

# L'unicité du Yoga

Par Brahmachari Ishan Chaitanya

*Om Shrî Ganeshâya Namah ! Om Shrî Saraswatyai Namah ! Om Shrî Gurubhyo Namah!*

C'est en effet, une belle avancée dans l'histoire de l'Humanité que cet art de vivre universel et ancestral qu'est le Yoga ait été reconnu internationalement grâce à la déclaration par l'Organisation des Nations Unis (l'ONU) de la Journée Internationale du Yoga, le 21 juin de chaque année.

La date n'a rien de fortuite. Notre cher premier ministre indien, Shrî Narendra Modi ji est trop versé dans les enseignements de sa propre tradition pour avoir laissé au hasard la date de célébration mondiale de cette science spirituelle universelle qu'est le Yoga. Le 21 Juin est le jour du solstice d'été dans l'hémisphère Nord. C'est-à-dire, le jour où le soleil est le plus longtemps visible dans le ciel, ce qui entérine la victoire de la lumière sur l'obscurité.

Le Soleil est lui-même la première source d'inspiration des sages d'autrefois pour pratiquer le yoga, c'est-à-dire, l'équanimité mentale. C'est en effet ainsi que Shrî Yogeshwara Krishna (Shrî Krishna, le Seigneur du Yoga) définit le terme yoga dans la Bhagavad Gîta (qui est aussi appelée un Yoga Shâstra – une des Écritures sacrées du Yoga). Dans le chapitre 2, au verset 48, L'enseignant universel déclare « samatvam yogam utchyatê » : le Yoga c'est l'équanimité du mentale. L'équanimité mentale signifie demeurer égal à soi-même dans toutes les situations ; rester en paix et en harmonie, que les circonstances soient favorables ou défavorables, agréables ou désagréables, fastes ou néfastes...

Tel est le véritable but du Yoga. C'est-à-dire, non seulement la santé mais également la sainteté. En dernière analyse, la véritable santé ne peut d'ailleurs pas être quoique ce soit d'autre que la sainteté. Le yogi est celui qui est sain d'esprit avant tout, et de corps autant que possible... Et c'est en cela qu'il est un Saint : toujours rayonnant, toujours équanime et toujours harmonieux, paisible et détaché.

L'exemplification même de cette attitude dans la Nature est précisément le Soleil. Et Shri Krishna nous le confirme au chapitre 4 de la Bhagavad Gîtâ, dès le premier verset où Il dit : « Imam vivaswato yogam, proktavân aham avyayam », j'ai enseigné ce Yoga impérissable à Vivaswan, le Dieu Soleil. Le Soleil est en effet toujours rayonnant, toujours détaché et toujours égal à lui-même. Qu'il illumine une scène magnifique ou pathétique, le Soleil brille toujours de la même brillance. Il donne sa lumière et sa chaleur à tous sans partialité et inconditionnellement. C'est pourquoi nous disons dans notre tradition : « Sooryah pratyaksha devatah ». Le soleil est la forme visible de Dieu. Et c'est la raison pour laquelle dans notre tradition nous le saluons tous les matins par des prières, des postures et des invocations.

Cette idée fait souvent dire aux ignorants que la tradition Indienne est idolâtre. Cela est évidemment une fausse accusation. Nous n'adorons pas le Soleil en tant qu'idole mais en tant que l'idéal qu'Il représente à l'extérieur : celui de l'équanimité, l'impartialité et l'inconditionnalité de l'Amour ainsi que la clarté.

Le Soleil est pour les hindous avant tout un symbole de la Divinité qui se trouve en nous-même. Il symbolise la Conscience pure et sereine qui illumine chacune de nos perceptions, émotions et réflexions ; le Principe de connaissance en nous ; en bref, notre propre Soi, au-delà de notre petit « moi » limité.

C'est en effet grâce au soleil dans le monde extérieur que nous avons la lumière nécessaire à n'importe laquelle de nos connaissances. Le principe lumineux dans le soleil est l'élément feu comme nous le savons tous. Sans cet élément, qu'il apparaisse sous la forme du Soleil, ou de sa réflexion, la lune, ou son principe actif, le feu et l'électricité, nous ne pourrions obtenir aucune connaissance avec nos yeux. Nous serions plongés dans l'obscurité et l'ignorance. De même, sans la conscience, l'individu n'est qu'un corps mort, un cadavre incapable de la moindre faculté de connaissance.

Le Soleil n'est donc pas un dieu du panthéon hindou, il est en fait, un aspect de Dieu très sacré et universellement adoré depuis la nuit des temps, ou en tous cas, depuis l'aube de l'humanité. Et il est en effet, primordiale de bien comprendre que la tradition indienne, accidentellement appelé Hindouisme, dû aux vicissitudes de l'Histoire, est en vérité avant tout appelée Yoga. Les anciens appelaient l'hindouisme de son nom indigène qu'est le Sanâtana Dharma, la Loi de l'Éternelle Sagesse, qui n'est qu'une autre façon de dire Yoga. Yoga signifie alors l'union qui nous relie à la Totalité, à l'Infinie, au Divin.

Comme le rappelle la devise de l'événement, le but du Yoga est l'Harmonie et la Paix. Mais ne sont-ce pas là les aspirations universelles de toute l'humanité ? L'aspiration est universelle et la tradition qui nous permet d'y parvenir l'est tout autant. Aussi, il est important de comprendre qu'en vérité, il n'existe pas plusieurs Yogas.

Dans la Bhagavad Gita, chacun des 18 chapitres s'intitulent Yoga (Chapitre 3 : Karma Yoga, chapitre 12 : Bhakti Yoga, etc). Un lecteur hâtif pourrait croire qu'y sont exposés 18 yogas différents, mais cela n'est pas intellectuellement valide. Il n'y a en fait qu'un seul Yoga, c'est celui de l'union avec la divinité qui est en nous. Mais afin d'atteindre ce grand but unique qu'est le Yoga, différentes techniques existent afin de préparer l'individu en fonction de ses particularités.

Le cheminement yogique est d'ailleurs un cheminement très logique. Il se décompose essentiellement en deux étapes : l'étape 1 où l'individu acquiert une discipline, devient discipliné et se transforme ainsi en disciple, prêt à recevoir la sagesse d'un maître. Puis l'étape 2, où il accède à la maîtrise, il devient maître de lui-même et se transforme donc en Maître, parfaitement sain et Saint, que l'on appelle alors un Yogi.

A ce stade, le Yoga atteint sa vocation ultime qui n'est pas tant la santé du corps que l'immortalité de l'Être et la divinité. Ceci n'est pas un événement où le yogi deviendrait une espèce de surhomme, mais c'est plutôt une attitude dans laquelle le yogi a dissout son individualité et la peur la mort qui l'accompagne inévitablement. Tel est le grand but du Yoga, et tel est sa gloire car non seulement, Il peut aider une personne à retrouver la santé, mais lorsqu'il est pratiqué avec une sincérité totale, il conduit même l'individu à la Sainteté et à l'Immortalité.

Dans son sens le plus élevé, le yoga signifie ainsi la méditation et la communion. Dans ce sens, nous devons comprendre que le Yoga n'est pas vraiment une action particulière, mais c'est une attitude ; plus exactement, c'est la béatitude, l'état bienheureux de communion avec l'Être et de détachement complet avec le monde du paraître...

C'est dans ce sens que nous disions qu'il y a une Unicité du Yoga, et non pas une multiplicité de yogas comme les apparences pourraient le laisser penser. En fait, il en va du Yoga comme de Dieu dans l'hindouisme, bien qu'on puisse penser que la tradition indienne croit en plusieurs dieux, en vérité, elle n'en admet qu'Un et elle va même jusqu'à dire qu'en vérité, Tout est Un. De même, pour le Yogi, le Yoga est partout, dans chacun de ses gestes, chacune de ses paroles, et chacune de ses pensées car nous parlons bien d'un art de vivre et non pas seulement d'une action délimitée dans le temps et l'espace.

Nous pouvons donc nous réjouir que cet art de vivre soit désormais encouragé par les institutions publiques et que le jour de cette célébration internationale tombe au même moment que celui auquel nous célébrons la musique. Les deux démarches, lorsqu'elles sont bien comprises, ont d'ailleurs une même intention : celle d'exprimer l'harmonie, la paix et la joie de vivre.

Gloire à cet art de Vivre universel ! Gloire à ceux qui le pratiquent et le promeuvent en pleine compréhension de sa profondeur, Gloire à l'illustre premier ministre indien Shri Narendra Modi ji qui en apprécie véritablement toute la valeur et tout le bonheur !

***Om Shântih Shântih Shântih***

***Dieu est la Paix, la Paix et la Paix***