

UTILISATION DU TZOLK'IN POUR COMPRENDRE NOS RÊVES

Par **Kenneth Johnson**

Selon certains Gardiens-des-Jours Mayas, chaque être humain naît avec deux âmes. L'une d'elles est connue sous le nom d'*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 et y demeure jusqu'au moment de notre mort.

Le deuxième aspect de l'âme est tout autre. En langage K'iche', on l'appelle *uwach uk'ij*, ce qui signifie littéralement "le Visage de son Jour." En d'autres mots, c'est le modèle ou l'empreinte énergétique du jour du Calendrier Sacré au cours duquel nous sommes nés. Le plus souvent, les Mayas utilisent le mot *nawal* pour décrire cet aspect de l'âme. Le mot est emprunté au nom Nahuatl : *nagual*, bien que son sens soit différent de ce que vous avez pu lire dans les livres de Castaneda. Pour les Mayas K'iche', notre *nawal* est notre signe-du-jour, notre essence spirituelle, notre empreinte archétypale. Et c'est cette âme-là qui rêve. L'*anima* est investie dans le corps humain, mais le *nawal* ne l'est pas. Il peut se déplacer librement dans le monde astral lorsque nous sommes endormis. Dans ses voyages, il peut rencontrer et interagir avec d'autres *nawales* voyageurs, qu'ils soient humains, animaux, végétaux ou même minéraux. Nos rêves sont façonnés et créés à partir de ces interactions.

Je savais depuis de nombreuses années que les Gardiens-des-Jours utilisent le travail sur les rêves pour suivre les progrès spirituels de leurs clients. L'enseignant chamanique, ou guide, est également un expert en interprétation des rêves, quelqu'un capable de guider l'élève dans l'apprentissage de comment accéder aux rêves archétypaux à travers lesquels les dieux nous parlent. Les rêves sont utilisés pour diagnostiquer les états physiques et mentaux. Barbara Tedlock a mentionné cette pratique dans son étude de référence "Time and the Highland Maya" - 1981 (*Le Temps et les Mayas des Hautes Terres*), ainsi qu'à travers une collection d'objets ethnographiques sur les pratiques culturelles du rêve. Elle n'a pas fourni plus de détails.

Dans le cadre de notre Projet Curandera, ma collègue Anita Garr et moi-même avons rendu visite au célèbre Gardien-du-Jour de Momostenango, Rigoberto Itzep Chanchavac, qui avait accepté de nous parler des concepts Mayas concernant le fonctionnement des énergies dans le corps. Toutefois lorsque nous sommes arrivés, il nous a dit préférer discuter des rêves. Il nous a fait une description détaillée de la technique chamanique d'interprétation des rêves (qui

seront présentées dans le nouveau livre). Dans cet article je ne peux que vous en donner un simple aperçu.

Voici comment cela fonctionne. J'utiliserai les termes K'iche' qui m'ont été enseignés plutôt que les mots Yucatèques plus courants que l'on trouve sur Internet tout en mettant les termes Yucatèques entre parenthèses afin qu'il y ait le moins de confusion possible pour le lecteur.

1) Tenez à jour un journal de vos rêves. Notez le jour du *Ch'ol q'ij* (*Tzolk'in* - en Yucatèque) où le rêve se produit.

Comment distinguer le jour où survient un rêve ? Supposons que nous faisons ce rêve un 5-Ajpu (Ahou). C'est un jour où au coucher du soleil, les chamans allument des bougies dans leurs sanctuaires pour accueillir l'énergie de 6-Imox (Imix) qui est sur le point de commencer. L'énergie d'Imox (Imix) va s'accroître tout au long de la nuit tandis que 5-Ajpu va progressivement disparaître dans le monde souterrain. Lorsque l'aube arrive, l'énergie de 6-Imox sera seule à gouverner et 5-Ajpu aura complètement disparu. Par conséquent, le jour où le rêve se produit est le 6-Imox.

2. Recherchez dans le rêve tous les symboles qui sont en corrélation avec le signe-du-jour Imox. Il est bien sûr possible que souvent vous ne puissiez faire le lien entre le symbolisme de votre rêve et celui du signe-du-jour. **Mais si une synchronicité se manifeste cela signifie que vous avez fait un rêve important.**

3. Certains jours sont plus importants que d'autres. Soyez particulièrement attentifs en ce qui concerne les rêves qui se produisent le jour de votre signe personnel. Don Rigoberto nous a également dit que ceux qui surviennent les jours du *nawa/Iq'* (Ik) sont particulièrement importants.

4. Il n'existe pas de signification toute faite ou prédéterminée telle qu'on peut en trouver dans les ouvrages d'interprétation des rêves au magasin du coin. Supposons que vous avez rêvé vous être disputé avec quelqu'un. Si le rêve s'est produit un jour No'j (Caban), cela signifie que vous êtes en désharmonie avec votre communauté car No'j concerne les pensées et les idées que nous partageons avec les autres. Si le rêve s'est produit un jour Ajpu (Ahou), vous êtes en désharmonie avec vos ancêtres car Ajpu symbolise ceux qui sont venus ici avant nous. Dans ce cas vous devriez donc ici prendre en considération votre famille au sens élargi et réfléchir aux schémas dysfonctionnels de son fonctionnement qui continuent à affecter votre vie. Si vous rêvez que vous êtes en train de planter des graines un jour Q'anil (Lamat), cela signifie que votre

projet actuel va s'épanouir car Q'anil symbolise la récolte ; les cérémonies agricoles ont lieu pendant les jours Q'anil et c'est aussi le jour où les *curanderas* cueillent les herbes médicinales. Si ce rêve se produit un jour Tz'ikin (Men), cela signifie que vous êtes sur le point de rentrer de l'argent car Tz'ikin est le "jour de l'argent", les graines de votre rêve symbolisent donc des graines de prospérité. Si ce rêve se produit un jour Tijax (Etnab), cela signifie que vous allez enseigner quelque chose aux autres car l'une des significations les plus importantes de Tijax est "le maître spirituel", les graines de votre rêve représentent donc ici des "graines de sagesse".

Il est clair qu'il est nécessaire de connaître le symbolisme des signes-des-jours de façon détaillée afin d'effectuer cette pratique.

5. Voici quelques détails supplémentaires acquis auprès de Barbara Tedlock plutôt que directement de Don Rigoberto. Cependant, ils font tous deux partie de la même tradition : Andres Xiloj fut l'enseignant de Barbara et Don Rigoberto a étudié directement auprès des membres de la famille Xiloj.

Si un rêve demeure "incomplet", en ce sens que le souvenir du rêve semble imprécis et sans message clair, vous pouvez terminer le rêve en essayant de l'induire à nouveau. Là encore, le Calendrier Sacré revêt une grande importance. Supposons que ce rêve "incomplet" s'est produit le 4-B'atz' (Chuen). Le prochain Jour B'atz' aura lieu vingt jours plus tard, ce sera le 11- B'atz'. Pendant ces vingt jours, vous pouvez méditer sur ce rêve et sa signification afin de vous préparer à essayer de l'induire à nouveau et de le terminer. Ce que vous essaieriez de faire le 11 B'atz'.

Cette technique est étroitement liée à celle du "rêve lucide", dans le sens où le rêveur est un participant actif plutôt que passif, mais ceux d'entre nous qui n'ont pas maîtrisé l'art du rêve lucide (c'est-à-dire la majorité d'entre nous) peuvent également accomplir cette technique comme une méditation, en permettant aux souvenirs de ce rêve de vous guider - par l'imagination - à retrouver un état modifié de conscience dans lequel vous pouvez "visualisez" la conclusion de ce rêve. Chose intéressante, cette méthode est reproduite dans presque tous ses détails par les analystes jungiens sous le terme d'"imagination active".

6. Si vous désirez induire consciemment un rêve important, voici une technique du Yucatan. Faites-le le jour de votre signe personnel ou un jour Iq'. Buvez un verre d'eau tiède mélangé à une cuillère à soupe de jus de citron. Faites-le environ une heure après le dîner afin de vous donner le temps de digérer et d'aller plusieurs fois aux toilettes avant d'aller vous coucher. Pendant

l'endormissement pratiquez une respiration profonde et régulière. Videz votre esprit de toutes pensées et inquiétudes relatives à la journée qui vient de s'écouler ou à la vie quotidienne en général. Puis, imaginez les ailes d'un oiseau qui battent lentement et en cadence, ce sont les ailes du *nawa*/vous transportant dans le monde du rêve. Laissez le mouvement serein du vol du *nawa*/vous guider vers la magie du rêve archétypal.

<http://jaguarwisdom.org/>

Traduction : P.linda Steketee

<http://www.mayanmajix.com/french.html>