



DOSSIER | Le retour des sagesse de la nature

# TÉMOIGNAGE « Ce que la forêt m'a appris »

« Votre ignorance du cœur, c'est ma mort. » C'est ainsi, raconte Laurent Huguelit, que la forêt amazonienne s'est adressée à lui, appelant l'humanité à redonner à la Terre son caractère sacré.

Propos recueillis par Audrey Fella

« **B**ouleversé par les attentats de 2015, je suis parti en Amazonie péruvienne pour m'isoler dans le cadre d'une diète traditionnelle. La *dieta* est une forme d'ascèse qui inclut des restrictions alimentaires et comportementales. On pourrait comparer ces austérités aux *tapas* des traditions hindouistes qui incluent une forme de purge corporelle dans le but d'affermir sa connexion au monde spirituel. Dans le cadre des traditions de haute Amazonie, la diète est ponctuée de cérémonies menées par des chamanes qui chantent, convoquent les esprits de la forêt et font un travail de nettoyage spirituel sur les personnes en demande de soins, de guérison.

Dès la première cérémonie, j'ai entendu une voix et perçu une présence qui s'est fait connaître comme étant l'esprit de la forêt amazonienne. Dans le contexte autochtone, cela n'a rien d'extraordinaire : la diète est justement l'occasion pour les esprits de se manifester. Par esprit, il faut comprendre l'âme du vivant, en partant du principe que tout a une mémoire, une intelligence et une sagesse. Tout communique : les animaux, les végétaux, les minéraux. La forêt s'est ensuite présentée à moi comme étant la *Madre*, la mère de toutes les mères. Elle m'a alors demandé d'écrire un livre : « *C'est urgent, il faut que je sois entendue.* »

## LE BERCEAU DE L'HUMANITÉ

Les forêts primaires sont les génitrices du vivant et de la biodiversité, tout en étant les mères de l'humanité, parce que la lignée d'*Homo sapiens* a vu le jour parmi les primates sylvoicoles. Le lien de filiation est donc à la fois symbolique et mythologique, mais également génétique, la double hélice de l'ADN nous reliant au vivant tout entier. Notre société, basée depuis quelques siècles sur un paradigme matéria-



liste, essaie désespérément de régler les problèmes du monde avec des croyances désenchantées et des attitudes "mécaniques". Or, quand on commence à vraiment écouter la nature, avec le cœur grand ouvert et en la considérant comme une mère, on se rend compte qu'elle ne demande qu'à nous combler de ses générosités, qu'elle est un guide spirituel animé par un amour inconditionnel. Cet amour est encore vif et perceptible dans les cosmogonies des peuples traditionnels : ce sont eux, les êtres humains viscéralement proches de la Terre-Mère, les gardiens de cette mémoire.

Le lendemain des cérémonies, je prenais note des paroles de la *Madre*, des impressions et des méditations qu'elle m'avait transmises. À l'instar de cette phrase, qui a tout du *koan*\* zen : « *L'inten-*



ANGÉLINE BICHON

**LAURENT HUGUELIT**  
Chamane suisse et pratiquant bouddhiste, il est le fondateur de L'Outre-Monde, centre de pratiques chamaniques. Il est l'auteur de *Le Chaman & le Psy* (avec le Dr Olivier Chambon, 2012), et *Mère, l'enseignement spirituel de la forêt amazonienne* (Mama Éditions, 2019).



ODMEYER / GETTY IMAGES

tion est bonne, mais le cœur n'est pas pur." Notre problème principal, à la fois en tant qu'individu et en tant que collectif spécifique, est que nous nous satisfaisons de nos intentions, alors que nos gestes, nos paroles et nos pensées les trahissent bien souvent. La forêt éclaire ce dilemme en expliquant que toutes les intentions, sans exception, sont générées par le cœur spirituel, au centre de notre être. Elles sont toutes "bonnes" à la source, pleines d'amour, de respect, de noblesse. Mais, et c'est là tout l'enjeu, elles sont prises dans un brouillard tenace qui dévoie leur bonté. Nos blessures émotionnelles, mémoires traumatiques et autres addictions dévient la lumière du cœur : son élan, au départ pourtant "plein de bonnes intentions", est faussé, méconnaissable. C'est le dilemme de notre rapport aux

## ? LEXIQUE

### Koan

Dans le bouddhisme zen, commentaire laconique, absurde ou énigmatique utilisé comme objet de méditation ou pour se défaire de ses certitudes, de l'ego et des raisonnements habituels.

### Vipassana

La méditation Vipassana consiste à s'asseoir et observer ses sensations à la surface du corps en focalisant son attention sur ses cinq sens.

autres et à la planète, un dilemme cornélien qui est ici posé par l'une de nos principales victimes : la forêt amazonienne. Comme le dit la forêt : "Votre cœur est un continent qui demande à être exploré. [...] Votre ignorance du cœur, c'est ma mort."

Il s'agit donc de guérir le cœur, de l'apaiser et de panser ses blessures. De percer le brouillard psychique qui l'étouffe, pour finalement lui ramener la force de vie. Pour ce faire, il nous est demandé de cesser de refouler l'ombre : nous devons accepter son existence, la regarder en face et la connaître dans ses rouages les plus subtils. La forêt nous parle de clarté et de compassion : c'est une compréhension minutieuse, sensible et attentive, qui finira par nous sauver, par purger notre cœur et lui rendre sa superbe. Plus nous aurons conscience des obscurités de notre cœur, plus les intentions s'accorderont naturellement avec le vivant. Je retrouve ici mes racines bouddhistes et la méditation *vipassana*\* que je pratique quotidiennement depuis plus de vingt ans : le *dharma* (l'enseignement du Bouddha) et la forêt amazonienne disent exactement la même chose, avec en toile de fond le Bouddha, chamane au cœur pur, méditant au pied d'un arbre.

## SIX VERTUS POUR UN SANCTUAIRE

Dès lors que le cœur, cet espace sacré primordial, est préservé, il brille de toute sa lumière. On peut alors envisager de préserver les bijoux que sont la planète, les peuplades et le vivant. La Terre redevient ce qu'elle a pourtant toujours été : un sanctuaire. Pour nous accompagner, la forêt mentionne six vertus qu'elle décrit comme autant de gardiennes de ce qui est sacré : l'humilité, l'intimité, l'intégrité, la sobriété, l'écoute et le respect. On apprend petit à petit à calibrer sa boussole spirituelle à l'aide de ces vertus, puis à les faire vivre au quotidien, jusqu'à parvenir au respect total et intégral du cœur, qui s'étend au monde et à tout ce qui est. Tout devient sacré, tout est sanctuaire. C'est là l'aboutissement de la quête spirituelle, dans la perspective d'une spiritualité universelle et naturelle : retrouver la simple joie enfantine de se sentir aimé et émerveillé par la beauté du monde. » |



## SUR LE NET

<http://www.outremonde.ch/>