

## « La mort est plutôt une fête de retrouvailles qu'un grand moment de solitude. »

Par **Laurent Huguelit**,  
enseignant, auteur et praticien chamanique

« Dans les traditions chamaniques, la mort est un concept très malléable, à tel point qu'à force de pratiquer, on vient à penser qu'elle n'existe pas : ce n'est qu'un passage d'un état matériel, dans un corps, à un état spirituel où l'être profond, que l'on nomme simplement « âme », retourne à un état originel qui lui est connu, puisqu'il vient, au départ, de cet état. Que l'on appelle l'âme « soi », « conscience », « être » importent peu, ce ne sont que des mots. Tout est spirituel avant d'être matériel puis de mourir, c'est continuer le voyage... C'est plutôt une bonne nouvelle ! Donc pas de fatalité ni de nihilisme, mais plutôt un espoir, voire même une réjouissance. Le chamanisme est caractérisé par sa diversité : des milliers de peuples et de traditions, avec à chaque fois une cosmologie de l'après-vie différente. Au moment de mourir, ce qu'expérimente l'être dépend principalement de son système de croyance, et de là où il en est, spirituellement parlant, dans sa vie, au moment de mourir. Pour dire les choses autrement, il vaut mieux mourir avec des croyances qui ouvrent le champ des possibles, en conscience, en ayant un regard positif sur cette transition qu'est la mort. La plupart des peuples traditionnels n'ont pas peur de la mort et ont beaucoup à nous apprendre. Et puis, autre bonne nouvelle, on n'est jamais seul au moment du passage : on est accompagné parce

que l'on appelle des « esprits alliés », au rang desquels on compte les ancêtres. Les ancêtres sont présents dans toutes les traditions chamaniques, partout sur Terre. Chez les Huichol du Mexique, ils séjournent dans un lieu sacré, le désert de Wirikuta, origine mythique des lignées familiales où se retrouvent les défunts et les ancêtres. Chez les Shuar d'Amazonie, certains défunts restent auprès de leurs lignées pour leur offrir guidance et soutien au quotidien. Et puis, il y a des traditions d'Afrique qui sont en tous points comparables au bouddhisme tibétain, avec la réincarnation et la reconnaissance de l'âme à la naissance. Ce que vivent des milliers d'Occidentaux au cours d'expériences de mort imminente (EMI) s'intègre parfaitement aux cosmologies chamaniques : les proches que l'on a aimés, les aïeux, sont là pour souhaiter la bienvenue au défunt, ils viennent le chercher ou l'attendent dans l'au-delà. La mort est plutôt une fête de retrouvailles qu'un grand moment de solitude. Avec, en point de mire, le libre-arbitre et le choix : revenir sur Terre, retourner à la source, voyager de plus belle... »

● *Propos recueillis par B. H.*

### POUR ALLER PLUS LOIN

• [www.chamanisme-fss.org](http://www.chamanisme-fss.org)

### Lire le même livre... d'un âge à l'autre 104

- Bruno Bettelheim, *Psychanalyse des contes de fée*, Pocket, rééd. 1999

### Sous les caveaux, les fleurs 110

- Brigitte Lapouge-Déjean, Laetitia Royant, *Funérailles écologiques : pour des obsèques respectueuses de l'homme et de la planète*, Terre Vivante, 2017

### Les multiples bienfaits de la méditation sur le vieillissement 114

- Christophe André, *Méditer jour après jour : 25 leçons pour vivre en pleine conscience*, L'Iconoclaste, 2011
- François Bourgoignon, *Ne laissez pas votre vie se terminer avant même de l'avoir commencée*, First Éditions, 2019
- Youki Vattier, *Méditer puis agir*, Actes Sud/Kaizen, collection « Je passe à l'acte », 2017

### Vous faites quoi après la mort ? 116

#### Tareq Oubrou

- Tareq Oubrou, *Appel à la réconciliation ! : foi musulmane et valeurs de la République française*, Plon, 2019
- Marie-Françoise Colombani, Tareq Oubrou, *La Féministe et l'Imam*, Stock, 2017

#### Yeshaya Dalsace

- Yeshaya Dalsace, « Être juif », *Témoignage Chrétien*, 10 janvier 2016, disponible en ligne
- Michèle Bitton, Lionel Panafit, *Être juif en France aujourd'hui*, Hachette, 1997
- Marie Elia, *L'Appel du buisson ardent : le feu de la Shékinah*, Les Éditions de l'Émeraude, 2020
- Patrick Levy, *Le Kabbaliste : rencontre avec un mystique juif*, Pocket, 2004

#### Dipamrita Chaitanya

- Sogyal Rinpoché, *Le Livre tibétain de la vie et de la mort*, 2003, rééd. Le Livre de Poche, 2010

#### Laurent Huguelit

- Laurent Huguelit, *Mère : l'enseignement spirituel de la forêt amazonienne*, Mama Éditions, 2019
- Laurent Huguelit, Guillaume Blivet, Olivier Chambon, *Le Chamane & le Psy : un dialogue entre deux mondes*, Mama Éditions, 2011

#### David Rand

- André Comte-Sponville, *L'Esprit de l'athéisme : introduction à une spiritualité sans Dieu*, Albin Michel, 2006
- Michel Onfray, *Traité d'athéologie*, Grasset, 2005

### Pierre Bothuan

- Jean-Marc Bot, *Les Mystères de la vie éternelle : toutes vos questions sur l'au-delà...*, Artège, 2017
- Michel Wackenheim, *Qu'est-ce que la vie éternelle ?*, Bayard, 2017

### Sur la vie près la mort

- Jean-Jacques Charbonier, *Les 7 Bonnes Raisons de croire à l'au-delà : le livre à offrir aux sceptiques et aux détracteurs*, Guy Trédaniel, 2012
- Patricia Darré, *Les Lumières de l'invisible : je voudrais vous parler de la vie éternelle*, Michel Lafon, 2013
- Raymond A. Moody, Paul Perry, *Témoins de la vie après la vie*, J'ai Lu, 2012
- Patrice Van Eersel, *La Source noire : révélations aux portes de la mort*, 1986, rééd. Le Livre de Poche, 2007

### Davina Delor 122

- Davina Delor, *Secrets de méditation : méditer, c'est contempler la lumière de la paix en soi*, Dangles, 2019
- Davina Delor, *L'Agenda de la sagesse 2020 : méditation, bien-être*, Dangles, 2019

### ET AUSSI...

- Renaud George, préface d'Alain Franco, *La Croissance grise : des seniors dans la ville*, Éditions de l'Aube, 2013
- Julia Mourri, Clément Boxebeld, *Oldyssey : un tour du monde de la vieillesse : à la rencontre des initiatives qui rapprochent les générations*, Seuil, 2019
- Collection « Old'up », éditions In press, 7 titres parus depuis 2017
- Wilfrid Lupano, Paul Cauuet, *Les Vieux Fourneaux*, 5 vol., Dargaud, 2014-2018
- *La Mémoire qui flanche*, documentaire d'Eric de Chazournes, 2019, disponible en ligne
- *Candelaria*, film de Jhonny Hendrix Hinestroza, 2018

