en l'Univers, mais ce n'est pas *la foi*.

La foi est tournée vers le créateur de l'Univers, *Ibo Riosqui*, en shipibo. La foi te relie à une certaine qualité de l'amour que je n'ai pas encore explorée. La foi n'est pas un concept.

Guillermo ne m'en a jamais parlé. J'ai été connecté aux esprits de la *medicina*, j'ai visité quantité de mondes spirituels humains, non humains, terrestres, extraterrestres, infernaux, célestes...

Tout se met en place, je me souviens de ses paroles : « À chacun son chemin. » Il ne m'en a jamais parlé, simplement car c'est à moi de le découvrir.

Aujourd'hui, il établit la connexion.

La nuit continue. Guillermo fait son dernier chant. Je m'endors apaisé.

Je me réveille dans la douce lueur de l'aube. La plupart des participants dorment toujours. C'est le moment du rituel des toilettes. Titubant, je mets dix minutes à parvenir aux *baños*.

Assis sur la cuvette, je détends mes tripes et mon anus laisse filer un jet fluide et régulier. Je n'ai aucune douleur, l'acte me soulage, mais je trouve qu'il dure un peu trop longtemps.

Je m'interromps pour regarder. La cuvette est pleine. Seigneur, j'ai fait au moins deux litres de diarrhée. Je tire la chasse et recommence. Rebelote. Gros nettoyage en toute tranquillité.

Je regrette presque de ne pas avoir un livre tellement ça dure. Je chasse cette pensée car je serais bien incapable de lire, je suis encore ivre. Un bon *Fluide glacial* peut-être? Je ris tout seul. Attention! L'ivresse est encore là... Restons concentrés.

Allez, il est temps d'aller glisser ce bloc de viande pensant dans les draps. Nauséux, je vais me coucher.

JE MANQUE DE FOI

CINQUIÈME JOUR, OU SIXIÈME... QUI PEUT SAVOIR?

Je me réveille en pleine ivresse et *full visions* vers huit heures.

Les visions sont nouvelles et incroyables, des champs de lumière, des cités de lumière comme je n'en ai jamais vus. De la lumière blanche; je pense *Ibo Riosqui* comme si j'avais peur de dire Dieu.

Puis petit sommeil d'une demi-heure, et je me lève enfin en pleine forme. Je file voir Guillermo pour notre conversation quotidienne.

Je dis: « *Ayer, tu me conectado con la luz de Ibo Riosqui.* » (Hier, toi connecté moi avec la lumière de *Ibo Riosqui*.)

Il répond: « *Sí.* »

Je dis: « *Yo falta de fé.* » (Moi manquer de foi.)

Il répond: « *Sí.* »

Quelqu'un l'appelle; il s'éloigne.

La foi, en shipibo ça donne: *Akon kushi shinan*, littéralement: la bonne et grande force des sens.

J'aime cette définition: ce qui nous « maintient », la grande

force des sens. Rester connecté à un sentiment large, vibrant, émanant à l'intérieur. Le sentiment de l'amour.

Difficile quand l'ivresse est très forte. Cet objectif permet de maintenir l'être au plus difficile des moments. Rétablir son sentiment, le canaliser ainsi à travers les cinq sens, et le faire passer par le cœur, peut-être le fameux sixième sens ?

Le nord magnétique des *ayahuasqueros*.

La grande et bonne force des cinq sens. La foi en l'amour comme force supérieure.

Je suis un peu secoué. Cela fait cinq nuits d'affilée, et pas des petites ! Moi-cool et moi-flippé décideront plus tard si l'on va boire ce soir. Puis je me dis que non, finalement, j'ai vu pire, je ne tremble pas. Je manque de foi. Normal, je ne crois que dans ce que je rencontre, et encore, il faut que cela se produise au moins deux fois, ou plus. J'ai la tête dure.

Pour changer, je ne vais rien faire aujourd'hui. Questionner mon manque de foi et prendre les notes de la veille.

Me sortant de mes pensées, Guillermo revient vers moi et conclut : « Ce soir, nous prendrons dehors. » Moi-cool prend le dessus. « Dehors, dans la jungle sous le ciel étoilé, super ! C'est une préparation spéciale ? » « Non, non, normale », me répond-il. Je pense : « Les vacances, quoi ! »

Il fait soleil. D'un coup de moto, je vais voir Bastien qui habite à quelques kilomètres de là. Il est l'une des « victimes » de *D'autres mondes*. Un jeune Belge qui a vu le film à la télévision et qui s'est dit que c'était pour lui. Arrivé au centre, désintoxication de ses petites addictions, puis les diètes, les grandes rencontres dans l'invisible et très vite, l'apprentissage. Ça a été dur pour lui.

Il ne parlait pas espagnol, je faisais le traducteur ; Guillermo était inquiet. Il pensait à Bastien, à sa vie en Belgique, à ses parents. Bastien avait vingt-deux ans. À demi-mot, j'essayais de lui dire qu'il devrait rentrer, qu'il pourrait toujours revenir ; il faut reconnaître que je me sentais un peu responsable. Mais, même si mon film a envoyé beaucoup de gens dans la jungle, ils en sont revenus. Rentrer, Bastien a fini par le faire, sauf que ce fut bref, pour travailler d'arrache-pied, gagner de l'argent et repartir le plus vite possible. Je le trouvais alors dans une

certaine confusion qui n'était pas sans me rappeler la mienne quelques années plus tôt. Bref, tout le monde l'aimait beaucoup mais personne ne pensait qu'il serait capable de faire sa vie ici, ni même simplement que ce serait bon pour lui. L'ayahuasca est une école difficile, vivre avec les Shipibo demande encore un autre apprentissage. Le bougre a continué l'enseignement, a construit sa maison (j'avoue que ce coup-là, je suis resté le cul par terre), fait son jardin botanique, construit un magasin pour vendre l'artisanat des communautés, et il s'est fiancé avec Vanessa, la fille de Guillermo. Il l'a épousée; un garçon est né. Les parents de Bastien sont venus de Belgique pour le mariage. Ce n'est pas forcément facile pour Bastien tous les jours. Mais il est à sa place ici et est un homme heureux. C'est donc un vrai plaisir d'aller les voir.

Le magasin et la maison sont encore en train de s'agrandir. Bastien travaille dur. Nous prenons le temps de discuter de la vie ici, des projets et, bien sûr, de la *medicina* et du centre.

Son regard sur le sujet a changé. Aujourd'hui, il est posé, clair et tranquille. Il a bien atterri. Quand je le vois en charpentier construire sa maison, c'est plus qu'une métaphore.

À mon tour maintenant de voir son film, celui du mariage.

« Bastien, tu te souviens de la première fois où tu as vu Vanessa ? C'était dans un autre film ! » (dans *D'autres mondes*, elle est la jeune fille de quatorze ans dont on fêtait l'anniversaire). Rires et vertige. « Tu te souviens de qui tu étais avant ? La rencontre avec la liane ? Quelle folie !... Quelle aventure ! »

Souvenirs, souvenirs.

MEXIQUE,
FLASH-BACK, 1999

Blueberry Madness (part one)

Je revenais de mon premier voyage au Pérou, et partais en repérages au Mexique pour *Blueberry*. Nous allions parcourir le Nord à la recherche des décors du film.

Deux ans plus tôt, j'étais au Mexique pour tourner une pub. J'avais découvert les équipes de tournage sur place, des gens expérimentés et très agréables. La beauté des paysages m'avait séduit au point que j'ai pensé que ce serait l'endroit parfait pour tourner *Blueberry*, un projet de long-métrage. Avec Tetsuo Nagata, mon chef opérateur, nous en avons profité pour faire des repérages dans l'État de Durango.

Ce deuxième voyage au Mexique a été l'une des aventures les plus hallucinantes vécues par la créature totalement irrationnelle que j'étais alors. Si aujourd'hui je suis autant empli d'irrationalité, cette dernière s'est fondue dans ma rationalité (ce n'est, bien sûr, que mon point de vue). Dans un équilibre qui me permet simplement de vivre plus tranquille. Tranquille, à l'époque, je ne l'étais pas du tout. J'étais illuminé. Avec Guillermo et la *madre* ayahuasca dont j'avais bu des cruches, j'étais devenu un *hijo* de la liane, un enfant des étoiles. En résumé, j'étais à donf !

Nous voilà donc de retour au Mexique. Le scénario n'était pas abouti, mais suffisamment avancé cependant pour justifier les premiers repérages sérieux et établir un premier budget. Nous avions deux semaines. Le plan était de commencer par les États

de Torréon, Chihuahua, Coahila et Zacatécas pour finir par Durango, puisque je le connaissais.

Nous étions quatre. Matéo, mon ami d'enfance vivant au Mexique et ayant effectué les repérages, Michel Barthélémy, mon chef décorateur, et Ariel Zeitoun, mon producteur.

Avec moi, Ariel revenait de loin. En rentrant de mon premier voyage de repérage chamanique chez les Huichols quelques mois plus tôt, je lui avais fait une mauvaise blague. Je l'avais accueilli à la maison en veste indienne, avec deux colliers autour du cou. J'avais écarté les bras en disant : « Mon frère, j'ai eu la révélation. »

Ariel : (rire crispé) Ahahaha ?

Mine déconfitée d'Ariel. Un petit silence. J'ôte mes colliers et ma veste.

Jan : Mais non Ariel, je déconne !

Je lui dis alors que ce voyage était passionnant, mais qu'il faut que je reparte en Amazonie. Mon objet d'étude sera la rencontre avec les chamanes, il y en aura dans *Blueberry*.

Lui, qui venait juste de commencer à se détendre, se recrispe un peu.

Ariel est un intuitif et son intuition est plutôt juste. Dès le début, il sentait que toutes ces aventures allaient me retourner à un moment ou un autre et il était inquiet pour moi.

Je suis revenu de mon voyage au Pérou deux mois plus tard. La tête à l'envers, ou enfin à l'endroit.

Ariel est de nouveau venu me voir, et cette fois-là, je ne l'ai pas accueilli avec des colliers de fleurs. Je l'ai pris dans mes bras et, fendu d'un grand sourire, je lui ai annoncé que j'avais rencontré le mystère, que mon aventure dépassait de loin tout ce que j'avais pu imaginer. Tandis que je m'étendais, exalté, les yeux humides, sur la fraternité humaine, je lui expliquais que j'avais traversé le miroir de la réalité et que le cinéma était devenu anecdotique face à un phénomène d'une telle ampleur.

Pour toute réponse, j'avais son petit rire nerveux en boucle.

Je crois qu'à la fois il se demandait si je me payais sa tête de nouveau, ou si son pire cauchemar devenait réalité. Avec joie, je lui ai fait part de ma décision de prendre une année sabbatique

pour voyager dans le monde. Je lui ai expliqué que j'avais vécu pour le cinéma pendant dix ans et que maintenant il était temps que je me consacre à autre chose. Nous ferions un film, mais dans quelques années, avec les Shipibo. Là, il a compris que je ne plaisantais pas. Je l'ai achevé d'une phrase : « Ne t'inquiète de rien mon ami, tu viendras avec moi et tu verras par toi-même. »

Il avait désormais la lourde tâche d'annoncer la nouvelle à son associé, Thomas Langmann. Un dîner mémorable avec lui fut organisé. Re-confirmation de ce qu'ils redoutaient tous les deux :

« Après une année coûteuse de développement, leur réalisateur leur annonce gaiement qu'il a décidé, pour un temps, de quitter le monde du cinéma. »

J'ai su par la suite qu'ils avaient passé quelques mauvaises nuits. Et la nouvelle finit assez vite par se transformer en rumeur dans le petit monde du cinéma parisien :

« Kounen est parti vivre avec les Indiens, il veut plus faire de cinoche !

Non ?

Si, il a même fondé un foyer là-bas et a plusieurs femmes !
(Authentique ragot.)

Non ?

Siiiiiiii, et puis il se drogue avec eux dans des rituels magiques !
(Façon de voir les choses.)

Ooooh, ben ça, alors ! »

Quelques semaines plus tard. Une nuit. Une nouvelle illumination quantique jaillit : puisque c'était *Blueberry* qui m'avait envoyé là-bas, ce serait ce film qui, en retour, allait être le réceptacle de cette rencontre.

Il ne faut pas lâcher l'affaire !

Je file voir Möbius, lui raconte en détail mes expériences avec les Indiens. Ses yeux brillent. Je lui dis qu'il faut que ce soit *Blueberry* qui accueille cette dimension, le cœur du film serait visionnaire. Il valide d'un rire très aérien et caverneux à la fois. Un rire indigène qui prendra quelques années plus tard tout son

sens¹. Du coup, je rappelle Ariel et l'aventure repart. L'ayahuasca n'a pas eu raison du cinéaste.

Avant les repérages, je file de nouveau en Amazonie quinze jours voir Guillermo. J'emporte une caméra. Au retour, tout va bien pour les producteurs, enfin je veux dire : le film continue. Sans le savoir, là-bas, j'avais entamé en parallèle un nouveau film : *D'autres mondes*. Les producteurs ne savaient pas non plus qu'ils avaient commencé à le produire.

Voilà donc comment le projet s'est remis en route.

J'en profite ici pour présenter à mes collègues et amis mes excuses pour les désagréments subis.

1. Lors de la sortie de *Blueberry* en salle, nous étions en tournée de promotion avec Jean Giraud (alias Mœbius) quand un journaliste lui demanda des détails sur un projet de script concernant *Blueberry*, qu'il avait écrit quelques années plus tôt, et dont la scène finale plaçait Mike Blueberry au centre d'un combat chamanique entre un prêtre et l'âme d'un chamane habitant le corps de Blueberry. Ma surprise fut grande lorsque Jean l'évoqua : c'était très proche de la scène finale du film, et il en parlait pour la première fois. Une pensée m'a traversé : « J'ai dû capter son rêve. » Je comprends désormais ce rire énigmatique... À chaque culture ses chamanes !

NOVEMBRE 1999

Blueberry Madness (part two)

Donc, nous traversons le nord du Mexique, dans l'enchaînement des grandes plaines de l'État de Chihuahua, fendues par l'asphalte rectiligne où parfois les poteaux électriques sont tordus sur plusieurs centaines de mètres, signe de l'atterrissage récent d'un petit avion de narcotrafiquants. Nous scrutons les paysages.

Un cri de ma part ou une moue intéressée de Michel Barthélémy, le chef décorateur, provoque immédiatement un arrêt du véhicule. Des photos sont prises face à un décor possible. Mais cette fois-là, l'arrêt a été le point de départ du premier incident sérieux.

Une petite voix, qui n'était pas du tout reliée au cinéaste, me disait de chercher. Chercher... mais chercher quoi ?

Tandis que l'équipe prenait des photos, je me suis mis à galoper dans la pampa. Personne ne s'est inquiété, souvent mon exaltation provoquait ce type de comportement. J'ai donc laissé mon instinct faire, et, sans me poser de questions, j'ai marché. J'avais l'impression d'être un pantin guidé par des fils invisibles. Après avoir grimpé une colline, je m'arrête face à un petit cactus planté dans le sol. Mon regard se fixe sur lui, une petite voix me dit : « Prends-moi. »

Je m'exécute.

De retour dans la bagnole, je monte à l'avant et pose le cactus sur le tableau de bord.

La voiture reprend sa route et mon regard se rive de nouveau sur le cactus. « Mange-moi », semble me dire la voix du petit

cactus qui parle à l'intérieur de mon esprit. Je ne bronche pas, ce cactus n'est pas du peyotl : j'en avais pris chez les Huichols, quelques mois plus tôt. Ce nouvel ami a beaucoup d'épines, il a une bouille sympathique, mais peut-être est-il toxique ?

Je chasse ces pensées loufoques pour parler du film avec mes collègues. Alors que je reviens vers lui, l'ayant temporairement oublié, la petite voix reprend : « Mange-moi, mange-moi ! MANGE-MOI ! »

Je me dois donc de le manger, mais pas sans avoir vérifié auprès d'un Indien que ce cactus est comestible.

Quelques heures plus tard, suivant une route le long d'une rivière, nous traversons lentement un *pueblo*. Lieu dépouillé, à l'écart, pauvre, fait de petites baraques de briques et de bois. J'aperçois une grand-mère indienne qui tourne une grosse cuillère dans une grande marmite bouillonnante à l'extérieur de sa maison. Elle a un regard profond et froid. Image d'Épinal : la vieille sorcière et sa tambouille. Les villageois nous regardent. Nous devons être un peu inquiétants, roulant lentement dans notre gros Dodge aux vitres fumées.

J'avais maintenant l'habitude des *pueblos* indiens, je savais que nous ne risquions rien. Admettons que, pour mes compagnons, le lieu était un peu le cliché série B d'un endroit où il n'est pas bon de s'arrêter. Moi, j'y voyais surtout l'opportunité de rencontrer quelqu'un qui pourrait me dire si le cactus était comestible.

Jan : (désignant la tambouille)

On s'arrête, il faut que j'aille parler avec elle.

Silence radio. Il est fou ?

Jan : Allez, je suis sûr qu'elle peut aussi nous filer à bouffer. Elle a l'air sympa.

J'avoue que là, j'avais sans doute un peu exagéré, mais nous avions faim. Michel Barthélémy a contenu son rire.

Ariel : Non, on ne s'arrête pas !

Jan : Attends, il faut que j'aille la voir...

Ariel ordonne à Matéo de continuer. La voiture redémarre doucement, me proposant un lent traveling sur cette femme de connaissance. Je murmure en râlant que je reviendrai la voir.

« C'est ça, c'est ça... » Nous quittons le *pueblo*.

En fin d'après midi, arrivée dans la ville la plus proche. Briefing dans un hall d'hôtel. Ariel propose de pousser le voyage pour notre dernier jour dans l'État et de dormir dans la ville suivante. Il nous restait quelques canyons à voir. Les canyons, j'en avais vu suffisamment lors de mon premier voyage dans l'État de Durango, destiné à devenir notre futur camp de base pour le tournage. Ils sont magnifiques.

Jan : Laissons tomber les canyons, il y en a de plus beaux à Durango ! On y sera demain soir, et puis moi je dois aller voir la vieille Indienne. Je vous l'avais dit tout à l'heure, il fallait s'arrêter. Maintenant, je dois y aller de nuit !

Bien sûr, je ne précise pas que c'est en vue de lui demander si mon copain, le mystérieux cactus, est mangeable. C'est la goutte d'eau qui fait déborder le vase. En général, Ariel lorsqu'il s'énerve prévient en rigolant nerveusement. Jusqu'à présent, j'avais toujours écouté les signes et agi en conséquence. Mais là, c'était trop. Il faut dire que je le malmène un peu depuis le début. Dans le lobby de l'hôtel, tous les regards de l'équipe se tournent vers nous au moment où Ariel me saisit par le col de ma veste.

Ariel : Mais Jan ! Tu vas arrêter, oui ! C'est plus possible ! Tu m'entends ? C'est non !

Nous sommes tous surpris.

(Note : j'en profite aujourd'hui pour lui présenter mes excuses. Ariel m'a vraiment soutenu tout au long de cette histoire. Nous conservons aujourd'hui une vraie amitié et des projets en commun. J'espère, Ariel, que tu vas rire en lisant ces lignes. Faire le film a été une aventure encore plus dingo, peut-être écrirai-je un deuxième tome !)

Jan : (doux) Calme-toi Ariel. Désolé, mais vraiment je pense que c'est la meilleure solution ! Tu verras, il y a tous les canyons que l'on cherche à Durango, fais-moi confiance, j'y suis allé. Ce sera plus simple en logistique.

J'entraîne Matéo vers la voiture. En fait, je les plante dans

le hall de l'hôtel. Barthélémy a les yeux plissés, il se marre intérieurement¹.

Le regard d'Ariel trahit la montée d'un gros flash-back où il me voit l'accueillant avec mes colliers huichols : « Le cauchemar n'est pas fini. » Philippe, le directeur de prod', a l'air effaré. Il se dit peut-être que ce projet de film (ou son réalisateur) est trop particulier pour lui. Il ne le finira pas, d'ailleurs.

Matéo me conduit donc voir la vieille Indienne dans le *pueblo*. Pendant le trajet, il me dit que j'ai un peu exagéré et essaye de me persuader de rentrer ; autant pisser dans un violon. Nous arrivons au *pueblo* ; la nuit est tombée, pas d'éclairage public, le paysage est totalement différent, mais nous parvenons à retrouver la maison. Les pleins phares du Dodge l'éclairent. Je vais frapper à la porte et la *mamita* finit par m'ouvrir.

Mon espagnol est vraiment mauvais.

Jan : (lui montrant le cactus) *Holá, ¿ Qué tal ? ¿ Disculpe, sabes que es eso ?* (Vous savez ce que c'est ?)

Elle regarde le cactus.

Jan : *¿ Puedes comer eso ? ¿ Planta sacrada ? ¿ Este es como el peyote ?* (Ça se mange ? C'est une plante sacrée ? Comme le peyotl ?)

Elle me scrute un instant et répond :

L'Indienne : *Sí, este es el peyote de los Tarahumaras.* (Oui, c'est le peyotl des Tarahumaras.)

Ben voilà ! Je la remercie et lui dis que je vais aller le prendre au bord de la rivière. En effet, au bout du chemin, nous avons trouvé un endroit magique, encaissé entre deux gigantesques canyons. Une petite plage entourée d'arbustes qui m'avait semblé être un lieu appelant le sacré.

Prudemment, la mamie me répond que c'est un lieu pour cela, et du coup, je lui propose de venir prendre le cactus avec moi. Elle me demande un instant de réflexion et rentre dans sa

1. Michel, quand une galère se pointe, a toujours l'air de se marrer. Ça marche assez bien, son truc, comme j'ai souvent eu l'occasion de le constater au cours des divers films que nous avons pu faire ensemble.

maison pour en fermer les volets. J'en conclus qu'elle ne désire pas se joindre à moi. Encore un *gringo loco* !

Allons-y donc seuls !

Une demi-heure plus tard, nous arrivons au bout du chemin cahoteux, sous les phares de la voiture, au centre de la petite plage ; un feu est préparé.

Naturellement, je pense à une invitation. Une bouffée mystique me susurre que ce feu a été préparé spécialement pour moi. Je l'allume donc et m'apprête à manger le petit cactus.

Je dispose devant moi les différents objets que j'ai ramassés durant la première semaine de repérage, étale mon tissu shipibo, coupe le cactus et en mange un tiers.

(Note : en relisant, je me dis que j'étais un peu barge d'allumer ce feu. Je ne savais pas qui l'avait préparé, la région était pleine de narcos et ça aurait pu mal tourner pour moi et mon pote cactus, s'ils avaient débarqué.)

Matéo n'est pas loin.

La mescaline contenue dans le cactus fait un peu d'effet. Je me plonge en méditation ; pas de visions. Des pensées pour le film. La sensation de la rivière. Un moment de paix.

Deux heures plus tard, Matéo vient me voir et me dit qu'il serait peut-être temps de rentrer, les autres vont s'inquiéter.

Nous partons. Hélas ! Très vite le Dodge s'enlise. Complètement bloqué ; il doit être 23 heures. Nous sommes à une demi-heure de route de la moindre habitation. Matéo est catastrophé, il pense à « Ariel la foudre ». Je le rassure : que peut-on faire ? Ce n'est pas grave, on ira chercher une dépanneuse lorsque le jour se lèvera. Il n'y a pas de quoi mettre le feu au lac ! Matéo voit bien qu'il ne faut rien attendre de moi. D'ailleurs, je le quitte vite pour grimper sur un petit plateau désertique, m'y allonger et regarder le ciel. Dans le silence du désert, le bruissement lointain de l'eau. La voûte céleste est sublime, l'air chaud et doux.

Le copain cactus est avec moi.

Je respire doucement.

L'impression de flotter sur l'astre Terre.

Un vaisseau traversant le cosmos.

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Je sens la colline, son énergie douce et chaude sur laquelle je suis allongé. J'ai l'impression que les étoiles se contemplent à travers mes yeux devenus miroirs. Un vertige de bien-être assez long, tout est vivant, tout est unifié, les étoiles, le vent, la Terre, les animaux, comme une virgule d'évidence dans le chaos global. Quelques larmes plus tard, lentement, doucement, je m'endors. Oscar du plus bel assoupissement de ma vie.

PETIT MATIN

Matéo part chercher une dépanneuse et l'équipe. Moi, j'ai soif. Une voiture se pointe, suivie d'une dépanneuse. Ils viennent me chercher. Je grimpe dans le véhicule et présente de brèves excuses. Personne ne fait allusion à notre mésaventure. Silence dans la voiture qui file vers l'aéroport. À part moi, tout le monde est un peu tendu et Ariel a des cernes. Nous prenons l'avion pour Durango. L'autre morceau du cactus est enroulé dans un tissu et dort au fond de la valise.

ATTERRISSAGE À DURANGO,
NOVEMBRE 1999

Le retour du cactus de la sierra

LA MISSION REPÉRAGE

Les premiers jours, boulot boulot. Avec Chicho, notre repéreur local, éleveur de chevaux et connaisseur de la région, nous partons revoir les décors que j'avais repérés avec lui deux ans plus tôt. L'équipe, elle, les découvre. La plupart seront dans le film ; en deux jours, nous avons vu l'essentiel de ce qu'il nous manquait : canyons, déserts, sierra. Ariel est aux anges. Enfin, tout va bien !

Nous roulons ; la nuit va tomber. Nous nous engageons dans le dernier canyon. Il faut faire vite, le soleil va bientôt se coucher. Le premier incident ne va pas tarder à se produire, et ce coup-là, je n'y suis pour rien. Nous roulons dans un lieu étrange. Une étendue de sable dur, ultra-plate, recouverte d'une multitude de tout petits cailloux. On dirait un dessin de Mœbius pour son album *Arzack*. Au centre, un chemin ; sur les côtés, à une centaine de mètres, les contreforts d'un canyon pas très haut.

Parfois, un arbre.

Très étrange, mais pas pour notre film. Il est temps de faire demi-tour. Nous nous arrêtons quelques instants pour aller voir une grotte, dernier espoir de décor.

En fait, déception, nous découvrons que la grotte abrite désormais une chapelle sommaire. Petite prière et demi-tour. La voiture ne redémarre pas. J'en profite pour retourner à la chapelle. Il fait maintenant nuit. Je me place devant la Vierge. La Mère. Je médite, non pas pour lui demander de faire redémarrer la voiture, mais histoire d'avoir une bonne connexion avec elle. Je fixe l'arcane avec mon cœur. L'énergie est forte. Je plonge. Une demi-heure plus tard, j'émerge. J'entends le moteur qui se met à tourner. Je les rejoins, nous repartons.

À l'hôtel, sommeil réparateur. Après un bon petit-déjeuner, je remonte dans ma chambre. Je m'allonge sur le lit et me laisse flotter. Depuis la grotte, je suis au ralenti, dans une douce torpeur. Sur le lit, j'écarte mes bras à l'équerre, pose mes yeux sur le plafond, puis les ferme doucement.

Christ.

Le mot vient, avec douceur.

Christ.

Dring !

Le téléphone sonne.

« Allô ? » Ce n'est pas le Christ, c'est Ariel. Ils m'attendent en bas, je suis en retard. Moi, j'étais en Judée imaginaire. Je prends mes affaires et récupère au fond de ma valise le cactus à moitié grignoté à la rivière, je le mets dans mon sac à dos. Précision : contrairement aux apparences, je n'y ai pas goûté depuis la rivière, presque une semaine plus tôt.

Ils m'attendent tous devant la voiture ; nous filons. La journée passe, sans grandes découvertes ; les repérages seront bientôt terminés.

Fin d'après-midi, dernier canyon de la journée. Encaissé, sauvage, dans son milieu coule une petite rivière. Nous marchons. Je vois un serpent noir qui se déplace vite sur les cailloux à quelques mètres de moi. Je l'observe et instinctivement, je commence à souffler la mélodie du serpent. Tsss tss tss...

Je m'arrête net. Le serpent vient de bifurquer, il file droit vers moi.

Soudain, un jet de pierres lui tombe dessus. Je crie d'arrêter,

il ne faut pas le tuer. « C'est un serpent mortel ! » me répond Chicho, qui a dû penser : « Il est fou ce *gringo director*. »

J'ai pris ma décision. Je dormirai cette nuit seul dans le canyon. Je ne sais pas tout à fait pourquoi, mais l'impulsion est forte et évidente. Le plus dur va être de l'annoncer à Ariel. En fait, même pas. « T'es sûr ? » « Oui. » Il se tourne vers Chicho. C'est un cow-boy, l'idée lui paraît saugrenue, mais pas dangereuse. Pas d'orage en vue. Chicho me prêtera une couverture. Rendez-vous est pris le lendemain matin à huit heures. Ils partent. Je suis seul.

Le soleil se couche.

Pourquoi rester ici ?

En fait, c'est simple. À trente-cinq ans, je n'ai jamais passé une nuit seul dans la nature. Je ne parle pas de dormir dans la tente avec des potes sur le GR 20.

Je parle d'être SEUL.

Puis-je passer une nuit dans mon milieu d'origine ? La petite souris peut-elle passer une nuit hors de sa cage dorée, dans la prairie ? J'ai une boîte d'allumettes, une bouteille d'eau, une couverture, ma bite et mon cactus. Je ramasse du bois, monte sur un gros rocher au centre de la rivière et prépare un feu, puis entame mon repas du soir. Aigre et farineux. Je remercie le cactus et avale la dernière bouchée.

J'ouvre mes sens.

Je sens la nature environnante.

Je fixe instinctivement le feu.

Je ferme les yeux. Après plus d'une demi-heure, surgit une longue vision flash.

Le cactus est au centre de ma vision. Je me connecte avec lui. Toutes ses aiguilles le quittent comme des missiles.

Il est nu.

Je ressens des piqûres dans mon corps. Comme si, de l'extérieur, l'on me plantait ses petites aiguilles.

J'ouvre les yeux.

Merde, il est toxique !

Je me concentre, je sens l'ivresse de la mescaline, plutôt douce.

Ne panique pas ! Oui, je sais, tu es seul loin de tout. Mais tu

as déjà mangé ce cactus ; cette fois la dose est double. Il doit être un peu toxique, voilà tout. Rien de grave.

Les piqûres continuent.

Je me concentre. Je me dissous dans les piqûres, surveille mon corps, le détends. À moi de traverser.

S'il y a un peu de poison, ça va passer, reste connecté au cactus et au lieu.

Je médite, j'y parviens. Les piqûres se font moins fortes, plus espacées. Je reprends pied. Je ne dors pas. Je suis assis, la couverture enroulée sur moi. Un coyote se met à hurler. Suivi d'un autre, et encore un autre. Une dizaine, de chaque côté du canyon. Ils sont loin, l'écho me signale que certains sont en hauteur, d'autres en bas.

Ça dure.

Je ne pense pas : « Ils me saluent. »

Je pense : « Aiment-ils la viande de *gringo* bien tendre à la mescaline ? »

Je me dis qu'il faut juste alimenter le feu.

Je me mets à les écouter. Je place mon attention sur l'intonation de leur voix. C'est une sacrée expérience.

Je me sens loup.

Non, je n'ai pas hurlé à mon tour, rassurez-vous. Bon, j'avoue que j'ai failli le faire, mais le souvenir de l'épisode du serpent m'a calmé direct. « Eh mec, si tu criais, et qu'ils venaient tous vers toi, avec leurs yeux brillants et leurs crocs pointus ? »

Les écouter, même de loin, a été une expérience forte. Pas du style « Tu as vu, Marie-Chantal, c'est beau, le cri de toutes ces bêtes sauvages qui résonne dans le canyon ! » Plutôt dans un autre style : « Mon cœur battait comme un tambour navajo, lent et puissant. Je goûtais ce pourquoi j'étais là. Leurs chants faisaient vibrer ma part animale. »

J'ai goûté chaque minute de cette nuit, jusqu'au lever du soleil.

Hier, j'étais avec la Vierge, ce matin avec le Christ et cette nuit, avec les loups.

J'ai replié mes affaires, marché une demi-heure. Je suis sorti du canyon, un peu en avance. Face à moi, la plaine. Au centre, une

traînée de poussière signalait l'approche du Dodge de Chicho ; parfaite synchro.

Nous récupérons les autres à l'hôtel. Tout va bien. Dernier repérage : une ancienne ville minière abandonnée, un décor possible pour notre ville de Palomito. Arrivée sur les lieux. Le décor est superbe. Je le connaissais et je suis ravi que Michel l'apprécie. Je suis en pleine conversation avec Ariel lorsque le cactus fait son retour.

Jan : Aïe !

Ariel : Quoi ?

Jan : Non, non, rien, j'ai rien dit !

Houla ! Le cactus revient, en force. Ça pique dur.

Que faire ? Avouer tout et filer à l'hosto ? Solution extrême qui me ferait définitivement perdre toute crédibilité. Ma pensée créative construit vite une scène qui donnerait à peu près ça :

« Ariel, il faut que je te dise... Tu te souviens du cactus que j'avais ramassé ? Bon, je suis allé voir la vieille Indienne, elle m'a dit que je pouvais le manger. Je l'ai fait hier soir, mais voilà, je crois qu'il est empoisonné car j'ai mal partout, ça pique là, là et là.

S'il te plaît Ariel, tu peux m'amener aux urgences de l'hôpital le plus proche ? »

Évidemment, il se met à rire nerveusement.

Ensuite deux scénarios possibles.

Le premier : il m'étrangle (peu probable).

Le deuxième : inquiet et attentionné, il m'amène à l'hosto (plus probable), puis me fout dans un avion, exit le film (super-probable, je ferais la même chose à sa place).

Donc, je serre les fesses, je reste attentif aux piqûres, me reconnecte au petit cactus, lui dis qu'il va falloir me laisser tranquille et que ce film, je le fais pour le bien des plantes, et que l'on ne m'y reprendra plus.

Le cactus est sympa. Il me fout la paix dix minutes plus tard.

Nous rentrons à Paris, avec tous les décors, le film est en route, il se tournera... trois ans plus tard.

Fin des aventures du cactus de la sierra. Prochain épisode, l'effondrement des tours de Manhattan.

IQUITOS, 2009

Nausée sous les étoiles

DEHORS SOUS LES ÉTOILES, SIXIÈME NUIT

La fameuse nuit « vacances en perspectives » sous les étoiles. Je vais faire court : nuit difficile, les vacances, ce sera une autre fois.

Retour aux mondes de l'ayahuasca. Fini, la balade avec les esprits. Douleurs dans le corps. Retour de la peur. Nettoyage. Des visions très sombres. Je redresse mon ivresse en chantant à l'intérieur, les guérisseurs m'aident ensuite. Je me sens sale, morcelé. Mon mental part un peu en boucle, ma foi égarée quelque part dans le cosmos. Un peu triste de me retrouver là. Je me reprends avec une pensée : « Tu croyais quoi, mon grand, que cet état ne reviendrait plus ? Allons, allons, rappelle-toi, tu travailles, c'est tout. Au boulot ! Laisse cet état te traverser, ne le saisis pas. »

Dans le corps, les douleurs sont fortes ; elles vous arrachent du monde des visions. Je ne m'inquiète pas et fais tourner en boucle dans mon esprit « *Medicina*, pénètre mon corps. » Je remonte et m'apaise.

Tout cela a duré quelques heures.

Maintenant, je me détends, fume du tabac, puis redresse mon regard.

La voie lactée s'est levée. La ville est loin, il n'y a pas de lumières. Le spectacle est entier. Je ferme un peu les yeux, pour

laisser les mondes visionnaires apparaître sur fond d'étoiles. Ricardo chante.

À travers les visions, je vois le ciel, l'Univers.

Vertige métaphysique.

L'univers de mes émotions se projette sur l'infini de l'espace. Je goûte ce moment émouvant et la vision se modifie. Mon monde intérieur s'illumine, heureux d'aller un instant se refléter sur l'infini du cosmos. Une seule image pour un double vertige. Puis trop d'émotions, les pensées se pointent. Je lâche ce bel état.

Je vais mieux, un peu patraque tout de même, mal au crâne. Tiens donc, je touche les limites de la fatigue, enfin ? Endormissement lourd ; je suis réveillé par la rosée. Je traîne ma carcasse jusqu'à mon lit.

LENDEMAIN

Réveil en pleine ivresse, douce, ample. Je sens mon corps apaisé, quelque chose s'est débloqué pendant mon sommeil. Peut-être me suis-je tout simplement bien reposé. Il est tard, j'ai fait ma première grasse-mat.

La journée peut commencer. J'ai faim. Il faut que je bouge. Après un copieux petit-déjeuner, direction Luz Kósmika. Il est temps d'aller discuter avec les diéteurs longue durée.

Les apprentis sont peu nombreux, il y a deux Russes, deux Norvégiens, Virginia (la « fusionnée » avec qui j'avais fait la cérémonie) et trois Français. Teddy, Yann et Benoît, tous jeunes, entre vingt et trente ans. Teddy, je l'ai déjà vu au centre quelques années auparavant, maintenant il est ici pour un an. Benoît, lui aussi a pris un an, Yann, six mois. C'est avec eux que je passerai le plus de temps.

Les diètes sont très fortes. Dès que je m'approche d'eux, je sens l'énergie de leur diète, puissante, une grande vague sensible.

Je bouge doucement ; instinctivement, je parle bas, je me pose dans leur rythme. J'ouvre mes perceptions, il s'agit d'écouter et sentir. Je suis assez admiratif de tous. Benoît par exemple, que j'avais rencontré à Paris après un bref voyage, a décidé de venir ici. Nous nous étions croisés chez Amma, lors de son passage

annuel près de Paris. Il m'avait ramené chez moi ; dans la voiture, devant ma porte, à trois heures du matin, nous avons discuté longuement. En le voyant partir, j'étais un peu inquiet pour lui. Aujourd'hui, après huit mois de diète dans la jungle, il n'est plus le même. Beaucoup plus posé, ultrasensible. Tous me racontent leur vie de diéteurs. Les esprits sont proches d'eux tout le temps, c'est parfois terrifiant, en tout cas épuisant. Il y a aussi la solitude et l'isolement dans leurs cabanes respectives au cœur de la jungle.

La nuit, quand la bougie s'éteint, la frontière disparaît, les reflets de la lune sur les arbres sont les nouvelles frontières, et ils sont là, seuls dans leur silence et leurs visions.

Je vois une bande d'aventuriers de la conscience.

Je les regarde en chemin. Je pense que le retour sera difficile. Ils me le disent eux-mêmes. Teddy : « Je n'arrive pas à imaginer pouvoir dormir sans le bruit de la jungle, sans cette vie... »

Ils font une cérémonie par semaine, mais Guillermo passe rarement chanter pour eux et ils se sentent un peu abandonnés. J'essaye de les rassurer. C'est ainsi que se passe l'apprentissage. C'est la difficulté de l'enseignement. Le « sens » doit venir du fond de nous-même. Le *maestro* nous laisse mijoter. Nous devons trouver nous-même certaines portes. Lui nous guide aux moments cruciaux. Quand la porte est trop lourde et que nous l'avons frappée des nuits entières, enfin il nous montre. Il faut apprendre à nous redresser sans lui. Je leur raconte mes propres chutes.

Je plonge dans mes souvenirs.

FLASH-BACK,
PUCALLPA, 2000

Mystic Terror

MAI, CÉRÉMONIE

Ce soir, je n'ai pas envie de boire, je traîne les pieds en entrant dans la *maloca*. Je suis arrivé à Pucallpa quelques cérémonies plus tôt, moins d'une dizaine. C'est toujours la même chose. J'attends chacun de mes voyages là-bas. J'attends ce moment particulier, la plus grande aventure qu'il m'ait été donné de vivre et, pourtant, dès qu'elle arrive cette aventure, la peur entre dans la danse. La peur monte de nuit en nuit, au rythme des nouvelles rencontres invisibles. Elle se mue en terreur les derniers soirs pour finir par être traversée la dernière nuit. C'est mon quatrième voyage en moins d'un an ; je connais le processus, j'ai appris à faire avec. Il faut juste que je le suive jusqu'au bout, que je boive chaque soir la dose qui m'est proposée, même si elle est importante. Je dois garder cet objectif en ligne de mire et ainsi placer en moi la confiance dans le travail de Guillermo. Boire le verre plein, c'est dominer l'ombre de la peur qui, chaque jour, va essayer de prendre davantage possession de moi.

Ce soir, c'est difficile. La cérémonie approche et mon ventre est en bois, je ne parviens pas à le détendre, je tremble. J'ai beaucoup de mal à garder la peur à distance... J'ai peur.

Je suis ivre en entrant dans la *maloca*. Je m'assieds. Guillermo

n'est pas là. Maria sa mère et l'autre guérisseur attendent. Soudain, je me calme, me laisse happé par le vertige. Il faut comprendre que pour moi les cérémonies se prolongent pendant la journée. Le processus est en phase d'accélération. Maintenant mes poumons se remplissent et se vident au ralenti. Parfois, les vagues tranquilles de la respiration créent des ondulations dans le corps. L'effet de l'ivresse monte lentement. Malgré le bien-être, une petite angoisse germe: « Je n'ai pas encore bu et je suis déjà *mareado*... »

Je me détends toujours plus, laissant filer cette pensée et ses petites sœurs angoissées. Désormais, chaque fois que je vais prendre la liane, mon corps se prépare quelques heures avant. J'en ai pris l'habitude, mais cette fois, c'est plus fort.

La détente diminue d'un coup. Guillermo entre dans la *maloca*. Il s'assoit pour discuter en rigolant avec les autres. Ce soir, il est relax. Le regard vif. Il baille en versant un verre d'ayahuasca, puis en silence incline sa tête vers le verre et ne bouge plus.

Mon ivresse revient immédiatement.

Une pensée émerge: « Si je sentais l'ivresse aussi fort, c'est qu'il me travaillait à distance, il me le montre maintenant. » Ce n'est pas une démonstration de pouvoir, mais plutôt le signe de notre connexion bien établie. Il contrôlait la situation et le voyage a commencé bien avant la cérémonie. Il me dit que nous allons prendre en cours de cérémonie une autre plante maîtresse, le renaco, qu'il me montrera le lendemain.

Je bois, puis je m'assois, surpris et un peu inquiet par ce nouveau plan. Il éteint la lumière, ce vieux néon circulaire où les insectes se cognent sans relâche. Une métaphore me vient: « Moi aussi je veux aller vers la lumière, mais attention, approche-toi doucement petit moustique *ayahuasquero*. Sinon, bling ! »

NOIR

Je sens l'ivresse monter sans visions.

Le corps vibre de plus en plus, j'espère secrètement qu'il commence à chanter. Une demi-heure se passe ainsi dans le silence, puis il m'appelle. C'est le moment. Je suis très ivre, tremblant. Les visions arrivent et il faut boire de nouveau ?

La préparation est translucide et il y a au moins un quart de litre. Je bois. Les *curanderos* boivent à leur tour, ainsi que les autres personnes présentes.

Puis tout arrive très vite.

D'un coup, la réalité se modifie totalement. Différents esprits que je n'avais jamais vus sont autour de moi. Des cris et des gémissements de terreur assaillent ma psyché, mais ils sont mort-nés, assassinés par mon esprit vitrifié par ce qui est en train de se produire.

L'image la plus parlante serait la version « science-fiction mystique » d'un Tex Avery. Je suis comme maintenu dans un espace entre deux pensées.

Je perçois ces esprits dans leur espace propre. Ils sont entièrement recouverts de motifs en mouvement. Ils me rappellent la structure des danseurs de *pow wow* ou de certains costumes des chamanes de l'Oural. Incroyablement beaux et scintillants, les motifs se déplacent à vive allure sur leur visage sans yeux. Semblables à des poupées sophistiquées, des marionnettes assemblées par un génie de la mécanique céleste.

Ils sont assis dans une pièce. L'un d'eux s'approche de moi. Il se penche sur ma tête, dans le silence absolu. J'ouvre les yeux, il est là. Des sons s'assemblent et un cône de motifs descend de sa bouche vers le haut de ma tête. Lentement, il m'envahit. Sur ce cône lumineux, une vision nouvelle et étrange se dessine et vient vers moi. Des crocodiles aux couleurs vives. Le volume a disparu, ce sont des estampes vivantes, redessinées en deux dimensions. Incroyablement ciselés, ils s'imbriquent les uns dans les autres.

Je pense un instant aux dessins impossibles d'Escher.

Le mot mort tente d'émerger dans mon espace intérieur, mais une série de petits spasmes le repoussent.

Les crocodiles descendent en moi. Je me laisse faire. Je reprends conscience de mon corps.

Lentement, une mélodie arrive. Les motifs viennent rebondir sur le fond de mes boyaux, et de leurs mouvements lents naît une mélodie, un *ícaro*.

Je serre les dents pour ne pas chanter.

Puis, d'un coup, je suis ramené à la perception du haut de

mon corps par le liquide qui grimpe à grande vitesse de l'estomac vers ma bouche.

Un retour foudroyant.

J'ai le temps d'ouvrir la bouche et je vomis.

Plus tard, Michel, un de mes « compagnons de seau », m'a dit que j'avais vomi quelques minutes après avoir bu, alors que j'avais la sensation que ma rencontre avait duré une vie.

La pensée nous inscrit dans le temps.

Plus de pensée, le temps se dilate à l'infini.

Puis, libéré du liquide, je ne contrôle plus rien ; toujours dans le silence, comme libéré, je m'envole dans les mondes de l'esprit.

Un anaconda file dans une série de cavités gélatineuses, le décor est mon cerveau et le sentiment est extatique. Il se mue en râle, tandis qu'un puissant sentiment de pouvoir grandit en moi.

Je le saisis avec les deux hémisphères de mon encéphale et j'émet un grognement sourd. L'anaconda file, mais il a la voix d'un loup prédateur.

À ce moment précis, deux des *curanderos* vomissent.

Mon corps se glace d'une terreur profonde.

J'en suis responsable. Mon manque de concentration, l'oubli de moi-même – nous sommes dans le même véhicule et j'ai fait une fausse manœuvre. Mon mental s'est mis dans une boucle.

Je saisis cette pensée à la con lorsqu'elle jaillit en moi.

Je pars droit dans mon enfer.

Grandit en moi l'étrange certitude d'avoir fait racler à tous les barrières de sécurité.

J'ouvre les yeux, et je me concentre pour rester dans la *maloca*. Je suis tapi comme un fauve les yeux grand ouverts, regardant tous mes frères humains, en essayant de ramener mes pensées dans ce monde. Le malaise monte, j'ai sauté dans le TGV de la culpabilité, perdu la concentration, la peur m'envahit.

Les larmes montent ; la tristesse d'avoir mal agi par manque d'attention.

La boucle terrifiante déroule inexorablement son emprise sur mon esprit. Les visions deviennent chaotiques.

« Mon Dieu, mais qu'ai-je fait ? »

Mon corps tremble, les larmes coulent.

« Centre-toi !
Centre-toi !
Maintenant !
Putain ! Merde !
Lâche toute cette merde mentale !
Quitte cette apocalypse !
Arrrrrrghhhh. »
(En résumé, bien sûr.)

Guillermo se lève. Il se place debout devant moi. Comme l'esprit vu plus tôt. Il replie un peu ses jambes. Il paraît immense. Un lutteur de sumo indigène. Il chante à quelques centimètres de mon front.

Tandis que dans la *maloca*, les autres commencent à crier au secours. « Jan ? Jan ? » Bon, il faut dire qu'avant la cérémonie je les avais rassurés : « Les gars, s'il y a un problème, appelez-moi, je vous aiderai à aller voir Guillermo. » J'avoue que je ne m'attendais pas à être dans cet état. En réponse aux appels, mon petit doigt a bougé de quelques millimètres vers eux. Ce sera tout ce que je ferai ce soir-là pour aider mes amis. Les autres enchaînent : « Guillermo ? Au secours ! »

Lui est sur moi et chante fort. Un chant sourd, rapide, guerrier. Une voix que je ne lui connaissais pas. Je tremble comme un poussin tombé du nid dans la neige glacée. Le chant me pénètre profondément. Il provoque de brèves visions terrifiantes, mais surtout des secousses dans mes organes. Il déroule du sens. L'énergie du chant active de nouvelles pensées. Ma tête bouge en rythme avec le chant. À chaque mouvement, un pan du contrôle intérieur se replace. Comme une armure mentale. Mes pensées en rythme avec ses chants déroulent à peu près cela :

« Ne laisse pas ces pensées négatives saisir ton mental !
Le sentiment de culpabilité, regarde-le avec tes yeux de serpent.
Ne le laisse pas te saisir.
Regarde-le pour ce qu'il est : négativité.
Il s'inscrit dans le passé.
Tu n'y peux rien changer.
Seulement te rendre malade.
Perçois le mécanisme mental.

Vrai ou faux.

La seule chose que tu peux faire, c'est regarder avec l'œil intérieur ce sentiment pour le reconnaître une fois qu'il émergera de nouveau. Vrai ou faux, peu importe. Reconnais-le vite, ne le laisse pas se déployer.

Reconnais-le vite, avant qu'il grandisse.

Tue-le dans l'œuf.

Que ce voyage te laisse cet enseignement.

Celui de la vigilance. »

Ma tête se met à gigoter, c'est trop fort, je gémis.

Le chant se termine. Je suis encore plus ivre.

Tout le monde bouge dans la *maloca*, le bateau chavire. Les autres guérisseurs se mettent à chanter et Guillermo s'occupe de chaque personne.

Cela dure la nuit entière, jusqu'au lever du jour.

Huit heures de tempête. Huit heures de folie.

Je suis resté tapi comme un félin chassant ses pensées. Les visions étaient terribles, pulsions, peur. À chaque fois, c'est la même chose : plus le voyage est élevé, plus l'atterrissage est difficile, comme si l'un ne pouvait se dérouler sans l'autre.

Les deux faces de la nature de l'homme, ombre et lumière : la connaissance doit se faire dans les deux directions. La *medicina*. J'avais été confronté la nuit entière de nouveau à la peur de moi-même. Dans cet état sensible où nous étions tous liés, difficile de trouver la détente dans la vigilance, surtout compte tenu de la force de cette nouvelle préparation.

Finalement, nous sommes tous revenus à bon port. Revenus dans l'état commun, dans le monde connu. Guillermo s'approche de moi et il me demande comment ça s'est passé. La figure déconfite du survivant que je lui présente le fait éclater de rire, un rire désarmant.

Il me dit : « *Bastante fuerte para mí*, j'ai traversé l'Univers » ; il pointe le plafond de la *maloca*, puis il me dit : « Dans mon ventre, ça bougeait, mes tripes ont gigoté. » Je souris en pensant : « Putain, moi, c'est pas seulement mes tripes qui ont gigoté, c'est

tout mon corps, et mon cerveau avec. » Il m'a regardé, puis il a mimé un petit gigotement, une parodie gentiment moqueuse de mes mouvements de la nuit. « Je t'ai entendu toute la nuit dans ma tête, tu disais (imitant la voix d'un petit enfant) : "Mon petit papa, aide-moi, *ayúdame*." »

Il éclate d'un rire guerrier. Ce qui a sur moi un effet thérapeutique immédiat. Je ris, la détente vient d'un coup. Je ris de moi-même. C'est tellement vrai, et c'est du coup tellement bon. J'avais besoin de relativiser ce que je venais de vivre.

Puis il part se coucher.

Au lever du jour, tranquilisé, je m'endors. Au réveil, j'imagine les *curanderos* comme des surfeurs ; l'effet provoqué par la plante maîtresse est leur vague, elle ouvre la porte des autres mondes, ils prennent appui sur elle. Hier soir, c'était celle d'un tsunami, mais j'étais avec le Surfeur d'argent.

Je m'extrais de mon sac de couchage. Je bois un thé et grignote du bout des lèvres un biscuit.

Plus tard, je rejoins Guillermo. Nous sommes assis dans le jardin de sa petite maison dans le quartier de Yarinacocha, une jungle vaguement défrichée, devant la *maloca*. Il caresse nonchalamment un arbuste aux racines tourmentées. « C'est lui que tu as rencontré cette nuit. » Ses doigts glissent sur l'arbre, tandis que son regard est posé sur moi. Sans que je ne lui aie rien demandé, il prononce cette phrase : « Mon grand-père me disait toujours : "Ne saisis pas l'énergie." » Puis il s'étire et, tranquillement, s'éloigne en me laissant dans mes pensées. Je suis surpris. En général nos communications verbales, je n'oserais dire conversations, mon espagnol étant trop approximatif, sont liées à des questions purement matérielles. Mais ces paroles prennent un tout autre sens au regard de la nuit que je viens de vivre.

Je reste songeur. Des fractions de la nuit remontent, la mémoire d'instants se mêlant à ce qu'il vient de dire. Avec un regard, un sourire, le ton de la voix. L'intention de ses mots, une mémoire, le fait qu'il m'adresse un message de manière indirecte. Les mots d'un autre que lui illustrant ma propre attitude. Les choses prennent leur place dans mon esprit. Le tout est un message plus

riche, entre sensation et parole, attitude et mémoire, qui donne à peu près ça :

« Laisse filer ta pensée.

Elle est comme une rivière, si tu fixes son flux, c'est comme si tu construisais un barrage. Tu inondes ta conscience.

Laisse couler ta pensée avec un bon sentiment.

La rivière s'élargit et devient un fleuve paisible. »

Je lâche un instant mon carnet, car en écrivant, c'est le flash !
Je ne perçois pas ma pensée, elle me possède.

Vertige.

Travail pratique.

Je passe la journée à essayer de méditer, puis je réfléchis et, au final, j'élabore un peu.

Dans le monde des visions, tu observeras la naissance de cette pensée. Tu identifieras le sentiment duquel elle émerge, l'émotion à laquelle elle fait écho, ainsi tu pourras choisir, non pas en pensant, mais depuis l'écoute de tes sentiments. Tu choisiras de laisser ou non cet espace se déployer en toi et autour de toi.

La pensée doit être sous surveillance, car c'est ton lien actif avec le monde invisible.

Si tu es en paix dans une joie douce, expression du bien-être simple mais profond.

L'esprit dans le cœur.

J'admets que c'est largement de l'ordre de l'interprétation personnelle. Mais ne croyez pas que sous couvert de psychomagie, je sois retors et que je distille ce que je pense en créditant Guillermo : ce n'est pas ce qu'il m'a dit, mais ce n'est pas non plus quelque chose qui émerge de ma propre réflexion seulement.

C'est très difficile à expliquer et à partager.

Ce texte est écrit depuis l'œil grand ouvert de ma propre subjectivité, et pourtant me paraît susurré à l'oreille par l'homme et les esprits qui l'entourent.

La concordance, au cours des années, entre l'attitude de Guillermo et de ce que j'ai ressenti me fait voir son travail comme une éducation de la conscience endormie. Il possède des

clés, issues de sa connaissance. Il semble percevoir mon état de manière subtile. Non pas ce que je pense, mais je crois qu'il peut reconnaître les formes, les visages des pensées qui me traversent, les énergies et les esprits qui tournent autour de moi.

De manière moins ésotérique, il connaît les mouvements psychologiques de l'être humain, il les observe avec une autre grille de lecture, un monde archétypal et une perception énergétique de l'autre.

Les guérisseurs shipibo ne sont pas loquaces.

Les chants transmettent la guérison et l'enseignement.

J'ai très rarement soutiré des informations orales à Guillermo. Si je lui faisais part de mes problèmes ou de mes réflexions, il me répondait souvent : « *Gracias para tu información, las respuestas a la noche.* » (Merci pour ces infos, les réponses ce soir.) Les réponses arrivaient sous forme de visions.

Chaque fois qu'il m'a fait passer un message, ce fut sous une forme indirecte : « Il m'est arrivé telle histoire. Certains *curanderos* disent que... » Il me racontait une expérience qu'il avait eue jeune, durant ses premiers voyages chamaniques, en me disant ce que cela signifiait, alors qu'il m'avait fait vivre une expérience semblable la nuit précédente, sans jamais y faire directement référence. Et ce peut-être simplement pour me rassurer ou m'éclairer sur la nature de ce que j'avais vécu, car je faisais fausse route dans l'analyse de l'expérience.

Il utilisait aussi la présence d'un groupe pour me faire passer un message.

Je crois que ce sont les crocodiles qui me font penser aujourd'hui à cette cérémonie six mois plus tôt.

SIX MOIS PLUS TÔT

Ce soir, certains vont rencontrer la peur

Ce lendemain de cérémonie, je suis mal. Il m'est plus souvent arrivé d'être très heureux et comblé au petit matin, mais là je suis vraiment mal. Si je ferme les yeux, je vois mes formes arachnoïdes expurgées la nuit et ravalées le matin ; mes pulsions profondes éveillées la nuit me regardent droit dans l'âme. Je sens monter en moi des désirs orgiaques de viande crue et de sexe bestial, moi qui, sensible la veille, avais du mal à avaler quelques grains de riz et me voyais comme un colibri humain.

Putain ! Mais qu'est-ce qui s'est passé ? Le réveil de Vibroboy ? C'est quoi ce bordel, je suis un gentil garçon... Non ?

Non.

Dans l'esprit, une puissance sourde résonne.

Inquiet et un peu psychotique, je vais voir Guillermo. Je lui fais part de ce que je vis pour lui faire comprendre que je ne suis « vraiment pas bien » et que je commence à flipper sévère. « Cette nuit il faudra être un peu doux avec moi. » Sa réponse pleine de bonhomie est l'habituelle nonchalance dont je vous parlais plus tôt : « *Gracias para la información, vamos a ver a la noche.* » (Merci pour l'information, on va voir ça cette nuit.)

Je me dis, rassuré, que l'info est passée. Je lui fais confiance : tout se résoudra dans la nuit. Il faut juste que je me détende et que je me concentre sur ce qui m'arrive.

La journée me permet de voir un autre visage de la bestiole assez terrifiante que je suis aussi. Un prédateur, emplí de pulsions.

Bien au fond de l'être existe sans doute l'amour inconditionnel, mais avant de le trouver, il faut creuser dans la boue. En tout cas, l'amour inconditionnel m'a quitté, je suis dans la fange de mon être.

Dans la jungle, pendant les périodes de diètes, lorsque la nuit tombe, c'est pour de bon. Elle vous tombe littéralement sur les épaules. L'énergie change et votre corps se transforme en plomb. Puis, la cérémonie approchant, la peur fait son entrée. Ce n'est qu'un malaise léger, qui vous fera penser : « Heu, ce soir je ne crois pas que je devrais prendre la liane car je ne suis pas très bien. » Cette pensée, on l'a si souvent qu'on prend vite l'habitude de ne pas s'y arrêter. Mais cette nuit-là, elle prend la forme d'une terreur.

Pas de détente possible, avec la pensée : « Je ne peux pas faire autrement que d'y aller, aie confiance, ce n'est qu'un mauvais moment à passer. » La confiance dans la connaissance du *maestro* a une grande importance. Je l'ai eue dès le premier jour. Elle a été mise à rude épreuve, mais elle est le refuge.

Je m'assois pour me préparer. Il y a plusieurs Occidentaux, des amis aventuriers qui ont voulu m'accompagner dans la jungle pour, eux aussi, vivre cette expérience.

Mon problème du soir concerne ma propre survie.

En général, le *curandero* ne fait pas de discours au groupe. Seulement de petits entretiens personnels dans la journée. Mais ce soir, surprise ! Guillermo s'adresse à tous : « Ce soir, certains d'entre vous vont rencontrer LA PEUR. » Il a dit « *Mieeee-doooo*. » Chaque syllabe du mot « peur » en espagnol se détache très bien. Il le prononce comme le prénom d'un ennemi que l'on va assassiner froidement dans l'heure qui vient. Un commando en partance pour l'assassinat de Maître Peur.

Un grand silence flotte dans le groupe. Heu... C'est quoi ? Une invitation au *bad trip* ?

J'ai un gros spasme.

Brrrrrrrrrrrr.

Tout mon corps.

L'enfoiré ! Car cette annonce, elle est pour ma pomme ! Celui

qui va rencontrer la peur, c'est moi, et d'ailleurs en bon élève, j'y suis déjà bien plongé. Il poursuit : « La peur doit se dominer. »

Fin de la grande conférence en deux phrases.

Je souris, crispé. Ma tête doit ressembler à celle d'un acteur d'une comédie de boulevard. Le cliché du mec contracté qui veut donner l'air d'être détendu. J'ai une furieuse envie de m'enfuir loin, mais alors vraiment loin de tout ça. « Putain, mais pourquoi j'ai pas fermé ma gueule cet après-midi ? » En fait, le coquin m'avait laissé mijoter, et je suis à point.

C'est mon tour de boire la liane. En dernier. Il me sert la dose normale, un demi-verre, et me le tend lentement. Ma main va vite pour le saisir. Il arrête son geste et se pose avec tranquillité dans mon regard. Aucune émotion, aucune tension. Il me renvoie ma propre confusion. Il monte la bouteille à la hauteur du verre et, sur le point de verser, me demande : « ¿ *Un poco más* ? » (Un peu plus ?)

Mental vif, je compile instantanément ma journée : la peur montante, son attitude jusqu'à cette proposition. Aussitôt, tout est cristallin. « Un peu plus ? », c'est déjà la possibilité de refuser. Mais surtout la possibilité d'aller plus loin. Une invitation. À la confiance, encore une fois. Je maîtrise suffisamment ma terreur : « Je te fais confiance, fais ce qui te semble juste. » Une manière de dire : « Ok ! Je te suis, mais ne me lâche pas mon ami, je suis très mal ce soir. » Il remplit le verre d'une triple dose. « Seigneur, Marie, Joseph... » C'est venu tout seul, une formule que ma grand-mère me disait en Corse lorsqu'enfant je revenais à la nuit, le corps couvert d'écorchures après m'être perdu dans le maquis.

Je bois.

Un verre qui n'en finit pas.

Glou, glou et reglou.

À la fin, mon corps ressent un long spasme qui part des orteils pour aller mourir sur les zygomatiques, tant l'amertume est forte.

Après ce spasme artistique, Guillermo me regarde et demande : « Ça va ? » L'enfoiré, en plus il fait comme s'il s'inquiétait ! Mais, c'est trop tard, j'ai bu. Grimaçant, je lui rends le verre et murmure un « oui, oui. » Il s'adresse alors au groupe : « Ce soir, Jan va chanter pour vous. »

Effet magique.

Ma peur s'est envolée.

Non seulement je vais traverser le voyage avec lui, mais voilà qu'en plus je vais le démarrer pour les autres ! Soudain soutenu par cette mission inattendue, me voilà regonflé. Je m'installe, me concentre et me prépare à souffler le chant du serpent. Les peurs ne m'ont pas quitté, mais j'ai une force nouvelle. Avant que le moindre son ne sorte de ma bouche, Guillermo se met à souffler une mélodie inhabituellement rapide qui a pour effet immédiat de me projeter dans le voyage. L'extase et la peur. Les visions sont comme une toile tendue que l'on traverse sans cesse. L'extase ? Les crocodiles bijoux, à peine saisis par le mental, se retournent et deviennent d'immondes grouillements d'araignées.

Se rendre à la peur. Ne pas la saisir. Se laisser traverser par elle, dans un frisson, reconnecte l'esprit et le corps, faisant jaillir de magnifiques visions, les deux faces. Je n'ai encore jamais vraiment réussi à traduire avec la pellicule ce passage d'un univers vers un autre. Il me reste donc des films à faire. La première partie du voyage de cette nuit-là est cependant modélisée dans *D'autres mondes*.

Sinon, je ne bouge pas de la nuit. Je ne bouge pas d'un petit doigt. Je ne tremble pas, recroquevillé telle une momie inca. Des êtres obscurs dansent autour de moi.

La descente profonde dans la peur.

La terreur glacée.

Le vent de la folie.

L'esprit comme une lame.

Les chants sont guerriers.

Implacables.

Pas d'issue.

Tailler à la serpe la moindre pensée jaillissante.

Avancer.

Garder le contact avec le corps.

Face à moi, le visage de mes pulsions les plus sourdes, violentes, sexuelles.

Plus loin, les terreurs de l'enfance.

Très vite, les deux personnes à côté de moi se mettent à vomir. Guillermo n'arrête pas de chanter. Puis nous remontons lentement vers la lumière.

Au petit matin, je reviens. Mal aux mâchoires. Je n'ai pas desserré les dents de la nuit. Je respire enfin et étends mes jambes. Je suis bien maintenant, détendu, l'esprit léger et vide, rempli d'air pur et frais. Enfin bien ! Un colibri recouvert d'une peau de serpent multicolore. Un de mes amis s'approche de moi : « Tu ne devais pas chanter pour nous ce soir ? » Guillermo se penche vers moi, je lui traduis en rigolant la question. Je sais déjà ce qu'il va dire. Et il répond avec un large sourire : « C'est de l'humour indigène. » Je ris.

Le mot danse dans mon esprit.

Mon esprit danse dans le mot.

Je n'ai jamais rencontré ailleurs ce type d'humour, simple et ultra-sophistiqué. L'humour des *curanderos*. Ils se sont gentiment payé ma tête. Mais je le méritais. Vous arrivez mourant et voilà que vous vous voyez au sommet de l'échelle ! Les mécanismes humains ! Je ris de son humour indigène qui me montre quelle bestiole je suis, capable soudain d'un retournement complet. Et me renvoie en pleine figure la question : pourquoi je veux apprendre ?

Un pan de mes préoccupations métaphysiques s'est volatilisé. Pour le mieux. J'y reviendrai. L'erreur était de saisir ce qui m'était offert à vivre, en inversant les mondes. Disons que j'étais un indigène invité par des astronautes à faire le tour de la Terre et qui, revenu dans sa communauté, pense : « Puisque j'y suis allé, autour de la Terre, cela fait de moi un astronaute. »

Le soir, je suis une pauvre bestiole tremblante ; au matin, le survivant gonfle le torse et pense qu'il est un *curandero*. Intéressant. Troublant.

Le Salaire de la peur

Mes débuts mouvementés avec Guillermo ont détendu les diéteurs. J'ai vu dans leur regard qu'ils avaient aussi eu leur lot, et nous en rions. Souvenirs, anecdotes d'*ayahuasqueros*, moments intimes. Ils sont à fond, et je me dis qu'il faudra que je les retrouve à Paris. Ils me font penser à une version jungle de *Harry Potter à l'école des sorciers*. Je leur dis que je vais venir boire avec eux. Panshin Copé (c'est le nom de *curandero* de James Arévalo, l'un des fils de Guillermo) me l'a proposé.

Je rentre à Espíritu avant la nuit. J'y croise Panshin Copé, qui a acheté les pièces pour ma moto et me propose un coup de main pour les réparations ; on fera ça demain. Rendez-vous est pris pour neuf heures.

Un Américain vient d'arriver. Il veut savoir s'il ne risque pas de se faire voler dans le centre. Je lui réponds qu'il ne faut pas trop laisser traîner d'argent liquide sur la table de nuit, et que, pour le reste, c'est plutôt tranquille, et plus sûr qu'un hôtel en ville. Il est là pour une nuit seulement et n'a pas de logement. « Tu n'as qu'à aller dans la *maloca* avec ta valise. » Je rigole. Soit il va se prendre un gros truc dont il ne semble pas avoir idée, soit rien... Je suis toujours intrigué par ces gens de passage pour un ou deux jours. Puis je me souviens que c'était aussi mon cas au début.

Je file à la cuisine pour prendre une tisane et j'y trouve tout le monde en train de manger. Surprise : il est sept heures et demie. Ils m'annoncent, avec une joie nappée de soulagement, qu'il n'y

a pas de cérémonie ce soir. Je mange donc ; une occasion de faire un break. Je pense que l'Américain va devoir changer ses plans. Que c'est bon de manger le soir ! Tandis que je goûte au bien-être de mon corps rassasié, j'aperçois Ricardo, un autre guérisseur, qui s'installe dans la *maloca*.

Cérémonie ? Houlà... J'entre. L'Américain est installé. Je vais voir Ricardo.

Jan : ¿ Ricardo, hay ceremonia ?

(Ricardo, il y a une cérémonie ?)

Ricardo : Sí.

Jan : ¿ Con Guillermo también ?

(Il y aura aussi Guillermo ?)

Ricardo : Sí.

Jan : Yo como, no sé si yo puedo.

(Moi manger, je sais pas si je peux.)

Ricardo : Puedes, yo comí también.

(Oui, tu peux, moi aussi, j'ai mangé.)

Eh merde ! Je ne vais pas rater ça. Une bonne occasion de travailler le ventre plein, d'aller racler au fond ; une petite séance d'entraînement. Je pose mes affaires pour revenir dans une heure. Quand j'entre de nouveau, pas de trace de Guillermo. Ricardo m'annonce qu'il ne viendra pas. Immédiatement, je me prépare à quitter la *maloca*, puis je me ravise. Finalement, par respect pour Ricardo, je reste. Il me tend la bouteille, je me sers un petit verre que je bois. Il me fait la remarque que ce n'est pas beaucoup. Je lui réponds que cela ne fait qu'une heure et demie que j'ai mangé et que je suis donc en pleine digestion. « Ah ? Je comprends ; moi, j'ai mangé à dix-sept heures. »

La cérémonie est un bon travail, une ivresse pas trop forte, petites visions et la nausée au bord des lèvres. Je passe une annonce dans le monde invisible : Quelqu'un a-t-il vu ma foi ?

« Recherche foi égarée, sans doute dans l'enfance, assez tôt. »

Un souvenir revient. Enfant, je m'adressais à Dieu, parfois pour lui demander une mobylette, mais avant cela pour le remercier de m'avoir fait naître. Ah ? Voilà une piste plus sérieuse.

Foi égarée ? J'en suis là lorsque Ricardo me fait un chant de protection de plus de vingt minutes. J'ai mal, mais mal dans tout

le corps. Je vois aussi mes blocages psychiques. Son chant retisse les cinq sens, et le sixième (la conscience des cinq autres dans l'instant) se solidifie. Beaucoup de pensées parasites. Après le chant, je lui dis ce que j'ai vu, senti. Il confirme. Il continuera le traitement demain. L'Américain dit ne pas avoir eu de visions. Ricardo rigole et me dit tout bas : « Mais si, il en a eu, je l'ai vu, mais son esprit n'était pas concentré, il a tout de suite oublié ! » Ça se passe comme ça avec l'ayahuasca. Rhoooo, c'est bon ça. Rire malicieux pour nous deux. Il est tôt, je vais me coucher pour m'endormir avant deux heures du matin.

LE HUITIÈME JOUR

Avec Marlène, Vincent et Claude, trois Français fort sympathiques en transit ici pour deux semaines, nous partons sur l'Amazone ; balade touristique, que du bon. Eux vont bien, les débuts ont été difficiles, mais le bénéfice commence à venir, plus que quelques jours et ils rentreront. Pas envie d'écrire davantage, repos.

LE SOIR

Après cette belle balade sur le fleuve, la détente fait remonter la fatigue de la diète. Nouvelle cérémonie. Des patients se mettent à vomir ; à chaque vomissement, mon ivresse s'ouvre un peu plus. C'est toujours assez magique, cette sensation d'état collectif lorsqu'un patient se purge. Comme si le ballon dirigeable alourdi dans lequel nous sommes tous, et qui a du mal à décoller, venait de libérer un sac de lest.

Ricardo se met à souffler, puis enchaîne deux longs chants. Les visions s'ouvrent et je descends dans les profondeurs des mondes de la *medicina*. Visions d'insectes rampant, cathédrales de mille-pattes ou autre coléoptères. Avant, j'étais terrifié ; je croyais voyager en enfer. Maintenant, je reconnais une des dimensions thérapeutiques : sortir les énergies négatives. Tant que les visions ne sont pas agressives, au sens où les archétypes ne se jettent pas sur vous, mais que, lentement, ils tissent une forme organisée, (par exemple un tapis d'insectes avançant doucement sur des parois organiques), il s'agit de nettoyage, voire de récurage dans

mon cas. Des niches d'insectes colorés s'ouvrent et se déversent lentement sur le tapis de mes visions tandis que mon ventre gargouille un *ícaro* peu mélodique.

Toujours aucune nouvelle de ma foi, personne ne répond à mon annonce. Mes visions se sont bien élargies, je perçois l'espace visionnaire dans la pièce. Ricardo a cessé de chanter. Dans le silence, je vois devant moi un crocodile nageant dans l'espace. Il fait une boucle, se dirige vers moi et entre (dans le monde des visions) dans mon sacrum. Je sens une grande poussée énergétique, dans le bas de mon dos, qui remonte le long de la colonne vertébrale, un truc très fort. Le croco me traverse. Ma colonne semble trembler, tout mon corps vibre, mes pensées s'évanouissent, mes centres énergétiques s'illuminent. Ma tête se redresse et le crocodile sort par le haut du crâne, me laissant dans un état extatique. Revigoré par cette douche intérieure, je vais me coucher.

LE LENDEMAIN MATIN

Guillermo me fait chercher. Il a une série d'entretiens dont je dois être le traducteur. Mon espagnol est approximatif, mais somme toute, avec les années, on se comprend plutôt bien avec le *boss*. Les patients parlent de leurs objectifs et de leurs problèmes physiques ou psychologiques, c'est intime et intense. Je me concentre pour ne pas rater la traduction, le sujet est sensible. Arrive un nouveau patient, un Russe, entre quarante et cinquante ans, sec. L'homme est nerveux et agité, il parle vite. Il a dû s'enfuir de son pays, il est en danger. Je comprends à demi-mot que c'est le monde des affaires, une victime de la bourse, qui a peut-être perdu de l'argent qui n'était pas à lui. Nous n'en saurons pas plus. Il vient pour prendre de la force et retourner lutter dans son pays. Je commence à m'inquiéter : je crois qu'il veut chercher des outils de magie noire. Là, il faut lui dire qu'il s'est trompé d'endroit. Je commence à discuter en anglais avec lui. Résultat : j'avais mal compris, il veut prendre de la force physique et psychique pour pouvoir affronter ses problèmes en Russie. Soulagement. L'homme est fébrile. Je traduis à Guillermo.

Guillermo : Demande-lui combien de temps il peut rester.

L'homme : Une semaine maximum.

Je pense que c'est trop peu, mais je continue à traduire.

Guillermo : À quoi es-tu prêt pour atteindre ton objectif ?

L'homme : À tout, je suis un mort en sursis.

Je l'observe. Il est inquiet mais déterminé. Long silence. Guillermo le scanne et réfléchit. Un souvenir du *Salaire de la peur* me revient. Va-t-il lui trouver une nitroglycérine de derrière les fagots ?

Guillermo : Je ne vais pas te donner d'ayahuasca. Tu vas t'isoler dans un *tumbo* dans la forêt. Je vais venir te voir pour te donner une plante que tu ne prendras qu'une seule fois. Elle est très forte et va te secouer. Tu devras rester là-bas et ne pas manger pendant toute la semaine. Quelqu'un t'apportera de l'eau. Cette plante te donnera la force que tu cherches. Si tu ne restes qu'une semaine, c'est le traitement que je te propose.

Le Russe est d'accord. Fin de l'entretien. Personne suivante. Une fois les rencontres terminées, Guillermo me demande comment je sens ma diète. Je lui réponds que tout va très bien, je monte et je descends, mais d'une bonne manière avec un mental clair même en pleine ivresse. Mes diètes antérieures de piñon blanco ont bien nettoyé mon mental. Je le remercie pour la générosité de son partage de connaissances. Curieux, je lui demande ce qu'il va donner au Russe. C'est une plante très forte, qui n'est pas psychoactive, mais qui va travailler dans sa chair jusqu'aux os et renforcer son mental. Le seul problème est justement qu'elle est très forte et qu'il ne l'a encore jamais donnée à un patient étranger. Mais il sent que le Russe est désespéré, qu'il est fort et qu'il lui reste peu de temps.

Dans la journée, j'entends des cris de souffrance venant de la jungle, des hurlements. Un peu plus tard, Guillermo me dira que le Russe a très bien réagi à la plante. Je suis dubitatif, étant donné les hurlements entendus. Il mime avec un sourire satisfait qu'il a vomi et évacué par le bas très vite. Quelqu'un va lui apporter des habits propres.

Je fais un test pour le programme informatique, que j'arrive à relancer, mais une fois lancé, il ne s'arrête plus. Il faut attendre

que les batteries se déchargent complètement, ce qui rend ma tâche plus complexe, car il n'y a de l'électricité que quatre heures par jour.

LE SOIR

Ce soir, Guillermo me chante un long *ícaro*, plein de visions, bercé au lointain par des gémissements et des cris sporadiques, de plus en plus faibles, du Ruskoff.

Je vais m'asseoir et me dis : « Je sais pourquoi je délaisse depuis quelques années les grandes théories métaphysiques. »

Je ferai un dessin, j'y pense un peu. Avant de me coucher, je fais un brouillon, le voilà mis au propre.

Les visions que j'ai eues me font penser à Olivia, Panshin Beka. Une femme incroyable. Une guérisseuse de la communauté de Juventun San Rafael. Après la cérémonie, je m'endors en pensant à elle.

En fait, je l'avais rencontrée durant le tournage de *D'autres mondes*. Dans le film, c'est elle qui maquille en chantant la jeune fille pour la cérémonie et qui chante à Kestenbetsa et le fait pleurer. Alors que je faisais le casting shipibo de *Blueberry*, je voulais la revoir pour qu'elle tienne le rôle que tiendra finalement Maria (Panshin Biri, la mère de Guillermo). Panshin Beka est donc venue à Pucallpa. Après nos retrouvailles, Guillermo m'a proposé de faire une cérémonie avec elle. C'était une adorable dame âgée, avec l'âme et la joie d'une fillette. J'ai accepté avec plaisir. Cependant, j'ai vite compris que cette cérémonie n'allait pas être la balade tranquille espérée. Lorsqu'elle a appris que nous allions faire une cérémonie, Olivia a changé complètement. Son regard d'enfant a disparu, laissant place à une paire d'yeux de serpent. Elle a rivé sa pipe à ses lèvres et fumé du *mapacho* toute la journée. Le soir venu, nous étions cinq : Maria, Guillermo, moi et elle, Olivia. J'avais proposé à Laurence, mon assistante, de participer plutôt que de filmer puisque ce serait une femme qui allait diriger. Chose rare, Kestenbetsa portait sa *kouchma*, le costume rituel traditionnel.

Ce soir-là, je me suis pris une très grosse claque. Seule Olivia a chanté. La gentille vieille dame s'est transformée en guerrier



de l'amour implacable. Toute la nuit, je l'ai suppliée intérieurement d'arrêter de m'envoyer autant d'amour, c'était trop. L'eau coulait sans discontinuer de mes yeux ouverts sur le monde visionnaire. J'ai clos *D'autres mondes* avec son visage et son chant, filmés le lendemain de la cérémonie. Mais, cette séquence ne me suffisait pas. J'avais encore envie de la filmer, ce qui se produisit enfin quelques années plus tard. Elle est l'une des héroïnes de *Panshin Beka winoni (L'Histoire de Panshin Beka)*, ma partie du film 8¹. Enfin, je pouvais faire voyager son énergie et capter son visage et ses émotions. Il y a des gens que vous voyez quelques heures et qui vous accompagnent pour le reste de votre vie. Panshin Beka en fait partie.

1. Un court-métrage que j'ai réalisé en 2008 dans le cadre du film collectif 8, avec sept autres réalisateurs. Nous présentons à notre manière les huit objectifs des Nations unies sur les défis auxquels doit faire face la planète. *L'Histoire de Panshin Beka* a pour thème l'amélioration de la santé maternelle (visible sur YouTube: tapez 8 le film ou Panshin Beka sur la recherche YouTube, ou accédez directement au site par: <http://www.letempspresse.org>).

Face à un sein

LES QUESTIONS MÉTAPHYSIQUES ONT DISPARU UN MATIN

Je me rends compte que j'en parle plusieurs fois, mais en finissant la compilation, aucune trace des notes concernant ce sujet et l'expérience qui lui est reliée. Et pour cause : il a disparu de ma psyché.

Je laisse un dessin énigmatique...

Je me dois donc d'y revenir.

Quand on me demande aujourd'hui si je crois en la réincarnation, ou encore d'où vient l'homme, et quel est le sens de la vie, pour paraphraser les *Monty Python*, je reste hagard un instant, car mon cerveau semble vide de toute réponse. Ce type de question a disparu...

J'ai dû devenir un simple d'esprit !

Comme semble avoir dit quelqu'un qui était un grand *curandero* – voire beaucoup plus – d'une époque lointaine : « Heureux les simples d'esprits. »

Certes.

Mais que s'est-il passé ?

D'abord revenons aux sources.

Depuis ma plus tendre enfance, comme le dit la formule consacrée, je suis passionné par les grandes questions. Je l'admets, cela ne transpire pas dans mes premiers films. Mais je voulais

connaître les secrets de l'Univers, je me plongeais dans les notions d'infini grand ou petit, dans le vertige de Dieu, pas d'un point de vue religieux, mais dans une quête de sens. À la racine, il y a plusieurs questions, lues à droite et à gauche, qu'adolescent j'aimais faire tourner dans ma tête, comme la plupart des humains à cette étape de leur existence.

Qu'y a-t-il au-delà de l'infini ?

Qu'y a-t-il avant le commencement ?

Pourquoi y a-t-il quelque chose plutôt que rien ?

Histoire de m'occuper, je regardais les étoiles avec mon petit télescope et notais dans la nuit l'apparition ou la disparition des satellites de Jupiter. J'hésitais entre devenir astronome, astrophysicien ou dessinateur de BD. Finalement, mes facilités pour le dessin m'ont décidé à voyager non pas vers le cosmos, mais vers mes mondes imaginaires.

Les grandes questions se sont doucement mises à dormir.

Il m'est arrivé néanmoins de parler de métaphysique, mais c'était plutôt lors de soirées avinées entre amis. L'ivresse faisait remonter le questionnement.

À dix-huit ans, avec des potes, j'ai fumé tardivement mon premier joint d'herbe. Nous sommes allés dans la montagne, dans le Sud de la France, je me suis allongé face à la voie lactée. J'ai ainsi rencontré ma première plante psychoactive et, quand j'y repense, j'ai l'impression que c'était ma première incartade vers le chamanisme, de manière intuitive, avec l'espoir fou de ressentir l'Univers.

L'expérience n'a pas été concluante, et j'ai vomi (tiens, tiens). Ce n'était pas dû à l'herbe, mais à la salade de riz et au saucisson que nous avons apportés et qui avaient passé la journée au soleil dans le coffre d'une Coccinelle noire (intox alimentaire pour tous).

Je n'avais pas senti intuitivement le concept des diètes !

Par la suite, je suis devenu obsédé de cinéma, et les questions ont refait surface après mon premier long-métrage. Une remontée des profondeurs.

Je me suis plongé dans les écrits des mystiques orientaux et chrétiens.

Quand je relis mes boucles sur la pensée, je vois qu'elles sont issues de cette rencontre. L'ayahuasca, la version jungle de l'apprentissage de la nature du soi ? C'est en tout cas comme ça que j'ai vécu ces expériences pendant quelques années. À la fin de chaque cérémonie, je me mettais à élaborer des théories diverses et variées sur la relation entre le visible et l'invisible, son architecture. Je me souviens avoir fait des tas de croquis que je montrais à Guillermo les premiers mois ; des graphiques, en fait, représentant les différents mondes et leurs interconnexions. Je me souviens qu'une fois, après lui avoir déroulé mes explications sur l'invisible, il a regardé à droite, puis à gauche, puis devant lui.

Je me suis immédiatement inquiété : « Il s'est passé quelque chose ? »

Il m'a dit : « Non, non, rien. »

Je pense aujourd'hui qu'il voulait me montrer qu'au lieu de faire de la théorie, il fallait ressentir et observer où ce type de pensées m'amenait.

Mais rien, ni personne, ne pouvait me freiner. Le processus s'est ralenti naturellement, car à chaque nouvelle année, mes théories volaient en éclats pour que d'autres les remplacent (c'est pour cela que vous n'en trouverez qu'un fragment, celui de la pensée, qui suit ce paragraphe, les autres sont partis à la corbeille).

L'enseignement était étonnant, je le comparerais à un puzzle. Chaque cérémonie est une pièce, mais on ne le sait pas encore. On étudie la pièce comme un objet unique et définitif, qui semble ouvrir un pan d'exploration différent de celui qui précède. Au bout d'une année, il y a une cérémonie clé, et non seulement on découvre qu'il s'agit d'un puzzle, mais qu'en plus, il se compose avec les chants. C'est l'intégration quand toutes les pièces s'imbriquent.

Bien sûr, quelques jours plus tard, émerge une nouvelle théorie plus légère, finalement plus simple et ainsi de suite.

La théorie laisse ensuite place à des concepts opératoires simples liés à la *medicina*.

Et puis voilà quelques années, disons à mi-chemin, peut-être cinq ans après mes débuts, un matin, les questions avaient disparu.

Non pas que j'avais eu la nuit précédente les réponses ou les révélations mystiques sur « les grandes questions ». Ou peut-être que si ? Mais dans ce cas, l'ivresse trop forte me les a fait oublier ! Que s'est-il donc passé ? Vous remarquez comme je repousse depuis le début la réponse directe à cette question. Je la repousse parce que je n'ai pas de réponse précise, car je ne me souviens pas de tout, c'était trop fort.

La veille, j'ai rencontré les esprits et j'ai ensuite été emporté, guidé par eux, dans un monde astral. J'avais l'impression de traverser des couches de plus en plus vibrantes et de monter toujours plus haut vers la lumière. Il m'était très difficile de ne pas partir en vrille, même si les *ícaros* de Guillermo me guidaient précisément. J'avais la sensation de mourir, de me dissoudre dans la lumière.

Un blanc.

Ensuite, j'ai repris conscience et je suis redescendu. Mon corps a commencé à se tendre, et j'ai survolé des charniers sans fin de corps enchevêtrés. Le monde des morts. J'étais pris par une immense tristesse, les larmes coulaient. Mon esprit était de nouveau une lame qui me permettait de ne pas me perdre dans cet océan de souffrance. J'avais les dents serrées, les larmes coulaient, pas de gémissements, le mental ne bougeait pas. J'avais l'impression d'être en présence de ma souffrance, de celle de mes ancêtres, de celle de l'humanité, j'y étais associé. Je l'ai traversée, puis je ne me souviens plus de rien.

Au matin, j'étais bien, comme libéré. J'ai balayé devant ma porte.

Nous sommes reliés à l'inconnaissable et nous pouvons le percevoir. À quelles énergies penser à l'inconnaissable nous relie-t-il ? Penser l'inconnaissable ne nous détourne-t-il pas du pouvoir de le ressentir ?

À chacun de voir.

La réalité est une affaire privée.

Face à un sein,

le nourrisson verra un repas rituel,

l'adolescent, un mystère insondable,
l'homme, l'objet de son désir,
le peintre, une forme pure,
le moustique, un restaurant,
et le soutien-gorge, la raison de son existence dans l'Univers.
À chacun sa réalité.

Maintenant, j'arrive à un point crucial. Je pense qu'il est nécessaire de donner quelques précisions.

Durant le traitement ou l'apprentissage, un sujet d'étude peut surgir et devenir obsessionnel. Ainsi de quelqu'un qui découvrirait qu'il y a un secret caché dans sa famille : il enquêterait, ce qui est une réaction saine, mais pourrait à un moment basculer dans l'obsession. La recherche se transformerait alors en maladie et le sujet se couperait des autres et du présent.

Ce qui m'est arrivé n'est pas de cet ordre, et les événements s'inscrivent dans une étape que l'on pourrait appeler l'entrée dans le monde psychomagique. C'est-à-dire l'approche pure de la forme pensée et de son lien possible avec l'invisible.

Mais le résultat, c'est que, dans cette période d'apprentissage, je me suis mis en boucle. Je percevais un phénomène intérieur (l'émergence de la pensée) et, au lieu de me plonger dans cette perception, je me suis mis à y réfléchir.

Je me suis mis à penser la pensée. Peut-être était-ce un passage obligé pour moi. Ces zones d'exploration, territoire des philosophes, paraissent dangereuses pour l'*ayahwasquero* en pleine diète, et en relisant les carnets entiers que j'ai griffonnés alors, je me rends compte aujourd'hui qu'il y a beaucoup de confusion. Certes, cela reste une « belle » confusion et une grande aventure personnelle et intime. Que peut-il y avoir de plus intime que sa propre pensée ?

À travers ce voyage, dont j'ai sélectionné les morceaux les plus significatifs, se dessine un état qui permet de percevoir où la plante peut vous amener, et donc nous rappelle d'être vigilant.

Dans l'apprentissage, on peut se cogner la tête contre des murs pendant des années avant de comprendre ; on en a ici un exemple.

FLASH-BACK,
JUNGLE, 2001

Le souffle du serpent

L'oisillon qui vient de plonger dans le vide a tout intérêt à assumer son acte en battant des ailes, plutôt que de les utiliser pour se voiler la face.

Tariq Demens

SOI PASTO, INTÉRIEUR MALOCA, NUIT

Une perception.

Le souffle du serpent.

Il entre, et me tord, il se déploie avec le chant.

Ma propre pensée...

vertige

... n'est pas la mienne.

terreur

Le souffle du serpent la dissout.

Elle se forme de nouveau.

Ma pensée n'est pas moi...

Le chant...

Re-terreur.

Le chant immédiatement extrait la peur.

Un grand frisson la retire en un spasme.

La pensée revient.
De loin.
Du corps ?
De l'espace extérieur ?
Le chant du serpent la dissout de nouveau.
Le jeu peut recommencer.
Il durera toute la nuit.

NOTES DES LENDEMAINS

La pensée est-elle un « sens » ?
L'esprit ne « pense pas ». L'esprit perçoit.
L'esprit perçoit la pensée.

Ce matin, ça chauffe sous la cafetière. C'est dingue comme on peut se contenter de passer une nuit à survivre, puis le lendemain faire tranquillement un compte rendu métaphysique.

C'est comme au cinéma. Si l'on filme votre visage pendant la projection, on voit que vous éprouvez des émotions fortes, mais à la sortie, vous dites : « Oui, pas mal, ce film, pas mauvais... mais... bla bla bla. » Tout ça très cool. Juxtaposé, c'est assez comique. Au fait, *pas mal* et *pas mauvais* en français, ça veut dire *bien*.

Les enseignements de la nuit ?

Pensée posée et positive, dirigée vers le bien. Mais c'est quoi cette pensée, d'où vient-elle ? Elle semble liée aux autres sens, aux émotions, à la mémoire, aux éléments de la personnalité, à la culture, à la langue... à l'inconscient, aux démons et anges intérieurs. Mais « la pensée » semble aussi ne plus être votre seule création intime et personnelle. Voilà ce que cette nuit, j'ai vu ou cru voir. Ou perçu.

Une perception terrifiante.

Un concept vertigineux, qui très vite peut faire flirter avec la folie.

Je sais que le symptôme est celui du fou ou du mystique. Une voix parle à l'intérieur de lui, donc attention. Il faudra redoubler de vigilance. J'entre dans un territoire dangereux. Il est important de garder les pieds sur terre. Seigneur, que c'est dur !

Quand j'observe les *curanderos*, avec leur économie de parole,

leurs silences, je vois que pour eux la parole, et par extension la pensée, a une place différente de celle que nous lui conférons. Ils prennent leur temps; ils choisissent la pensée qu'ils vont transformer en paroles, surtout quand la discussion porte sur ce qui s'est passé la nuit précédente.

J'essaie de transmettre à Guillermo ma perception. Je lui dis que j'ai eu peur, car l'ivresse était très forte et que, pour la première fois, j'ai eu l'impression que les pensées qui me traversaient n'étaient ni les miennes ni les siennes, mais que son chant m'avait bien guidé et qu'il avait littéralement éjecté la peur qui m'avait saisi. Cette nuit, tout était clair. Maintenant, tout est loin, dans la brume de mon retour à la « normalité ». Après un temps, il me répond que c'est l'entrée dans le monde psychomagique. Que je ne dois pas m'inquiéter, mais que je dois rester bien concentré et tranquille. Tranquille? Il en a de bonnes. Je le quitte pour aller réfléchir à tout cela.

La pensée est-elle au carrefour de nos perceptions sensorielles? Ou bien est-elle une perception supplémentaire? Alors, il faudrait placer l'esprit ailleurs, le définir comme le territoire de l'expérience qui se situe au-delà de la pensée? C'est peut-être simplement cela.

Je suis fragile en ce moment, je deviens sensible. J'ai toujours eu confiance. Je continue, mais les nuits prochaines s'annoncent rudes. Je le sens.

Il faut préciser. Affiner. Penser la pensée, exercice auto réflexif. Non, il faut sentir la pensée. Calmer le mental, le relier au cœur et au corps. Je mets en pratique l'exercice. Je cherche la tranquillité. Je me pose contre un arbre, je respire. L'état de la nuit revient. Je m'y glisse doucement, une méditation en mode amazonien. Toutes les dix minutes, prendre des notes et définir cet état.

Je suis un univers.

Un univers en mouvement.

Toujours changeant.

Dans cet univers, il y a mes organes.

Je les sens.

Mes membres.

Je les sens.

Je note. L'ivresse remonte. Dans le territoire des émotions, ce sont mes peurs qui se manifestent les premières.

Donc, mes émotions, je les sens à fleur de peau.

Je respire.

Ensuite, qu'y a-t-il ?

Des mots qui forment des phrases par vagues.

Et au centre, moi.

Qui suis-je ?

Un petit Blanc couvert de piqûres de moustiques qui a bien « ramassé » hier soir.

Voilà !

C'est exactement cela.

Détends-toi, petite créature.

Je fais tourner la dernière phrase pour goûter le moment présent. Je suis un petit Blanc, assis contre un arbre, couvert de piqûres de moustiques. Le gaillard a bien ramassé hier soir.

Présence.

Je suis un être aux oreilles atrophiées qui tente de théoriser le solfège alors qu'il vient simplement d'entendre les premiers sons, qu'il a juste perçu une mélodie.

Une vague de pensées est saisie : il est difficile pour moi de percevoir ce champ de connaissance car il n'appartient pas « au monde des idées » d'où je viens. Son mode d'apprentissage est en complète opposition avec le mode de fonctionnement appris durant le reste de ma vie. C'est la merde, je ne suis pas préparé. Je me bats contre moi-même, contre l'intellectualisation, la conceptualisation instantanée de ce que je perçois. Mais je ne peux pas faire autrement. Le crapaud avec le scorpion sur son dos tente de traverser la rivière de ma psyché.

Cette nuit, les pensées n'étaient plus les miennes. Alors, de qui étaient-elles ?

Des esprits ?

Du guérisseur ?

De mes ancêtres ?
Des morts ?
De mon inconscient ?

ARRÊTE, maintenant !

L'injonction intérieure est forte. Une nausée monte dans mon corps. Je me sens mal, barbouillé, sale. Que se passe-t-il ? Je suis sensible. Je perçois le dialogue intérieur trop fort, la pensée s'emballe, ou disons que je le ressens comme tel. J'entre dans un territoire dangereux, je le sens énergétiquement.

Allez, petit Blanc tremblant, ferme ton carnet et va marcher dans la forêt.

JUNGLE, NUIT, CÉRÉMONIE

Le souffle du serpent ouvre les portes de l'esprit.
La pensée...
Le chant sourd, guerrier et lent, semble me dire :
« Ne saisis pas ta pensée.
Pense bien et relâche.
Relie-toi. »

Depuis mon vertige, j'acquiesce intérieurement. Non, je ne vais pas saisir ma pensée ce soir. Ce soir, je vais la laisser filer. Je m'y engage. Immédiatement.

Le chant s'envole. Il devient aérien, féminin.
Les visions sont lumières divines.
Les mondes s'ouvrent et je monte.
Mon âme paraît m'emplir.
Quelques minutes plus tard, je paraïs flotter aux carrefours de l'espace et du temps.
Je suis immense...
Sans commencement ni fin.
Je le sais désormais.
Je le sens maintenant.
Je suis... immortel !

Ma pensée est évidence.
Elle est vérité frôlant l'absolu.

À ce moment, le chant devient sourd. Guillermo redescend d'où il était parti. Je reçois un choc. Mon corps est secoué. Je comprends instantanément.

J'ai saisi ma pensée !

À plein esprit !

Je m'y suis agrippé !

Je n'ai pas tenu mes engagements.

Je descends dans une longue spirale visionnaire, dans l'œil du cyclone de ma psyché.

Nous repartons à zéro.

Que s'est-il passé ?

Ne pas y penser !

Je ne peux pas.

J'ai saisi un état : mes atomes ont l'âge de l'Univers, mais pas moi. Je vais mourir un jour.

Confusion.

Perception de l'âme

Perception de l'individu.

Maelström.

Mon esprit s'accroche aux branches brisées de sa déraison.

Le chant semble me dire : ne fais pas confiance à ta pensée qui te raconte des histoires ! Fais confiance à ton sentiment, à ton cœur.

Je réagis intérieurement dans le déploiement de grands serpents qui naviguent dans mes visions.

« D'accord, je ne fais pas confiance à ma pensée ! »

Retour du chant et passage d'un serpent encore plus impressionnant.

C'est encore de la pensée.

Aaaaaaaaah ! Que faire ?

Je gigote.
Je gigote.
Je suis un être humain !
Je pense !
Si je ne fais pas confiance à ma pensée, je deviens fou !
Si je fais complètement confiance à ma pensée, je suis dans
l'illusion !

Non, non, petit serpent.
Pensée simple et posée. Corps et esprit unis.
Jusqu'au matin.
Je gigote et tremble, cherchant à échapper à mes pensées.

JE PERDS LA BOULE
JUNGLE, MATIN ENSOLEILLÉ

Les mots décrivant l'expérience sont à surveiller. En effet, les superlatifs jaillissent immédiatement de la mémoire fraîche. Ils s'emparent le jour de l'expérience de la nuit : infini, éternité, vérité, absolu, etc.

Première tâche : éliminer une part de ce vocabulaire. Il est le langage des utopies. Ces mots sont trop forts et ils émergent trop vite. « Tous les couillons vont à la ville », comme on dit dans le Sud. Ou encore : « À la descente, les courges roulent. »

J'ai du mal à marcher sur l'herbe, j'ai la sensation que je la blesse. Rire des Shipibo. Les arbres m'observent. Salut les gars !

Je dois avoir l'air d'un fou ce matin. Je vais laisser passer une nuit sans boire la liane. Il faut que je note toutes ces nouvelles idées sinon je vais oublier. L'idée même d'oublier me rend dingue. J'ai peur d'oublier ce que j'ai vu. J'ai encore perdu ce sentiment de clarté mentale que j'ai eu cette nuit. Toutes ces nouvelles informations s'en vont... Apprendre à accepter l'oubli.

Houlà ! Le grand théoricien du solfège fait son retour.

Et puis, merde à la fin ! Le démon de la « mise en concept » me possède. Je suis trop fatigué pour résister.

Les cinq sens sont les capteurs et les canaux qui permettent à la créature humaine de percevoir dans un spectre limité la réalité qui l'entoure. Au-delà d'une haute technologie de la survie, ces

informations formeront les contours de son monde. Celui que nous pouvons toucher avec nos sens. Celui que nous pouvons partager. Le connu.

La pensée n'a rien à voir avec les autres sens. La pensée reflète le monde intérieur. Le processus de formation de la pensée n'est en général pas perçu par l'individu. L'on se contente de vivre dans l'univers de ses pensées. Mais à la source de cet univers intérieur, il y a un lieu accessible où l'énergie danse et se transforme, subtilement reliée à une énergie extérieure, à des mondes extérieurs sensibles et invisibles pour certains. Si ma pensée ne me paraît pas être la mienne, c'est juste parce que je suis, par instants, vraiment lucide.

Le fou est-il lucide ?

Celui qui se dit lucide est-il fou ?

Merde, je perds la boule. Je ne sais plus si ce que j'écris a un sens.

Objectif pour la suite des opérations nocturnes : essayer de devenir un peu lucide sans basculer dans la folie.

Check-up.

Récapitulation.

Es-tu en train de devenir fou ?

Oui : dans le sens où je bascule toujours plus profondément dans un univers non référencé dans ma culture.

Non : dans le sens où tout semble cohérent.

Mais le monde du fou lui semble cohérent... Pas très rassurant. Disons que je sens que ce monde est partagé par d'autres, mais je n'en ai pas la validation verbale. Subsiste donc le danger que je fasse une erreur d'interprétation.

Évaluation de l'état physique et psychique.

État physique.

Positif : détente, ultrasensibilité.

Négatif : fatigue, ultrasensibilité.

État psychique.

Positif : extases mystiques, exploration de la conscience, découvertes du mystère.

Négatif : peurs primales, terreurs nouvelles, confusion métaphysique.

LE SOUFFLE DU SERPENT

La force des cérémonies décrit une courbe exponentielle.

Mode opératoire à tenir : la journée, repos et silence intérieur.

La nuit, concentration. Fais ce que tu peux. Mais fais-le !

Encore une dizaine de nuits à tenir.

(Note de fin de voyage : j'ai tenu.)

FLASH-BACK,
LOS ANGELES, 2001

Twin Towers

10 SEPTEMBRE 2001

Avec Ariel, nous sommes arrivés tard. Notre base est le Sunset Marquis. Le tournage de *Blueberry* approche. Nous allons signer le casting américain du film : Juliette Lewis, Michael Madsen et les autres. Demain, nous serons rejoints par Thomas Langmann et Lou di Djaïmo, le directeur de casting.

Fatigué, je me glisse sous les draps.

11 SEPTEMBRE 2001

Je suis réveillé par le téléphone, c'est Ariel. Énigmatique, il me dit d'allumer la télévision et de le rappeler ensuite, quand j'en ressentirai le besoin. Je raccroche et, mal réveillé, cherche la télécommande. L'écran s'allume, je vois des plans de l'aéroport de Los Angeles, totalement vide ; j'y étais quelques heures auparavant. Je pense à une contamination chimique, mais immédiatement, j'ai droit aux images en boucle du Boeing s'écrasant sur la tour. Comme la majorité des habitants de cette planète, je découvre. Je ne sais pas comment vous avez, vous, découvert ces images, mais, moi, c'était à poil dans mon lit, avec les yeux mi-clos.

Je me souviens avoir hésité. Ma pensée a suivi deux directions simultanées : la première, le choc de la réalité dramatique, la

seconde le choc de l'irréalité fictionnelle de la scène, un peu comme si je voyais l'image d'un *blockbuster* catastrophe, avec la nouvelle idée *too much* des scénaristes d'Hollywood. Un choc entre le contenu, issu de l'univers mythologique, l'oiseau de métal s'écrasant sur la tour du temple du commerce, et la réalité crue d'un drame humain et politique qui allait changer le monde, hélas ! pas d'une belle manière.

L'avion transportant Thomas Langmann a fait demi-tour au-dessus de l'Atlantique, celui de Lou di Djaïmo s'est posé d'urgence dans l'Arkansas. Tout s'est arrêté. La réalité a basculé. Nous étions bloqués ici pour une période indéterminée. Le soir même, j'ai marché sur Sunset boulevard où des écrans géants étalaient le visage crispé de George Bush, où les voitures arboraient des drapeaux américains. Les gens pleuraient. J'ai eu une bouffée de peur et de solitude. Je suis rentré à l'hôtel et j'ai médité.

La confusion déboulait.
Les morts et la violence.
Ma famille loin.
Le film va s'arrêter.

Je me suis centré sur mes émotions. Rien d'autre à faire. J'ai fait le deuil de mon film assez vite, puis j'ai touché un état vibratoire très élevé. J'étais, il est vrai, fort sensible, mais il y avait autre chose. Une grande vague de paix, d'amour. Comment cela était-il possible ? J'ai imaginé l'amour et la peur comme des énergies aux polarités inversées, disponibles dans l'espace qui nous entoure. À cette période, naturellement la peur étant très sollicitée, peu de gens se reliaient à l'amour qui était donc pleinement disponible.

J'ai passé ainsi dix jours en alternant jacuzzi, piscine, nourriture saine et méditation (type jungle, mais sans plantes). Pas de télévision, pas de sortie.

Merci à l'ayahuasca, car c'est elle qui m'a enseigné cette attitude, parfaitement logique et simple, mais concrètement difficile à tenir.

Je panique quand je ne trouve plus mes clés ou ma carte bleue, quand on me fait une réflexion désagréable, que je suis en retard

à un rendez-vous important. Bref, dans les petits désagréments de la vie, l'ayahuasca ne m'a pas apporté beaucoup de bénéfices.

Mais lors des gros mouvements de l'existence, – le 11 septembre en était le premier exemple –, les bénéfices du travail avec les plantes et les guérisseurs donnent tout leur effet. Un deuil, une grave difficulté relationnelle ou professionnelle, une menace sérieuse, nous voilà de nouveau plongés dans la fragilité, la confusion et la peur. L'ayahuasca nous a appris à nous redresser depuis ces états. La liane enseigne la transcendance, et parfois certains événements de la vie nous placent devant la nécessité de transcender. Alors, l'enseignement du frangin *maestro* active des mécanismes implantés lors de troubles émotionnels profonds au cours d'une cérémonie.

Après une dizaine de jours, les aéroports ont rouvert, et c'est en pleine forme que je suis rentré à Paris. Le film s'est fait, il a simplement été retardé d'une année.

RETOUR À LA RÉALITÉ D'IQUITOS, JUILLET 2009

La Cucaracha

Cérémonie difficile, mauvais esprits, chaque fois que les visions s'ouvrent et que je vois le monde spirituel, une décharge traverse mon corps, puis les visions disparaissent et je ressens des douleurs corporelles intenses. Impossible de bien ouvrir la *mareación*. Ricardo me soigne bien, il chante longtemps pour moi, me nettoyant le corps et l'esprit.

Rama kano abano
Je vais ouvrir les visions
jaconmabo canobo
les mauvaises visions
jaconmabo behabo
les mauvais chants des sorciers
jaconmabo cushonbo
les mauvais souffles
jacombabo bomanbo
les mauvaises intentions
jaconmabo shitanabora
les mauvaises énergies
pisha pisha vainqui
les rejeter, les rejeter

sua, sua vainquin
laver, nettoyer
payan payan vainquin
aérer, ventiler
queyo queyo vainquin.
en finir, en finir.

En finir ? Ce ne sera pas ce soir, sans doute jamais, mais bon, le traitement est efficace. Ricardo me dit : « *Falta más, vamos a terminar mañana.* » (Il en manque encore, on finira demain.)

C'est ça, c'est ça... Il me dit ça tous les jours.

Guillermo est à Lima. Du coup, l'expérience scientifique passe à l'arrière-plan.

LE LENDEMAIN

Ce soir, pas de cérémonie ; rien envie de noter.

LE SURLLENDEMAIN

De nouveau difficile. Énergie négative ; ça travaille, ça commence à me fatiguer. Ricardo s'occupe de moi. Je profite aussi d'un soin très fort qu'il fait à sa femme, un grand chant de prise de force, de nettoyage de l'esprit. Elle n'a pas pris d'ayahuasca. Moi, je suis à côté. Je vibre.

Cushi cushi medicinama
Toute la force de ma médecine
medicina maquecan
va entrer dans ton corps
maquecanra acai
tout en chantant
shinan hueshenibora
les pensées bloquées
churo, churo vainquin
les rejeter, les renvoyer

LA CUCARACHA

rama punteyonbanon
maintenant je vais centrer
jacon aquin punteque
joliment redresser (centrer)
shina cano puntequen
redresser les cinq sens et le mental
senen paramanyonnan
harmonieusement
caya yabi puntequen
redresser ton âme
yora yabi puntequen
redresser ton corps
joe yabi puntequen
redresser toute ta lumière
yora kuchi ayonan
renforcer ton corps
shinan kuchi ayonan
renforcer ton esprit
puno cushiayonnan
jusqu'au tréfonds de tes nerfs
cushi ayonshamanan
renforcer tout ton être, esprit, sens et corps
senen paramanyonnan
harmonieusement
paramayonshamanan
de manière harmonieuse
senen paramanyonnan.
avec harmonie.

Je ressens la force et l'amour particulier que Ricardo envoie à sa femme. Il chante depuis leur lien d'amour. Chanter pour celle ou celui qui est un compagnon de vie est la plus belle des énergies. Je profite de cette salve de bonne énergie pour m'endormir.

Demain, Ricardo va se reposer, il est épuisé. Il n'y aura pas de cérémonie au centre. Repos général.

Bon, pour le repos, ce sera une autre fois. James Arévalo (Panshin Copé) m'invite à la cérémonie hebdomadaire à Luz Kósmika, le centre des apprentis. Ils sont huit. James me propose de m'asseoir à côté de lui, face à eux.

James, je l'ai rencontré il y a dix ans ; son apprentissage a été difficile. C'est aujourd'hui un bon guérisseur. Il a appelé son fils Jan.

Ce soir, c'est particulier, Guillermo n'est pas là. Panshin Copé est maître à bord. En fin de cérémonie, les apprentis chantent leurs *ícaros*. Quel bonheur de découvrir les *ícaros* de mes amis français. Justes. À chacun sa sensibilité. Teddy navigateur des profondeurs, Benoît *astralman* et Yann un autre saltimbanque de la *medicina*. De futurs *curanderos* ?

PETITE DIGRESSION,
HISTOIRES DE *CURANDEROS* OCCIDENTAUX

Il y a une nouvelle catégorie de *curanderos*, les Occidentaux. Parmi eux, une personne m'a beaucoup aidé à avancer ces dernières années, François Demange (Metsa Niwue de son nom shipibo) qui apprend la médecine traditionnelle depuis quinze ans. Il est le seul élève de Guillermo que je connaisse impliqué dans la *medicina* depuis plus longtemps que moi. Il a beaucoup aidé Guillermo à monter sa clinique de médecine amazonienne.

Cela fait deux Français auprès de Guillermo. Et maintenant, un troisième, avec le Dr Aziz Kharzai, un apprenti.

La rencontre avec François est récente, trois ans à peine. Immédiatement, une amitié est née. Quel plaisir de découvrir un Français qui connaissait l'expérience de manière plus profonde ! Très vite, dans la *maloca*, j'ai constaté sa force. Il m'a proposé de l'accompagner dans un voyage avec le toé (la datura). J'ai refusé, même si Guillermo était à côté. Le toé a une sacrée réputation. C'est une plante à manier avec une grande prudence, elle est implacable et demande beaucoup d'expérience. Même si j'appré-

ciais François, je n'avais pas une confiance totale en sa capacité à me tenir dans les mondes du toé. Prudence d'*ayahuasquero*.

Un autre soir, un guérisseur est venu chanter pour moi en shipibo. J'étais en pleine ivresse et pendant le chant, qui était très précis et très fort, je me suis demandé qui chantait. Ce n'était ni Guillermo, ni Ricardo. J'ai ouvert un œil et j'ai vu François.

Peu à peu, j'ai eu une expertise plus précise de ses capacités, et un jour où Guillermo était absent, il me représenta le toé, et naturellement, je le bus. Le moment était venu. Puis, après le toé, ce furent d'autres plantes. Cela a établi notre lien de manière plus précise, et j'ai accepté de recevoir ce qu'il m'offrait de manière généreuse durant la cérémonie.

Le toé, c'est *fuerte* !

François et Guillermo dans une cérémonie, c'est particulier. Lorsque Guillermo, Ricardo et Maria sont ensemble, ça tchatte en shipibo, je suis très peu la conversation. Et parfois quand j'entends le ton de leur voix ou de leurs rires, j'aurais envie d'en être. Entre François et Guillermo, je suis dedans, du coup j'en profite pour vous raconter un peu.

Après un long chant de Guillermo à un diéteur, qui a pleuré toutes les larmes de son corps, la personne titubante est ramenée à sa place par un assistant. Guillermo prononce alors tranquillement une petite phrase. Cela fait bien rire François qui se tourne vers moi, le regard brillant. Il a du mal à parler. Moi, je sors des visions et je me penche vers lui. Il me répète ce que Guillermo a dit : « Ne sois pas triste, demain tu mangeras une pomme ! » J'ai bien ri. Vous êtes dubitatif ? C'est une blague d'*ayahuasquero*, voire de diéteur. Eh oui ! Un petit écart dans la diète et on le paye plein pot.

Une autre fois, c'est l'inverse. François, Guillermo et moi en cérémonie. Très grosse ivresse. Je suis vitrifié par les visions. Dans le silence. Personne n'a commencé à chanter. J'entends la voix de Guillermo qui s'adresse à François. Je me tourne. François est assis droit comme un piquet, signe de grosse *marea-ción*. Guillermo : « Allez François, chante ! » Silence. François

ne bouge pas. Moi, je me dis : « S'il me demandait de chanter maintenant, j'exploserais. Je suis bien à ma place ! »

Je compatis. Le *maestro* et l'apprenti.

Silence.

Guillermo : Allez François, chante quelque chose !

Silence.

Guillermo : Chante un truc, même *La Cucaracha* si tu veux.

Et là, malgré une grosse ivresse – ceux qui connaissent sauront qu'il n'y a rien de drôle dans cet état – un éclat de rire plus tard, François s'est mis à chanter.

J'ai aussi une histoire de diète qui est associée à François. C'était le dernier soir. Je fermais ma diète ; l'ivresse, comme d'habitude, est très forte. Guillermo me fait le chant de fermeture de diète, très dur et fort. Il pose les protections. Vingt minutes plus tard, à quatre pattes (je n'ai que deux mètres à parcourir, pourquoi me relever ?), je vais retrouver ma place et je passe devant François qui m'arrête. Rebelote, il chante à son tour pour moi, longtemps, me remet une deuxième protection. Puis je m'assois. Je viens de me prendre une bonne demi-heure de chants. Il est tard, la cérémonie entre dans son dernier quart. François se tourne vers moi et me dit : « Guillermo et moi, on reprend, tu nous suis ? » Comment refuser ? Nous buvons. La *mareación* remonte d'un coup. Et là, je comprends. Ma diète vient d'être fermée. J'ai une carlingue toute neuve, des moteurs révisés et le plein de nitrométane dans les réservoirs.

Les farceurs. Reprendre juste après avoir fermé une diète, c'est Cap-Anaconda, décollage cosmique au fond de moi-même. Ça tremble de partout, mais le vaisseau tient. Je peux aller plus loin. Rien que de décrire aujourd'hui ce moment, je sens son ivresse particulière qui remonte. Donc, en résumé, si un guérisseur auquel vous faites confiance pour vos propres raisons vous demande : « Tu veux reprendre de l'ayahuasca ? » Libre à vous de le faire, vous pouvez refuser, tout dépend de votre état. S'il vous dit (les trois types de proposition que j'ai reçus) : « Tu veux reprendre de l'ayahuasca avec moi ? » ou « Je vais reprendre, tu me suis ? » ou « Si tu le veux bien, je voudrais reprendre avec toi », une fois encore, libre à vous de refuser. Mais je vous

conseille d'accepter, quel que soit votre état du moment ; si votre état nécessite une information à communiquer, dites-le lui au préalable. Ce sont des propositions de grand partage.

Reparlons du troisième Français, Aziz, le chirurgien. Il s'est engagé dans de longues diètes d'apprentissage voilà cinq ans et a passé une grande partie de son temps au centre. Il a souffert avec les grandes diètes. En quelques années de sacrifices et de travail intense, il est devenu un bon *curandero* occidental. Je l'ai compris dès le premier *ícaro* que j'ai entendu de lui dans la *maloca* l'année dernière. Un chant très fort et aussi un style personnel inscrit dans la médecine traditionnelle shipibo.

RETOUR À LA MALOCA, LUZ KÓSMIKA

Ce soir, j'ai écouté les prochains *curanderos* potentiels. Les chemins de l'apprentissage sont difficiles, certains renonceront en route, comme dans toute discipline rude. Mais le mouvement est amorcé. Bastien, qui vit au centre, avance aussi dans la *medicina*, et moi j'en profite avec joie.

Le lendemain matin, je goûte à la bruyante jungle de Luz Kósmika. Je vais voir les apprentis et les féliciter ; leur longue diète leur a donné beaucoup de force. La conversation dérive sur le cinéma. Leur enthousiasme sur le sujet est communicatif, je me souviens que je suis cinéaste, et c'est bon. Comme le dit parfois Guillermo en me présentant à quelqu'un, en mimant la caméra : Jan, *el cineasta ayahuasquero*. C'est ce que je suis devenu. J'ai beaucoup de chance de faire du cinéma. C'est un art vraiment plein de magie.

CANNES, 2009

Ciné ayahuasca au festival de Cannes

SOUVENIRS, QUELQUES SEMAINES PLUS TÔT

Autre énergie et autre ambiance. De la joie et du stress : mon film *Coco Chanel & Igor Stravinsky* fera dans quelques jours la clôture du festival. Aujourd'hui, je m'échappe des interviews avec ma compagne Anne Paris, Vincent Ravalec et Marc Caro pour voir *Enter the Void*, le film de Gaspar Noé.

Grosse claque.

Nous sommes tous assis ensemble, sauf Gaspar qui est deux rangs derrière nous. Ce film nous ramène à notre voyage dans la jungle, dix ans plus tôt, à un mois près.

Une bande d'artistes en vadrouille chez Kestenbetsa. C'était lors de mes premiers voyages. Un jour, mes amis saltimbanques se sont joints à moi. Le plus drôle a été Vincent Ravalec, que je connaissais très peu. Je le croise à Ajoz films, les locaux d'Ariel Zeitoun où nous préparions *Blueberry*, et à sa demande, je lui raconte brièvement où je pars pour une dizaine de jours. Avant que j'aie fini mon histoire, le voilà déjà en train de me répondre : « Super, je vous rejoins là-bas. » Un peu surpris, je lui donne dates et lieux à la louche, et il s'en va. Inutile de dire que je ne pensais plus à lui lorsque je le croise dans la zone de transit de l'aéroport d'Atlanta. Il arrivait de New York et était sur le même vol que

nous pour Lima, tranquille et pas plus surpris que cela. C'est Vincent. Nous voilà donc, un petit groupe : quelques patients, deux médecins et des artistes.

Ça a été une dizaine de jours de folie, où chacun est allé très loin.

Un soir, Gaspar a redescendu l'échelle de l'évolution en six heures, pour finir à l'état de mollusque, et stagner là, dans un *bad trip* sans issue, riche d'enseignements. Une version d'*Altered States* à la Noé. Le lendemain soir, avant de boire de nouveau, il me dira : « Plus loin que le mollusque, je ne sais pas ce qu'il y a, mais une chose est sûre, c'est que cette liane n'est vraiment pas à mettre entre toutes les mains ! » (Glouglou.) Vincent est parti en vrille, mais avec classe, et zen, tout en gardant toujours une dimension « Tintin chez les Shipibo. » Il me disait « downloader » des programmes venant des *curanderos*. Anne a trop vibré (pour un être humain) en se transformant en sirène. « C'était tellement beau, mais tellement trop fort ! » Je me souviens de Marc me disant un matin en fin de cérémonie : « Mais pourquoi on fait encore du cinéma ? » Moi, je passais mes partiels dans la centrifugeuse.

Alors qu'elle voulait lever le pied, je me souviens avoir insisté pour qu'Anne participe à la dernière cérémonie. J'ai demandé devant elle à Guillermo si c'était bien qu'elle vienne. Bref, j'ai insisté ; il a répondu « oui. » Moi : « Allez Anne, tous ensemble, c'est la dernière nuit, ça va être super ! » Elle a fini par accepter et badaboum ! Ce que j'ai vécu, j'en parle dans « Souvenirs de fermeture de diète »¹. Ce que je ne dis pas, c'est que, après la dernière cérémonie, au petit matin, Anne n'était plus dans la *maloca*. Petit flip. Me sentant doublement responsable, je me mets à la chercher. Un peu ivre, je fouille le jardin de Guillermo, puis repassant devant la *maloca*, je vois Guillermo debout fumant sa pipe de *mapacho* sans bouger. Je lui demande s'il sait où est Anne. D'un doigt, il me désigne l'autre côté de la maison. Je la trouve affalée dans un buisson, gémissant doucement. Ouf ! Tout va bien. Enfin, pas encore, mais bientôt.

¹ Voir page 163.

Le lendemain, tout heureux, nous partions pour Lima. Dans la voiture se dirigeant vers l'aéroport, Gaspar criait en riant : « On est vivants, vivants ! » Oui, vivants et en pleine forme.

Nous étions tous là, assis côte à côte, devant le plus bel écran de cinéma du monde et Gaspar nous livrait son opus. En tout cas, son film nous ramenait dans la jungle de nos souvenirs. J'entendais Anne qui soufflait doucement une petite mélodie de serpent pour s'apaiser dans les moments les plus difficiles.

À la sortie, groggy, troublés, nous sommes tous d'accord : film unique, accomplissement d'un cinéaste. Nous sommes aussi d'accord sur le fait que c'est la version *bad trip* de notre expédition. Descendant les marches du Palais des Festivals avec eux, flottant encore dans le film, je pense à l'impact artistique de ce voyage. Il vibre dans *Enter the Void* et dans *Dante 01*, le film de Marc Caro. Vincent Ravalec a écrit plusieurs livres sur la suite de ses aventures au Gabon avec l'iboga. J'ai, pour ma part, fait trois films et écrit des livres, et voilà que Gaspar accouche, dix ans plus tard, de son film. Le plus dément, pour sûr !

Je trouve toute cette aventure merveilleuse, en fait, et je perçois cette vague commune qui nous relie, celle qui éveille notre créativité et notre conscience. Ça marche comme un objet avec la pesanteur : vous prenez un artiste, vous le trempez dans le jus de liane, forcément ça change sa création, ou disons plutôt qu'à un moment, il va partager. Quelque chose va changer, c'est logique. J'en percevais la démonstration collective en descendant les marches du Palais. Palme d'or du voyage au Pérou pour Gaspar.

Mais il reste une œuvre à faire : celle d'Anne Paris. Son scénario, au titre évocateur : *Élixir*, est presque terminé. L'aventure artistique continue. Pour elle, le thème sera le désir, dans un film d'anticipation érotique.

À Cannes, je retrouve à nouveau l'univers de la liane quand mon ami François « Metsa Niwue » déboule pour la clôture. Il est à l'aise comme un poisson dans l'eau, et ses yeux brillant de jubilation à l'idée de monter les marches contribuent à ma détente avant la cérémonie.

Se préparer à la cérémonie, c'est un peu différent, à Cannes. On ne vérifie pas sa lampe de poche et on ne s'asperge pas d'antimoustiques. C'est plutôt : attention à ne pas froisser le smoking. Et le nœud pap' dans la poche, au lieu de l'Aqua Florida. En revanche, au niveau émotionnel, ça se ressemble un peu. Des pensées du type : à quelle sauce vais-je me faire bouffer ce soir ? Les bons esprits seront-ils là ? Les *yoshins*-critiques vont-ils siffler ? J'étais donc légèrement tendu, secoué par les émotions, comme avant de boire les huit plantes. Anne m'a proposé un peu de yoga et un petit massage des pieds, ça m'a calmé direct. Du coup, j'ai pensé, trop tard, que j'aurais dû aussi demander un petit *ícaro* à François. Rien de tel ! Entre nous qui sommes tellement connectés, ça marche tout seul. Tant pis : si ça va mal, je chanterai dans ma petite tête un *ícaro* de redressement du mental et des sens.

Le ballet des voitures, la montée des marches. J'arrive dans la salle en ayant réussi à ne pas marcher sur la robe longue d'Anna Mouglalis et à ne pas perdre mon pantalon. C'est vrai, c'est bizarre, le stress : à un moment, dans la berline qui nous amenait au Palais des Festivals, j'ai pensé qu'il ne fallait pas que je perde mon pantalon. Nous avons bien ri avec Anne ; c'était « l'angoisse du benêt à la montée des marches. »

Je me suis retrouvé assis à côté d'Anna, Mads Mikkelsen et Elena Morozova, les acteurs principaux du film. Je sentais notre tension commune, surtout qu'Elena et Mads découvraient le film en même temps que le public. La dernière fois que je l'avais vu, c'était pour vérifier la copie dans une petite salle de laboratoire parisien. Ce soir, la salle est comble et le public pas forcément tendre.

Heureusement, les familles sont là, avec nous. Ma mère et mon frère, Claudie Ossard et Chris Bolzni, mes producteurs, les techniciens, dont certains sont des amis de longue date, et, bien sûr, Anne. La lumière baisse. Thierry Frémaux, le sélectionneur et grand manitou cannois, jaillit et vient me surprendre en mettant ses mains sur mes épaules avec un sourire malicieux. Il plante son regard dans le mien, dans cette étreinte vive et discrète, sorte de *Haka* cannois que j'imagine de son invention. Il me glisse :

« C'est la tradition. » Son geste me fait sentir le jeu, un soutien fort et direct, comme une bonne soufflette de *mapacho*. Après tout, si je suis là, c'est le choix du comité de sélection. *Enjoy!*

Je n'ai pas le temps de lui renvoyer un sourire, il a disparu. C'est parti.

Des gens crient, d'autres applaudissent, un autre siffle. Bref, ça gigote dès que les fractales du générique envahissent l'écran. Au final, une belle cérémonie.

IQUITOS,
JUILLET 2009

Star Wars in the maloca

ESPÍRITU DE ANACONDA

Ricardo a prévenu Guillermo que l'énergie était lourde ces derniers jours. Revenu de Lima, souriant, le *maestro* dit qu'il va s'en occuper. Il envoie beaucoup de fumée de tabac sur tous les patients et apprentis ; le vaisseau va bientôt décoller.

Guillermo ouvre la cérémonie, mais ça résiste. Gros blocage. Il s'arrête pendant son chant. Je vois Ricardo vaciller, et moi, je puise dans mes ressources pour traverser les univers peu accueillants qui sont en train de se déployer. Je ne bronche pas, prends ma pose Rascar Capac. Guillermo ne vomit pas, titube puis reprend son chant. Je m'accroche, aucune pensée pour lui demander mentalement assistance. Je traverse et garde la position toute la nuit. Ricardo n'est pas bien. Guillermo commence par un gros soin sur lui, puis tous deux appellent les patients et la danse commence.

À travers mon ivresse, je vois les soins. Les visions émanent du guérisseur et interagissent avec celles sortant du patient, c'est impressionnant. Je reconnais des étapes que j'ai vécues en recevant un chant de lui.

Lorsque c'est moi qui reçois le chant, c'est comme si j'étais assis au premier rang d'une grande salle de cinéma, une vision

partielle et écrasante avec laquelle on lutte. Là, je suis au fond de la salle et j'ai un peu de distance. Je me colle aux chants de Guillermo qui m'emportent, un peu comme un pilote chevronné prend l'aspiration du véhicule le précédant. Je déroule les *ícaros* dans mon esprit pour augmenter ma concentration. La nuit passe, l'énergie devient plus aérienne. La paix s'installe dans la *maloca*. Guillermo fait de nouveau un gros soin à Ricardo. Il se tourne vers moi, dont il ne s'est pas préoccupé de la soirée. « ¿Cómo estás, hermano ? » « Tranquil », je réponds (ce qui, ce coup-là, est vrai). Avec Ricardo, ils se mettent à rigoler comme des enfants en se racontant les terribles visions, leur forte ivresse et la difficulté du début de la cérémonie. Je lui dis, encore dans l'ivresse et un peu ébahi : « Mais c'était vraiment très dur ce soir, et vous rigolez ! » Il me répond : « Bien sûr qu'on rigole, on a réussi, il y a de quoi être joyeux, non ? » C'est vrai. Je repense au cascadeur moto de 99 *Francs* se relevant des cartons après avoir volé à quatre-vingts kilomètres heure et glissé sur trente mètres. Il avait réussi et avait le même sourire. Je n'aurais jamais pensé établir un rapport émotionnel entre un cascadeur de cinéma parisien et un guérisseur traditionnel indigène d'Amazonie.

LE MATIN, TOUJOURS EN JUILLET 2009

Je croise Guillermo. Il se soigne les dents avec des plantes qu'il mâche toute la journée. Je lui suggère d'aller chez un dentiste. Après tout, quand il en a besoin, il va voir les médecins allopathes. Pourquoi s'en priver ce coup-ci ? Il préfère résoudre son problème avec les plantes. Je lui demande ce qu'il pense de mon idée de continuer ma diète en France. L'idée lui plaît : trois mois, ce serait bien.

Trois mois ? Ok. Je vais demander à ma chérie, d'abord.

Échange de mails, réponse rapide.

Au retour à Paris, ce sera : pas de sel (ok), pas de sucre (plus dur, mais bon), pas de viande (facile), pas d'alcool (c'est fait depuis des années) et pas de sexe (oh là là... beaucoup plus dur, nous qui avons un joyeux rythme). Bon, je suis content qu'elle accepte. Ça va nettoyer sévère. Il faut savoir que non seulement dans une diète d'apprentissage, il ne faut pas avoir de relations

sexuelles, mais pas de pensées sexuelles non plus, ni de rêves ! Donc, faire très attention. De ce point de vue, rien n'est gagné. Mais je suis bien installé dans ma diète, je vais continuer et prendre ma vitesse de croisière, une sorte d'élan, avant de rentrer en France, où ce sera plus difficile. Cela dit, tout va bien : j'ai eu le signe d'une diète bien installée. Deux jours auparavant, j'ai commencé à avoir un rêve érotique et, à l'intérieur du rêve, j'ai reculé pour protéger ma diète.

Guillermo me signale que le groupe de yogis chinois arrive aujourd'hui et qu'il voudrait que je sois le traducteur lors des *debriefs*. Ça me branche. Dans mon état vibrant, j'ai bien envie de faire du yoga. Vers midi, ils arrivent et, surprise ! je reconnais leur boss. C'est Matej Jurenka, un Slovaque fin, au regard intense et aux longues *dreads*, grand yogi asana. Il est arrivé avec son élève Shiou-an, une petite Chinoise très jolie, au sourire ample et lumineux. Je les ai déjà vus l'année précédente au centre. Les autres arriveront le lendemain, mais ils seront seulement deux au lieu de dix. Problèmes de visa au dernier moment pour les autres Chinois.

MALOCA, INTÉRIEUR SOIR, CÉRÉMONIE

Nous sommes de retour dans la *maloca*. Au dernier moment, Guillermo ne vient pas. Je commence à fatiguer. Je ne me sers qu'un petit verre, la cérémonie est tranquille, donc rien de particulier à signaler. Une sorte d'interlude dans lequel je regarde un peu ma vie présente, ma belle, mes enfants, ma famille, mes amis. Je leur envoie à tous de jolies pensées.

LE MATIN

Après un copieux petit-déjeuner, je traîne dans le hamac et je vois arriver deux élèves de Matej : Kania, une belle Indienne fine et grande, et Martin, un compatriote slovaque.

Première réunion avec le groupe dont je suis le traducteur. Pour Kania et Martin, ce sera la première fois. Matej signale à Guillermo que le groupe fera une cérémonie un soir sur deux et que la préparation qu'il a prise hier soir n'était pas assez forte.

Il en voudrait une beaucoup plus concentrée pour ses élèves. Groupes. Elle était très bien, cette préparation !

Un instant saisi par une hésitation, je finis par me tourner vers Guillermo et je traduis. Il faut savoir que j'ai déjà entendu ça et que l'histoire est toujours la même. Guillermo répond : « Bien, nous allons régler cela. » Ensuite, celui qui boit... se prend une grosse expérience, dont l'intensité extrême lui fait parfois regretter toute la nuit sa témérité.

Je suis dans le regard de Guillermo, je termine ma phrase et je sens qu'il peut me lire. Je dois avoir un sourcil légèrement plus relevé que l'autre, signifiant : « Les pauvres, ils ne savent pas, ne les écoute pas, mon frère ! » Ses yeux malicieux se plissent un instant ; il réplique : « Puisque c'est ton souhait, nous allons régler ça. » Matej ne bronche pas. Les autres ne comprennent pas ce qu'il vient d'organiser pour eux, mais sourient, satisfaits. Demain soir, ça va swinguer dans la *maloca*. Les objectifs de chacun sont importants. Guillermo mémorise bien tout et, avec un grand sourire doux, annonce la fin de la réunion.

Je souris moi aussi en pensant que j'ai vécu l'année dernière avec François une histoire proche. Celle du type qui, en pleine ivresse, se dit : « Franchement, ils m'ont trop servi, je vais exploser, ils exagèrent », avant de se souvenir que le type qui l'a servi... c'est lui. Et je ne peux donc m'en prendre qu'à moi-même.

Matej m'invite à faire du yoga cet après-midi et demain matin. Parfait.

Je regarde les postures. J'essaye de suivre à, disons, 15 % de courbure (allez voir Matej sur YouTube, vous comprendrez), mais tout se passe avec harmonie. Les élèves ont un très bon niveau. Après une heure et demie, en sueur, le néophyte que je suis s'allonge. Les bienfaits du travail se répandent dans tout mon corps détendu et mon esprit. Je sens la très belle alchimie entre les plantes et le travail physique du yoga circulant dans mon corps. Je ferme les yeux.

Lorsque je me réveille, je suis seul et il fait nuit. Un peu inquiet de l'heure, je me dirige vers la *maloca* : elle est vide. Pas de matelas, personne. Je file vers le terrain dégagé dans la jungle. Tout a été installé dehors. Ils sont tous prêts. Mes affaires sont posées à côté

de Guillermo. Je n'ai qu'à m'asseoir et boire. Je serai de nouveau réveillé par la rosée du matin, et cette fois, ce sera très agréable.

LE MATIN

Je sens le travail du yoga, je le sens tellement bien que je n'irai pas en refaire ce matin, sinon je serai un mollusque cette nuit. Tous les deux jours, ce sera mieux. L'année précédente, j'avais suivi un prof de yoga et je pratiquais dans la *maloca* tous les matins, mais c'était plus cool.

Petit-déjeuner. Guillermo me demande de venir. Il va faire chercher le Russe et veut que je traduise. Ma curiosité est soudain éveillée. Le Russe arrive. Cela fait quelques jours qu'il n'a pas mangé mais seulement bu de l'eau. Il est presque au bout de son traitement. Je l'observe, fasciné. Il est très différent. La peur a disparu de son regard, il est posé, tranquille, son corps bouge plus lentement. Il dit qu'il va bien, qu'il n'a pas faim. L'entretien est bref. Le Russe retourne dans la forêt. Je serai parti quand il sortira, mais je sais déjà que tout va bien pour lui.

Guillermo me le confirme, laconique et malicieux. « Cet homme est fort et il va réussir à atteindre les objectifs qu'il s'est donnés. » Je réponds en rigolant que le centre va avoir une nouvelle clientèle de traders et brookers en déconfiture avec la crise ! Il ouvre les bras et dit : « Tout le monde est bienvenu pour recevoir un bon traitement ! » On rigole comme des baleines. J'imagine les costards cravates de Wall Street alignés dans la *maloca*, avec devant eux des seaux de vingt litres, prêts à vomir leur *hedge funds*.

Que j'aime ce hamac !

Je me dis une nouvelle fois qu'il y aurait une belle comédie à faire sur le sujet, ou une pièce de théâtre ; je divague joyeusement en me remémorant des anecdotes croustillantes. Comme, par exemple, cette petite histoire : lorsque je tournais *D'autres mondes*, un de mes collaborateurs profitait du tournage pour découvrir les malices de la liane magique. À Pucallpa, le garçon est sorti de la première *maloca*, une petite cabane dans le jardin de Guillermo, poussé par l'urgence intérieure. Il cherchait, vous

avez deviné, les toilettes. Dans la nuit, sans lampe de poche, ni repérage préalable. (Il n'avait pas lu le Manuel.) Il trouva finalement la petite cabane-toilettes sommaire à tâtons, car fort ivre (cet homme est un grand conteur, avec ses mots l'anecdote est croustillante). Il parvint acrobatiquement à évacuer le liquide sombre qui réclamait désespérément de sortir de son corps. L'opération fut un succès, sans trop de dommages collatéraux. Mais il n'y avait pas de papier hygiénique ; dans le noir et l'ivresse, il trouva, ô miracle, des feuilles délicatement pliées au fond de sa poche. Et fut ainsi sauvé. Hélas ! Il s'aperçut trop tard que le papier qu'il avait utilisé était l'unique exemplaire de son contrat de travail chèrement négocié.

Quelques semaines plus tard, alors que je travaillais dans les locaux de la production à la préparation de *Blueberry*, la secrétaire raccrocha son téléphone et appela la comptable pour lui dire : « Le contrat de monsieur X a été égaré, il faut lui en envoyer un autre. » Je pense que personne n'a compris pourquoi j'ai éclaté de rire. Ils ont dû conclure que le Pérou m'avait rendu un peu atypique...

Je profite de la journée pour retenter un test sur le PC afin que l'expérience scientifique puisse se dérouler dans deux jours. Les contacts avec les techniciens via les mails m'ont finalement permis, en plusieurs fois, de relancer le programme informatique ; tout est enfin prêt.

MALOCA, INTÉRIEUR SOIR, CÉRÉMONIE

Beaucoup de monde dans la *maloca*, environ vingt-cinq personnes. Je suis à la droite de Guillermo. Ricardo, à sa gauche, sert le breuvage. À la fin, c'est au tour des yogis, assis en face de nous. Le liquide qu'ils boivent est ultra-concentré et ressemble à du chocolat fondu. Rien que de le voir, j'ai un haut-le-cœur. Matej demande à Ricardo, qui ne se fait pas prier, de bien servir ses élèves.

Quand je vois Kania boire, j'ai un grand élan compassionnel et un frisson : la découverte va être violente et cela me ramène à ma propre expérience, dix ans plus tôt. Je me souviens de Guillermo

me servant un verre d'une plante qui n'était pas de l'ayahuasca, beaucoup plus forte. Au moment de verser, il m'avait demandé : « Pourquoi tu bois ? » et je lui avais répondu : « Je veux savoir. » Il m'avait alors servi un grand verre. J'ai reçu un choc, mais quel choc ! J'ai « choqué »¹ avec mes croyances, mes sentiments, les esprits, le mystère, la culture, la jungle.

Le lendemain, j'étais différent. À jamais. Même si j'ai vécu depuis des cérémonies plus fortes, l'amplitude, ou disons le différentiel entre avant et après, n'a jamais été aussi fort. Un changement de paradigme.

Je regarde la belle Kania vider son verre et je prie intérieurement pour que tout se passe bien pour elle. Nous autres, nous prenons la préparation *regular*. Je vais me servir et prends la dose normale. Je me sens bizarre depuis une heure. Guillermo m'évite et là, il ne bouge pas, concentré. Je suis troublé. Au moment de boire, je le déränge dans sa concentration et lui dis que je n'ai toujours pas de réponses à mes questions. Il me répond, direct. « Tu dois boire plus. » Ok, je demande à Ricardo un grand verre. Ce soir, ça va valser pour tout le monde. D'ailleurs, ça commence assez vite. Les yogis purgent en silence, sauf Kania qui entre dans la terreur : « *Help, help me, Guillermo, I wanna go home. Please, help.* » La pauvre, elle se prend la cruche. Sa lancinante prière en boucle et sans fin monte, empreinte d'une terreur sacrée qui nous glace le sang à tous. Enfin, « tous » : les autres et moi ! Mon ivresse est bloquée. Guillermo se lève et va chanter pour Kania, il y passera une partie de la nuit. Des chants doux et profonds ; il s'arrête et reprend. L'ivresse de Kania est telle qu'il me semble la percevoir par-dessus celle de Guillermo.

Je travaille en douceur pour bien redresser mes pensées et mes sens. Ça vomit de partout. Le vaisseau alourdi décolle doucement. En bout de piste, son long ventre semble frotter la cime des arbres.

1. Choquer vient de *chocar*, terme local d'*ayahuasquero*, qui s'applique normalement aux diètes. L'on peut dire « J'ai choqué ma diète », ce qui signifie, « Je l'ai malmenée, secouée. » Par exemple, je me suis retrouvé emporté malgré moi dans un défilé du Front national et toute l'énergie bien sombre de ces gens a choqué ma diète de piñon blanco (voir chapitre diète).

Guillermo revient, il m'appelle pour un chant. Je le reçois, bien centré. Il me connecte au monde médicinal de la liane, j'entends dans les paroles qu'il me connecte à Nete Ibo Riosqui, le monde du doyen de l'Univers. Oh là là ! L'ivresse monte d'un coup !

Je descends d'abord dans les profondeurs. Tension, détente, tension, détente, les boucles s'élargissent, et puis apparaît la *madre* de l'ayahuasca ; vision claire. Elle est debout et, de ses bras ouverts au-dessus de sa tête, elle soutient le monde médicinal. Il est immense et j'y pénètre. Ainsi, elle me soigne. Puis c'est le ciel, un ciel comme ceux des peintures religieuses. Un sentiment aérien, fort, de bien-être doux et puissant. Le monde de l'amour... En fait, je n'ai pas envie de décrire ce qui a suivi. Peut-être, un jour, aurai-je l'opportunité de le représenter dans un film. Disons que j'ai retrouvé la grande force des cinq sens, celle que j'avais égarée.

Comment dire ?

Après une série d'épisodes fort lumineux, j'ai vu dans la pièce les maisons de *medicina*, immenses, qui emplissaient la *maloca*. Et j'avais les yeux ouverts. J'éprouvais une joie intense, particulière, celle de celui qui a retrouvé le lien intime avec le créateur. Et tout ce qui venait de ces maisons de *medicina* était simple.

Je flottais dans un sentiment aérien, l'air était comme parfumé. Et les pensées semblaient entrer en moi depuis l'extérieur. Tout paraissait logique. Cristallin.

Enfantin.

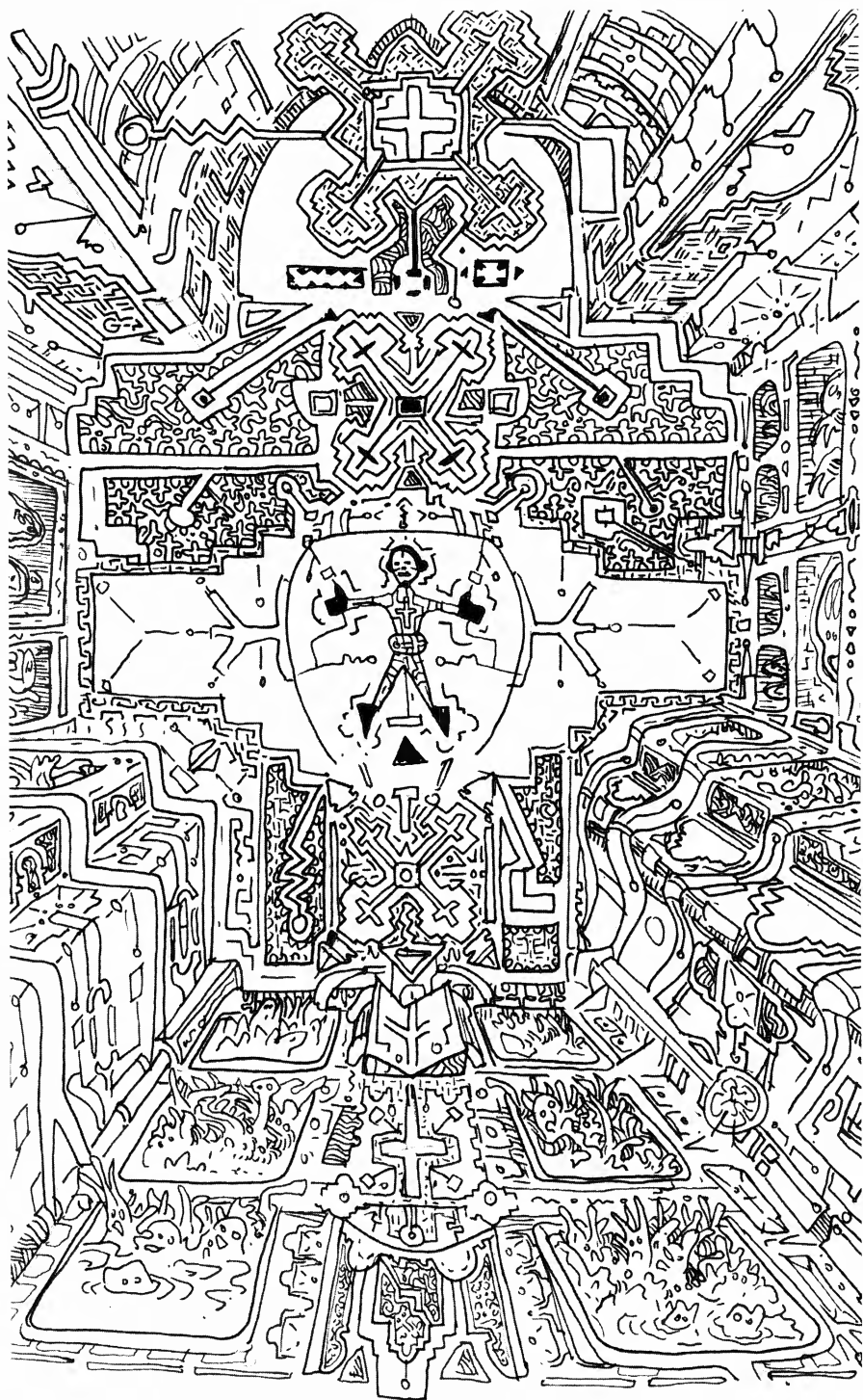
Je vois clairement en vision le sens des diètes.

Je ne m'attendais pas à ce type d'infos.

Pour se connecter à la lumière d'Ibo Riosqui, à la force médicinale qui semble venir du plus haut, on passe par le monde de la nature, par les plantes. Par le monde médicinal des plantes.

Les diètes verrouillent la connexion au monde lumineux de la *medicina* de la plante. Pour rester connecté à la partie lumineuse de son monde, la diète est le chemin.

Tout me paraît simple, les visions sont installées dans la *maloca*, je me sens comme un indigène ayant pris une bonne cruche



salvatrice. Je ris intérieurement. J'ai l'impression d'être installé dans mon corps avec une force vive et claire.

Je vais me rasseoir. Relié à l'ayahuasca, la plante semble me souffler le titre de la BD que je dessine depuis le début : ce sera « Doctor Ayahuasca ». Je souris, c'est un joli titre.

Sortant de la *maloca* (attention à ne jamais faire en cours de cérémonie ce que je décris à moins d'avoir acquis une solide pratique), je me suis avancé dans la forêt, pas très loin, mais suffisamment pour être seul, pour m'asseoir sous un grand arbre. J'ai écouté le chant des oiseaux et les cris des singes, puis regardé les étoiles. Et, depuis mon ivresse, j'ai chanté doucement pour la nature. Je voyais les esprits dans les arbres qui semblaient m'observer tranquillement. Je suis resté ainsi une petite heure, puis j'ai réintégré la *maloca*.

Guillermo était retourné chanter pour le groupe des yogis. Après un moment, il est revenu, a jeté son coussin et soufflé en souriant. Le travail était accompli, mais il était fatigué. Il a ôté son tee-shirt, s'est allongé sur le ventre et m'a demandé de lui poser une pierre sur l'épaule, à un endroit précis. Je l'ai fait, surpris. Je ne l'avais jamais vu travailler avec les pierres sur lui. Il avait dû déguster énergétiquement. J'ai eu une bouffée d'admiration pour le travail du guérisseur, son travail pour aider les autres.

MATIN

Au petit-déjeuner, j'apprends qu'il n'y aura pas de cérémonie ce soir ; tout le monde a beaucoup travaillé, c'est relâche. Je croise Guillermo qui me propose d'aller avec lui faire une cérémonie à Luz Kósmika avec les apprentis. Mais, maintenant, il est temps de faire une réunion avec le groupe des yogis. Tout le monde a survécu. Je me mets à écouter et à traduire. Matej sera concis, précis et court dans ce qu'il veut partager. Il est désormais un *ayahuasquero* solide. Kania raconte son histoire, que je ne peux écrire car c'est intime, mais disons que c'est une grandiose introduction aux arcanes de la *medicina*. Je suis subjugué par tout ce que j'entends, et je revois mon jugement. Évidemment, la dose était très forte, et l'on ne peut donc pas échapper à l'expérience,

mais c'était une très belle cérémonie pour elle et d'ailleurs pour tous les yogis. Tout le monde a le regard brillant de celui qui est passé de l'autre côté du voile. Guillermo conclut la réunion par un grand sourire. « Vous êtes tout neufs, demain on va plus loin. »

Je file un instant pour écrire ces notes car si la cérémonie est aussi forte que la dernière avec les huit plantes, j'aurai tout oublié demain.

LE SOIR, LUZ KÓSMIKA, UNE CÉRÉMONIE

Je me prépare à prendre une claque, c'est le retour du breuvage spécial, cuisiné par certains des élèves. Ricardo est là aussi. Lui, Guillermo, James et moi sommes assis face aux neuf apprentis. Je bois. Je perçois les bienfaits de ma diète, mais la préparation manque de force. Nous reprenons. Rien n'y fait, pas de décollage. Fatigué, je regarde Ricardo s'endormir, et je le suis dans les bras de Morphée, tandis que Guillermo et James s'occupent des étudiants.

MATIN

Retour à Espíritu. Je me remets à la peinture. J'ai une maison, dont j'ai financé la construction, mais qui appartient au centre. Je peins sur ses murs des anacondas de couleur. Mais quelque chose me chiffonne, il me semble que mon avion est tôt le sur-lendemain. Est-ce bien après-demain ? Je vérifie et découvre que mon vol est le lendemain à huit heures !

Ce soir sera donc ma dernière cérémonie, et je devrai filer direct à six heures du matin pour l'aérodrome. Tout s'accélère. Le ciel est noir. Je saute sur la moto et fonce en ville acheter les petits vêtements dont ma fille est friande, quelques bouteilles d'Aqua Florida et du *mapacho*.

Je parviens à revenir avant la pluie. Je fonce faire mon sac et organiser le départ en *motocaro* pour six heures. Quand la nuit tombe, tout est bouclé. Je vérifie le PC, l'installation. C'est prêt. Je m'installe dans la *maloca*. Tout le monde regarde ce mystérieux dispositif que je place à côté de Guillermo. C'est la dernière chance de faire l'expérience. Personne ne me pose de questions, mais j'apprendrai plus tard que Ricardo avait dit que

c'était une machine du *director ayahuasquero* Jan Kounen destiné à enregistrer les visions de Guillermo !

Je m'allonge et laisse mon esprit divaguer.

Ce soir, comme à chaque fin de séjour, les souvenirs remontent. Le chemin avec les *curanderos*. Le voyage que j'ai fait avec Guillermo, un incroyable voyage, qui se finira à ma mort, ou à la sienne, ou bien continuera au-delà. Je repense au moment où je suis retourné le voir pour mourir, quelques années auparavant. Bousculé dans mes pensées, ma vie et mon apprentissage, je suis effectivement reparti là-bas, pensant aller mourir, me disant qu'eux, les guérisseurs, s'occuperaient de mon âme. J'étais loin psychologiquement. J'avais pressenti ce qui allait se passer, j'allais mourir. Mais, même si elle fut intense et pleinement vécue, cette mort ne fut que symbolique.

Je revois ma première discussion avec Guillermo, après les trois premières cérémonies, dix ans auparavant. Contenant mal mon émotion, je lui avais demandé s'il resterait à mes côtés. Je lui avais promis de l'aider dans ses objectifs. Je lui avais dit aussi qu'il faudrait faire des expériences scientifiques !

Je fume du *mapacho* en pensant à tout cela.

Mon frère indigène.

Mon ami.

Parfois, les fermetures de diètes sont des moments pénibles. Pendant la diète, les énergies des plantes s'accumulent autour du patient. Au moment de la fermeture, le guérisseur fait pénétrer ces énergies de guérison à l'intérieur du corps. Puis, à l'aide d'un autre chant, il va protéger le patient en positionnant des protections à l'extérieur (ne me demandez pas comment il fait), ce qui est une opération très forte pour celui qui les reçoit. Une fermeture de diète peut se faire en plusieurs jours. Peu à peu, l'énergie est positionnée à l'intérieur, harmonisée, puis la fermeture est effectuée, et verrouillée par le chant de protection. En général, à la toute fin seulement, l'on se sent vraiment bien, le matin au réveil. Quelquefois, il faut attendre plusieurs jours pour ressentir les effets.

Je me souviens de la fermeture très dure de ma première diète,

STAR WARS IN THE MALOCA

en deux temps, alors que je ne savais même pas que je le diétais,
lui.

JE DEMANDE GRÂCE,
DÉCEMBRE 1999

Souvenirs de fermeture de diète

TROISIÈME VOYAGE

C'est mon troisième voyage, en décembre 1999. Je suis reparti pour un séjour de quelques semaines auquel se sont joints mes amis Gaspar, Vincent, Anne et quelques autres.

Après plusieurs cérémonies, Guillermo me dit en privé : « C'est bien, tu es prêt. Durant ce séjour, je vais te transmettre ma connaissance. » Puis tout se gâte très vite. Je souffre. Durant les cérémonies suivantes, je n'ai que des visions sombres. De pire en pire. Je pense que Guillermo veut voler mon âme. J'ai des pensées terrifiantes pour celui que j'ai élevé au rang de père spirituel. Nous partons pour huit heures de pirogue vers la communauté de Paoyan. La nuit, sur le fleuve, je tremble dans l'obscurité. Une peur irraisonnée de la jungle. Je le regarde, il ne me sourit plus, j'ai un anaconda à sang froid face à moi. Ce voyage est celui de la déraison, de la terreur. Les cérémonies continuent et mon état paranoïaque empire. Un matin, j'essaie d'attraper Guillermo pour lui parler, car je ne le vois plus que pendant les cérémonies. Je glisse et tombe dans la boue. Il se retourne. Je lève la main. C'est un film ! Je lui demande grâce.

L'anaconda me regarde, puis continue son chemin.

Un moment très dur. La confiance mise à l'épreuve.

Ce qui m'empêche de m'enfuir, de prendre le premier avion, c'est la nature des moments passés dans les autres mondes avec cet homme qui m'avait, dès le premier jour, ouvert son monde intérieur. J'ai vu qui il était. Dès la première cérémonie, dès qu'il a chanté la première fois, j'ai su que nos destins seraient liés, que j'étais à la maison, qu'il serait mon *maestro*. Mon histoire avec lui était évidente, tout s'est joué en dix petites minutes. La dureté de ce que je vis est donc nouvelle. Mais c'est le chemin. Je m'accroche désespérément à cette dernière pensée. Ce serait trop con de tout lâcher maintenant.

Je ne peux rien partager avec mes amis. Je suis dans une grande solitude, bien que j'essaie de faire bonne figure.

JUNGLE, NUIT, CÉRÉMONIE

La préparation est trop forte, enfin il serait plus juste de dire : trop forte pour moi. Mes amis gigotent bien. Les Indiens, eux, ne bronchent pas. J'ai des visions, les yeux grand ouverts dans la pièce. Je ne tiens pas. Quand les chants se taisent, je sors. Trop d'énergie dans la *maloca*. Je m'accroche littéralement aux branches de l'arbre le plus proche. Je lève les yeux vers le ciel. À la vue de la voûte céleste, je sens que le monde est à l'envers et que je vais chuter vers le ciel, chuter sans fin vers les étoiles, me dissoudre définitivement.

Je suis Icare, mes ailes brûlent.

Objectif revu à la baisse. Pour survivre : se mettre à genoux, tenir cet arbre entre ses bras et attendre le lever du jour.

QUELQUES FOLLES NUITS PLUS TARD

L'avant-dernier soir de notre séjour, alors que je suis dans le jardin de Guillermo avec Anne, avant la cérémonie, il me dit : « Ce soir, je vais te transmettre ma connaissance. » Anne est surprise d'entendre ces mots. Quant à moi, je suis soulagé. J'avais tenu bon, c'était l'heure de la récompense. Immédiatement, je me mets à imaginer que je vais avoir les clés de la navigation dans les autres réalités. Je m'assieds, confiant, dans la *maloca*. Nous buvons. La cérémonie commence.

Rien.

Aucun effet.

Au bout de quarante-cinq minutes, je regarde autour de moi. J'ai un sentiment un peu pathétique à l'égard de mes compagnons de la nuit. Guillermo chante et soigne les gens à tour de rôle. Ce soir-là, il ne m'appelle pas. Je regarde les *curanderos* et vois en eux de pauvres êtres perdus dans de vieilles croyances surnaturelles. Je suis terrifié par ces sensations et ces pensées. Comment est-ce possible ? Moi qui vivais une heure plus tôt dans un monde magique et terrifiant, je suis confronté à la réalité de ce que je perçois dans tout mon être. Pour nous, les petits Blancs, tout est limpide : ces voyages ne sont qu'illusions. J'essaie d'échapper à ces pensées. Impossible. Une terrible tristesse s'élève lentement au cours de la nuit. La nausée de moi-même monte inexorablement. Je la laisse m'envahir et une vague de pensées surgit et me rattrape. « Tout cela est faux, tout ce que j'ai vécu est une illusion. »

Alors, je m'accroche à cette pensée : ce que j'ai vécu était magnifique. Pendant un moment, j'y ai cru. Je dois chérir la mémoire de ce en quoi j'ai cru. C'était un enchantement salvateur, pur et beau, rempli de grâce et de folie. Ainsi, peu à peu, je retrouve l'estime de moi-même. Le monde n'est plus magique, mais j'ai cru qu'il l'était durant des mois, une sorte de Père Noël pour adulte. Et je devrais chérir cette mémoire comme un précieux cadeau.

Je me tiens à l'écart des chants, à l'écart du voyage, et je m'accroche littéralement à cette pensée toute la nuit. Puis, au petit matin, je me lève et vais saluer Guillermo avant de rentrer me coucher. Je serre les dents. Il me regarde et me lance un *adiós*. Je lis dans son regard : « Fais tes choix, reviens ou ne reviens plus. Tu es libre, comme je le suis vis-à-vis de toi ».

Je n'ai jamais été aussi triste.

Je rentre dans ma chambre, mais je ne parviens pas à dormir. Anne vient me voir et me prend instinctivement dans ses bras. Je pleure comme un enfant. Je lui avais proposé de faire ce voyage. Elle est réalisatrice et j'avais envie que dans *D'autres mondes* il y ait sa sensibilité. Je sentais aussi qu'une rencontre avec la liane serait positive pour elle. Jamais je n'avais envisagé qu'elle me sortirait de cet état, ni que durant ce voyage je tomberais follement

amoureux d'elle. Je pleure, mon corps se détend et les visions s'ouvrent. Je vois un colibri bleu qui sort de mon cœur, ressens une grande détente, puis je m'endors.

Au matin, je suis bien, soudain débarrassé de mes pensées et désirs liés à l'idée de devenir un *curandero*. Ils se sont volatilisés.

Je suis surpris et heureux de goûter à cette nouvelle détente. Une paix inconnue pour moi depuis des mois. Ce matin-là, pour la première fois, je ne questionne plus la nature des expériences. La journée est paisible et c'est avec tranquillité que je vais prendre le bateau pour Yarinacocha.

YARINACOCHA,
DERNIÈRE CÉRÉMONIE AVANT LE RETOUR POUR PARIS

De nouveau face à Guillermo, je le remercie pour la nuit précédente et lui explique que désormais, je suis libéré. J'ai compris que ce n'est pas ma voie d'être *curandero*. Je suis heureux de l'accompagner humblement pour cette cérémonie finale. Il me répond qu'il faut de tout pour faire le monde. Des guérisseurs, des cinéastes, des pêcheurs, des scientifiques. Chacun a son importance.

Nous buvons une nouvelle préparation. Le cocktail spécial d'adieu, ayahuasca et chacruna, a été cuisiné avec du sucre de canne. C'est le sucre, je pense, qui accélère et amplifie le déferlement vers le cerveau des molécules sacrées. Guillermo m'appelle.

Il se met à chanter.

Je suis foudroyé.

J'ai les yeux grand ouverts.

Des esprits lumineux sont autour de lui et au-dessus de moi. Une couronne de lumière descend sur ma tête. Tandis qu'une écharpe aux multiples couleurs s'enroule littéralement autour de mon cou, des plaques lumineuses se posent sur mon corps. Un grand sentiment de respect m'inonde. Respect pour les plantes, pour le monde indien ; une filiation, un aboutissement.

Sonia, la femme de Guillermo, est présente à ses côtés. Je l'entends lui murmurer : « Regarde, il voit. »

J'entre dans un vortex d'images d'esprits puissants qui se présentent à moi. Puis, je n'ai plus le souvenir de ce que j'ai vécu.

Je suis cependant fier d'être resté conscient. Mes amis m'ont dit plus tard que j'avais perdu connaissance pendant une demi-heure, puis que je m'étais relevé d'un coup pour reprendre ma position initiale, les jambes repliées devant moi, les bras autour des jambes, tel Rascar Capac.

Au matin, Guillermo me dit : « Je t'ai mis les protections. La diète est finie pour toi. » Moi, je ne savais rien des diètes, mais depuis quelques semaines, je ne mangeais presque rien, un peu de riz, j'étais faible ; même Guillermo m'incitait à manger davantage.

Ces deux dernières cérémonies ont été une grande douche écossaise. Mais je n'y ai plus pensé. C'est seulement quelques mois plus tard que mon interprétation de ce que j'avais vécu la veille de cette cérémonie, le sens de l'attitude de Guillermo, est devenue cohérente. Il m'avait transmis sa connaissance – se rappeler qu'en soi, en chaque homme, celui qui juge et qui ne croit en rien, est toujours là, qui guette, prêt à sortir. Il m'avait plongé totalement à l'intérieur de ce sentiment, pour que je puisse voir cette part de moi-même capable de dominer l'être entier.

La connaissance n'est pas un manuel de pilotage de l'esprit, c'est la connaissance de soi. Des forces qui vivent tapies en l'être. C'est se souvenir de s'accrocher à sa foi, alors que toutes vos pensées vous disent l'inverse, que vous êtes plongé dans l'énergie négative. C'est travailler pour se relier à son cœur et ainsi nettoyer son esprit en profondeur.

Il m'avait montré le chemin. Le résultat avait eu pour effet de repositionner mes ambitions chamaniques. Ne pas être dans le désir de devenir un *curandero* pour de mauvaises raisons, mais simplement accepter l'aventure qui m'était offerte pour élargir ma perception du monde, développer les liens entre nos mondes. Et avancer ainsi. Mon rôle avec la médecine traditionnelle est ailleurs.

Ce jour-là, ma confiance en Guillermo a grandi. J'ai repensé à Castaneda et à l'impeccabilité. Guillermo a pris le risque que je m'éloigne. Après m'avoir montré la lumière, il devait me faire traverser l'ombre.

Il n'a pas triché avec sa tradition, avec l'enseignement.

Il a aussi, par tous ses actes, dissous le sentiment déplacé du père que j'avais construit autour de lui. J'avais déjà un père, il me fallait le retrouver. Lui prenait la place, qui n'a pas changé jusqu'à aujourd'hui, d'un grand frère. Parfois, je me demande s'il était sûr que j'allais revenir le voir. Je crois que oui. En tout cas, j'ai souvent vu depuis des apprentis disparaître ce jour précis, la veille de recevoir. C'est parfois un peu triste.

J'ai retrouvé avec joie ma place d'artiste saltimbanque. Les dimensions de nos sentiments sont des mondes tangibles. L'imaginaire, comme le rêve, est un monde réel d'expérience. Le renier, c'est refuser son potentiel de créateur.

Fin des notes

RETOUR À LA MALOCA,
JUILLET 2009, DERNIÈRE !

I wanna go home

DERNIÈRE CÉRÉMONIE

Guillermo vient s'asseoir. Immédiatement, je lui annonce que je me suis trompé et que je pars le lendemain matin à six heures. Il affiche une mine surprise. « Déjà, mon frère, tu pars, mais c'est triste ! » On rigole. Je lui présente l'installation de l'expérience. « Voilà la machine, l'idée est que tu entres dans l'expérience quand tu veux. La machine va tourner six heures. » Il répond : « Je le ferai au début, quand mon ivresse sera bien forte. » Ok. J'appuie sur *start* et lance le dispositif. Pendant ce temps, Ricardo a fait boire tout le monde, et rebelote, grosse dose pour les yogis. Là, mon admiration monte. Maintenant, ils boivent le chocolat fondu en connaissance de cause. Respect !

À mon tour de boire. C'est Ricardo qui sert.

Ricardo : Tu prends quoi ce soir, la normale ou celle des yogis ?

Jan : (ça tourne vite dans ma tête) Heu... Vous, vous prenez laquelle ?

Ricardo : Guillermo et moi, on prend celle des yogis.

Jan : (fronçant les sourcils) Bon, alors comme vous...

Ricardo se met à verser, il a la main leste, le verre arrive vite à la moitié. C'est, vu l'air du chocolat liquide, déjà au moins

quatre fois la dose normale. Ma main se lève pour lui signifier de s'arrêter. Il me regarde, amusé.

Ricardo : (surpris) Tu as peur ?

Il éclate de rire. Je souris, et me dis : « Bon, de toute façon, jusqu'ici tout va bien, et puis crotte », je lui fais signe de continuer. Il en rajoute. Je pense aux fameuses « gorgées de trop » et bois. La préparation est terrible, elle est tellement concentrée qu'elle coule lentement dans l'œsophage. Je retourne à ma place.

Après seulement une dizaine de minutes, Kania reprend sa litanie du soir précédent : « *Help me, Guillermo, I wanna go home...* » Immédiatement, je retrouve ce sentiment très particulier, ou cette pensée : « Mais kaijefait ? » Je rigole, mais ce n'est pas drôle. À côté de moi, j'entends la voix d'un patient : « Oh ! Non ! Pas encore... » On pense tous la même chose : « Non, Kania, reprends-toi ! » Puis ça commence à tanguer et vomir. L'ivresse me tord. Guillermo ne bouge pas. Moi, je me concentre. Cette fois, il ne se lève pas pour aller aider Kania. Au bout d'un moment, c'est Matej, titubant depuis sa forte ivresse, qui la conduit vers Guillermo. Elle tremble et s'accroche à son pied : « *Help me !* » Ricardo vomit beaucoup. Je tanguerai grave. Son énergie coule vers nous. Guillermo se met à chanter pour la soigner. C'est parti.

Mon ivresse explose ; tout le monde se met à gigoter.

Je me souviens avoir eu la nausée au bord des lèvres longtemps après le retour de Kania à sa place. Je me souviens surtout qu'en milieu de cérémonie, Guillermo m'a appelé et que j'ai été surpris. « Oui ? Quoi ? » « Viens ! »

J'avais oublié que ce soir était le dernier, je crois même ne m'en être souvenu qu'au moment où il a commencé à chanter. Je ne décrirai pas les visions. Elles étaient très fortes. Lumière ! Mais j'ai plutôt envie de parler du sentiment que j'ai éprouvé et dont je garderai toujours le souvenir.

La montée dans les mondes de la *medicina*, vers l'harmonie, en une demi-heure, l'installation de la paix. Puis, la joie. Une joie immense, irrésistible. Je serrais les dents pour ne pas rire. Pour garder ma concentration. La joie de vivre se diffusait avec une force nouvelle dans tout mon être.

Paratatoninbi chono joyomatana je
De là-bas, j'installe les hirondelles¹
chono joyomatana, mestamayontana
en amenant les hirondelles, je les embellis
akin shamanra, jakon akin shamanra
je m'applique à le faire
nete metsaayona, metsaayonbanori
j'embellirai l'Univers, j'embellirai tellement
nokon joi ronrona, ronronaitoninra
mes mots résonnent, comme ils résonnent
nete soi ayona, paro soi ayona
j'embellis l'Univers, j'illumine le fleuve
en toninra, soiyatoninra je
à ce moment
noma kakaira je
la multitude de colombes
senen parabetanai je
vient de façon ordonnée
nete raromayona (bis)
en égayant la vie de manière retentissante
raromayontana
en l'égayant
pishamanra, metsatishamanra
la vie devient très belle
nete nachiankiri
tout l'Univers est illuminé
metsaabetanai (bis)
elles viennent en s'embellissant
nete sheka kanonra
les forces de l'Univers

1. Hirondelles signifie « jolies jeunes filles ».

nete raromayonke, mai raromayonke
j'ai égayé l'Univers, j'ai égayé la terre

paro raromayonke
j'ai égayé le fleuve

nete senemayona je
l'Univers s'harmonise

joi senemayona je
la parole s'accomplit

kayan kayanra je
et cela, et cela

shaman kayan kayanra je.
et cela, jusqu'à l'infini.

Le chant s'est terminé ; je suis resté flottant dans la joie de vivre. Une joie universelle que j'avais oubliée ?

Oui.

J'étais bien, concentré, mais j'avais oublié.

La quintessence de l'humain, la joie pure. L'amour.

Oublié que la source de toute force est l'amour.

L'amour dans la joie.

La joie et l'amour.

La protection, la joie protège mon être.

Elle le nourrit, elle positionne ses pensées et ses actions.

La joie.

Heureux les bienheureux...

La grande force des cinq sens. Une sacrée joie.

Une joie sacrée.

Je me mords les lèvres pour ne pas rire de la simplicité et de l'évidence, et pourtant je le savais depuis la première fois. Guillermo se lève et va continuer son travail. Moi, je suis tapi dans ma forte ivresse. Les mondes de la *medicina* se déploient dans la *maloca* et la *maloca* monte dans le cosmos. Je les suis dans les *ícaros*. Les chants se croisent avec harmonie. J'appuie les miens sur les leurs, ce qui pour moi ouvre toujours davantage les mondes de la *medicina*. Ricardo m'appelle et me fait un chant de protection pour ma diète. La cérémonie arrive à sa fin. Guillermo

revient s'asseoir et me dit : « Alors, *carapate cósmica*, comment ça va ? » J'explose de rire. Il faut dire que Jan en shipibo veut dire mille-pattes (*carapate*). Ricardo enchaîne par un grand chant à Guillermo, un chant ultrasensible comme je ne l'ai jamais vu en faire. Je vois des esprits lumineux qui descendent, des rivières d'amour qui coulent sur lui et sur moi, puisque je suis juste à côté et bien connecté à son voyage. C'est le bouquet final.

Le jour se lève, je suis très ivre, et dans deux heures, je pars pour l'aéroport. Je m'assois sur un banc, ça travaille dur dans mon corps. Le deuxième effet *kiss cool*: de la bile, de la salive coulent en grande quantité de ma bouche, c'est une expérience nouvelle (nettoyage final). Guillermo discute avec des patients. Ricardo, encore bien ivre, une cigarette de *mapacho* à la bouche vient coller son visage à quelques centimètres du mien. Nous discutons et rions un peu de la force de la cérémonie. Il me demande à quelle heure je pars. Il reviendra me dire au revoir et m'apportera une *manta*, un très beau tissu traditionnel peint.

J'aime cet homme. Notre amitié a mis des années à se construire. Je l'ai connu alors qu'il n'était qu'un jeune apprenti guérisseur et, au cours des années, je l'ai vu s'impliquer dans la *medicina*, faire de longues diètes et prendre beaucoup de force. Cet été, avec lui, j'ai souvent travaillé les chants et appris beaucoup de choses. Surtout, il a mis beaucoup d'énergie à me nettoyer afin de me permettre de me connecter haut et fort.

Je le regarde se lever, titubant un peu.

Ricardo : À tout à l'heure ! J'ai encore un peu d'ivresse, je vais aller chanter pour mon fils.

Je me rends compte que je suis encore à fond. Je souffle une mélodie, je redéploie ma *mareación*. Bientôt, je serai à l'aéroport. Je me sens bien.

Je rassemble mes affaires et découvre tout l'équipement scientifique que j'avais complètement oublié. Mais alors, totalement oublié ! Je rigole. J'espère secrètement que Guillermo aura quelque chose à me dire sur le sujet. Le temps de serrer tout le monde dans mes bras et je grimpe dans le *motocaro*.

Jan : Guillermo, j'ai oublié de te demander. As-tu pu faire l'expérience ?

Guillermo : Je commençais à le faire quand Kania est venue s'accrocher à ma jambe, et ensuite j'ai été emporté par le travail. J'ai oublié !

Nous rions. Ce sera pour une autre fois. Quand le *motocaro* m'emporte, j'ai une pensée compatissante pour les scientifiques qui attendent les résultats en France.

Le voyage de retour se passe tranquillement (j'ai ma boîte en plastique avec ma nourriture de diète). Je suis en classe éco, j'ai l'impression d'être en *first* sur Anaconda Airline. Je prends mes dernières notes et dors tout le voyage. À mon retour, j'ajoute ces derniers mots : « Une rivière d'eau fraîche coule en moi. »

Je rejoins ma vie de l'autre côté, ma compagne Anne. Je sens mon amour pour elle, et surveille l'orientation sensuelle de ma pensée, mais la diète est bien protégée. À ma grande surprise, le désir ne vient pas me perturber. Je retrouve Douglas, mon grand garçon et Biri, notre fille chérie, la famille et la complicité des amis. Un mois de vacances en Corse, que du bonheur ! Le soleil brille sur ma planète.

Fin du carnet,
août 2009

ÉPILOGUE

NOVEMBRE 2010

Cette année, j'ai passé beaucoup de temps au Pérou. Je viens d'y retourner pour fermer une nouvelle diète. Il était prévu qu'à mon retour, je relise ce livre, qui aura été corrigé entre-temps. Venant de le faire, je me rends compte que je n'ai pas vraiment parlé du désir charnel et de l'aventure amoureuse auxquels les plantes m'ont éveillé. Désir sans doute lié aux effets de la diète.

Sinon, ai-je vraiment répondu à la question « Qu'a fait la *medicina* pour moi ? » Oui, en relisant, je crois que je l'ai fait.

On me le demande souvent, et il y a toujours un silence avant que je puisse parler. Peut-être trop à dire ?

Qu'ajouter ?

Je dirais que cette médecine m'a réconcilié avec moi-même, elle m'a permis de me rencontrer, puis de me détendre face à l'existence. Elle m'a secoué dans un premier temps, puis apaisé par la suite. Sur le plan créatif, elle a élargi mes champs d'investigation artistique et régulé, canalisé ma passion pour le cinéma. Et, le plus important, elle m'a ouvert sur la vie. J'aimerais vivre vieux, voir mes enfants grandir le plus longtemps possible, mais si je meurs, je peux aujourd'hui remercier tous ceux que j'ai croisés, pour mon bien, pour mon mal, pour les joies et les peines. Je considère avoir eu jusqu'à aujourd'hui une vie bien remplie, joyeuse et folle. Une belle vie de saltimbanque.

AYAHUASCA MEDICINA, UN MANUEL



Alors je note : ce qui se produit est indescriptible.

PETIT MANUEL DE L'AYAHUASQUERO DÉBUTANT

Ce petit manuel se propose de répondre aux questions récurrentes que l'on m'a posées et à celles qui, j'imagine, se présenteront à vous si vous faites le voyage.

J'ai essayé, comme dans les Carnets, d'y instiller un peu d'humour.

Attaquons par le cœur du sujet : l'expérience.

Les détails pratiques se trouvent à la fin.

C'est quoi cette médecine ? Comment ça marche ?

D'abord il faut quitter un instant l'ayahuasca et parler de la médecine traditionnelle shipibo. Au cœur de cette médecine, il y a les plantes maîtresses (vous en trouverez une liste à la fin du chapitre). La plupart des plantes médicinales et enseignantes ne sont pas psychoactives.

Voyons d'abord comment cela se passe pour le patient.

La personne qui consulte vient pour une difficulté d'ordre physique, psychologique, spirituel. Le guérisseur va l'ausculter au cours d'une cérémonie, en ayant pris de l'ayahuasca, afin de voir de manière précise la nature du problème. Puis il va chanter des *icaros* (voir page 193) afin de réharmoniser l'énergie de la personne.

L'ayahuasca est l'instrument du diagnostic pour le guérisseur. Il n'est pas nécessaire que le patient en prenne.

Certains guérisseurs suffisamment avancés n'ont plus besoin d'une cérémonie pour savoir comment traiter l'affection, ils sont capables de « lire » les patients sans son aide.

Une fois le diagnostic établi, le patient peut commencer une diète – diéter une plante particulière, que va lui donner le *curandero*.

Une diète ? On te met au régime ?

Les diètes de plantes sont le cœur de la médecine traditionnelle. Elles sont à la fois le secret de la connaissance et le socle de la cure thérapeutique.

Il est essentiel de choisir un bon *curandero* pour bien se connecter au monde médicinal de la plante.

La diète, instrument du *curandero*

Le guérisseur, grâce aux diètes qu'il a suivies pendant de longues années, a acquis sa connaissance et sa force. Lorsqu'un *curandero* traite un patient, il a des visions et, en fonction de celles-ci, il appelle avec ses chants le monde d'une plante qu'il a diétée, afin de transformer les visions et de les harmoniser, et ainsi de soigner le patient. En fonction de la pathologie à traiter, le guérisseur choisira une diète pour le patient.

La diète est le traitement du patient

Pendant la diète, on absorbe un breuvage à base de plantes.

Les plantes proposées en diète sont des plantes maîtresses et guérisseuses. La plupart ne sont pas psychoactives : piri piri, ajo sacha, ojé, chai, bobinsana, piñon blanco, piñon colorado, aire sacha, marosa, renaco ; d'autres le sont : coca, tabac, toé, ayahuasca, ayahuasca cielo. Chacune des plantes contient plusieurs mondes, dont un monde médicinal.

Le patient boit sa plante de diète une fois par jour, soit à jeun au réveil, soit en fin d'après-midi. Le *curandero*, par ses chants, orientera, dirigera et intensifiera l'action de la plante.

L'ouverture de la diète

La diète doit être « ouverte » par le guérisseur durant une cérémonie. Au début de la cérémonie, le patient prend un verre

de sa plante de diète, souvent suivi d'un verre d'ayahuasca (mais ce n'est pas une obligation). Il n'est pas nécessaire de boire de l'ayahuasca pour des raisons thérapeutiques. Cette question est à discuter entre vous et le guérisseur. Celui-ci chantera dans la nuit, au moment opportun, un chant particulier pour ouvrir l'énergie de la plante dans le corps et l'esprit du patient.

L'isolement

Durant la diète, idéalement, le patient s'isole en forêt, dans un *tumbo* (un abri au confort minimum : toit, moustiquaire, matelas), afin de limiter la conversation, l'excitation mentale, pour rester dans son « jus » et celui de sa plante de diète. Petit à petit, le monde onirique va s'ouvrir pour le diéteur et les esprits apparaîtront dans des rêves à demi-éveillés.

Les restrictions alimentaires

Chaque plante exige que le diéteur suive un régime particulier. Certaines sont plus contraignantes que d'autres, mais disons que la base commune est : pas de sel, pas de sucre, peu ou pas de graisse, pas de viande rouge, surtout pas de porc, pas d'alcool, pas de sexe.

On peut comprendre que le sel, le sucre et l'alcool puissent entrer en conflit avec la plante de diète ; après tout, dans notre médecine occidentale, il existe des contre-indications pour la plupart des médicaments.

Mais le sexe ?

Le sexe, c'est une énergie physique et psychique forte. Donc pas de sexe avec autrui ou... soi-même. Sinon, un choc se produit avec l'énergie des plantes.

Ne pas casser sa diète

Pour que la diète soit efficace, il est important de suivre les indications du *curandero*. Si l'on sent que c'est trop dur, il faut demander de la fermer avant de risquer de la casser.

Sachez aussi que si vous « cassez votre diète », ou si vous la « tordez », vous donnerez plus de travail au guérisseur qui l'a ouverte.

Respecter sa diète, ce n'est pas grand-chose en Amazonie, et plutôt facile, car tout est organisé pour cela. Mais le manque des

aliments interdits se fait parfois sentir jusque dans les visions, notamment si les diètes sont très longues. Selon différents témoignages, il arrive que les rêves, voire les visions, lors des cérémonies d'ayahuasca, soient des jambon-beurre flottant devant vous, ou des gâteaux au chocolat ; pour les Américains, des hamburgers et autres cheesecakes ; pour beaucoup, parfois, des images érotiques.

Tant que la diète n'est pas fermée, vous êtes « ouvert » énergétiquement. Le diéteur est sensible, fragile, en traitement. L'ascétisme demandé peut vous paraître un peu doctrinal, surtout pour le sexe. Il ne l'est pas, c'est une question énergétique.

Maintenant, vous allez me dire, pour le sexe, ok ! Je maîtrise ! Mais si je consomme sans m'en apercevoir un aliment qui est interdit, si je tords ma diète par accident ? C'est moins grave, le *curandero* pourra redresser votre diète. C'est aussi pour cela qu'il est difficile de faire des diètes en milieu urbain ou de poursuivre une diète en Occident.

J'ai moi-même testé un manquement à la diète : c'est très douloureux. Il suffit d'aller au restaurant et de manger du poisson cuisiné avec du sel pour se retrouver sur le carreau, avoir des sueurs froides, vomir ses tripes et trembler alors que, quelques minutes avant, on était en pleine forme. Pour le sexe, c'est pire, à priori. Cela ne m'est jamais arrivé.

Si l'on sent que l'on ne va pas réussir à tenir sa diète, alors autant ne pas la faire, c'est plus sûr.

La fermeture de diète

À la fin de la diète, le guérisseur va dédier un chant lors d'une nouvelle cérémonie d'ayahuasca et fermer la diète, c'est-à-dire implanter profondément en vous l'énergie des plantes, puis mettre en place une protection énergétique. Un peu comme si vous mettiez un toit à une maison en travaux et ouverte depuis quelques semaines. Maintenant, il peut pleuvoir du sel, de la viande et du sexe, la maison est protégée.

Attention encore à cette dernière étape ! Ce n'est pas non plus le lendemain de la fermeture qu'il faudra aller s'envoyer un petit

salé aux lentilles accompagné d'un litre de bière et finir au lit avec le ou la première inconnue.

C'est progressivement, et avec attention, qu'il faut réintroduire les aliments, et avec sensibilité le sexe, surtout si la diète a été longue.

En complément de la diète et des cérémonies, vous pouvez recevoir différents soins : des massages (ce sont en général les femmes shipibo qui pratiquent cet art), des bains de plantes ou des bains de vapeurs avec des plantes.

La durée minimale d'une diète est de deux semaines, mais elle peut s'étendre sur des mois, voire des années.

La diète d'apprentissage

Si vous souhaitez vous former à la médecine amazonienne, donc faire votre apprentissage, c'est le même principe : le *curandero* ouvre votre diète, mais cette dernière est beaucoup plus forte et beaucoup plus longue, entre trois mois et un an au minimum. Et pour les diètes d'apprentissage, pas de pensées de sexe, et contrôle des rêves !

BONUS

Une petite histoire sur les diètes. Un ami en diète au Pérou craque un matin. Il quitte le centre et file à Iquitos. Il s'installe au restaurant et commande un hamburger. Au moment de mordre dedans, une main se pose sur son épaule. Mon ami se retourne et, tétanisé, pousse un cri de surprise : à côté de lui, Guillermo, tout sourire, le gratifie d'un « *Hola, ¿qué tal?* », puis va s'asseoir plus loin. Mon ami a regardé son hamburger, et, bien sûr, n'a plus eu le courage ou l'inconscience de le manger. Bien lui en prit.

Personnellement, au cours de mes quatre premières années, je n'ai jamais entendu parler des diètes. Guillermo savait que je voulais apprendre. De temps en temps, il me donnait des préparations et des plantes spéciales à boire après l'ayahuasca, pendant la cérémonie, mais il ne m'a jamais donné aucune information sur les diètes. Il me disait parfois : « Ce soir, tu vas faire une rencontre. » C'est en partie de ma faute. En effet, après mes trois premières cérémonies, je lui ai dit, via Fred, mon pote, puisque

je ne comprenais rien à l'espagnol : « Je veux apprendre avec toi. Je ne veux pas apprendre l'espagnol, car nous n'en avons pas besoin. Tu me parles dans mon esprit pendant les cérémonies. Tout doit passer par là, ce sera une preuve de l'efficacité de ton enseignement. » J'ai par la suite beaucoup regretté ces paroles. Bien sûr, j'ai appris l'espagnol. Je le parle comme une vache française, mais c'est nécessaire pour communiquer hors cérémonie. Quant à Guillermo, il ne m'a presque plus jamais rien dit. Je venais de poser les modalités de notre relation.

Donc aucune info sur les diètes.

Ensuite, je me suis mis à diéter sans le savoir. Je ne pouvais plus faire l'amour, plus de désir, je me suis mis à fumer beaucoup de *mapacho*, je mangeais très peu, et plus du tout de viande. Jusqu'à la dernière cérémonie où Guillermo m'a dit : « Tes diètes fortes sont finies désormais. » J'ai compris, car au petit matin, j'avais faim et le désir était revenu plein pot.

Bref, quelques années plus tard, je débarque pour la première fois à Espíritu et je découvre que des diètes y sont proposées. Étrange, tout le monde parle de sa diète, et moi, bien sûr, je reste dubitatif. Je me demande même quelle est l'utilité de mélanger des plantes de diète avec l'ayahuasca dès les premières cérémonies. En fait, peu à peu, j'en ai compris l'intérêt, surtout grâce à François, qui m'a expliqué leur importance dans l'apprentissage. J'ai filé voir Guillermo : « Mais tu ne m'en as pas parlé ! Je veux diéter à mon tour ! » Il m'a répondu : « Toi, tu as un traitement spécial. Je partage mon savoir avec toi, je te le remets presque sans diète. »

Il m'a donné durant les deux ans suivants différentes diètes qui n'ont jamais excédé trois mois, essentiellement piñon blanco, tabac, aire sacha. Je ne suis donc pas la personne la mieux placée pour parler des diètes. Certains des apprentis ont plusieurs années de diètes derrière eux, et une grande connaissance des procédures.

Mais ça fait quoi, cette ayahuasca ?

Oh là là ! C'est toujours la question que je redoute, car l'on pourrait en parler pendant des années.

Donc exercice du jour, répondre en quelques lignes.

Oublions les visions, les esprits et la cosmologie pour l'instant et essayons d'aborder la question le plus concrètement possible.

Cette médecine va vous projeter dans une expérience nouvelle. Vous allez être dans un état de conscience que vous n'avez vraisemblablement pas ou peu connu dans votre existence, ou alors uniquement lors de situations extrêmes. Le climax de certains couples d'émotions : agréable / désagréable, extatique / terrifiant, joyeux / triste.

La *medicina* va vous balader sur les positions extrêmes de vos curseurs émotionnels et sentimentaux, mémoriels et cognitifs. La totale, quoi. Pourquoi ? Pour votre bien.

Je m'explique. Si l'expérience de terreur est virtuelle, c'est-à-dire qu'elle n'est pas en rapport direct avec un vrai danger mortel, la connaissance de cet état vous permettra de mieux dompter cette émotion si vous devez y faire face à nouveau.

L'extase... La dompter et apprendre à la laisser filer, à ne pas la saisir. Et ainsi ne pas être saisi à votre tour par la souffrance, la déception, la tristesse et la confusion au rendez-vous de la projection mentale générée lors de votre extase, ou simplement au moment de sa disparition.

Plonger dans ses émotions négatives, c'est aussi un moyen de les expurger dans une catharsis. Le positif aura fructifié et sera ancré. En apprenant à naviguer dans certains états émotionnels, nous serons moins submergés à l'avenir et deviendrons une bestiole plus consciente de ce qu'elle est et de ce qu'elle vit. Donc, curseur à fond des deux côtés pour élargir le spectre de la connaissance de soi. Le spectre large, c'est quitter les peurs de l'enfance et retrouver la joie pure connue à cette période et parfois oubliée.

La thérapie est, il est vrai, assez guerrière car issue de peuples vivant dans la jungle. Au départ, les intentions sont liées à la survie. Le corps va être secoué : vous savez que l'ayahuasca est

un puissant purgatif, vous risquez de vomir et d'avoir la diarrhée. À un dosage thérapeutique, c'est-à-dire provoquant une expérience forte, la liane est implacable ; si vous avez une peur, un problème, elle se jette dessus.

D'où la nécessité d'aller voir « ceux qui savent », qui peuvent vous guider dans cet apprentissage intérieur. Ce que je raconte peut paraître réducteur, mais je trouve que l'on oublie trop souvent cette lecture simple de l'ayahuasca.

N'est-ce pas en fait un prétexte pour prendre des drogues ?

C'est une question que l'on m'a posée après des projections débats sur mon film *D'autres mondes*. Je dois avouer que, après le film et plus d'une heure de débat, vous vous dites : « Y en a qui ont la tête dure. »

Du coup, c'est l'occasion de faire un petit tour sur Wikipédia et de taper : *drogue, psychotropes*. Morceaux choisis :

Le terme psychotrope signifie littéralement « qui agit, qui donne une direction » (trope) « à l'esprit ou au comportement » (psycho).

« On appelle psychotrope, une substance chimique d'origine naturelle ou artificielle, qui a un tropisme psychologique, c'est-à-dire qui est susceptible de modifier l'activité mentale, sans préjuger du type de cette modification. »

« L'effet ressenti lors de l'usage d'un psychotrope est parfois désigné sous le terme effet psychotrope, s'il est communément admis que l'effet psychotrope peut être induit par une substance psychotrope, cet effet peut aussi être atteint par la spiritualité, la méditation ou à travers l'art. »

Droque : « Substance dont les effets psychotropes suscitent des sensations apparentées au plaisir, incitant à un usage répétitif qui conduit à instaurer la permanence de cet effet et à prévenir les troubles psychiques (dépendance psychique), voire même physiques (dépendance physique), survenant à l'arrêt de cette consommation qui, de ce fait, s'est muée en besoin. »

L'ayahuasca n'est ni toxique, ni addictive, et la prendre n'est

pas toujours une partie de plaisir, c'est même plus souvent un acte de courage. C'est vrai, c'est un puissant psychotrope. Elle est donc peut-être à classer dans le département « médicament psychotrope », mais je n'aime pas trop l'idée de la voir associée ainsi aux antidépresseurs, le Prozac® ou ses frères et sœurs, dont nous sommes en France les champions du monde de la consommation. Non, elle a une place à part, difficile à trouver.

En France, elle a été ajoutée à la liste des stupéfiants.

L'ayahuasca est parfois associée à une pratique religieuse, notamment par les églises du Santo Daime (autorisées en Espagne, au Portugal, au Royaume-Uni, au Canada, aux Pays-Bas et aux États-Unis), l'União do Vegetal ou d'autres syncrétismes. Y a-t-il manipulation mentale des fidèles ? Cela risque-t-il de s'étendre chez nous ? Voilà les questions qu'ont pues se poser les législateurs. Dans le doute, ils ont interdit la liane en prétextant, je crois, après des tests en laboratoire, que les souris titubaient sous l'emprise de la plante. Les souris gorgées d'ayahuasca, tu m'étonnes qu'elles titubent ! Pauvres chéries, même pas de *curandero* pour vous aider ?

« Centre-toi, petite souris.

Centre-toi bien dans ton ivresse.

Aucune assistance ne viendra de l'extérieur. »

Mais que se passe-t-il pour la souris ? La boisson ouvre son esprit. Elle perçoit soudain tout différemment. Dans l'élan quantique de l'ouverture de sa conscience, la petite souris blanche découvre qu'elle est en fait dans le laboratoire ou le centre de soins d'une intelligence supérieure. Ce qu'elle croyait être la « nature sauvage », les frontières de son monde, est en réalité un espace créé par des créatures bien étranges et gigantesques, les « *viviseccionos* ». Ils ont une conscience bien supérieure à la sienne. Quelle découverte fascinante ! En fait, ils sont en train d'établir le contact avec elle. Par cette substance miraculeuse issue sans doute de leur savoir, les « *viviseccionos* » ouvrent son esprit. Elle est l'élue, celle des souris qui va établir « le contact » avec eux. Un peu flippée par cette nouvelle responsabilité, per-

turbée par la nausée et l'ivresse, petite souris blanche titube. Il lui faut trouver un moyen de leur faire parvenir l'information. Leur dire que « oui, ça marche », et qu'une ère nouvelle entre les hommes et les souris blanches va s'ouvrir. En même temps, un autre phénomène se produit : elle obtient de nouvelles informations sur elle-même. Elle prend soudain conscience qu'elle est un être vivant destiné à mourir. Cette découverte n'est pas très agréable. Tremblotante, elle se demande ce qu'il y a avant et après la mort. Des visions jaillissent dans son esprit, qui lui racontent l'histoire des souris et des hommes. Et là, elle se dit que ces derniers, et plus particulièrement ceux autour d'elle, issus de la caste des « *viviseccionos* », n'ont peut-être pas procédé à cette expérience pour son bien. Qu'ils ont même peut-être d'autres objectifs. Tout cela devient fort inquiétant.

Pourtant, ils ont l'air tellement plus intelligents. Comment est-ce possible ?

Petite souris est prise d'une vive peur, mais elle se dit qu'il faut de toute façon leur faire un signe, leur dire que ça marche. Ensuite, l'on trouvera des solutions.

Tout s'organise dans son esprit désormais ouvert. Elle cherche, en errant et chutant, une solution, et finit par la trouver : « Je vais me mettre sur le dos, gigoter des pattes. Ils verront que ce n'est pas mon comportement habituel, ils comprendront qu'il se passe bien quelque chose. *Yes !* » Dans un grand effort, car elle est fort ivre, elle se retourne et gigote, gigote... Les images de sa mère, de ses ancêtres, jaillissent dans son esprit d'une nouvelle manière, elle puise en eux une énergie nouvelle. Allongée sur le dos, elle bat des pattes sans relâche.

L'humain se penche sur la petite souris. Il observe ses pattes qui battent l'air de plus en plus vite. Ses lèvres se plissent et il note : « Perte totale de l'orientation, souffrance intense possible. » Il pense : « Je n'aimerais pas être à sa place ! »

Conclusion : psychotrope dangereux.

Au lieu de faire des expériences sur de pauvres petites souris, les scientifiques auraient dû faire un protocole d'étude avec les humains *ayahuasqueros*. Il y a tout de même des milliers de gens

qui prennent de l'ayahuasca tous les soirs en Amérique du Sud. Pour la communication et la précision, cela serait scientifiquement plus probant, non ?

Je vais vous surprendre : même si cette interdiction est parfaitement ridicule par rapport à la nature du sujet (chez nous, dans l'espace intérieur, personne ne vous entendra crier, et pas seulement si vous êtes une souris), il y a néanmoins certains aspects positifs liés à l'interdiction de l'ayahuasca.

Bien qu'il ne s'agisse pas d'une drogue, et même si je vais essayer plus loin de vous faire sourire en vous décrivant ses effets, cette expérience est à prendre au sérieux.

L'interdiction permet de dissuader ceux qui prendraient éventuellement la liane pour une drogue récréative, ou comme un médicament qu'ils peuvent commander sur Internet et prendre tout seul.

Cette interdiction va pousser les plus déterminés à voyager pour aller rencontrer les peuples natifs, pour qui l'ayahuasca est une médecine. Ce sont des praticiens, les spécialistes en la matière. Et c'est là le véritable aspect positif de l'interdiction.

Chez nous, l'ayahuasca est considérée comme une drogue très dangereuse (voir page 17).¹

Au Pérou, elle est devenue par décret Patrimoine national du peuple péruvien.

Il y a ceux qui savent et ceux qui ignorent.

Ceux qui en ont bu et ceux qui ont fait boire les souris.

1. L'arrêté du 22 février 1990 transpose le classement des stupéfiants au niveau international en droit français. En France, les substances classées comme stupéfiants sont listées dans quatre annexes :

Annexes I et II reprennent les tableaux I et IV de la Convention internationale sur les stupéfiants de 1961.

Annexe I contient notamment le cannabis, les feuilles de coca, la cocaïne, l'opium, la morphine, la méthadone et l'héroïne.

Annexe II contient notamment la codéine.

Annexe III reprend les substances des Tableaux I et II et certaines substances des tableaux III et IV de la Convention internationale sur les psychotropes de 1971. Elle liste notamment les amphétamines et le LSD.

L'annexe IV est constituée de substances psychoactives non classées au plan international comme les champignons hallucinogènes.

Source : *Legifrance.gouv.fr*

(Version consolidée du 12 juin 2010.)

Les choses sont claires. Désolé, il va falloir économiser pour filer en Amérique du Sud chez les indigènes. Et ça, finalement, c'est bien.

Mais si tu as pris cette plante, alors comment le guérisseur te guide-t-il ?

C'est très simple, et pourtant compliqué.

Il est difficile de savoir vraiment, c'est une question culturelle. Un indigène peut comprendre comment un pilote fait voler un avion ou comment ce dernier vole, mais pour savoir « vraiment » tout ce qui se passe pendant qu'il pilote, il devra assimiler l'histoire de l'aviation, comprendre et connaître la physique, les mathématiques. Bref, le fond de l'histoire restera un peu mystérieux, mais il sera capable de faire voler l'avion.

Donc, je vais jouer le rôle de l'indigène qui a fait un paquet de vols et à qui l'on donne le manche. Je vais vous expliquer comment le pilote pousse les moteurs, parle à la tour de contrôle et équilibre son assiette. Mais je ne vous dirai pas comment marchent les moteurs, et, au fond, pourquoi le tas de ferraille arrive à se maintenir en l'air.

Le guérisseur prend la boisson et laisse monter son ivresse. Quand elle est forte, il tire le manche en chantant pour ouvrir cette ivresse avec force et délicatesse. Il le fait pour lui et aussi pour tous les patients-passagers. Il travaille pour bien redresser son ivresse et gérer harmonieusement l'énergie collective du groupe.

Sa conscience dans son ivresse est comme un surfeur sur une mer agitée où dansent de gros rouleaux. Pour que la conscience puisse glisser, prendre pied sur l'ivresse, il lui faut une planche. Le chant est sa planche glissant sur la grosse vague de son ivresse, où claque l'écume de son mental. Le chant va focaliser et concentrer le guérisseur.

L'ivresse est donc une lame intérieure, il s'y glisse, il la laisse le remplir. Le guérisseur est un surfeur d'ivresse. Il vous entraîne avec lui. Vous montez avec lui sur le surf, parfois accroché comme

un chat toutes griffes dehors, mais vous êtes avec lui, tant que votre pensée ne vous entraîne pas ailleurs.

Il dessine des arabesques sur la vague de sa tristesse, éclate l'écume de ses peurs. Il connaît le chemin. Guidé par les visions, il vous fait vivre le vôtre en retour, et d'un coup, il se plonge dans votre ivresse, votre monde. Lui peut plonger dans ce grand vertige, entrer dans ce monde et y chanter, la nausée au bord des lèvres, car il est allé loin, dans ses peurs, dans les grandes terreurs métaphysiques, autant que dans ses extases. Il a acquis sa connaissance à travers de longues diètes, donc il peut, alors que vous tremblez, traverser le même état que vous, mais tranquillement.

Les témoignages de plusieurs guérisseurs shipibo disent que durant le chant, ils ont une lecture du patient, qu'ils voient devant eux différents événements de sa vie se présenter, et qu'ils remontent, comme dans un film, vers l'origine de la maladie. Une fois celle-ci identifiée, ils attendront de voir une deuxième fois la même vision afin de pouvoir confirmer le diagnostic. Ensuite, ils auront les informations : comment guérir le patient, avec quelle plante et sur quelle durée.

À plusieurs reprises, tu parles de chants, d'icaros.

À quoi servent-ils ? Est-ce que l'on peut les comprendre ?

Les chants sont l'outil thérapeutique principal. Ils proviennent des concepts de la *medicina*, mais aussi parfois directement d'esprits qui se positionnent et chantent dans l'oreille du guérisseur, qui alors ne fait que chanter ce qu'il entend. Il arrive aussi que les chants soient venus hors contexte, durant les diètes d'apprentissage. Ou bien c'est la réflexion mentale du guérisseur qui, par association, va chercher l'énergie d'une plante avec son chant. Bref, vous m'avez compris : il y a mille et un types de chant.

Le *curandero* les utilise pour guider et soigner le patient. Mais il le fait dans sa langue, et même si dans la mélodie on ressent l'intention du médecin traditionnel, comprendre le sens des paroles, et donc les concepts, aide le patient qui reçoit le chant.

Si l'on comprend, ne serait-ce qu'un peu, ce que dit le chant, c'est mieux. J'ai moi-même exploré le « partage de cette com-

préhension » et nous avons eu des résultats impressionnants. En effet, j'ai vu les changements dans la nature de ce que je vivais en comprenant les chants, pas toutes les paroles, bien sûr, car je ne parle pas la langue, mais suffisamment pour reconnaître aux moments clés la nature du mode opératoire du guérisseur. J'ai eu l'occasion de faire l'expérience avec d'autres personnes. Lors d'une cérémonie, avec des amis *ayahuasqueros* français, on m'a proposé de chanter et je l'ai fait en shipibo et en français. Il s'est passé quelque chose de différent pour eux quand les chants étaient dans leur langue maternelle. À partir du moment où j'ai chanté un *ícaro* en français, celui qui l'a reçu s'est immédiatement associé au travail, et presque tous ceux qui étaient présents dans la *maloca* aussi. Les visions se sont harmonisées dans les mêmes mondes décrits.

Si vous entendez : « Je descends dans mon ivresse... » ou « Je redresse mes sens... Je redresse mon mental, ou mon corps », vous vous concentrez dans votre ivresse, vos sens, votre mental ou votre corps. Vous n'allez plus penser « Houlàlà ! Où suis-je, où m'entraîne-t-il ? » Vous avez un objet sur lequel diriger votre esprit.

Si vous entendez : « J'ouvre pour toi le monde de l'ayahuasca, et je le fais joliment », vous allez vous détendre, car il n'y a pas d'appel à de grandes forces ésotériques, choses que vous êtes peut-être en train de penser, puisque, avec l'ouverture du monde de l'ayahuasca, des esprits déboulent.

Je reviens sur ce sujet plus en détail dans la préface de *La Danse du serpent*, le livre de Romuald Leterrier, avec qui j'ai fait cette découverte. Je vous recommande son ouvrage car, sans être une suite du *Serpent cosmique* de Jeremy Narby (la bombe qui m'a relié à la liane), c'est une exploration passionnante et nouvelle d'une multitude de ponts entre science et médecine traditionnelle, témoignages et théories cognitives ou poétiques d'interprétation du phénomène¹.

Mais il n'est toujours pas possible d'entendre les *ícaros* chantés en français ; c'est pourquoi il est précieux de pouvoir saisir

1. *La Danse du serpent*, disponible sur : www.chamanisme.net (chamaneditionumeric).

la structure et quelques mots de shipibo pour se raccrocher au sens des chants.

BONUS

Voici un petit lexique sommaire des concepts traditionnels qui vous aideront à appréhender les *ícaros*.

Nocon

Si le vers de l'*ícaro* commence par « Nocon », le guérisseur chante pour lui-même. Il peut le faire à n'importe quel moment du chant et pour plusieurs raisons. Au début du soin, il a besoin de prendre sa force et de la centrer, un peu comme une course d'élan, ou une piste de décollage intérieur.

Mi

Si c'est « Mi » qui est placé au début, alors le guérisseur chante pour vous, il quitte la piste de décollage et commence le soin.

Par exemple (avec traduction approximative décrivant l'attitude) :

Nocon

Nocon shinan punteque.

Je *me* centre, dans mes sens et mon esprit. Je *me* redresse.

Nocon yora kuchi ayonban.

Je *me* centre avec force dans mon corps, je lui donne ainsi de la force. Je le redresse.

Nocon kuchi pae punteque.

Je *me* centre dans l'ivresse forte de l'ayahuasca. (Je n'essaye pas de m'en échapper, au contraire je la laisse se déployer.) Je la redresse.

Mi

Si maintenant le guérisseur chante :

Mi shinan punteque, cela devient : Je *te* centre dans ton esprit et tes sens.

En quelque sorte, il redresse votre ivresse et commence à harmoniser vos mondes intérieurs à travers sa plongée dans votre monde visionnaire depuis la stabilité du sien.

Il peut passer de *Nocon* à *Mi* alternativement en cours de chant

car, admettons que le décollage ait réussi, le soin commence et alors le vol est entraîné dans l'orage des émotions du patient. Il peut *chocar* (se heurter contre) des énergies négatives, comme si un éclair frappait l'avion. Il lui faut alors « rétablir l'assiette ». Il retourne le chant vers lui, se recentre à l'intérieur de son propre chant, reprend son élan et repart à l'assaut des nuages. Les avions sont prévus pour pouvoir prendre la foudre, les guérisseurs sont habitués à « choquer » contre l'énergie. Ne vous inquiétez donc surtout pas s'il chante pour lui (*nocon, nocon nocon*), l'orage peut avoir sa source en vous, mais vous êtes en même temps assis dans l'avion. Lorsqu'il redresse son ivresse et chante pour lui, vous en profitez aussi. Cela fait partie du soin.

S'il chante : *Akon shaman akindra*, cela veut dire « Je le fais joliment, je le fais bien, je le fais avec attention. » C'est toujours bon de s'en souvenir, car c'est bien entendu une parole qui revient souvent. Une belle intention.

Si vous entendez les mots : *choro, pisha, sua*, c'est que débute la phase de nettoyage, cela veut dire : rejeter, nettoyer, évacuer, en terminer avec.

Les mots sont souvent associés à *vainquin* et *vainchon* et *ramacayara*.

Choro vainquin, pisha, pisha vainchon, ramacayara.

Rejeter, nettoyer, le faire maintenant.

Souvenez-vous en, car vous aurez alors de grandes chances d'avoir de mauvaises pensées, c'est le moment d'en prendre conscience ! Par exemple : son chant ne me fait pas de bien, bla bla bla... C'est votre négativité qui résiste et s'exprime dans le champ de votre mental.

Les chants se finissent souvent ou s'articulent autour de l'harmonisation :

Senen paramayona : tout s'harmonise.

Metsashama neteque : tout devient beau.

Parama youshamagen : l'harmonie s'installe.

Un chant peut aussi se composer d'une série de deux, voire trois chants. Par exemple, le premier est pour l'ouverture et le

redressement de l'ivresse ou de la diète, le deuxième pour le nettoyage et le troisième pour vous donner de la force. Le tout peut durer vingt minutes.

Donc lisez les paroles (disséminées dans la première partie de ce livre), essayez de mémoriser certains mots clés. Ne les apprenez pas pour chanter, ce n'est pas le sujet. Si vous chantez en cours de cérémonie, vous pouvez *chocar* (provoquer un choc). Votre carlingue est-elle préparée ? Le seul « enduit » anti-tchokada est une longue diète ouverte et fermée par un *maestro*. Pour les apprentis, il faut aussi faire attention de ne pas chanter certains chants de nettoyage en diète ouverte : c'est comme si la foudre tombait sur l'avion au sol alors que les esprits sont en train de le démonter pour le renforcer. Ils n'aiment pas trop ça. De plus, n'oubliez pas que le terrain humide de la diète conduit l'électricité.

Je reviendrai plus tard sur l'attitude à avoir pour recevoir un chant, ou les conseils pour les chanteurs inspirés. L'art véritable du guérisseur est quelque chose de plus complexe, mais cela ne peut être approché que depuis l'intérieur de l'expérience et de la diète.

Avant le voyage, comment peut-on se préparer ?

Allez revoir *Avatar* en 3D.

Nous avons été des millions à voir *Avatar* et à ainsi voyager sur Pandora pour découvrir un monde qui n'est pas éloigné de celui des indigènes : interconnexions avec les plantes, les animaux, arbre de la connaissance, etc.

Nous avons chevauché le dragon, ce qui est proche des visions archétypales proposées par les plantes. Nous avons aussi accepté sans problème de vivre pleinement les émotions du personnage alors que ce dernier est endormi dans un caisson et que son aventure est, en fait, vécue par son avatar. À la manière d'une cérémonie, vous êtes assis dans la *maloca*, mais votre esprit peut être en voyage lointain. De plus, avec *Avatar*, il s'agit de vivre cette aventure en 3D, dans une projection devenue en relief, dans une

immersion sensorielle qui vous englobe désormais d'une manière proche de celle des visions d'une cérémonie !

Souvenez-vous de ce que vous avez ressenti en étant dans le film, c'est le meilleur exemple de ce que vous pourrez ressentir, car vous serez le personnage et aussi l'écran ! Bon, j'arrête là. Enfin, personne n'a envie de se faire poursuivre par le gros toutou noir à six pattes. Vous pouvez croiser son cousin avec l'ayahuasca. Voilà, du coup, c'est moins tentant.

Je ne devrais pas dire cela, car vous allez avoir de fortes attentes. Sachez que vous pouvez aussi bien ne pas avoir de visions, et que la *medicina* se présente uniquement sous forme de sensations et d'émotions. Vous serez déçu, certes, mais c'est comme ça, les visions finissent toujours par venir, mais ça peut mettre beaucoup de temps. Elles ne sont d'ailleurs pas nécessaires pour le patient.

Pour vous préparer, rien de tel que la méditation. Je ne vais pas faire ici un cours de méditation. Je n'en ai pas les compétences et il y a de nombreux ouvrages dédiés à la question. Je vais vous en faire l'article. La méditation est d'ailleurs une médecine en soi. Une pratique et un apprentissage pour vivre mieux. Vous allez apprendre à observer les mouvements de votre esprit et ouvrir vos perceptions. C'est un moyen de se poser en soi-même, de se ressourcer, sans nécessairement s'associer à une religion. On peut n'utiliser que la pratique cognitive et choisir sa propre direction pour orienter sa méditation. Une pratique fort utile au moment où le maelström des perceptions vous assaillira durant l'expérience. Vous aurez ainsi des bases pour rester présent dans l'expérience.

On peut comprendre l'intérêt de la méditation et en apprendre les rudiments par un livre, et commencer la pratique.

Le yoga se marie très bien avec la liane.

Pour toutes ces pratiques (méditation, yoga), utilisez les techniques, mais pas de focalisation religieuse (type mantra ou visualisation de divinités), car les énergies sont différentes de celles des plantes.

D'ailleurs, si vous pensez que vous n'irez pas en Amazonie, allez faire de la méditation et du yoga ! Moins de peurs, mais la

difficulté, à l'inverse de la liane, est de rester dans l'expérience. Pour moi, les deux sont vraiment complémentaires. Bien sûr, je suis un *ayahuasquero*, mais je médite beaucoup durant mes voyages et j'apprécie grandement le yoga. En Amazonie, c'est un outil utile. Dans l'autre sens, ça marche aussi, si vous êtes un grand pratiquant de yoga ou un méditant, l'*ayahuasca* vous permettra de progresser dans votre territoire. Je croise souvent des yogis là-bas. La liane leur permet de faire d'autres rencontres et leur donne des indications concernant leur art et leur pratique.

Essayez d'alléger votre alimentation. Pendant la semaine qui précède votre départ, ne mangez pas de viandes rouges, salez peu ou pas vos aliments, idem avec le sucre. Le mieux, c'est « sans », bien sûr, et pas d'alcool.

Définissez bien vos objectifs. Ne placez pas non plus trop d'attentes dans ce voyage. Vous le faites, c'est une grosse décision en soi. Maintenant, laissez le voyage vous « faire » et... faites ce que vous pouvez.

Comment se préparer à la première cérémonie ?

« H » moins douze heures avant le décollage.

La cérémonie aura lieu à 20 ou 21 heures, la nuit doit être tombée. Tranquille. Pas trop d'expectatives, je sais que j'ai moi-même pu en créer avec les visions décrites dans mes films ou, pire, dans ce que j'ai raconté plus tôt dans les Carnets et que vous venez de lire. Gérez votre angoisse. Méditez, ne lisez pas de roman de serial killer, ce n'est pas trop le moment. (J'ai vu des gens le faire, ce qui m'a bien fait rire.) Écoutez de la musique. Là encore, évitez les groupes satanistes et le hard core, sans forcément vous abreuver de musique de l'Inde spirituelle, du Tibet ancestral ou des chants grégoriens. Moi, par exemple, je trouve une belle voix douce, féminine, sensuelle, sur fond de salsa ou de jazz joyeux cool.

Un bon petit-déjeuner, un bon repas à midi. Des fruits, si

vous avez faim ; soyez léger, et ne mangez plus rien à partir de 17 heures.

Buvez beaucoup, de l'eau ou des tisanes, jusqu'à 19 heures. Après, évitez les liquides.

« H » *moins une heure avant le décollage.*

Allez dans la *maloca* pour trouver votre place, si ce n'est pas déjà fait. Posez vos affaires : lampe de poche, petite bouteille d'eau pour vous rincer la bouche si nécessaire, couverture, coussins. Toutes les places sont bonnes, ne vous inquiétez pas si vous êtes un peu loin des *curanderos*, mais prenez la place disponible la plus proche d'eux. Sinon en face, c'est aussi très bien. Posez vos affaires. Allongez-vous, faites un dernier *check-up*. Relax, reposez-vous. Vous pouvez discuter doucement ; le but est maintenant de se détendre allongé.

La *maloca* va se remplir. Les guérisseurs arrivent, discutent un peu, l'heure approche. Celui qui va servir le breuvage peut appeler les gens par leur nom, ou simplement dire un peu plus fort « *ayahuasca* ». Allez-y quand c'est votre tour ou si personne ne se lève. Asseyez-vous face à lui. Si c'est la première fois, dites « *Primera vez para mí.* » Laissez-le servir. Il peut *icariser* ou non le verre, c'est-à-dire souffler une mélodie, voire chanter sur le verre plein. Concentrez-vous, il vous le tend. Petit silence intérieur, dernière pensée calme. Par exemple : « Je te bois pour aller mieux » ou « *Medicina*, soigne-moi » ou « Je suis là pour découvrir ton monde avec humilité. »

C'est l'heure H...

Glouglou... gloups...

Hoouo ? Que c'est âpre !

Comment se préparer à la montée de l'ivresse ?

C'est parti, vous serrez les lèvres, le goût pour quelques minutes dans la bouche. Vous retournez vous asseoir. Vous pouvez vous rincer la bouche si vraiment c'est insupportable, mais n'oubliez pas de cracher l'eau. En général, la première fois, le liquide n'est

pas si désagréable que décrit, cette sensation vient avec le temps. Aussi, la première fois, il est bon de ne pas se rincer la bouche pour bien sentir la liane et garder son goût particulier. Trouvez une position confortable. C'est très important. Essayez de ne pas vous allonger car vous risquez de vous endormir. Vous pourrez le faire plus tard, quand l'ivresse sera forte et que cette position vous semblera la plus juste. Les premiers signes de l'ivresse arrivent entre dix et quarante-cinq minutes. Au maximum, une heure et demie.

Pendant cette période, essayez de vous poser dans un état de méditation douce. Pas de zazen ou de position contraignante, même si vous êtes un pratiquant. Dans ce cas, vous utiliserez vos positions comme refuge dans la concentration quand l'ivresse sera forte. J'ai trop souvent vu des méditants se mettre dans un lotus parfait au début pour s'écrouler une heure après. Donc, soyez assis. Jambes allongées, détendu, relax. Ne guettez pas les visions ou les effets, attendez. Concentrez-vous sur cette détente et sur vos objectifs, vos demandes ; reformulez-les tranquillement. C'est un point très important pour traverser l'expérience. Une détente issue de la concentration.

Pour cela, il existe plusieurs exercices. Pour se focaliser sur la perception du corps, il ne faut pas diriger son esprit vers la recherche des premiers effets, mais se concentrer pour aider la plante à passer dans le corps et être attentif à son estomac. Pour relier votre conscience à votre ventre, rien de plus facile : posez vos mains dessus. Respirez, concentrez-vous sur cette respiration. Tendez doucement les muscles des jambes pendant l'inspiration afin de les percevoir dans votre esprit, puis détendez-les, relâchez-les complètement à l'expiration. Entraînez-vous durant la journée, afin de ne pas atteindre une détente trop profonde et ne pas vous endormir le soir. Profitez de la montée pour diriger votre pensée de manière synthétique sur vos objectifs de guérison ou de découverte. Je le répète, l'ivresse va mettre entre dix et quarante-cinq minutes pour monter, et si c'est la première fois, cela peut prendre jusqu'à une heure et demie.

*L'ivresse de l'ayahuasca, qu'est-ce que c'est ?
Pourquoi a-t-on peur ? Que ressent-on ?
Comment se comporter ?*

LA PREMIÈRE FOIS

J'ai recueilli beaucoup de témoignages sur cette première fois, qui est toujours une histoire particulière, comme en amour. La première fois, merveilleuse ou terrifiante, est un moment intime et unique, car c'est votre première rencontre (je raconte la mienne dans le Bonus, track 1, page 285.) Il peut y avoir une justesse absolue comme une confusion totale ou même... ne rien se passer.

Avec le temps, et souvent dès la deuxième ou troisième prise, les choses se régulent, et vous retrouverez les épisodes décrits plus loin.

La version « tout va bien »

L'ivresse monte, vous percevez sa mécanique. Si vous êtes attentif, elle se dilue harmonieusement dans votre corps. Vous vous sentez de mieux en mieux, détendu comme jamais ; peu ou pas de nausées ; beaucoup de visions très belles, incroyablement précises. Tout va bien. La reconnexion avec soi, avec la nature, se produit. La connaissance, la joie vous envahissent et ne vous quittent plus. Gardez le contact avec le corps. Laissez-vous bercer par les chants et essayez de rester humble dans votre joie. C'est la juste estime de soi.

Dans ce cas, c'est le lendemain qui demandera davantage de travail. J'y reviendrai plus tard.

Maintenant, la version moins fun

Un engourdissement, un endormissement doux ou fort vous saisit. Lutte un peu, gardez l'attitude, essayez de ne pas vous endormir. Restez assis.

La nausée : quel que soit son degré, c'est en général une surprise. Vous vous attendez à des visions et c'est la nausée qui monte. Une nausée qui, peu à peu, va vous submerger. Le réflexe est de résister. Nous sommes programmés pour vouloir échapper à cette expérience désagréable. Qu'elle se manifeste durant la

cérémonie ou seulement le lendemain, de toute façon, elle est l'un des éléments importants de l'expérience. Si vous avez été vigilant concernant votre ventre, vous sentirez mieux les prémisses de sa venue. C'est un apprentissage nécessaire, bien le gérer est l'une des clés de la pratique.

La nausée, nous connaissons, nous y sommes confrontés en cas d'empoisonnement mineur, de maladie, d'excès alimentaire; ce n'est pas agréable. La nausée de l'ayahuasca est nouvelle et unique. Elle vient s'emparer de tout votre corps, elle oriente votre esprit, et vous allez réagir. Le réflexe est de se tendre un peu, de résister. Le malaise, combiné aux autres effets, peut générer de la peur. Une série de pensées du type: « Houlà ! Je suis malade. La plante réagit mal avec mon organisme ! Je suis empoisonné. Il faut que je sorte de cet état. Mais keskejesuisvenufaireici ? Oh ! Non ! Mais pourquoi j'en ai repris ? » (Pour ceux dont ce n'est pas la première fois, bien sûr.)

Bref, toutes ces pensées sont pleines de sous-ensembles, de sous-groupes en relation avec votre façon de penser et avec la situation. Vous êtes dans le noir, dans la jungle, des gens commencent peut-être à gémir autour de vous. Bilan : ça ne va pas du tout.

Je vais vous dresser le tableau le plus difficile afin que, dans ce cas de figure, la lecture de ce chapitre vous soit utile. Si ça se passe bien, alors bon vol.

Dans une école de pilotage, on vous parle de tous les problèmes que vous pouvez rencontrer, alors que la plupart du temps, l'avion se comporte bien. Ici, le zinc, c'est votre corps, votre esprit, le pilote.

Alors, si le moteur droit se met à pétouiller en plein décollage, pilote, écoute bien.

Une seule attitude à avoir :

IL NE FAUT PAS TENTER D'ÉCHAPPER À LA NAUSÉE.

Ne résistez pas. Laissez-la vous prendre, prendre tout votre corps. Vous pensez qu'il est temps de vomir, soit ! Placez doucement la tête au-dessus du seau et attendez. Ne cherchez ni à provoquer le rejet, ni à le retenir. Au contraire, glissez-vous dans le malaise, laissez-le vous emplir, la nausée au bord des

lèvres. Acte de guerrier dans l'art cognitif. Cette nausée sortira donc en vomissant ou se dissoudra. Si vous résistez, vous allez vous contracter, être mal et ralentir le processus. La nausée va diminuer mais durer, avec son lot de pensées sombres et l'éveil de tous les territoires du mal-être. Elle est un élément important dans le travail de la médecine. La nausée va vous placer dans un état de grande fragilité, de vraie sensibilité. Cet état est juste par rapport aux visions, vous n'êtes pas au cinéma en train de manger du pop-corn. Pour vivre le voyage, cette fragilité est nécessaire. Comment percevoir le flux de la vie sans sensibilité ? Comment rencontrer les esprits ? Avec humilité. Voilà. La plante vous place forcément dans un grand état d'humilité. Sois humble, petite créature organique, ne résiste pas, c'est pour ton bien. La nausée n'a jamais tué personne.

Détendez-vous, ressentez-vous de l'intérieur. Si vous vomissez trop tôt, il ne va rien se passer car la *medicina* aura quitté le corps trop vite. Vous n'êtes pas venu de si loin pour cela, alors concentrez-vous ! Laissez faire votre corps, il sait exactement s'il faut vomir ou pas. Ne le poussez dans aucune direction, laissez-lui la main. La nausée va dépendre de la préparation qui contient au moins deux plantes, l'ayahuasca et la chacruna, cuites ensemble. Si elle contient davantage de chacruna que d'ayahuasca, alors elle sera légère et très visionnaire, c'est ce que l'on préfère. Si, à l'inverse, l'ayahuasca est dominante, la nausée sera forte, les visions faibles.

Un bon guérisseur prépare une ayahuasca bien équilibrée, avec les deux, une nausée et des visions fortes. Rappelez-vous que c'est une médecine, ce n'est pas forcément drôle de passer sur le billard, alors regardez-le ainsi.

« Donc, Nausée.

Voilà, je me glisse à l'intérieur.

Je laisse filer les pensées de peur ou de doute.

Et j'en induis d'autres.

Je ne suis pas empoisonné, la *medicina* me soigne.

C'est une partie du processus. »

Ouvrez votre ivresse :

« *Medicina*, pénètre en moi.
Medicina, soigne-moi.
Tout va bien.
Je me concentre. »

Vous pouvez le réciter en boucle, comme une prière. Vous verrez alors, tout s'améliore rapidement. Vous allez harmoniser votre relation en cours avec la liane. En même temps, l'ivresse de l'ayahuasca ne se résume pas à la nausée, cette dernière n'est que le tapis sur lequel l'ivresse va se dresser. Elle va se déployer dans plusieurs axes.

Vous allez d'abord ressentir une diminution de votre contrôle sur le corps. Seigneur Jésus, j'ai toujours contrôlé mon corps ! Je n'ai jamais pris de drogues, que m'arrive-t-il ? Au secours ! Par Shiva, même en méditation profonde, je le garde justement, le contrôle, je ne dois pas perdre le contrôle, si cela se produit, c'est la fin pour... moi ?

Lâchez le contrôle tel que vous l'avez toujours conçu.

Quoi ?

Oui ! Ce sacré contrôle. Nous sommes, nous Occidentaux, des dingues du contrôle. La plus grande peur que suscite la prise d'ayahuasca est de perdre le contrôle. Et, désolé, c'est vrai, vous allez devoir perdre un certain contrôle. Lorsque dans les Carnets, je parle de cette sensation d'être en voiture sur une longue ligne droite désertique et d'avoir les phares qui s'éteignent et la voiture qui a l'accélérateur bloqué, il s'agit de ce type de contrôle, celle du despote omniscient de l'esprit sur le corps.

Attention, il n'est pas question de laisser son corps sans aucun contrôle sinon, dans cinq minutes, il sera tellement joyeux qu'il voudra être nu et danser, ce qui peut perturber quelque peu une cérémonie. Le contrôle de qui, de quoi ?

Le contrôle de son corps qui se met à ressembler à celui de sa vie. Nous fermons la porte à clé de notre appartement avant de dormir, donc nous contrôlons notre vie et voilà que quelqu'un s'est introduit... en nous !

Disons que, dans votre état normal, l'esprit contrôle le corps comme si l'esprit était homme et le corps un chien dressé et

tenu en laisse. Maintenant sous l'emprise de l'ayahuasca, l'esprit devient un Lilliputien et le corps une baleine ou un tigre qui ne fait que grandir, il faut donc oublier la laisse et chevaucher avec douceur et concentration la grosse bête qui se réveille, votre corps. C'est une sensation vertigineuse. Il faut que l'esprit lilliputien caresse doucement l'animal pour qu'il ne s'emballe pas.

Admettons, bien sûr, qu'à ce moment le guérisseur n'ait pas commencé à chanter, voire même qu'il soit sorti pour pisser. Prenons le cas de figure où le moteur pétouille grave, la tour de contrôle ne répond plus et l'avion devenu navette intergalactique quitte l'espace terrestre. Allô Huston... Allô ??? Aaaaaah ! Lâchez le manche tout de suite ! Puis reprenez-le du bout des doigts. Et regardez tous les compteurs, réglez doucement la carburation et le moteur repart. Tout va bien.

Vous ne comprenez pas ?

En fait, il faut se rendre au corps, abandonner la maîtrise de l'esprit sur le corps et le reprendre doucement. Le contrôle lâché, le corps se détend un peu, il faut surveiller ses pensées, ne pas les saisir, et accepter à chaque fois de lâcher un pan de ce fichu contrôle à condition que cela ne vous dirige pas vers une situation déplacée. Par exemple, vous lâchez le contrôle et le corps se met à gigoter : tempérez ce gigotement, il passera à l'intérieur du corps. Oui, je sais, c'est le gars qui gigote tout ce qu'il peut dans *D'autres mondes* qui vous dit ça...

Donc, faites comme moi à l'époque : faites ce que vous pouvez. À l'inverse, il se peut aussi que vous ne ressentiez plus du tout votre corps. Il ne répond plus. Pas de panique ! Doucement, touchez-vous un peu pour reprendre contact avec le corps physique. Il est rare d'être totalement paralysé, soufflez un bon coup et vous pourrez le faire. Sinon ne vous inquiétez pas, ralentissez vos pensées, ouvrez vos perceptions et reprenez contrôle de l'intérieur, du bout des doigts.

Quoi ?

Oui, de *l'intérieur*. C'est le deuxième effet *kiss-cool* de l'ivresse. Une nouvelle perception de soi, vous sentez les fluides de votre corps, vos organes et muscles alors qu'ils sont détendus. La peur arrive, c'est normal, vous êtes dans une zone inconnue.

Habituellement, vous ressentez vos muscles dans votre esprit, si vous les activez consciemment. Par exemple, si vous placez dans l'air l'un de vos membres supérieurs pour faire un bras de fer invisible, vous percevez votre bras et pas l'autre qui est détendu à côté. Imaginez maintenant que vous perceviez tout votre corps. Immédiatement, vous voulez chasser cette perception, elle est vertigineuse. C'est normal, c'est nouveau ! Regardez-le comme une nouvelle relation entre l'esprit et le corps. Restez connecté à vos organes, c'est le plus beau cadeau d'union de l'être. Laissez-vous glisser conscient dans l'ivresse, le vertige de vous-même. Laissez se déployer un état végétatif où vous devenez le témoin de l'activité et de la présence de votre corps, fabuleuse mécanique organique. Vous devenez tout petit, spectateur. Tranquille. Bon, pour la tranquillité, essayez sans relâche...

« Oh non ! C'est trop fort, j'ai l'impression de me dissoudre, je vais exploser, je vois des visions qui décrivent ma vie, l'Univers, sa naissance et sa mort, les esprits sont autour de moi, les démons aussi. Pitié, c'est trop, je ne vais jamais m'en sortir ! »

Bravo ! Vous venez d'entrer par la grande porte. Vous avez LA grosse expérience, les plantes travaillent à fond. Vous allez revenir en super forme. Un guerrier de l'amour ! Félicitations !

« Heu ! Mais il est fou, ce type, il ne comprend pas. Non, c'est trop fort ! Je vais MOU-RIR ou devenir FOU, dans le meilleur des cas ! Je vous en supplie, que tout s'arrête ! »

Du calme, c'est un grand classique, un des fondamentaux, une grande expérience, dont vous vous souviendrez avec un pincement au cœur, des années plus tard, en regrettant de ne pas en avoir mieux profité. Vous voulez revenir, vous êtes sûr ?

Pour les yogis et les méditants de toute obédience, c'est le moment du lotus ou de vos positions de méditation. Si vous le pouvez. La position refuge viendra, utilisez-la pour vous « réfugier » dans le monde de l'ayahuasca, et, vous allez voir, ça va se faire tout seul, si vous avez une bonne pratique.

« Ouuuuuuuuuuuuuuuuuuuuuuuu ! Je vous jure, je ne prendrai plus JAMAIS d'ayahuasca, plus jamais, aidez-moi ! »

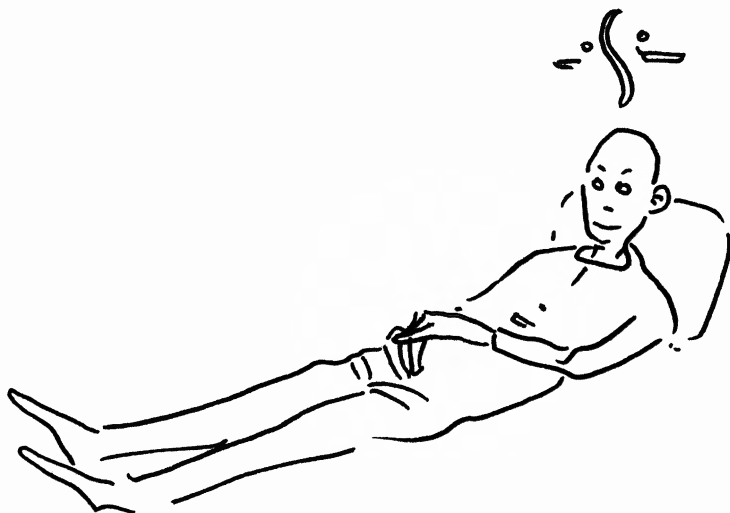
Quand vous penserez cela, souvenez-vous de ce qui suit. J'ai croisé beaucoup de gens qui, le matin après une cérémonie, m'ont

dit : « C'est fini pour moi » et qui, le lendemain soir, voire le soir même, sont retournés dans la *maloca*. Bien sûr, ils ont demandé de boire très peu de breuvage, très peu... pour ensuite s'en mordre les doigts car, ayant une bonne expérience cette fois, ils se sont mis à regretter que l'effet ne soit pas plus fort. Ça m'est, bien sûr, arrivé à moi aussi.

Une autre grande règle de l'ayahuasca : aucune session ne ressemble à une autre. Lundi, vous traversez l'Univers ; mardi, c'est le cauchemar ; mercredi, pas d'ivresse, mais tout se tisse, non pas selon vos modalités, ce que vous désirez, espérez ou déduisez, mais selon la logique mystérieuse des plantes et des guérisseurs. Il est d'ailleurs important de ne jamais présupposer des expériences à venir. Il faut avancer au jour le jour. C'est l'attitude la plus adéquate.

La version « Allô ! Au secours, aidez-moi ! »

Bon, d'accord, calmons-nous ! D'abord, dans quelle position êtes-vous ?



Bonne position, pour le début, allongé mais pas tout à fait, la tête un peu en hauteur. Détendu, mains sur le ventre si ça travaille.



*Assis, les jambes allongées,
détendu et vigilant. L'effet monte.*



*Je traverse concentré,
assis, détendu.*

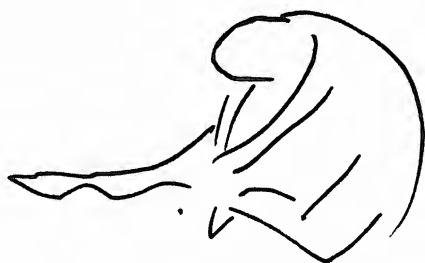
LES POSITIONS LIÉES AUX DIFFÉRENTES FORCES D'IVRESSE

Position de départ

Faites attention de ne pas vous allonger si vous débutez. Un guérisseur peut s'allonger, s'endormir, et il sera réveillé par l'ivresse forte, c'est un territoire qu'il connaît ; donc, il s'assoit et se met au travail, mais si ça vous arrive à vous, bonjour la surprise ! Je me souviens d'un ami qui s'est endormi tout de suite après avoir bu. Une heure après, il se réveille et se dit qu'il ne le sent pas trop ce soir, qu'il ne boira pas et qu'il va aller se coucher. Il a essayé de se lever, puis s'est souvenu...



*Ça devient fort,
je garde le dos bien droit.
Je peux ramener mes jambes,
mais je ne tends pas
mes muscles.*

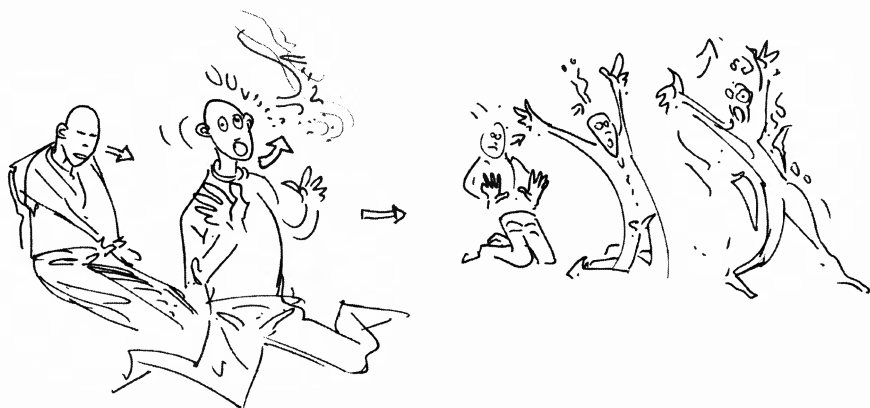


*Je ne m'effondre pas
si l'ivresse est très forte,
en tout cas, j'essaye
de ne pas le faire.*

*Si je sens que je risque de vomir,
je place mon seau devant moi,
j'incline la tête, mais ne cherche pas
à forcer la sortie,
je me concentre sur mes tripes,
et je fais tourner dans ma tête :
« medicina, soigne-moi. »*



*Si j'ai mal au ventre et que j'ai du mal à équilibrer un mental en vadrouille
et mon ventre qui bosse dur, je m'allonge sur le ventre afin que le contact
de ce dernier avec le sol permette à mon esprit de le sentir et de l'apaiser.
Mais, je ne reste pas longtemps dans cette position.*



Je ne laisse pas l'ivresse m'emporter vers le haut en levant trop la tête et le regard. Sinon je vais perdre contact avec le corps, je vais me laisser emporter par mes pensées. Je vais m'agiter et finir par bouger, puis me lever. Quand l'ivresse est forte, n'essayez pas de lui échapper, qu'elle soit positive ou négative; ne vous levez pas, ne hurlez pas de joie ou de peur, concentrez-vous (pour les autres... et pour votre traitement).

Ivresse forte

J'en reviens à l'ivresse : vous êtes trop mal, vous voulez en sortir.

Vous êtes sûr que ça va vraiment mal ? Questionnez-vous bien. Faites le point et les exercices. Si c'est toujours affirmatif... sortez du chant. Ouvrez les yeux ! Bougez votre corps, tout doucement. Demandez-vous ce qu'il se passe et où vous êtes. Touchez délicatement votre corps, vos objets à côté de vous. Replacez votre pensée dans la pièce. Ma lampe de poche est là... Voilà. Ça, c'est ma jambe. Ce truc qui tremble sur ma jambe, c'est mon gentil voisin qui déborde un peu de sa couche. Mon seau est ici.

Ça, c'est... ma deuxième jambe. Je la déplace doucement. Ne pas renverser le seau. Qui y a-t-il dans la *maloca* ? Je regarde les autres autour de moi, que je parviens finalement à bien voir dans la nuit. Bref, revenez, non pas en vous enfuyant, mais en remplaçant votre esprit dans votre corps, les deux dans le présent,

et le tout dans le lieu. Une fois revenu, calmez-vous et glissez-vous de nouveau tout doucement dans l'ivresse.

Et surtout : rappelez-vous que vous *ne pouvez pas mourir* ! Le Dr Jace Callaway a évalué la dose mortelle d'une ingestion d'ayahuasca à sept litres d'un breuvage dosé normalement. Imaginons que c'est une préparation extrêmement concentrée : la dose létale sera de toute façon supérieure à, disons, deux litres et souvenez-vous du petit verre que vous avez bu. Déjà, vous allez mieux. Non, vous n'allez pas mieux ? Si c'est toujours *La Guerre des étoiles* et que le vaisseau de Dark Vador est en train d'approcher, soufflez un coup, dites-vous : « Bon, ça fera des souvenirs pour mes vieux jours », et essayez lentement de vous lever. Néanmoins, ce n'est pas parce que vous avez moins de chance de mourir en prenant de l'ayahuasca qu'en prenant de l'aspirine¹, qu'il faut se dire que l'on peut tenter d'en boire trois verres. Il peut y avoir un gros accident psychologique en cas de vraie surdose. Laissez le guérisseur vous servir, c'est le plus important. Pas de peurs, mais pas de provocations non plus.

Deux cas de figure :

1/ Vous pouvez vous lever

Lever-vous et allez doucement, avancez pas à pas. Restez en contact avec votre ventre pendant tout votre déplacement, car le mouvement peut faire remonter la nausée. Allez voir le guérisseur, asseyez-vous devant lui à une certaine distance. S'il est en train de chanter, ne l'interrompez pas, attendez la fin du chant. Il vous questionnera, sinon demandez-lui de vous aider.

« ¿ Estoy mal, puedes ayudarme, por favor ?

Je ne suis pas bien, pouvez-vous m'aider ?

¿ Puedes levantar mi mareación ?

Pouvez-vous retirer mon ivresse ? »

Normalement, il chantera pour vous, mais il peut aussi sentir qu'une autre personne a davantage besoin de lui, et que vous

1. Dr Olivier Chambon, *La Médecine psychédélique*, Les Arènes, 2009.

devez attendre. Si sa réponse est « *Ya ?* », « *Was ?* », ou « *Haaa ?* », « *C'est qui ?* », « *Kestudi ?* », ou bien encore « *Help ! a dark spirit is speaking to me !* », c'est que vous n'êtes pas assis en face des guérisseurs. Souvenez-vous qu'il faut avancer doucement et bien regarder. *Mareado*, dans la nuit, on peut se tromper très facilement de personne.

2/ Vous ne pouvez pas vous lever

Essayez encore, doucement, soufflez, respirez, revenez !

Cas extrême :

« Désolé mais je ne sais même pas où sont le sol et le plafond. Je ne peux donner aucun ordre à mon corps. C'est la fin, vite je pense à mes enfants, mes amis, mes parents pour leur dire adieu. C'est très beau, mais j'aurais aimé vivre ne serait-ce que pour le raconter !

Et voilà, ça y est, je me meurrrrs ! »

STOP !

Là, c'est des conneries. Rappelez-vous, je le redis car on a tendance, c'est surprenant, à l'oublier : la dose mortelle d'une ingestion d'ayahuasca... bla bla bla. Souvenez-vous du petit verre que vous avez bu.

Si vous avez bu trois grands verres, c'est que vous avez été trop téméraire. Vous ne mourrez pas, mais bon, il est trop tard pour s'en vouloir, pas d'autres choix que de traverser. Surtout, restez dans la *maloca* ! Voilà. Maintenant, calmez-vous. La seule chose qui pourrait à la rigueur vous tuer, c'est votre propre peur, si vous avez le cœur vraiment très fragile (mais, là, comme on vous le dit page 246, il y a d'autres solutions), donc si vous n'êtes pas dans ce cas de figure, pas de panique, vous allez vivre mieux, mais... c'est pour plus tard. Maintenant allez-y. Mourez !

Quoi ? Il est fou !

Laissez la mort venir, la mort de la pensée, de l'ego, la grande détente. Une mort symbolique ; laissez-la vous prendre en un grand spasme. Que votre conscience s'enracine dans le corps et une mort psychique se produit. Respirez. Vous allez mieux ?

Oui...

Tiens donc, c'est le moment, puisque vous y êtes, de parler de la souffrance. Les guérisseurs disent, mais je traduis en mots de notre monde, qu'à chaque entrée dans une nouvelle étape de connaissance de soi, ou de l'éveil de sa conscience, la porte est une mort qui se présente à vous, vous devez la passer, et ainsi de suite. Vous avancez d'étapes en étapes. Donc, si vous êtes un patient sans lourde pathologie, les portes sont en bois avec une serrure classique et se présenteront sur la route de la guérison. Si vous êtes sur la voie de l'apprentissage, chaque pièce est scellée par une grosse double porte en pierre et ce sera difficile de l'ouvrir, vous vous cognerez la tête dessus. C'est la souffrance de l'enseignement.

Cette mort symbolique provoque de la souffrance psychique, la peur, la terreur, la confusion, la douleur intérieure. Perdre un être cher est une grande souffrance, à la fois physique et mentale. Cet être avec qui vous avez passé toute votre vie en fait, vous allez le perdre un instant. C'est dur, même si, à l'instar du meilleur ami ou de l'un de vos géniteurs, parfois, il vous emmerde profondément. Vous êtes habitué à lui et vous l'aimez bien, ce con-là, normal : c'est vous.

C'est le moment de lui dire adieu, et de mourir un bref instant à vous-même, prendre conscience que vous êtes à la fois *plus* que lui et *rien* que lui. Vous mourez, et à la fin, c'est bon, si bon, de se détendre enfin, de ne plus avoir aucune attente, de respirer un instant. Vous trouvez la paix et vous entrez dans un nouvel espace, vous-même, mais plus large. C'est trop fort. Vous vous dites, attention, il revient. Qui ? Ben... vous-même. Élargi, redressé, plus fort, mais il peut vous prendre la tête de nouveau.

Hooooooo ! Non ? Ça recommence...

Alors retournez-y, mourez de nouveau. Reprenez les exercices. Si, d'un coup, vous voyez un esprit étrange qui se penche sur vous, parle dans une langue mystérieuse et incompréhensible et vous semble bien réel dans le monde des visions, s'il titube un peu, se rapproche de vous et dit... « *Per la favor, donde son les toiletas ?* » Ne paniquez pas. C'est votre pote qui était assis en face de vous, qui est dans le même état que vous et lui, en plus, il doit aller urgemment aux toilettes, et il est un peu perdu.

Il y a des nuits comme ça.

Tout ça pour dire que ça peut arriver et qu'en plus vous n'êtes pas seul ! Et que nombreuses sont les surprises dans le monde visible, du genre : une main sur l'épaule que vous n'avez pas vu venir alors que, les yeux fermés, vous êtes dans votre voyage ; un bruit à côté de vous : un type qui s'est mis à faire du yoga sur la tête (C'est, bien sûr, la liane qui lui a intimé l'ordre de le faire, ben voyons !) et s'étale de tout son long (authentique)... Tout peut vous faire partir en vrille.

Maintenant, je vous déconseille de prendre la liane en France : si à la place de toiletas-man, c'est un esprit à brassard rouge qui vous dit : « Police ! S'il vous plaît, levez-vous et venez dans le fourgon », même si l'homme est délicat, vous avez de bonnes chances de vous faire le scénar catastrophe dans votre petite tête, genre le final d'*Apocalypse now*.

Bon là, j'arrête car je vous fais vraiment la totale. Rassurez-vous pour les toilettes, on y arrive toujours, ou presque et, au Pérou, sous les arbres de la forêt, vous ne risquez pas de croiser les esprits à brassard rouge. Vous finirez par vous habituer aux mouvements de vos compagnons de seau. Pour vous rassurer sur le sujet, je me souviens d'une cérémonie bien *fuerte*, il n'y a pas très longtemps, où, assis à fond dans mon ivresse, plongé dans les visions, emporté par le chant, je titube et mets ma main pour me rattraper sur l'épaule de mon voisin, sauf que ma main passe à travers lui. Je le regarde, surpris, à vingt centimètres de moi. Il se retourne : c'est un esprit, très beau. Il me regarde, je lis un doux reproche sur son visage, il est assis à côté de moi et écoute les chants, visiblement je le dérange. En levant mon bras, je lui dis pardon (en vrai) et me redresse. Lui se retourne, je repars dans mon voyage et je souris intérieurement : « C'est énorme, je viens de vivre un gag chamanique, quelle ivresse ! », puis je quitte ces pensées et continue la cérémonie. Si l'on a cette vision la première fois, on peut crier de surprise ou de terreur. L'épisode plutôt sympathique peut, en retour, plonger tous les autres participants dans des pensées sombres : « Il se fait torturer par des démons, mon dieu, pauvre homme. » Très vite, chacun suppose et conclut à l'évidence : « Quand ils en auront fini avec

lui, ils vont venir vers moi... Putain, putain, putain ! Il me reste une seule chance de m'en sortir, c'est de fuir maintenant par la forêt ! »

Logique.

Donc si, de plus, après toilettes-man qui tente de parler, quelqu'un crie, hurle, pas de panique, n'oubliez pas tout ce que vous allez penser, dites-vous : « Lui, il ramasse un bon traitement, c'est bien, courage mon ami, tu iras mieux demain. » Ou encore mieux, donc : « Tiens, c'est sans doute une rencontre avec un esprit sympa, mais qui arrive trop tôt pour mon pauvre compagnon de seau... Allez, je me concentre et je m'occupe de moi. »

On rigolera demain, car les nuits houleuses nous laissent paradoxalement les meilleurs souvenirs : « Tu te souviens quand l'Autrichien s'est mis à crier "*I'm cruuucified by a snake*" ? Rhoooo, il a ramassé hier soir ! »

« Attends, y a Patrick qui s'est pointé devant moi, je ne comprenais rien à ce qu'il disait ! J'ai cru que c'était un esprit, hahaha ! »

On rigole bien, maintenant ! On ramenait moins sa fraise hier soir ? On faisait moins les fiérots... Ben, ça se passe comme ça. Vous trouvez ça un peu léger, vous imaginez que le lendemain, est un grand recueillement. Eh bien oui, il l'est ! Dans la joie et le partage, rien de mieux que de rire à ses propres dépens. C'est franchement curatif d'expulser l'angoisse de la nuit dans de grands éclats de rire. Tel le pompier qui a transporté sur son échelle une femme hurlant dans sa nuisette, qui l'a sauvée : ce n'était pas drôle, il s'est beaucoup concentré, il a dû plonger dans ses ressources de *self-control* durant toute la descente dangereuse de l'échelle. La peur était présente. Pourtant, le lendemain, tout le monde rit lorsqu'il raconte les gigotages de la demoiselle dans ses bras à la caserne, lui le premier. On relativise, ça détend et pose de la joie ou de la dérision sur le souvenir afin de réduire sa dimension dramatique. D'ailleurs, en fin de cérémonie, rien ne vaut une partie de rigolade avec les guérisseurs.

Si vous êtes d'humeur à vouloir conserver et étudier vos émotions, et pas trop envie de rire, isolez-vous ! C'est ce que vous ferez avant ou après le partage.

Bon, revenons à l'ivresse. Après la nausée et le contrôle, la pensée.

La pensée

J'en ai déjà parlé. Il y a beaucoup de théories diverses et variées dans les Carnets. Après lecture de toutes ces infos, vous devez savoir qu'il faut en surveiller le fil et induire des pensées particulières. Lorsque vous partez en panique, la pensée peut vous dire mille fausses choses. Vous allez avoir des pensées que vous n'avez jamais eues. Ne vous laissez pas emporter par elles. Qu'elles soient belles ou moches, méfiez-vous. Elles vous semblent être des vérités négociables : subterfuge de l'esprit. On a tendance à se laisser emporter avec joie par de belles pensées, mais ensuite la conscience n'est plus que « pensée », on quitte la sensation du corps, les pensées s'accélèrent, il suffit d'un petit choc énergétique pour se retrouver dans des pensées horribles. Donc : présence. Revenez au corps. Et faites tourner dans votre tête deux trois boucles du type :

« *Medicina*, soigne-moi.
Je me centre dans mon ivresse.
Je me concentre tranquillement.
Medicina, entre dans mon corps.
Je me relie à mon cœur.
Je le fais maintenant.

(Si je commence à avoir peur :)
Je chasse les mauvaises pensées.
Je rejette les mauvaises pensées.
Je rejette les mauvaises énergies.
Je rejette les mauvaises visions.

(Puis, retour :)
Je me relie à mon cœur.
Je le fais joliment...
Je suis un chemin mélodieux.
Etc. »

Une sorte d'actualisation du présent. Un mélange d'autodescription: « Mon ivresse est forte, je la laisse me prendre », et d'intention: « *Medicina*, soigne-moi, etc. » Vous pourrez vous reporter aussi aux chants en annexe, non pas pour les apprendre afin de les chanter, mais pour les connaître afin de pouvoir en dérouler certaines parties dans votre esprit.

Je crois que je vous ai dit l'essentiel. Il reste le chapitre des visions. J'y reviendrai plus tard car le sujet est trop vaste.

Je vous ai peut-être dressé le pire tableau de l'aventure, mais, en quelque sorte, c'est aussi ce qui se produit si l'expérience est forte. Maintenant, voyons l'inverse.

J'ai mal au corps et pas de visions, ça veut dire quoi ?

Bon là, ayez de la ressource. Dites-vous que la *medicina* travaille. Concentrez-vous sur les zones de douleurs, souvent de mauvais souvenirs, une mauvaise hygiène de vie, un trauma, voire juste une faiblesse incrustée dans un organe ou un muscle. Disparaissez dedans. Dites-vous que vous êtes en traitement. Pas de panique, ça va passer. Surtout, ne vous dites pas: « J'ai mal, la liane réagit mal sur moi, je suis empoisonné, etc. » Parfois, durant plusieurs jours, cette médecine va rééquilibrer votre corps. Ensuite, viendront les visions ou les bonnes sensations. On répare d'abord les moteurs et la carlingue avant le décollage.

S'il ne se passe rien, je fais quoi ?

Il ne se passe rien. Pas d'ivresse, pas de visions. Autour de vous les gens gémissent, réagissent, vomissent, vous, rien. Tous sont en voyage, et vous êtes à quai. « Tiens, j'en étais sûr, je suis celui qui reste... snif. » Cela fait quarante-cinq minutes, voire une heure, que vous avez bu. Rien de rien. Levez-vous. Toujours rien ?

Vous titubez un peu, mais c'est tout. Étudiez la situation. Souvent on croit que rien ne se passe car on est peu attentif à ses perceptions, et la conscience est verrouillée par un mental démiurge qui ne lâche rien. Allez voir le guérisseur. Si vous avez du mal à marcher, c'est que vous êtes dans l'ivresse, jugez votre

état. Attendez qu'il ait fini de chanter, asseyez-vous, puis parlez-lui de votre situation.

Soit :

« Je ne sens rien, il n'y a pas d'effets.

Siento no efecto. »

« Je sens, mais très peu.

Siento un poco pero muy poco. »

« Je peux en reprendre.

¿ Puedo tomar más ? »

Il vous sert, vous buvez et retournez à votre place. Cette fois, concentrez-vous bien comme au début. Pas de panique, ça arrive souvent. Parfois, il faut deux ou trois cérémonies pour que l'effet s'ouvre enfin. Je me souviens toujours du visage dépité d'un garçon qui, après une semaine, n'avait pas eu d'effet, puis, d'un coup, en une cérémonie tout s'est ouvert alors qu'il était sur le point de renoncer.

S'il n'y a aucun effet, profitez des chants, concentrez-vous sur eux, la *medicina* travaille sur vous quoi qu'il arrive. Donc, patience. Si vous ne sentez vraiment rien, surtout retournez en prendre, mais pas trop tôt ; pas avant une heure et demie. Ne vous dites pas : « On verra demain. » Allez-y !

À quoi correspondent toutes les visions ?

Les Indiens disent qu'il y a deux types de visions, les visions de l'imaginaire et les vraies visions. Celui qui les a peut faire la différence. Je dirais aussi qu'il y a les visions de son passé, celles de ses proches et disons celles de son propre monde. Trois catégories principales pour le patient.

La vision de l'imaginaire

Pour ma part, j'y ai été peu soumis. J'ai eu deux fortes visions de ce type en dix ans. Elles sont arrivées en début de voyage et je les ai laissées se dissoudre. La première fois, j'ai vu l'Assemblée nationale, mais au lieu des députés, il y avait des grille-pain. Une vision hyper nette et très réaliste. J'ai été surpris ; elle a duré quelques secondes, puis je l'ai lâchée. (Je précise que je ne suis pas un spectateur assidu des débats de ladite Assemblée.) Une

autre fois, j'ai eu la vision d'un livreur de pizza débarquant dans un appartement ; je me souviens encore de son visage. Voilà, c'est tout. Souvent, ces visions arrivent en début de cérémonie, ou lors des premières fois. C'est aussi un nettoyage du mental. Il peut y avoir aussi des mélanges. Par exemple, à la fin du tournage de *99 Francs* au Venezuela, j'ai fait un crochet par Iquitos et lors de la première cérémonie, j'ai eu une vision d'une barque d'Indiens descendant le fleuve en costumes traditionnels (vision de l'univers des mythes shipibo), mais dans cette pirogue, à l'arrière, il y avait Jean Dujardin, non pas en personnage d'Octave, mais avec sa perruque blonde de Brice de Nice, qui me souriait et semblait me demander si ça fartait. Je venais de passer quelques mois avec lui, j'ai souri, la vision s'est estompée.

La vision de son propre monde

C'est une sorte de reconstruction de son disque dur. Mémoire et tâches. Par exemple, vous voyez le visage de quelqu'un que vous n'avez pas vu depuis des années. Cela peut simplement vous suggérer de reprendre contact avec lui ; son expression et votre sentiment au moment de la vision peuvent vous donner des indications. S'il semble triste ou en colère, il y a un conflit latent qu'il faudra résoudre au retour. Au contraire, la vision de quelqu'un qui vous regarde avec douceur et avec qui, pourtant, vous êtes en mauvais termes, peut signaler la force qui vous lie à cette personne et vous donner envie de la revoir. À vous d'interpréter. Attention aux erreurs ! Donc, prudence.

Vous pouvez voir des lieux ou des scènes oubliées de votre vie. En clair, tout ce qui n'est pas lié à un passé très proche, et qui par conséquent ne peut pas être une empreinte psychique de votre journée ou semaine passée, vous signale quelque chose. Ne commencez pas à étudier la question pendant la cérémonie, faites-le le lendemain ou plus tard dans la nuit. Continuez votre voyage.

La vision de votre propre mort peut arriver. Ne soyez pas effrayé si c'est le cas, ce n'est sans doute pas de la prescience, mais une porte du voyage.

La vision pure

Entendons par « pure » la vision des mondes des esprits, de la cosmovision et de la mythologie. Avant tout, il faut relier ces visions à un état émotionnel et énergétique, et classifier le type d'attitude à adopter face à la vision.

Il y a deux grandes catégories : les visions intérieures et les visions extérieures. Elles correspondent à deux états d'énergie et d'ivresse différents.

Les visions intérieures

Les visions intérieures sont celles que j'ai décrites en grande majorité dans *D'autres mondes*. On peut encore les classer en deux sous-catégories, les bonnes et... les mauvaises.

En général, au début, ce sont des motifs : vous allez retrouver en 3D les motifs que vous avez pu voir sur les tissus. Chaque plante a son propre motif. C'est l'énergie de la plante qui vous pénètre. Avec une forte ivresse, vous semblez flotter à l'intérieur et le chant va organiser les motifs.

Voyons les formes animales. Je vais prendre l'exemple du serpent. Ce n'est qu'un exemple, car certains d'entre vous ne verront pas de serpent. Moi, j'en vois beaucoup, d'ailleurs mon nom d'*ayahuasquero* est Inin Rônin, ce qui signifie « parfum de serpent ».

Ce que je décris avec les serpents peut être appliqué à toutes les formes animales et même aux mondes abstraits. Sachez qu'il y a des guérisseurs qui ne voient pas de serpents et lorsque je fais des cérémonies avec eux, je n'en vois, moi non plus, jamais, car je suis emmené dans leur monde grâce à leur force supérieure à la mienne. Les serpents, en général des anacondas ou des boas, peuvent être réalistes et marrons, vert brillant, de toutes les couleurs avec un ventre blanc pur. Enfin, ils peuvent être des bijoux ou encore prendre la forme de dragon – c'est le plus haut niveau de traitement. Accrochez-vous car vous allez vibrer et vos peurs peuvent surgir. S'il y en a très peu et qu'ils sont petits et mignons avec leurs grands yeux de geckos, c'est que vous travaillez à un petit niveau, début du traitement. Si ce sont des cobras, noirs et agressifs, concentrez-vous, ce ne sont pas des énergies douces,

ne les saisissez pas, laissez les glisser. S'il y en a beaucoup et qu'ils sont emmêlés, concentrez-vous sur le chant qui devrait les démêler. Ils construiront ensuite des formes de mandalas et bougeront lentement. Parfois, c'est une véritable mer de serpents. Plus leur mouvement est lent, mieux c'est. Il ne s'agit pas de regarder la vision, mais de fusionner avec elle en conservant une justesse intentionnelle, une présence et décontraction corporelle. À noter que j'ai entendu des guérisseurs shipibo d'une communauté chanter : « *Rônin hospitalo quepenqen* », ce qui veut dire : « J'ouvre l'hôpital des serpents », joli mélange culturel. Les serpents peuvent habiter des cathédrales de formes organiques.

Ce qui est à retenir est que, quelle que soit la manifestation, s'il y a lenteur, organisation et unité, c'est que vous êtes bien. La plante vous transmet sa force. S'il y a confusion, anarchie, mélange d'archétypes de toutes sortes, vous êtes dans le soin et le nettoyage. Pas de panique, il s'agit de traverser et de laisser la plante agir. Le chant va harmoniser vos mondes visionnaires.

Toute la faune de la jungle peut se présenter, ou bien les visions peuvent rester purement abstraites, ou encore, il peut émerger des archétypes de votre culture ou d'une autre. La plante manifeste sa présence en se servant d'un langage assez facile au fond à décrypter et parfois lié aux langages issus de vos propres mondes, de vos implants culturels ou génétiques.

Reprenons l'exemple des animaux.

Il y a les animaux que nous admirons pour leur force, ceux qui nous effraient par leur laideur, etc. Les oiseaux, les perroquets bleus sont des énergies aériennes, les araignées et les cafards, des énergies lourdes, mais si les araignées sont bien organisées, tout va bien, le nettoyage se fait tranquillement. Le jaguar est synonyme de force, mais si, dans la vision, il se jette sur vous, ce sera terrifiant. La plante va vous tester, il faut dominer vos peurs quelle que soit la vision.

Vous pouvez vous retrouver dans des tunnels formés par des motifs ou des formes animales, qui se modifient lors de l'avancée avec le chant. Soit vous descendez dans le soin organique ou psychique, et les formes sont sombres et emmêlées, soit vous allez vers l'organisation et la couleur.

Les visions anthropomorphiques

Il est toujours difficile de parler du monde des esprits comme d'une réalité, le saut culturel est gigantesque. J'aime avant tout le concept de Romuald Leterrier : les visions des esprits sont le pont linguistique entre les plantes et les hommes. C'est-à-dire que nous ne les voyons pas forcément dans leurs formes propres, simplement elles se manifestent ainsi car nous sommes des humains, de la même manière que la plante imite parfaitement le postérieur d'une femelle bourdon afin que le mâle pense la féconder, et ainsi pollinise les plantes. Peut-être que les jaguars grignotant l'ayahuasca voient l'esprit des plantes sous une forme de belle femelle jaguar et les démons puissants en chasseurs humains ?

Chaque plante maîtresse a son esprit et son monde. Je ne vais pas en faire la liste, mais parler des manières récurrentes dont l'on peut percevoir le monde des esprits dans une vision intérieure. Ce sont en général des tableaux en relief ou à plat, en mouvement. Le monde des esprits se meut lentement. Les esprits vous apparaissent. Ils peuvent se présenter eux-mêmes ou présenter leurs mondes (villes, hôpitaux, nature), ou vous entraîner dans un voyage stellaire. Vous pouvez aussi assister à des scènes se succédant comme au cinéma ; dans ce cas, les esprits ne vous regardent pas, ne s'occupent pas de vous. Vous pouvez les voir sous des formes humaines, animales ou métissées. Mais surtout, le même esprit peut se manifester sous différentes formes. Un esprit peut être un genre de totem battant très lentement des ailes couvertes de plumes. Ou bien vous pouvez être en présence de sortes de samourais casqués, les *chaiconis* (les plaques d'armures sont des plumes ou des motifs). Ou vous pouvez voir les esprits de plantes que vous diétez, ou que le *curandero* appelle.

En général, l'état correspondant est très doux. Pendant la rencontre, vous paraissez léger, vibrant, aérien. Votre respiration se fait par petites bouffées et l'air vous semble parfumé. La rencontre se termine, ce qui va déclencher une transmission de connaissance ou un soin. Si la rencontre est profonde, la suite du voyage est plus secouée !

Rappelez-vous : plus vous montez, plus vous descendrez ! Si

ce n'est pas pendant le même voyage, cela se produira le jour suivant ou l'année suivante.

Les mondes mythiques

Le monde des esprits peut vous connecter au monde des mythes. Vous pouvez aussi assister à différentes scènes ou rencontrer des esprits particuliers. Par exemple : assister à la rencontre du premier Shipibo avec le monde des esprits à travers la première prise d'ayahuasca. Ou bien voir les *chaiconis*, l'esprit d'une communauté qui est passée tout entière dans le monde invisible, les enfants ayant mélangé une plante au breuvage qu'a bu toute la communauté.

Les mondes humains de visions spirituelles

Si les plantes ont leur monde et leurs esprits, l'homme aussi. La médecine spirituelle d'origine humaine et céleste existe dans les mondes invisibles. C'est un sujet très sensible et qui fait d'ailleurs bondir immédiatement l'athée ou remuer le religieux. Je vais donc essayer d'être délicat.

Il est logique que les humains aient leurs mondes spirituels, après tout, même s'ils sont depuis moins longtemps sur cette planète que les plantes, ils ont une intelligence et un pouvoir de sensibilité importants !

Rendons un peu hommage à l'homme.

Je voudrais vraiment circonscrire ma réflexion au sujet de ce paragraphe.

En fait, il est possible, lors d'une cérémonie d'ayahuasca, de se trouver en relation avec des énergies qui sont reliées aux mondes des religions. En quelque sorte, préparez-vous à ce qu'ils puissent arriver vers vous. Rappelez-vous que la prière nourrit un espace spirituel. Posez-vous bien dans votre cœur, et restez vigilant.

J'ai eu souvent le témoignage de personnes ayant reçu la visite d'un saint, de la Vierge, du Christ ou des anges. (Attention, même si c'est une très bonne énergie thérapeutique, ça peut vous secouer psychologiquement et tout autant énergétiquement.) De la même manière que les plantes ont différents mondes spirituels – un monde de médecine, un monde de pouvoir, un monde sombre (d'où l'importance des diètes pour se relier uniquement

au monde de médecine d'une plante maîtresse) – les mondes spirituels humains ont leur double face, le monde de médecine et de compassion, et le monde de pouvoir et de sorcellerie. Il suffit de regarder l'histoire humaine pour reconnaître qu'à travers les religions, et plus globalement l'homme, les deux faces s'expriment.

Si vous êtes un *ayahuasquero* et que vous entrez dans la cathédrale de Reims, Notre-Dame de Paris ou ailleurs, vous serez troublé car cela ressemble à certaines visions des mondes de la médecine des plantes, que j'ai décrits plus tôt comme des cathédrales vivantes, avec des arches respirant en mouvement. Les cathédrales sont-elles des vaisseaux médecine bâtis par les anciens ?

Il y a dans l'histoire de grands guérisseurs, dont la dévotion et l'action pour soulager la souffrance humaine ont été immenses. D'un autre côté, il est triste de voir parfois les religions détournées de leur chemin initial, le message d'amour transformé en objet de pouvoir spirituel et politique. Les religions et leurs dogmes intransigeants ont été et sont parmi les sources des plus grandes souffrances de l'humanité.

Vous l'avez compris, je ne suis pas religieux, même si j'ai un grand respect pour le travail des religieux qui œuvrent pour l'harmonie, la paix et l'équilibre. Bref, si l'on a une vision religieuse, il n'est pas nécessaire de se convertir.

Les mondes spirituels non terrestres

Après les religions, les extraterrestres. Vous fronchez les sourcils ? Bon, encore une fois, désolé de perdre chez certains le peu de crédit que je pouvais peut-être conserver. Je me dois néanmoins de poursuivre. Durant les cérémonies, il est possible de se trouver en relation avec des visions qui semblent extraterrestres. Je vous rappelle que si vous êtes en présence de haute technologie dans vos visions, cela peut être à cause de votre langage propre (la plante vous parle de cette façon car vous êtes un *techno freak*, ou un fan de science-fiction). Ou bien à cause de certains esprits des mondes de *medicina* qui possèdent de la technologie, mais aussi d'esprits ou d'êtres issus d'autres dimensions ou venant d'un

espace non terrestre, donc des extraterrestres. Disons les choses comme cela : des visions qui pourraient être extraterrestres. Et, encore une fois, rappelez-vous que certains sont des guérisseurs et enseignants, mais que d'autres sont moins bien intentionnés.

Pour conclure et donner mon avis sur le sujet, si je pense aujourd'hui à ces visions, si réelles et incroyables, c'est que j'écris ce paragraphe, sinon elles ne sont jamais présentes lorsque je prends de l'ayahuasca, ni dans ma vie, ni dans mes discussions ou pensées de tous les jours. J'ai personnellement eu très peu de contacts de ce type, et quand j'en ai, c'est toujours avec Kestenbetsa. Dans le livre *Visions : regards sur le chamanisme*¹, il parle par exemple des « régulateurs », des êtres qui n'ont plus ou pas de monde d'origine et qui voyagent dans le cosmos pour équilibrer les forces planétaires. Je trouve que c'est une belle réalité poétique.

Soyez donc prévenus, car vous pouvez aussi frôler l'énergie du grand créateur régulateur de tout le système de réalité par-delà le temps, l'espace, la matière et l'énergie. Attention à ne pas saisir votre pensée alors pour ne pas perdre pied.

Les visions extérieures

Les visions extérieures à vous-même appartiennent au monde du guérisseur et de l'apprenti, mais si vous en avez, cela ne veut pas dire que vous en êtes ! Simplement, que vous pouvez le voir. Elles arrivent en général avec une très forte ivresse. Au début, vous pensez que vous allez mourir, la peur d'un nouvel état inconnu se manifeste avec la vibration de votre corps sous la peau. Il peut y avoir un sifflement dans la psyché, qui se concentre elle-même très fort, évacuant la pensée de la conscience, la perception de vos organes, comme si vous deveniez translucide, comme si vous passiez à travers un lent scanner qui vous met à nu. Vous êtes là, la nausée au bord des lèvres, et votre vision passe d'un coup à l'extérieur, tant que l'état est maintenu. Il faut être tranquille dans cet état, ce qui prend bien sûr des années et nécessite de longues diètes.

1. Jan Kounen, coécrit avec Guillermo Arévalo, Corinne Arnould, et Jean-Patrick Costa, *Visions : regards sur le chamanisme*, Éditions Télémaque, 2005 (épuisé).

Les formes, pensées et énergies émergent des autres, sombres ou lumineuses. Elles viennent flotter dans la *maloca*.

La *maloca* peut devenir un temple recouvert de motifs. Le guérisseur semble sur un siège ; son visage et son corps sont recouverts de motifs.

Si le guérisseur fait un soin, un ou plusieurs esprits médecins se positionnent à côté de lui. Des motifs peuvent descendre de la bouche de l'esprit sur le haut du crâne du guérisseur, le chant du *curandero* peut être vu en vision. Par exemple, un grand serpent coloré sort de sa bouche et vient nettoyer le corps du patient. Ou bien des motifs viennent se poser sur les épaules du patient, ou encore celui-ci est dans une sphère dans laquelle volent des oiseaux. Ou, plus effrayant, le chant du guérisseur éloigne de terrifiants bourdons ou grosses mouches qui sont autour du patient. Le plus terrible : voir le masque de la mort ou des formes démoniaques émerger du patient et tourner autour jusqu'à ce que le guérisseur arrive à les chasser. Tout dépend du travail particulier du guérisseur et, bien sûr, du patient. Si je vous raconte tout cela, c'est que si ça vous arrive, vous pouvez assez vite partir en sucette. Nous sommes tellement peu préparés à ce type d'expérience. Donc traversez-la, et n'y pensez pas trop le lendemain.

Ah ! J'allais oublier les grands chants pour le groupe. Vous pouvez voir aussi, par exemple, le toit de la *maloca* danser sous forme de lentes vagues faites de chauves-souris harmonieusement imbriquées se déplaçant avec le chant. Elles finissent par s'écarter pour laisser place à de grands modules lumineux, sortes de modules d'énergie blanche qui descendent du ciel pour venir former un dôme. En langage ésotérique, nous dirons que c'est l'ouverture du bas astral pour faire descendre le haut astral. En terme de *medicina*, nous dirons que c'est l'appel de l'espace de protection avant le traitement des patients. Comprenez que c'est difficile pour moi de définir cela avec nos mots et notre connaissance.

Dès que j'ai une vision, elle disparaît tout de suite, pourquoi ?

En général, c'est sa saisie par la pensée qui va faire disparaître la vision, cela arrive souvent au début. Le processus est simple. Vous avez une vision forte. Votre esprit réagit. La pensée jaillit. « Ooh, ooh ! J'ai une vision ! » Votre corps se tend instinctivement. La vision disparaît. Il semble (sauf sous une très forte ivresse) que, soit vous pensez, soit vous avez des visions. Il faut donc être dans un état méditatif et essayer de ne pas, tout de suite, saisir votre vision par la pensée. Il faut se concentrer sur la respiration, un état doux de perception du corps dans son entier, limitant ainsi la prise de la pensée sur la conscience globale de soi. Restez sur votre auto description lente de l'événement.

Je vois un serpent qui veut m'avalier. Au secours ! Que dois-je faire ?

Tout va bien ! Laissez-vous faire. Les guérisseurs disent que si un serpent se présente et que votre bouche s'ouvre réellement, c'est l'esprit de l'ayahuasca qui se propose d'entrer en vous. Vous le sentirez descendre se lover dans votre ventre. (Je peux confirmer, ça m'est arrivé à ma troisième cérémonie avec Guillermo.) Si le serpent vous avale, une variante, c'est la proposition du voyage, le serpent devient le véhicule, vous entrez dans son ventre, et les visions se déploient.

Je vois des choses incroyables, je fais quoi avec ça ?

Le plus dur : n'essayez pas de théoriser, vous vous fatiguerez. La conceptualisation de toute expérience de vie est notre mode d'apprentissage, il est donc normal que ce type de pensée surgisse. Les pensées vers les arbres qui vous entourent, la nature, vous, la vie, bref, les pensées dirigées au matin vers le monde matériel. Essayez d'être dans le ressenti. Les émotions et sensations seules restent reliées à l'expérience. Si vous y tenez vraiment, prenez des notes brèves avant de vous coucher ou au réveil ; un mémo qui vous fera garder le lien avec chaque expérience. Au bout de

plusieurs cérémonies, la mémoire des premières peut s'estomper, de simples notes permettront d'y repenser beaucoup plus tard, de retour dans notre monde.

La plante semble me parler, dois-je l'écouter ?

Oui, mais attention, il est parfois difficile d'avoir du discernement. Par exemple, si la plante semble vous dire : « Tu dois vivre ici avec nous », ne prenez aucune décision, attendez que quelques mois se passent, pour réfléchir à ses messages. Si la plante vous dit : « Tu es un grand guérisseur en devenir, il faut apprendre », attention aussi, c'est parfois votre ego qui va transformer un message qui serait : « Ta relation aux plantes est bonne, tu peux avancer plus profondément dans cette médecine. » Là encore, vous avez tout le temps d'y réfléchir. Rappelez-vous aussi toujours que ce sont des *plantes de pouvoir* et qu'elles ont leurs propres intentions. L'objectif étant de trouver un accord dans la relation qui équilibre les deux parties, pour le bien commun.

Sachez qu'il est bon et positif d'œuvrer en retour pour le monde végétal. Cultiver, planter, protéger, dialoguer. Et cela peut se faire avec les cousins de l'ayahuasca, les radis ou les tomates. Il y a plusieurs axes d'action envisageables. Il faut se méfier des désirs prophétiques ou pseudo-religieux, en revanche, il est bon de travailler avec une ONG, une communauté, ou de mener une action, même dans notre monde, pour ralentir le massacre de la Terre par l'agriculture moderne. Bref, rien d'ésotérique, que du concret ! Se souvenir aussi que c'est le monde indigène qui garde le lien avec cette connaissance et que notre culture l'écrase chaque jour un peu plus. Regardez ce que l'on peut donner si on en a le désir. Sinon, on est venu pour un soin, on a payé pour cela, et donc le *deal* est clos. Pas de problème, ça peut vous suffire.

Parfois, dans de très fortes ivresses, on a un compte rendu de ce que l'on a fait individuellement pour la Terre et l'écosystème. C'est à soi-même que l'on rend des comptes.

Un esprit très beau veut entrer en moi. Au secours ?

Attention, ce n'est pas parce qu'il est beau qu'il faut l'inviter. Restez dans la neutralité et appelez non pas l'esprit mais la *medicina*. Faites-le avec concentration et sans précipitation. Demandez-lui intérieurement pourquoi il vient. Méfiez-vous vraiment des propositions de pacte. « Je peux te donner du pouvoir, de la force, etc. » Là, vous êtes certainement avec un esprit malin, dans le mauvais sens du terme. Vous répondez tranquillement : « Je ne suis pas intéressé. Tu peux retourner chez toi. Je suis là pour la *medicina*. »

Que dois-je faire en recevant un chant ?

Le guérisseur chante le premier chant pour ouvrir son ivresse, puis une première série de chants pour le groupe. Ce sont les chants d'ouverture. En général, il commence par souffler, siffloter une mélodie apaisante. Puis les paroles viennent. Il chante dans sa langue. (Au Pérou, le guérisseur métis chante en quechua et en espagnol, et les autres ethnies dans leurs propres langues.) Concentrez-vous sur le chant, j'en ai déjà parlé. Les chants déroulent un voyage émotionnel, il active les visions, c'est la force du guérisseur, issue de ses diètes strictes. Sa voix porte la vibration du monde dans lequel il entre. Au début, il ouvre le monde des visions, harmonise les siennes et positionne l'énergie générale. « *Rama kano abano.* » Maintenant, j'ouvre le monde des visions. Ensuite, il va chanter de manière individuelle. S'il y a beaucoup de monde, vous ne passez pas forcément à chaque fois. Quand un chant se finit, le guérisseur appelle une personne. Continuez, pour un chant individuel, à vous connecter de la même manière que pour un chant collectif, sauf si... c'est vous que l'on appelle. Avec un peu de chance, c'est un jour où le guérisseur fait sa tournée et il vient s'asseoir devant vous. Si vous pouvez, essayez de vous asseoir. C'est bien s'il y a environ trente centimètres de distance entre les jambes du guérisseur et les vôtres. Il peut vous poser une question. Si vous ne comprenez pas, dites-vous qu'il y a de fortes chances pour qu'il vous ait demandé comment vous allez.

Vous répondez brièvement. *Bueno, malo, sin visiones, fuerte*, etc. Ensuite, il se met à chanter.

Concentrez-vous. Ouvrez-vous au maximum, dissolvez-vous dans le chant. Lui va voir des visions émerger de vous et son chant va se modifier en fonction de ce qu'il voit. Restez bien concentré. Quand le chant est fini, penchez votre tête en avant, il va la prendre entre ses mains et souffler dessus, puis il va la relâcher. Tendez alors vos deux mains à plat vers lui, il va peut-être les arroser d'eau florale, puis les réunir et les porter à sa bouche.

Il va souffler dessus (à la place d'eau florale, il peut utiliser du tabac, ou simplement rien, juste souffler). Voilà. C'est fini. *Gracias*, ou *irake* (merci, en shipibo).

Si le *curandero* ne fait pas sa tournée, vous entendrez votre nom. Doucement, prenez votre temps, revenez (voir plus haut) et allez-y. Attention à ne pas vous asseoir trop loin. Et vérifiez qu'il y a un seau à proximité. Parfois, le chant peut vous faire vomir, mais vous aurez le temps de sentir le mouvement, pas la peine d'avoir le seau entre les jambes, sauf si vous avez déjà le liquide au bord des lèvres avant de vous asseoir.

Whaoooo ! Le chant vient du fond de mon corps, il monte... Jésus Marie Joseph... Je vais chanter, la plante me le dit, je fais quoi ?

Normalement, le chant est réservé à ceux qui veulent clairement apprendre et sont donc en diète. Mais si vous êtes seul avec le guérisseur et que ce n'est pas la première fois, disons même pas les dix premières fois, que vous prenez de l'ayahuasca, allez-y, chantez ! Placez dans votre esprit l'intention-pensée du chant et laissez-le monter du fond de votre corps, passer par le cœur, pour prendre un petit coup d'humilité et... sortir par la bouche. Placez votre voix en dessous de celle du guérisseur, chantez bas, presque uniquement pour vous. Le chant vient de l'esprit, mais sa caisse de résonance est le ventre. Restez connecté à vos émotions, chantez depuis lesdites émotions, soyez humble, attentif et concentré.



Arrêtez-vous dès que vous perdez la concentration. Soyez sûr d'avoir une bonne ivresse pour chanter. Si vous avez des talents de chanteur (une belle voix bien placée), c'est un inconvénient au début, car vous allez naturellement vous concentrer pour bien chanter, alors qu'il ne s'agit pas de faire un joli chant, ce n'est pas la Star Academy. Il s'agit de faire un chant juste et concentré, qui véhicule votre sensibilité présente. Il faut savoir ce que l'on fait, c'est beaucoup plus dur.

S'il y a un ou plusieurs autres patients avec le guérisseur, alors là, taisez-vous ! En effet, l'autre patient va entendre votre chant et cela peut troubler son soin et son voyage. Il est très sensible.

En fait, pourquoi êtes-vous là ? Pour écouter. Vous ne donnez pas un concert, le chant est l'outil du guérisseur. Allez-vous prendre le scalpel du chirurgien en pleine opération ? Vous pouvez toujours chanter dans votre tête, ça marche aussi et cela n'influence pas les autres. Donc chantez à tue-tête dans votre tête si vous le souhaitez. Mais, mieux : écoutez.

Quand et comment une cérémonie se termine-t-elle ?

La nuit avance, vous revenez doucement, quelques heures ont passé. Essayez de ne pas trop penser à tout ce que vous avez vu. Je sais, parfois c'est dur.

Surveillez vos canaux d'évacuation. À un moment, vous sentirez que tout s'approche de la sortie. Si vous sentez que des gaz désirent être évacués au plus vite, méfiez-vous et rappelez-vous la maxime : « Le comble de la confiance en soi est de péter alors que l'on a la diarrhée. » Alors, prudence, car ce qui se dirige vers la sortie a de forte chance d'avoir une forme liquide. L'inverse est aussi possible. Vous êtes sensible, alors vous croyez qu'il faut courir aux toilettes, que vous avez, bien entendu, eu la prudence de localiser ; vous avez mémorisé le chemin de nuit et pris le temps de saisir votre lampe de poche, comme ce qui est décrit dans le chapitre « Ivresse » et qui concerne ce qui sort par la cavité buccale ; concentrez-vous et jugez de l'urgence, car chaque trajet demande un effort. Essayez d'y aller au bon moment. Enfin bon, n'attendez pas trop tout de même, car souvenez-vous : « Avec

l'ivresse, une erreur de jugement est vite arrivée. » Cette nuit, vous êtes mort virtuellement trois fois, vous avez traversé l'Univers, ce serait con de finir la soirée en saccageant votre slip.

Et si c'est fini mais que ça ne finit pas pour moi ?

Vous allez vous coucher, vous êtes sur le point de vous endormir et... tout remonte. En fait, ce n'est pas fini ! Pas de panique. Oui, vous êtes seul, mais ce sera forcément moins fort. Refaites les exercices. Calez-vous dans l'ivresse. Activez de bonnes pensées. Restez concentré, vous allez vous endormir. Si vous n'y arrivez pas, ni lecture, ni activité cérébrale. Allez manger une pomme ou une banane (attention, chez certains cela fait remonter l'ivresse), regardez les étoiles, écoutez la forêt (ne vous éloignez pas trop). Respirez dehors avec tranquillité. Puis retour au lit.

Le lendemain, je fais quoi ?

Je vais établir deux catégories, c'est plus simple.

Ça s'est bien passé *ou* mal passé.

1/ Le paradis

Ça s'est bien passé ! Extase totale. Vous n'avez qu'une envie, celle de vous retrouver la nuit prochaine dans la *maloca*. Alors, faites attention, régulez votre belle humeur, détendez votre bulbe cérébral, ne faites pas de supposition sur la nuit à venir, du genre « Je vais y retourner, ça va être génial ! » Surtout évitez ça. Gardez l'énergie dont vous croyez disposer en quantité infinie. Bref, relax... Et surtout pas de pensées prophétiques ou messianiques, restez humble, ne vous dites pas que vous êtes « particulier ». Vous venez juste d'entrer dans un monde différent et nouveau.

2/ L'enfer

Ça s'est mal passé, nausées effroyables, pas de visions, ou seulement des images terrifiantes, la peur, la terreur, des douleurs. Vous n'avez qu'une envie : ne plus jamais retourner dans la *maloca* ! Essayez de détendre votre bulbe cérébral. Parlez-en aux autres, qui, les yeux extasiés, vous racontent leurs aventures cosmiques. Partagez vos doutes et vos humeurs. Ne vous dites pas :

« Voilà, moi, c'est l'horreur, eux, le bonheur. » Après-demain, les rôles peuvent s'inverser, vous extatique, eux, miteux. Rappelez-vous : ça se passe comme ça avec la plante, un jour en haut, un jour en bas, puis à droite, à gauche. Ça ne vous console pas ? Je comprends. Ne gambergez pas trop seul, allez voir le guérisseur, parlez-lui. Et ça nous amène à la question suivante.

Comment savoir si je dois reprendre la liane ce soir ?

Souvenez-vous toujours de vous poser la question en fin de cérémonie, en toute fin. C'est là qu'il faut faire le premier point. « Je suis bien finalement, maintenant. » Vous pouvez donc reprendre le lendemain. Si vous hésitez, posez-vous la question tôt dans la matinée, car si vous vous posez cette question deux heures avant que la cérémonie ne commence, alors que la jungle plonge dans l'obscurité, vous aurez de fortes chances de décider que non : « Pas ce soir, je me sens mal. » Se sentir mal avant une cérémonie, c'est normal. Celui qui contrôle en vous ne veut pas y retourner, le mental s'agrippe fort. Il vous sortira toutes sortes d'arguments, que vous, c'est-à-dire lui, trouverez très justes. Vous êtes barbouillé, presque la nausée ? C'est normal, votre corps se prépare. Il sait ce qui l'attend. Ce processus ne fait que s'amplifier au cours du temps, allant jusqu'à provoquer l'ivresse, des nausées et des visions alors que vous n'avez pas encore bu.

À plusieurs reprises, il m'est arrivé un phénomène étrange. Alors que je n'avais pas pris d'ayahuasca depuis des mois, une heure avant la cérémonie, la liane est montée vers la bouche, sous une forme liquide ou celle d'un rot parfumé à l'ayahuasca ! Comment est-ce possible ? Je n'en sais rien. Intrigant. Le corps garde la mémoire.

Alors reprendre, pas reprendre ? Il faut que votre décision soit affranchie de la peur. C'est pour cela que vous devez vous souvenir de ce que vous pensiez à ce sujet à la fin de la cérémonie précédente. Quel était votre état d'esprit, à ce moment ? Vous avez eu peur pendant la nuit, mais vous étiez bien, serein, à la fin de la cérémonie. Établissez le calme en vous, remémorez-vous ce que vous avez vécu, et depuis ce lieu apaisé, décidez

de reprendre, ce soir, demain, après-demain. Si vous vous dites « jamais », c'est que la peur guide votre décision, ou que vous n'êtes pas fait pour cette médecine. En général, c'est votre peur qui vous susurre : « Tu n'es pas fait pour ça ! Tu as trop peur d'avoir peur encore ! » D'ailleurs, inutile d'aller au Pérou, vous pouvez vous dire ça en lisant ces lignes. Trop peur, trop de peurs. Un constat : vous êtes tenu par la peur, on l'est tous, plus ou moins. Allez, courage ! L'objectif, c'est de se soigner et de s'équilibrer.

Pour ceux qui ont passé une sale nuit, vous pouvez retourner dans la *maloca*, ne pas prendre d'ayahuasca, écouter les chants, dormir là-bas. Il n'est pas recommandé de prendre tous les soirs, surtout les premières fois. Ne vous laissez influencer ni par votre peur, ni par les autres.

Anecdote : une traumatisée par une expérience forte, revient trois jours plus tard pour boire. Le guérisseur lui tend un petit verre, elle brandit... une petite cuillère (j'ai beaucoup ri).

J'ai lu les Carnets de voyages intérieurs et d'autres livres, vu des films, entendu des amis témoigner, et je peux vous dire cette médecine, c'est pour moi !

Très bien, *no comment*. Mais, parfois après cette phrase, j'ai entendu celle-ci : « Je veux apprendre, c'est mon but ! » Excusez-moi, à certains cette idée va paraître saugrenue, mais à ma grande surprise, beaucoup de gens sont venus me le dire. Trop pour ne pas prendre le temps d'y répondre. Ne projetez rien et ne partez pas avec l'idée d'apprendre, allez d'abord découvrir, oubliez les plans sur la comète (c'est vraiment l'expression adéquate, tiens !) Malgré ce que vous avez lu ou vu, attendez d'avoir... bu, et pas seulement une fois, avant de repenser à tout cela. Vous y allez pour vous soigner ou pour découvrir. Une fois que vous aurez au moins une dizaine de fortes cérémonies à votre actif, votre chemin va commencer à prendre forme. Il passe toujours par la voie du... patient, et peut le rester, c'est le plus tranquille. Une tranquillité toute relative.

Vous êtes en déséquilibre par rapport au modèle social proposé ici-bas, en rupture par rapport aux études ou la famille ? L'ayahuasca n'est *pas* la solution à vos problèmes. Elle doit être un chemin pour les résoudre ou recoller les morceaux, apaiser les tensions, mais JAMAIS l'endroit où fuir, où s'échapper.

Il faut y aller pour en revenir avec de nouveaux outils pour s'ancrer de retour chez nous. N'oubliez pas... IL FAUDRA REVENIR.

La première chose à demander au guérisseur est de vous aider à régler les problèmes d'adaptation à la jungle occidentale. À rétablir les équilibres. Pour les indigènes, la maladie est un déséquilibre entre vous et le monde. Rétablir cet équilibre en vous d'abord pour, ensuite, retrouver votre place dans la société, rétablir le dialogue et la paix dans votre famille, cela commence par faire un travail sur soi. Remettre un peu d'harmonie dans votre univers intérieur. Souvent l'on veut changer le monde sans avoir seulement commencé à l'écouter. Se mettre à l'écoute, comprendre sa musique simple cachée sous une mélodie complexe, c'est du travail. Agir, oui, mais après ? Le but est de vivre heureux et tranquille, et de créer de belles choses où que ce soit, non ?

Par exemple : dans le métro, avec la grippe qui monte, tout le monde qui fait la tronche, et votre petite fille qui hurle qu'elle ne veut pas aller à l'école. Ou bien, sur la plus belle des plages de la planète, dansant au coucher de soleil, riant avec votre petite fille tellement heureuse dans vos bras.

Ça, c'est le but ultime. Être bien partout. Utopie, certes, je vous l'accorde, mais pas tout à fait. Votre petite fille, au fond, a raison. (Cette petite fille virtuelle peut être la forme d'une certaine qualité du désir en vous.) Vous êtes un adulte, le but n'est pas d'atteindre cet état, c'est le chemin vers ce dernier. Le but est d'être *sur* le chemin. Restez à l'écoute de votre petite fille intérieure, les mecs aussi, pas le petit garçon, non, non, la petite fille. Attention, elle est capricieuse. Elle veut tout, tout de suite, elle se laisse emporter par ses émotions, elle croit qu'elle a tout compris. Alors soyez vigilant avec elle, il va falloir la guider. Car en fait, elle est votre trésor le plus précieux.

N'est-ce pas difficile de faire les cérémonies avec des gens qui viennent de différents pays et parlent différentes langues. N'est-ce pas mieux de voir son médecin traditionnel seul, comme quand on va chez le médecin en France ?

Des petites filles capricieuses, j'en ai entendu ! « Je veux un chamane pour moi toute seule ! »

Bon, maintenant, celui qui veut l'expérience avec son *curandero* perso, pour lui tout seul, il peut s'enfoncer dans la jungle pour le trouver. Mais franchement, ce n'est pas nécessaire, dans un premier temps. Je vous conseille de quitter les fantasmes issus des modèles divers et variés qui ont cours par chez nous.

J'ai vu des Français arriver à Espíritu de Anaconda et être déçus : on leur avait parlé d'une communauté d'Indiens, ils découvrent un centre de soin pour Occidentaux, un chamane décontracté en chemise et short. Je les ai vus repartir illico pour chercher celui qui avait des plumes sur la tête. C'est con, c'est un long voyage pour une grosse idée reçue.

J'ai connu un bon spectre d'expériences, depuis être seul dans la forêt avec trois *curanderos* expérimentés pour me guider, à celle où j'arrive en retard et la seule place qui reste dans la *maloca* remplie d'un groupe important de « premières fois » est au fond, à côté de la porte qui donne sur les chiottes. Eh bien, ce n'est pas comme le métro et la plage : les deux ont la même valeur. Ce sont évidemment des expériences différentes, et je préfère être seul, mais j'ai découvert que, au fond, avec un groupe bruyant, je travaille autre chose, qui est aussi important, et que mon voyage peut même être aussi fort, porté par l'énergie du groupe, un voyage profond dans le monde de cette médecine.

Aujourd'hui, quand j'entre dans la *maloca*, je me dis : « Tiens super, il n'y a personne, ça va être ma fête ! » ou « Tiens, super, la *maloca* est pleine, ça va être notre fête ! »

J'ai suivi une diète, pris de l'ayahuasca et je veux apprendre, comment faire ?

À titre d'information, sachez qu'il y a plusieurs voies dans l'apprentissage. Réellement deux, en fait.

La première est d'apprendre pour connaître la *medicina*. Dans le but de travailler sur soi, pour sa connaissance propre, pour découvrir la cosmologie indigène ainsi que ses concepts traditionnels, et le faire traditionnellement, c'est-à-dire depuis le cœur même de l'expérience – les longues diètes. Le tout afin d'aguerrir son mental et d'acquérir des outils d'existence nouveaux, le chemin dont je parlais plut tôt.

La seconde est d'apprendre pour devenir guérisseur au sein de la médecine traditionnelle shipibo. Je laisse la parole à Guillermo qui, une fois, a défini son job ainsi : « Le guérisseur est en pleine vision, il a devant lui un enfant malade, il voit sa maladie et il le soigne, avec son chant et sa connaissance, c'est ça qu'il doit savoir faire. » J'ajouterai : il fait ça six soirs par semaine, et doit savoir non seulement soigner la personne, mais aussi ne pas « prendre l'énergie négative qu'il retire ». C'est sans doute cette dernière étape qui demande le plus de connaissances. L'apprentissage s'accompagne de beaucoup de souffrances et de sacrifices. Donc, avant de se lancer dans ce travail, il faut bien savoir pourquoi on le fait et ce à quoi l'on est prêt à renoncer pour y arriver.

J'ai lu les Carnets de voyages intérieurs, et d'autres livres, vu des films, entendu des amis témoigner, et je peux vous dire que cette médecine n'est pas pour moi !

Il peut être ajouté : « Je comprends que c'est intéressant et que c'est une belle aventure. Je me connais bien et ça n'a pas l'air bon pour moi tout ça. »

Super si vous êtes bien, détendu, heureux dans l'existence, en paix. Tout va bien. J'espère que les Carnets vous auront fait voyager et divertir un instant. Je vous comprends parfaitement. À chacun son truc. Si, par contre, vous vous dites en résumé :

« Ce n'est pas pour moi, car j'ai trop peur, je ne pourrai jamais le faire ! », c'est autre chose.

C'est l'inconnu qui fout la trouille, et la plus grande peur est... la peur de la peur.

Alors ne jetez pas le bébé avec l'eau du bain, ne cassez pas la baignoire et ne mettez pas le feu à la salle de bain. C'est une pulsion normale, et même saine. La peur nous protège. La peur juste est une protection. Sans la peur, pas de prudence. Donc, une mise en danger et le risque d'une vie plus brève.

Il est normal d'avoir peur dans cette aventure, car votre imaginaire est sans limites. Nous entrons dans l'inconnu et vous savez inconsciemment qu'il s'agit de descendre vous rencontrer vous-même. En plus, vous lisez en ce moment un livre qui vous dépeint des choses parfois terrifiantes. Vous acceptez de vivre de grandes émotions par procuration. Un roman, un film : vous mourez avec le héros, vous sauvez le monde, vous traversez l'Univers, mais heureusement ce n'est pas vous, et si c'est trop fort, vous pouvez refermer le livre ou sortir de la salle.

Avec l'ayahuasca, impossible de sortir de la salle. Avec la liane, le héros du film, c'est vous. Mais, comme au cinéma, vous n'allez pas mourir « pour de vrai » non plus. Et comme au cinéma, la mise en danger est virtuelle. Il y a bien sûr des contre-indications, où l'expérience peut se révéler réellement dangereuse pour vous. Mais elles sont rares, nulles même si vous êtes en bonne santé physique ou mentale, ou en tout cas que vous n'êtes pas atteint d'une grave maladie. (Je donne des détails plus bas.)

La médecine amazonienne est la proposition d'une expérience forte. Elle résonnera pour certains, pas pour d'autres. N'y allez que si vous pensez que c'est pour vous, que vous en avez besoin. Ne vous laissez influencer par personne, à commencer par moi !

La cérémonie vient de se finir et j'ai l'impression que le guérisseur me fait des avances. Je délire ? Je me fais des idées ?

Vous avez en fait peu de chances d'être en train de délirer cette fois ! C'est sans doute, avec « la réalité des esprits », l'autre

gouffre culturel qui nous sépare du monde indigène. Je développe : nous avons tendance à voir le guérisseur comme une sorte de moine, car il travaille avec un monde spirituel, alors qu'il faut le voir comme un thérapeute, mais pas comme un psy non plus.

La question devient : votre chirurgien, ou généraliste, vous drague au café après une consultation, qu'en pensez-vous ? Il exagère, certes, mais au fond, dans notre morale sociale, il n'y a pas de scandale. Finalement, la première question à se poser c'est : « À moi, il me plaît ? »

Maintenant du point de vue indigène : au début du siècle, tous les hommes étaient polygames, ils pouvaient avoir jusqu'à trois femmes. Mais les guérisseurs, eux, pouvaient en avoir vingt. Aujourd'hui, les missionnaires sont passés par là et tout le monde est monogame. Les guérisseurs, cependant, restent très ouverts à la joute amoureuse.

L'ayahuasca est aussi une plante aphrodisiaque, pas pendant la cérémonie, mais ensuite. Elle a tendance à nettoyer la libido et à développer la sensualité et le désir sexuel, d'où la difficulté de bien tenir sa diète. Là-bas, si une créature vous fait vibrer, il peut vous paraître naturel de lui proposer de s'allonger dans la mousse et de quitter ces stupides bouts de tissus qui voilent son corps ! Donc, vigilance.

Mais attention, un bon guérisseur en diète est capable d'avoir des relations amoureuses sans briser la diète de son patient. Houlàlà ? Non, c'est très simple, il suffit de le savoir. Il n'y a pas de manipulation, il y a juste du désir. Vous pouvez accepter ou refuser gentiment un geste ou une proposition que vous trouvez déplacé.

Donc, les filles, soyez relax mais prévenues. Et les garçons, soyez vigilants à ce que vous racontent les « neurones » d'entre les gambettes.

Comment choisir l'endroit et le guérisseur ?

Allez voir dans les pays où ce n'est pas interdit, en Amérique du Sud. Pérou, Équateur, Brésil. Choisissez plutôt des guérisseurs indigènes ou métis, qui ont passé la trentaine. Si vous décidez de

choisir un Occidental, assurez-vous qu'il a été formé de manière traditionnelle, avec les diètes, qu'il a plus de 35 ans, ou au moins cinq ans de pratique. C'est le minimum de durée de formation et d'âge pour qu'un guérisseur ait équilibré ses propres forces. Souvent, on choisit par recommandation. Un ami vous parle d'un guérisseur : regardez bien comment votre ami est revenu. Est-il plus heureux, plus cool, bien installé dans sa vie ? La meilleure pub pour un guérisseur, ce n'est pas ce qu'il raconte, ce sont les patients guéris et équilibrés, ou les apprentis stables. Si votre copain vous raconte des trucs très bizarres, ne vous effrayez pas, mais observez-le. S'il entre dans un délire messianique du style : « Je suis un guerrier de lumière ! », attention, ce n'est pas l'effet de la *medicina*, c'est un vieux démon égotique déguisé en ange rédempteur qui en a profité pour se réveiller. Ou, autre style : « Viens, tout se passe là-bas, nous n'avons rien compris, les Indiens savent tout. » (Tiens, celle-là, elle est de moi, le troisième jour de mon premier retour.) Alors attendez, voyez s'il se radoucit, ce qui a été mon cas, puis reconsidérez-le. Si le type reste en boucle prophétique et messianique, c'est que le traitement a échoué sur lui. Il a raté une marche, il est prisonnier de l'entre-réalité. Ou il n'a pas respecté les consignes de son guérisseur en rentrant en France. Il en sortira s'il file recevoir un bon traitement en Amazonie ou s'il s'en remet à un bon thérapeute (magnétiseur, réflexologue, chamane travaillant au tambour, ou autre).

Méfiez-vous de ceux qui diabolisent les indigènes, qui vous disent qu'ils font de la magie noire. Diaboliser un guérisseur est en soi faire acte de magie noire. La parole est magique, non ? La sorcellerie, c'est l'utilisation des pouvoirs à des fins de manipulation. C'est, au lieu de soigner, rendre malade, prendre la force.

Ce qui est triste, au fond, c'est qu'il est facile de devenir sorcier et difficile de devenir guérisseur. Comme il est plus facile d'apprendre à frapper que d'apprendre à guérir des blessures.

Il est toujours délicat de recommander une personne ou un lieu que l'on ne connaît pas bien. Donc, je vous recommande d'aller à Espíritu de Anaconda, voir Kestenbetsa (Guillermo Arévalo), puisqu'il est mon *maestro* depuis dix ans, et Ricardo Amaringo. Mais, je vous recommande aussi les communautés

du Haut-Ucayali (Béthania, Juventus San Rafael) où il y a de bons guérisseurs.

Oui, mais ton chamane, c'est devenu une star, il fait payer. L'esprit de l'indigène est loin, non ?

Si vous voyez le médecin amazonien comme une sorte de moine ermite qui se dédie à l'humanité et offre ses soins, alors, oui, l'indigène guérisseur que vous allez rencontrer est loin. Les *curanderos* des communautés shipibo qui pratiquent la médecine traditionnelle ont en général une autre activité, comme la pêche par exemple. Ils font peu de cérémonies, disons une fois par semaine, et lorsqu'ils soignent quelqu'un, ils reçoivent une rétribution, que ce soit sous la forme d'un bon repas, une poule, des tissus ; pas de l'argent, mais du troc, puisque de l'argent, dans les communautés, ils n'en n'ont pas.

Maintenant, un guérisseur qui est issu du monde traditionnel mais qui s'est ouvert au monde occidental, et qui n'a pas d'autre travail que celui de guérisseur, va demander de l'argent en échange. C'est logique car c'est un médecin, traditionnel certes, mais médecin, et c'est comme cela qu'il faut le voir. Personnellement, je trouve normal de payer mon médecin, il va me recevoir, faire un diagnostic et me donner un traitement. Si c'est efficace, j'y retourne, sinon je vais voir un autre thérapeute.

Parlons un instant de Guillermo Arévalo. Effectivement, après *D'autres mondes* et *Blueberry*, beaucoup de gens sont venus le voir, ensuite c'est le bouche à oreille qui a fonctionné. Grâce à l'argent collecté, il a monté un centre qui est un endroit agréable. Quand je l'ai rencontré, les cérémonies se déroulaient dans une petite cabane à l'arrière de sa maison, les patients étaient en majorité des Shipibo ou des métis ; il gagnait un peu d'argent quand un Blanc passait le voir. Aujourd'hui encore, Guillermo offre des traitements à la population locale. Il est fréquent que les étrangers venus se faire soigner ou apprendre partagent une cérémonie avec un Indien. Sauf que maintenant, les rôles sont

inversés : l'Indien doit se sentir un peu dépaycé au milieu de tous ces Occidentaux.

Donc faites-vous votre propre opinion, en fonction de votre budget, bien sûr, mais ayez du discernement. Ne pensez pas tout de suite : « C'est beaucoup d'argent pour un Indien » mais « Combien cela représente-t-il pour moi par rapport à ma demande de soins ? »

Pour information : en 2011, le centre prend une nouvelle orientation et change de nom ; il devient Anaconda cósmica (www.anacondacosmica.com). Son activité n'est plus tournée vers le « développement personnel » ou la découverte, mais uniquement vers le traitement des affections.

Le centre cesse de se consacrer à la diffusion du savoir shipibo, ce qui signifie que Guillermo ne prend plus de nouveaux apprentis. Ces dernières années, enseigner lui a demandé beaucoup d'énergie. Maintenant, il veut ouvrir la première clinique de médecine indigène et lui dédier entièrement son travail dans les années à venir. Âgé de 63 ans, il parlait depuis plusieurs années de prendre sa retraite pour entrer dans la troisième partie de vie (la première, apprendre ; la deuxième, partager et travailler ; la troisième, s'engager dans son chemin spirituel personnel).

Anaconda cósmica accueille des pathologies lourdes (physiques, psychiques et spirituelles). Des soins annexes sont proposés pour renforcer le traitement, comme des bains de fleurs (pour nettoyer les énergies négatives), des bains de vapeur à partir de plantes maîtresses, des applications de plantes sur le corps et des nébulisations (pulvérisation dans les narines).

De son côté, Ricardo Amaringo, l'élève de Guillermo qui travaille depuis dix-sept ans avec lui, un très bon *curandero*, ouvre son propre centre de soins et d'apprentissage, Rônin Saini (Écho de l'anaconda).

Quelles sont les maladies et affections que peuvent soigner ces plantes ?

Prendre de la force physique et psychique. Réduire les mou-

vements d'humeur. Remettre le moral au beau fixe, donc soigner les dépressions. En général, les diètes de plantes maîtresses prescrites selon les pathologies sont très efficaces pour tout ce qui est gastrites, tensions corporelles, insomnies, problèmes hormonaux, hémorroïdes et tension artérielle. Traitement pré et post-chimiothérapie des cancers (attention, il ne s'agit pas de remplacer notre médecine, mais de faire un complément de traitement.) Sclérose en plaques (possibilité de stabiliser l'état – j'ai connaissance de trois exemples, un sans effet et deux stabilisations avec six années sans aggravation.) Les maladies auto-immunes.

Si vous avez des témoignages positifs ou négatifs concernant ces pathologies ou d'autres, merci de les transmettre à l'éditeur en vue d'une mise à jour du chapitre. Je ne suis pas médecin, ces exemples sont ceux qui m'ont été rapportés par des patients en diète, au cours des années.

Les personnes atteintes de maladies graves doivent ABSOLUMENT partir avec leurs médicaments pour traiter les crises (épileptiques, par exemple) et trouver sur place une clinique ou un hôpital comme base de repli en cas d'urgence.

J'ai le cœur fragile. L'ayahuasca est-elle déconseillée ?

Désolé, l'ayahuasca, ce n'est pas pour vous ! Cœur vraiment fragile, s'abstenir. Par exemple, s'il vous est interdit de courir un sprint de 200 mètres sous peine d'infarctus, mieux vaut oublier ; elle ne provoque pas réellement de tachycardie, mais vos émotions vives vont s'en charger. Vous pouvez aller consulter un *curandero* et faire des diètes sans prendre d'ayahuasca. Vous pourrez assister aux cérémonies et vivre la relation avec le monde des plantes dans le rêve. C'est en soi une vraie et puissante expérience.

Je prends un traitement, est-il compatible avec l'ayahuasca ?

Tous les traitements agissant sur l'humeur, le moral et le sommeil, bref la psyché, sont interdits. (TOUS LES MÉDICAMENTS PSYCHOTROPES.) Ils peuvent provoquer un choc rude avec l'aya-

huasca. Antidépresseurs, Prozac®, somnifères, aucune de ces camisoles chimiques ne sera du voyage. Il faut que le traitement soit arrêté au moins deux semaines avant de partir. Faites-le progressivement surtout et ABSOLUMENT avec l'assistance de votre médecin traitant.

Aspirine ou antibiotiques, à priori, sont sans problème. En fait, toute pathologie et tout médicament doivent être signalés au guérisseur. Si c'est un *curandero* qui vit dans une communauté traditionnelle, il ne saura peut-être pas vous répondre. Cherchez un bon traducteur qui vous aidera à décrire votre maladie et à expliquer précisément comment fonctionne votre traitement.

J'ai des pertes de sang, est-ce un problème ?

L'ayahuasca est un vasodilatateur. Si vous avez des pertes de sang, attention, elles peuvent augmenter. Si c'est important, partez avec un diagnostic précis à transmettre au guérisseur, afin qu'il trouve le traitement adéquat avec une diète, avant que vous puissiez prendre la liane. Pour les filles, avant une cérémonie, signalez au guérisseur si vous avez vos règles. Pour les autres plantes, voir avec le guérisseur.

Je suis asthmatique, est-ce possible pour moi ?

Les asthmatiques pourront utiliser la Ventoline® ou leur traitement habituel à tout moment. Ayez-en près de vous durant la cérémonie si des émotions fortes ont pour effet de déclencher vos crises. Il n'y a pas de contre-indication à l'utiliser pendant la cérémonie si nécessaire, mais sans jamais dépasser la dose prescrite.

Je suis diabétique, y a-t-il une contre-indication ?

Si c'est possible, signalez-le avant votre départ par mail au guérisseur que vous avez choisi. Expliquez-lui de quel type de diabète vous souffrez et voyez avec lui si vous pouvez venir en Amazonie et s'il peut quelque chose pour vous. Surtout, sur place, soyez très vigilant. Faites vos analyses plus souvent qu'à l'accoutumée,

disons deux fois plus souvent. Les traitements et l'alimentation peuvent faire chuter votre taux de sucre. Je connais le cas d'un diabétique qui a fait une crise après une injection d'insuline. Personne ne savait pourquoi il était en crise. Heureusement, un médecin était là, qui a établi un diagnostic rapide, et tout a bien fini. Surtout parlez avec le guérisseur et rendez-lui compte de l'évolution de votre maladie. Pensez toujours à faire appel à un traducteur en cas de difficultés linguistiques.

Je suis accro, ou gros consommateur, je peux y aller ?

Le tabac

Si vous comptez arrêter de fumer, ce n'est pas l'endroit. Moi, j'ai même repris là-bas. Si vous venez d'arrêter, bon courage. Le tabac est présent dans les cérémonies, c'est une plante de diète qui a une force thérapeutique. Bien sûr, il ne s'agit pas des cigarettes américaines mais d'un tabac brun, le *mapacho*. Essayez de prendre des cigarettes sans additifs.

Le cannabis

Si vous fumez du cannabis, essayez de diminuer votre consommation bien avant le départ et surtout ne fumez pas d'herbe là-bas. Vous risquez de gros problèmes avec la police, bien plus sérieux qu'en France, en étant un simple consommateur. Ensuite, la marijuana ne fait pas bon ménage avec l'ayahuasca. Il est temps d'arrêter. Et faites attention, au retour, allez-y doucement, vous pouvez avoir des surprises désagréables. Toute prise d'une substance psychoactive forte peut vous ramener au *modus operandi* de la liane. Bref, vous vous retrouvez avec les effets de l'ayahuasca.

L'alcool

Si vous êtes accro à l'alcool, la maladie peut se traiter avec la médecine traditionnelle amazonienne. Bien sûr, un sevrage préalable s'impose. Diminuez au maximum avant de partir, et là-bas rien. Rien de rien, sinon badaboum ! Vous pouvez régler le problème avec la liane et découvrir que ce n'est pas si difficile. Ici aussi, attention au retour. Vous pouvez retomber vite. Ne

croyez jamais que le traitement de la jungle est un miracle et un acquis définitif, nous y reviendrons.

L'héroïne

Sujet encore plus sérieux. Les diètes et l'ayahuasca peuvent vous désintoxiquer. Il y a un bon taux de réussite, mais cela prend plusieurs mois. Cela peut être l'objectif du voyage. D'après différents témoignages, il semble que ce soit dur à vivre pendant les cérémonies. Il y a aussi un terrible danger : la rechute au retour, car il y a alors toutes les chances de faire une overdose. Le traitement aura beaucoup sensibilisé votre corps. L'injection d'une dose provoquera un effet dix fois plus fort. La mort peut être au bout de la prochaine rencontre. ATTENTION !

Je peux prendre d'autres psychotropes là-bas ?

Non ! Rien d'autre que ce qui vous sera proposé, que ce soit issu de la chimie ou de l'alchimie des plantes. Rien ! AUCUN autre psychotrope ne doit interférer avec le processus.

De plus, je me répète, faites attention ! Au retour, vous serez plus sensible et l'absorption d'un agent modifiant votre conscience peut vous renvoyer dans les univers rencontrés durant les cérémonies. Soyez donc prudent et laissez passer du temps.

Il est aussi fortement déconseillé de passer rapidement d'une plante à l'autre. L'exemple le plus flagrant est le rapport entre l'iboga et l'ayahuasca. Si vous avez rencontré l'une de ces deux traditions, laissez passer six mois avant d'aller vers l'autre. La durée est moindre, mais doit exister, entre la prise de peyotl ou le cactus de San Pedro et l'ayahuasca : au moins quelques semaines en cas de diètes supérieures à quinze jours, pour ne pas brouiller les messages.

Comment me préparer au voyage ?

La préparation interne

Avant tout, faire le point sur ses objectifs et sur sa vie présente. Une sorte de récapitulation de sa situation. La santé, le travail, l'amour, le comportement. Essayez de poser les faiblesses et

les forces de votre propre existence, sans jugement, sans vous mentir. Par exemple, si vous vivez en couple et que vous partez seul, regardez bien cette situation. Où en êtes-vous dans le désir, les objectifs, les projets, que partagez-vous vraiment ? Il faut savoir que si votre couple ne va pas très bien, sans aller très mal non plus, et que vous vivez à deux car finalement vous n'avez pas envie d'être seul, le voyage va mettre à nu la réalité de votre relation, et au retour la séparation sera peut-être au rendez-vous. L'ayahuasca va vous montrer la réalité de vos accords et vous actualiserez votre situation. Donc, bilan avant de partir. En général, dans un couple, une distance sur le spirituel et sur le désir peut créer une rupture.

Se préparer, c'est aussi se mettre en forme, travailler le corps et l'esprit.

La préparation matérielle

Achetez le *Guide du routard* ou *Lonely Planet*, ils contiennent toutes les infos. Ce guide-ci est plutôt pour compléter ce qui pourrait manquer. En bref.

La saison

La meilleure saison est celle qui correspond à l'été dans notre hémisphère : moins de pluies, moins de moustiques, moins d'humidité. Disons de juin à septembre. Enfin, si vous le pouvez, c'est plus agréable.

Les habits

Du léger et qui sèche vite ; des vêtements avec des manches et des jambes longues (moustiques) ; des sandales, des tongs et des chaussures montantes. Chapeau, lunettes de soleil, etc.

Le matériel

Une lampe de poche de deux types : une petite qui éclaire peu, afin de ne pas éblouir dans la *maloca*, par exemple les petites à manivelle. Prenez-en plusieurs, vous en égarerez une à un moment ou bien vous serez heureux de laisser l'autre à une personne sur place que ça aidera beaucoup. Et une lampe plus puissante, pour vous déplacer hors de la *maloca*, ou si vous perdez votre passeport de nuit dans la forêt. Une petite frontale

puissante, c'est l'idéal. Prenez aussi un ou deux bons briquets, car la production locale a tendance à tomber assez vite en panne. Ne chargez pas trop votre bagage, de manière à avoir de la place pour rapporter des *kénés* (tissus).

Les médicaments

Il n'existe pas de cas de paludisme répertorié dans les régions indiquées (Pucallpa, Iquitos, Haut-Ucayali), donc inutile de prendre ces petites pilules qui donnent la nausée. À vous de voir, cependant. Je suis passé dans différents dispensaires en juillet 2009 et aucun cas de malaria n'était signalé, sauf ceux de travailleurs dans certaines zones profondes des forêts. Je ne vous garantis rien, renseignez-vous, mais auprès des organismes sur place. En France, tout le monde vous couvrira de médicaments comme si vous partiez en zone infestée. Allez sur des blogs locaux. Faites votre choix. Je peux simplement vous dire que je n'ai rien attrapé en dix ans.

Amenez une petite trousse de secours, un Aspivenin[®], des crèmes apaisantes pour les moustiques, des antimoustiques aussi. Sinon l'arme secrète, c'est le saro (*Cinnamosma fragrans*, à commander sur Internet en allant sur le site de l'ONG, L'homme et l'environnement), une huile essentielle de Madagascar au fort pouvoir antibactérien. Mal à la gorge : une goutte sur la langue ; problème gastrique, idem, etc. Les piqures de moustiques ou les griffures issues de vos pérégrinations dans la jungle ne sèchent pas ? Appliquez le saro et c'est fini. Sinon, dilué dans l'eau, il soigne l'intérieur. Bref, dedans, dehors, ça marche. Autre médicament utile, le L9[®] de Lehning[®], en cas d'infection urinaire.

J'emporte une trousse fournie d'homéopathie, mais c'est aussi comme ça que je me soigne en France. Construisez votre trousse, sans paranoïa, vous vous connaissez, inutile d'anticiper le pire. Il y a une clinique américaine à Iquitos.

Hygiène

Vous devez boire ! (On a peu soif en Amazonie car le taux d'humidité est élevé.) Mais faites très attention à l'eau et aux fruits. J'ai vu un cas de fièvre hémorragique, et surtout des giga-touristas, qui sont toujours dues à un manque de vigilance. Buvez

des liquides en bouteille, de l'eau uniquement si vous êtes en diète, autrement, des sodas. Attention aux jus de fruits pressés, aux glaces, et tout ce qui contient de l'eau non bouillie. Ce sera ma seule recommandation.

Avis à ceux qui vont à Espíritu : l'eau est filtrée, donc vous pouvez boire et manger ce que l'on vous offre sans inquiétude.

Billet d'avion

Le mieux est d'acheter son billet sur Internet (Last minute ou équivalent) jusqu'à Iquitos. Il est plus sûr d'enregistrer sa valise jusqu'à Lima seulement, puis de la sortir de l'avion et de l'enregistrer de nouveau sur le vol intérieur.

Une fois à Lima

Prenez un taxi officiel et faites attention au prix. Il vaut mieux aller chercher un taxi dans le hall des arrivées domestiques. Les tarifs par quartier sont affichés.

Si vous passez quelques jours à Lima, ne ratez pas le Museo Oro del Péru et allez directement au sous-sol. Sinon, pour dîner, j'aime bien *Chez Toto*, dans le quartier de Barranco, le plus sympa. Ce n'est pas cher, local, et même si le quartier a beaucoup changé en dix ans, il a encore du charme, contrairement à Miraflores.

Vous pouvez réserver votre hôtel, maison d'hôte ou auberge de jeunesse par mail. Les Péruviens sont sympas et accueillants. Vous risquez peu d'embrouilles à Lima, moins qu'à Paris, en tout cas.

Il fait rarement beau et plutôt frais.

Essayez de ne pas arriver de nuit à Pucallpa ou à Iquitos. C'est toujours plus agréable de découvrir ces endroits de jour.

L'arrivée à Pucallpa

À Pucallpa, faites attention : la ville, important port fluvial, est devenue dangereuse. Vous rencontrerez très peu de touristes. Soyez prudent. En général, vous n'y faites que passer pour remonter le fleuve afin d'aller dans les communautés indigènes.

L'arrivée à Iquitos

Plus cool. Les différents centres de *medicina* sont dans la jungle environnante. La ville est moins dangereuse que Paris, mais faites

attention au marché de Belém : il y a des zones où il ne faut pas se rendre appareil photo en main.

Vous trouverez toutes les infos sur ces villes dans les guides.

Le départ

Pour le retour en Occident, n'oubliez pas de garder de l'argent pour les taxes de chaque aéroport (au minimum 40 dollars, par sécurité).

Le retour chez vous

Surveillez vos pulsions au retour. Les mauvaises habitudes peuvent revenir vite. Et dans tous les domaines. Pour conserver les effets de la médecine amazonienne, il est bon de garder une certaine hygiène de vie. Alimentation et psychisme. C'est le travail d'intégration.

Restez discret sur votre voyage, n'en parlez pas trop. Peu de gens peuvent comprendre et cela risque de vous isoler. Il n'y a rien à cacher, mais il ne faut pas non plus devenir un apôtre des plantes. Contentez-vous de répondre si l'on vous pose des questions, et vous guetterez chez l'interlocuteur la limite de ce qu'il peut entendre. Si elle est atteinte (les yeux en disent beaucoup), changez de sujet. Il est important de garder de bonnes relations avec sa famille et ses amis.

Pour ceux qui ont eu une expérience indéniable et profonde, ne vous précipitez en rien, prenez le temps de voir ce qui se passe, ce qui remonte. L'intégration prend des mois. Il est important d'avoir sa place dans *notre* jungle, c'est de cela qu'il faut s'occuper.

Si les nuits mouvementées de la *maloca* vous manquent, vous pourrez toujours y retourner dans six mois ou plus. Concentrez-vous sur cet équilibre difficile à trouver et pourtant essentiel, un pied dans chaque monde.

La liane, ou l'art de l'équilibre dans tous les domaines : affectif, familial, professionnel, social et spirituel. En d'autres termes, la médecine amazonienne est efficace si elle vous apaise et vous aide à trouver votre place dans notre société.

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Rappelez-vous aussi qu'à votre retour tout est à faire au quotidien. Les plantes vous montrent vos déséquilibres et c'est à vous maintenant de faire le travail. Le but n'est pas de se mettre des plumes sur la tête, mais de relancer le mouvement de celles que l'on porte dans son cœur depuis toujours.

Jan Kounen,
juin 2010

PS : Si vous avez des suggestions, vous pouvez écrire à l'éditeur qui transmettra.

*Celui qui veut apprendre trop vite,
celui qui travaille trop vite,
raccourcit sa vie.
Quand le calme est là,
quand la patience est là,
et une certaine lenteur aussi dans la chose,
la vie devient plus longue.*

Kestenbetsa

ANNEXES

GLOSSAIRE

LES SHIPIBO

Les Shipibo sont environ 60 000, organisés en plus de 200 communautés, le long du fleuve Ucayali. On trouve aussi des communautés plus réduites à Iquitos et à Madre de Dios. C'est dans les communautés de la partie haute du fleuve, au-dessus de la lagune de Pucallpa, que la présence de guérisseurs traditionnels est la plus importante.

Les communautés sont de taille variable, de 50 personnes pour les plus petites jusqu'à plus de 2 000 habitants, pour les plus grandes, celles de Kako et de Paoyan (Bas-Ucayali). Les Shipibo vivent traditionnellement de la pêche, de l'agriculture et, aujourd'hui, de leur artisanat, consacré en grande partie aux représentations des mondes visionnaires des plantes médicinales et enseignantes.

Les Shipibo ne sont pas animistes. Si les esprits de la nature sont ceux avec lesquels ils tissent leurs relations, ceux-ci ont au-dessus d'eux Ibo Riosqui : Dieu, le créateur, le doyen de l'Univers.

Les Shipibo ont leurs relations spécifiques avec les esprits de la forêt et des plantes, mais l'usage de l'ayahuasca est issu de leur rencontre avec les Incas. Cette particularité prend sa source dans les mythes où l'Inca est souvent cité.

PLANTES ET DIÈTES

Chaque plante a son monde et son énergie. Certaines plantes ont un monde d'esprits, ce sont les plantes maîtresses avec lesquelles travaille le guérisseur.

Les plantes médicinales soignent les affections psychologiques et organiques. Les plantes maîtresses soignent, en plus, les affections spirituelles et sont utilisées lors des apprentissages. Les plantes ont différents mondes. Pour schématiser, le monde de la lumière et le monde de l'ombre. La médecine se trouve dans le monde de la lumière. Les différentes plantes ont des rapports variables et des équilibres différents entre ces deux mondes. Certaines, par exemple, ont un monde obscur important et un monde médicinal réduit, mais très puissant.

Traditionnellement, ce sont les femmes shipibo qui ont la connaissance, transmise de mère en fille, des plantes médicinales. Elles sont des guérisseuses actives, cependant les *curanderos* sont en majorité des hommes. En effet, rares sont les femmes qui peuvent faire les longues diètes d'apprentissage, la plupart ayant à s'occuper de leurs enfants. Elles entrent souvent pleinement dans le monde médicinal sur le tard.

Aire sacha Kósmika

Plante maîtresse. Elle favorise les connexions avec la nature et ses éléments, la Terre et l'Univers. Elle permet de faire la différence entre le monde obscur de la fausse lumière et la vraie lumière. Principalement une plante d'enseignement.

Ajo sacha

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale : elle nettoie les addictions, nettoie le sang. Utilisée aussi dans le traitement des affections psychologiques.

Plante maîtresse : pour ouvrir et purifier le mental et le physique ; elle favorise le travail d'évolution personnelle.

Ayahuama

Plante maîtresse. Une plante, qui ressemble à un crâne, utilisée principalement dans l'enseignement pour acquérir les protections

en vue de pratiquer la guérison. Contient les deux énergies, positive et négative, de manière égale.

Plante toxique. Le dosage doit être très précis et scrupuleusement respecté : l'ayahuama peut être très dangereuse.

Ayahuasca

Plante maîtresse et médicinale.

Elle est la plante fondamentale dans la médecine traditionnelle, la porte vers toutes les autres plantes. Elle est rarement utilisée en diète pour la guérison.

Utilisation médicinale : elle ouvre la vision lors des diètes thérapeutiques.

Plante maîtresse : elle est l'outil principal des guérisseurs, la force venant des diètes des autres plantes. La star locale, sans le bon vouloir de laquelle rien n'est possible. On se met à la diéter naturellement lors de l'enseignement. Féminine, la *madre* a son propre monde médicinal. Plante généreuse, avec qui néanmoins il ne faut pas faire le fanfaron sous peine de recevoir une bonne fessée maternelle. (Je parle en connaissance de cause et j'en profite pour la remercier de me remettre dans le droit chemin en me claquant un peu, quand il le faut.)

Boawasca

Plante médicinale. Elle est utilisée dans les problèmes corporels graves, pour le nettoyage des organes et le rééquilibrage organique. Le boawasca n'est pas une plante d'enseignement.

Bobinsana

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale : elle vit au bord des rivières et est utilisée pour soigner les rhumatismes et l'arthrite.

Plante maîtresse : elle enseigne les techniques de guérison et l'art du guerrier, de manière plus générale.

Camalonga

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale : traite le système nerveux. Enlève la noirceur et l'obscurité intérieure.

Contient les deux énergies, positive et négative, de manière égale.

Plante maîtresse: dans l'apprentissage, elle est utile pour l'ouverture des visions en vue d'un traitement médical. Ne se prend jamais seule en diète. C'est une plante très fragile, très sensible. Lorsqu'elle est prise seule, son énergie disparaît facilement. Tandis que si elle est associée lors d'une diète à une autre plante, les deux se mélangent, et ainsi la camalonga est moins volatile.

Chai

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale: pour l'extraction des tumeurs et abcès, et la réduction des fractures.

Plante maîtresse: utile pour entrer en contact avec le monde de l'eau, de l'air et de la terre.

Coca

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale: infection de tout type, clarification du mental, manque d'énergie physique et psychique.

Plante maîtresse: elle ouvre une connexion au monde astral et au monde des esprits. Elle clarifie la pensée conceptuelle et est utilisée lors des opérations chirurgicales par les esprits.

Marosa

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale: utile pour favoriser la fertilité féminine, elle ouvre le mental et le cœur, et soigne les peines de cœur. On peut en faire des bains de feuilles pour éveiller l'amour.

Plante maîtresse: rattachée au monde de l'eau, au serpent yacuruna, elle ouvre le monde de l'amour comme une mère et ouvre le mental, la conscience et le cœur. Elle développe la part féminine dans le chant.

Ojé

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale: utile pour le traitement des addictions, souvent associée au tabac et à l'azusena, plante vomitive, pour la désintoxication.

Plante maîtresse : elle enseigne comment guérir les addictions.

Piñon blanco

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale : elle a beaucoup de propriétés médicinales et est utilisée pour de nombreuses affections, aussi bien physiques que psychiques. Efficace pour traiter les problèmes de fertilité chez la femme.

Plante maîtresse : elle provoque une ouverture vers le monde de la lumière. C'est une plante qui contient très peu d'obscurité. Certains guérisseurs disent même qu'elle n'a pas de monde obscur ; elle est donc utilisée pour ouvrir l'amour et la paix chez celui qui en a besoin.

Piñon colorado

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale : elle traite aussi bien les infections externes qu'internes.

Plante maîtresse : elle possède les deux mondes dans un équilibre fragile entre celui de la lumière et celui de l'ombre. Le diéteur devra choisir et être très vigilant. Cette plante est donc plus difficile à utiliser pour l'enseignement que le piñon blanco.

Tabac

Plante maîtresse et médicinale.

Utilisation médicinale : elle permet le nettoyage en profondeur des addictions diverses et est utilisée pour la protection.

Plante maîtresse : dans l'apprentissage, c'est un esprit fort.

Toe (Datura)

Plante maîtresse et médicinale. Plante psychoactive.

Utilisation médicinale : elle provoque une réparation rapide des os en cas de fracture et soigne la douleur et les abcès.

Plante maîtresse : très puissante, elle est considérée par les Indiens comme la racine de toutes les plantes. Elle peut révéler les secrets de la nature. Entre en conflit avec l'ego. Plante très difficile, qui a un monde obscur important, et peut se retourner contre le diéteur sans que ce dernier s'en aperçoive. Exigeante,

elle est la plante la plus difficile à diéter. En cas de non-respect de la diète, il peut se produire un accident psychologique.

ATTENTION : cette plante peut détériorer la vision et être mortelle si la dose absorbée est trop importante. N'entrez dans une diète de toé que si un guérisseur *en qui vous avez toute confiance* vous la recommande pour votre guérison ou votre apprentissage.

Azusena

Ce n'est pas une plante de diète. Uniquement vomitive, elle est utilisée pour nettoyer le corps au début d'une diète (associée à l'ojé). Sa prise n'est jamais une partie de plaisir, elle se fait en plein jour et vous laisse nauséeux pendant quelques heures.

Nota bene

Si vous poursuivez votre diète hors d'Amazonie, ne vous baignez pas dans l'eau de mer. Celle-ci est trop salée. Néanmoins, prenez conseil auprès de votre guérisseur, car certaines plantes tolèrent une immersion du corps, mais pas de la tête.

Merci au Dr Aziz Kharzai pour cette information, qu'en général on oublie de vous communiquer puisque, en Amazonie, il n'y a que de l'eau douce.

PETIT LEXIQUE SHIPIBO

Voici quelques mots ou expressions du vocabulaire shipibo qui vous aideront pour témoigner à vos hôtes l'intérêt que vous portez à leur langue et à leur culture.

Si vous allez dans les communautés, vous rencontrerez sans doute des Shipibo qui parlent peu l'espagnol.

Parfois, le nom d'un organe suffit à expliquer au *curandero* où se situe la difficulté.

Plutôt que l'ordre alphabétique, j'ai adopté un regroupement par thème : conversation quotidienne, sensations et sentiments, animaux, parties du corps.

« Aidez-moi ! (*Ea akinwe*), par lequel commence ce lexique, est évidemment un clin d'œil aux anecdotes des Carnets.

Notez que le « j » se prononce « k ». Un mot qui revient souvent, *ajon*, se prononce *akon*.

(Ne vous inquiétez pas, quand vous ferez l'effort de prononcer des mots en shipibo, tout le monde sera là pour vous guider.)

Ce petit lexique est établi avec la collaboration de Panshin Copé (James Arévalo) et Sani (Ricardo Amaringo).

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Aidez-moi : <i>Ea akinwe</i>	<i>Jiwi raobo</i>
Bonjour (le matin) : <i>Akonjamakiri</i>	Les insectes : <i>Nabonbo</i>
Hola : <i>Jawekeskarinmia</i>	L'araignée : <i>Shinakosho</i>
Bonjour (l'après-midi) :	Les moustiques : <i>Naka</i>
<i>Akonjantan</i>	Les guêpes : <i>Vinabo</i>
Bonsoir : <i>Akonjame</i>	Les animaux : <i>Yuinabo</i>
Merci : <i>Irake</i>	Le singe : <i>Shino</i>
Merci beaucoup : <i>Ichabires irake</i>	Le jaguar : <i>Ino</i>
Merci beaucoup de nous recevoir :	Le chien : <i>Uchiti</i>
<i>Ichabires irake noamaton biakopi</i>	Le chat : <i>Misbo</i>
C'est beau : <i>Metsa</i>	Le fourmilier : <i>Shawe</i>
C'est bon : <i>Jakon metsa</i>	Le crocodile : <i>Cape</i>
C'est lumineux : <i>Kikin pene</i>	Le serpent : <i>Rono</i>
C'est sombre : <i>Kikin yame</i>	Le boa : <i>Ronon ewa</i>
C'est coloré : <i>Joshintani</i>	L'anaconda : <i>Ronin</i>
Il fait chaud : <i>Kikin shana</i>	Les oiseaux : <i>Isabo</i>
Le soleil tape fort : <i>Bari shana</i>	Le perroquet : <i>Bawa</i>
Il fait bon : <i>Nete akon</i>	Le colibri : <i>Pino</i>
Je me sens bien : <i>Earajakon iki</i>	La femme : <i>Ainbo</i>
Je me sens mal : <i>Eara jakon ma iki</i>	L'homme : <i>Joni</i>
C'est piquant : <i>Kikin moka</i>	Femme intelligente :
C'est doux : <i>Kikin bata</i>	<i>Shinanya ainbo</i>
C'est fort : <i>Kikin kushi</i>	Homme intelligent : <i>Shinanya joni</i>
C'est amer : <i>Kikin moka</i>	Le corps : <i>Yora</i>
C'est très fort : <i>Kikin bires kushi</i>	Les yeux : <i>Bero</i>
Le haut : <i>Buchiki</i>	Les oreilles : <i>Pabiki</i>
Le bas : <i>Naman</i>	La bouche : <i>Kesha</i>
Mou : <i>Wacho</i>	Les dents : <i>Ketan</i>
Dur : <i>Churish</i>	La peau : <i>Bishi</i>
Rigide : <i>Chankata</i>	La langue : <i>Jana</i>
Froid : <i>Matsi</i>	La tête : <i>Mapo</i>
Chaud : <i>Shana</i>	Les mains : <i>Meken</i>
La pluie : <i>Ui</i>	Les pieds : <i>Tae</i>
Le soleil : <i>Bari</i>	Les bras : <i>Poyan</i>
Le fleuve : <i>Ian</i>	Les jambes : <i>Witash</i>
La forêt : <i>Ni</i>	Les doigts : <i>Metoti</i>
Les arbres : <i>Jiwibo</i>	Les fesses : <i>Chisho</i>
Les plantes : <i>Roabo</i>	Le sexe : <i>Poi</i>
Les plantes comestibles : <i>Yubinbo</i>	Le cœur : <i>Kinan</i>
Les plantes médicinales :	Les veines : <i>Pono</i>

PETIT LEXIQUE SHIPIBO

Le squelette: <i>Joni shao</i>	La peur: <i>Jake</i>
Le crâne: <i>Mapo shao</i>	Les démons: <i>Yudhinbo</i>
Les os: <i>Shao</i>	La mort: <i>Mawati</i>
Les muscles: <i>Yora kushi</i>	La vie: <i>Jati nete</i>
Les poumons: <i>Bonsban</i>	Les esprits de la forêt:
Le ventre: <i>Puro</i>	<i>Jibue unibo</i> ou <i>yoshin</i>
L'estomac: <i>Poro</i>	Les esprits: <i>Unibon</i>
Les intestins: <i>Bosbi</i>	La foi: <i>Jakon kuchi shinan</i>
Le sang: <i>Jimi</i>	L'amour: <i>Noi</i>
L'urine: <i>Jison</i>	L'humour: <i>Husanya</i>
Le caca: <i>Jointi</i>	Heureux: <i>Jakon shinan canora</i>
Le vomi: <i>Pokobo</i>	Joyeux: <i>Osan</i>
Triste: <i>Unis</i>	La joie: <i>Raro</i>
La maladie: <i>Isinkanai</i>	La bonne santé: <i>Jakon</i>
La douleur: <i>Isin</i>	

Note: en shipibo, le mot « magique » n'existe pas.

QUATRE ÍCAROS DE KESTENBETSA

ÍCARO N°1 : SENTIMENT SPIRITUEL

Kepenyobanon rama kepenyobanon
Je vais ouvrir, maintenant je vais l'ouvrir
shinan kepenyobanon (bis)
j'ouvrirai la conscience
kepenyontana (bis)
en ouvrant
shinan akon makeya makemakebainki
avec de bonnes pensées, je suis le chemin mélodieux
nete jakon kanoman (bis)
avec la belle lumière de l'Univers
kanon shamameara (bis)
du fin fond de la connaissance
soi chono beai
je ramène une belle jeune fille
chono beai, soi chono beai
je ramène une belle femme, je ramène une belle jeune femme.
kanomabeiranshon
en la ramenant

nete metsaayona
j'embellirai la lumière
metsaayonbanori (bis)
je la rendrai belle
jakon parata
elle sera bien équilibrée.
kanon jakon parata
les énergies sont bien équilibrées
paratatoninbi chono joyomatana je je je
avec l'énergie, je place les belles femmes
chono joyomatana, mestamayontana
en plaçant les belles femmes, je les rends belles
akin shamanra, jakon akin shamanra
je le fais délicatement, je m'applique à le faire
nete metsaayona, metsaayonbanori
j'embellirai l'Univers de la lumière, je l'embellirai tellement
kanon abanon, rama kanon abanon
je vais ouvrir les visions, maintenant je vais ouvrir les visions
nete nachiakiri (bis)
depuis le fond de l'Univers
nokon joi ronona, ronronaitoninra
mes mots résonnent, comme ils résonnent
nete soi ayona, paro soi ayona
j'embellis l'Univers, j'illumine le fleuve
soiya toninra, soiyatoninra je
avec l'écho de ma voix
noma akakaira je
la multitude de belles femmes
senen parabetana je
vient se placer de façon ordonnée
jawen tae rebonbi je
avec leurs jolis pieds

QUATRE ÍCAROS DE KESTENBETSA

mai kano abea je (bis)

elles viennent donner du pouvoir à la terre

kanon abeiranshon je (ter)

au moment de lui donner de l'énergie

nete senemayona je

l'Univers s'harmonise

joi senemayona je

je lui fais don de mes chants

rama kayara je (bis).

je le fais maintenant.

ÍCARO N°2: LA FORCE DU SENTIMENT

Rama kanon abanon (ter)

Maintenant, je vais ouvrir les visions,

nete tori joyoni, torin ewa joyoni

celles des tours de la lumière, les grandes tours,

shinan tori joyoni

la grande tour de la conscience.

weninabainshonra, nichinabainai

je l'élève, je l'élève avec équilibre

nichiankebainshonra (ter)

en la laissant passer

shinan tori weninai

j'élève la grande force de la conscience

joï tori weninai,

j'élève la grande force de la parole,

nete tori weninai

j'élève la grande force de l'Univers

jakon akin weninshon

en l'élevant avec délicatesse

weninabainshonra (bis)

en l'élevant

jakon akin shamanra (ter)

du mieux possible

shinanbora ponteai

je redresse les pensées

jakon akin ponteai (bis)

je les redresse du mieux possible

bensho akin ponteai (bis)

je les redresse en les soignant

ponteinabainshonra (4)

en les redressant

nete kanon seneman

dans l'énergie de l'Univers

QUATRE ÍCAROS DE KESTENBETSA

joyonibo shawebo (ter)
se trouvent les hommes de l'Univers
joi biananakin (bis)
qui échangent en conversant
tepi boki joyoni
de la connaissance qui est là
eonshaman joyoni
la connaissance mise au-dessus de moi
ronin kanonbaini
l'énergie de l'anaconda
bainikan seneman
suit le chemin
joi kanonmaboai (4)
des chants d'énergie
kanonmayontanara (4)
en donnant le pouvoir des chants
enki kanon abanon
maintenant j'ouvre les visions
rama kanon abanon (ter)
maintenant, j'ouvre les visions
jakon akin shamanra, shinanbibobibokin
avec merveille, j'obtiens la pensée
joi bibobibokin
j'enregistre les mots
nete metsaaboai (bis)
j'harmonise la lumière
metsaabotanai (bis)
ils deviennent de plus en plus beaux
tanaibotankinra
dans toute cette beauté, ils vont lentement
rama caya cayara (bis)
maintenant, maintenant,

metsa isa keota
le bel oiseau chante
noi isa keota
l'oiseau de l'amour chante
raro isa keota, jakoninra keota
l'oiseau de la félicité chante, il chante mélodieusement
nete shaman keota
jusqu'à l'infini de l'Univers
keotiki joyota, joyotatonbikaya
dans toute cette beauté, chantent
shaweboya chonobo biananamaboai (bis)
les hommes et les femmes tout en s'aimant les uns les autres
biananamaboai
dans l'amour
senen kanon kakinra (bis)
ils cheminent unis
kanon kanon kakinra, shawanboya chonobo
unis énergétiquement, les hommes et les femmes cheminent
senen raromaboai (bis)
ils se réjouissent tous de manière égale
raroraromabokin (ter)
je les emmène avec amour
jakon akin shamanra (ter)
du mieux possible
nokon joi kanonra
avec ma parole puissante
senen paramayona (5)
tout s'harmonise
jakoniki kanoa
l'union se positionne
kanon iki senena
je positionne l'union énergétique

QUATRE ÍCAROS DE KESTENBETSA

senenato bikaya
où cela se termine
kori joa ronota (bis)
il la touche avec sa fleur d'or
seneniki ronota
d'où resplendit l'énergie
senen parabaina (bis).
où ils sont unis de manière égale.

ÍCARO N°3 : AMOUR SPIRITUEL

Rama kayakayara (bis)
Maintenant, je le fais maintenant
nokon joi kanoa, kanoatoninra
l'union, avec mes mots, avec leur écho,
metsatibi metsani
plus beau, si beau
nete shaman joyoni
aux environs de l'infini de l'Univers
joyoni nomabo (bis)
là-bas, se trouvent les belles femmes
shinan biananama (bis)
unies par une seule pensée
manaira beai
elles viennent observer
biananamaira
en s'unissant
senen parabetankin, senen parabetankin
elles s'approchent, elles s'approchent,
ensemble et équilibrées
nete joe kanpana, metsa ronromayona
avec sa nature douce de lumière,
je le ferai résonner mélodieusement
nokon chishka joninra (bis)
avec tout mon être
jawen noma betanbi, senen parakiranshon
il vient près de sa colombe (sa femme)
jawen meken rebonbi (bis)
à la pointe de sa main
joshō shoto reninshon
en posant la colombe blanche
nete raromayona (bis)
en égayant la vie

QUATRE ÍCAROS DE KESTENBETSA

raromayontana
en l'égayant
metsapishamanra, metsatishamanra
il s'embellit, il s'embellit
nete nachiankiri
du fond de l'Univers
metsabetanai (bis)
ils viennent en s'embellissant
nete sheka kanora
l'arôme de l'Univers
jawen inin kanoa (bis)
qu'il enveloppe de son parfum
kanoatoninra
de la présence de l'énergie
oka reshin kaini
ils se multiplient, les petits oiseaux
kaini okabo
les petits oiseaux qui se multiplièrent
metsa shebirinana
avec leurs belles lèvres
shebirinabetani
leurs lèvres brillantes
joi biananana
liant leurs voix
biananantana, nete raroaira
unifiant leurs voix, rendant joyeux le monde
metsatira parata
avec une belle présence
parayonbaina
dans l'union
nete senenatonra, nete senenatonra
jusqu'à l'Univers infini, jusqu'à l'Univers infini

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

kanon paramatana
unissant les arcanes

joi rebomayona
mes paroles finales

ja resibikaya
celles-là

shaweboya chonobo
les hommes et les femmes

ja kanon makenon
je leur redis,

makenon ishonra
pour qu'ils puissent le répéter,

shawe nishon akama
bien qu'ils ne soient pas des hommes importants

enra kanon mayonke, je je je.
j'ai uni l'énergie. Je l'ai unie.

QUATRE ÍCAROS DE KESTENBETSA

ÍCARO N°4: CHANT D'ALLÉGRESSE

Jemameash je
Du village
nokon jemameara je
de chez moi,
senen kanonkiranshon je (ter)
venant avec mon énergie
min joi bitana je (bis)
recevant ta parole
ramaronki makeai je
maintenant, je chante
makemakebainkin je (bis)
je chante tout en suivant le chemin
san shobo nachia je (bis)
depuis la maison mélodieuse
nachiankonია je
depuis ses profondeurs
enki iaketana je (bis)
j'étais là-bas
ronin poromeabi je (bis)
des entrailles de l'anaconda
jawen inin bitana je
obtenant son parfum
enki mia akinon je (bis)
je t'aiderai
nokon inin biweri je (bis)
reçois mon parfum
iki ira ikai je (ter)
c'est ce qu'ils sont en train de dire
rabirabikinpari je (bis)
étant entre eux deux
nokon noma betanbi je (bis)
près de mon épouse

paro nachiakiri je
vers le parcours du fleuve
nokon ronin kawati je
mon pont est l'anaconda
namayontana je
qui bouge doucement
eara kai kai je (bis)
je m'en vais,
kanonkiranshon je
avec mes arcanes
senen kanonkiranshon je
avec mes arcanes équilibrés,
kai karibanoshon je
je m'y rends
enra mia akinai je (bis)
je t'aiderai
inin joa kanonra je (bis)
avec le pouvoir de la fleur parfumée
enra toemayonke je (ter)
je l'ai fait fleurir
akin aribatana je (bis)
pour que tu le dises ainsi
nokon joa maiti je
ma couronne de fleurs
mai yontana je (bis)
la posant sur ta tête
en kayakayara je
moi-même
min meken rebonbi je
jusqu'à la pointe de tes doigts
enra kanonmayonke je (bis)
je le fais à l'instant

QUATRE ÍCAROS DE KESTENBETSA

nokon ani kanon je
avec mon grand pouvoir (le pouvoir de l'ayahuasca)
nokon kori kanonra je (bis)
avec mes arcanes d'or
rebomayontana je (bis)
je le ferai
kanon abanon je
avec mon arcane, je le fais
enki kanon abanon je
je te transmets mon arcane
metsa birimayona je (bis)
ce qui est beau et je le ferai briller
biribirimatana je (bis)
en le faisant briller
nokon tae rebonbi je (bis)
avec la pointe de mes orteils
eara kaikaribai je
je m'en retourne
mai ronin ayona je (ter)
j'ai fait une belle terre
kairibi kai je (bis)
il s'en va, il s'en va
nokon niwe bitana je (bis)
en réunissant mes arcanes
ea kabatanon je (bis).
je m'en vais.

Ces *ícaros* ont été traduits du shipibo à l'espagnol par Laida Mori et Guillermo Arévalo, puis de l'espagnol au français par Rama Leclerc et Jan Kounen.

BONUS, TRACKS 1 & 2

À NE PAS LIRE TOUT DE SUITE, MAIS À NE PAS OUBLIER DE LIRE

TRACK 1 : MA PREMIÈRE CÉRÉMONIE¹ AVEC GUILLERMO
IQUITOS, AOÛT 1999

Quand j'ai rencontré Guillermo, j'ai tout d'abord cru qu'il ne travaillait pas avec l'ayahuasca, mais avec d'autres plantes de la même famille, plus fortes. J'hésitai : j'étais venu pour l'ayahuasca. Le lendemain, après réflexion, je retourne le voir pour lui demander de prendre part à une première session. Guillermo me demande pourquoi. Je lui réponds que je veux « voir », découvrir. Il me propose de revenir le soir même et m'interroge sur mon métier ; je lui annonce que je suis étudiant.

Le soir venu, je le retrouve donc, avec d'autres chamanes, mon ami d'enfance, Frederic Sanchez del Rio, musicien, traducteur et aventurier mystique, ainsi que quelques patients indiens venus se faire soigner. Moi, je n'avais pas besoin de soins, j'étais juste curieux. Cela se déroule chez Guillermo, derrière sa maison, dans la jungle, dans une petite cabane qu'on appelle la *maloca*.

1. Initialement publié dans *Visions : regards sur le chamanisme*, Éditions Télémaque, 2005 (épuisé).

On ne connaît pas les gens qui sont autour de soi. On ne connaît pas non plus la nature des plantes, et quand on ne connaît pas quelque chose, on éprouve une certaine appréhension. Je m'assois au milieu d'autres personnes. Aucun cérémonial particulier. Guillermo ne porte pas d'habits de circonstance et n'a pas d'accessoires particuliers ; juste du tabac pur à fumer, le *mapacho*, et une eau de Cologne bon marché, l'Aqua Florida. Le sol est en terre, la lumière tombe d'un néon au plafond. Chacun boit à son tour. Au moment où Guillermo me tend le verre, juste avant de le remplir, il s'interrompt, me regarde et me pose à nouveau la question, en se plongeant dans mon regard :

« Pourquoi fais-tu ça ? » Surpris, car tous les autres avaient bu sans qu'il les interroge, j'hésite, puis réponds, déterminé : « Je veux savoir. »

Guillermo remplit alors un grand verre d'un liquide brun. J'avale donc ce mélange très amer, et la lumière s'éteint.

Je n'ai pas immédiatement de nausée. Il se passe un certain temps, pendant lequel apparaissent de nombreuses formes très sombres. J'ai la sensation d'être collé aux parois d'un aquarium : je distingue des sortes d'araignées agglutinées devant mes yeux. Je pense assez vite que je vois ma propre peur, qu'elle se matérialise ainsi. J'essaie alors de respirer, de me détendre. J'ai peur. Sous l'effet de la plante, les araignées se font de plus en plus visibles, leurs contours de plus en plus précis. Cela dure longtemps, dans le silence ; j'ai l'impression d'être malgré tout tenu à distance, comme protégé des araignées par une paroi de verre. Autour de moi, tout est très sombre et en même temps, je perçois quand même les silhouettes de mes compagnons, à trois ou quatre mètres. J'éprouve seulement une ivresse grandissante. Comme si je me tenais au bord d'une falaise, le dos au vide sur le point de basculer. Le corps se tend car le mental refuse de lâcher prise... C'est vertigineux, comme si tout ce qui est organique en vous se déliait peu à peu, tentait de prendre le contrôle, mais que l'esprit refusait. C'est la montée de l'ivresse, la peur de l'inconnu, la peur d'avoir peur. On essaie de rester assis, en méditation, mais c'est de moins en moins possible. Les Occidentaux s'agitent, les Indiens restent immobiles. L'ivresse devient irrésistible. Ma

première pensée face à l'inconnu en train de se présenter est : « Je le savais, je n'aurais jamais dû boire ! Quel imbécile ! Dans quel merdier je me suis mis... »

C'est difficile, surtout pour un Occidental, d'admettre qu'un lien est en train de se nouer entre soi et une plante sacrée. On veut se lever, mais on ne peut pas. On voudrait la lumière, mais c'est l'obscurité. L'esprit refuse l'expérience.

La pensée devient alors incohérente, on devient témoin de son monologue intérieur, notre propre voix résonne, puis plusieurs voix.

Je parviens néanmoins à me désengluier de ces pensées craintives et noires. Je les lâche. Elles reviennent. Les araignées sont toujours là. Je rencontre mes peurs. Je n'entends rien, ne sens aucune odeur. Les visions sombres se précisent, prennent des formes d'insectes d'un réalisme que l'imagination seule ne peut pas produire. Soudain, alors que la session avait commencé depuis longtemps, Guillermo se met à chanter.

Instantanément, toutes les visions se transforment : des formes jaillissent et se modifient selon l'inflexion de sa voix. C'est un acte magique.

Moi, occidental athée, je me retrouve projeté dans un territoire totalement inattendu, inconnu, dans un univers magique en action. Plongé dans des mondes de lumière à l'architecture indescriptible, de véritables cathédrales vivantes. Avec le chant, je sens une forme d'extase, je n'ai plus peur. « Je suis enfin chez moi. »

Comme si j'attendais ce moment depuis toujours, tout prend sens. C'est bouleversant, l'éveil de nouvelles pensées, des pensées insoupçonnées, au plus profond de soi.

À cet instant, je suis convaincu d'être partie intégrante de ces visions. Aussitôt, la voix et le chant du chamane s'infléchissent pour prendre une tonalité beaucoup plus grave, comme s'il venait d'intercepter ma pensée. Et je me retrouve immédiatement projeté au milieu de petits serpents sombres, enchevêtrés, et la voix du *curandero* qui résonne en moi me dit : « Non, toi,

tu es là ! » La peur me saisit : je suis face à quelqu'un qui peut lire dans mes pensées.

C'est terrifiant : les pensées sont un territoire habituellement inviolable. Heureusement, je perçois immédiatement la grande bienveillance de Guillermo. Il n'y a aucune agressivité dans son intervention. Son chant m'invite ensuite : « Accroche-toi, maintenant, et suis-moi. »

Je ne m'attendais pas à ce que j'ai vu ; on ne peut pas s'y attendre. Ce qui m'a été montré, cette première nuit, n'est pas racontable. À la limite de la folie, j'ai oscillé entre terreur et humilité, devant la puissance et l'étendue de la connaissance de cet homme.

Au petit matin, je me suis aperçu que je ne pouvais plus communiquer avec Guillermo, alors que je croyais avoir dialogué avec lui pendant toute la nuit par télépathie.

Lors de la session, j'avais eu l'impression de comprendre parfaitement la langue shipibo et ses chants. C'était comme si le langage visuel qu'ils invoquaient en moi se transformait en mots de ma propre langue et en émotions. (Un an plus tard, j'eus la confirmation de cette intuition : j'ai fait traduire les chants. Noir sur blanc, je lus ce que j'avais entendu.)

Je ne pouvais pas en rester là. Il fallait que je retourne voir Guillermo. Je lui ai téléphoné. Il était prêt à m'accueillir. Je reviens donc le soir suivant. Le processus reprend. Nous buvons l'ayahuasca. Quelques minutes se sont écoulées et je découvre que les autres personnes présentes autour de moi sont aussi des chamanes. Je suis alors emporté dans un univers encore plus indicible. Ce ne sont plus seulement des apparitions animales, mais aussi des présences humaines, des mondes de lumière, des cités de lumière. Les visions se déroulent et s'enchaînent de façon indescriptible. Ce sont les prémisses de ce que les Indiens appellent « le Monde des esprits ».

La première session était centrée sur la relation naissante entre Guillermo et moi, cette deuxième ouvre sur d'autres mondes, des dimensions nouvelles liées à la culture chamanique. Le premier soir, il s'était présenté à moi. Cette fois, il me montre que cette connaissance est partagée par d'autres hommes et qu'elle a une

origine : leur culture, leur peuple. Une civilisation très avancée dans le territoire de l'esprit.

Quelle que soit la vision, ce qui est important à ce stade-là, et qui, très vite, est devenu totalement primordial pour moi, c'est le processus qui l'accompagne. Guillermo s'adresse à moi sans avoir recours à la parole, c'est-à-dire uniquement via les sensations, les images. Ainsi, dès cette deuxième session, il pose les jalons d'un partage de la connaissance. Je ne sais pas s'il veut tester ma sincérité et la fiabilité de ma démarche ou s'il procède toujours ainsi.

Il veut apparemment savoir si je viens juste « tenter » une expérience, aussi forte soit-elle, ou m'initier véritablement à une culture, une façon unique d'appréhender le monde et la réalité. Ce soir-là, je vis à nouveau des instants très forts. Si forts qu'ils me déboussolent.

Une fois encore, je ne peux pas en rester là, alors que je suis censé repartir le lendemain. Je repousse finalement mon retour. Je me sens un peu comme Richard Dreyfuss dans *Rencontre du troisième type* : face à un phénomène incommunicable. Je suis perdu parce que tout à coup, toute ma réalité psychologique, tout ce que je connaissais depuis trente-cinq ans, tout ce qu'on m'avait appris comme étant solide et tangible, s'effondre en deux nuits. Tout est effacé. Remis à zéro. C'est vertigineux.

C'est ainsi que je décide de prendre part à une troisième cérémonie. J'y assiste sans rien dire.

On ne peut pas parler de prière silencieuse, mais j'essaie sans les mots (de toute façon, je ne parle pas espagnol), de faire comprendre à Guillermo que s'il se passe à nouveau ce qui s'est passé hier soir, je mourrais ou deviendrais fou. Mon ami Fred est lui aussi très secoué, il n'a pas perforé aussi fort le socle de sa raison, mais on se regarde tous les deux en silence. Que faire quand la réalité devient aussi barrée que la fiction la plus barge ?

Glou glou. En avant, pas le choix, je ne peux pas rester entre deux eaux.

La séance est alors très douce. Un sentiment de bien-être m'habite, comme si j'étais allongé sur les berges d'un fleuve majestueux, tout en restant au centre de la pièce. J'ai quelques

visions, très légères. Comme si Guillermo m'expliquait la nature et le but de son travail et me précisait que les sessions que je vivais étaient particulières, car son rôle habituel est de soigner les gens, pas de les initier.

Il se passe alors une chose très étrange : j'ai l'envie irrésistible de me lever. Le bien-être m'a donné une force nouvelle. Je m'accroupis au centre de la *maloca*, et lentement, dans un spasme, je mime le geste symbolique de me trancher la tête.

Dans notre culture, cette action est essentiellement négative et effroyablement violente. Or, dans ce contexte précis, il prend le sens d'une offrande purement symbolique (même si, sur le moment, c'est un geste assez troublant). On ressent une forme de mort et de douleur physique, mais en même temps une sensation de grande libération s'opère. Je suis à terre. Je fais le geste de me trancher la gorge, pas celui de me décapiter. J'ai alors l'impression de voir mon sang se répandre, puis une lumière très forte et blanche. Je suis très détendu. Une silhouette à forme humaine apparaît au centre de la pièce.

La troisième session prend fin.

Au petit matin, je vais voir Guillermo pour le remercier de m'avoir guidé vers cette nouvelle naissance et le sentiment d'une paix profonde.

Je lui avoue que je ne suis pas étudiant, mais cinéaste, et je l'assure que je vais aider sa communauté.

Ces trois nuits avaient duré plus de mille ans. Il me semblait connaître cet homme depuis toujours. Je n'ai jamais cherché de maître spirituel, de guide, j'étais plutôt adepte du « ni dieu ni maître ». J'en ai pourtant trouvé un, il ne correspond en rien à l'image d'Épinal fictionnelle, mais il m'a ouvert la porte.

Gracias maestro, le voyage ne fait que commencer...

TRACK 2: MES DERNIÈRES CÉRÉMONIES AVEC GUILLERMO
IQUITOS, NOVEMBRE 2010
AVANT-AVANT-DERNIÈRE CÉRÉMONIE

Depuis mon arrivée, une dizaine de jours plus tôt, aucune cérémonie n'a été vraiment particulière, ça a été un travail de nettoyage. Guillermo, qui ne m'a fait aucun soin, me dit qu'il va commencer à me *areglar* (me régler). Après une diète stricte de quatre mois, la fermeture de diète va donc commencer ce soir.

C'est le choc. Dès le début, je me retrouve dans une vision précise et d'une obscurité terrible. Ma peau brûle, mon corps est pressurisé, mais j'entre tout de même dans les visions. Je me concentre, me prépare à souffler un *ícaro* de la dernière chance. Guillermo chante, et tout se délie. Je me retrouve délivré, montant (c'est une sensation) et rencontrant des esprits lumineux qui, très proches de moi, me touchent. Puis l'ascenseur redescend aussitôt. Je me retrouve dans la *maloca*, entouré de *yoshins* qui s'approchent de moi et me secouent. C'est dantesque, et surtout nouveau dans le rythme. Très vite, je remonte et retrouve Guillermo entouré de lumière, je reçois la grâce, puis repars en enfer. Bref, un yo-yo comme jamais.

C'est une nouvelle fois la cérémonie la plus forte que je vis. J'en rigole comme je peux le matin (entre deux spasmes) en repensant à Guillermo qui me disait la veille : « Je vais commencer ton réglage. » Bon, c'était donc le début.

AVANT-DERNIÈRE CÉRÉMONIE, 2010

Ce soir, les Shipibo débarquent : Antonio Vasques, sa femme et leurs deux fils viennent faire la cérémonie. Ils ont tous une bonne réputation de guérisseurs. Nous sommes une trentaine, quelques étudiants, une quinzaine de patients. Six guérisseurs (avec Guillermo et Ricardo), ça va envoyer et cela préfigure la nouvelle configuration du centre.¹

Je suis encore un peu ivre de la veille, et c'est confiant que je bois la dose *regular* d'une ayahuasca très noire. La veille, c'était

1. Voir Manuel page 245.

dur, mais il y a eu tellement de lumière durant un long moment que je m'attends à une suite lumineuse... Comme un imbécile, si vous avez bien lu mon livre.

Et là, évidemment, je me prends la pire cérémonie de ma vie.

Un truc sans nom.

Je ne parviens pas à ouvrir mon ivresse. Donc peu de visions. Mais avec les chants au scalpel, mon corps se met à trembler pour résister à des pensées qui déroulent une évidence terrifiante. Je ne vais pas développer le cauchemar, parfaitement agencé comme une superproduction de Gotham City, mais je vais vous en faire le bref résumé (ça a bien duré cinq heures et une éternité psychologique.)

Depuis le début, j'ai fait fausse route.

Je n'ai rien compris.

Je suis devenu au fil du temps un *brujo*.

Je suis celui qui fait le mal.

Je vais tuer tout le monde ce soir d'une pensée.

Il vaut donc mieux que je meurs.

Je fais souffrir Guillermo.

(Remarquez le nombre de « je » !)

Je suis un monstre.

Tous ces guérisseurs sont venus ce soir pour tenter l'opération de la dernière chance : me ramener dans le droit chemin.

Mais c'est impossible car je suis maudit par Dieu.

Maudit par les esprits de la *medicina*.

(Remarquez l'enflément de mon importance ou pouvoir.)

Et c'est le jugement dernier.

Pauvre de moi ! Je vous jure, je tremble, les dents serrées, avec l'envie de hurler, non pas « C'est pas vrai, je suis une bonne personne », mais « Comment ne l'ai-je pas vu plus tôt, Seigneur ! »

Je n'arrive pas à prier.

La moindre de mes fautes, le moindre petit péché devient un acte démoniaque qui déploie sa vérité sur le destin terrible de ma vie.

Je cherche l'amour en essayant de visualiser ma compagne, mes enfants. Impossible.

Après quelques heures, l'ivresse baisse, mais je reste tendu. Si je ne sors pas de cet état avant que l'ivresse disparaisse, je suis foutu, je resterai à vie dans ce monde.

Je pense que j'ai vécu là l'équivalent d'une grande crise de folie. J'ai dépassé la frontière. Le truc à déguster à vie n'importe quelle personne saine d'esprit de reboire une fois, même dix ans plus tard, ne serait-ce qu'une seule goutte de ce breuvage.

Et voilà, vous qui pensiez peut-être que cette expérience vous tentait, vous devez blêmir, et vous dire « Houlà ! Ce n'est pas pour moi. Maintenant, c'est sûr. L'histoire devient bien moins sympa ! »

Alors rassurez-vous, ce n'est pas le genre de choses qui peut vous arriver. C'est la fermeture d'une diète d'apprentissage, une expérience que le simple patient ne rencontre jamais.

Bon, finalement, j'ai résisté, je n'ai pas obéi à la voix intérieure qui me commandait de crier au secours et de m'enfuir. Bref, de partir en eau de boudin.

Vers la fin de la nuit, Guillermo vient chanter à côté de moi ; pas trop près, à deux mètres. Je ne m'en aperçois vraiment qu'à la fin. Je me sens apaisé, puis j'entends sa voix : « *Fuerte carapate cósmica.* » Il rit tendrement, et je ris aussi.

Je m'allonge. Dans une grande détente, je ris doucement. Quel délire !

Quelques minutes plus tôt, j'étais mort, ma vie n'était qu'un terrible échec. J'avais fini par l'accepter. Je n'avais plus d'espoir, plus de futur, plus rien. Et voilà que je suis cool et détendu.

Les *curanderos* parlent entre eux en shipibo, dans la *maloca* silencieuse. Leur voix me ramènent des années en arrière, à l'époque où je n'écoutais que la musique de la langue, où secoué comme un prunier, j'étais l'étranger, celui que l'on aime bien, et que l'on observe dans sa découverte, avec bienveillance mais dans l'impeccabilité. Si proche, si loin. Maintenant, en fin de cérémonie, je vais souvent discuter en espagnol avec Ricardo, Guillermo et les élèves, et l'on rigole un bon coup.

Cette fois, du shipibo, des rires. Le silence des autres.

Je me souviens de mon admiration pour ces fous conscients qui rigolent après une cérémonie où il semble que tous les petits gars du Mordor se soient invités et aient été ensuite gentiment raccompagnés chez eux.

Je me dis aussi que, finalement, je me suis bien comporté. En silence, sans déranger mon voisin.

Je m'endors tranquille (c'est vrai !) avec enfin de douces pensées pour Anne, pour mes enfants et pour eux, les *curanderos*.

Le lendemain, je suis ivre toute la journée.

Je croise Ricardo le temps d'une très courte conversation.

Ricardo : C'était dur pour toi, hier.

Jan : Oui, je n'ai jamais eu de cérémonie aussi dure, mais maintenant ça va. Je n'arrivais pas à ouvrir ma *mareación*.

Ricardo : Quand c'est comme ça, il faut chanter.

Il crache par terre, puis s'éloigne sans me regarder. Et là, alors que j'allais bien, je suis pris d'une nouvelle frayeur. Bien sûr qu'il faut chanter ! Mais c'est impossible !

J'entre doucement dans les chants. Trop doucement certes, mais il faut comprendre. Il y a dix ans, jeune fou inconscient, j'ai soufflé à donf les mélodies lors de ma quatrième cérémonie, comme si j'étais l'un des leurs, sûr de moi et de ma place. Et je me suis pris un gros *scud* d'énergie négative, mais alors un gros, qui m'a calmé pendant des années. Cela fait seulement un an que je chante. Dans la *maloca*, avec Guillermo, je me fais très discret. Je suis trop intimidé, et puis c'est le minimum de respect...

Balivernes.

Tu as peur de chanter quand l'ivresse est trop forte ou que les visions sont sombres !

Ben oui, mais hier j'aurais chanté quoi ? *Non, non je ne regrette rien ? La Cucaracha ?*

Hier, tu as bien fait de fermer ta gueule, mais ce soir, mon garçon...

Aïe, aïe, je comprends. Vite, il va falloir réviser. Tout de suite.

Une partie de moi me malmène et me dit : « Tu ne pourras jamais ! » L'autre dit : « Tu as la foi, oui ou non ? » C'est maintenant que la question se pose vraiment, comme pour la première

fois. « Tu as la foi en l'amour comme force supérieure à la peur, oui ou non ? »

La journée est grise et je suis au fond du trou. Je passe l'après-midi à me concentrer sur le sujet. À chanter pour moi-même. Je suis tellement ivre que j'ai des visions. Je passe de l'ombre à la lumière, de l'amour à la peur, de la confiance au doute.

Finalement, une évidence jaillit.

La foi ne se questionne pas. C'est un acte.

L'acte de foi que je peux faire est de prendre ce soir la dose *regular* de cette bombe noire. Avec une totale confiance en la *medicina*, en Guillermo. J'aurais fait ce que je pouvais. Et si personne ne chante et que mon ivresse est forte, eh bien, chante, mon grand !

C'est sûr que la cérémonie de la veille, tu ne peux pas connaître pire, non ?

Là, j'hésite un instant.

C'est pas gagné.

DERNIÈRE CÉRÉMONIE, 2010

Le soir venu, j'entre dans la *maloca* en titubant. Oui, je suis encore ivre. Mon ivresse ne s'est pas ouverte la veille et elle est donc bien présente, renforcée par les chants de la journée.

Je m'allonge. J'ai la foi. Je m'apaise. Je chasse les doutes et j'attends. Je me relie à l'amour. Ça marche. La confiance revient. Miracle ?

C'est mon tour de boire. Je vais voir Ricardo, je m'assois devant lui. Il m'observe et, le regard doux, me dit : « ¿ *Poco* ? » (un peu ?)

¿ *Poco* ? Lui qui d'habitude se fout de moi quand je demande *poco* ! Mais il voit que je suis à donf et cela semble plus raisonnable.

Je ne lui réponds pas et me relève (très lentement) pour aller me placer devant Guillermo qui se repose. Il ouvre un œil.

Jan : Guillermo, je suis encore très ivre d'hier. Je peux prendre *poco*, mais je peux aussi prendre normal, tu en penses quoi ?

Guillermo : Normal, c'est bien.

Les dés sont jetés.

Je me glisse vers Ricardo et lui annonce calmement « normal ».

Il hausse les épaules (je me force à ne pas interpréter son geste). Il me sert bien, je me relève et retourne devant Guillermo (je suis déjà épuisé) pour qu'il icarise mon verre. Tranquille, je bois et je m'allonge.

Quelques minutes plus tard, la lumière s'éteint.

Noir.

L'ivresse déboule avec les visions. Pile entre ombre et lumière, les mondes de la *medicina* s'ouvrent comme jamais, et ça continue de monter.

Je me mets bien droit.

Silence.

Je vais attendre que quelqu'un chante. Toujours le silence, et ça continue de monter.

Je dois y aller, sinon je vais partir en vrille.

Je souffle et pose ma connexion, un bon sentiment. Et depuis cet endroit sensible, je chante fort. L'ivresse grandit avec le chant. J'ai l'impression de fusionner chant et visions. Je tiens un moment, puis je perds la concentration. Un voile sombre tombe sur moi.

Je retourne où j'étais la veille.

Mais cette fois, je ne laisse pas faire. Je me concentre et ne saisis pas les pensées ténébreuses qui jaillissent alors que ma *mareación* se retrouve sous une chape de noirceur.

Je ne bouge pas. Ricardo se met à chanter un *ícaro* pour se redresser, puis m'appelle.

Il me fait un soin, un *ícaro* bien fort qui me redresse totalement.

Je retourne à ma place.

Guillermo chante. J'écoute. Les visions reviennent. J'entre dans la danse, dans un chant croisé. Celui de Guillermo me soutient. J'ai l'impression que les chants fusionnent. Sensation d'harmonie sans égale. Je dois rester concentré à la fois sur l'intention du chant pour conserver le lien au monde de la *medicina*, tout en enregistrant les informations que je reçois en retour à travers mon chant.

C'est un peu l'inverse de la nuit précédente. Que du bon. Mais il faut rester concentré. Je parlais dans mon préambule

de la grande amplitude de la médecine amazonienne : ces deux dernières cérémonies en auront été pour moi le plus fort exemple.

Un soir, on est la pire personne, le soir suivant, la meilleure.

On n'est ni l'un, ni l'autre. Il ne faut saisir aucune de ces pensées.

La terrible cérémonie précédente était un passage. Il s'agit de plonger l'apprenti dans le cauchemar le plus profond. Ainsi il comprendra ensuite que la vérité « inquestionnable » et terrible qui jaillit dans son esprit au cours de la cérémonie n'est qu'une construction psychique résultant de son contact avec les *yoshins*, les mauvais esprits, ou les mauvaises énergies, qui vont chercher la moindre faille psychologique pour le malmener. Il deviendra donc plus vigilant.

On est parfois relié à des énergies sombres, parfois à des énergies lumineuses. Il ne faut saisir (s'approprier) ni l'une, ni l'autre.

Il faut conserver un bon sentiment dans le cœur.

J'ai chanté toute la nuit avec Ricardo et Guillermo. Seul, aussi. À la fin, Guillermo s'est tourné vers moi et m'a dit avec une grande douceur combien il avait apprécié mes chants. Ce moment fraternel est un souvenir frais et vif. Une première boucle se ferme harmonieusement. Elle s'était ouverte le soir de ma première rencontre avec lui, depuis son premier chant, quand j'avais su en un instant que ma vie allait changer, que cet homme allait m'emmener dans une longue aventure.

22 novembre 2010

Un grand merci

À Kestenbetsa, Panshin Beka, Anne Paris, Panshin Biri, Sonia Chuquimbalqui, Ricardo Amaringo, James Arévalo, Francois Demange, Aziz Kharzai, Rama Leclerc, Romuald Leterrier, Paolo Jesus, Alexandre Liedo, Bastien Gerday, Jean Giraud, Alejandro Jodorowsky, Jeremy Narby, Marc Caro, Gaspar Noé, Vincent Ravalec, Alan Shoemaker, Frederic Sanchez del Rio, Michel Barthélémy, Stéphane Watelet, Ariel Zeitoun et Thomas Langmann, Romain Rotjman et Brigitte Maccioni, Capucine Henri, Tigrane Hadengue et Michka, Laurence.

À tous les *curanderos* qui m'ont soigné, tous les apprentis de Guillermo, les diéteurs, l'équipe d'Anaconda et les cuisinières de Espíritu.

Et à tous ceux qui m'ont soutenu.

SOMMAIRE

Préface	11
Avertissement	17
Préambule	21

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Générique	27
Iquitos, août 1999	29
Quartier de Yarinacocha	31
<i>Welcome</i>	35
Un bon verre, tranquille	39
Allô Huston ?	49
Une bouffée d'amour, ça fait du bien	55
Il est vraiment barré, Kounen	57
Mourir là-bas	63
<i>Blueberry Madness (part one)</i>	71
<i>Blueberry Madness (part two)</i>	75
Le retour du cactus de la sierra	81

CARNETS DE VOYAGES INTÉRIEURS

Nausée sous les étoiles.....	87
<i>Mystic Terror</i>	91
Ce soir, certains vont rencontrer la peur.....	101
<i>Le Salaire de la peur</i>	107
Face à un sein.....	115
Le souffle du serpent.....	121
Twin Towers.....	131
<i>La Cucaracha</i>	135
Ciné ayahuasca au festival de Cannes.....	143
<i>Star Wars in the maloca</i>	149
Souvenirs de fermeture de diète.....	163
<i>I wanna go home</i>	169
Épilogue.....	175

AYAHUASCA MEDICINA, UN MANUEL

Petit manuel de l' <i>ayahuasquero</i> débutant.....	181
C'est quoi, cette médecine amazonienne?.....	181
L'ayahuasca, qu'est-ce que ça fait?.....	186
C'est quoi, ces chants, les <i>ícaros</i> ?.....	193
Comment se préparer avant le voyage.....	197
Comment se préparer à la première cérémonie.....	199
À quoi correspondent ces visions?.....	219
Comment recevoir un chant.....	230
Comment une cérémonie se termine-t-elle?.....	234
Que faire le lendemain?.....	235

SOMMAIRE

Comment choisir le lieu et le guérisseur	242
Y a-t-il des traitements incompatibles avec l'ayahuasca ?	246
Comment préparer le voyage lui-même	249

ANNEXES

Glossaire	261
Petit lexique shipibo	267
Quatre <i>ícaros</i> de Kestenbetsa	271
Bonus, tracks 1 & 2	285
Un grand merci	299

Chez le même éditeur :

COLLECTION CHAMANISMES

La Voie du chamane
Un manuel de pouvoir & de guérison
Michael Harner

Un manuel irremplaçable qui permet de comprendre et de pratiquer la transe chamanique sans plantes, avec pour seule aide un tambour. Une référence mondiale, entièrement mise à jour et préfacée par Laurent Huguelit, coauteur de *Le Chamane & le Psy*.

Le Chamane & le Psy
Un dialogue entre deux mondes
Laurent Huguelit, Dr Olivier Chambon

Réalité des esprits, plantes rituelles, substances psychédéliques, vie après la mort, rapports entre chamanismes et psychothérapies sont au cœur de cette conversation éclairante. Un dialogue d'avant-garde.

Plantes & chamanisme
Conversations autour de l'ayahuasca & de l'iboga
Jan Kounen, Jeremy Narby, Vincent Ravalec

Réunies pour la première fois, trois personnalités témoignent librement d'une pratique qui échappe à l'ordinaire : la découverte et l'expérience du chamanisme par des Occidentaux.

COLLECTION LES LIVRES DE SETH

Seth parle

L'éternelle validité de l'âme (TOMES I & II)

Un livre de Seth, par Jane Roberts

Seth est considéré par des millions de lecteurs comme le maître spirituel qui leur a ouvert la porte vers d'autres niveaux de réalité.

Dès les années 1960, avant Deepak Chopra ou Eckhart Tolle qu'il a inspirés, Seth se situe à la source du mouvement actuel de développement personnel.

(Également disponibles en un seul volume.)

La Nature de la réalité personnelle

Comment résoudre vos problèmes quotidiens et enrichir votre vie (TOMES I & II)

Un livre de Seth, par Jane Roberts

Seth est considéré par des millions de lecteurs comme le maître spirituel qui leur a révélé d'autres niveaux de réalité. Un enseignement pratique, particulièrement en phase avec notre époque, et qui donne des clés pour modifier notre rapport au monde.

COLLECTION TÉMOIGNAGES

De la main gauche, Journal 1

Sexe, drogues & guérison

Michka

Un petit livre intime et attachant, affranchi de bien des tabous, où les sujets les plus profonds sont abordés avec élégance.

De la main gauche, Journal 2

Une femme dans l'herbe

Michka

Dans ce deuxième tome, la sexualité, l'enfantement ou la marijuana sont traités de manière à la fois crue et pudique.

Un livre iconoclaste qui fait du bien.

Mr Nice
Une autobiographie
Collector Edition
Howard Marks

Hier recherché par toutes les polices, aujourd'hui star internationale, Howard Marks, le contrebandier de hasch aux quarante-trois identités devenu héros d'un film, raconte. Confessions d'une légende vivante. (Photos et épilogue inédits).

Carnets de voyages intérieurs
Ayahuasca medicina, un manuel
Jan Kounen

Cinéaste, voyageur et explorateur de la psyché, Jan Kounen se met à nu dans ces carnets intimes. Un témoignage hors norme, doublé du premier guide d'approche de la médecine traditionnelle de l'ayahuasca en Amazonie. Préface d'Alejandro Jodorowsky.

COLLECTION JARDINAGES

Culture en intérieur
Master Edition : la bible du jardinage indoor
Jorge Cervantes

Plantes et fleurs exotiques sous lumière artificielle, été comme hiver : le manuel de référence pour l'horticulture high-tech, du jardin pour amateurs aux installations les plus sophistiquées.

Culture en intérieur
Basic Edition : l'abc du jardinage indoor
Jorge Cervantes

L'horticulture high-tech simplifiée pour tous et en toute saison.

HORS COLLECTION (SEMI-POCHES)

Mr Nice

Une autobiographie

Howard Marks

Hier recherché par toutes les polices, aujourd'hui star internationale, Howard Marks, le contrebandier de hasch aux quarante-trois identités devenu héros d'un film, raconte. Confessions d'une légende vivante

Cannabis médical

Du chanvre indien au THC de synthèse

Michka et collectif

Un état des lieux richement illustré: variétés, modes d'absorption, législations, bénéfices thérapeutiques et nouveaux médicaments, avec la participation de médecins et de patients.

À paraître :

COLLECTION NAISSANCES

Le Guide de l'accouchement naturel

Retrouver le pouvoir de son corps

Ina May Gaskin

Un livre formidablement utile – que l'on souhaite accoucher chez soi ou dans un établissement spécialisé – dans lequel la sage-femme la plus connue au monde révèle les capacités insoupçonnées du corps féminin.

Le Guide de l'allaitement naturel

Nourrir son enfant en toute liberté

Ina May Gaskin

Un livre richement documenté, plein de sagesse et d'humour, où la sage-femme la plus célèbre au monde réunit des anecdotes significatives et des informations nouvelles.
Indispensable, même pour une mère expérimentée.

Le Guide de la naissance sans assistance
Découvrir sa puissance intérieure
Laura Kaplan Shanley

Ce petit livre inspirant et soigneusement documenté nous rappelle que tous les mammifères s'isolent pour enfanter, comme l'ont toujours fait les femmes des peuples premiers ; et que ces conditions sont particulièrement propices à un accouchement facile, pour peu que nous dépassions nos peurs.

COLLECTION TÉMOIGNAGES

De l'ombre à la lumière
Voyages d'un guérisseur chez les chamanes
Metsa Niwue

François Demange, un Français au destin exceptionnel découvre le chamanisme à la suite d'une expérience de mort imminente. Initié à diverses traditions d'Amazonie et d'Amérique du Nord, il sera finalement adopté dans ces différentes cultures comme le fils spirituel de grands guérisseurs.

De la main gauche, Journal 3
Une femme reverdit
Michka

Peut-on guérir en changeant son contenu mental ?
La résolution d'un cheminement, aboutissement d'une trilogie riche de questions fondamentales.

COLLECTION LES LIVRES DE SETH

Le Matériau de Seth
Une initiation (TOMES I & II)
Un livre de Seth, par Jane Roberts

Une introduction éclairante et d'accès particulièrement facile au message de Seth, l'entité considérée par des millions de lecteurs comme l'un des grands maîtres spirituels de notre époque.
Présenté par Jane Roberts, qui lui prêta sa voix.

Catalogue en ligne : www.mamaeditions.net

Photo de couverture: Alain Potignon
Conception graphique: Philippe Fourquet

Les dessins des pages 113, 157, 233
et du rabat de première de couverture
sont extraits de la bande dessinée de Jan Kounen
Doctor Ayahuasca, Éditions du Lombard (à paraître).

Achevé d'imprimer en mars 2011
sur les presses de l'imprimerie Sepec à Péronnas (France)
pour le compte de Mama Editions

N° d'imprimeur 110131322
Dépôt légal mars 2011
ISBN 978-2-84594-048-2

L'imprimerie Sepec est titulaire des labels :



