

LA VOIE DU TAMBOUR
Manuel de voyage chamanique

Collection Mutations
dirigée par Michka Seeliger-Chatelain et Tigrane Hadengue
© Mama Éditions (2022)
Tous droits réservés pour tous pays
ISBN 978-2-84594-488-6
Mama Éditions, 1 rue des Montibœufs, 75020 Paris (France)

Du même auteur

*La Voie du souffle,
Manuel de méditation*
Mama Éditions, 2022

*Manifeste paradisiaque,
Jardinage, permaculture & spiritualité*
Mama Éditions, 2022

*Fusion,
Bouddhisme & Chamanisme,
un cœur à cœur spirituel*
Mama Éditions, 2021

*Mère,
L'Enseignement spirituel de la forêt amazonienne*
Mama Éditions, 2019

*Les Huit Circuits de conscience,
Chamanisme cybernétique & pouvoir créateur*
Mama Éditions, 2012

*Le Chamane & le Psy,
Un dialogue entre deux mondes*
Laurent Huguelit, Dr Olivier Chambon
Mama Éditions, 2010, 2011

Le Tao et l'éthique naturelle
Les éditions du Yin Vert, 2005

Libérer l'esprit: la science du monde intérieur
Vivez Soleil, 2003

À paraître

*Être humain,
L'Enseignement spirituel des Andes*
Mama Éditions

AVERTISSEMENT DE L'ÉDITEUR

Les points de vue exprimés dans ce livre n'engagent que leurs auteurs.

Toute utilisation des informations contenues
dans ce livre relève de la responsabilité du lecteur.

Laurent HUGUELIT

LA VOIE DU TAMBOUR

Manuel de voyage chamanique

Préface d'Angéline Bichon

MAMA ÉDITIONS

À la sagesse du Monde d'en haut.
À la beauté du Monde du milieu.
À la force du Monde d'en bas.

PRÉFACE

Il y a de multiples façons de concevoir l'univers et d'interagir avec lui. Un côté de la balance penche vers un regard plutôt matérialiste, avec ses facettes individualistes et parfois même égocentriques. Et de l'autre côté, une vision allant vers un élargissement de la conscience, qui s'étend alors pour englober l'intuition qu'il y a bien plus à expérimenter, à comprendre, à recueillir.

Du vert brin d'herbe jusqu'au soleil, de la perfection du colibri jusqu'aux lointaines galaxies, l'univers est un gigantesque organisme vivant. Chaque être visible ou invisible peuplant le cosmos a sa propre conscience et une intelligence unique. Pour moi, le chamanisme commence ici. Percevoir la nature cellulaire du vivant ouvre notre cœur à ressentir la divine symphonie du Grand-Esprit-Orchestre - une symphonie faite de pures connexions.

En apprenant à écouter la mélodie du grand mystère, nous comprenons qu'il existe bien plus à ressentir que ce que nos yeux physiques nous permettent de voir. Et peut-être même nous surprenons-nous à rêver une origine transcendante à cette perfection...

Nous avons été créés connectés les uns aux autres, et c'est bien pour cela que tous les êtres ont la faculté de communiquer d'âme à âme, d'esprit à esprit, par-delà les mots et par-delà le visible. C'est en ce sens que je perçois

le voyage chamanique comme un système téléphonique universel – avec traduction intégrée, bien sûr!

Grâce à la cartographie des trois mondes, Laurent nous transmet les principes de « la voie sûre », amenant toujours plus de compréhension et de clarté pour propulser notre pratique dans cet infini spirituel. Avec *La Voie du tambour*, il ramène le sacré dans le cercle.

De mon point de vue de petite cellule cosmique, les mondes transcendants dont parle Laurent sont peuplés d'esprits bienveillants mus par l'intention de nous aider à faire de cette matière un paradis d'amour et de partage, d'harmonie et de symbiose, de respect et de dignité.

C'est ainsi que je vois le grand œuvre, faisant du voyage chamanique un moyen d'activer les réseaux subtils et les veines de communication du Tout universel. Voyager nous permet de développer cette intelligence spirituelle qui illumine notre être de vérité.

Si j'avais un conseil à partager, ce serait celui de ne pas douter de ce qui vous est offert dans vos voyages, car c'est au cœur de l'action que les vannes du *flow* chamanique s'ouvrent, et que les cadeaux des esprits affluent. Gardez le cap mes amis, l'audace dans le cœur! *Écoutez, ressentez, et vous recevrez...*

Profitez bien de l'amour, de la force et de la lumière qui vous attendent.

Angéline Bichon
Artiste, praticienne chamanique
et co-fondatrice de L'Outre-Monde

AVANT-PROPOS

Voyager *Une pratique visionnaire*

Quoi de plus stimulant, grisant, extatique même, que de partir à l'aventure dans les mondes spirituels? Le voyage chamanique est une pratique immémoriale issue de la plus ancienne forme de spiritualité connue de l'humanité, et probablement la plus spontanée et accessible également: le rêve. Il s'agit donc avant tout de réapprendre à rêver, et par là même, de réenchanter le monde – *les mondes*.

Au son du tambour apparaissent les esprits, fidèles alliés sans lesquels le voyage ne serait pas chamanique. Car ce sont bien eux, animaux de pouvoir, enseignants, guides, esprits de la nature et forces élémentaires, qui « font » le chamanisme. *Sans esprits, pas de chamanisme*, comme j'aime à dire. Faut-il cependant « croire pour voir » ou plutôt « voir pour croire »? Peu importe: voyageons! Et par la grâce de nos escapades dans les réalités subtiles, les questions trouveront réponses par une forme de pensée tout

à la fois sauvage et avant-gardiste où le mental rationnel
laisse – *enfin!* – place à l'instinct, à l'intuition, à la vision.

Je vous souhaite de magnifiques voyages.

PLAN DES PRATIQUES

Préliminaires: Rêver (Le point de départ)

*Se préparer à voyager en douceur,
sans plus d'effort qu'une rêverie (p. 17)*

1: Clarifier (La voie sûre)

*Définir une carte des mondes (cosmologie)
et une hygiène de pratique (p. 25)*

2: Vibrer (Au son du tambour)

*Faire du tambour un fidèle allié,
chevaucher le son, ritualiser (p. 37)*

3: Explorer (Le Monde d'en bas)

*Partir à la rencontre de son animal de pouvoir:
le voyage de base (p. 47)*

4: Sublimier (Le Monde d'en haut)

*Laisser son enseignant (guide) montrer le chemin,
apaiser et guérir (p. 63)*

5: Réenchanter (Le Monde du milieu)

*Se reconnecter aux grands esprits de la nature,
à commencer par un arbre (p. 75)*

6: Mieux voyager (Conseils d'ami)

*Clarifier sa vision, appeler les directions,
dépasser ses doutes (p. 91)*

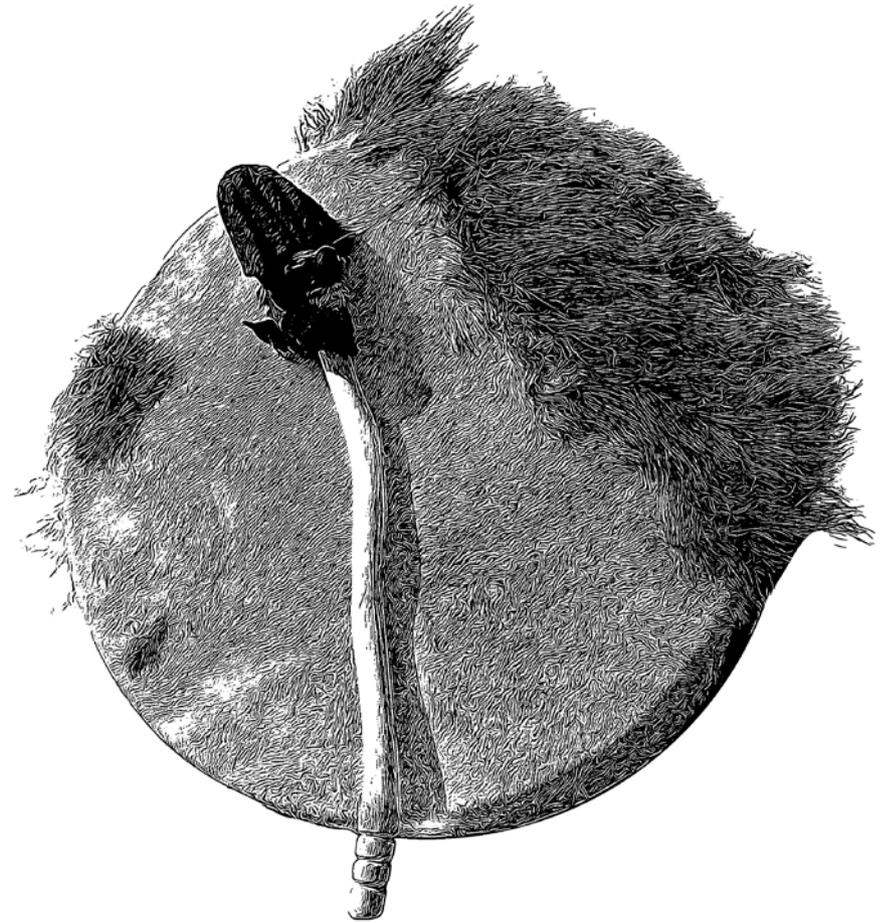
7: Fusionner (Le lien aux esprits)

*Inviter les esprits à danser et à chanter;
et puis, avec eux, créer (p. 113)*

8: Diéter (Une quête visionnaire)

*Organiser une « diéta », pour une vision clarifiée
et de nouveaux esprits (p. 125)*

Préliminaires



*Tambour chamannique
Mailloche (battoir)
République tchèque et France*

Rêver

Le point de départ

Je suis étendu sur le canapé, à moitié en train de rêver, à moitié en train de dessiner des paysages avec mon âme... À moitié ici, relaxé, en joie; et à moitié là-bas, concentré, l'esprit vivifié. « *Je travaille...* » Humour chamanique!

Les yeux fermés, je parcours les Pyrénées, mes montagnes chéries, en me dirigeant vers ce lieu particulier qui m'attend lové au pied du massif du Vignemale. Cet espace que je perçois de mes sens intérieurs existe bel et bien dans la réalité visible, « ordinaire », je l'ai arpenté de mes pas lors d'une randonnée en solitaire; et il existe également dans ma rêverie « non ordinaire », où je l'ai aménagé à ma guise. En son centre, un foyer dans lequel brûle un feu éternel, point de repère de mes escapades dans les mondes spirituels. Je sais qu'en ce lieu, je vais retrouver mes fidèles esprits alliés qui y séjournent, toujours disponibles, prêts à m'inspirer, me soutenir, me prêter main-forte.

Je fais très souvent des voyages tranquilles, simplement couché sur le canapé, au lit – ou dans le hamac. Je porte

mon éternel sweat-shirt, dont je baisse la capuche sur mes yeux, et c'est parti : un univers s'ouvre à moi.

CHAMANISME ET ESPRITS

Le chamanisme est tout à la fois un paradigme spirituel et un système de survie archaïque qui fait intervenir des réalités invisibles – les « autres mondes » – et leurs habitants. Ces derniers sont appelés « esprits », et ils sont d'une telle importance et d'une telle présence dans le chamanisme que j'affirme sans sourciller *qu'il n'y a pas de chamanisme sans esprits*.

Les esprits sont des êtres intelligents, créatifs et bien vivants, comme nous autres les êtres humains, à la seule différence qu'ils n'ont pas de corps matériel. Ils ne sont pas « incarnés » et vivent dans des mondes spirituels perceptibles en état de conscience chamannique.

L'endurance et la plasticité (adaptabilité) du chamanisme en font la plus ancienne et répandue voie de connaissance spirituelle, puisqu'on en trouve des traces partout sur Terre, et ce depuis des millénaires. Son intention primordiale active une humilité sans cesse renouvelée face à la sagesse du vivant, qui part du constat qu'*Homo sapiens* a besoin d'aide pour survivre ; s'allier aux esprits de la nature, aux esprits transcendés et compatissants, dans un respect mutuel fructueux, c'est assurer la survie de l'individu, du collectif, du village, et du monde certainement.

Ma compagne et partenaire de voyages Angéline est en train de lire, de tricoter, ou d'explorer les mondes également ; tout est calme, j'en profite pour clarifier ma vision et m'y plonger de toute mon âme.

Une fois que le muscle visionnaire – ou « muscle chamannique » – est bien entraîné sur la voie du tambour, qu'il s'est habitué au mode de perception de la voyageuse,

du voyageur, partir à l'aventure dans les mondes spirituels ne demande pas plus d'effort (ou de non-effort) que de se détendre en douceur, se concentrer – et se réjouir de nouvelles péripéties.

UN LIEU SPÉCIAL

Le point de départ, qui est un lieu que vous connaissez dans le monde densément matérialisé de la planète Terre, est un élément central, au propre comme au figuré, de la pratique du voyage chamannique ; faites comme moi, rêvez librement et prenez le temps d'imaginer un lieu que vous aimez particulièrement : cela peut être un lieu que vous avez visité au cours d'un voyage, un lieu de votre passé qui vous a inspiré, ou un lieu de votre vie actuelle, qui se trouve chez vous, dans votre jardin, par exemple ; ou encore, pour les citadins, un bel arbre du parc que vous arpentez lors de vos balades. De ce lieu doit émaner une force particulière ; c'est un espace « spécial », dans le sens qu'il vous inspire, vous ressource, vous nourrit et vous donne envie de partir à l'aventure. Vous pouvez vous y rendre facilement par la pensée, le visualiser sans faire beaucoup d'effort, parce qu'il est en quelque sorte « imprimé » dans la mémoire de votre cœur.

« Pendant des années, mon point de départ fut un lieu composite, à la fois réel et imaginaire, rassemblant les rives boisées d'un étang jurassien, et les escaliers menant à une grotte aménagée, tout aussi jurassienne. Ces deux lieux existent dans la réalité ordinaire, je les connais bien, car ils m'ont fait rêver enfant, ils m'ont initié. » (*Carnet de voyage*)

PRENEZ NOTE DE VOS RÊVE(RIE)S

Je suis un inconditionnel du carnet de travail comme compagnon de route sur le chemin spirituel, et je vous encourage vivement à prendre note de vos voyages, rêves, expériences et éclairs de lucidité. En somme, notez tout ce qui vous semble révélateur au cours des pratiques qui vous sont proposées dans *La Voie du tambour* – et en particulier au moment de combiner voyage chamanique et quête visionnaire dans le cadre de la *dieta* (« diète »), ou de toute autre retraite spirituelle que vous entreprendrez dans le but d’approfondir vos nettoyages intérieurs, connexions et changements de points de vue¹.

Votre carnet (qui peut être un journal quotidien) sera un espace sacré également – et un esprit allié qui travaillera à vous soutenir et vous éclairer sur le chemin. Prendre note, c’est donner l’occasion à vos prises de conscience de trouver leur juste place dans le livre de votre vie, tant symboliquement, que concrètement².

Et puis, relire ses voyages après les avoir laissés mûrir permet de nouvelles prises de conscience. Comme pour les rêves, qui bénéficient d’une clarté augmentée lorsqu’ils sont notés, vos voyages chamaniques bénéficieront d’être exprimés en mots : votre muscle visionnaire se renforcera par la pratique du carnet. *Et comme un bonheur ne vient jamais seul*, surtout, considérez votre carnet comme un espace de liberté créative : calligraphiez, croquez,

dessinez, lâchez-vous ! *L’expérience visionnaire est la mère de tous les arts.*

L’ATTENTION CHAMANIQUE

Dans le répertoire spirituel bouddhiste, l’attention (*sati*) est l’outil de conscience de tout méditant ; dans son étymologie, *sati* est une forme de remémoration, de « prise de mémoire » en quelque sorte. En écrivant vos voyages, vous affûtez votre attention chamanique, vous la faites surgir sur la page, en face de vous, vous la rendez disponible ; écrire est une forme de méditation qui favorise la digestion de l’expérience visionnaire : écrire, c’est se remémorer.

EN QUELQUES MOTS

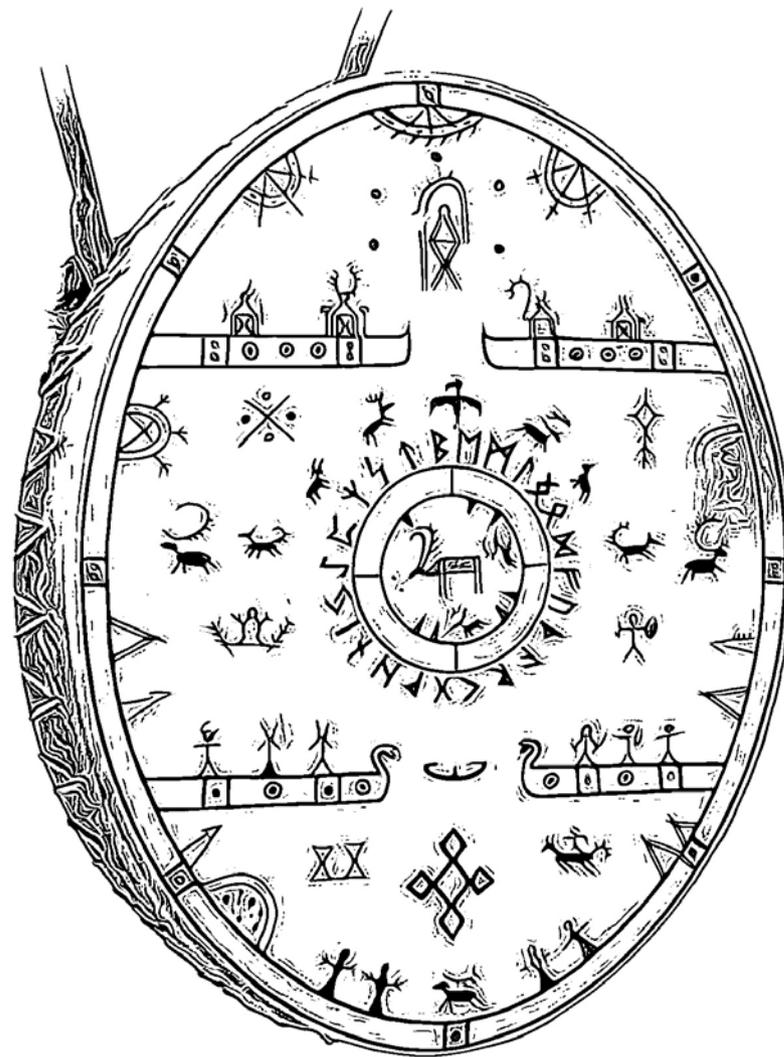
En rêverie...

- ☉ Prenez le temps de trouver un point de départ qui vous inspire.
- ☉ C’est un lieu qui existe quelque part sur la belle planète Terre.
- ☉ Un lieu qui vous donne envie de voyager, avec une aura particulière.
- ☉ Combinez plusieurs lieux si besoin, vous êtes libre.
- ☉ Pratiquez le carnet : prenez note de vos expériences, soyez créatif.

1. La diète sera abordée en fin d’ouvrage, dans un chapitre dédié, p. 125.

2. En contexte chamanique traditionnel, je vous conseille de réserver vos prises de notes à l’après-cérémonie ou l’après-voyage. Certains esprits préfèrent nous voir entièrement attentifs à ce qu’il se passe, plutôt que le nez dans nos carnets.

1
Clarifier



*Tambour traditionnel saami
Représentation des mondes
Finlande, Laponie*

Clarifier

La voie sûre

Après avoir mentionné le carnet de voyage, je vais, en toute logique, aborder la question de la topographie, de l'orientation. Les voyageuses et voyageurs chamaniques sont d'authentiques explorateurs des mondes spirituels dont les outils de travail ne dépareraient pas une panoplie d'aventurier : un point de départ, une carte, une boussole indiquant les points cardinaux, un carnet de notes... et un véhicule, *l'âme* – ou *le cœur-esprit* –, qui se met en mouvement grâce au carburant de l'enthousiasme et de la force spirituelle.

Dans l'extraordinaire profusion de cosmologies qui caractérise le chamanisme et sa diversité, je vous invite à travailler avec une carte à la fois simple et efficace, dite « carte des trois mondes ». Cette carte tripartite inspirée du chamanisme traditionnel vous permettra de voyager sur la « voie sûre » (*the safe way*), et vous offrira l'opportunité de saisir parfaitement, en un coup d'œil, les différents types d'esprits que vous rencontrerez au cours de vos voyages.