

**extrait de**



**merveille**

Nicole Bosch

J'ai commencé en 2008 à m'interroger et écrire sur ce que la pratique du Chant Védique m'emmenait à vivre, sur ce qu'elle avait changé dans ma vie, remontant quelques années en arrière en me demandant "Alors, comment en suis-je arrivée là ?".

C'était avant de débiter au KYM la formation de professeur de Chant Védique (2010-2011), qui allait m'emmener tellement plus loin.

Fin 2012 j'ai estimé qu'il était temps de donner une suite au texte de 2008 et me suis mise à écrire une deuxième partie : c'était le même besoin de questionner ce que je vivais par le Chant Védique, tout ce qui m'était arrivé ces dernières années.

Voici quelques pages de ce long texte intitulé "Ô Merveille".

Les chapitres suivants sont extraits de la première partie :

"et voilà !" ; "un jour de juillet 2000" ; "un voyage de mille lieues commence toujours par un premier pas" ; "à suivre".

Et les suivants sont extraits de la seconde :

"... et quelques années plus tard" ; "Chennai ... aïe !".

## et voilà !

En cette fin du mois de décembre 2007, je sais chanter par cœur le Bhṛḡuvallī de la Taittirīya Upaniṣad : “O merveille !” dit cette Upaniṣad.

Et c'est exactement ce que j'éprouve à la chanter. Cela me paraît incroyable. Et par là d'autant plus merveilleux. J'irais jusqu'à oser dire que dans cette histoire je m'impressionne moi-même.

Moi chanter ?

Dans la liste des choses invraisemblables, celle-ci figurait en bonne place, je n'en avais ni le goût, ni le besoin, ni la capacité.

Enfin, c'est ce que je croyais, et pourtant ...

C'est maintenant une réalité quotidienne, c'est devenu l'essentiel de ma pratique même, depuis quelque temps.

C'était déjà surprenant, quelques années en arrière, que je me lance dans l'apprentissage du chant des Yoga Sūtra.

Alors une Upaniṣad ... Impensable.

C'est Sylvie qui m'a offert ce livre de chant puis les CD. Et sur le moment je n'ai même pas pensé que l'idée pouvait être de chanter, mais simplement d'écouter. Plusieurs mois se sont écoulés avant que j'envisage d'apprendre à chanter un passage.

Je me demande si elle savait ce qu'elle faisait quand elle m'a offert ce cadeau.

Sans doute, me souffle mon ange gardien, n'est-ce pas là le rôle d'un professeur de yoga, savoir à un moment suggérer, l'air de rien, puis voir ce qui se passe chez l'élève ?

IV.3 निमित्तमप्रयोजकं प्रकृतीनां वरणभेदस्तु ततः क्षेत्रिकवत् ।

nimittamaprayojakam prakṛtīnām varaṇabhedastu tataḥ kṣetrikavat

Et le livre renferme d'autres textes d'autres Upaniṣad, ce n'est peut-être qu'un début en fait.

Alors, comment en suis-je arrivée là ?

## un jour de juillet 2000

Oui, il y a eu une époque où je ne chantais pas.

Pendant ma formation de professeur de yoga, au début je marmonnais vaguement quand nous chantions les Yoga Sūtra. Il m'arrivait même de ne pas chanter du tout.

Puis j'ai commencé à chanter avec un peu plus de conviction, une fois consciente de l'utilité de la chose : c'était le sas d'entrée dans le cours, un moyen de me recentrer, c'est tout.

Je n'ai jamais essayé de chanter par moi-même. Je savais que certains dans le groupe le faisaient (pas si nombreux, il n'y avait pas de CD de chant à ce moment-là) et cela me paraissait une drôle d'idée.

Quand Bernard parlait de savoir par cœur les quatre chapitres pour avoir en soi le texte, j'avais l'impression d'avoir atterri sur une autre planète, totalement incompréhensible.

Comment était-il possible de savoir chanter par cœur tout ce texte sanskrit ?

Et quel intérêt pouvait-il bien y avoir à le faire ?

L'autre approche du son avait lieu pendant les stages d'été : en fin d'après-midi nous faisons tous les jours une pratique de postures simples accompagnées de sons, suivies de prāṇāyāma avec chant mentalement. Et cela ne m'enchantait guère !

Lors du stage d'été de quatrième année en particulier, j'étais fatiguée et j'avais encore plus de difficulté que d'habitude pour émettre des sons, le "a" surtout n'arrivait pas à sortir, j'avais l'impression de me vider chaque fois un peu plus de mon peu d'énergie.

Un jour, peu pressée sans doute d'entamer cette pratique de sons, je suis arrivée dans la salle au tout dernier moment. D'habitude je m'installais contre le mur du fond, au milieu.

Mais ce jour-là, la place était déjà prise et je me suis retrouvée plus en avant, en fait au centre exact de la pièce. Je ne m'y sentais pas très à l'aise.

Là-dessus, nous avons commencé la pratique et il s'est trouvé en prime que les "a" succédaient aux "a", pas le moindre répit avec une autre voyelle, c'était terriblement difficile.

Alors, à un moment j'ai senti à quel point j'étais en train de me faire mal et j'ai compris qu'il me fallait arrêter. Ce n'était pas juste du rejet, ce n'était pas que j'en avais marre de ce style de pratique, ce n'était pas que je voulais fuir la difficulté.

Simplement là c'était trop.

J'ai pris conscience de n'être qu'un bloc d'effort, de volonté et de souffrance. Dans une posture je n'aurais jamais atteint un tel niveau de sthira, j'aurais réalisé bien avant ce que j'étais en train de faire. Sûrement pas du yoga, mais une espèce de challenge envers moi-même.

Tout le contraire de l'attitude à trouver dans des conditions difficiles, si justement exposée ici :

"La dureté que j'apprenais n'était pas l'opiniâtreté du martyr, un héroïsme stupide, mais l'art d'endurer. Je me disais : pour être dur, il faut être fragile. La douceur est la vraie pugnacité."<sup>1</sup>

Moi je faisais dans l'héroïsme stupide.

Le réaliser et arrêter était en fait du lâcher-prise.

J'ai donc arrêté la pratique, je suis restée assise à écouter. Alors, sans doute aidée par ma situation en plein centre de cette grande salle, je me suis retrouvée comme portée dans les airs par les voix de la quarantaine de personnes qui m'entouraient.

---

1 *La consolation des grands espaces*, Gretel Ehrlich

C'était magique, cela m'a profondément touchée et pour la première fois j'ai eu envie de chanter moi aussi.

C'était tellement magique que, lors de l'échange qui a suivi la pratique, j'ai spontanément pris la parole pour raconter succinctement ce qui venait d'arriver.

Moi qui avais tellement de mal à parler dans ce groupe si nombreux, je me suis retrouvée en train de parler parce qu'il me fallait exprimer ce que je venais de vivre.

Encore n'en mesurais-je pas à ce moment-là toutes les conséquences.

Avec le recul, je me rends compte que c'est l'écoute qui est à l'origine de ce changement profond.

Avant ce jour-là je n'avais jamais écouté vraiment. J'avais des difficultés avec les sons et je m'accrochais si fort dans ma volonté d'y arriver que je m'enfermais et n'entendais rien.

Il a fallu tout un enchaînement de circonstances pour rendre l'approche habituelle impraticable et me placer ainsi dans cette situation nouvelle d'écoute.

C'était une telle découverte : tout d'un coup j'étais carrément passée d'émetteur actif à récepteur passif et les ondes sonores s'en étaient trouvées totalement transformées à mes oreilles. On aurait dit que ce n'était plus la même chose, qu'il n'y avait aucun rapport entre les deux, telle était la différence entre le son laborieux que je prononçais et le son harmonieux que j'entendais.

J'étais passée de l'autre côté du miroir : ainsi c'était cela un son ?

Libérée de la volonté de faire, j'avais pu m'ouvrir à la sensation du son, je m'étais laissée imprégner. Après cela, j'ai tout de suite senti s'éveiller en moi l'envie d'émettre un son et d'entendre ma voix.

III.15 क्रमान्यत्वं परिणामान्यत्वे हेतुः ।

kramānyatvaṃ pariṇāmānyatve hetuḥ

Je suis repartie du stage en sachant que j'allais me mettre à chanter même si je ne savais pas trop quand ni comment. Il n'y avait pas besoin de précipitation, j'avais au plus profond de moi le désir de chanter et la certitude tranquille que j'allais le faire.

Je ne sais pas ce qui a lâché en moi ce jour-là mais c'est là que tout a commencé.

## **“un voyage de mille lieues commence toujours par un premier pas”<sup>2</sup>**

Un jour du début de l'automne 2007, j'ai mis le CD de chant de la Taittirīya Upaniṣad dans le lecteur de CD.

L'idée était d'apprendre à chanter la fin du 10<sup>ème</sup> paragraphe de la partie Bhṛguvallī, le passage le plus connu, justement celui qui débute par "O merveille !".

Nous l'avions un peu chanté pendant le stage d'été et avant cela je l'avais aussi chanté lors d'un week-end de chant.

Ce n'est pas très long, c'est beau et j'avais envie d'apprendre de nouveaux textes.

C'est comme ça que j'ai commencé le chant de cette Upaniṣad, encore une fois sans savoir où cela allait me mener, j'étais partie pour apprendre juste une dizaine de lignes.

Seulement voilà, j'ai vite réalisé que jusque là je n'avais pas vraiment chanté.

Là c'était différent, j'explorais un nouveau territoire et j'étais curieuse d'avancer plus loin, alors pas après pas j'ai continué le voyage.

Ce que je veux dire c'est que mon expérience du chant s'était jusque là limitée aux Yoga Sūtra (et au chant d'hommage à Patañjali).

J'avais peu à peu appris à chanter les quatre chapitres, en y travaillant régulièrement mais pas quotidiennement.

Puis, après que Bernard m'ait demandé si je les savais par cœur, je m'étais mise à chanter tous les jours pour les apprendre par cœur. En fait, je me suis rendue compte que je savais quasiment le premier chapitre et dans les mois qui ont suivi j'ai avancé peu à peu dans la mémorisation des suivants.

Chaque jour je commençais par chanter sans le texte, aussi loin que possible, puis je répétais quelques sūtra suivants avec le texte, pour les graver.

Souvent, surtout au début, j'avais envie de recommencer une autre fois dans la journée, avec l'idée de voir où j'en étais et si j'arrivais à chanter plus loin par cœur ...

Mais en même temps j'étais bien consciente que c'était là entrer dans une trop grande volonté d'apprendre. Alors je me limitais à chanter, tous les jours certes, mais une seule fois par jour. Pour ne pas que le chant devienne une obsession, je le posais en attente jusqu'au lendemain.

Ensuite c'est devenu naturel, l'idée de recommencer une autre fois le même jour ne me venait plus, c'était comme si j'avais atteint un état de confiance, il suffisait de continuer comme ça et un jour je les saurais par cœur, c'est tout.

Faire et laisser faire. Pratique et détachement.

1.12 अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः ।

abhyāsavairāgyābhyāṃ tannirodhaḥ

Ainsi j'ai commencé à comprendre ce que voulait dire ce sūtra.

Puis j'ai compris que je n'avais pas tout compris, en apprenant à chanter cette Upaniṣad.

C'est plus difficile que de chanter les Yoga Sūtra.

Pour plusieurs raisons : déjà c'est beaucoup plus rapide, plus rythmé, il y a moins de silences et il y a de longs récitatifs.

En fait à la première écoute c'est à mes oreilles une espèce de magma sonore.

Puis quand j'entreprends d'écouter plus en détail je perçois des passages imprononçables, par exemple avec des successions de s, ṣ, ś, c, un vrai exercice de diction, en particulier à cette vitesse.

---

2 *Tao-te king*, Lao Tseu

Ensuite je trouve de longs récitatifs tout simplement inchantables, la ligne mélodique ne me saute pas aux oreilles comme ça d'entrée et je doute d'arriver à la capter. Je me rends compte aussi que le texte progresse parfois avec une série de répétitions du même verset différenciées entre elles par la variation d'un ou plusieurs mots. Et je retrouve le même procédé au niveau au-dessus, une série de répétitions du même paragraphe différenciées entre elles par la variation d'un ou plusieurs versets. Carrément in mémorisable.

Trois mois plus tard, tout était prononcé, chanté et mémorisé. Le magma avait pris forme de chant.<sup>3</sup>

J'ai répété jour après jour. Je chantais en accompagnement du CD et si je trébuchais dans la prononciation d'un mot je continuais à chanter le suivant, si je chantais faux un verset je continuais à chanter le suivant. Je répétais sans me soucier de si c'était bien. Et insensiblement cela se mettait en place, par petites touches. C'en était presque surprenant, découvrir un beau matin qu'un passage difficile sonnait juste pour la première fois ou que j'étais capable de chanter juste un paragraphe entier toute seule, sans le CD, puis de chanter par cœur des passages de plus en plus longs.

Cela m'a demandé aussi d'apprendre à respirer différemment, arriver à inspirer très vite et en profondeur, trouver un espace nouveau et penser à respirer à certains moments stratégiques avant les versets les plus longs, sinon je n'arrivais pas jusqu'au bout. Encore une difficulté supplémentaire.

C'est ainsi que j'ai vécu abhyāsa, comme jamais auparavant. Cette fois il ne s'agissait plus seulement d'avancer pas après pas "c'est tout", mais d'avancer pas à pas contre les rafales de vent qui ne manquaient pas de surgir. J'arrivais parfois sur un passage difficile qui me demandait des jours et des jours de répétition avant de le saisir et pendant tout ce temps je pouvais avoir l'impression de faire du sur place. Mais en continuant malgré les difficultés je faisais comme si c'était possible et je découvrais que cela devenait possible. Et il y a eu un moment où j'ai su que c'était comme si c'était fait, ce n'était plus qu'une question de jours, de semaines, qu'importe, le plus dur était fait : j'étais désormais convaincue d'y arriver. J'avais appris à vivre chaque fausse note comme un petit pas vers la note juste, même si j'ignorais combien de pas me séparaient d'elle.

En même temps, sans doute est-ce lié, il n'y avait en moi aucune hâte. Je n'étais nullement pressée d'arriver au bout du voyage et je cheminais d'autant mieux que je goûtais chaque pas au lieu de soupirer après l'étape. Comme si pratique et détachement s'alimentaient l'un l'autre. Le détachement par rapport au résultat bien sûr, mais aussi par rapport à d'autres activités annexes. Il est clair que pour dégager tous les jours ce temps consacré au chant (près d'une heure), j'ai abandonné autre chose. Je ne dis pas que j'ai "dû" l'abandonner car cela s'est fait tout seul, à mon insu. C'est assez incroyable : ma fréquentation de la médiathèque a vraiment chuté, je ne lis plus beaucoup et ça ne me manque même pas.

Ainsi j'ai pour la première fois chanté par cœur l'intégralité de la partie Bhṛguvallī de la Taittirīya Upaniṣad dans les derniers jours du mois de décembre et j'ai vécu cela comme un encouragement dans la poursuite du voyage, à l'orée de la nouvelle année. Depuis je la chante tous les matins.

---

3 Une petite remarque me semble ici nécessaire, avec un recul de quelques années. Il est certain que chanter la Taittirīya Upaniṣad est plus difficile que chanter les Yoga Sūtra, même si la troisième partie, Bhṛguvallī, est la plus facile. Toutefois, il convient ici de préciser que le CD de chant que j'utilisais alors est particulièrement rapide ce qui augmente la difficulté ...

## à suivre ...

Quand j'ai commencé à écrire ce texte, je venais d'apprendre à chanter le Bhṛguvallī de la Taittirīya Upaniṣad. Depuis je me suis lancée dans le Śīkṣāvallī, plus long et plus difficile. Après il restera le Brahmānandavallī ... Mais un jour je finirai par savoir chanter toute l' Upaniṣad.

Et après ?

Je n'envisage plus une journée sans chanter, j'espère continuer à apprendre de nouveaux chants.

J'aimerais aussi beaucoup faire découvrir à d'autres ce monde des sons et pouvoir les accompagner sur ce chemin. Pour le moment mes capacités restent limitées à animer une journée de stage. J'estime ne pas savoir grand-chose dans ce domaine, je manque d'outils pédagogiques, je connais peu de chants.

Il me faudrait apprendre.

Peut-être va-t-il être possible de suivre en France une formation de professeur de chant védique. Je fais partie des candidats intéressés mais à ce jour rien n'est sûr. D'après l'organisateur, si cela se fait, ce ne sera de toute façon pas avant 2009.

Sylvie, optimiste, m'a fait remarquer que l'annonce de cette formation possible était arrivée juste au moment où cela devenait pour moi intéressant, un bon signe.

Georges, pragmatique, m'a fait remarquer que cela me laissait le temps de mettre des sous de côté, un bon plan.

Mais moi je ne suis pas bien sûre que ça se fera. Si ça se fait, je ne suis pas bien sûre que ce sera dans mes prix. Si ça se fait et que ce soit dans mes prix, je ne suis pas bien sûre d'y arriver, j'aime chanter mais je ne suis pas bien douée avec les sons.

Alors je continue tranquillement avec l'Upaniṣad. Je ne sais pas ce qui viendra ensuite, mais souvent, après le chant, je distingue en moi une jolie petite voix.

Elle me dit : "Ne te tourmente pas avec ça. Après tout tu es arrivée par des chemins de traverse là où personne ne t'attendait et surtout pas toi.

Souviens-toi. Tu n'avais même pas envisagé de suivre cette voie, encore moins prévu d'arriver là où tu es.

Et pourtant tu es là. Mieux : tu ne voudrais pas être ailleurs.

Imaginerais-tu par hasard que tu es maintenant capable de distinguer le fil conducteur dans la trame des possibles ?

Chante, c'est tout (mais sans devenir accro au chant).

Si cette formation n'a pas lieu ou si tu ne peux pas y aller, c'est peut-être que ce n'est pas pour toi et qu'autre chose t'attend. Quelque chose qui se dévoilera le moment venu, comme une surprise, tu verras bien.

Tu ne voudrais quand même pas pouvoir retourner le livre pour l'ouvrir à la dernière page et connaître la fin ? Toi qui ne fais jamais ça même avec les romans policiers les plus stressants.

Allons, continue à chanter/changer.

Quant au reste ... "

N'est-ce pas là le cinquième niyama ?

॥.32 शौच संतोष तपः स्वाध्याय ईश्वरप्रणिधानानि नियमाः ।

śauca santoṣa tapaḥ svādhyāya īśvarapraṇidhānāni niyamāḥ

## ... et quelques années plus tard

Cela fait des mois que je pense à écrire cette suite.

Je pourrais revenir sur le premier texte et le retoucher, ou le compléter, avec tout ce qui s'est éclairci en moi depuis le moment où je l'ai écrit.

Mais l'idée de le laisser intact, comme un repère sur le chemin, me paraît meilleure.

Outre sa simplicité, j'aime dans cette solution son aspect de croquis sur le vif.

Il y a eu un premier croquis et il va y en avoir un deuxième, dans lequel on reconnaîtra des éléments du précédent, peut-être retouchés mais identifiables, car profondément liés à ma personnalité. Des nouveaux seront apparus, des anciens auront peut-être perdu en importance.

Chez de nombreux artistes, certains thèmes rythment l'œuvre tout du long.

Peut-être peut-on voir une vie humaine comme une œuvre, surtout dès qu'il y a recherche, quel que soit le domaine de celle-ci. Nous créons notre vie.

Tellement de choses sont arrivées en fait ces dernières années, peut-être est-ce la raison pour laquelle il m'a fallu tant de temps pour décider de me lancer dans une tâche que je savais inévitablement chronophage.

Pourquoi maintenant (novembre 2012) ?

Peut-être parce que je reviens de Chennai, que c'était la première fois que j'y allais totalement seule, sans retrouver un groupe là-bas (comme c'était le cas pendant la formation de professeur de chant védique), juste pour des cours individuels.

Entre les cours j'ai eu du temps pour m'interroger (c'était un séjour d'étude, de réflexion, sans le moindre tourisme pendant ces deux semaines) et mesurer le chemin parcouru.

Alors au retour je ressens le besoin de faire le point.

Au cours de ce séjour, un jour j'ai chanté le premier chapitre des Yoga Sūtra avec Padmini. C'était la première fois que nous chantions ensemble les Yoga Sūtra et en arrivant au I.20 elle m'a demandé : "It's your favourite sūtra Nicole, isn't it ?"

Elle connaissait la réponse, bien sûr : "Yes. It's the only one about śraddhā".

Ce qu'elle a dit alors m'a remplie de joie : "It's my favourite too".

I.20 श्रद्धा वीर्यं स्मृति समाधिप्रज्ञा पूर्वक इतरेषाम् ।

śraddhā vīrya smṛti samādhiprajñā pūrvaka itareṣām

Elle est véritablement là la merveille que le chant a dévoilé, śraddhā.

Vivre jour après jour avec śraddhā quand j'avais vécu, ou survécu, dans le manque.

Savoir au plus profond de moi que si le brouillard vient encore obscurcir l'horizon un matin, il suffira de chanter pour apercevoir à nouveau le soleil caché derrière. Savoir que le soleil va dissiper le brouillard. Savoir que le brouillard est de plus en plus rare et léger. Savoir que le soleil, lui, est tout le temps là.

Un jour j'ai dit à Sylvie "Si je sens monter la déprime je chante, c'est le seul moyen et cela marche encore."

"Pourquoi cela ne marcherait-il plus ?" a-t-elle répliqué.

A cette époque je n'y croyais pas encore tout à fait. Il est parfois des remèdes qui fonctionnent un temps, puis l'accoutumance les rend de moins en moins efficaces !

Mais la magie du chant est intacte, la voix ouvre toujours la voie vers ce lieu heureux où śraddhā repose et il en sera toujours ainsi, je le crois maintenant.

Finalement on en revient à śraddhā.

Il me semble entendre la voix de Bernard : "On ?".

OK, j'en reviens toujours à śraddhā.

शरीरं सुरूपं तथा वा कळत्रं  
यशश्चारु चित्रं धनं मेरुतुल्यम् ।  
मनश्चेन्न लग्नं गुरोरंघ्रिपद्मे  
ततः किं ततः किं ततः किं ततः किम् ॥

śarīraṃ surūpaṃ tathā vā kaḷatraṃ  
yaśaścāru citraṃ dhanam merutulyam |  
manaścenna lagnaṃ guroraṅghripadme  
tataḥ kiṃ tataḥ kiṃ tataḥ kiṃ tataḥ kim ||

...

*A tous ceux qui m'ont guidée sur le chemin,  
et à tous ceux qui me guideront,*

## Chennai ... aïe !

Dans les jours qui ont suivi cette présentation du chant védique, j'ai encore vécu dans un état d'agitation mentale, il m'a fallu deux ou trois jours pour vraiment retrouver l'équilibre.

### III.9 व्युत्थाननिरोधसंस्कारयोः अभिभवप्रादुर्भावौ निरोधक्षणचित्तान्वयो निरोधपरिणामः

vyutthānanirodhasaṁskārayoḥ abhibhavaprādurbhāvau nirodhakṣaṇacittānvayo nirodhapariṇāmaḥ

Evidemment j'en étais consciente et j'ai beaucoup chanté pour renforcer le saṁskāra de joie paisible que le chant a fait naître en moi ces dernières années.

Mon état d'équilibre n'est pas suffisamment stable pour résister à une forte perturbation mais du moins suis-je capable d'y revenir, de savoir ce qu'il me faut faire pour cela et de le faire en toute confiance.

Je sais aussi qu'à plus long terme c'est par le chant que l'état d'équilibre deviendra de plus en plus stable.

Quand j'ai commencé à ressentir les effets bénéfiques du chant il y a quelques années, j'ai pu écrire "Le chant va aussi toucher en profondeur des choses anciennes et les pacifier." C'était à ce moment-là déjà une chose sûre, un changement que je vivais au plus profond de moi, mais je n'avais pas alors bien compris ce qui se passait véritablement.

### III.10 तस्य प्रशान्तवाहिता संस्कारात्

tasya praśāntavāhitā saṁskārāt

Je comprends un peu mieux maintenant ... une expérience comme celle que je viens de décrire aide encore à comprendre.

Le chant a fait naître des saṁskāra positifs de contentement, de paix mentale et la pratique du chant les développe peu à peu. Ces saṁskāra sont de plus en plus puissants face aux vieux saṁskāra de doute, découragement, manque de confiance. Ceux-là existent toujours. Simplement ils se manifestent de moins en moins.

C'est en quelque sorte un rapport de force entre les anges et les démons.

Le changement vers la stabilité c'est la victoire des anges.

A ce point de mon écriture, il m'apparaît que la première partie du texte, écrite en 2008, traitait essentiellement de la découverte de śraddhā.

Il en sera à nouveau question ici, mais cette deuxième partie est plutôt centrée sur la découverte de l'importance des saṁskāra.

Peut-être fallait-il d'abord trouver śraddhā pour ensuite être capable de regarder les saṁskāra en face.

C'est par moments terrible de voir leur force, de voir agir le "mental ancien" alors que l'on se croit libre d'agir, de voir que la personnalité se résume à un enchevêtrement de conditionnements qui dictent les actions.

Mais encore faut-il les voir !

C'est bien là la première difficulté, toujours le brouillard d'avidyā.

La première fois où je suis partie à Chennai pour commencer la formation de professeur de chant védique au KYM, cela a représenté un abandon de nombreux repères et cela s'est avéré très difficile.

J'étais motivée pour le faire mais c'était une aventure en terrain inconnu.

Nous avons voyagé en Inde à plusieurs reprises Georges et moi, mais là je partais bien loin toute seule, pour la première fois de ma vie.

J'ai vécu ces deux semaines au sein d'une maisonnée indienne, chez Padmavathy, avec laquelle Sylvie m'avait mise en contact et que je rencontrais pour la première fois. La cuisine était strictement végétarienne, délicieuse certes, mais je ne suis pas végétarienne et cela ne me nourrissait pas suffisamment. Le stage avait lieu cette fois-là de la fin mars jusqu'à la mi-avril et la chaleur était intense, chaque jour un peu plus chaud et humide, alors que j'ai toujours eu du mal à supporter l'été dans le sud de la France ...

Tous les jours j'allais suivre les cours au Mandiram et c'était difficile, tellement difficile. Très vite certains professeurs nous ont demandé de chanter seuls à tour de rôle les chants que nous étions en train d'apprendre et je n'en étais pas capable, j'avais besoin de mémoriser pour chanter correctement. Dans ces moments-là le niveau de stress dans la salle atteignait des sommets, chanter seul devant quasiment vingt inconnus poussait la plupart d'entre nous dans ses retranchements et il est arrivé que certaines personnes quittent la salle avant que n'arrive leur tour de chanter (cela n'a jamais été mon cas, il faut croire que j'avais appris cela de mes années de formation de yoga). Last but not least ... j'avais beaucoup perdu en anglais ces dernières années, par manque de pratique, voyageant moins. Et je dois dire que je ne m'y attendais pas. Seule Française du groupe, je me retrouvais donc isolée par mes difficultés à comprendre les autres et à parler. Le seul moment facile de la journée était le cours d'apprentissage de l'écriture devanagari : là mes facultés visuelles pour le dessin et ma mémoire des formes m'accordaient un répit, j'étais en terrain connu.

### III.18 संस्कारसाक्षात्करणात् पूर्वजातिज्ञानम् saṁskārasākṣātkaraṇāt pūrvajātijñānam

A la fin de la première semaine j'ai pris mon premier cours individuel avec Padmini et je lui ai clairement raconté ce qui se passait : j'étais désespérée, je n'y arrivais pas. Pensait-elle que je doive continuer avec mes pauvres capacités en chant ? Padmini m'a répondu que seule importait la motivation et que, pour que je vienne jusqu'en Inde chanter, la mienne était ... elle a écarté ses bras le plus possible. Elle m'a raconté qu'elle est gravement asthmatique, donc en théorie il lui était impossible de chanter, mais elle a appris à chanter. Et j'ajouterais qu'elle chante divinement. (Par la suite elle m'a appris que cela ne s'était pas fait tout seul, elle s'enfuyait quand Desikachar ou Menakha la poussaient à chanter, comme quoi ...)  
Bien sûr j'ai continué la formation de chant.  
Heureusement.  
Mais Padmini n'a jamais oublié ce premier cours individuel. Il semble qu'il l'a marquée encore plus que moi car dans les années qui ont suivi, à mesure qu'elle m'accompagnait sur le chemin du chant, elle me l'a rappelé plus d'une fois alors qu'elle m'écoutait chanter.

Plus tard, j'ai réalisé ce qui s'était passé à Chennai cette fois-là : je m'étais retrouvée dans une situation où je ne maîtrisais à peu près rien alors que ce n'est pas le cas d'habitude. Il a fallu que je me perde vraiment pour voir que je n'acceptais pas d'être perdue et ne savais comment faire dans ce cas. C'est un très vieux conditionnement développée par une enfant malheureuse, son point d'appui pour avancer dans la vie, "première de la classe". JE sais. Asmitā.  
Cela n'a plus de raison d'être mais ...

Je suis donc repartie à Chennai six mois plus tard.

Tout a été bien plus facile que la première fois. J'étais beaucoup plus à l'aise et détendue, ouverte à ce qui m'entourait. (Était-ce juste parce que j'avais maintenant quelques repères ou bien cheminai-je peu à peu vers le lâcher prise ?)

Au programme de cette session il y avait la *Taittirīya Upaniṣad*, plus précisément la *Tṛtīyā Bhṛguvallī*.

Je la connaissais déjà, c'est par là que j'étais entrée dans le chant.

Mais en fait pas vraiment : ce n'était pas la même façon de la chanter que sur mon CD, la prononciation était essentielle ainsi que le respect de toutes les règles du chant.

Nous apprenions à chanter bien plus lentement mais bien plus profondément.

Ce qui fait qu'au début j'étais plutôt décalée par rapport à ce que j'avais appris.

Peu à peu cela s'est mis en place. En écoutant véritablement.

Comme lors de la révélation du chant, dix ans plus tôt. Par l'abandon du vouloir chanter.

Quand nous la chantions à tour de rôle, seuls ou deux par deux, je n'étais plus dans la peur de voir mon tour arriver, mais dans l'écoute de ceux qui chantaient avant moi.

Tellement que j'en suis venue à entendre comme jamais je n'avais entendu.

Un bouchon avait sauté quelque part, un blocage s'était dissous et je percevais toutes les variations mélodiques, ce n'était plus le même chant, le nouveau était bien plus subtil et nuancé.

Quel grand mystère d'entendre, comment savoir ce que l'on entend ou pas ...

Et quel bonheur d'entendre !

Était-ce ce bonheur nouveau, cette ouverture d'un espace en moi, qui a fait que la mélodie chantait toute seule dans ma tête, jour et nuit, en boucle, comme occupant ce nouvel espace, s'y déployant pour l'investir, renouvelant encore et encore la magie de cette oreille neuve pour y croire ?

A tel point que je devais chanter à voix haute pour calmer le chant intérieur.

Et toujours revenait cette phrase : *adhīhi bhagavo brahmeti*, dont j'ai ensuite connu le sens, "*O revered Sir, teach me Brahman*".

Je chantais en marchant dans la rue, pas très fort, mais je chantais.

J'étais comme ivre de chant. Et si légère.

Il avait plu, de grandes flaques d'eau s'épalaient par endroits, je les contournais vite pour rester au sec puis dès que possible je sautais sur le trottoir. Et tout ce temps je chantais.

J'aimais passer par un nouvel itinéraire, une petite rue avec des maisons colorées et de grands arbres où, le dernier soir j'ai suivi au ralenti un char à boeufs, en pleine ville, toujours chantant.

Oh, c'était juste parfait, je n'aurais voulu être personne d'autre, nulle part ailleurs.

III.41 श्रोत्राकाशयोः संबन्धसंयमात् दिव्यं श्रोत्रम्

śrotrākāśayoḥ sambandhasaṁyamāt divyaṁ śrotram

Le chant s'est calmé dans ma tête quand je suis rentrée à Toulouse et cela ne m'est plus jamais arrivé d'être ainsi, comme ivre de chant pendant plusieurs jours.

Ni pendant les autres séjours de chant intensif dans le cadre de la formation de professeur de chant, ni par la suite lors de mes séjours d'étude du chant en cours individuel.

Souvent, comme je l'ai déjà écrit quelques années en arrière, il m'arrive juste d'entendre un passage, la plupart du temps d'un chant que je suis en train de travailler :

"Alors, à un moment, un passage se met à chanter tout seul dans la tête et c'est souvent ainsi que je me rends compte qu'il est mémorisé. Comme s'il avait continué son cheminement dans mes cellules et qu'il me faisait signe quand il est arrivé dans la case mémoire où il se pose."

Avec le recul c'est une expérience troublante que j'ai vécue là, même si au moment où je la vivais c'était extraordinaire.

Là encore, est-ce lié au changement d'environnement, à la pratique intensive du chant pendant des jours ?

Etait-ce un cap que je devais franchir ?

Peut-être certains changements se font-ils imperceptiblement alors que d'autres sont soudains et spectaculaires.

Le résultat est là : j'entends tellement mieux maintenant qu'il y a quelques années en arrière.

Je m'en rends compte bien sûr dans mon étude du chant védique, le niveau de difficulté des chants que j'apprends augmentant régulièrement.

Mais je m'en rends aussi compte dans mon enseignement du chant. Il est indispensable d'entendre précisément les élèves pour être capable d'ajuster leur chant.

Un autre exemple de cette évolution de l'audition est la compréhension de l'anglais.

Je me suis remise très sérieusement à l'anglais à la suite du premier séjour à Chennai.

Parlant très bien anglais quand j'étais jeune et ayant toujours beaucoup aimé cela, il n'a pas été difficile de m'y remettre.

Et là aussi j'ai pu constater que l'amélioration de mon audition m'aide beaucoup.

Parfois, en écoutant un CD que je connais depuis longtemps, je me rends compte que je comprends des paroles que je n'avais jamais comprises.

Surtout, entendre mieux modifie la relation au monde, fait naître un sentiment d'harmonie avec le monde.

Comme si l'espace intérieur et l'espace extérieur étaient davantage en contact, communiquaient davantage.

Je n'ai jamais ressenti un tel sentiment d'harmonie par la vision et la peinture.

Cela s'explique-t-il par la différence de subtilité entre l'ouïe et la vue, telle que l'expose le Sāṃkhya ?

Le chant permet-il d'accéder à un autre niveau de conscience ?