

## LA VIBRATION ORIGINELLE ET L'EXPERIENCE DU CŒUR DANS LE SHIVAÏSME DU CACHEMIRE

Colette Poggi

Il arrive parfois que l'on découvre dans des écrits fort anciens et même lointains la formulation d'une intuition qui met d'emblée sur le chemin d'une recherche inlassable. Rencontre surprenante, bouleversante, qui dessine dès lors l'orientation d'une vie.

L'une de ces intuitions, me semble-t-il, concerne une théorie formulée entre le VIII<sup>e</sup> et XIII<sup>e</sup> siècle au Cachemire, alors un haut-lieu de la culture des Tantra ; il s'agit de la Vibration cosmique.

Cette intuition s'inscrit dans un courant nommé Shivaïsme du Cachemire, non-dualiste car ses penseurs ne voient aucune rupture radicale entre corps et esprit, humain et divin, inerte et vivant. Par cette image puissante d'une vibration à l'origine de toute chose, ils souhaitent dire la plénitude, la vie, qu'ils ont ressentie au cours de leur pratique contemplative. Pour eux, donc, il n'y a qu'une seule réalité, *spanda*, vibration qui par le libre jeu de ses transformations suscite l'infinie variété de l'univers. Et cette activité se trouve incarnée par la Danse de Shiva-Natarâja, le Seigneur de la Danse cosmique.

Formulé autrement, le souffle de Vie, *prâna*, partout à l'œuvre dans l'univers, a pour essence *spanda*.

Au cœur des Tantra, le Shivaïsme du Cachemire (VIII<sup>e</sup>-XIII<sup>e</sup> s.) se compose en réalité de multiples courants, transmis par des maîtres alliant connaissance et expérience. Il est encore aujourd'hui mal connu, mais suscite cependant un fort intérêt. C'est Lilian Silburn, alors chercheur au CNRS, qui fut la pionnière de son exploration dès les années cinquante, et son œuvre offre un accès incontournable aux sources essentielles que sont les textes.

D'une certaine manière ces philosophes cachemiriens ne nous sont pas étrangers, ils sont simplement des hommes déterminés qui aspirent à comprendre plus profondément la nature de la vie, à s'accorder avec cette réalité infinie que notre conscience humaine nous laisse entrevoir en certains moments privilégiés. Même si par certains aspects ces doctrines semblent complexes, nous percevons à travers elles le souffle d'expériences et de recherches d'une portée universelle, ce qui constitue un grand enrichissement pour le monde des idées, de la spiritualité, et du yoga.

De plus la doctrine de la Vibration fut liée, dans le contexte shivaïte du Cachemire médiéval, à une perspective de réalisation ou de libération, ou tout au moins de transformation de soi.

### **Le Shivaïsme du Cachemire et la lignée de la Vibration**

Dès le début du premier millénaire en Inde s'est développé le mouvement des Tantra qui exerça une forte influence sur la pensée et la pratique religieuse dans l'hindouisme, le bouddhisme et le jaïnisme. Le Tantra ou Âgama sont en fait des textes révélés par Shiva, Vishnou... dans lesquels l'Energie cosmique ou Shakti joue un rôle essentiel.

Un nouveau souffle de créativité anime alors la réflexion sur les voies de libération, les pratiques (*sâdhanâ*) impliquant l'homme dans son intégralité : corps, souffle, conscience (au sens d'esprit). Par les *mantra* (formules sacrées), *yantra* ou *mandala* (diagrammes sacrés symboliques), *mudrâ* (gestes symboliques) le pratiquant *tantrika* capte et s'assimile l'influx de la *Shakti*.

Le Cachemire médiéval entre les VIII<sup>e</sup> et XIII<sup>e</sup> siècles est le cadre d'un grand rayonnement intellectuel et spirituel, du fait de la rencontre féconde de divers courants hindous, bouddhistes etc., par les nombreux pèlerins venus de l'Inde, du Tibet, du Népal, de la Chine, d'Asie centrale... Parmi les courants du Shivaïsme cachemirien, la lignée de l'école de la Vibration

apparaît au IX<sup>e</sup> siècle. Un certain sage, Vasugupta, entendit en songe Shiva lui indiquer un roc sur lequel étaient gravés les *Shivasûtra*, Aphorismes de Shiva, qui forment la base de l'école de la Vibration. Puis les invasions musulmanes devenant plus menaçantes, certains partirent vers l'Inde du sud, et c'est ainsi que la tradition cachemirienne s'implanta dans certains temples tels que Kañcipuram ou Cidambaram ; dans le sanctuaire de ce dernier, à la place du *linga* (signe ou phallus de Shiva) habituel, se dresse Shiva-Natarâja, incarnant la Vibration cosmique en laquelle se déploie et se replie le monde manifesté.

Abhinavagupta fut sans doute la figure la plus marquante du Shivaïsme cachemirien et vécut entre 955 et 1045. Son nom d'initiation signifiant « ancien ou secret » (*gupta*) et « toujours nouveau » (*abhi-nava*), fait allusion à la Réalité ou à la conscience éveillée pour laquelle la Vie se révèle en chaque instant, toujours nouvelle.

Ce philosophe majeur, encore méconnu en Occident, est l'équivalent de Shankara, le grand maître du Vedânta. Son œuvre s'avère essentielle pour comprendre les Tantra et donne par ailleurs un reflet de la vie intellectuelle de l'époque ; le *Tantrâlôka* (Regard sur les Tantra) offre une synthèse des connaissances sur les divers courants et textes tantriques, il traite du rituel, des voies de libération, de la nature de la conscience, de l'énergie...

Cet auteur compose également un commentaire sur la *Reconnaissance du Seigneur* d'Utpaladeva (Xe s.) où il cherche à démontrer par une argumentation philosophique la nécessaire existence du Soi... à l'encontre des bouddhistes. Selon cette thèse, s'il n'existait une instance permanente telle que le soi-conscience qui unifie les diverses perceptions, pensées, mémoires... la vie quotidienne serait impossible.

Dès l'enfance Abhinavagupta se distingue par une grande soif de connaissance alliée à une maturité intellectuelle précoce, sa famille comptant de nombreux lettrés, il entre en contact avec des maîtres prestigieux en philosophie, esthétique et bien sûr en sciences des Tantra. C'est grâce à Shambhunâtha qu'il atteint la réalisation, but véritable de la vie spirituelle à ses yeux. Parmi les écoles importantes, notons le Trika (triade), le Krama (progression graduelle), Kula (Energie originelle), Pratyabhijñâ (Reconnaissance du soi). Celles-ci constituent des lignées de transmission de maître à disciple, et ne sont pas séparées entre elles ; pour la plupart de leurs auteurs en effet, les doctrines et pratiques des autres lignées sont familières et donc fréquemment évoquées dans leurs œuvres.

Ces philosophes cachemiriens, entre les VIII<sup>e</sup> et XIII<sup>e</sup> siècles, abordèrent le sujet de la Vibration avec une originalité et une profondeur remarquables qui, aujourd'hui encore, nous étonnent. Leur vision semble en effet faire écho à des recherches contemporaines sur la conscience et la réalité, l'infiniment petit ou l'infiniment grand. Au cœur de cette doctrine, la Vibration (*spanda*) se définit comme la nature véritable de toute chose.

## **Spanda, la Vibration cosmique**

Le terme vibration, dans la physique contemporaine, décrit la nature de la matière, faite d'ondes et d'énergie, la lumière vibrant à la plus haute fréquence. Penseurs cachemiriens médiévaux et physiciens du XXI<sup>e</sup> s. se rencontrent sur un autre thème essentiel, le vide, conçu comme une trame vibratoire, animée d'énergie et de vibrations.

Les philosophes du Shivaïsme du Cachemire ont forgé un vocabulaire approprié pour exprimer ces intuitions sur la nature ultime de la Réalité ; ils fournissent ainsi les bases d'une formulation saisissante de la Réalité dynamique de l'univers à travers des métaphores telles que l'espace infini tissé d'énergie, le rythme du temps animé de la pulsation de la Conscience cosmique, le Souffle cosmique... Leur contribution la plus originale demeure sans doute l'approche de la Conscience comme Lumière-Energie, animée, d'instant en instant, par la pulsation ou vibration

(*spanda*). Pour ces maîtres, la réalité ultime est en effet Conscience infinie et vivante, dynamique, créatrice.

L'univers est ainsi vu comme un « apparaître » à l'intérieur d'une trame vibratoire sans limite ni rupture, intégrant toutes les dimensions de la réalité (physique, mental...) et cette trame indivisible n'est autre que la Conscience de Shiva . Ou, pour utiliser une autre métaphore, l'univers est perçu comme une symphonie émergeant à tout instant d'un silence vibrant ; comme l'expression spontanée de la danse cosmique de Shiva-Nataraja., ou encore comme un arbre inversé, racines célestes, branches vers le bas : une même et unique sève (onde) parcourt l'infinie multiplicité des feuilles, fleurs...

Cette notion de vibration, ou de trame vibratoire peut servir d'outil pour la compréhension du monde mouvant (*samsâra*), toujours changeant, en ses multiples apparences. Au-delà d'une vision matérialiste, mécaniste, on privilégie celle d'un processus créatif, déployé ou replié (*unmesha-nimesha*), qui fait écho aux notions d'ordre déplié et de matrice impliée, selon l'expression du célèbre physicien David Bohm. Or, selon lui, cet aspect demeure non accessible extérieurement ; il renvoie à une dimension de profondeur, d'intériorité... telle une « mer d'énergie emplissant nos sens (qui la) perçoivent comme un espace vide ».

### **La nature du *spanda***

« *L'univers entier qui s'étend de Shiva à la terre, vibre, fulgure, comme identique à la danse cosmique de Shiva-Natarâja.* » Abhinavagupta

A la différence de certains courants hindous tel l'Advaita-Vedânta de Shankara, le monde n'est pas conçu comme illusoire dans la doctrine de la Vibration, puisqu'il est l'expression spontanée de la Conscience de Shiva ; toute réalité, même la plus ordinaire, apparaît ainsi comme l'un des innombrables aspects de la Conscience-Energie (*cit-shakti*) se déployant en une infinité de degrés, au cours de la danse cosmique de Shiva-Nataraja.

Selon Abhinavagupta, Shiva engendre par les divers rythmes scandés sur son tambourin (*damaru*), les êtres et les choses dans leur infinie diversité. Sa Conscience-Energie vibre et suscite à l'intérieur d'elle-même l'univers, à la manière d'un poète inspiré qui crée en son esprit son œuvre.

Kshemarâja (XIe), l'un des maîtres de cette école, disciple et cousin d'Abhinavagupta, s'adresse ainsi à Shiva dans le *Pratyabhijñâ-Hridayam* (Cœur de la Reconnaissance) :

« *Ce par quoi Tu déploies l'univers entier, c'est la Vibration.*

*Tu es Energie-Conscience, et ce sont les ondes de cette vibrante expansion qui donnent forme à toutes choses qui naissent.* »

*Spanda*, essence de cette Conscience-Energie.

Abhinavagupta définit la vie de la conscience à partir de la vibration, vue comme un essor intérieur : « *un soudain essor de la conscience, qui se ressaisit elle-même.* »

Cet acte de conscience forme l'essence de la vie, ce par quoi nous sommes présents à la vie et savons que nous vivons. Une telle prise de conscience nous échappe au quotidien, mais elle est au cœur de l'expérience des *yogin* ou des sages. Et ce qu'ils trouvent de plus juste comme image pour évoquer la conscience-énergie est une lumière irradiante, animée d'une imperceptible vibration, Vie à l'état pur, si subtile qu'elle passe inaperçue. Elle n'est autre, selon eux, que l'essence indicible, oubliée en chacun, établie dans le cœur. Abinavagupta, dans son *Commentaire à la Reconnaissance du Seigneur*, déclare :

« *Fulguration, réalité absolue, affranchie du temps et de l'espace, telle est l'essence universelle, nommée Cœur suprême* ». »I, V 14

Ainsi, la Réalité fulgure, scintille (*sphurattâ*), elle est vibration (*spanda*), élan (*ullâsa*), danse cosmique, vie cosmique s'écoulant en tout ce qui existe. Cette vibration infiniment subtile est perçue comme la vie-même de la conscience, fulgurant d'instant en instant... et de ce fait toujours nouvelle (*nava*). Voilà ce que disent les textes shivaïtes, mais cela correspond-il à notre expérience ?

### **Vibration et voie de réalisation**

Il semble paradoxal que la vibration qui forme le noyau vivant de l'existence, en nous et dans l'univers, soit occultée. Si « *tout vibre et frémit dans l'univers* » une vibration si subtile ne peut être évidemment perçue que si le cœur-conscience redevient parfaitement silencieux. Vacuité rime ici avec plénitude. C'est pourquoi cette « perception » est rare.

On ne peut se saisir de la vibration puisqu'elle est l'origine absolue et le fond de la Vie même, mais l'ayant éprouvée, il est heureux (*sukha*), à tous niveaux de l'être, de coïncider avec le pur *spanda*, de se mettre au diapason de la Réalité dynamique, qui est à la fois vécue comme intériorité absolue, plénitude et unité. Cette idée est ainsi exprimée par Abhinavagupta :

« *L'Energie-Conscience (où pulse le spanda) est ce qui procure à l'être vivant son plus haut degré d'unité intérieure.* »

Dans la vie quotidienne faite de dispersions il est difficile de ressentir cette vibration ; cependant, l'expérience esthétique offre parfois la possibilité d'une percée à travers les cuirasses intérieures ! Les maîtres cachemiriens parlent alors de « l'éclosion du cœur », de l'épanouissement spontané du « je » (*aham*), d'ordinaire contraint, étouffé, par l'ego (*ahamkâra*). Selon ces esthéticiens, le choc de l'émerveillement réveille les imprégnations latentes oubliées, assoupies au fond de soi. Celles-ci, par l'émotion ressentie, entrent en vibration, et remontent à la surface, suscitant une *catharsis* « qui purifie le miroir de l'esprit ». Cela ne peut survenir que si le spectateur est un véritable *sahridaya*, « celui qui ressent avec le cœur ». Cette expression signifie pour le spectateur « se mettre au diapason » de l'œuvre ; s'ouvrant ainsi à une expérience trans-individuelle, il entre, grâce à la Vibration, en contact avec la vie originelle, et prend conscience de lui-même d'une manière radicalement autre : tout son être, corps-souffle-conscience, s'ouvre et se déploie comme espace de résonance, luminosité transparente.

L'expérience du *spanda* conduit ainsi à une perception unitaire de la Réalité. Pour les maîtres du Spanda, la Vibration sous-tend à la fois la Vie de l'univers, celle de la conscience, du souffle, de la matière... jusqu'au brin d'herbe.

« *Elle est la chose à dévoiler entre toutes* ». Abhinavagupta

La pratique du *mantra* est un autre exemple du retour à l'unité ; l'adepte remonte à la source de la Parole émettrice de l'Univers, parvient au Cœur de la réalité qui est vibration éternelle, infiniment subtile, à la source de la quintuple énergie de Shiva, d'où fluent les incessantes expansions et contractions universelles (apparition-disparition).

Le même cheminement peut être vécu à travers le regard, le souffle, la fonction mentale...

*Spanda*, essence de l'univers et de la vie.

Par ces divers exemples, nous avons vu que la Réalité, selon le Shivaïsme cachemirien, est perçue comme un dynamisme infini, une force vibrante qui se renouvelle à tout instant, et cette vie cosmique nous traverse sans cesse. Elle forme le substrat universel, insaisissable par les sens ou l'investigation mentale ; cependant les textes ne cessent de le souligner : c'est dans un acte de conscience seul que *spanda* peut être rejoint .

On ne peut qu'être admiratif de cette approche, pleine d'audace et de simplicité. Mais cela n'est pas un fait unique, isolé ; on retrouve en effet ici et là, dans les diverses mystiques et spiritualités du monde, l'idée d'une parcelle d'énergie cosmique, divine, inscrite originellement en l'homme, par exemple le *tonalli* des aztèques. Cependant il est très rare de rencontrer à cet égard une doctrine aussi complète et nuancée.

S'il en fallait une preuve, la philosophie du *spanda* montre que l'Inde ancienne peut aujourd'hui encore nous offrir de grandes leçons de vie, il nous suffit pour cela de se mettre à l'écoute de ses textes qui sont de simples paroles destinées à des disciples ardents, cherchant des réponses aux questions éternelles : qu'est-ce que la réalité, au delà des apparences, comment accomplir sa vie ?

L'histoire des idées, qu'elles relèvent du mythe, de la philosophie ou de la science, montre avec quelle ingéniosité l'esprit humain a suscité des théories diverses expliquant chacune à leur manière l'essence de l'univers et de la vie. Récemment, au XXe siècle, s'est produit une véritable révolution de la connaissance avec la découverte de l'organisation invisible de la matière en tant qu'énergie, ainsi que la nature de la lumière comme onde vibratoire. Les scientifiques contemporains, rompant avec une vision mécaniste du monde, privilégient dès lors les concepts d'énergie et de vibration ou d'onde, omniprésentes dans l'espace. Poussant plus loin leur observation, certains vont même jusqu'à émettre l'hypothèse d'une analogie avec la conscience. Ces physiciens défendent ainsi la perception d'un univers visible et invisible animé par une vibration imperceptible : «Selon la théorie de l'hyperspace, la matière serait faite de vibrations apparaissant dans le temps et l'espace. Il en découle cette fascinante possibilité que toute chose autour de nous, depuis les arbres et les montagnes jusqu'aux étoiles mêmes, ne soient que *vibrations dans l'hyperspace* ».<sup>1</sup>

Une telle rencontre peut surprendre au premier abord. Il faut évidemment se garder de tout amalgame hâtif, ces deux approches se situent sur des registres distincts ; en effet la théorie indienne de la vibration cosmique ou *spanda* se définit comme une voie spirituelle de délivrance, non une doctrine scientifique, elle procède d'une intuition mystique, non d'une démarche fondée sur la raison, bien qu'elle intègre cette dimension ; trois sources de connaissance sont en effet reconnues comme valides dans les Tantra , les Textes sacrés, la parole du maître ainsi que sa propre expérience.

Colette Poggi, indianiste et sanskritiste, est docteur en philosophie comparée (Paris IV-Sorbonne) et spécialiste du Shivaïsme du Cachemire. - *Les œuvres de vie selon Maître Eckhart et Abhinavagupta* (éd. Les deux Océans, Paris, 2000. -*Yoga, sources et variations*, (avec Eva Ruchpaul, Ellébore, Paris, 2005), *Visions et expériences du corps : perspectives indiennes. –Le sanskrit, souffle et lumière. Voyage au cœur de la langue sacrée de l'Inde*, Almora, 2012. – *RITES, fêtes et célébrations* (les fêtes en Inde), Bayard, 2012.

---

<sup>1</sup> *Hyperspace, a scientific odyssey through the tenth dimension*, Michio Kaku, Oxford University Press, 1995. Extrait traduit p. X.

La notion d'hyperspace

## AUTRE VERSION

Cette école qui apparaît en Inde vers le VIII<sup>e</sup> siècle de notre ère, est portée par un courant religieux et philosophique de grande ampleur, les Tantra, qui mettent au premier plan l'Énergie cosmique, Shakti. De plus, selon la théorie indienne, la vibration est comprise comme une métaphore de l'Énergie cosmique, elle correspond à l'Énergie originelle chantée dans les Veda comme l'Un, manifesté en la Parole sacrée. Dans l'hindouisme classique, les thèmes de vibration et de rythme trouvent dans la figure du Shiva dansant, ou Shiva-Natarâja, leur plus vive expression.

L'Un des Veda, Parménides, Spinoza SK mat : évol. De la Conscience  
XX<sup>e</sup> s. Matière, énergie, vide, vibration, Réalité superstring, phys. 80 Trame vibr.  
Vibration de la Parole *Aditi Prâna*  
*Prakâsha vimarsha sphurattâ* Pulsation Univers réel.  
Musique musicien instrument Symphonie-silence

### Préambule

Philosophie ? Expérience, intuition, éprouvé  
Tantra primat de l'Énergie cosmique Shakti  
Tout est vibration, réalité, ciel, *mantra* : rituel, agent, moyens (flamme, voix...)  
Concerne le yoga...

## PLAN

I-Présentation du cadre historique, philosophique. Dialogue hindou-bouddhiste (plénitude – vacuité)

II-thèmes essentiels : Spanda est la Vie cosmique

Shiva – Nataraja, symbole de la Vibration cosmique : tout est rythme et pulsation.

L'essence de l'univers est vibration.

L'Absolu est Conscience-Energie (*prakâsha-vimarsha*).

III-Voie du Cœur-Conscience : « vivre dans le vif »

Prise de conscience du *spanda*. Puiser à la source...

*Ullâsa* : joie, jaillissement, essor intérieur « *Le Soi est le danseur* » Shiva Sûtra

Les voies de réalisation : non-forme (art, vie quotidienne...). Elles visent à faire éclater, ou fondre, les cuirasses du moi.

(thème des quatre voies : activité, connaissance, élan du cœur, non-voie)

-l'officiant doit s'identifier à la divinité, remplacer son corps par un corps divin, la divinité est appelée à résider en lui.

Diagramme, souffle, transformation somto-psychique, mantra, gestes : capter l'énergie divine

Influx divin reçu... mandala... peuvent être intériorisés : rôle de la conscience, active ;

Shiva Cachemire Trika Abhinava

Les penseurs et les sages de l'Inde ancienne s'orientèrent très tôt vers l'exploration de l'univers intérieur de l'homme ; selon eux, le corps forme un cosmos vivant, orchestré par un principe

universel ou « Conscience infinie ». Une telle approche sera déterminante pour les voies du yoga.

Dans les textes sacrés les plus anciens, ceux du *Rig Veda*, l'intuition du divin est liée à la perception d'une immense puissance de vie, à la fois intérieure et universelle, exprimée par des mots tels que *brahman* et *âtman* ; leurs racines respectives signifient : *BRH* croître infiniment, et *AN* vivre, respirer, se mouvoir. Cependant, la notion d'énergie comme Vibration n'est clairement exprimée que dans le Cachemire médiéval par les écoles shivaïtes non-dualistes (*advaita*).

**Quelques termes sanscrits liés à l'élan** évoquent le *spanda* pour les penseurs shivaïtes du Cachemire :

*Udyama*, élan, essor, *ullâsa* joie la plus haute élan 49

« *udyama* est illumination fulgurante, soudain essor de la conscience qui s'éprouve elle-même. » 48

Une essence unique, essence vivante, indifférenciée en son origine mais dont le dynamisme contient en germe tout le processus de différenciation, fécondité infinie.

Maître Eckhart, *ego sum qui sum* « je suis celui qui suis » *Commentaire du livre de l'Exode*  
Effervescence de la vie divine, effusion de puissance, analogue à la formule « Je vis parce que je vis »...

Totalité et unité

Pour le Trika, la réalité suprême est conscience : Lumière-Energie

Eternellement vivante, la conscience est animée d'une vibration, grâce à laquelle elle fulgure.

Scintillation, étincèlement perpétuel *sphurattâ*

Aspect d'énergie de la conscience

Trame de l'espace vibratoire

Tout est inscrit à l'intérieur

De l'espace illimité, animé par la vibration, à l'infinie subtilité du *spanda*

-Vibration originelle au cœur de Shiva, d'où surgit, émane l'univers et la Parole ;

« Cette fulguration est l'essence véritable » IPV IV 6

Image de la Roue à mille rayons K 62 qui a pour centre le cœur.

Vibration K 63, énergies du *spanda* infinies en nombre, l'univers est en mouvement constant.

- Le Seigneur fulgure comme sujet percevant dans le cœur de tous.

Présence dans le cœur : le libéré-vivant l'éprouve sans interruption.

Centre de la conscience, conscience qui prend conscience d'elle-même

Lieu à la fois vibrant et parfaitement immobile

La vibration caractérise la vie de la conscience, existe dans tout l'univers

Rôle de la prise de conscience dans l'instant, jaillissement, à la source même de l'acte conscient

L'éveil est reconnaissance du *spanda*

Le *spanda* cosmique inséparable de *prakâsha-vimarsha*.

Conscience suprême vivante, capable de donner vie à l'univers et à tout ce qui existe, par le jeu des énergies divines.

Conséquence : l'Absolu ne peut être atteint que par un acte de conscience

Rythme, pulsation cosmique de Shiva Natarâja

Liberté Cœur

Totale liberté, pure spontanéité d'action créatrice

Fulguration de la libre puissance, aspect le plus haut de la divinité

Elle agit par jeu *lîlâ*  
Surabondance de jaillissement créateur cf Me Eckhart

Dans la Bhakti

« Quand toi-même tu frémis, tu déploies le monde entier.  
Quand tu prends conscience de ton essence, tu prends conscience de l'univers  
Quand toi-même tu titubes, sous l'égout de ton propre nectar  
Alors scintille l'anneau des existences. » Utpaladava XIII 15

La danse cosmique de Shiva qui symbolise le parfait épanouissement de la conscience, a pour origine la vibration primordiale (autre aspect de *vimarsha*, prise de conscience de soi).  
Grâce au mouvement très pur et spontané de son propre cœur...  
*Parispanda*, le flot du cœur, absorption dans la conscience cosmique au moment de l'illumination. Union à la C. Univ.

La plus haute dimension du réel, fréquence de vibration dont nous ne sommes pas conscients, en raison de la tendance à la fragmentation (*kalâ*) de la pensée, de l'agir... Il s'agit donc de revenir à l'essentiel, au tout.  
Remarque sur la parenté étymologique des termes signifiant la totalité et la santé (voire sainteté !) : *holos, whole, healthy, holy*... dérivant du sanscrit *sarva* (tout). Notons que « santé » se dit en sanscrit *aroga*, ce qui signifie littéralement « sans rupture ».

Doctrine de la vibration cosmique (*spanda*)

Selon eux, il est une réalité unique qui s'étend de Shiva à la terre, intégrant matière, énergie et conscience, visible et invisible, tous ces aspects participent à des degrés divers de la vibration cosmique. Celle-ci forme donc l'essence vivante de toute chose.

Univers, au sein de l'infini, mouvements, orchestrés de l'infiniment petit à l'infiniment grand ; la science a mis en évidence la présence de la vacuité en ces deux infinis, faite d'énergie... vibratoire, ondes de la lumière, ondes sonores... vibrant à des fréquences distinctes.  
Udans les deux cas, une réalité qui vibre  
Rappeler cela, non pour mettre sur le même niveau deux types de connaissance différentes, mais cela peut faire mieux sentir la pertinence de l'intuition du *spanda*.

Vibration science : recherche sur le plan de la matière

Spanda, Vie mystère : la Réalité est Conscience, *spanda* n'est autre que la pulsation de la conscience cosmique incarnée par Shiva.

« L'univers puise sa vie dans la vibration et celle-ci est partout la même. »

Sève (*sârâ*) de l'univers

« Le *bîjamantra*, comme le Cœur lui-même, est éternel, et c'est cet éternel transcendant qu'il s'agit de réaliser. » PTV p. 270 *Abhinava*

« Ce en quoi tout brille et qui brille partout, cela, ô éveillés, est la fulguration unique, cœur suprême, lieu où naît le monde.

Se contractant et se dilatant dans le même instant, il exulte dans le cœur.

Ce cœur vibrant qui est création cosmique, il faut donc l'adorer à l'intérieur même du cœur et dans la *sushumnâ* où se trouve la grande béatitude de l'union de Shiva et de Shakti.

Partout où méditant, se remémorant, prenant conscience ou agissant, on atteint le repos (dans l'Essence), en tout cela, le cœur rayonne. » *ibidem* p. 127

Pratique du souffle

Les tablettes du rituel védique st comparés aux deux souffles dans les *Vatulanâtha Sûtra* :

« L'entrée dans la grande vacuité résulte de la brisure par friction des deux tablettes. »

*udghattana* est le frottement qui ouvre en brisant.

Le flot du souffle vital exhalé *prâna* correspond à la tablette supérieure, et le souffle inspiré *apâna* à la tablette inférieure.

Quand elles s'entrouvent en se fendant (idem pour les souffles), alors se révèle le souffle vital du milieu.

Dans sa glose au *Pratyabhijñâhrdaya*, Kshemarâja nous dit que la conscience se transforme en souffle de vie (*prâna*) quand elle masque sa vraie nature et descend à l'étape de l'intellect, puis à celle de corps subtil et de corps ordinaire et suit le cours de milliers de canaux (*nâdî*).

C'est là que la conscience s'arrête, principalement sous forme d'énergie du souffle en tant que canal du milieu. C'est là aussi que toutes les opérations surgissent et s'épanouissent.

Les deux tablettes ne sont pas seulement les symboles des deux courants vitaux mais des autres aspects duels : être et non-être, veille et sommeil...

« Lorsqu'on se concentre sur le frottement (*samghatta*) des planchettes de friction (*arani*)... près avoir mis un terme au mouvement des deux forces vitales (*prâna-apâna*) et obtenu ainsi la disparition de toute autre pensée, grâce à ce frottement, la flamme du Grand Bhairava (le feu central *udâna*) jaillit dans la fosse sacrificielle, -le cœur de celui qui médite- et ce feu consume l'ensemble des limitations et permet de réaliser le Soi en tant que suprême conscience. »

*Pûrnâhanta* On échappe au temps : vacuité, états de conscience dépouillés de toute chose K 52

; on ne peut que « se mettre à son diapason par le cœur, la pensée et l'intelligence » selon la Katha Upanishad et les maîtres du Shivaïsme cachemirien. Il est intéressant de constater des convergences d'intuitions.

Cette doctrine de la vibration, au cœur du Shivaïsme du Cachemire, n'est pas une philosophie abstraite, mais se fonde sur une expérience vécue, une intuition de la réalité validée par des lignées de sages et de mystiques. Elle émerge au IXe siècle et perdure au Cachemire jusqu'au XIII-XIVes siècles, époque où l'influence musulmane grandissante pousse de nombreux hindous cachemiris à quitter leur pays ; des éléments, à la fois rituels et textuels, de cette même tradition émergent de nouveau en Inde du sud, notamment dans le temple de Cidambaram.

Parmi les nombreux échanges qui ont nourri ce courant dès ses origines, il faut souligner le rôle prééminent des bouddhistes, surtout des *Yogacâra* qui apparaissent comme des interlocuteurs de choix ; leur nom fait allusion à la pratique yogique de la méditation ; ils placent en effet la conscience au centre de leur investigation et donnent un éclairage original sur le temps, le psychisme, la réalité... Aujourd'hui l'acuité d'analyse se lit encore dans les échanges avec la science contemporaine, , nb sc intéressés par cette démarche qui tient compte de la conscience dans l'expérience, travail ???

La voie de la Vibration répond à l'aspiration à une voie directe

Comment vivre cette réalité dans la vie, comment harmoniser extérieur et centre, non opposés, mais intégrés en une même danse

Du corps conscient au cosmos vivant, au cœur de toutes les formes authentiques de yoga.

