

Duperies et séquelles dans le Yoga mercantile

Basile Catoméris
(*Vishuddhananda Giri*)

Pragmatique la philosophie du Yoga a connu une véritable renaissance au cours des décennies qui suivirent la Seconde Guerre. Depuis, cette ancienne doctrine hindoue qui se caractérise par une absence totale de toute gouvernance institutionnalisée, a su pourtant attirer la curiosité et susciter l'intérêt de millions de personnes de par le monde.

L'enseignement offre en fait un large spectre, de la métaphysique à l'usage des méthodes et techniques de travail, qui sont prisées comme contre-poids dans les sociétés modernes aux progrès technologiques remarquables et affichant par ailleurs une amélioration significative du standing de vie.

Dans une récente édition, le Yoga Journal précise que selon une étude du marché "Yoga in America" indique que la dépense annuelle de ses praticiens en 2008 atteignaient la somme de 6 Mds USD. Cette somme représente une augmentation de 87% par rapport à une précédente étude effectuée en 2004, soit quasiment le double. Cf.* pour le détail (en anglais) de cette étude.

Le succès mondial dont jouit la philosophie du Yoga aujourd'hui peut s'expliquer de plusieurs façons, notamment par le climat libéral qui règne dans les pays de l'hémisphère nord, sans pour autant supprimer maints préjugés, qui probablement ne pourront probablement jamais être complètement éradiqués! Les cours de Yoga sont ouverts à quiconque souhaite y participer sans distinction de race, de religion, de sexe, âge ou statut social.

Les rapports positifs qui louent les bénéfices du Yoga émanent généralement de cours commercialisés par une pléthore d'écoles ou d'instituts. Ces centres

offrent des programmes fort variés allant de l'éducation générale à la formation spécifique, l'enseignement religieux ou encore différentes approches thérapeutiques.

Dans le sillage d'une diversité aussi débridée virent le jour plusieurs produits "dérivés" du Yoga: les Calisthenics - une forme de gymnastique d'inspiration greco-romaine importée aux Etats-Unis au début du 19ème siècle - la méthode d'auto-suggestion Coué, les exercices de Kegel et, de nos jours, les pratiques fort prisées que sont Pilates Yoga**, Reiki, la sophrologie, les étirements de Miss Jane Fonda et plus récemment le Power Yoga. Il faut aussi mentionner un nombre quasi illimité de méthodes de relaxation et de pratiques de méditation qui trouvent un riche support littéraire dans des livres aux titres qui souvent sont en partie identiques: "Le yoga pour ..."

License est laissée ensuite à l'auteur de combler le titre incomplet.

Il est évident que, pour la grande majorité des Occidentaux qui commercialisent ces services puisés dans l'immense réservoir cognitif du Yoga il n'existe aucune règle ou loi aujourd'hui qui interdit ces emprunts douteux, le plus souvent sans souci de citer leurs sources, aux fins de pénétrer un marché potentiel prometteur.

C'est surtout aux Etats Unis que sévit ce phénomène et plus particulièrement dans le fait que, curieusement, des enseignants du Yoga obtiennent de l'UPSTO (l'INPI des USA) brevets ou tout autre forme légale de droit exclusif sur des postures, méthodes ou techniques qui virent le jour, empiriquement, bien avant notre ère, et qui aujourd'hui sont effectivement une partie intégrante du patrimoine culturel universel. C'est aussi aux Etats Unis que des plaintes sont déposées par les détenteurs de ces droits d'exclusivité aux intangibles du Yoga, à l'encontre d'ex-employés? Ceux-ci, pour des motifs qui leur sont propres, empruntent à leur tour ces droits exclusifs en enseignant selon les méthodes de leurs ex-employeurs.

C'est donc ainsi qu'une ancienne sagesse orale, qui à l'origine et de nos jours encore, avait pour rôle d'inspirer et d'appuyer l'homme dans l'accomplissement d'une grande aventure, est «empruntée» à des fins purement personnelles et lucratives. L'auto-affirmation et un enseignement irresponsable aboutissent au mieux à des impasses, au pire à des désastres individuels ou collectifs. Dans les deux cas, il s'agit toujours d'un affront flagrant au caractère sacré du Yoga et de ses authentiques représentants.

Les réflexions personnelles qui suivent témoignent de faits avérés. Basées sur plus de deux décennies d'étude et de pratique continue dans l'ashram de Shri Goswami, et d'une période encore plus longue à enseigner le Yoga, ces pensées sont présentées avec le souci d'une stricte objectivité. Elles sont par ailleurs corroborées par maints rapports, écrits et verbaux provenant d'autres sources yogiques en Inde et ailleurs. Loin d'être exhaustives et avec le seul but d'informer ceux qui s'intéressent au vaste espace des connaissances inhérentes à la philosophie du Yoga, ces pensées je l'espère éclaireront le lecteur perspicace, mais le mettre en garde aussi contre les mirages de l'auto-duperie et moult autres illusions. L'ancien adage nous enseigne qu'il vaut mieux prévenir que guérir. Souvent un grain de bon sens suffit pour éviter les conséquences, parfois désastreuses, qui font suite aux mauvaises décisions....

Ambassadeurs auto-proclamés

*Il existe des centaines de gourous,
mais un seul vrai disciple dans la multitude*

Ma Santi Devi

La nature humaine semble obéir à un statut inné d'ignorance mêlé à la soif de connaissance. Intimement liées à notre nature, sans doute affiliées à notre héritage génétique ces inséparables forces forment le fond de toile du

déroulement de nos destinées. Omniprésentes, ces forces jumelées interagissent tantôt en symbiose tantôt en opposition.

Il me semble important ici de distinguer une ignorance basique, fondamentale, et l'état courant de non-savoir dans un ou plusieurs domaines des sciences naturelles, qui caractérise notre capital cognitif. Dans la terminologie du Yoga, on appelle l'ignorance *avidyâ*. Ce terme désigne, d'une manière toute particulière, l'ignorance qu'a l'être de sa propre nature. Ici *avidya* est le résultat du désir (*kâma*) et l'attachement qu'affecte l'homme au mondain (*sneha*), dont l'association avec *kâma* génère la souffrance (*dukha*).

L'attrait du Yoga qu'éprouve son enthousiaste praticien l'entraîne parfois à se découvrir la vocation d'en devenir son représentant. Non content d'en tirer profit pour lui-même, celui-ci se lance alors dans la délicate tâche délicate d'enseigner et ce faisant s'auto-proclame enseignant (professeur, maître etc...) du Yoga. S'il est vrai que certains de ces représentants du Yoga auto-proclamés sont honnêtes, il n'en est pas toujours de même de ceux qui, avec ou sans aucun élan altruiste, cultivent parallèlement des ambitions hautement spéculatives.

Dès lors co-existent deux catégories d'enseignants de la discipline du Yoga: les enseignants authentiques, *acharyas* ou autres maîtres spirituels (gourous) issus d'une tradition spécifique, et les enseignants autoproclamés. Cette dernière catégorie se départage comme suit:

- a) L'étudiant dépourvu de toute formation traditionnelle mais qui, foncièrement sincère, enseigne le Yoga bénévolement à ses parents, des amis, connaissances, etc ...
- b) Le praticien du Yoga dont les nobles intentions se confondent à des visées mercantiles ou autres projets mondains, le plus souvent animés par un besoin ostentatoire d'auto-affirmation.

Ce qui caractérise l'enseignant auto-proclamé, c'est une carence flagrante au niveau de la formation. Ce qui souvent résulte en un enseignement inadapté voire dangereux, illustrant encore une fois encore l'ancien adage: " L'enfer est pavé de bonnes intention !"

De nature égocentrique, l'enseignant du Yoga auto-proclamé semble feindre, ou tout simplement ignorer, ce qui est le coeur de la spiritualité en Inde, pays où naguère naquit le Yoga. Là, dans un souci bien naturel d'authenticité la philosophie du Yoga n'y a jamais été traitée comme objet ou service sujet à négoce. C'est sans doute ce qui dans une certaine mesure explique parfois le sentiment d'offense qu'éprouvent certains représentants authentiques de la philosophie traditionnelle du Yoga, confrontés à des annonces commerciales revendiquant représenter un volet spécifique de la spiritualité alors qu' en fait leur véritable but est de mettre en valeur un de ces "maîtres" autoproclamés.

C'est aussi pour appuyer l'authenticité de leur enseignement que ces personnes n'hésitent pas à adopter les titres les plus vénérés de la tradition hindoue tels que Yogi, Swami ou Rishi, ou de s'affubler de noms à consonance Indienne!

Ces méthodes trompeuses de marketing font preuves d'un manque total de respect pour l'ancienneté de la tradition du Yoga.

Elles ne sont possibles que dans un environnement qui, soit délibérément soit par pure ignorance, fait fi du caractère hautement sacré de cette tradition, en ignorant les bases les plus élémentaires de la nature du Yoga et de ses objectifs. Se lancer, au nom du Yoga dans des projets lucratifs est comparable à l'irresponsable qui, en l'absence de tout contrôle routier, conduirait un bolide avec l'accélérateur à fond. Sans se soucier de sa propre sécurité ou de celle d'autrui.

Une formation sérieuse au Yoga suppose des règles qui en général sont très strictes, et auxquelles peut s'ajouter la nécessité d'accepter des sacrifices personnels - sans jamais connaître l'échéance de la formation spirituelle! Une

telle formation suppose aussi la supervision responsable d'un enseignant compétent, et qui parfois peut s'avérer très exigeant, un maître spiritual - le gourou.

Références sujettes à caution

Disciple d'un maître hindou du Yoga et fort d'une longue expérience d'enseignant, j'ai maintes fois rencontré des représentants de cette catégorie d'enseignants auto-proclamés m'avouant avoir été victimes, voire d'être encore victimes de leur propre supercherie.

Dans ce qui suit, j'utiliserai donc l'expression "auto-dupes" pour désigner ces personnes. Certains invoquaient ainsi le libre arbitre et que le droit prévalant dans la société d'agir selon leur bon vouloir. D'autres justifiaient leur choix d'enseigner le Yoga en trouvant légitimité du fait d'avoir fait un séjour dans un ashram,) ou d'une rencontre providentielle ou encore la bénédiction qui leur fut accordée par un des nombreux "holy men" ou yogi qui de nos jours encore errent de par le continent indien. D'autres se contentaient de trouver un semblant de légitimité du fait d'avoir participé à un cours intensif donné ...par un autre ambassadeur du Yoga auto-proclamé.

Ce type de comportement libertaire est bien illustré par l'histoire d'un étudiant de l'Institut Goswami, médecin de profession, du temps où il étudiait encore à la faculté de médecine. Participant un jour à une ronde pédagogique dans une clinique psychiatrique son groupe s'arrêta devant un patient alité qui, à sa grande surprise, s'avéra n'être autre que le jeune homme qui, quelques temps auparavant dispensait encore ses propres cours de Yoga.... L'inanité de l'auto-duperie chez ceux qui prétendent enseigner le Yoga est cautionnée, si besoin est, par le fait que rares sont, à ma connaissance, ceux ou celles qui ont pu assoir leur réputation sur le fait d'avoir atteint l'état réel de conscience qui caractérise un(e) yogi(ni) - au sens technique du terme.

L'amateurisme de ces protagonistes du Yoga, qui délibérément ou par ignorance se démarquent d'une pratique (*sadhana*) authentique réside en un déni flagrant des règles les plus élémentaires du Yoga prévalant dans ses doctrines majeures. Toutes ont, invariablement, une base éthique qui prévoit l'application de *yama* et *niyama*. Dans la tradition hindoue du Yoga, les dix règles éthiques de *yama* et *niyama* étaient le plus souvent utilisées comme critères de qualification pour l'élève candidat à une admission au sein d'un ashram. Cinq pour *yama* et cinq pour *niyama*, respectivement vers autrui et soi-même, ces règles basiques se retrouvent dans pratiquement toute forme de *sadhana*. Elles deviennent le support qui lui permettra de mieux se maîtriser et de parfaire une purification durable - les deux pierres angulaires de la quête spirituelle. Seul un contexte d'auto-duperie peut porter à croire qu'il est possible de se dispenser d'une telle base. Vains sont ici éloquence ou prestations physiques à sensation.

En psychologie, l'auto-duperie (ou autoduperie) se définit comme étant la tendance involontaire ou volontaire à mentir ou à mentir à soi-même pour se valoriser ou donner une image positive.

La description donnée par le dictionnaire anglais Thesaurus du terme correspondant à ce terme est ainsi libellée : «"... une idée fausse qui est favorable à la personne qui la détient. » "

Dans cet exposé, je souhaite m'en tenir à cette définition qui bien que limitée n'en est pas moins chargée de sens.

L'auto-duperie n'est qu'une autre face de l'ignorance. Au cœur de la tromperie et de l'auto-duperie réside un mensonge, qui est parfois difficile à détecter. A la base on y trouve un manque de prise de conscience de soi-

même, ici dans le sens de la prise de conscience élémentaire de la nature complexe du mental et de son potentiel.

Sa victime, l'auto-dupe est souvent imbu de sa personne, le jouet d'une sorte de conditionnement mental dans lequel le raisonnement et la faculté de réfléchir sont faibles voire totalement absents. De tels personnes adoptent alors un mode de vie irréaliste en essayant de trouver, notamment dans la pratique du Yoga, une échappatoire ou un abri précaire à des conditions sociales ou familiales pénibles à supporter. D'autres y cherchent une thérapie alternative pour guérir une condition physique ou mentale dégradée. D; d'autres encore, aliénés à leur environnement culturel sont en quête d'un dérivatif à l'ennui de leur vie affective, alors que pour certains il ne s'agira que d'une simple attirance sexuelle vers l'enseignant...

L'auto-dupe peut aussi être celui ou celle qui est à la recherche d'une meilleure compréhension de la société ou tout simplement d'un peu d'affection, manque d'amour, ignorant ainsi l'importance d'apprendre tout d'abord à s'aimer soi-même. L'absence de tout sens critique, l'incapacité de distinguer le vrai du faux, entraînent souvent l'auto-dupe vers la littérature ésotérique, les discours ou la musique qui sauront captiver son imaginaire.

Après le déferlement dans les années '60 des changements qui dans les sociétés occidentales révélèrent notamment le Yoga et sa malencontreuse association à des drogues censées modifier la conscience, d'autres sources d'auto-illusion virent le jour. L'une d'elle consiste aujourd'hui à récupérer sur la Toile, en ligne, des méthodes d'enseignement gratuites du Yoga. L'accès Internet à une multitude d'informations permet effectivement d'avoir accès à un monde sinon onirique du moins soporifique, qui pour un certain temps permet d'échapper ainsi aux vicissitudes du quotidien. C'est une option aisée pour quiconque refuse d'affronter le défi qu'implique toute quête spirituelle, dont les deux thèmes principaux sont véracité et pureté - piliers essentiels de la voie du Yoga, le *sadhana*.

Il serait exagéré de prétendre que la victime de l'auto-duperie est foncièrement malhonnête et délibérément nuisible à son environnement.

Après tout, la tricherie n'implique pas forcément la malveillance ou une tendance manifeste à tromper. Le monde mental de l'auto-dupe se développe proportionnellement au développement de son narcissisme ; son comportement peut être semblable à celui de quiconque, il peut même faire état d'un intellect supérieur. Ce qui curieusement ne l'empêchera aucunement d'avoir des prétentions totalement irréalistes comme la faculté d'atteindre, à son gré, des niveaux de conscience para-sensorielle, de pouvoir se léviter, ou déclarer qu'il baigne dans un océan de félicité (*ananda*) et d'une bonté illimitée, ou encore d'avoir été élu, par la grâce du Divin, son incarnation ou son prophète avec pour vocation de sauver l'humanité ! Il n'est pas rare de voir l'auto-dupe se référer à des mythes de l'Antiquité ou des écritures saintes qu'il interprètera alors à sa façon pour étayer ses vaines prétentions.

L'auto-dupe est souvent victime de troubles psychologiques caractérisés par une perception totalement erronée du monde qui l'entoure et de la place qu'il y occupe. On peut parfois se demander si ce ne sont pas des êtres auto-dupes qui sont responsables, qui le furent dans le passé et que l'on retrouve encore de nos jours, des attitudes sectaires et du dangereux fanatisme qui entachent de conséquences funestes l'Histoire du genre humain. A ces rares êtres, il est opportun sans doute d'ajouter la catégorie bien particulière de *vibhoûtis*, qui n'a cependant pas de place dans le présent contexte.

Diverses cibles et effets collatéraux

Schizoïde, et donc aliéné aux réalités du monde extérieur, l'auto-dupe qui a vécu trop longtemps dans un monde illusoire, peut devenir franchement cynique, misogynne et faillir aux obligations familiales les plus élémentaires qui lui incombent. Trop longtemps muré dans sa tour d'ivoire, il est submergé de rêves non réalisés assortis aux douloureuses frustrations de la démesure. Comportement irrationnel et instabilité mentale causent souvent des désordres psychiques, tant dans la perception du monde extérieur qu'au niveau proprement identitaire. Un tel état mental n'est pas sans avoir un impact sur l'entourage. Les supercheries de l'auto-dupe se limitent rarement à sa personne, elles peuvent avoir un effet négatif sur quiconque suit son enseignement ou s'inspire de son comportement en particulier son l'entourage immédiat : élèves, parents, amis et quiconque ne s'est pas assuré de sa viabilité d'enseignant responsable.

Toute société civilisée considère généralement la tromperie comme étant un acte amoral et du moins contraire à un ordre établi ainsi qu'aux us et coutumes qui lui sont propres.

Tricher ou induire le public en erreur - deux variantes de la tromperie ou de l'imposture - peut donner lieu à des poursuites policières et parfois faire aussi l'objet de sanctions judiciaires.

Tromper ses parents, son conjoint, ses amis ou ses proches n'est sans doute pas moins grave, en particulier dans les sociétés traditionnelles où la famille notamment est une valeur quasi sacrée.

Dans les milieux du Yoga, et en particulier dans la relation du Guru Yoga, tromper son maître constitue un acte très grave. Dans cette voie spirituelle la relation entre maître et disciple est traditionnellement scellée par les liens initiatiques de *diksha* ; dans une telle relation la tromperie souvent est jugée dangereuse comme en attestent maints rapports sur les douloureuses

séquelles de la rupture, notamment pour le fautif.

De tels cas devraient pourtant être rares, compte tenu du fait que le gourou, responsable, a pour coutume de tester et de préparer préalablement celui ou celle à qui l'initiation est destinée.

Epilogue - mise en garde

De nos jours la connaissance repose en premier lieu sur l'écrit, sous forme livresque et dans le riche terreau numérique de la Toile. Ces deux outils cognitifs ouvrent au savoir par des voies d'accès relativement aisées. Ces modes de connaissance peuvent aussi devenir des sources d'inspiration. Le caractère aléatoire de ces outils réside toutefois dans le fait que l'acquisition cognitive qu'ils proposent est incomplète. En effet en ce qu'ils n'assurent pas une compréhension correcte et une juste interprétation. Pourtant, , alors que sans ces deux facteurs les risque est permanent pour ce qui est des erreurs de jugement et autres sophismes sont à craindre.

Aussi faciles d'accès soient-ils, pour le praticien avisé ces outils cognitifs ne seront jamais comparables à l'enseignement qui est prodigué par une autorité compétente et responsable, telle qu'elle existe dans la tradition orale.

Dans le Hatha Yoga traditionnel enseigné par feu Shri Goswami ainsi que dans toute autre expression du Guru Yoga - le terme de « réalisation du soi » souvent implique notamment le défi de devoir suivre à la lettre l'enseignement du gourou. Or, un certain enthousiasme initial ne saurait suffire pour satisfaire à cette exigence élémentaire. La quête de la Vérité suppose en fait une préparation du mental et du physique dans la mesure où l'adepte doit apprendre l'art d'une maîtrise de ces deux domaines. Ce qui peut prendre du temps et exiger une stricte régularité dans l'exercice, sans lesquels tout effort s'avérera vain. L'apprenti en spiritualité peut aussi être amené à des sacrifices personnels, hormis le temps et l'énergie qu'il devra

consacrer à son travail sur sa propre personne. Il ne devra pas non plus oublier le fait qu'un gourou n'est pas l'homme providentiel et qui, fort d'une connaissance universelle, sera capable de trouver une solution à tous les problèmes du monde. MPar définition maître spirituel, le gourou ne prendra certainement pas au sérieux l'élève qui affiche d'importantes lacunes morales ou mentales par ses préjugés ou l'étroitesse de ses prises de position. Il serait tout aussi vain de s'attendre à ce qu'un(e) guide spirituel(le) flatte l'ego de son élève ou se plie bassement à ses traditions. Si c'était le cas, cela ne pourrait que contribuer à créer des nouveaux obstacles à son émancipation mentale. La qualification à l'étude et à la pratique du Yoga est facilitée chez l'élève qui jouit d'un minimum de paix intérieure – *shanti* ; c'est un fait connu que la sérénité est un atout dans toute forme de *sadhana*.

Celui ou celle qui aspire à atteindre les sommets de la conscience, mais qui n'a pas un accès direct à un guide spirituel vraiment fiable, et qui par ailleurs souffre de méconnaissance de la culture hindoue devrait plutôt examiner revoir les motifs profonds qui l'animent avant de modifier son mode de vie selon les besoins de la quête yoguïque. D'ici à ce que les conditions préalables à l'adoption d'une des différentes voies du Yoga soient remplies, il sera avisé d'envisager une option mieux adaptée préférablement au sein de sa propre culture. Le croyant, lui, trouvera sans doute naturel d'avoir recours à la prière afin que le Tout-Puissant de sa foi l'éclaire sur la voie qui lui convient, et lui permette aussi de croiser le chemin de l'indispensable guide spirituel.

**Data for this survey were collected by the Harris Interactive Service Bureau on behalf of Yoga Journal. The poll surveyed 5,050 respondents, a statistically representative sample of the total U.S. population. Yoga Journal commissioned RRC Associates, a research firm in Boulder, Colo., to perform the data analysis.*

The 2008 study indicates that 6.9% of U.S. adults, or 15.8 million people, practice yoga. (In the previous study, that number was 16.5 million). Of current non-practitioners, nearly 8%, or 18.3 million Americans, say they are very or extremely interested in yoga, triple the number from the 2004 study. And 4.1% of non-practitioners, or about 9.4 million people, say they will definitely try yoga within the next year.

*** Ancien boxeur, au début du siècle passé Joseph Pilates introduisit une gymnastique avec étirements et exercices d'équilibre.*