

Le Calendrier Maya et l'Art de Rêver

Par Kenneth Johnson

L'un des aspects du travail avec le Calendrier Sacré en tant que chemin spirituel est l'art de rêver. Trop souvent, nous négligeons cet outil simple mais puissant. Et pourtant, nous rêvons tous - et bien que certains d'entre nous n'aient pas de penchant particulier pour l'astrologie ou la divination, nous avons tous la capacité d'acquérir la sagesse et la guidance à partir de nos rêves. En fait les Mayas eux-mêmes ne négligent jamais l'art de rêver. Les rêves des apprentis Gardiens des Rêves sont toujours étroitement surveillés par leur enseignant car ils constituent une partie essentielle de leur formation spirituelle.

Selon les Mayas, chaque être humain naît avec deux âmes. L'une d'elle s'appelle le uxlab. Le mot espagnol 'anima' est souvent utilisé pour décrire cet aspect de l'âme car il est identique à ce que les chrétiens catholiques considèrent comme l'âme. Celle-ci est investie dans le corps et la respiration. Elle demeure dans le corps jusqu'au moment de notre mort.

Le deuxième aspect de l'âme est tout autre. Parfois, les Mayas utilisent le mot Nawal pour décrire cet aspect de l'âme. Le mot est emprunté au nom Nahuatl nagual et cela signifie exactement la même chose. Le nagual n'est pas dévolu à l'organisme mais peut se déplacer librement à travers le plan astral et le plan spirituel, ce qu'il fait pendant que nous dormons. Lors de ses voyages, il rencontre et interagit avec d'autres naguals voyageurs, qu'ils soient humains, animaux, végétaux ou même minéraux. Nos rêves sont façonnés et créés à partir de telles interactions.

Alors que tous les êtres vivants possèdent une essence nagual ou spirituelle, le nagual d'un être humain se distingue de celui des autres

êtres vivants. Notre nagual peut être plus justement appelé uk'ij uwach, ce qui, dans la langue K'iche', signifie littéralement "le visage de son jour". En d'autres mots, c'est l'énergie modèle ou l'empreinte du jour du Calendrier Sacré où nous sommes nés. Notre signe du jour est notre nagual, notre essence spirituelle, notre empreinte archétypale. Et c'est cette âme qui rêve.

Les rêves sont un sujet de discussion important au sein des communautés traditionnelles mayas. Les rêves sont faits pour être partagés avec les autres. Nous devrions remercier même nos pires cauchemars car ils constituent des signaux d'avertissement, nous alertant sur le fait que nous avons besoin d'agir et de changer quelque chose dans nos vies qui ne sert pas notre objectif.

L'importance des rêves est démontrée par la façon dont les Mayas en parlent.

Ils utilisent une terminologie et une syntaxe spéciales qui sont également utilisées lorsqu'ils racontent des histoires ou des mythes anciens mais qui ne sont pas spécifiques au langage quotidien. En d'autres termes, même les "rêves ordinaires" sont des mythes et sont décrits à travers un discours mythique.

Alors que les "rêves ordinaires" ont de l'importance, ils ne sont cependant pas aussi significatifs que les rêves chamaniques ou archétypaux. Ces derniers constituent une catégorie de rêves totalement différente en ce sens que nous ne les expérimentons que lors d'un éveil de la coyopa. Dans le langage commun, coyopa se réfère aux "éclairs en nappe" du type de ceux qui scintillent au-dessus des montagnes et des lacs. Ce phénomène naturel trouve sa correspondance dans le corps humain; coyopa peut aussi signifier "le corps de l'éclair" ou "l'éclair dans le sang." Des chercheurs spirituels ayant séjourné parmi les Mayas ont attiré l'attention sur l'étroite correspondance existant entre le concept Maya de coyopa et celui de la kundalini en sanskrit. Coyopa et kundalini sont reliées à l'image du serpent. Des textes yogiques décrivent la kundalini comme

étant la "puissance du serpent". Les éclairs de la foudre sont eux considérés par les Mayas comme les "serpents du ciel. "

Certaines personnes sont nées avec la coyopa -ou l'éclair de l'âme- pleinement activée; d'autres la développent ou l'ont éveillée à travers de puissantes expériences spirituelles. La moitié des signes des jours contiennent "de la coyopa naturelle"; ceux qui sont nés pendant ces jours-là le sont avec le "corps de l'éclair" déjà éveillé et possèdent donc une plus grande capacité de vivre des rêves archétypaux. Alors que divers enseignants ont des opinions différentes, le Gardien des Rêves Andres Xiloj de Momostenango a cité ces signes des jours : Akbal, Chicchan, Cimi, Manik, Lamat, Eb, Ben, Ix, Men et Caban. (permettez-moi de préciser que bien que ce soit une technique K'iche', j'utilise des noms Yucatec pour les signes des jours car ils sont plus familiers pour la plupart des gens.)

Certaines personnes expérimentent un éveil de coyopa lors d'expériences spirituelles inhabituelles ou lors d'une cérémonie initiatique chamanique.

Si la coyopa est éveillée, les dieux eux-mêmes nous contactent directement à travers nos rêves en utilisant l'énergie de coyopa comme moyen de communication entre leur monde et le nôtre. Les dieux nous transmettent des messages - ou du moins, ils essaient de le faire. Les Mayas croient que les rêves sont épineux, essayant sans cesse de se jouer de nous en rendant les messages difficiles à retenir ou à déchiffrer. De nombreuses personnes au sein de notre société occidentale ont signalé des rêves où un "vieux sage" ou "vieille sage" leur apparaîtrait en apportant un puissant message. Dans la plupart des cas, les véritables paroles de ce message sont perdues et oubliées. Les Mayas croient que cela fait partie intégrante de l'Art de Rêver. Nous devons apprendre à rêver avec clarté et lucidité afin que les messages qui nous sont communiqués par les dieux demeurent dans notre mémoire et soient accessibles à notre esprit conscient après que nous nous soyons réveillés. Agir par rapport au désir

inhérent d'oublier est un combat. Un rêveur archétypal est un guerrier spirituel.

Comment, alors, allons-nous cultiver ces rêves archétypaux? De toute évidence, nous devons prêter attention au jour où les rêves se produisent. Les signes énumérés ci-dessus étant spécialement privilégiés par la coyopa sont des jours où les rêves archétypaux sont particulièrement susceptibles de se produire. Nous pouvons également essayer d'induire de tels rêves avec des techniques de méditation. Par exemple: Buvez un verre d'eau tiède mélangée à une cuillère à soupe de jus de citron. Faites ceci environ une heure après le repas afin de vous donner le temps de digérer ainsi que de vous donner le temps d'aller plusieurs fois aux toilettes avant d'aller vous coucher.

Pendant l'endormissement, pratiquez des respirations profondes et régulières. Videz votre esprit de toutes pensées et inquiétudes relatives à la journée qui vient de s'écouler, à la journée à venir, ou à la vie quotidienne de manière générale. Au lieu de cela, imaginez les ailes d'un oiseau battant lentement et en cadence, les ailes du nagual vous transportant dans le monde du rêve.

Laissez le mouvement serein du vol du nagual vous guider vers la magie d'un rêve archétypal. Il est dit que les rêves qui se produisent dans les heures précédant l'aube, juste avant le réveil, sont les plus importants.

Il est intéressant de noter que l'interprétation Maya des rêves est extrêmement individualisée. Les Gardiens des Rêves Mayas ne font pas d'interprétation selon une liste définie de symboles du type que l'on peut trouver dans un quelconque ouvrage de "sorcière gitane" ici, aux États-Unis. Le symbolisme du rêve est, en substance, unique pour chaque individu rêveur et sa perspective de la vie. Nous devrions toujours faire un compte-rendu du jour lors duquel un rêve se produit et prendre en compte la signification symbolique du signe du jour lors de l'approche de notre rêve.

Si un rêve demeure "incomplet", en ce sens que les paroles du dieu ne sont pas mémorisées par le rêveur ou que le souvenir du rêve semble imprécis et sans message clair, l'enseignant peut demander à l'apprenti chaman de recréer le rêve et d'y entrer à nouveau pour le terminer. Ceci, bien sûr, est une technique étroitement liée à ce que l'on pourrait appeler "le rêve lucide", dans le sens où le rêveur est un participant actif plutôt que passif. Ici encore, le Calendrier Sacré est d'une grande importance. Disons qu'un tel rêve archétypal "incomplet" -ou divine communication- a eu lieu le 4/Chuen.

La prochaine récurrence d'un jour Chuen aura lieu vingt jours plus tard; ce sera le 11/Chuen. Au cours de ces vingt jours, le Gardien des Rêves va méditer sur le rêve et sa signification dans la perspective de tenter de le réintégrer et de l'amener à son terme. La tentative de réintégrer le rêve aura lieu le 11/Chuen.

Bien que les sources de connaissances de Carlos Castaneda demeureront sans doute toujours controversées, il est communément admis que son livre sur l'art de rêver est l'un des manuels les plus concrets et efficaces pour induire des rêves lucides. Cependant, ce n'est pas tout le monde qui a la capacité de devenir un rêveur lucide. Dans ce cas, il est possible d'entrer dans un état méditatif en utilisant tous les pouvoirs de l'imagination pour recréer visuellement le paysage du rêve tel qu'il était lorsque celui-ci a pris fin. Ensuite, projetez votre âme profondément jusqu'au cœur de ce paysage et attendez de voir ce qu'il se passe. Qui apparaît ? Que disent-ils ? Y a-t-il des animaux présents ? Quels messages vous offrent-ils ?

Voilà mes amis, c'est tout pour le moment. À l'avenir, j'espère pouvoir échanger d'autres techniques du cheminement Maya. Depuis que j'ai publié il y a de nombreuses années l'horoscope des cinq-signes de l'Arbre de Vie dans 'Jaguar Wisdom' (*la Sagesse du Jaguar*) j'ai eu la chance d'apprendre certaines choses concernant une technique plus avancée utilisant neuf signes du jour (dix, si vous comptez l'Année du Seigneur). Avant de partager ces techniques avec vous, il me faut obtenir la permission de mes enseignants au Guatemala. Ils ont partagé avec moi leurs significations particulières

pour chacun des treize nombres ainsi qu'une technique de méditation spécifique que certains Gardiens des Rêves appellent "le Vol du Serpent à Plumes» impliquant qu'un mois lunaire soit mis de côté lors de chacun des cycles Tzolkin afin d'accomplir une série de spéciales méditations guidées. J'espère que mes enseignants me permettront de partager ces cheminements merveilleux avec vous.

Jusque-là, vous pouvez visiter www.jaguarwisdom.org ou www.twitter.com/jaguarwisdom (*en anglais*)

www.maya-portal.net

Traduction Française: P. Linda Steketee
linda@mayanmajix.com