

Pour T.K.V. DESIKACHAR

Mon chemin jusqu'à lui

J'ai appris la mort de Desikachar pendant mes vacances en Turquie, un pays qui, par sa douceur, son intensité et sa violence me rappelle l'Inde.

Le lendemain de mon retour à Paris, en goûtant à la confiture de mandarines vertes faite maison que j'avais ramenée avec moi, j'ai rapproché le besoin de savourer ces fruits gorgés de soleil, cueillis et mis en bocal dans leur lieu d'origine, à la nécessité d'aller me nourrir à la source d'un enseignement qui, dispensé de façon traditionnelle dans le contexte où il est né, imprègne le corps et l'âme de la personne qui le reçoit. L'Inde chamboule nos repères, nous émeut et nous dérange, réveille et déjoue nos peurs et finalement, en nous laissant seuls et démunis face à nous-même, nous ouvre à la transmission. Cette expérience est d'une autre nature et en même temps parfaitement complémentaire de celle que nous faisons en Occident dans nos cours collectifs, individuels ou dans nos formations. Des ponts peuvent être jetés entre l'une et l'autre pour nous enrichir et nous construire.

J'ai rencontré le yoga au Canada en 1969. Pendant les 7 ans qui ont suivi, ces moments de bien être me permettaient de me ressourcer pour faire face à des responsabilités familiales et professionnelles rendues un peu plus complexes par nos fréquents déménagements à l'étranger.

Lors d'un séjour à Abu Dhabi en 1976 j'ai découvert avec un brahman indien que le yoga, telle une prière, pouvait toucher quelque chose de bien plus profond et d'inexploré au fond de moi-même

L'Inde étant à deux heures de vol, je suis partie seule en 1977 à la découverte du lieu d'origine du yoga, dans l'espoir d'approfondir ma quête en restant un mois dans l'ashram de Bhagwan Rajneesh.

Je rencontrai Bhagwan lors d'un « *darshan*¹ » à 6h du matin avec une centaine de personnes. Une marche silencieuse nous amenait en file indienne vers le petit pavillon en plein air où il était assis, en caftan blanc, pour donner son discours en hindi. Ses mots incompréhensibles me laissaient dans un état de méditation profonde, qui se prolongea après le discours quand il posa sa main sur mon front sur le point du 3^{ème} œil.

Bien que très bouleversante pour moi, cette expérience restait « ésotérique » étrangère à moi-même. Ce qui m'était offert ne correspondait pas suffisamment à ma recherche pour valoir le risque de m'éloigner de ma famille qui constituait déjà un pilier de mon existence. Après 2 jours je quittais l'ashram de Bhagwan, convaincue que je devais chercher encore et ailleurs.

L'année suivante je rencontrai aux Assises Nationales de la FNEY à Vichy Gilles Redard, un professeur de Lyon qui revenait d'un séminaire à Madras avec Desikachar et donnait un cours pour une centaine de personnes.

¹ Wikipédia : Le darshan est un moment où le [dévot](#) est en contact visuel direct avec l'idole d'un dieu, un [avatar](#), un [maître spirituel](#) vivant ou la représentation d'un maître défunt.

Sans aucune démonstration, avec une grande clarté et précision de langage, l'enseignant m'a guidée jusqu'au seuil d'un espace intérieur qu'il m'a laissée explorer seule, en restant à l'écoute de mon ressenti. A la fin du cours il a demandé aux participants de s'exprimer sur leur vécu de la séance et les a encouragés à poser des questions. Le yoga m'est apparu pour la première fois comme un domaine inépuisable de recherche que je pourrais bien explorer pour le restant de mes jours.

Cet enseignant qui s'était abreuvé à la source m'en montrait le chemin en prononçant le nom de Desikachar et de ses élèves directes, François Lorin, Claude Maréchal et Colette Flogny qui ont accepté avec compétence et amitié de satisfaire pendant cette première période un besoin quelque peu boulimique d'accumuler notes, stages et séminaires.

C'est Colette qui m'a présenté à Desikachar à Zinal en 1981. Un petit bonhomme en chemisette, sans caftan ni barbe blanche, au regard perçant et à la poignée de main chaleureuse, qui m'aurait peut-être bien accepté comme élève à ce moment-là, si mon chemin de vie et mon esprit toujours en recherche ne m'avaient pas éloignée pendant quelque temps de la direction choisie. Elle était pourtant la bonne, car en 1986, je pris finalement le chemin de Madras pour aller travailler avec Desikachar que j'avais mieux connu à Paris en lui servant d'interprète pour une série d'interviews avec des radios locales.

Les années 80

Nous avons un intérêt commun : la relation entre le yoga et l'éducation.

Mes années d'enseignement dans différents pays m'avaient mise en contact avec des jeunes de tout âge. Après la rencontre avec le brahman indien qui m'avait initiée à la transmission du yoga, je m'étais trouvée en désaccord avec un système d'éducation qui accordait plus d'importance aux programmes qu'à la personne et avec des approches pédagogiques qui semblaient créer plus de résistances qu'elles n'éveillaient les esprits.

Une lueur d'espoir me venait de la lecture du *Yoga-Sutra* où j'entrevois des clés pour résoudre mon questionnement et dissiper le malaise qui en découlait.

L'avenir des jeunes était un souci majeur pour Desikachar qui accepta avec enthousiasme de me guider en une lecture du *Yoga-Sutra* orientée vers la pédagogie.

Y.S. I Aph 2 : *Yoga Citta vrtti nirodhah.*

« Nirodha décrit le processus de l'apprentissage qui consiste à rendre graduellement l'esprit capable d'attention. Sans attention on ne peut apprendre. Pour rendre l'élève attentif il faut l'intéresser. La responsabilité d'éveiller l'intérêt incombe à l'enseignant »

Y.S. I Aph. 3 : *Tadâ drastuh svarûpe avasthânam*

« L'éducation doit permettre à la vraie nature d'une personne d'émerger. Apprendre c'est se découvrir soi-même, connaître ses capacités et acquérir confiance en soi. »

Y.S. I Aph 4 : *Vrtti sârûpyam itaratra*

« Autrement l'éducation devient une fuite, une aliénation. Elle éloigne la personne d'elle-même. L'enseignant ne doit pas se mettre en avant, ce n'est pas une star. Il doit être au service de l'élève. »

Ce travail spécifique qui s'est étalé sur les 4 chapitres, a occupé une bonne partie de mes 2 premiers séjours auprès de lui.

Il me recevait en individuel sur sa terrasse, le lieu de sa maison consacré à l'enseignement. Le petit escalier qui m'y amenait était pour moi un lieu de passage du bruit au silence, de l'agitation à l'attention. Au début le comportement de Desikachar, qui ne séparait pas vraiment son rôle de maître de yoga de celui de maître de maison, me désorientait. Il était parfois en retard, parfois il se laissait interrompre par ses enfants qui venaient le voir pendant le cours. Je comprenais par la suite que cette attitude faisait partie de son enseignement : qu'il pouvait accorder quelques minutes d'attention à sa famille, sans nuire à la qualité de notre travail. Dans le temps qu'il me consacrait, il était totalement avec moi, son regard perçant, compatissant, bienveillant, rieur ou moqueur accompagnant toujours nos conversations.

Il était simple, jamais banal, dans ses exemples et dans ses discours et son regard s'assombrissait si mes questions ne l'étaient pas.

Toute prise de notes aurait perturbé le fil d'attention qui nous reliait. En réalité la transmission se passait au delà des contenus. Elle déblayait, dépouillait, désencombra, enlevait des béquilles et des certitudes et, en ouvrant mes yeux sur la réalité, me laissait mieux assise en moi-même, plus consciente de mes capacités et de mes limites.

La rencontre avec Krishnamacharya

En 1988, il m'a invitée à assister, avec un groupe restreint de personnes, aux entretiens que son père accordait à son élève Sarah Dars, une universitaire spécialiste de langues et civilisations orientales qui devait écrire un article sur lui à l'occasion de son centenaire. (revue Viniyoga n° 24)

Dans sa petite demeure attenante à la maison de Desikachar, Krishnamacharya, traduit par son fils, répondait aux questions que Sarah lui posait, assise en *Vajrâsana*² à ses pieds. Bien que centenaire et presque aveugle, Krishnamacharya dégageait encore de ses yeux, de ses mots que je ne comprenais pas et de tout son corps une énergie extraordinaire. Le *guru-paramparâ*³ s'incarnait devant moi en me rappelant par un étrange mélange de souvenirs et de cultures le mythe du poète légendaire de l'Iliade et de l'Odyssée dont les personnages avaient peuplé l'imaginaire de mon enfance.

La présence de Krishnamacharya que l'on entrevoyait et saluait de loin en passant dans le jardin de Desikachar pour monter sur la terrasse, m'a manqué après sa mort en 1989, comme si un arbre avait perdu ses racines. Le *sannidhi*⁴ construit par la suite avec un certain faste n'a jamais remplacé dans mon cœur ce petit pavillon austère où il a passé les dernières années de son existence.

Les années 90

Les séjours auprès de Desikachar ont duré douze ans et ils m'ont accompagnée dans les inévitables secousses de la quarantaine, comme dans le développement progressif de ma profession.

² Posture du diamant

³ La succession des enseignants et des disciples dans la culture védique

⁴ Sannidhi signifie lieu sacré. C'est le nom donné à un petit temple construit à côté de la maison de Desikachar en l'honneur de son père.

Ma demande s'est orientée progressivement vers une étude du *Yoga-Sutra* sous un angle plus général, une supervision plus concrète de mon enseignement et un accompagnement dans la méditation que j'ai décrit dans le 16^{ème} cahier de « Présence d'Esprit ».

Je continuais à assister à tous ses cours d'enfants, ainsi qu'aux cours de Shriram pour les enfants handicapés. Desikachar confiait à sa femme Menaka la tâche de m'enseigner le chant védique, de me parler de la grossesse et des problèmes féminins et m'invitait à participer à ses entretiens avec des personnes qui venaient le voir pour des problèmes de santé au Mandiram.

J'y découvrais une attitude libre de tout a priori et une approche pragmatique qui, s'appuyant sur l'expérience et le bon sens, faisait plus confiance à ce que l'on voit et ressent qu'à ce que l'on pense. Habitée à chercher les solutions dans les théories et les principes qui déconnectent parfois de la réalité, j'étais surprise par la simple efficacité des solutions apportées à des problèmes qui m'apparaissaient fort complexes, sans doute par manque d'expérience ou par souci de trop bien faire. Pourquoi n'y avais-je pas pensé moi-même ? Les réponses semblaient jaillir d'une observation attentive et d'une communication empathique qui mettaient la personne en confiance et l'encourageaient à participer activement à sa guérison en pratiquant avec régularité les exercices prescrits.

Mais tout n'était pas facile pendant ces séjours. Très attaché lui-même aux devoirs familiaux, Desikachar devait se demander parfois pourquoi cette mère de famille bourgeoise (et de surcroît « signora » italienne bien émotive) abandonnait sa famille pour aller à Madras. Je recevais des messages ambigus : « Your house isn't burning » (Votre maison n'est pas en feu) « I know it is difficult for you to leave your family » (je sais qu'il est difficile pour vous de laisser votre famille). Je pense qu'il était embarrassé parce que je continuais à aller le voir et déçu car je n'y allais pas assez souvent. Il avait peut-être du mal à me situer et son attitude envers moi changeait continuellement.

A des journées pleines se succédaient parfois des journées vides, sans cours ni entretiens, où je n'osais pas quitter Madras pour faire du tourisme, car il savait que j'étais là pour étudier avec lui et pouvait m'appeler à tout moment. On peut parler de transfert, comme dans le cas d'une psychanalyse, la multitude et la complexité de mes rêves pendant mes courtes nuits de sommeil venant le confirmer.

Au fil des séjours, je constatais que ces journées, qui m'avaient initialement confrontée à la frustration et au manque, m'étaient nécessaires pour mettre sur papier l'essentiel des entretiens avec Desikachar, enrichir mes notes de réflexions personnelles et poser les bases de mon travail futur. Je sentais désormais que je pouvais puiser au fond de moi à une source qui était devenue la mienne et que je partageais avec des milliers de personnes qui s'y étaient abreuvés avant moi et s'y abreuveraient par la suite.

L'envol

J'ai effectué mes deux derniers séjours auprès de Desikachar entre 1996 et 1998.

La première fois, nous avons défini ensemble les grandes lignes d'un projet de rencontres sur le yoga pour les jeunes que son fils Kausthub devait animer en France conjointement à d'autres professeurs de la Fédération Française de Yoga Viniyoga (FFYV devenue IFY).

Avec le soutien enthousiaste du CA, alors présidé par Bernadette Pajot, et l'approbation de l'AG, le projet avait été diffusé auprès des associations régionales et une belle dynamique de groupe s'était mise en place autour de ce travail qui devait illustrer les différentes façons d'enseigner le yoga à des jeunes de tout âge dans le contexte indien et occidental. Kausthub, qui à 22 ans était au tout début de son enseignement, devait nous apporter l'éclairage de la tradition, alors que nous devions lui en montrer les applications aux jeunes de notre culture.

La deuxième fois j'y suis allée avec le but spécifique d'apporter les dernières touches à l'organisation des rencontres et d'en préciser les détails pratiques.

Lors d'un premier échange le lendemain de mon arrivée à Madras, Desikachar s'est montré enthousiaste envers le travail réalisé et l'avancée du projet. Quand nous nous sommes revus l'après-midi, après qu'il en a eu parlé avec son fils, son attitude avait complètement changé. Il exprimait des doutes sur l'organisation, qu'il avait pourtant suivie de loin et qu'il avait approuvée le matin, et annulait la participation de Kausthub.

Ce verdict sans recours me laissait dans la confusion et le désarroi. Pourquoi ce changement d'attitude ? Pourquoi Desikachar ne m'exprimait-il pas clairement les raisons de sa décision et ne me proposait-il pas de revoir ensemble le projet et l'organisation ? Quelle était la part de son fils dans cette décision ?

J'étais le porte-parole d'un groupe qui avait mis son cœur et son enthousiasme dans cette expérience, en explorant pendant un an des thèmes communs dans des contextes différents. Le CA et les enseignants de la F.F.Y.V. allaient certainement être déçus de voir leur travail méconnu et dévalorisé.

Il m'a fallu quelques mois pour comprendre, avec le soutien amical de François Lorin, que l'entreprise était vouée à l'échec dès le début et que j'avais manqué de clairvoyance en me laissant induire, pour faire plaisir à mon professeur, à en accepter la responsabilité : deux approches du yoga étaient venues se confronter, l'une de partage entre paires que nous avions adoptée pour ces rencontres, l'autre pyramidale qui exigeait que Kausthub anime seul un séminaire où il représentait pour la première fois en France l'enseignement de son grand-père et de son père.

Ce que je ressentais comme un manque de respect pour notre travail était vécu à Madras comme un manque de respect pour leur lignée.

Claude Maréchal prit la relève du projet initial, en organisant à Sévrier un stage sur le yoga pour les jeunes, où Kausthub fut le seul à dispenser un enseignement.

En me renouvelant son soutien pour le travail accompli, en mars 1998 la F.F.Y.V. réunissait à Reims tous les enseignants qui avaient participé à cette expérience, pour une rencontre riche et chaleureuse d'échange sur nos recherches.

Avec le recul, je me détachais, non pas de Desikachar, que je porterais toujours dans mon cœur et que je continuais à suivre dans ses voyages en Europe, mais de l'image idéalisée du Guru qu'il avait représenté pour moi. Les circonstances me montraient que je pouvais prendre mon envol en m'appuyant sur un sentiment de confiance et d'autonomie qui venait

s'affirmer au fond de moi. Desikachar, comme tous mes autres maîtres, mon mari, mes enfants, mes amis, mes multiples formateurs et la vie, avaient contribué à le libérer. Le travail qui se mettait en place avec mes collègues formateurs et avec mes propres élèves me fournirait dorénavant le support concret pour me renouveler et me ressourcer dans la transmission.

Mon ressenti d'aujourd'hui

Desikachar reste pour moi le maître innovateur qui par ses connaissances, son expérience, sa capacité de vision et d'action a beaucoup contribué à la diffusion d'un yoga de qualité en Occident.

« On adapte le yoga à la personne et non pas la personne au yoga » : cette phrase divulguée par lui à partir des années 70 a profondément influencé et transformé la façon de voir et de transmettre le yoga en Occident et en a favorisé la popularité.

Profondément sensible, Desikachar s'intéressait sincèrement à chacun de ses élèves, à leurs vies et à leurs problématiques. S'adressant à chacun de nous de façon unique, il nous encourageait à être uniques, libres et créatifs dans notre transmission.

Très attaché à sa culture et à sa lignée, il était partagé entre le souci de rester fidèle à sa tradition et la nécessité de nous la confier pour la diffuser en Occident. Tout en reconnaissant qu'il nous appartenait d'adapter le yoga à notre contexte culturel et en nous encourageant à le faire, il craignait les dérives possibles de nos interprétations.

L'annonce de sa maladie m'a touchée et secouée. Je l'imaginai avec tristesse très différent de l'homme à l'esprit vif que j'avais connu, se sentant délaissé par certains de ses élèves les plus proches qui ne partageaient plus ses convictions et son comportement. Était-il lucide par moments, tourmenté, quand il récupérait sa mémoire, de ce qu'il adviendrait de sa succession ?

Je garde au fond de moi des sentiments de reconnaissance et d'affection pour lui, ainsi qu'une certaine tendresse pour l'homme profondément humain qu'il a été, qui, en nous montrant ces contradictions, ses humeurs et ses attachements, nous a permis d'embrasser pleinement notre propre humanité.

Marina Margherita 8 septembre 2016