

LE COEUR DANS LE SHIVAIISME TANTRIQUE DU CACHEMIRE

Article paru dans [Connaissance des religions](#) numéro 57-58-59.

On sait que, dans les traditions gnostiques de l'Inde (sâmkhya, vedânta, jñâna-yoga), le coeur (*hrid* ou *hridaya*) n'est pas associé au sentiment mais à la connaissance; il n'est point le siège des sensations, émotions ou passions mais celui de l'intellect, au sens guéronien du terme, de cette pure intuition intellectuelle (*buddhi* ou *mati*) qui voit directement les choses dans leur lumière véritable sans passer par l'intermédiaire du mental (*manas*). Bien plus, depuis les plus anciennes upanishads [1], le coeur est considéré comme le centre de l'« âme vivante » individuelle (*jîvâtman*), identique en son essence au Principe suprême de l'univers (*Paramâtman* ou *Brahman*). Notre individualité humaine est à la fois somatique et psychique ou, en termes hindous, grossière et subtile. C'est de tout ce composé - et pas seulement du corps matériel - que le coeur (la « caverne » ou le « sanctuaire ») du coeur est le centre. En tant que viscère musculaire, qu'organe central de l'appareil circulatoire, il semble certes commander et rythmer la vie et, lorsqu'il s'arrête, la vie apparemment s'arrête. Mais il ne s'agit que de la vie d'un corps, de ce corps « fait de nourriture » (*annamaya*). La vie subtile, elle, peut continuer, se prolonger sous d'autres formes individualisées, existant à nouveau autour d'un centre, donc, symboliquement, d'un « coeur ». Mais cela n'est pas encore le plus important. Car, au-delà de la Vie - même écrite avec une majuscule -, au-delà des « vies » - même si l'on ne conçoit pas ces dernières comme une suite mécanique et simpliste de « réincarnations » -, ce coeur métaphysique dont nous parlons demeure en tant que Conscience. Or cette Conscience ne naît ni ne meurt, ne croît ni ne décroît, elle n'est pas plus soumise au temps qu'à l'espace, elle n'a pas de forme, elle n'a pas de cause, pas d'opposé ou de complément, elle EST. Source de vie, le Coeur (n'hésitons pas ici à employer la majuscule) transcende donc la vie. Il est le « Soi » (*âtman*) le plus intime de l'être, il est l'Être (*sat*), il est la Conscience (*chit*) dont l'unique objet, non distinct d'elle-même, est la Béatitude (*ânanda*). Il connaît toutes choses mais Lui, nul ne Le connaît (comme on connaîtrait un « autre »). Pour Le connaître, il faut être Lui (« Il Se connaît Lui-même par Lui-même »). Cet enseignement, si simple et insondable, est à son tour au « coeur » de toute la Tradition hindoue ; il en constitue l'essentiel, le noyau indestructible. Il n'est même pas exagéré d'affirmer que quiconque l'aurait compris - intellectuellement compris d'abord puis surtout effectivement « réalisé » - pourrait se dispenser d'étudier tout le reste, toutes les autres spéculations, pratiques ou techniques qui ne sont, selon les expressions védantiques, que des « amusements d'enfants » et des « châteaux dans les nuées ».

De quelque façon que l'on considère le tantrisme - comme une réadaptation orthodoxe (et ultime) du Veda à des temps « obscurcis » (*kali-yuga*) ou comme une révélation divine entièrement nouvelle et autosuffisante qui rend ce même Veda périmé et inutile - une chose est certaine: la doctrine de l'« identité suprême » entre le Soi individuel et le Soi universel, que nous avons vue être au centre de l'enseignement upanishadique, se trouve dans les Agamas et les Tantras maintenue et préservée, tout comme l'importance attribuée au coeur en tant que symbole de l'*âtman* et « lieu » de l'identification sans retour ou, en un mot, de l'« Eveil » (*unmesha*, *bodha*). Ici le lecteur qui connaîtrait principalement le tantrisme par son système des *chakra* développé dans *le hatha-yoga* et le *kundalîni-yoga* - et malheureusement repris et dénaturé aujourd'hui par toutes sortes d'ouvrages médiocres - songerait peut-être au *chakra* du coeur ou *anâhata* à douze pétales. Mais il serait victime d'une confusion car ce lotus, où il est dit que doit être tranché le « noeud de Vishnou » (le noeud de la pensée égotique), n'est pas le séjour du Soi [2]. Et d'autre part le « coeur d'Eveil » que nous

évoquions n'est pas un *chakra* parmi d'autres, situé dans la hiérarchie classique des *chakra* entre *manipûra* ou *nâbhi* (le nombril) et *vishuddha* ou *kantha* (la gorge). Il est cela sans doute mais il peut être beaucoup plus, au point de rendre presque superflue la considération des autres « roues ». Mais, pour le comprendre pleinement, il faut se tourner vers la branche la plus métaphysique du tantrisme hindouiste, à savoir le shivaïsme non dualiste du Cachemire ou *Trika* [3], - nom générique en fait pour plusieurs écoles florissantes entre les IXe et XIIIe siècles.

On rencontre assez fréquemment dans cette tradition les expressions de « Coeur universel », « Coeur divin » ou « Coeur du Seigneur ». Elles sont en intime relation avec la notion de « vibration » (*spanda*). L'univers tout entier, en effet, résulte d'un ébranlement originel (en réalité hors du temps), d'un choc, d'une vibration ou pulsation. L'univers « bat » et vibre. Mieux, il *est* cette pulsation, cette vibration éternelle. Il est le Coeur du Shiva suprême (*Paramashiva*), encore appelé *Bhairava* (le Terrible), *tattva* ou *mahâsattvâ* (Réalité ultime), *svârûpa* (essence), *shûnyatâ* (vacuité), *âtman* (Soi) : Conscience absolue (*chiti*, *chaitanya*, *samvid*) dont la caractéristique essentielle est la liberté (*svâtantrya*). Car c'est parce qu'elle est souverainement libre que cette Conscience peut se nier elle-même, se cacher à elle-même, obscurcir son essence lumineuse à l'aide de sa *mâya-shakti* (énergie d'illusion), se diviser en sujet et objet, « moi » (*aham*) et « ceci » (*idam*), apparaître sous la forme d'un monde multiple et changeant, dans lequel elle « jouera » à se perdre (le jeu étant l'expression même de la liberté) et duquel elle aspirera plus tard, Elle que rien ne saurait enchaîner, à se « libérer ». Dans sa réalité foncière, cependant, *Paramashiva* est immuable, à l'égal du *Parabrahman* des upanishads. Il est Lumière indifférenciée, indivise, inaltérable, à la fois conscience-lumière (*prakâsha*), resplendissant de son propre éclat, et conscience-énergie (*vimarsha*) ou énergie (*shakti*) qui prend librement conscience d'elle-même dans un frémissement premier, un acte pur et vibrant (*spanda*), identique au souffle de vie (*prâna*). Mais il importe plus que tout de comprendre que ces deux consciences, symbolisées dans le tantrisme par un couple divin (*yâmala*), n'en font qu'une (il n'y a pas plus trace de dualisme que de panthéisme, de créationnisme ou d'évolutionnisme dans cette doctrine). *Shiva-Shakti* constituent la réalité indissoluble de *Paramashiva* ou Coeur universel.

Pour rejoindre celui-ci - ce qui est une façon de parler car en vérité il n'y a rien à acquérir, nous sommes *déjà* ce coeur -, on parle, selon les écoles, de reconnaissance » (*pratyabhijñâ*) ou d'« élan » (*udyama*), deux manières assez voisines de souligner le caractère purement intuitif, immédiat et dynamique de ce qui est demandé. Selon la première conception, il suffit, pour recouvrer sa véritable nature, sa « shivaïté », de « reconnaître » celle-ci dans son coeur par une prise de conscience fulgurante qui ne laisse aucune place à l'alternative et au doute, illumination non progressive, non programmée, possible à chaque instant dans la perception d'un objet quelconque (on « y est » ou on « n'y est pas », on ne peut pas y être « à moitié »). Selon la seconde formulation, ce qui permet l'identification avec l'Absolu, c'est un « élan », une adhésion subite et inconditionnelle de la conscience au phénomène, tel qu'il apparaît dans l'instant, sur le vif, sans surimposition. Et là encore cet acte pur, qui est « émerveillement » (*chamatkara*), ne peut jamais se produire dans le mental, qui n'utilise que du connu [4], mais uniquement dans le coeur, seul apte à saisir le frémissement initial de l'énergie. Mais, pour que cette vérité puisse nous « percuter », il faut quitter les abstractions et épouser la voie (qui, dans sa forme supérieure, devient une « non-voie », *anupâya*), plonger dans la vie brûlante, faite de surprises et d'obstacles. La tantrisme, en effet, rappelons-le, a peu d'estime pour la spéculation pure et le renoncement ascétique. Il ne dévoile ses secrets que dans une pratique, au sein d'un monde qu'il tient pour « réel » - à la différence du vedânta shankarien - puisque pour lui *Shiva* est la Totalité, à la fois transcendante et immanente, et que rien, pas même le changement, pas même l'illusion ou l'ignorance n'est extérieur à *Shiva* [5]. Aussi, dans la voie tantrique, fait-on feu de tout bois.

Comme l'écrit Abhinavagupta, le maître le plus éminent du Cachemire, égal en profondeur à Shankara et Nâgârjuna: « Au moment de pénétrer dans la Réalité suprême, on considère comme un moyen tout ce qui se trouve à portée, fût-ce licite ou illicite; parce que, d'après le Trika, on ne doit alors se soumettre à aucune restriction [6]. »

Cet élan du coeur, qui court-circuite toute raison, les docteurs du Trika le comparent encore à la précipitation haletante du père ou de la mère qui bondit pour sauver la vie de son enfant; ou bien à l'état intérieur de l'homme qui cherche à se souvenir d'un mot oublié: après des efforts répétés et vains, soudain le mot jaillit dans la conscience, « comme un produit direct du coeur ». Intensifiée, canalisée, maîtrisée, cette énergie brute reçoit alors le nom de *bhâvanâ*. Il s'agit là d'une faculté tantrique essentielle, qu'il est impossible de rendre d'un seul mot. Elle est à la fois imagination créatrice (*imaginatio vera*, disaient nos alchimistes, et non *imaginatio phantastica*), puissance intuitive, capacité d'évocation sensorielle (concernant les cinq sens et pas seulement la visualisation, comme on le croit souvent), très grande plasticité psychique et sensibilité spirituelle suraiguë, - et son énergie, en tout cas, est telle qu'on la dit apte à « fixer » la pensée (presque encore au sens hermétique), le paradoxe étant que, pour donner sa pleine mesure, elle ne doit s'accompagner d'aucun effort corporel ou mental. Détente parfaite, apaisement, « état naturel » constituent le terrain ou l'arrière-plan sur lequel *bhâvanâ* peut pleinement se déployer. Et là aussi toute sensation subtile, toute évocation part du coeur et vient s'y résorber. La moindre interférence mentale ou égotique (ce qui est la même chose, le mental n'existant que pour la survie de l'ego) détruirait l'« émerveillement » et nous replongerait dans le monde de la dualité. C'est pourquoi, dans cette voie, vigilance et lucidité sont indispensables, au moins autant que l'« imagination vraie ». En outre il faut préciser que la spontanéité n'est pas le « spontanéisme », tel que l'entendent certains courants modernes. Il ne s'agit pas ici d'une « mystique sauvage », quête aveugle et infra-rationnelle de sensations occultes, recherche de transe ou d'extase à tout prix. Etre ouvert à la Totalité ne veut pas dire accepter n'importe quoi. Comme toute voie indienne, le Trika suppose donc une initiation, un climat spirituel, un encadrement, une perspective. Ce qui en lui peut séduire - l'extraordinaire liberté et variété des moyens proposés - ne doit nullement faire oublier son exigence et son caractère irréductible à toute vulgarisation. Pour y entrer, pour ne pas s'y perdre, on doit avoir une « vocation », une prédisposition « héroïque » ou « divine ». Elitisme il y a bien, même s'il ne s'établit pas sur des critères de race, de caste, de sexe, de morale conventionnelle ou de savoir livresque. Là encore le choix se fera par le coeur et la transmission s'opérera « de coeur à coeur » [7].

Comment épanouir le coeur, comment d'abord y pénétrer? Si le coeur est vraiment la porte et la clé, l'ouverture et la voie, « l'accès au sans-access » selon l'expression shivaïte, existe-t-il des moyens - autres que la simple foi, l'élan, la ferveur - pour transmuier cette certitude théorique en expérience vivante? Abhinavagupta répond: « Il faut que le sage pénètre dans son coeur au moment où son énergie est fortement stimulée; quand il s'absorbe dans la pure énergie subjective; quand il accède à l'extrémité de toutes les *nâdî*; lorsque l'énergie se rétracte dans le Soi universel ou encore s'épanouit (en s'intégrant) à tout l'univers. » Ces propos fort elliptiques appellent quelques commentaires et surtout quelques exemples que nous emprunterons en grande partie à l'un des Tantras les plus vénérés du Cachemire: le *Vijñâna-Bhairava* [8].

Le premier de ces cinq moyens fait allusion à l'« effervescence de l'énergie » (*shaktishobha*), au choc vibratoire que peut susciter, chez un être de sensibilité affinée et doué également de *vîrya* (puissance virile concentrée, vitalité profonde et mûre) une impression sensorielle quelconque: son, cri, chant, image, couleur, forme belle, toucher, saveur, odeur, et aussi souvenir, évocation voluptueuse. Tout plaisir sensuel en effet renvoie à l'énergie divine de félicité (*ânandashakti*) ou « pointe » vers elle (ou en est un reflet si l'on voit les choses en sens inverse) car tout désir profondément est désir du Soi dans sa plénitude.

La jouissance, qu'elle soit esthétique ou amoureuse, est donc par nature unifiante, elle abolit ou suspend la dualité entre sujet et objet. Mais alors que le profane ne vit généralement ces moments que dans une saisie avide ou bien comme une compensation à un mal-être - une lueur brève dans une existence terne -, le yogî s'y établit avec une sorte de fraîcheur lucide jusqu'à y retrouver la « saveur » (*rasa*) de sa vraie nature. Il assiste en lui-même au déploiement et à la résorption de l'énergie, il « retourne », pour ainsi dire, l'énergie en conscience, il épouse si bien le mouvement passionnel ou émotionnel qu'il s'en rend maître et s'en détache. Telle est la signification profonde des rites secrets de la « Main gauche » (sur lesquels on a dit tant de bêtises), et le fait que, même en Inde, ils aient pu être déformés ou détournés - et cela bien avant notre époque - n'y change rien. Ces moyens prohibés par l'orthodoxie brahmanique - l'alcool, la consommation de viande, l'union sexuelle avec une « messagère » (*dûtî*) ou une *yoginî* -ne sauraient « libérer » que des êtres déjà libres d'égoïsme, d'avidité, d'attachement. Pour les autres ils ne seront que ténèbres sur ténèbres, poisons sur poisons. En ce qui concerne l'énergie sexuelle en particulier, il est clair qu'elle n'est spirituellement opérative que si elle coïncide avec la force ascensionnelle de la *Kundalini*. C'est à l'intérieur du « canal médian » (*madhyanâdî*) que les amants doivent éprouver l'afflux de félicité (*ânandasamplava*) et cela, précisent certaines écoles, de façon « simultanée » (*sâmarasya*, « saveur commune »). Et c'est dans le rayonnement du coeur que doit se produire la transmutation de la semence chez l'homme et du « sang » chez la femme, fusion du « blanc » et du « rouge » qui constitue, avec la maîtrise du souffle et la mise à mort du mental, un des « trois bijoux » tantriques (*triratna*).

Cette pratique n'a de toute façon aucun caractère contraignant ni obsessionnel, elle n'a été recommandée - et parfois pour un temps limité - qu'à certains hommes ou femmes doués d'un tempérament approprié. Pour susciter l'émerveillement, pour plonger dans le coeur vibrant (*sahridaya*), les maîtres du Cachemire nous suggèrent ce moyen mais aussi, comme sur le même plan, beaucoup d'autres. Écoutons Somânda, fondateur de l'école *Pratyabhijñâ*: « On perçoit le premier ébranlement de la volonté dans la région du coeur au moment où l'on se souvient de quelque chose qu'on doit accomplir (mais qu'on avait oublié); à l'instant précis où l'on apprend une nouvelle qui cause un grand bonheur; lorsqu'on éprouve une peur inattendue; quand on perçoit de façon imprévue une chose que l'on n'avait jamais vue; à l'occasion de l'épanchement du sperme ou lorsqu'on en parle; et aussi quand on récite (un texte) d'une façon très précipitée ou lors d'une course (échevelée). Dans ces multiples circonstances, toutes les énergies de la conscience sont frémissantes (*vilolatâ*) et elles sont brassées les unes avec les autres en un seul acte vibrant [9]. » Ainsi toutes les émotions fortuites de la vie (joie, surprise, appréhension, frayeur, affolement, déception, vexation, frustration, curiosité, colère, faim, soif, vertige et même éternuement...) peuvent-elles être positivement exploitées et réorientées, du moins quand elles atteignent un certain paroxysme, une certaine intensité vibratoire et surtout quand elles sont « dénudées » - pour reprendre le vocabulaire évlien -, c'est-à-dire dépouillées de toute surimposition morale (justification, condamnation, bien, mal), non nommées, non conceptualisées, vécues comme de pures énergies divines (ou parfois démoniaques, si on les refuse ou si on ne peut les intégrer). A l'instant précis de son surgissement, toute émotion ou passion, toute tendance psychique est « pure », unique, indifférenciée; la conscience la pénètre totalement, la dualité n'existe pas. L'erreur et le danger ne naissent que quand le « Je », d'abord un avec l'expérience, s'en distingue (ce qui va très vite), se pense et se pose comme sujet, agent, expérimentateur: *je suis furieux, je suis triste, je suis joyeux*, etc. Plus le mouvement émotionnel est fort, plus l'ego d'ailleurs est lent à se reconstituer. Il est « débordé » et privé de ses repères. Cet instant de désarroi peut être une chance spirituelle. Le silence, le vide, la dépossession remplacent le tumulte et, n'ayant plus rien à saisir ni à quoi se raccrocher, l'être à bout de ressources peut enfin se trouver face à face avec sa véritable nature, « roi nu ».

C'est là, plus que jamais, qu'il doit s'enfoncer dans la vacuité de son coeur et réaliser ce vide non comme un néant, non comme une halte provisoire ou un refuge consolateur mais comme son essence originelle et intemporelle, - ce qu'Abhinavagupta appelait plus haut « s'absorber (ou se résorber) dans la pure énergie subjective (entendons du Sujet transpsychologique) ». C'est alors la « Reconnaissance », comme de retrouver (mais d'une manière inattendue) un être cher après une longue séparation.

La plupart des moyens d'Eveil que nous venons de parcourir sont en quelque sorte fournis par la vie et l'on ne peut guère les provoquer, on peut seulement les accueillir et les transformer lorsqu'ils surgissent. S'ils ont la faveur des shivaïtes, c'est précisément en raison de ce caractère non fabriqué, non mental, non prévisible. En revanche il est d'autres procédés qui relèvent davantage d'une méthode, d'un yoga: yoga différent du *râja-yoga* de Patañjali sans doute, lequel repose sur un certain fond « dualiste » (le *sâmkhya*) et sur l'idée d'« union » (étrangère au monisme pur où il n'y a rien à unir); différente aussi du *hatha-yoga* de l'école Nâth, qui est à la fois volontariste, gradualiste et « violente », trois qualificatifs qu'on ne peut guère appliquer au Trika [10]; mais yoga tout de même, qui ne croit guère aux « exercices », aux disciplines, aux refrètements, mais suit son propre chemin, libre et insaisissable pour atteindre l'Eveil. La connaissance approfondie des *chakra*, des *nâdi*, autrement dit du corps énergétique, fait partie de cette tradition, même si la description qu'elle en donne diffère parfois de celle des écoles mieux connues en Occident. Ainsi le terme *chakra* (on en distingue essentiellement cinq) y garde-t-il son sens plein de « roues » tournoyantes et vibrantes [11]; les *nâdi* - dans la même perspective dynamique - n'y sont pas des conduits statiques et pour chacun identiques par lesquels les souffles circuleraient mais des « courants », des « flux » que l'on doit apprendre à capter, à vivifier, à dilater ou à apaiser, notamment à partir du coeur. Le déplacement de ces énergies très subtiles est volontiers décrit comme un fourmillement et le *Vijñâna-Bhairava* (66) fait même allusion à des techniques d'effleurement ou de « chatouillement » des aisselles ou d'autres endroits particulièrement sensibles pour susciter l'épanouissement de la conscience [12]. Quant au coeur, lorsqu'il n'est pas visualisé comme une roue rayonnante à douze rayons, il est décrit comme une cassette ronde et creuse, faite de deux lotus entrelacés: le lotus supérieur, d'après un commentaire, figure la connaissance et le lotus inférieur, l'objet connu; entre eux, dans le vide intermédiaire (*madhya*), réside le sujet connaissant (*V.B.* 49). On exalte encore (avec des termes tels *quekha*, *hridâkâsha*, *vyoman*, *antarvyoman*, *paravyoman*) l'« espace du coeur », l'« éther du coeur », la « voûte » ou le « firmament du coeur ». Ces expressions valent plus par leur puissance évocatoire que par leur rigueur doctrinale. Ils renvoient à la double notion connexe de « milieu » et de « vacuité » (le moyeu vide de la roue qui fait tourner la roue: c'est d'ailleurs un des sens du mot *kha*) et l'on pourrait certes se demander, en bonne orthodoxie védantique, ce que signifie vraiment un « espace vide » (un « contenant sans contenu », comme s'interrogeait Guénon). Il faut spécifier d'autre part que la « vacuité » dans la doctrine Trika est différente de celle que l'on rencontre dans les textes Mâdhyaika (bien que des influences réciproques ne soient pas exclues et que, sur un plan opératif, le tantrisme hindouiste et le tantrisme bouddhiste offrent de grandes similitudes). Il ne s'agit pas ici d'évacuer l'être, le Soi (qui pour les Hindous reste indestructible, irremplaçable car il se confond avec la Conscience même), mais de vider cet être, si l'on peut dire, de tout ce qui serait « objectif » (mental ou matériel, nom-et-forme), de le « désobjectiver » [13]. Cela relève d'un art. Evoquer (au moyen de *bhâvanâ*) la vacuité dans n'importe quelle partie du corps, de manière instantanée et éblouissante; ou bien étendre cette vacuité à l'« objet corps » tout entier; méditer sur celui-ci comme s'il ne contenait rien à l'intérieur, la peau n'étant qu'un « mur », une pellicule diaphane entre deux vides, etc.: tout cela, dans une certaine mesure, s'apprend mais se heurtera souvent à des résistances insoupçonnées. L'individu n'accepte pas facilement de quitter la prison qu'il s'est lui-même construite. C'est une chose

que de jouer philosophiquement avec l'idée de vacuité et c'en est une autre que de la réaliser directement dans son corps et dans son mental, jusqu'à n'être plus qu'une forme vide, une énergie sans contours, sans limites, rayonnante et vibrante [14].

Relèvent d'un art également les pratiques de souffle lorsqu'elles sont intériorisées et non pas réduites à une simple jonglerie respiratoire en vue d'obtenir des « pouvoirs ». Le souffle expiré (*prâna* dans cette tradition) part du coeur et va mourir dans un « point » situé à douze largeurs de doigt du bout du nez (le « *dvâdashânta* externe »); depuis ce point, avec l'inspiration (*apâna*), le souffle revient se reposer dans le coeur: c'est là le stade élémentaire de la méthode qui, cependant, poursuivi avec sérieux, apporte déjà l'équilibre et la quiétude. Dans un stade ultérieur et supérieur, le souffle sera verticalisé, conduit depuis le coeur, en bas, jusqu'à la couronne de la tête, en haut (le « *dvâdashânta* interne »), l'expiration étant toujours conçue comme la force ascendante et l'inspiration comme la force descendante. Dans ce transfert (d'ailleurs spontané) de l'horizontalité à la verticalité, de l'« amplitude » à l'« exaltation », on serait tenté de voir ce que d'autres traditions ont appelé le passage des « petits mystères » aux « Grands Mystères » - et l'on ne peut ici que rendre hommage aux lumineuses intuitions de René Guénon. Si la conquête du coeur exprime le retour à l'« état primordial » ou édénique, si elle équivaut à la réintégration du centre de l'être humain où se reflète le Centre suprême, alors on est obligé d'admettre que cet état, pour élevé et merveilleux qu'il soit, ne représente qu'une étape avant les « cieux » supraformels que symbolisent les *chakra* supérieurs et enfin la véritable transcendance ou « Délivrance » (*moksha*) que marque la traversée de la fontanelle. Dans le *kundalinî-yoga* « classique » - si cette expression a un sens - c'est bien ainsi qu'on doit envisager les choses. Mais dans le Trika il faudrait y regarder plus avant, car cette tradition n'établit pas une hiérarchie aussi nette entre les centres et n'envisage pas la progression de l'un à l'autre d'une manière aussi systématique. Pour elle l'énergie est partout - comme la conscience - et elle peut être épanouie à partir de n'importe quel *chakra*. S'il est recommandé de l'éveiller à partir du coeur, c'est surtout parce que ce centre, par sa nature « vide » et médiane, possède un pouvoir spontanément unifiant qui se transmet sans effort à tous les autres [15]. Mais, même si l'on situe Shakti dans le coeur et Shiva dans la fontanelle (ou l'inverse qui se rencontre aussi), cela n'implique jamais un rapport de subordination puisque Shakti est Shiva et Shiva est Shakti [16].

Nous avons parlé du mouvement des souffles. Il serait plus juste au fond de parler des *intervalles*. C'est en effet dans ceux-ci que l'Eveil perce, jaillit et resplendit, tandis que le mouvement, l'alternance nous maintiennent toujours dans la dualité. Intervalles donc entre les souffles (ce qu'exprime mal le mot de « rétention ») mais aussi entre les pensées, les perceptions, les désirs et même les objets matériels (tout ce qui est faille, ouverture, interstice). On tient pour très important, lorsqu'un mouvement psychique s'arrête (de lui-même, par épuisement) de ne point se précipiter mécaniquement dans un autre mouvement, une autre activité, une autre idéation mais de demeurer dans ce repos, sans attente et sans projection. La vacuité alors expérimentée recèle une incommensurable énergie, une potentialité d'Eveil, à la condition toujours de ne pas s'identifier à elle car, dans la perspective tantrique, répétons-le, le vide n'est pas ultime: c'est encore un objet, donc un obstacle, tant qu'il s'oppose à un sujet qui le perçoit comme « vide » et se perçoit lui-même comme « étant vide ». Autrement dit, il faut être capable de réaliser le vide lui-même comme vide. Alors ce « vide-de-vide » (expression que l'on trouve aussi dans la spéculation mahâyânique) peut « basculer » et se résorber dans la Plénitude (entendue ici non comme le « contraire » du vide mais comme *Paramashiva*, le sans-limite, la Totalité, la négation de toute négation, donc l'absolue Positivité).

Intervalles enfin entre les états de conscience et d'abord les deux que connaît l'individu en tant que tel: entre l'état de veille et l'état de rêve, dans l'endormissement, ce

passage insaisissable pour l'homme ordinaire entre le monde des objets sensibles et le monde des objets mentaux. C'est alors qu'il faudrait placer sa conscience dans son coeur (nous voulons dire la placer activement car, de fait, ce transfert se produit de lui-même dans le sommeil), afin d'obtenir la « maîtrise des rêves », c'est-à-dire la capacité de passer de l'état passif et hallucinatoire du rêve habituel, chargé des résidus de l'état de veille, à l'état, pleinement conscient et spirituellement dirigé, du rêve lucide (*V.B.* 55). L'autre passage, celui du sommeil au réveil, ne devrait pas moins retenir l'attention. De la même façon que Shiva produit - ou en termes judéo-chrétiens « crée » - l'univers en ouvrant les yeux et le résorbe en les fermant, chaque individu crée chaque matin son propre monde en s'éveillant et le résorbe en s'endormant. Le monde en effet n'existe pas indépendamment de la conscience. L'objet apparaît avec le sujet, s'évanouit avec lui. Veillant, rêvant, dormant sans rêve, nous passons d'un monde (c'est-à-dire d'un état de conscience) à l'autre, aucun n'étant ni plus ni moins « réel » que l'autre. Du point de vue ultime, l'univers n'a jamais commencé et ne finira jamais pour la simple raison que le temps continu n'existe pas, pas plus que le passé (simple phénomène de mémoire), le futur (simple projection de la mémoire) ni même le présent (qui, sitôt pensé, est déjà passé). Il n'y a que des *instants* toujours « actuels » dès que la conscience s'en saisit et il n'existe nulle part d'entité, de substance appelée « Temps » qui relierait ces instants entre eux. L'instant, en vérité, n'est que la « durée d'un acte de conscience [17] ». Seule cette conscience « mesure », supporte les choses et leur prête une réalité. Le yogî, qui ne croit pas au Temps, sait en revanche se glisser dans le vide interstitiel qui sépare les instants successifs, il les disjoint, les disloque, pour rejoindre le Coeur, l'instant-choc, l'instant éternel.

Au terme de ce voyage au centre du Soi, dont nous n'avons esquissé que quelques aspects, le pèlerin, devenu « roi des yogîs » (*yogîndra*), aura acquis, sans vraiment le chercher, le double pouvoir de Shiva: celui de rétracter le monde en un seul point (*samâdhi* aux yeux clos: *nimîlaramâdhi*) et celui de le manifester, dans une libre et totale expansion des sens (*samâdhi* aux yeux grands ouverts: *unmîlanasamâdhi*). Dès lors, que lui resterait-il à accomplir? Libéré *detout*, il est libre *pour* tout. Rien ne lui est extérieur. Il perçoit tout en lui-même comme son propre Soi et son corps limité est devenu le corps cosmique de Bhairava, la « Merveille cosmique » (*vapus*). Un avec la Shakti, indiscernable d'Elle, « Il Se connaît Lui-même par Elle-même ». Vis-à-vis des « autres » - qu'il ne voit plus comme réellement séparés de lui - il n'est que grâce, amour, ruissellement de dons et de faveurs. S'il n'est pas encore devenu un « délivré vivant » (*jîvan-mukta*), la mort, qui n'est jamais elle aussi qu'un intervalle, lui donnera l'occasion de se fondre enfin dans le Coeur de Shiva, le Très-Bénéfique.

Pierre Feuga

[1] « Quel est donc ce Soi (*âtman*) ? - C'est cet Etre infini (*purusha*) qui s'identifie avec l'intellect et qui réside au milieu des organes - c'est cette Lumière qui brille au-dedans du coeur » (*Brihad-âraryaka-up.*, IV, III, 7). « Dans ce séjour de *Brahman* est un petit lotus, une demeure dans laquelle est une petite cavité occupée par l'Ether (*âkâsha*) ; on doit rechercher Ce qui est dans ce lieu et on Le connaîtra » (*Chândogya-up.*, VIII, I, 1). « *Brahman* est réalité, connaissance, infinitude. Celui qui sait qu'il est caché dans le creux (du coeur) et au suprême firmament, il réalise tous ses désirs avec le sage *Brahman* » (*Taittirîya-up.* II, 1). Pour ce qui est des upanishads plus récentes, on pourrait multiplier des citations analogues.

[2] Celui-ci est figuré par un lotus à huit pétales en dessous du péricarpe de l'*anâhata*. Cf. le *Satcakranirûpana* dans la trad. de Tara Michaël: *Corps subtil et corps causal*, (Le Courrier du Livre, 1979, p. 118-119). C'est sur ce lotus rouge dont la corolle est tournée vers le haut que l'adoration mentale (*mânasa-pûjâ*) de la divinité d'élection (*ishta-devatâ*) doit être pratiquée. C'est aussi là que se trouve le « passage » par lequel l'âme du sage s'échappe au moment de la mort.

[3] *Trika* signifie « triade », ce qui peut être interprété à différents niveaux: soit la conscience (Shiva), l'énergie (Shakti) et l'individu limité (qui d'ailleurs ne font qu'un) ; soit les trois voies de retour vers l'Absolu qui leur correspondent (voie divine, voie de l'énergie, voie de l'individu) et qu'étudie spécialement l'école Spanda (ou Trika au sens étroit du terme); soit encore les trois énergies de Shiva (son « trident »): volonté, connaissance, activité. Autres triades implicites: sujet connaissant, connaissance, objet connu ; *Agama*, *Spanda*, *Pratyabhijñâ* (les trois sources textuelles ou *shâstra* que reconnaissent les shivaïtes du Cachemire). Notons enfin que le mantra suprême de ceux-ci, AHAM (le Je universel correspondant au HÛM tibétain), est composé de trois éléments : A + HA + M. A et HA sont respectivement la première et la dernière lettre de l'alphabet sanskrit, ils symbolisent Shiva et Shakti. M symbolise l'individu. Toutes les lettres comprises entre A et HA représentent les différentes puissances cosmiques présidant à la manifestation, les *mâtrikâ*.

[4] Le mental est composé de quatre facultés principales : raison, mémoire, volition et imagination (passive, à distinguer de *bhâvanâ*). Par aucune de ces quatre facultés, ni par leur conjugaison, il n'est possible d'atteindre l'Eveil. Mais, une fois l'Eveil obtenu, on « réalise » que le mental *aussi* est dans Shiva puisque tout, absolument tout est dans la Conscience. Dès lors la pensée est perçue comme une forme, une manifestation de la Conscience, et elle cesse d'être une entrave. Il faut noter d'ailleurs que la « mise à mort du *manas* dans le cœur » (qui est un des « trois joyaux » tantriques) n'implique pas la cessation définitive de toute activité mentale. Ce qui est brisé, « tué », c'est la relation entre l'ego et la pensée. Il reste une pensée mais il n'y a plus de « penseur ».

[5] La principale différence peut-être entre les deux « non-dualismes », celui du vedânta et celui du Trika, tient à la conception de la liberté. Le vedântin pense essentiellement à « se libérer », à être « libre de » (en anglais *freedom from*) et il met pour cela l'accent sur la renonciation, l'élimination, l'isolement. L'approche du Cachemire est, elle, englobante, elle n'exclut rien. C'est être « libre de » mais en un sens positif : « libre de faire » (*freedom to*). Pour une comparaison approfondie entre les deux doctrines, nous conseillons un excellent livre écrit par un Indien, L. N. Sharma : *Kashmir Saivism*, Ed. Bharatiya Vidya Prakashan, U. B. Jawahar Nagar, Bungalow Road, Delhi 110007.

[6] *Tantrâloka* IV, 273-275. Trad. Lilian Silburn.

[7] On présente trop souvent le tantrisme sous un aspect « froid » et « dur », en raison des excès (réels ou imaginés) de certaines sectes. Pourtant Abhinavagupta, que l'on ne peut guère soupçonner de sentimentalisme, écrit: « L'initiation doit être donnée sans hésiter à ceux qui ont reçu la grâce (*shaktipâta*) et sont pleins de pitié (*kripâ*) et d'amour universel (*maitri*) » (*Tantrâloka* XXIII, 22-23). Le *Vijñâna-Bhairava*, de son côté, cite comme des disqualifications rédhitoires la méchanceté et la dureté de cœur (158).

[8] Ce texte a été pour la première fois traduit en français et commenté magistralement par Lilian Silburn, à laquelle on doit plusieurs autres travaux remarquables sur le shivaïsme du Cachemire (Publications de l'Institut de civilisation indienne, fasc. 15, Ed. E. de Boccard, Paris, 1961). J'ai proposé aussi une traduction commentée du *Vijñâna-Bhairava* (*Cent douze méditations tantriques*, Ed. L'Orignal, Paris, 1988).

[9] Traduit et cité par Lilian Silburn dans sa préface au *Vijñâna-Bhairava*, *op. cit.*, p. 39-40.

[10] Les valeurs de grâce et d'abandon sont beaucoup plus développées dans le Trika (et le shivaïsme en général) que dans les formes de yoga précitées (au Cachemire *bhakti* et

tantrisme n'ont pas été contradictoires). Pour ce qui est du gradualisme, on le trouve dans l'école Krama mais souvent, dans les autres courants, la coloration « subitiste » domine. Quant à la « violence » enfin, même lorsqu'on croit la déceler dans certaines pratiques du Trika (par exemple dans le *V.B.* 93), elle ne ressemble en rien à l'effort systématique et extrême du *hatha-yogin* sur soi-même: la douleur qu'on s'inflige est utilisée dans un but d'« ouverture », non de domination des sens.

[11] Le cosmos lui-même est une Roue immense, homogène et parfaite, dont le moyeu est la Conscience divine, Coeur universel. Cette doctrine est surtout développée dans l'école Krama.

[12] Pour comprendre l'affinité entre la sensibilité tactile et le coeur, il faut se référer au système de correspondances entre les éléments (*bhûta*), les facultés et organes de sensation (*indriya*) et les *chakra*. Le coeur correspond à l'Air, au toucher et à la peau (ainsi qu'à la faculté de jouissance et au sexe, si l'on suit le *Satcakranirûpana*, mais ce point de vue n'est pas commun à toutes les écoles).

[13] « La vacuité est la Conscience qui, réfléchissant sur elle-même, se perçoit comme distincte de toute l'objectivité en se disant: « je ne suis pas cela (*neti, neti*) ». Tel est l'état le plus élevé auquel accèdent les yogin » (*Tantrâlôka* VI, 10). On voit donc que, si les Hindous ne renoncent jamais au Soi, ils ne le conçoivent pas non plus comme une limite. Le Soi est à la fois être et non-être, et par-delà être et non-être, par-delà plénitude et vacuité.

[14] La meilleure approche contemporaine de cette voie fut donnée par Jean Klein, un des très rares Occidentaux à avoir reçu en Inde la double tradition de l'*advaita-vedânta* et de l'ancien yoga du Cachemire.

[15] L'épanouissement de l'énergie dans le coeur peut néanmoins s'accompagner de tremblements incontrôlables, de larmes, etc., réactions parfois dues à des résidus non consumés d'existences antérieures.

[16] Selon un jeu de mots célèbre, Shiva sans Shakti (symbolisée par la lettre I) est *unshava* (« cadavre »). Quant à Shakti sans Shiva, elle ne serait que destruction pure, aveugle (Kâlî à la fin du cycle cosmique).

[17] Abhinavagupta, *Tantrasâra*, 60.

LE COEUR DANS LE SHIVAIISME TANTRIQUE DU CACHEMIRE

Article paru dans [Connaissance des religions](#) numéro 57-58-59.

On sait que, dans les traditions gnostiques de l'Inde (*sâmkhya*, *vedânta*, *jñâna-yoga*), le coeur (*hrid* ou *hridaya*) n'est pas associé au sentiment mais à la connaissance; il n'est point le siège des sensations, émotions ou passions mais celui de l'intellect, au sens guéronien du terme, de cette pure intuition intellectuelle (*buddhi* ou *mati*) qui voit directement les choses dans leur lumière véritable sans passer par l'intermédiaire du mental (*manas*). Bien plus, depuis les plus anciennes upanishads [1], le coeur est considéré comme le centre de l'« âme vivante » individuelle (*jîvâtman*), identique en son essence au Principe suprême de l'univers (*Paramâtman* ou *Brahman*). Notre individualité humaine est à la fois somatique et psychique ou, en termes hindous, grossière et subtile. C'est de tout ce composé - et pas seulement du corps matériel - que le coeur (la « caverne » ou le « sanctuaire ») du coeur est le centre. En tant que viscère musculaire, qu'organe central de l'appareil circulatoire, il semble certes commander et rythmer la vie et, lorsqu'il s'arrête, la vie apparemment s'arrête. Mais il ne s'agit que de la vie d'un corps, de ce corps « fait de nourriture » (*annamaya*). La vie subtile,

elle, peut continuer, se prolonger sous d'autres formes individualisées, existant à nouveau autour d'un centre, donc, symboliquement, d'un « coeur ». Mais cela n'est pas encore le plus important. Car, au-delà de la Vie - même écrite avec une majuscule -, au-delà des « vies » - même si l'on ne conçoit pas ces dernières comme une suite mécanique et simpliste de « réincarnations » -, ce coeur métaphysique dont nous parlons demeure en tant que Conscience. Or cette Conscience ne naît ni ne meurt, ne croît ni ne décroît, elle n'est pas plus soumise au temps qu'à l'espace, elle n'a pas de forme, elle n'a pas de cause, pas d'opposé ou de complément, elle EST. Source de vie, le Coeur (n'hésitons pas ici à employer la majuscule) transcende donc la vie. Il est le « Soi » (*âtman*) le plus intime de l'être, il est l'Être (*sat*), il est la Conscience (*chit*) dont l'unique objet, non distinct d'elle-même, est la Béatitude (*ânanda*). Il connaît toutes choses mais Lui, nul ne Le connaît (comme on connaîtrait un « autre »). Pour Le connaître, il faut être Lui (« Il Se connaît Lui-même par Lui-même »). Cet enseignement, si simple et insondable, est à son tour au « coeur » de toute la Tradition hindoue ; il en constitue l'essentiel, le noyau indestructible. Il n'est même pas exagéré d'affirmer que quiconque l'aurait compris - intellectuellement compris d'abord puis surtout effectivement « réalisé » - pourrait se dispenser d'étudier tout le reste, toutes les autres spéculations, pratiques ou techniques qui ne sont, selon les expressions védantiques, que des « amusements d'enfants » et des « châteaux dans les nuées ».

De quelque façon que l'on considère le tantrisme - comme une réadaptation orthodoxe (et ultime) du Veda à des temps « obscurcis » (*kali-yuga*) ou comme une révélation divine entièrement nouvelle et autosuffisante qui rend ce même Veda périmé et inutile - une chose est certaine: la doctrine de l'« identité suprême » entre le Soi individuel et le Soi universel, que nous avons vue être au centre de l'enseignement upanishadique, se trouve dans les Agamas et les Tantras maintenue et préservée, tout comme l'importance attribuée au coeur en tant que symbole de l'*âtman* et « lieu » de l'identification sans retour ou, en un mot, de l'« Eveil » (*unmesha, bodha*). Ici le lecteur qui connaîtrait principalement le tantrisme par son système des *chakra* développé dans le *hatha-yoga* et le *kundalîni-yoga* - et malheureusement repris et dénaturé aujourd'hui par toutes sortes d'ouvrages médiocres - songerait peut-être au *chakra* du coeur ou *anâhata* à douze pétales. Mais il serait victime d'une confusion car ce lotus, où il est dit que doit être tranché le « noeud de Vishnou » (le noeud de la pensée égotique), n'est pas le séjour du Soi [2]. Et d'autre part le « coeur d'Eveil » que nous évoquions n'est pas un *chakra* parmi d'autres, situé dans la hiérarchie classique des *chakra* entre *manipûra* ou *nâbhi* (le nombril) et *vishuddha* ou *kantha* (la gorge). Il est cela sans doute mais il peut être beaucoup plus, au point de rendre presque superflue la considération des autres « roues ». Mais, pour le comprendre pleinement, il faut se tourner vers la branche la plus métaphysique du tantrisme hindouiste, à savoir le shivaïsme non dualiste du Cachemire ou *Trika* [3], - nom générique en fait pour plusieurs écoles florissantes entre les IXe et XIIIe siècles.

On rencontre assez fréquemment dans cette tradition les expressions de « Coeur universel », « Coeur divin » ou « Coeur du Seigneur ». Elles sont en intime relation avec la notion de « vibration » (*spanda*). L'univers tout entier, en effet, résulte d'un ébranlement originel (en réalité hors du temps), d'un choc, d'une vibration ou pulsation. L'univers « bat » et vibre. Mieux, il est cette pulsation, cette vibration éternelle. Il est le Coeur du Shiva suprême (*Paramashiva*), encore appelé *Bhairava* (le Terrible), *tattva* ou *mahâsattvâ* (Réalité ultime), *svarûpa* (essence), *shûnyatâ* (vacuité), *âtman* (Soi) : Conscience absolue (*chiti, chaitanya, samvid*) dont la caractéristique essentielle est la liberté (*svâtantrya*). Car c'est parce qu'elle est souverainement libre que cette Conscience peut se nier elle-même, se cacher à elle-même, obscurcir son essence lumineuse à l'aide de sa *mâya-shakti* (énergie d'illusion), se diviser en sujet et objet, « moi » (*aham*) et « ceci » (*idam*), apparaître sous la forme d'un monde multiple et changeant, dans lequel elle « jouera » à se perdre (le jeu étant

l'expression même de la liberté) et duquel elle aspirera plus tard, Elle que rien ne saurait enchaîner, à se « libérer ». Dans sa réalité foncière, cependant, Paramashiva est immuable, à l'égal du *Parabrahman* des upanishads. Il est Lumière indifférenciée, indivise, inaltérable, à la fois conscience-lumière (*prakâsha*), resplendissant de son propre éclat, et conscience-énergie (*vimarsha*) ou énergie (*shakti*) qui prend librement conscience d'elle-même dans un frémissement premier, un acte pur et vibrant (*spanda*), identique au souffle de vie (*prâna*). Mais il importe plus que tout de comprendre que ces deux consciences, symbolisées dans le tantrisme par un couple divin (*yâmala*), n'en font qu'une (il n'y a pas plus trace de dualisme que de panthéisme, de créationnisme ou d'évolutionnisme dans cette doctrine). Shiva-Shakti constituent la réalité indissoluble de Paramashiva ou Coeur universel.

Pour rejoindre celui-ci - ce qui est une façon de parler car en vérité il n'y a rien à acquérir, nous sommes *déjà* ce coeur -, on parle, selon les écoles, de reconnaissance » (*pratyabhijñâ*) ou d'« élan » (*udyama*), deux manières assez voisines de souligner le caractère purement intuitif, immédiat et dynamique de ce qui est demandé. Selon la première conception, il suffit, pour recouvrer sa véritable nature, sa « shivaïté », de « reconnaître » celle-ci dans son coeur par une prise de conscience fulgurante qui ne laisse aucune place à l'alternative et au doute, illumination non progressive, non programmée, possible à chaque instant dans la perception d'un objet quelconque (on « y est » ou on « n'y est pas », on ne peut pas y être « à moitié »). Selon la seconde formulation, ce qui permet l'identification avec l'Absolu, c'est un « élan », une adhésion subite et inconditionnelle de la conscience au phénomène, tel qu'il apparaît dans l'instant, sur le vif, sans surimposition. Et là encore cet acte pur, qui est « émerveillement » (*chamatkara*), ne peut jamais se produire dans le mental, qui n'utilise que du connu [4], mais uniquement dans le coeur, seul apte à saisir le frémissement initial de l'énergie. Mais, pour que cette vérité puisse nous « percuter », il faut quitter les abstractions et épouser la voie (qui, dans sa forme supérieure, devient une « non-voie », *anupâya*), plonger dans la vie brûlante, faite de surprises et d'obstacles. La tantrisme, en effet, rappelons-le, a peu d'estime pour la spéculation pure et le renoncement ascétique. Il ne dévoile ses secrets que dans une pratique, au sein d'un monde qu'il tient pour « réel » - à la différence du vedânta shankarien - puisque pour lui Shiva est la Totalité, à la fois transcendante et immanente, et que rien, pas même le changement, pas même l'illusion ou l'ignorance n'est extérieur à Shiva [5]. Aussi, dans la voie tantrique, fait-on feu de tout bois. Comme l'écrit Abhinavagupta, le maître le plus éminent du Cachemire, égal en profondeur à Shankara et Nâgârjuna : « Au moment de pénétrer dans la Réalité suprême, on considère comme un moyen tout ce qui se trouve à portée, fût-ce licite ou illicite; parce que, d'après le Trika, on ne doit alors se soumettre à aucune restriction [6]. »

Cet élan du coeur, qui court-circuite toute raison, les docteurs du Trika le comparent encore à la précipitation haletante du père ou de la mère qui bondit pour sauver la vie de son enfant; ou bien à l'état intérieur de l'homme qui cherche à se souvenir d'un mot oublié: après des efforts répétés et vains, soudain le mot jaillit dans la conscience, « comme un produit direct du coeur ». Intensifiée, canalisée, maîtrisée, cette énergie brute reçoit alors le nom de *bhâvanâ*. Il s'agit là d'une faculté tantrique essentielle, qu'il est impossible de rendre d'un seul mot. Elle est à la fois imagination créatrice (*imaginatio vera*, disaient nos alchimistes, et non *imaginatio phantastica*), puissance intuitive, capacité d'évocation sensorielle (concernant les cinq sens et pas seulement la visualisation, comme on le croit souvent), très grande plasticité psychique et sensibilité spirituelle suraiguë, - et son énergie, en tout cas, est telle qu'on la dit apte à « fixer » la pensée (presque encore au sens hermétique), le paradoxe étant que, pour donner sa pleine mesure, elle ne doit s'accompagner d'aucun effort corporel ou mental. Détente parfaite, apaisement, « état naturel » constituent le terrain ou l'arrière-plan sur lequel *bhâvanâ* peut pleinement se déployer. Et là aussi toute sensation subtile, toute évocation part du coeur et vient s'y résorber. La moindre interférence mentale ou égotique

(ce qui est la même chose, le mental n'existant que pour la survie de l'ego) détruirait l'« émerveillement » et nous replongerait dans le monde de la dualité. C'est pourquoi, dans cette voie, vigilance et lucidité sont indispensables, au moins autant que l'« imagination vraie ». En outre il faut préciser que la spontanéité n'est pas le « spontanéisme », tel que l'entendent certains courants modernes. Il ne s'agit pas ici d'une « mystique sauvage », quête aveugle et infra-rationnelle de sensations occultes, recherche de transe ou d'extase à tout prix. Etre ouvert à la Totalité ne veut pas dire accepter n'importe quoi. Comme toute voie indienne, le Trika suppose donc une initiation, un climat spirituel, un encadrement, une perspective. Ce qui en lui peut séduire - l'extraordinaire liberté et variété des moyens proposés - ne doit nullement faire oublier son exigence et son caractère irréductible à toute vulgarisation. Pour y entrer, pour ne pas s'y perdre, on doit avoir une « vocation », une prédisposition « héroïque » ou « divine ». Elitisme il y a bien, même s'il ne s'établit pas sur des critères de race, de caste, de sexe, de morale conventionnelle ou de savoir livresque. Là encore le choix se fera par le coeur et la transmission s'opérera « de coeur à coeur » [7].

Comment épanouir le coeur, comment d'abord y pénétrer? Si le coeur est vraiment la porte et la clé, l'ouverture et la voie, « l'accès au sans-access » selon l'expression shivaïte, existe-t-il des moyens - autres que la simple foi, l'élan, la ferveur - pour transmuier cette certitude théorique en expérience vivante? Abhinavagupta répond: « Il faut que le sage pénètre dans son coeur au moment où son énergie est fortement stimulée; quand il s'absorbe dans la pure énergie subjective; quand il accède à l'extrémité de toutes les *nāḍī*; lorsque l'énergie se rétracte dans le Soi universel ou encore s'épanouit (en s'intégrant) à tout l'univers. » Ces propos fort elliptiques appellent quelques commentaires et surtout quelques exemples que nous emprunterons en grande partie à l'un des Tantras les plus vénérés du Cachemire: le *Vijñāna-Bhairava* [8].

Le premier de ces cinq moyens fait allusion à l'« effervescence de l'énergie » (*shaktishobha*), au choc vibratoire que peut susciter, chez un être de sensibilité affinée et doué également de *vīrya* (puissance virile concentrée, vitalité profonde et mûre) une impression sensorielle quelconque: son, cri, chant, image, couleur, forme belle, toucher, saveur, odeur, et aussi souvenir, évocation voluptueuse. Tout plaisir sensuel en effet renvoie à l'énergie divine de félicité (*ānandashakti*) ou « pointe » vers elle (ou en est un reflet si l'on voit les choses en sens inverse) car tout désir profondément est désir du Soi dans sa plénitude. La jouissance, qu'elle soit esthétique ou amoureuse, est donc par nature unifiante, elle abolit ou suspend la dualité entre sujet et objet. Mais alors que le profane ne vit généralement ces moments que dans une saisie avide ou bien comme une compensation à un mal-être - une lueur brève dans une existence terne -, le yogī s'y établit avec une sorte de fraîcheur lucide jusqu'à y retrouver la « saveur » (*rasa*) de sa vraie nature. Il assiste en lui-même au déploiement et à la résorption de l'énergie, il « retourne », pour ainsi dire, l'énergie en conscience, il épouse si bien le mouvement passionnel ou émotionnel qu'il s'en rend maître et s'en détache. Telle est la signification profonde des rites secrets de la « Main gauche » (sur lesquels on a dit tant de bêtises), et le fait que, même en Inde, ils aient pu être déformés ou détournés - et cela bien avant notre époque - n'y change rien. Ces moyens prohibés par l'orthodoxie brahmanique - l'alcool, la consommation de viande, l'union sexuelle avec une « messagère » (*dūtī*) ou une *yoginī* - ne sauraient « libérer » que des êtres déjà libres d'égoïsme, d'avidité, d'attachement. Pour les autres ils ne seront que ténèbres sur ténèbres, poisons sur poisons. En ce qui concerne l'énergie sexuelle en particulier, il est clair qu'elle n'est spirituellement opérative que si elle coïncide avec la force ascensionnelle de la *Kundalinī*. C'est à l'intérieur du « canal médian » (*madhyānāḍī*) que les amants doivent éprouver l'afflux de félicité (*ānandasamplava*) et cela, précisent certaines écoles, de façon « simultanée » (*sāmarasya*, « saveur commune »). Et c'est dans le rayonnement du coeur que doit se produire la transmutation de la semence chez l'homme et du « sang » chez la femme,

fusion du « blanc » et du « rouge » qui constitue, avec la maîtrise du souffle et la mise à mort du mental, un des « trois joyaux » tantriques (*triratna*).

Cette pratique n'a de toute façon aucun caractère contraignant ni obsessionnel, elle n'a été recommandée - et parfois pour un temps limité - qu'à certains hommes ou femmes doués d'un tempérament approprié. Pour susciter l'émerveillement, pour plonger dans le coeur vibrant (*sahridaya*), les maîtres du Cachemire nous suggèrent ce moyen mais aussi, comme sur le même plan, beaucoup d'autres. Écoutons Somânanda, fondateur de l'école *Pratyabhijñâ*: « On perçoit le premier ébranlement de la volonté dans la région du coeur au moment où l'on se souvient de quelque chose qu'on doit accomplir (mais qu'on avait oublié); à l'instant précis où l'on apprend une nouvelle qui cause un grand bonheur; lorsqu'on éprouve une peur inattendue; quand on perçoit de façon imprévue une chose que l'on n'avait jamais vue; à l'occasion de l'épanchement du sperme ou lorsqu'on en parle; et aussi quand on récite (un texte) d'une façon très précipitée ou lors d'une course (échevelée). Dans ces multiples circonstances, toutes les énergies de la conscience sont frémissantes (*vilolatâ*) et elles sont brassées les unes avec les autres en un seul acte vibrant [9]. » Ainsi toutes les émotions fortuites de la vie (joie, surprise, appréhension, frayeur, affolement, déception, vexation, frustration, curiosité, colère, faim, soif, vertige et même éternuement...) peuvent-elles être positivement exploitées et réorientées, du moins quand elles atteignent un certain paroxysme, une certaine intensité vibratoire et surtout quand elles sont « dénudées » - pour reprendre le vocabulaire évlien -, c'est-à-dire dépouillées de toute surimposition morale (justification, condamnation, bien, mal), non nommées, non conceptualisées, vécues comme de pures énergies divines (ou parfois démoniaques, si on les refuse ou si on ne peut les intégrer). A l'instant précis de son surgissement, toute émotion ou passion, toute tendance psychique est « pure », unique, indifférenciée; la conscience la pénètre totalement, la dualité n'existe pas. L'erreur et le danger ne naissent que quand le « Je », d'abord un avec l'expérience, s'en distingue (ce qui va très vite), se pense et se pose comme sujet, agent, expérimentateur: *je suis furieux, je suis triste, je suis joyeux*, etc. Plus le mouvement émotionnel est fort, plus l'ego d'ailleurs est lent à se reconstituer. Il est « débordé » et privé de ses repères. Cet instant de désarroi peut être une chance spirituelle. Le silence, le vide, la dépossession remplacent le tumulte et, n'ayant plus rien à saisir ni à quoi se raccrocher, l'être à bout de ressources peut enfin se trouver face à face avec sa véritable nature, « roi nu ». C'est là, plus que jamais, qu'il doit s'enfoncer dans la vacuité de son coeur et réaliser ce vide non comme un néant, non comme une halte provisoire ou un refuge consolateur mais comme son essence originelle et intemporelle, - ce qu'Abhinavagupta appelait plus haut « s'absorber (ou se résorber) dans la pure énergie subjective (entendons du Sujet transpsychologique) ». C'est alors la « Reconnaissance », comme de retrouver (mais d'une manière inattendue) un être cher après une longue séparation.

La plupart des moyens d'Eveil que nous venons de parcourir sont en quelque sorte fournis par la vie et l'on ne peut guère les provoquer, on peut seulement les accueillir et les transformer lorsqu'ils surgissent. S'ils ont la faveur des shivaïtes, c'est précisément en raison de ce caractère non fabriqué, non mental, non prévisible. En revanche il est d'autres procédés qui relèvent davantage d'une méthode, d'un yoga: yoga différent du *râja-yoga* de Patañjali sans doute, lequel repose sur un certain fond « dualiste » (le *sâmkhya*) et sur l'idée d'« union » (étrangère au monisme pur où il n'y a rien à unir); différente aussi du *hatha-yoga* de l'école Nâth, qui est à la fois volontariste, gradualiste et « violente », trois qualificatifs qu'on ne peut guère appliquer au Trika [10]; mais yoga tout de même, qui ne croit guère aux « exercices », aux disciplines, aux refrènements, mais suit son propre chemin, libre et insaisissable pour atteindre l'Eveil. La connaissance approfondie des *chakra*, des *nâdi*, autrement dit du corps énergétique, fait partie de cette tradition, même si la description qu'elle en donne diffère parfois de celle des écoles mieux connues en Occident.

Ainsi le terme *chakra* (on en distingue essentiellement cinq) y garde-t-il son sens plein de « roues » tournoyantes et vibrantes [11]; les *nâdi* - dans la même perspective dynamique - n'y sont pas des conduits statiques et pour chacun identiques par lesquels les souffles circuleraient mais des « courants », des « flux » que l'on doit apprendre à capter, à vivifier, à dilater ou à apaiser, notamment à partir du coeur. Le déplacement de ces énergies très subtiles est volontiers décrit comme un fourmillement et le *Vijñāna-Bhairava* (66) fait même allusion à des techniques d'effleurement ou de « chatouillement » des aisselles ou d'autres endroits particulièrement sensibles pour susciter l'épanouissement de la conscience [12]. Quant au coeur, lorsqu'il n'est pas visualisé comme une roue rayonnante à douze rayons, il est décrit comme une cassette ronde et creuse, faite de deux lotus entrelacés: le lotus supérieur, d'après un commentaire, figure la connaissance et le lotus inférieur, l'objet connu; entre eux, dans le vide intermédiaire (*madhya*), réside le sujet connaissant (*V.B.* 49). On exalte encore (avec des termes tels que *quekha*, *hridākāsha*, *vyoman*, *antarvyoman*, *paravyoman*) l'« espace du coeur », l'« éther du coeur », la « voûte » ou le « firmament du coeur ». Ces expressions valent plus par leur puissance évocatoire que par leur rigueur doctrinale. Ils renvoient à la double notion connexe de « milieu » et de « vacuité » (le moyeu vide de la roue qui fait tourner la roue: c'est d'ailleurs un des sens du mot *kha*) et l'on pourrait certes se demander, en bonne orthodoxie védantique, ce que signifie vraiment un « espace vide » (un « contenant sans contenu », comme s'interrogeait Guénon). Il faut spécifier d'autre part que la « vacuité » dans la doctrine Trika est différente de celle que l'on rencontre dans les textes Mādhyamika (bien que des influences réciproques ne soient pas exclues et que, sur un plan opératif, le tantrisme hindouiste et le tantrisme bouddhiste offrent de grandes similitudes). Il ne s'agit pas ici d'évacuer l'être, le Soi (qui pour les Hindous reste indestructible, irremplaçable car il se confond avec la Conscience même), mais de vider cet être, si l'on peut dire, de tout ce qui serait « objectif » (mental ou matériel, nom-et-forme), de le « désobjectiver » [13]. Cela relève d'un art. Evoquer (au moyen de *bhāvanā*) la vacuité dans n'importe quelle partie du corps, de manière instantanée et éblouissante; ou bien étendre cette vacuité à l'« objet corps » tout entier; méditer sur celui-ci comme s'il ne contenait rien à l'intérieur, la peau n'étant qu'un « mur », une pellicule diaphane entre deux vides, etc.: tout cela, dans une certaine mesure, s'apprend mais se heurtera souvent à des résistances insoupçonnées. L'individu n'accepte pas facilement de quitter la prison qu'il s'est lui-même construite. C'est une chose que de jouer philosophiquement avec l'idée de vacuité et c'en est une autre que de la réaliser directement dans son corps et dans son mental, jusqu'à n'être plus qu'une forme vide, une énergie sans contours, sans limites, rayonnante et vibrante [14].

Relèvent d'un art également les pratiques de souffle lorsqu'elles sont intériorisées et non pas réduites à une simple jonglerie respiratoire en vue d'obtenir des « pouvoirs ». Le souffle expiré (*prāna* dans cette tradition) part du coeur et va mourir dans un « point » situé à douze largeurs de doigt du bout du nez (le « *dvādashānta* externe »); depuis ce point, avec l'inspiration (*apāna*), le souffle revient se reposer dans le coeur: c'est là le stade élémentaire de la méthode qui, cependant, poursuivi avec sérieux, apporte déjà l'équilibre et la quiétude. Dans un stade ultérieur et supérieur, le souffle sera verticalisé, conduit depuis le coeur, en bas, jusqu'à la couronne de la tête, en haut (le « *dvādashānta* interne »), l'expiration étant toujours conçue comme la force ascendante et l'inspiration comme la force descendante. Dans ce transfert (d'ailleurs spontané) de l'horizontalité à la verticalité, de l'« amplitude » à l'« exaltation », on serait tenté de voir ce que d'autres traditions ont appelé le passage des « petits mystères » aux « Grands Mystères » - et l'on ne peut ici que rendre hommage aux lumineuses intuitions de René Guénon. Si la conquête du coeur exprime le retour à l'« état primordial » ou édénique, si elle équivaut à la réintégration du centre de l'être humain où se reflète le Centre suprême, alors on est obligé d'admettre que cet état, pour élevé et merveilleux qu'il soit, ne représente qu'une étape avant les « cieux » supraformels que

symbolisent les *chakra* supérieurs et enfin la véritable transcendance ou « Délivrance » (*moksha*) que marque la traversée de la fontanelle. Dans le *kundalinî-yoga* « classique » - si cette expression a un sens - c'est bien ainsi qu'on doit envisager les choses. Mais dans le Trika il faudrait y regarder plus avant, car cette tradition n'établit pas une hiérarchie aussi nette entre les centres et n'envisage pas la progression de l'un à l'autre d'une manière aussi systématique. Pour elle l'énergie est partout - comme la conscience - et elle peut être épanouie à partir de n'importe quel *chakra*. S'il est recommandé de l'éveiller à partir du coeur, c'est surtout parce que ce centre, par sa nature « vide » et médiane, possède un pouvoir spontanément unifiant qui se transmet sans effort à tous les autres [15]. Mais, même si l'on situe Shakti dans le coeur et Shiva dans la fontanelle (ou l'inverse qui se rencontre aussi), cela n'implique jamais un rapport de subordination puisque Shakti est Shiva et Shiva est Shakti [16].

Nous avons parlé du mouvement des souffles. Il serait plus juste au fond de parler des *intervalles*. C'est en effet dans ceux-ci que l'Eveil perce, jaillit et resplendit, tandis que le mouvement, l'alternance nous maintiennent toujours dans la dualité. Intervalles donc entre les souffles (ce qu'exprime mal le mot de « rétention ») mais aussi entre les pensées, les perceptions, les désirs et même les objets matériels (tout ce qui est faille, ouverture, interstice). On tient pour très important, lorsqu'un mouvement psychique s'arrête (de lui-même, par épuisement) de ne point se précipiter mécaniquement dans un autre mouvement, une autre activité, une autre idéation mais de demeurer dans ce repos, sans attente et sans projection. La vacuité alors expérimentée recèle une incommensurable énergie, une potentialité d'Eveil, à la condition toujours de ne pas s'identifier à elle car, dans la perspective tantrique, répétons-le, le vide n'est pas ultime: c'est encore un objet, donc un obstacle, tant qu'il s'oppose à un sujet qui le perçoit comme « vide » et se perçoit lui-même comme « étant vide ». Autrement dit, il faut être capable de réaliser le vide lui-même comme vide. Alors ce « vide-de-vidé » (expression que l'on trouve aussi dans la spéculation mahâyânique) peut « basculer » et se résorber dans la Plénitude (entendue ici non comme le « contraire » du vide mais comme *Paramashiva*, le sans-limite, la Totalité, la négation de toute négation, donc l'absolue Positivité).

Intervalles enfin entre les états de conscience et d'abord les deux que connaît l'individu en tant que tel: entre l'état de veille et l'état de rêve, dans l'endormissement, ce passage insaisissable pour l'homme ordinaire entre le monde des objets sensibles et le monde des objets mentaux. C'est alors qu'il faudrait placer sa conscience dans son coeur (nous voulons dire la placer activement car, de fait, ce transfert se produit de lui-même dans le sommeil), afin d'obtenir la « maîtrise des rêves », c'est-à-dire la capacité de passer de l'état passif et hallucinatoire du rêve habituel, chargé des résidus de l'état de veille, à l'état, pleinement conscient et spirituellement dirigé, du rêve lucide (*V.B.* 55). L'autre passage, celui du sommeil au réveil, ne devrait pas moins retenir l'attention. De la même façon que Shiva produit - ou en termes judéo-chrétiens « crée » - l'univers en ouvrant les yeux et le résorbe en les fermant, chaque individu crée chaque matin son propre monde en s'éveillant et le résorbe en s'endormant. Le monde en effet n'existe pas indépendamment de la conscience. L'objet apparaît avec le sujet, s'évanouit avec lui. Veillant, rêvant, dormant sans rêve, nous passons d'un monde (c'est-à-dire d'un état de conscience) à l'autre, aucun n'étant ni plus ni moins « réel » que l'autre. Du point de vue ultime, l'univers n'a jamais commencé et ne finira jamais pour la simple raison que le temps continu n'existe pas, pas plus que le passé (simple phénomène de mémoire), le futur (simple projection de la mémoire) ni même le présent (qui, sitôt pensé, est déjà passé). Il n'y a que des *instants* toujours « actuels » dès que la conscience s'en saisit et il n'existe nulle part d'entité, de substance appelée « Temps » qui relierait ces instants entre eux. L'instant, en vérité, n'est que la « durée d'un acte de conscience [17] ». Seule cette conscience « mesure », supporte les choses et leur prête une réalité. Le yogî, qui

ne croit pas au Temps, sait en revanche se glisser dans le vide interstitiel qui sépare les instants successifs, il les disjoint, les disloque, pour rejoindre le Coeur, l'instant-choc, l'instant éternel.

Au terme de ce voyage au centre du Soi, dont nous n'avons esquissé que quelques aspects, le pèlerin, devenu « roi des yogîs » (*yogîndra*), aura acquis, sans vraiment le chercher, le double pouvoir de Shiva: celui de rétracter le monde en un seul point (*samâdhi* aux yeux clos: *nimîlaramâdhi*) et celui de le manifester, dans une libre et totale expansion des sens (*samâdhi* aux yeux grands ouverts: *unmîlanasamâdhi*). Dès lors, que lui resterait-il à accomplir? Libéré *detout*, il est libre *pour* tout. Rien ne lui est extérieur. Il perçoit tout en lui-même comme son propre Soi et son corps limité est devenu le corps cosmique de Bhairava, la « Merveille cosmique » (*vapus*). Un avec la Shakti, indiscernable d'Elle, « Il Se connaît Lui-même par Elle-même ». Vis-à-vis des « autres » - qu'il ne voit plus comme réellement séparés de lui - il n'est que grâce, amour, ruissellement de dons et de faveurs. S'il n'est pas encore devenu un « délivré vivant » (*jîvan-mukta*), la mort, qui n'est jamais elle aussi qu'un intervalle, lui donnera l'occasion de se fondre enfin dans le Coeur de Shiva, le Très-Bénéfique.

Pierre Feuga

[1] « Quel est donc ce Soi (*âtman*) ? - C'est cet Etre infini (*purusha*) qui s'identifie avec l'intellect et qui réside au milieu des organes - c'est cette Lumière qui brille au-dedans du coeur » (*Brihad-âraryaka-up.*, IV, III, 7). « Dans ce séjour de *Brahman* est un petit lotus, une demeure dans laquelle est une petite cavité occupée par l'Ether (*âkâsha*) ; on doit rechercher Ce qui est dans ce lieu et on Le connaîtra » (*Chândogya-up.*, VIII, I, 1). « *Brahman* est réalité, connaissance, infinitude. Celui qui sait qu'il est caché dans le creux (du coeur) et au suprême firmament, il réalise tous ses désirs avec le sage *Brahman* » (*Taittirîya-up.* II, 1). Pour ce qui est des upanishads plus récentes, on pourrait multiplier des citations analogues.

[2] Celui-ci est figuré par un lotus à huit pétales en dessous du péricarpe de l'*anâhata*. Cf. le *Satcakranirûpana* dans la trad. de Tara Michaël: *Corps subtil et corps causal*, (Le Courrier du Livre, 1979, p. 118-119). C'est sur ce lotus rouge dont la corolle est tournée vers le haut que l'adoration mentale (*mânasa-pûjâ*) de la divinité d'élection (*ishta-devatâ*) doit être pratiquée. C'est aussi là que se trouve le « passage » par lequel l'âme du sage s'échappe au moment de la mort.

[3] *Trika* signifie « triade », ce qui peut être interprété à différents niveaux: soit la conscience (Shiva), l'énergie (Shakti) et l'individu limité (qui d'ailleurs ne font qu'un) ; soit les trois voies de retour vers l'Absolu qui leur correspondent (voie divine, voie de l'énergie, voie de l'individu) et qu'étudie spécialement l'école Spanda (ou Trika au sens étroit du terme); soit encore les trois énergies de Shiva (son « trident »): volonté, connaissance, activité. Autres triades implicites: sujet connaissant, connaissance, objet connu ; *Agama*, *Spanda*, *Pratyabhijñâ* (les trois sources textuelles ou *shâstra* que reconnaissent les shivaïtes du Cachemire). Notons enfin que le mantra suprême de ceux-ci, AHAM (le Je universel correspondant au HÛM tibétain), est composé de trois éléments : A + HA + M. A et HA sont respectivement la première et la dernière lettre de l'alphabet sanskrit, ils symbolisent Shiva et Shakti. M symbolise l'individu. Toutes les lettres comprises entre A et HA représentent les différentes puissances cosmiques présidant à la manifestation, les *mâtrikâ*.

[4] Le mental est composé de quatre facultés principales : raison, mémoire, volition et imagination (passive, à distinguer de *bhâvanâ*). Par aucune de ces quatre facultés, ni par leur

conjugaison, il n'est possible d'atteindre l'Eveil. Mais, une fois l'Eveil obtenu, on « réalise » que le mental *aussi* est dans Shiva puisque tout, absolument tout est dans la Conscience. Dès lors la pensée est perçue comme une forme, une manifestation de la Conscience, et elle cesse d'être une entrave. Il faut noter d'ailleurs que la « mise à mort du *manas* dans le coeur » (qui est un des « trois bijoux » tantriques) n'implique pas la cessation définitive de toute activité mentale. Ce qui est brisé, « tué », c'est la relation entre l'ego et la pensée. Il reste une pensée mais il n'y a plus de « penseur ».

[5] La principale différence peut-être entre les deux « non-dualismes », celui du vedânta et celui du Trika, tient à la conception de la liberté. Le vedântin pense essentiellement à « se libérer », à être « libre *de* » (en anglais *freedom from*) et il met pour cela l'accent sur la renonciation, l'élimination, l'isolement. L'approche du Cachemire est, elle, englobante, elle n'exclut rien. C'est être « libre *de* » mais en un sens positif : « libre *de faire* » (*freedom to*). Pour une comparaison approfondie entre les deux doctrines, nous conseillons un excellent livre écrit par un Indien, L. N. Sharma : *Kashmir Saivism*, Ed. Bharatiya Vidya Prakashan, U. B. Jawahar Nagar, Bungalow Road, Delhi 110007.

[6] *Tantrâloka* IV, 273-275. Trad. Lilian Silburn.

[7] On présente trop souvent le tantrisme sous un aspect « froid » et « dur », en raison des excès (réels ou imaginés) de certaines sectes. Pourtant Abhinavagupta, que l'on ne peut guère soupçonner de sentimentalisme, écrit : « L'initiation doit être donnée sans hésiter à ceux qui ont reçu la grâce (*shaktipâta*) et sont pleins de pitié (*kripâ*) et d'amour universel (*maitri*) » (*Tantrâloka* XXIII, 22-23). Le *Vijñâna-Bhairava*, de son côté, cite comme des disqualifications réhilitoires la méchanceté et la dureté de coeur (158).

[8] Ce texte a été pour la première fois traduit en français et commenté magistralement par Lilian Silburn, à laquelle on doit plusieurs autres travaux remarquables sur le shivaïsme du Cachemire (Publications de l'Institut de civilisation indienne, fasc. 15, Ed. E. de Boccard, Paris, 1961). J'ai proposé aussi une traduction commentée du *Vijñâna-Bhairava* (*Cent douze méditations tantriques*, Ed. L'Orignal, Paris, 1988).

[9] Traduit et cité par Lilian Silburn dans sa préface au *Vijñâna-Bhairava*, *op. cit.*, p. 39-40.

[10] Les valeurs de grâce et d'abandon sont beaucoup plus développées dans le Trika (et le shivaïsme en général) que dans les formes de yoga précitées (au Cachemire *bhakti* et tantrisme n'ont pas été contradictoires). Pour ce qui est du gradualisme, on le trouve dans l'école Krama mais souvent, dans les autres courants, la coloration « subitiste » domine. Quant à la « violence » enfin, même lorsqu'on croit la déceler dans certaines pratiques du Trika (par exemple dans le *V.B.* 93), elle ne ressemble en rien à l'effort systématique et extrême du *hatha-yogin* sur soi-même : la douleur qu'on s'inflige est utilisée dans un but d'« ouverture », non de domination des sens.

[11] Le cosmos lui-même est une Roue immense, homogène et parfaite, dont le moyeu est la Conscience divine, Coeur universel. Cette doctrine est surtout développée dans l'école Krama.

[12] Pour comprendre l'affinité entre la sensibilité tactile et le coeur, il faut se référer au système de correspondances entre les éléments (*bhûta*), les facultés et organes de sensation (*indriya*) et les *chakra*. Le coeur correspond à l'Air, au toucher et à la peau (ainsi qu'à la faculté de jouissance et au sexe, si l'on suit le *Satcakranirûpana*, mais ce point de vue n'est pas commun à toutes les écoles).

[13] « La vacuité est la Conscience qui, réfléchissant sur elle-même, se perçoit comme distincte de toute l'objectivité en se disant : « je ne suis pas cela (*neti, neti*) ». Tel est l'état le plus élevé auquel accèdent les yogin » (*Tantrâloka* VI, 10). On voit donc que, si les Hindous ne renoncent jamais au Soi, ils ne le conçoivent pas non plus comme une limite. Le Soi est à la fois être et non-être, et par-delà être et non-être, par-delà plénitude et vacuité.

[14] La meilleure approche contemporaine de cette voie fut donnée par Jean Klein, un des très rares Occidentaux à avoir reçu en Inde la double tradition de l'*advaita-vedânta* et de l'ancien yoga du Cachemire.

[15] L'épanouissement de l'énergie dans le coeur peut néanmoins s'accompagner de tremblements incontrôlables, de larmes, etc., réactions parfois dues à des résidus non consumés d'existences antérieures.

[16] Selon un jeu de mots célèbre, Shiva sans Shakti (symbolisée par la lettre I) est *unshava* (« cadavre »). Quant à Shakti sans Shiva, elle ne serait que destruction pure, aveugle (Kâlî à la fin du cycle cosmique).

[17] Abhinavagupta, *Tantrasâra*, 60.