

## LA RÉINVENTION DU YOGA PAR L'OCCIDENT

Ysé Tardan-Masquelier

S.E.R. | « Études »

2002/1 Tome 396 | pages 39 à 50

ISSN 0014-1941

Article disponible en ligne à l'adresse :

-----  
<https://www.cairn.info/revue-etudes-2002-1-page-39.htm>  
-----

Distribution électronique Cairn.info pour S.E.R..

© S.E.R.. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.



## La réinvention du yoga par l'Occident

Y S É T A R D A N - M A S Q U E L I E R

**L**A PRATIQUE du yoga dans les pays d'Europe occidentale est devenue commune; il est loin le temps où l'on passait pour excentrique en faisant des postures! On prend des cours, on suit des sessions, et l'on intègre à la vie quotidienne des exercices de respiration et de calme intérieur; on sent bien qu'une attention plus fine au corps, aux émotions, est source de mieux-être. En ce sens restreint, le yoga, parmi beaucoup de disciplines venues d'Orient ou d'autres mondes traditionnels, s'est progressivement inscrit dans nos modes de vie comme une activité « normale », intégrée à une culture en quête de moyens psycho-somatiques qui permettraient de pallier les effets pervers de la modernité : tensions dues à la compétition, dispersion mentale, agitation affective... On attend du yoga, au fond, qu'il offre ce que l'on reproche à l'évolution globale de notre société : n'avoir pas su mettre au cœur de ses valeurs et avoir laissé à la charge des individus un surplus d'âme, d'intériorité, de sagesse. Le yoga, entre autres voies, se trouverait ainsi chargé d'une mission particulière

de réparation ; il viendrait en quelque sorte combler un vide, rappeler la place de l'être, du « laisser-être » et de la gratuité dans un contexte où l'humain ne se juge et n'est jugé qu'à ses actes et aux effets positifs objectifs qu'ils produisent.

Cette maturation d'une discipline orientale dans le creuset complexe de l'Occident contemporain ne va pas sans poser quelques questions. D'une part, elle a défait les attaches philosophiques et éthiques du yoga de ses origines indiennes pour les amarrer à d'autres motivations, modifiant en profondeur les finalités qui lui avaient été historiquement assignées, réinterprétant dans d'autres perspectives les conceptions du corps et de l'esprit sur lesquelles il repose. D'autre part, elle a produit des expériences de soi originales, dans le cadre de quêtes plus vastes, dites « post-modernes », qui cherchent un équilibre entre autonomie personnelle et harmonisation avec l'autre et avec l'environnement dans lequel on vit. Dans ce renversement, où une synthèse traditionnelle est décomposée pour être réinvestie et reformulée autrement, le yoga prend figure d'exemple. Son succès manifeste les richesses et les ambiguïtés d'un moment anthropologique qui mêsse les apports culturels et les ordonne à ce qui constitue la pointe la plus avancée du mouvement inauguré par les Lumières : la disposition de sa vie intérieure comme liberté inaliénable de l'individu. Car le désordre des quêtes qui se développent au titre d'une dimension humaniste difficile à définir n'est pas aussi incohérent qu'il y paraît de prime abord ; on y discerne presque partout divers avatars de cette revendication fondamentale : être pleinement soi-même — ou le devenir —, ce qui confère le droit d'utiliser toutes les « sciences humaines », au sens le plus large du terme, antiques ou récentes, souvent sans aucun égard pour leurs spécificités, puisque ce qui légitime leur instrumentalisation, c'est ce grand projet de la réalisation de soi qui fait figure de véritable « mythe post-moderne ».

Comment se fait-il que le yoga, par sa « réussite » même, participe de ce moment, malgré les étonnants décalages entre les fonctions qui lui étaient dévolues dans son contexte d'origine et celles qu'il remplit ici et maintenant, c'est ce que nous allons explorer.

## Le statut du yoga dans la culture indienne

1. Les textes védiques, formés de quatre collections appelées *Veda* (de la racine d'origine indo-européenne *ved-* qui donne l'idée de voir, contempler, savoir), constituent le socle originel de la religion; ils témoignent de la croyance en un panthéon de puissances divines qui sont les gardiennes du *dharmā*, l'ordre pré-existant qui préside à toute réalité et que le rite permet de maintenir contre l'*adharmā*, le désordre. Cette construction religieuse fait des hommes les co-responsables de la pérennité de l'ordre, au prix de contraintes importantes dans le domaine de l'action et de la relation à l'autre.

2. A partir du VIII<sup>e</sup> siècle av. J.-C., des écoles de sages commencent à réinterpréter l'ancienne religion védique dans le sens d'une métaphysique fondée sur l'Un ou l'absolu et d'une méta-psychologie fondée sur l'*ātman*, le Soi transcendant et éternel en l'être humain. Ces écoles produisent des enseignements qui se transmettent de maître à disciple, de manière beaucoup plus personnelle que les *Veda*.

3. Fondé par un maître à peu près contemporain du Bouddha, que l'on appelle Mahāvira, qui prônait une ascèse extrême et une très grande rigueur morale, le jainisme, comme le bouddhisme ancien, est plus une sagesse qu'une religion; il est l'inventeur de la non-violence envers tous les êtres.

4. Étrangement, le même phénomène se développe à la même époque en Grèce, en Palestine ou en Chine; Karl Jaspers a appelé ce temps de mutations de la conscience

Nous disposons de nombreux manuels, de qualité d'ailleurs très inégale, et d'un important corpus de textes antiques ou classiques traduits par les meilleurs spécialistes. L'accès aux contenus des différents yogas ne présente donc plus aucune difficulté; les modalités des diverses postures, la description des états de la conscience et des multiples effets psycho-somatiques ont fait l'objet de nombreuses études. Mais cette connaissance masque, en amont, une question historique importante, qui est celle du statut même du yoga, de sa reconnaissance par la culture indienne et de la place qu'elle lui a conférée. Or, à chercher les réponses à cette question, nous constatons que le yoga n'est pas d'abord défini comme une ascèse corporelle ou une discipline mentale, encore moins comme une religion ou une réforme religieuse, même si ces divers aspects entrent largement dans le champ des expériences qu'il couvre.

L'Inde lui a assigné un statut bien précis, pour lequel il n'existe pas d'équivalent chez nous : celui de « voie de libération ». Sa genèse est solidaire d'un moment très particulier de la conscience indienne, qui porte en germe le développement de toutes les sagesse ultérieures. Historiquement, ce tournant se situe autour du VI<sup>e</sup> siècle avant J.-C. Il se manifeste par un ensemble de questionnements nouveaux, auxquels ne répondait plus l'anthropologie fondée sur les textes védiques<sup>1</sup>. On les voit poindre dans divers milieux, ceux qui ont produit les Upanishads<sup>2</sup>, ceux qui ont vu naître le jainisme<sup>3</sup> et le bouddhisme. Ils se cristallisent autour du constat universel de la souffrance et tentent, de manières très diverses, de comprendre celle-ci comme conséquence d'un enchaînement de causes et d'effets complexes qui enferment les êtres humains dans un cercle vicieux. La sortie possible de ce cercle et les moyens à mettre en œuvre pour y parvenir constituent certes la visée principale des futures voies de libération; mais, il s'agit aussi de comprendre *qui* est enchaîné et *qui* se libère; aussi cette époque voit-elle naître et se développer la conscience de soi<sup>4</sup>, un souci très neuf qui se reflète dans l'invention d'un vocabulaire destiné à rendre compte de ce qu'est l'individu, de son effort pour se représenter en tant que

humaine la « période axiale » (*Origine et sens de l'histoire*, trad. fse, Plon, 1954, épuisé); voir aussi *Les Grands philosophes*, vol. I, *Socrate, Bouddha, Confucius, Jésus*, trad. fse, Pocket, 1989.

centre pensant et agissant, siège du désir, capable de se désolidariser de ses affects, d'affronter sa propre impermanence ou de s'abandonner à Qui le dépasse. Les écoles philosophiques du bouddhisme, les grandes voies hindoues de la connaissance, de l'action et de la dévotion prennent leur source à cette époque de mutation.

Le yoga apparaît d'abord sous la forme de comptes rendus d'expériences isolées, que l'on rencontre dans des textes de sagesse. Il se structure, il est reconnu comme voie de libération au cours des premiers siècles de notre ère. La synthèse qui lui donne ses lettres de noblesse, les Yoga-sûtras, est composée par un auteur à la biographie incertaine, Patanjali. Comme c'est la règle dans ce type de traités qui procèdent par courts aphorismes, on commence par définir l'objet, ici le yoga, qui est « l'arrêt (la cessation, la stabilisation) des tourbillons (agitation incessante, perturbations) de la conscience » (I,2). Alors seulement « se révèle le Témoin (le Soi) établi en lui-même » (I,3). La suite du traité développe les éléments de compréhension indispensables et les moyens pour parvenir à rompre le cercle de la souffrance, fixe des repères dans la progression et propose des règles de vie adéquates, prévient contre certaines dérives comme la fascination pour les pouvoirs. Mais, au fond, la justification du yoga classique, comme « voie royale » (*rāja yoga*), tient tout entière dans les deux premiers versets : si, par son biais, l'activité psychique cesse au profit de la pure présence de l'être, il y a libération ou « émancipation » (*kaivalya*), un état dans lequel le Soi (*âtman*), cette conscience-témoin, conscience profonde en amont de tous les processus psychiques, est définitivement libéré des adhérences aux affects et des vues fausses induites par l'expérience empirique immédiate.

## I Une « voie royale »

Le travail sur le corps, s'il a une place éminente, n'a pas de sens par lui-même; il n'est aucunement exalté et ne fait pas l'objet d'un culte, du moins dans ce yoga classique. Le corps est avant tout le signe concret de l'état d'incarnation du Soi (*âtman*) dans le *samsâra*, le cycle des existences. Il fonctionne comme un révélateur ou un miroir des pensées et des émotions qui se surimposent au Soi. Travailler

sur le corps, c'est travailler sur les liens qui confondent les processus empiriques de conscience avec l'essence inaltérée et pérenne qui fonde l'individualité. Le yoga défait ces liens et recompose l'entité psycho-somatique autour de son centre, lui donnant son unité véritable<sup>5</sup>.

5. Rappelons que *yoga* vient du verbe *YUJ-*, « atteler, réunir des animaux sous le joug », racine d'où nous viennent joindre, joug, jonction, etc. L'unité est à l'opposé de la confusion; elle exige de passer par la séparation, et la discrimination, *viveka*, est l'une des vertus principales du yoga de Patanjali.

Dans cette réorientation progressive, les valeurs de renoncement et de détachement jouent un rôle majeur. Il s'agit moins d'acquérir que de soustraire. Déjà certaines Upanishads évoquaient, plusieurs siècles plus tôt, « l'intérieur du cœur » comme un « trou » dont elles faisaient paradoxalement un « siège », celui de l'*âtman*. Dans cette perspective, qui est aussi celle du Vedânta, l'une des plus hautes philosophies indiennes, le Soi ne constitue pas une nouvelle identité à construire, à élargir, à développer, mais une réalité déjà-là, à laisser rayonner par un abandon, une « déposition » des successives enveloppes psychiques qui le voilent et l'enferment. L'évidement produit par ces disciplines fait communiquer l'individuel avec l'universel, l'identité la plus intime avec l'altérité cosmique. Le « trou du cœur » est aussi passage — comme par l'étranglement d'un sablier — par où le subjectif est drainé vers une dimension plus vaste, *brahman*, qui fait fonction de Grand Tout, de « Un sans second ». La Chândogya Upanishad le disait déjà : « Aussi vaste que l'espace qu'embrasse notre regard est cet espace à l'intérieur du cœur. L'un et l'autre, le ciel et la terre, y sont réunis, le feu et l'air, le soleil et la lune, l'éclair et les constellations, et ce qui appartient à chacun ici-bas et ce qui ne lui appartient pas, tout cela y est réuni. <sup>6</sup> » Le yoga, profondément solidaire de cette anthropologie du dépouillement, en tire les conséquences pratiques. Ainsi de la souplesse : il s'agira moins de l'acquérir que de supprimer les tensions qui l'empêchent de s'épanouir; ainsi de la respiration, fonction-réflexe qui devient conscience d'un souffle donné et reçu, traversant l'individu sans lui appartenir; ainsi encore de la non-violence, *ahimsâ*, par laquelle l'être humain se défait de sa violence initiale; et de la « chasteté », *brahmacârya*, qui dénoue les adhérences de l'imaginaire au monde des fantasmes pour l'orienter vers l'essentiel<sup>7</sup>.

6. *Chândogya Upanishad*, traduction, introduction, commentaires par Emile Senart, Les Belles Lettres, 1971, p. 107.

7. D'où son nom, que nous traduisons maladroïtement par « chasteté », mais qui veut dire littéralement le « fait de se tourner vers le *brahman*, l'absolu ».

Ces positions ont fait du yoga, comme de certaines autres voies de libération, une instance critique à l'intérieur d'une société dominée par l'idéologie de caste, qui définit

l'individu par sa naissance, et les droits et devoirs qui en découlent. Le yogi pleinement engagé dans la tâche de se libérer rejoint les renonçants; comme eux, il peut choisir volontairement de se situer à l'extérieur du système d'obligations et de hiérarchies qui régit les relations interhumaines. Dans ce cas, il revendique explicitement ce choix en accomplissant un rite de « déposition » (*samnyāsa*) qui lui fait perdre son statut d'homme de caste. Il accepte une soustraction dans son identité socio-culturelle, mais cette opération l'autorise à parler au nom d'un universel qui transcende les distinctions conventionnelles. Or celles-ci, étant justifiées par le brahmanisme traditionnel comme aspects immanents du *dharma*, de l'Ordre garanti par les dieux, les yogis ont souvent pris leurs distances avec la religion sous ses formes institutionnelles. Certains groupes ont choisi d'adopter des comportements transgressifs pour mieux se démarquer de la culture dominante, en développant des pratiques dites « impures » en matière de nourriture ou de sexualité, en instaurant des relations mélangées avec gens de castes et intouchables, en substituant aux rites réguliers des initiations particulières<sup>8</sup>. D'où la très grande diversité des yogas actuellement enseignés en Inde, et la grande confusion qui règne dans les représentations que les Occidentaux s'en sont faites.

8. C'est le cas des groupes tantriques, qui ont développé le hatha yoga, un yoga plus extrême que la synthèse que proposait Patanjali, plus transgressif que simplement critique.

## Le yoga et la contre-culture des « sixties »

Des éléments d'ascèses extrême-orientales sont parvenus dans nos contrées depuis l'Antiquité gréco-romaine. Mais l'Inde et l'Europe, séparées pendant des siècles par les empires musulmans, ne se sont vraiment rencontrées qu'à partir du XVI<sup>e</sup> siècle. Encore la connaissance du yoga n'était-elle une priorité ni pour les missionnaires, ni pour les voyageurs aventuriers, ni pour les premiers savants qui furent les médiateurs de cette rencontre. C'est surtout à partir du milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, dans des milieux marginaux d'orientalistes attirés par l'ésotérisme, que le yoga fait son apparition. Il faut souligner que, d'emblée, il est soumis à une profonde réinterprétation, en fonction des motivations particulières d'Européens et d'Américains du Nord en quête d'une vision de l'homme qui se démarque à la fois du matérialisme économique et de la transmission autoritaire d'un christianisme institutionnel. La revendication de

fond, clairement affirmée chez les théosophes par exemple, se cristallise autour d'un recours à l'expérience personnelle comme critère d'une sagesse. L'intimité est le lieu d'un « sacré » qu'aucune religion ni morale laïque ne peuvent prétendre confisquer. L'Inde est créditée, sur cette dimension sacrale de l'être humain, d'un savoir millénaire et incomparable, dont le yoga, entre autres voies, permet l'épanouissement et la réalisation.

Un siècle plus tard, le mouvement hippie s'inscrit dans cette mouvance, avec ses accents particuliers. Il conserve intuitivement le grand découpage imaginaire qui s'était peu à peu dessiné entre un Occident rationaliste, technicien, matérialiste, et une Inde intuitive, artisanale, spiritualiste. Par le biais de ces rôles assignés d'avance, les sagesse indiennes sont instrumentalisées ; elles vont servir, malgré elles, de références et d'appuis à une contre-culture critique : c'est Bénarès et Katmandou contre New York, en passant par la Californie ; le guru en lieu et place du père de famille et du prêtre ou du pasteur ; la méditation et l'extase prenant le pas sur l'intellect, mais aussi sur la prière ; le polythéisme foisonnant des images divines préféré au monothéisme intransigeant du christianisme ; le féminin du divin qui touche le cœur des hommes bien plus que le lointain Dieu Père...

Au même moment, les gurus indiens se sentaient prêts à transmettre leurs connaissances hors des frontières d'une Inde qui, jusqu'alors, avait beaucoup vécu sur elle-même. Depuis le milieu du XIX<sup>e</sup> siècle, en effet, des intellectuels, surtout bengalis, mais aussi des maîtres spirituels comme Râmakrishna et Vivekânanda, avaient pris conscience de la richesse de leurs traditions. Eux aussi voyaient l'Occident comme une société dominée par l'impératif économique, et ils croyaient que l'Inde avait une mission particulière dans le concert des nations : celle de transmettre les sagesse immémoriales dont les dieux l'avaient faite la dépositaire privilégiée. Mais, il fallait pour cela réformer l'hindouisme décadent, former des prédicateurs, venir à bout de l'humiliante colonisation. Dans les années 1960, ces conditions furent enfin réunies, et les deux courants — celui de l'Inde qui voulait s'exporter et celui de la jeunesse d'Occident qui cherchait un « ailleurs » — se rejoignirent. Cela donna, en ce qui concerne le yoga,



un kaléidoscope d'expériences très diverses, très peu théoriques puisqu'on se méfiait de l'abstraction, mais où l'on peut reconnaître aujourd'hui quelques aspects déjà caractéristiques de la « post-modernité ».

Dans cette sorte d'explosion, ce qui apparaît au premier plan comme un symptôme d'autres insatisfactions plus profondes, c'est une demande qui concerne le corps, une image du corps à réhabiliter. Les morales occidentales, religieuses ou laïques, sont mises en accusation pour avoir refoulé la dimension corporelle comme l'une des composantes essentielles de la personne et, avec elle, la sensibilité, la sexualité, le rapport à la nature. Les yogas indiens, voies de libération qui choisissent spécifiquement, en contraste avec d'autres voies plus spéculatives, le travail postural et la régulation de la respiration, ne pouvaient que séduire les enfants des *sixties*. Le souci du corps à retrouver fait partie d'un vaste mouvement de dérégulation qui entend balayer les interdits et construire à neuf un être humain libéré. Renouer avec son propre corps, c'est s'affranchir des codes socio-religieux transmis par la génération des parents, vivre d'une vie immédiate, spontanée, « naturelle » (il y a du « bon sauvage » chez les *hippies*), goûter à la sensation brute, source de nouveauté et de sortie du moi rationnel. Notons au passage que, parallèlement à ceux pour qui le yoga est la réponse, certains, qui restent fidèles au christianisme, s'engagent dans une recherche où le corps retrouverait une place en religion : les pentecôtistes protestants, puis les charismatiques catholiques souhaitent prier aussi avec leur corps ; ils militent contre une liturgie désincarnée, ils inventent ou réinventent le geste...

## I Le souci du corps

Si la demande au titre du corps paraît si urgente, c'est parce qu'elle manifeste à la fois une complaisance envers l'émotionnel et une très grande méfiance envers la raison. Les émotions ont perdu chez les *hippies* le caractère dangereux qu'elles revêtaient pour les morales traditionnelles. La vulgarisation de la psychanalyse est pour beaucoup dans cette mutation, mais l'inconscient, au sens freudien du terme, est revu et corrigé dans la perspective d'un inconscient transcendantal dont l'Inde aurait depuis

9. Dans *Le Yoga, immortalité et liberté* (Payot, 1954), Eliade fait remarquer que le préfixe ex- qui compose notre mot « extase », indiquant une sortie de soi qui est le schème directeur de la mystique chrétienne, traduit mal *samādhi*, formé des préfixes *sam-* qui indique un mouvement de centrage et *-ā-* qui marque un mouvement vers le sujet. Eliade propose le néologisme « enstase », qui n'a pas vraiment séduit, mais qui paraît en effet plus approprié à cette mystique de l'intériorité.

10. Che Guevara meurt en 1967.

11. La conférence épiscopale de Bangalore date de 1967 ; elle précède d'un an le Congrès monastique asiatique de Bangkok qui voulait « libérer le christianisme d'une forme culturelle particulière, afin de l'ouvrir à toutes les autres » ; mais c'est surtout la III<sup>e</sup> Conférence des Eglises latino-américaines à Medellín, en 1968, qui donne vraiment naissance à cette « théologie de la libération » (« Un cri profond jaillit du milieu de millions d'hommes, demandant à leurs pasteurs une libération qui ne vient de nulle part »). Cf. Jacques Gadille, « Les Eglises et les théologies du Tiers-Monde », in *Encyclopédie des Religions*, F. Lenoir et Y. Tardan-Masquelier (dir.), Bayard-Compacts, 2<sup>e</sup> éd. 2000, p. 717-727.

12. Assassiné en 1968.

des millénaires perçu la réalité. Le « soi » des sages, yogis ou védantins, devient une super-conscience dans laquelle il est possible de s'immerger, grâce aux techniques du yoga. Le lâcher-prise corporel, le laisser-être émotionnel conduisent au *samādhi*, « extase » ou plutôt « enstase », selon la traduction que proposait Mircea Eliade<sup>9</sup>, un état de fusion dans lequel le moi, débordé, perd la maîtrise des processus psychiques au profit d'une dimension autre, illimitée, « mystique ». Le « moi », d'ailleurs, est l'ennemi numéro un des yogis occidentaux des années soixante. On ne peut qu'être frappé, en relisant la littérature de l'époque, de la fréquence des messages concernant la « mort » ou la « dissolution de l'égo », et donnant « l'état sans mental », « libéré du mental », comme la béatitude suprême. Là encore, les enseignements de l'Inde, ou plutôt ce qu'on en entendait, trouvèrent un terrain favorable. La révolte contre l'intellectualisme compétitif et desséchant des sciences et des philosophies s'appuya sur le yoga, mais aussi sur le bouddhisme, pour montrer que penser empêchait de vivre pleinement et corrodait progressivement l'empathie spontanée avec les autres, avec le monde, avec le divin. Penser devenait, dans cette perspective, une activité secondaire, médiate, tout particulièrement ordonnée à la défense des conditionnements dont l'être humain s'entoure volontiers pour se préserver et rester maître en sa demeure.

Nous avons constamment rencontré, au fil de ces quelques observations, le mot « libération » ; il semble emblématique des richesses et des ambiguïtés de cette très étonnante période de rupture avec la modernité comme mythe spécifiquement occidental du progrès humain. Il fait sens, au même moment, dans différents champs d'expérience, parfois aux antipodes les uns des autres. C'est le mot de passe de l'anarchisme révolutionnaire des guérilleros d'Amérique latine<sup>10</sup> ; c'est celui que l'on commence à accoler à la nouvelle théologie qui naît dans les pays du Tiers-Monde<sup>11</sup> ; c'est encore celui qu'utilise, conjugué sur le mode de la non-violence, le pasteur Martin Luther King<sup>12</sup> ; c'est enfin ce mot qui séduit et fascine par les bonheurs qu'il promet, même si, de la libération sexuelle à la libération métaphysique (*moksha* pour les Indiens), il y a loin ! Or, sauf en théologie et, dans une mesure limitée, en politique, la fortune de ce mot décline en même temps que l'idéologie *peace and love*. Dès le début des années soixante-

13. La première crise pétrolière, qui fait prendre conscience aux sociétés d'Occident de

dix<sup>13</sup>, le monde occidental doit en effet affronter des réalités économiques autrement plus urgentes que les révoltes estudiantines et les rêves d'Orient.

## La seconde vie du yoga aujourd'hui

leurs fragilités et de l'interdépendance de tous les acteurs de la scène internationale, date, rappelez-le, de 1973.

L'aventure du passage du yoga en Occident aurait très bien pu s'arrêter là, puisque la nébuleuse d'idées et d'expériences qui l'avait porté perdait sa consistance. Au contraire, le yoga a continué de se diffuser, en soutenant d'autres quêtes. Je verrais à cela au moins trois raisons.

La première tient à la stabilisation de la référence au corps comme médiateur indispensable d'une vie intérieure et relationnelle équilibrée. C'est là une conviction définitivement acquise par les humanismes contemporains; et le yoga, parmi d'autres disciplines, se maintient et continue de se diffuser, non plus comme une mode ou une contre-culture, mais comme une réponse socialement intégrée, légitimée par l'expérience confirmée des propositions qu'il apporte en ce domaine.

Une deuxième raison est à chercher du côté de l'émergence de structures typiquement occidentales de transmission et d'enseignement. Ce mouvement de construction avait débuté pendant les années soixante<sup>14</sup>, mais il ne commença à bénéficier d'une certaine sympathie que plus tard, dans la mesure où la mode n'était pas à la structure. Lorsque le besoin de repères dans un monde de plus en plus désordonné, la surenchère de propositions psycho-corporelles, la demande de sécurité et de compétence devinrent majoritaires, la formation d'enseignants de yoga fiables apparut comme une priorité. Ainsi le yoga perdait son aura de pratique exotique ou de soutien d'une contre-culture et il venait s'intégrer à un souci prédominant de mieux-être ou de mieux-vivre qui se faisait jour, dans le dernier quart du xx<sup>e</sup> siècle, sur les décombres des grandes idéologies du progrès. Sorti de sa marginalité, pratiqué dans tous les milieux, il devait être soumis aux règles qui, dans notre société, déterminent la valeur d'une discipline et l'expertise de ceux qui la représentent : le yoga s'est en quelque sorte « professionnalisé »; être enseignant de yoga devenait un « vrai » métier, avec sa formation initiale et

14. Les premières fédérations françaises d'enseignants de yoga sont enregistrées comme associations loi de 1901 dans le courant de l'année 1967.

continue, avec sa déontologie. A l'évidence, cette évolution marque un progrès : non seulement elle a donné au yoga la chance d'une seconde vie en Occident, mais elle a permis qu'il ne soit pas confondu avec des pratiques sectaires ou sauvages.

Il y a sans doute une troisième raison qui pourrait expliquer sa persistance, même si elle est moins visible et plus difficile à cerner. Les traditions indiennes couvraient un champ anthropologique sensiblement plus vaste que ce que les années soixante en ont saisi : dans les yogas indiens, il y avait un capital de compréhension de l'humain qu'elles ont laissé encore inexploré, et qui touchait à l'esprit, au sens large du terme, à sa nature et au fonctionnement empirique de la conscience qui le manifeste. Or, actuellement, un questionnement, qui prend des chemins bien différents, surgit avec acuité dans la pensée post-moderne : les neurosciences découvrent, à propos du cerveau et de la conscience, des données qui bouleversent les fondements sur lesquels s'étaient construits nos humanismes classiques ; elles sont en train d'inventer un matérialisme extrêmement subtil et sophistiqué, et pourraient, à brève échéance, proposer des modèles globaux entièrement inédits des relations entre le corps et l'esprit. Ce champ de recherches, inaccessible au commun en raison des compétences spéculatives qu'il requiert, suscite tout un nouvel intellectualisme.



Dans ce moment fascinant à tous égards, une inquiétude légitime se fait jour quant à la reconnaissance d'une dimension « spirituelle » de l'humain. Certes, le terme de « spiritualité » est si largement galvaudé, que l'on peut hésiter à l'employer ; on voit bien, pourtant, qu'il indique quelque chose d'intime en l'humain, insécable, inexplorable, du moins en son intégralité. Le « spirituel », ce serait ce sacré intime dont chacun aurait la garde pour lui-même et pour tout autre homme, et qui s'atteint par une démarche plus pragmatique qu'intellectuelle ; démarche que n'ont sans doute pas su soutenir les théologies et les philosophies occidentales depuis la Renaissance. Or, la très ancienne notion indienne d'*âtman*, de Soi, de pure présence à soi, sans prétendre à aucune consistance scientifique, apparaît aujourd'hui comme l'une des figures

de langage adéquates pour dire ce sacré intime. Donnée d'expérience plutôt que concept, l'*âtman*, aussi nommé le « témoin », est esprit au double sens du terme : à la fois souffle qui inspire la vie et instance, en amont de la conscience, des processus par lesquels celle-ci se manifeste et des contenus dont elle est le siège. Les exercices de lâcher-prise et d'attention, la concentration, la méditation mobilisent ce substrat silencieux qui est impliqué dans l'expérience du monde et de soi, mais qui n'y est jamais entièrement investi.

La pratique du yoga continue de faire sens, en répondant à des quêtes qui ne s'épanouissent pas dans le cadre imposé par une anthropologie trop unilatérale et qui requièrent la prise en considération d'un facteur « mystique » au sens que Michel de Certeau donnait à ce mot<sup>15</sup>. Ce facteur, les yogas indiens, en tant que voies de libération, le reconnaissent déjà comme la finalité de l'existence humaine, en marge de la religion instituée. On pourrait alors comprendre que, dans une post-modernité qui a vécu la « sortie de la religion<sup>16</sup> », le yoga se prolonge en continuité avec la fonction critique qu'il avait dans la culture indienne, où il marquait la place de l'être comme fondement essentiel de l'humain, transcendance intime.

YSÉ TARDAN-MASQUELIER\*

#### BIBLIOGRAPHIE

- Jean PAPIN, *La Voie du Yoga. Yoga Darshana. Les aphorismes de Patanjali*, Dervy Livres, 1984.
- Françoise MAZET, *Yoga-Sûtras*, Albin Michel, 1991.
- Mircea ELIADE, *Le Yoga, immortalité et liberté*, Payot, 1954.
- Ysé TARDAN-MASQUELIER, *Le Yoga, du mythe à la réalité*, Droguet-Ardant, 1991, rééd. Plon-Mame, 1995.
- *Revue Française de Yoga*, éd. Fédération Nationale des Enseignants de Yoga (3, rue Aubriot - 75004 Paris).

\* Chargée de cours en anthropologie religieuse à l'Université de Paris-Sorbonne (Paris-IV) ; chargée de cours sur l'Hindouisme à l'Institut Catholique de Paris et à l'INALCO ; directrice de l'Ecole Française de Yoga de Paris ; directrice de la rédaction de la *Revue Française de Yoga*. Auteur de : *Le Yoga, du mythe à la réalité*, Droguet-Ardant, 1991, rééd. Plon-Mame, 1995 ; *Jung et la question du sacré*, 1992, rééd. Albin Michel, 1998 ; *L'Hindouisme, des origines védiques aux courants contemporains*, Bayard Editions, 1999 ; *La Sagesse*, DDB, 2001 ; (dir.) *Les Spiritualités au carrefour du monde moderne*, Centurion, 1993. – A co-dirigé : *L'Encyclopédie des Religions* (avec Frédéric Lenoir), Bayard Editions, 1997, 2<sup>e</sup> éd. revue et augmentée, Bayard-Compacts, 2000 ; *Les Religions, la médecine et l'origine de la vie* (avec Michel Meslin et Alain Proust), Odile Jacob, 2001.

15. Dans *La Fable mystique* (Gallimard, 1982), Michel de Certeau évoque le moment de la mystique chrétienne des XV<sup>e</sup>-XVI<sup>e</sup> siècles comme celui d'un passage majeur de la culture d'Occident : celui de la foi médiévale à l'autonomie des Lumières ; il fait de la littérature mystique le lieu de ce passage : « Cette mystique se réfère à l'histoire collective d'un passage » (p. 25 de l'édition de poche TEL, Gallimard). En même temps, « la mystique » réfère pour lui à un excès, un surplus, « un au-delà des systèmes vérifiables et falsifiables », une « étrangeté intérieure » (p. 106).

16. Je fais, bien sûr, allusion au point de vue développé par Marcel Gauchet dans *Le Désenchantement du monde. Une histoire politique de la religion*, Gallimard, 1985.