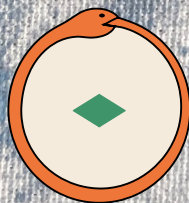


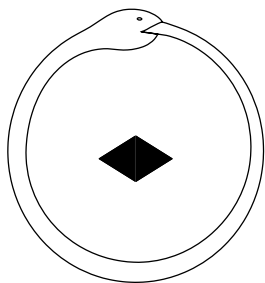
TERRE SANS MAUX,  
DÉPRESSION, RÊVE ET ABEILLES

Carlos Papá, Cristine Takuá  
et Ivanildes Kerexu



cahiers  
SELVAGEM





## TERRE SANS MAUX, DÉPRESSION, RÊVE ET ABEILLES

Carlos Papá, Cristine Takuá et Ivanildes Kerexu

*Ce cahier est la transcription d'extraits du cours « FRUITS DE NHE'ĒRỸ [où les esprits se baignent] ; TEMBI'U PORÃ • TEMBI'U VAIKUE Nourriture Bonne et saine | Nourriture mauvaise malsaine », avec Carlos Papá et Ivanildes Kerexu, lors du cycle présentiel AYVU PARÁ<sup>1</sup>, qui s'est déroulé le 31 mai 2023, au Museu das Culturas Indígenas [Musée des Cultures Autochtones], à São Paulo. La couverture de ce cahier est une partie de l'œuvre réalisée pendant le cycle par les artistes : Alexandre Wera, Maria Djera, Marcinho Xunu, Wera Juninho, Rafael Kaje, Kauê Karai et Bruno Djeguaka.*

### DÉPRESSION

**IVANILDES KEREXU:** Les anciens disent toujours qu'en plus de manger des aliments sains, nous avons besoin de **mbaraete**, c'est-à-dire de renforcer l'esprit. Je pense que cela manque. Notre esprit a également besoin d'être renforcé. C'est un débat que nous avons soulevé dans les villages. Je suis la coordinatrice de ma région au sein du Forum des Communautés Traditionnelles, et nous y discutons de projets pour voir comment nous pouvons travailler sur le problème de la dépression. Nous ne voulons pas laisser nos jeunes aux **juruá** [personne non autochtone, littéralement « barbu »] pour qu'ils fassent ce qu'ils veulent, c'est-à-dire les envoyer chez un psychologue. Là où nous vivons, nous sommes dans cette construction. Nous, les leaders, ne nous arrêtons pas à la maison. Nous vivons dans ces débats, ces réunions ... Nous laissons nos familles de côté pour nous battre pour nos droits, pour la collectivité des villages. Cela me fait beaucoup réfléchir.

---

1. Du cycle présentiel est né le cycle en ligne **AYVU PARÁ – dessin de la parole –**, composé de 13 leçons-films et animé par Carlos Papá et des invités, sur les significations de différents mots de la langue **Guarani**. Pour en savoir plus, ainsi que pour accéder aux cahiers et à d'autres ressources qui complètent les leçons, visitez la [page du cycle](#) sur le site web de Selvagem.

CARLOS PAPÁ: La dépression, c'est quand on cherche à savoir qui on est. Qui je suis ? Je m'appelle Carlos Papá, mais comment je suis vraiment ? Je ne me sens pas moi-même, qui je suis. Quand nous allons à la maison de prière, le chef spirituel nous dit : « Ah, vous vous appelez tel ou tel, vous venez de tel ou tel endroit, c'est à cet endroit que vous appartenez et vous avez pris soin de cet endroit. Vous venez de là et c'est pour cela que vous êtes ici ». Vous vous souvenez certainement de quelque chose à propos de cet endroit. Pour se souvenir de cet endroit, il faut se concentrer. Lorsque vous vous levez et que vous marchez le long du chemin, vous ressentez ce que l'on appelle « *Nhemopyambú nhendurã rupi nhemopyrõ* », ce qui signifie « marcher et sentir le son de son propre pied ».

Ainsi, le bruit de votre pied et de votre marche produira un son, ils vont engendrer des récits de vos pas. Chaque lieu émet un son différent : c'est là que vous irez sonner, où vous écouterez les grillons, les oiseaux, le vent, les rivières, vous verrez les gens, les animaux, les choses, les fleurs, les arômes, les odeurs, enfin... Là-bas, il y aura un son. Quand le pied est ici, c'est un autre son. Si je marche là, c'est un autre son. Ce son fera des combinaisons des espaces et des lieux de l'environnement où vous êtes, afin que vous puissiez retrouver votre moi intérieur... et écouter. Dès lors, vous sentirez vos pas tels qu'ils sont, pas seulement marcher pour marcher, mais en connexion directe avec *Nhe'ẽrỹ. Nhe'ẽrỹ*, où les âmes se baignent, ce n'est pas marcher pour marcher, il faut marcher en se concentrant, en sentant, en écoutant ses pas, son corps et en même temps l'odeur et le vent.

Ça, c'est la vraie guérison. Il ne sert à rien d'avoir un médecin, un guérisseur. C'est vous-même. Être dans cet état de concentration pour se sentir soi-même, se sentir nous-même et faire ressortir ce qui est caché là. Quand on se pose cette question, quand on attire cette forme de dépression, c'est parce qu'on a une certaine limite, et on ne sait pas d'où vient cette limite. Pour guérir, il faut être dans la forêt. Il faut marcher sur les feuilles, dans l'eau, sentir... Continuez à pratiquer, continuez à décharger... Vous verrez, vous n'aurez plus besoin de prendre de médicaments.

Aujourd'hui, on s'inquiète également du fait que la technologie nous donne tellement d'informations que nous ne ressentons plus. Vous

voulez connaître la couleur de cette ligne ou celle du jaguar ? Vous ne faites plus de dessin et ne dites plus « oh, je pense que c'est comme ça ». Vous allez directement sur votre portable et vous cherchez « quelle est la couleur ? », « ah, je pense que c'est comme ça », et voilà, c'est prêt, ça arrive déjà tout prêt. Ça ne vous donne pas le temps de penser, ça ne vous donne pas le temps d'imaginer, donc ça vous laisse en quelque sorte coincé et dépendant de tout ça. Vous êtes piégé, mais vous ne savez pas de quoi. Le moyen est donc de ramener cette connexion de l'obscurité, qui est coincée là, de la ramener et de la ressentir à nouveau. À partir du moment où vous découvrirez votre moi intérieur, vous serez beaucoup plus heureux, vous vous accepterez : « Oh, je suis comme ça, je suis un peu en désordre, mais je suis comme ça et je suis très heureux ». Voilà, ça, c'est la guérison.

## LES RÊVES

CRISTINE TAKUÁ: Je voudrais parler de la nourriture parce qu'une idée m'est venue. Il y a différentes formes de nourriture. Il y a la nourriture qui nourrit notre corps. Je m'amuse à dire que la nourriture nourrit nos bedaines. Mais il y a une autre sorte de nourriture, celle de l'esprit. J'ai souvent insisté sur le fait que nos âmes s'anémient si nous cessons de rêver ; de sorte que si vous passez de nombreuses nuits sans rêver, cela crée une sorte d'anémie. Si vous mangez trop peu de vitamines, votre sang reste faible, votre corps est faible. Si vous rêvez peu ou pas du tout, ou si vous ne vous souvenez jamais, votre esprit deviendra anémique.

Je commence à réfléchir et à relier la dépression à une sorte d'anémie de l'esprit. Parce que les gens ont un rythme très rapide et cette petite chose ici (*elle montre le portable*) nous plonge dans un univers d'informations qui, lorsqu'il fait nuit, nous empêche parfois même de respirer. On ne s'arrête pas pour sentir le temps, le vent, sentir les messages qui nourrissent notre esprit. Lorsque je vois de nombreux jeunes qui souffrent de dépression ou de tristesse, ou en arrivent au point plus fort qu'est le suicide – quelque chose de très triste –, je vois une profonde anémie de l'âme. Nous devons nourrir notre esprit, nourrir notre âme et rêver davantage.

Les rêves nous orientent et nous mettent sur le sens de la compréhension ; comme lorsque vous mangez de l'*ora-pro-nóbis*, lorsque vous mangez de la nourriture puissante et forte et que vous devenez fort et en bonne santé pour faire des choses. Lorsque nous rêvons beaucoup, nous recevons des conseils qui nourrissent notre esprit. En réfléchissant à ces nombreuses formes d'alimentation et comment nous sommes parfois forts, apparemment, mais en réalité très faibles, anémiés. Ce que je dis est peut-être un peu métaphorique, mais il s'agit pour nous de comprendre la dimension de ces nombreux aliments qui imprègnent notre existence.

**KEREXU:** Le rêve est très important sur notre chemin et pour notre vie quotidienne. Les rêves se présentent sous deux formes : il y a le rêve spirituel, un bon rêve qui nous montre le chemin, et il y a aussi le rêve qui peut nous égarer du chemin. Il y a donc deux rêves dont il faut être conscient. C'est pourquoi il est très important, lorsque nous rêvons, de le raconter à une personne plus âgée qui se trouve dans le village : « J'ai fait tel rêve, qu'est-ce que cela signifie ? » Parfois, un rêve semble réel, mais il peut s'agir d'une déviation du bon chemin. C'est pour cela que l'on se réveille et que l'on doit en parler à la personne pour qu'elle puisse déchiffrer le rêve.

Et, selon moi, il y a le rêve de vouloir quelque chose. J'avais l'habitude de rêver et de penser, quand je voyais ces *xeramõi kuery*, *xejaryéi kuery*, les hommes plus âgés, les femmes plus âgées, je disais : « Quand je serai grande, je serai comme ce *xeramõi* là-bas, comme cette personne là-bas ». Nous devons avoir ce rêve, nous devons être inspirés pour ne pas nous perdre. Je pense que c'est que les jeunes ont besoin d'aujourd'hui : être inspirés en voyant les personnes plus âgées qui sont là.

Mon grand-père m'a toujours inspirée. Je le voyais dans sa vieillesse donnant des conseils... Ses conseils étaient vraiment bons. Je voyais ses enfants autour de lui, tous adultes, et je me disais : « Je serai comme lui, je donnerai des conseils à tout le monde ». Aujourd'hui, je dis toujours que notre rêve est de donner aux gens la force d'affronter ces moments difficiles que nous traversons, auxquels nous devons faire face. Aujourd'hui, j'ai cette vision que nous avons besoin de rêver, c'est nécessaire.

Lorsque nous voulons quelque chose, nous devons nous concentrer, à l'intérieur de notre rêve, au fait que cette chose devienne réalité. Nous avons même plusieurs chants qui sont apparus à travers de ces rêves – parfois pour renforcer quelqu'un qui est malade, ou pour renforcer quelque chose que nous aimerions voir se produire, alors cela vient à travers le rêve. Il existe également diverses formes de rêves pour renforcer le chant. Les chants de la maison de prière sont généralement transmis par les rêves, par les pajés, par les religieux qui s'y trouvent.

**PAPÁ:** Dans le rêve, il faut y être pleinement. Quand on apporte une guérison ou qu'on cherche quelque chose, on ferme les yeux. Quand on va prier, par exemple, on ferme les yeux. Ou si vous pensez à quelque chose de très profond, vous fermez les yeux. Pourquoi fermons-nous les yeux ? Parce qu'on cherche la guérison.

Cette façon de guérir et en même temps d'être, de nourrir l'esprit, c'est quand vous vous rendez compte que, sur le chemin, le soleil est avec vous. Vous marchez et derrière vient l'ombre. Selon l'endroit où le soleil frappe, l'ombre vous accompagne. Quand vous réalisez que c'est la nuit, que c'est l'obscurité qui vous berce, vous devez vous abandonner complètement, parce qu'avant de naître, nous sommes dans le ventre de notre mère et nous ne pouvons rien voir, nous ne savons pas ce qui se passe quand nous sommes dans le ventre de notre mère. Mais on reconnaît la voix de sa maman, la voix de son papa, la voix de quelqu'un d'autre, mais on ne voit rien. Malgré tout, on se sent bien, on se sent en sécurité, bien au chaud. Une fois que nous sommes nés et que nous avons grandi, nous oublions notre obscurité intérieure, nous oublions que l'obscurité est maman, que l'obscurité est là tout le temps. Quand vous marchez, l'ombre vous accompagne ; elle est la maman, toujours avec vous. Donc, quand vous allez vous coucher, l'obscurité vous berce.

Vous avez travaillé toute la journée et vous allez vous reposer, vous fermez les yeux... L'obscurité est avec vous, elle est en vous, encore une fois, pour vous berce. Comprenez que l'obscurité est avec nous tout le temps, pour que nous puissions nous reposer, pour nourrir notre esprit. C'est pourquoi nous devons faire ressortir notre moi, le moi qui est à l'intérieur de l'obscurité, et avoir une compréhension intégrée du

fait que l'obscurité est un être très profond, auquel nous devons prêter attention pour rêver, et c'est là que la mère-obscurité commence à dire des choses : « Oh, c'est ça, il va se passer ceci... ». Il y a aussi des moments où vous ne vous sentez pas bien et c'est pour cela que des choses confuses apparaissent. Vous devez faire une pause et apporter des réponses à vous-même, inconsciemment : « Qu'est-ce que j'ai fait ? Que se passe-t-il ? » Ensuite, l'obscurité vous donnera des informations, elle vous dira de marcher, parce que, où que vous alliez, l'ombre est avec vous ; l'ombre est l'obscurité. C'est pourquoi nous devons avoir la liberté de lâcher prise et d'entrer à nous-même lorsque nous sommes au lit. Oubliez les portables, oubliez les livres, oubliez tout. « Oh, je veux dormir... alors toi, tu me berces pour que je puisse me reposer, apporte-moi de bonnes choses. » Faites ce test et l'obscurité vous endormira et vous serez heureux.

## LES ABEILLES

**KEREXU:** Nous n'avons pas d'abeilles, mais elles sont très importantes, surtout la *jataí*, qui fait partie de la religion autochtone *Guarani*. La cire est très importante pour fabriquer les petites bougies que nous allumons dans la maison de prière. À l'heure des baptêmes, nous l'utilisons beaucoup, à l'heure du baptême du maïs, le baptême de l'eau, le baptême du *ka'a* – c'est-à-dire la *yerba mate* – et le baptême des enfants. À ces moments-là, nous utilisons beaucoup la petite bougie faite avec de la cire de *jataí*. Nous nous peignons également le visage et certaines parties d'articulations, les jambes, les chevilles, afin que les jeunes puissent se protéger contre les mauvais esprits qui pourraient les gêner dans leur vie. Parce que nous croyons que lorsque nous sommes jeunes, notre esprit est faible, et c'est pourquoi nous devons nous protéger, nous devons faire toutes ces peintures pour que la vie du jeune soit protégée de ces esprits. C'est pourquoi nous avons pensé à élever cette abeille, mais aujourd'hui elle est très difficile à trouver dans la forêt. En *Tupi-Guarani*, son nom est *yata'i*, et sa cire est *araity*.

**PAPÁ:** Le méliponaire est extrêmement important pour la préservation des abeilles natives, des abeilles sans dard. Dans notre village, nous avons encouragé les jeunes à s'occuper des abeilles, mais aussi, à leur parler et à interagir avec elles. Là, nous n'avons pas uniquement des *jataí*, et mon fils Bruno Djeguaká, un jeune *Guarani*, est celui qui coordonne le méliponaire.

**BRUNO DJEGUAKÁ:** Je m'appelle Bruno Djeguaká et je m'occupe des abeilles. Il y a des *jataí*, des *mandaçaia*, des *uruçu* et des *mandaguari*. Et j'apprends avec elles aussi. On peut faire du sirop avec le miel, on peut faire beaucoup de choses... et je continue à apprendre.

**PAPÁ:** Je pousse les jeunes à connaître ce côté, à apprendre avec les animaux et les insectes. C'est ainsi que *Nhe'ẽrỹ* devient plus forte. C'est l'une des façons dont l'École vivante enseigne – « enseigne » non, elle soutient. Je trouve que le mot « enseigner » est moche, on a l'impression que tout le monde ne sait rien. J'encourage à apporter un soutien pour que les jeunes aient plus d'intérêt à valoriser leur propre parcours, et c'est en se valorisant et en apprenant à se connaître qu'ils comprendront les étapes de leur propre vie.

À l'École vivante que Cris et moi coordonnons<sup>2</sup>, nous faisons toujours l'activité de marcher dans la forêt, de planter ; nous parlons aussi de l'importance de l'odorat, pour que les jeunes puissent sentir les odeurs et les reconnaître – ça c'est l'enseignement, non pas forcer les jeunes à savoir ça, mais pour qu'ils aient la sensibilité d'apprendre progressivement, à connaître ce côté-là, que vivre a du bon.

## TERRE SANS MAL

**PAPÁ:** Nous avons une cosmologie, selon notre mode de pensée, de la « terre sans mal » ; mais « terre sans mal » est une façon qu'ils ont trouvée, un nom créé pour donner une idée de ce lieu. Quand on dit

---

2. *Mbya Arandu Porã*, dans la Terre Autochtone de Ribeirão Silveira, à Bertioga, dans l'État brésilien de São Paulo.



*nhamoatyro nhande reté imarãe'y aguã py*, cela signifie se transformer, transformer un être pour l'immortalité. Lorsque vous venez à *Nhe'ẽrỹ* pour trouver le lieu promis, à partir du mouvement qui se trouve dans ce lieu spécifique, la personne qui prie, le conducteur – qui est spiritualisé – et le groupe qui est ensemble et préparé, atteindrons des illuminations spirituelles durant lesquelles ils seront transformés en êtres qui trouveront l'immortalité. Nous croyons que nous sommes venus au monde avec notre corps, mais que nous avons aussi la capacité de revenir avec notre corps et notre âme sans mourir. Le défi de notre venue au monde est d'enseigner aux gens qu'il n'est pas nécessaire de mourir pour trouver la vie céleste, la vie promise, la vie paisible. Il n'est pas nécessaire de rencontrer la mort pour devenir immortel. Ça, c'est très clair dans notre cosmologie, dans notre pensée, et c'est pourquoi on l'appelle *Yvy marã e'y*. Cette « terre sans mal » n'est qu'une invention, une idée, peut-être créée juste pour réaliser plus ou moins ce qu'elle serait. Ce n'est pas exactement un lieu, mais c'est la transformation vers une vie d'immortalité, la découverte de ce monde d'immortalité, qui est une forme de « terre sans mal ».

Pour être en connexion et accepter qui vous êtes, les grands sages parlent de découvrir la sensation des pas, de la marche, de ce qui est important. Pour les *Guarani Mbya*, c'est quand on marche très lentement, sans faire de bruit, et qu'on marche fermement pour écouter le bruit et le ressentir, pour que le corps ait de la souplesse. Il ne s'agit pas seulement de marcher, mais d'être en connexion avec tout. Il y a le grand arbre, l'arbre de taille moyenne et le petit arbre, et même la plus petite chose, même un minuscule grain de poussière, est là pour donner de petites fleurs. Si vous l'analysez, vous verrez qu'il y a une fleur. Et sans s'en rendre compte, on passe tout droit, on ne la remarque pas, mais c'est agréable de sentir qu'on en fait partie, de marcher fermement et en connexion, d'essayer de voir et de se souvenir par où on est passé. Cela apporte une certaine force, cela apporte ce réseau, comme le réseau d'énergies qui alimente notre marche, notre respiration, parce que nos pores captent les informations et les énergies. C'est pourquoi marcher est très important ; et sentir, pas seulement marcher, il faut aussi sentir le son. Le jour où vous allez vous promener sur la place,

quelque part, il faut sentir le son : « pam, pam, pam » ; si vous marchez sur un tronc d'arbre, cela fera un autre bruit : « tom, tom, tom, tchi, tchi, tchi » ; sur les rochers, c'est un autre son : « rop, rop, rop, chi, chi, chi » ; cela fera un son... Et cela vous nourrit, cela semble sans importance, mais c'est très important d'écouter le son. Ce son alimente la batterie de la vie.

## CARLOS PAPÁ

Carlos Papá est un leader et cinéaste autochtone du peuple *Guarani Mbya*. Il travaille sur des productions audiovisuelles depuis plus de 20 ans, avec l'objectif de renforcer et de valoriser la culture *Guarani Mbya* en réalisant des documentaires, des films et des ateliers culturels pour les jeunes. Il est le coordinateur de l'École vivante *Guarani – Point de culture Mbya Arandu Porã*. Il joue également le rôle de chef spirituel de sa communauté. Il vit dans le village de Rio Silveira (SP), où il prend part aux décisions collectives et tente d'aider sa communauté à trouver des moyens de mieux vivre. Il est également conseiller de l'Institut Maracá et représentant pour la côte nord de São Paulo de la commission *Guarani Yvy Rupa* (CGY).

## CRISTINE TAKUÁ

Cristine Takuá est philosophe, éducatrice et artisane, titulaire d'un diplôme de philosophie de l'Université d'État de São Paulo. Elle a enseigné pendant douze ans à l'école publique autochtone *Txeru Ba'e Kuai'*. Elle fait partie de Selvagem depuis 2019 et coordonne actuellement le dialogue avec les cinq Écoles vivantes, des projets autochtones visant à renforcer et à transmettre les connaissances traditionnelles. Elle est représentante du NEI (Centre d'éducation autochtone) au département de l'éducation de l'État de São Paulo et membre fondatrice du FAPISP (Forum pour l'articulation des enseignants autochtones dans l'État de São Paulo). Elle est directrice de l'Institut Maracá, qui gère conjointement le musée des cultures autochtones de São Paulo. Elle a été coordinatrice de la commission *Yvy Rupa Guarani* de 2016 à 2019. Elle vit dans la terre autochtone Rio Silveira, située à la frontière entre les municipalités de Bertioga et São Sebastião.

## IVANILDES KEREXU

Ivanildes Kerexu est habitante de la terre autochtone de Boa Vista, dans le village de Rio Bonito. Kerexu se bat depuis de nombreuses années pour défendre son territoire et renforcer la culture de son peuple *Guarani Mbya*. Elle est une grande défenseuse des droits des femmes et tente de guider les jeunes générations par de belles et bonnes paroles.



**TRADUCTION**  
**SOLENI BISCOUTO FRESSATO**

Historienne et sociologue, membre *O Olho da História* [L'œil de l'histoire], Laboratoire de Réflexion Transdisciplinaire sur la Crise de la Modernité et d'Indices, Réseau International de Recherche en Sciences Humaines et Sociales. Ses dernières réflexions portent sur la crise générale de la rationalité moderne et néolibérale et sur l'urgence de créer des alternatives transformatrices pour vivre et penser.

**RÉVISION**  
**CHRISTOPHE DORKELD**

Travaille depuis plus de vingt ans dans la production de films documentaires pour le cinéma et la télévision. Français installé depuis plusieurs années dans l'État du Mato Grosso do Sul, il collabore également avec des communautés *Kaiowá*, *Guarani* et *Terena* dans le cadre de projets culturels.

La production éditoriale des Cahiers Selvagem est le fruit du travail collectif du groupe de Traductions Selvagem. La coordination éditoriale est assurée par Anna Dantes et la coordination par Alice Faria. La mise en page est faite par Tania Grillo et Érico Peretta, et la coordination du groupe de traduction vers le français de Christophe Dorkeld.

Plus d'informations sur [selvagemciclo.org.br](https://selvagemciclo.org.br)

Toutes les activités et le matériel de Selvagem sont partagés gratuitement. Pour ceux qui souhaitent donner quelque chose en retour, nous vous invitons à aider financièrement les Écoles vivantes, un mouvement qui soutient 5 projets autochtones pour le renforcement et la transmission des savoirs.

Pour en savoir plus : [selvagemciclo.org.br/apoie](https://selvagemciclo.org.br/apoie)