David Gordon White (Ed.), *Yoga in Practice*

Princeton, Princeton University Press, coll. « Princeton Readings in Religion », 2012, XII + 397 p.

André Padoux

Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/assr/25674>

DOI : 10.4000/assr.25674

ISSN : 1777-5825

Éditeur

Éditions de l'EHESS

Édition imprimée

Date de publication : 30 décembre 2013

Pagination : 308

ISSN : 0335-5985

Référence électronique

André Padoux, « David Gordon White (Ed.), *Yoga in Practice* », *Archives de sciences sociales des religions* [En ligne], 164 | 2013, mis en ligne le 14 mars 2014, consulté le 21 septembre 2020. URL : <http://journals.openedition.org/assr/25674> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/assr.25674>

Ce document a été généré automatiquement le 21 septembre 2020.

© Archives de sciences sociales des religions

David Gordon White (Ed.), *Yoga in Practice*

Princeton, Princeton University Press, coll. « Princeton Readings in Religion », 2012, XII + 397 p.

André Padoux

RÉFÉRENCE

David Gordon White (Ed.), *Yoga in Practice*, Princeton, Princeton University Press, coll. « Princeton Readings in Religion », 2012, XII + 397 p.

- 1 Dans l'utile série « Princeton Readings in Religion » vient de paraître ce volume de David White à qui on doit déjà plusieurs études sur le yoga dont il est un spécialiste, avec, sur le sujet, des idées originales dont certaines ne font pas l'unanimité chez les indianistes, mais qui sont loin d'être inintéressantes (cf. ASSR, 152-118). Il y fait seulement allusion dans l'Introduction de ce livre (p. 1-23). Celle-ci, claire et bien structurée, présente un bon tableau d'ensemble de cette pratique somatopsychique à visée spirituelle ou salvifique qu'est le yoga, ce qui est méritoire, car si on sait beaucoup de choses sur le yoga, on en ignore aussi beaucoup et ce que l'on en sait ne laisse pas, souvent, de poser problème. David White présente d'abord les points fondamentaux de la théorie et des pratiques de cette tradition millénaire et

- qui a pris des aspects différents au cours des siècles, en l'envisageant successivement en tant qu'analyse de la perception et de la connaissance, comme une méthode d'expansion de la conscience et comme une voie vers l'omniscience, puis comme un moyen pour pénétrer dans le corps d'un autre (point sur lequel ses vues sont très personnelles). Il en examine ensuite les développements historiques, notamment dans le tantrisme, qui a apporté au yoga des éléments nouveaux qui sont devenus fondamentaux : le rôle des représentations mentales, ceux de la vision du corps yogique imaginal et des mantras. Une section est consacrée aux Nāthas et, avec eux, au *haṭhayoga* qui est devenu la forme courante du yoga tantrique, avec notamment des pages intéressantes sur les nātha-yogis qui ont été les yogis tenants du *haṭhayoga* par excellence. (Les yogis en sont d'ailleurs encore les tenants en Inde – mais ils ne sont plus des nāthas.) Il finit par le yoga moderne dont la forme et l'esprit ont été considérablement modifiés sous l'influence de l'Occident.
- 2 L'auteur ajoute à son introduction une très pertinente « *Note for Instructors* » visant ceux qui utiliseraient cet ouvrage pour enseigner. Il conseille de tenir compte de l'histoire du yoga, dont le déroulement est généralement suivi dans le plan du volume, ainsi que du caractère de changement dans la continuité de cette évolution. Le yoga, pas plus que l'Inde – elle-même continuelle créatrice – ne forme un ensemble stable et homogène. Il est aussi un des exemples les plus visibles de la continuelle présence vivante du passé en Inde.
- 3 Chacune des 21 contributions du livre consiste – comme c'est la règle dans cette collection – en la présentation (plus ou moins longue) d'un texte, toujours assez court, suivie d'une brève bibliographie, « *Suggestions for Further Reading* ». Elles sont réparties en quatre sections qui, sans se vouloir historiques, suivent généralement l'évolution historique du yoga.

- 4 La première – « *Foundational Yoga Texts* » – groupe sept contributions. Elle commence en remontant à haute époque : « *The Path to Liberation through Yogic Mindfulness in Early Ayurveda* » par Dominik Wujastyk, spécialiste connu de la médecine traditionnelle indienne, qui présente 39 versets d'un chapitre sur l'origine et la structure du corps humain de la *Carakasamhitā* – encyclopédie médicale datant sans doute du II^e siècle avant notre ère – qui décrivent une méthode de yoga menant à la libération et à l'union avec le *brahman*. Ce yoga, qui est censé conférer des pouvoirs surnaturels, est une pratique en dix points dont l'essentiel est un exercice de concentration remémorative (*smṛti-upasthāna*) dont le but final est l'affranchissement de la douleur – ce qui ne laisse pas de rappeler la doctrine du bouddhisme originel. La présence ainsi attestée d'une ancienne pratique codifiée du yoga est intéressante.
- 5 C'est d'un aspect du yoga dans le *Mahābhārata* que traite ensuite James L. Fitzgerald, « *A Prescription for Yoga and Power in the Mahābhārata* ». Ce passage (12.289, 1-62) met l'accent sur la force (*bala*) qu'accumule le yogin, laquelle l'affranchit de toute souffrance et le rend aussi puissant que le Seigneur (*īśvara*). La contribution d'Angelika Malinar, quant à elle, présente aussi un passage du *Mahābhārata*, mais tiré du texte le plus célèbre qu'il contient : « *Yoga practice in the Bhagavadgītā* », dont elle cite plusieurs passages des chapitres 2 à 6. Dans une présentation d'ensemble du yoga on ne pouvait guère faire l'impasse sur la *Bhagavadgītā* qui forme un moment essentiel (d'ailleurs toujours présent et objet de discussions) de son histoire. Les extraits cités concernent le *karmayoga*, le yoga de l'action, qui, quand elle est accomplie de façon désintéressée, dans le détachement total, peut mener au salut. De nos jours, des hommes d'affaires ou des industriels indiens adoptent ce yoga pour guider leur conduite professionnelle (cf. ASSR, 160).
- 6 La quatrième contribution, du professeur Gerald Larson, s'intitule « *Pātañjala Yoga in practice* », titre ambitieux, car ce qu'était exactement la pratique du yoga selon ce texte classique, fondamental, si l'on veut, n'est pas sans être sujet à discussion. Le passage présenté sont les dernières stances (41-51) du premier chapitre, avec la glose attribuée à Vyāsa, auteur mythique, ce commentaire étant sans doute l'œuvre de Patañjali, personnage lui-même difficile à identifier (s'il a effectivement existé). G. Larson traite d'abord de ces points, puis résume brièvement la philosophie du Sāṃkhya qui est celle du yoga. Il présente ensuite plus longuement l'enseignement du premier chapitre du *Yogasūtra* qui décrit comment, par la concentration ou « enstase » (*samādhi*) de l'esprit, celui-ci se vide de ses fluctuations, parvient à l'arrêt de la pensée et arrive à la « coalescence » (*samāpatti*) qui l'ouvrira au plan divin. Pour faire cela, le yogin doit avoir une posture « stable et confortable ». Le *Yogasūtra* ignore en effet la multitude des *āsanas* qui ont formé par la suite un point essentiel de la pratique yogique, comme aussi les conceptions du corps imaginal avec ses centres et ses vaisseaux : tout le côté « psychosomatique » qui forme pour nous un aspect fondamental du yoga. Tout cela est apparu par la suite. Il y a longtemps que le yoga n'est plus celui de Pātañjali.
- 7 C'est encore à des textes classiques, mais plus récents, que se réfère Jeffrey Clark Ruff, « *Yoga in the Yoga Upaniṣads: Disciplines of the Mystical OM Sound* », qui présente les enseignements de ces textes et de brefs extraits de trois Upaniṣads, *Brahmavidyā*, *Amṛtābindu* et *Dhyānabindu* sur l'usage du mantra *Om* pour parvenir au salut.
- 8 Christopher K. Chapple, lui, présente « *The Sevenfold Yoga of the Yogavāsiṣṭha* », important texte philosophico-religieux achevé vers le XII^e siècle, qui combine des enseignements bouddhiques et védantins, auquel François Chenet a naguère consacré

sa thèse. Il reproduit un passage du chapitre 126 du 6^e livre exposant une pratique de yoga en sept étapes, qui est surtout une discipline d'ordre moral : le détachement envers toute chose facilitant la concentration et la méditation, dont (4^e « stade ») on vante les mérites ; dans la 5^e étape, le yogin connaît un sommeil profond, qu'il stabilise – son âme étant dès lors libérée, elle atteint enfin l'état de Śiva ou de Brahmā. Donc un yoga sans pratique psycho-somatique.

- 9 Quoi de plus propre à l'Inde que le yoga ? pense-t-on généralement. Mais Carl W. Ernst, excellent spécialiste du domaine indo-iranien, nous présente alors « *A Fourteenth-Century Persian Account of Breath Control and meditation* », qui décrit (sans doute est-il le premier à le faire en Perse) des pratiques yogiques. Il est extrait d'une volumineuse encyclopédie compilée par Shams al-Din ibn Mahmūd Āmulī qui mourut à Shiras en 1353. Ce texte, brièvement présenté, se concentre sur deux éléments : le contrôle du ou plutôt des souffles et les pratiques méditatives associées aux *cakras*. L'auteur dit tenir ce qu'il dit de deux « Jogis » selon qui il y a cinq souffles aux caractères, emplacement et trajets différents dont la maîtrise donne divers pouvoirs surnaturels. La pratique ascétique consiste à concentrer son imagination sur neuf points du corps, énumérés en allant de la tête au périnée, qui correspondent à peu près aux *cakras* du haṭhayoga (tête, front, gorge et, en bas, nombril, ventre, organes génitaux et périnée), la concentration sur ces points faisant apparaître des perceptions diverses. Le yoga n'est là que source de pouvoirs, non de cause de progrès spirituel. Mais le fait qu'on ait pu s'y référer en Perse au XIV^e siècle mérite d'être noté.
- 10 La deuxième section, la plus longue, est consacrée au yoga dans les traditions jaines, bouddhistes et hindoues tantriques. Elle groupe six contributions (8 à 13).
- 11 D'abord, Paul Dundas, « *A Digambara Jain Description of the Yogic Path to Deliverance* ». Une pratique de nature yogique est en fait étrangère au Jinisme tel qu'il fut fondé cinq siècles avant notre ère. Elle l'était également, dans ses débuts (vers le V^e siècle de notre ère), à la secte des Digambaras (« vêtus d'espace ») dont les moines étaient nus. Elle n'y apparut que plus tard. Le texte ici présenté, une « Instruction sur la Réalité », de Ramasena, datant du X^e siècle, décrit une pratique méditative de concentration sur la pure conscience qui est la nature véritable des êtres humains, monades éternelles, associée à l'usage d'un mantra, pratique qui mène à la libération de toute entrave mondaine, pour demeurer éternellement sous cette forme spirituelle. L'être ainsi délivré du monde y survit toutefois et y jouit de récompenses diverses et de pouvoirs surnaturels : l'esprit du temps – c'était l'âge d'or du tantrisme, avec ses mantras et sa magie – a aussi marqué, dans une certaine mesure, le Jinisme.
- 12 Avec les trois contributions suivantes (9 à 11) on est dans le domaine bouddhique. Avec Roger R. Jackson (« *Saraha's Queen Dohas* »), on aborde une œuvre poétique tantrique attribuée à un certain Saraha (X^e siècle) qui était, dit-on, un Mahāsiddha, un détenteur de pouvoirs exceptionnels, dont les œuvres se retrouvent dans le Canon (Kangyur) tibétain. Les *dohas* sont des poèmes versifiés de longueur variable. Le *Queen Doha* compte quatre-vingts stances réparties en dix-huit groupes de longueur variable décrivant le chemin à suivre par le yogi pour aller vers l'état de Bouddha, voie âpre et difficile mais qui, avec l'illumination, donne des pouvoirs surnaturels.
- 13 « *The Questions and Answers of Vajrasattva* », dont Jacob P. Dalton présente les 51 groupes de stances, est un texte tibétain du IX^e siècle qui expose les questions d'ordre spirituel, vital ou pratique que peut se poser un être qui s'engage dans la voie bouddhique qui,

tout en lui accordant des pouvoirs, doit le mener, par la méditation et les observances, à l'illumination.

- 14 « *The Six-Phased Yoga of the Abbreviated Wheel of Time (Laghukālacakratānta)* according to *Vajrapāṇi* », dont Vesna A. Wallace présente un long extrait, expose un yoga en six points essentiellement mental (concentration, méditation/*dhyāna*, fixation de l'esprit/*dharāṇa*), avec toutefois le contrôle du souffle, assez « classique », en somme.
- 15 Tout différent est le texte apporté par Glen A. Hayes, « *Eroticism and Cosmic Transformation as Yoga: the Ātmatattva of the Vaiṣṇava Sahajiyās of Bengal* », lesquels sont une très intéressante secte tantrique viṣṇouite du xvi^e siècle (mais qui existe toujours), où l'on adore de façon intensément dévote et affective le dieu Kṛiṣṇa et sa compagne Rādhā, en vivant intérieurement et en jouant leurs rapports amoureux sexuels. Le passage cité est longuement présenté par G. Hayes qui connaît particulièrement bien cette tradition.
- 16 Le texte du xviii^e siècle présenté par Somdev Vasudeva, « *The Transport of Hamsas: a Śākta Rasalīlā as Rājayoga in Eighteenth Century Benares* » est proche du précédent puisque c'est, sous le nom en ce cas inattendu de Yoga Royal, *Rājayoga*, une transposition dans le śivaïsme śaktique Kaula, de l'érotisme mystique, de la *rasalīlā* des Vaiṣṇava Sahajiyās, ce qui est vraiment intéressant.
- 17 La troisième section (14-16) est consacrée au yoga des Nātha Yogis. Elle commence par la contribution de Jim Mallinson, qui est une savante autorité sur le sujet en même temps d'ailleurs qu'un yogin pratiquant dans la réalité de l'Inde. Il présente « *The Original Gorakṣasataka* », texte fondamental des Nāthas, qui serait le premier texte sanskrit décrivant une pratique complexe de contrôle du souffle, le *prāṇāyāma*, ainsi qu'une technique (nommée *sarasvatīcalana*) pour éveiller la *kuṇḍalinī*, cette énergie divine présente dans le corps humain. Comme le dit Mallinson, « *most of the varieties of yoga practiced around the world today derive from haṭhayoga* », dont les Nāthas ont été, en Inde, les premiers et pendant longtemps les principaux pratiquants. Ces cent versets (*sataka*) sont ici tous traduits et commentés.
- 18 Des Nāthas deux aspects moins connus sont abordés ensuite. D'abord, « *Nāth Yogīs, Akbar, and the Bālnāth Tīllā* » où William R. Pinch rapporte, en citant un assez long texte traduit du hindi, une rencontre, en 1581, entre l'empereur moghol Akbar et un maître Nātha Yogi, qui se passa en un lieu nommé Bālnāth Tīllā, situé aujourd'hui au Pakistan. Les Moghols avaient envers leurs sujets hindous (ou du moins envers leurs doctrines) une attitude ouverte que l'on a quelque peine à se représenter maintenant.
- 19 Ce sont des hymnes dévots, des *bhajans*, chantés par des Nāthas mariés et vivant dans le monde, dans un village du Rajasthan en Inde du Nord, que présentent assez longuement Ann Grodzins Gold et David Gold : « *Yogic Language in Village Performance: Hymns of the Householders Nāths* ». Ces hymnes sont chantés comme éléments des rites funéraires (ce sont en principe les plus importants), ou lors de circonstances rituelles diverses, ou sans raison particulière, « *out of pure pleasure* ». Ils s'adressent à une divinité, Hari (Visnou) ou la déesse Hinglaj, mais aussi parfois à un plan divin transcendant, « sans caractéristiques », *nirguṇa*, conception qui était déjà celle de Kabir et d'autres « Saints poètes » de l'Inde du Nord.
- 20 La quatrième section, « *Yoga in the Colonial and Postcolonial Periods* », nous amène avec cinq contributions (17-21) au monde d'aujourd'hui, mais aussi hors de l'Inde.

- 21 Les Josmanīs dont traite Sthaneswar Timalisina, « The Yoga System of the Josmanīs », forment une secte hindoue présente au Népal où elle a eu un certain rôle social et politique depuis sa fondation au XVIII^e siècle et où elle est toujours présente. Sa doctrine s'inspire surtout de l'Advaita Vedānta ainsi que du Śaivasiddhānta, le śivaïsme dualiste tantrique. La pratique yogique en est marquée de tantrisme (rôle des cakras et de la *kuṇḍalinī*, concentration sur le son subtil, le *nāda*, méditation du mantra *aham* associée au mouvement du souffle respiratoire), mais elle inclut aussi la dévotion envers le Seigneur (*īśvara*) prescrite par le *Yogasūtra* (1.23) de Pātañjali. Est donnée la traduction de passages d'un de ses principaux textes, le *Vairāgyāṃvara* (« Les atours du renoncement »), de Śaśidhara, disciple du fondateur de la secte.
- 22 L'entrée suivante, « Songs to the Highest God (*Īśvara*) of Sāṃkhya-Yoga », de Knut Jacobson, traite de la doctrine du Sāṃkhya, qui forme la philosophie du *Yogasūtra* et qui, selon lui, ne fait pas d'Īśvara un *tattva* comme les 24 autres, mais lui reconnaît un statut particulier qui le rend digne d'adoration – comme il l'est pour le *Yogasūtra*, d'ailleurs. Il en donne pour preuve des extraits de trois hymnes qui exaltent Īśvara ou en recommandent la dévotion.
- 23 Dans la dix-neuvième contribution, « *Yoga Makaranda of T. Krishnamacharya* », Mark Singleton, qui étudie particulièrement les pratiques de yoga moderne en Occident, présente le premier ouvrage, paru en 1934, de Tirumamalai Krishnamacharya (1888-1989), personnalité éminente du monde du yoga qui fut un pionnier du yoga d'aujourd'hui dont il forma plusieurs des maîtres les plus connus. Dans son œuvre, qui dit se baser sur le *Yogasūtra* de Pātañjali, il met en fait l'accent sur les *āsana*s et sur quelques pratiques de *haṭhayoga*, traits caractéristiques du yoga moderne en Occident (mais aussi en Inde). En cela, Krishnamacharya aurait été largement influencé par les pratiques de gymnastique et de « bodybuilding » en vogue en Inde au temps de sa jeunesse. Cette forme de yoga, qui est la nôtre, n'a rien à voir avec ce qu'est le yoga dans l'Inde traditionnelle (cf. ASSR, 136-6). Les quelques extraits traduits du Kannada, sont consacrés aux principes du yoga tel que le concevait son auteur.
- 24 Ce n'est plus dans la modification mais dans le travestissement de la tradition indienne que l'on est avec « *Theos Bernard and the Early Days of the Tantric Yoga in America* », par Paul G. Hackett. Theos Bernard (1908-1947, auquel Hackett vient de consacrer un gros volume), qui était allé jusqu'à Lhasa, et se faisait appeler « *The White Lama* », fut un des pionniers de la Counter Culture américaine. Fort bel homme, très séduisant, brillant conférencier, c'était un manipulateur qui utilisait la « Sagesse de l'Orient » à ses propres fins de gloire personnelle et d'enrichissement. Il eut nombre de disciples, souvent dans l'élite sociale et politique des États-Unis. Il mourut en 1947, en Inde, dans les désordres de la Partition. Cas typique et intéressant.
- 25 En dernier, Olle Qvarnström et Jason Birch, « *Universalist and Missionary Jainism: Jain Yoga of the Terāpanthī Tradition* », présentent un mouvement récent né dans la branche Śvetāmbara Therapanthi du Jinisme, visant à le réformer en en faisant, non plus un austère ordre monastique indien, mais une religion à portée mondiale, toujours fondamentalement non violente, mais mettant l'accent sur la morale, l'éducation et les valeurs du monde moderne. Un des principaux promoteurs de ce renouvellement, sont l'acharya Citrabhanu (né en 1922) et Sushil Kumar (1926-1994) dont le premier fonda en 1971 un « *Jain Meditation International Center* », à New York et l'autre créa aux États-Unis un Arhum Yoga System en 1975, éléments importants dans cette expansion mondiale nouvelle du Jinisme, expansion dans laquelle le yoga a joué un rôle, les cours de yoga

attirant un vaste public. Ce nouveau yoga jain est « à huit membres » (*aṣṭaṅga*) comme celui de Pātañjali, mais ce sont d'autres membres, le yoga jain, *prekṣādhyaṇa*, étant essentiellement basé sur une méditation consistant à tourner le regard vers l'intérieur (« *seeing carefully and profoundly* »), une concentration sur la respiration et portée sur le corps et le mental, pour s'achever dans la contemplation. Ces pratiques sont décrites par les deux auteurs, avec des conseils de lecture, sans citation d'aucun texte.

- 26 On voit la diversité des éléments ici rassemblés. Certains auraient pu préférer un autre choix de contributions : il y a tant d'aspects dans le yoga et s'y posent tant de problèmes ! Mais celui-ci, dans sa diversité, est bon, utile et pertinent, en outre structuré et éclairé par l'introduction de David White, excellent connaisseur du sujet.