

**BIEN ÊTRE**

# Yoga et Tantra

par Marc-Alain DESCAMPS

**Le Yoga se présente sous forme de postures et d'exercices physiques, mais il a une philosophie, il en a même plusieurs : le Védanta et le Tantra. Qu'est-ce que le Tantra qui est si important en Yoga ?**

**A**bsent de la voie classique, le Yoga appartient à la voie du Tantra (Tantra-Marga, Tantric Way), qui seule permet de le situer et de le comprendre. Le Tantrisme est le culte de la femme, par la religion de la Shakti (énergie divine féminine). Le Tantra, en utilisant l'exemple du tissage, est une forme de Yoga qui joint, unit, rassemble. TAN signifie d'abord un tissu, tissé, ce qui est uni, joint, tissé. La Femme et l'Homme sont joints et tissés avec l'énergie comme la chaîne avec la trame. Tan est la racine de « tendre ». Tantra désigne aussi une somme, un traité développe, par opposition au résumé, le fil ou Sutra. On tisse un tantra avec des fils, comme on tisse une étoffe. Il existe un énorme corpus de traités de Tantra, qui n'ont pas encore tous été publiés et traduits.

Le Tantra est né aux Indes, en particulier au Bengale. C'est la survivance aux Indes de l'ancienne religion de la civilisation Munda, celle des peuples de la forêt. Ils vénéraient la femme Shakti, la Déesse arbre Karama et les serpents Nagas. Les déesses y étaient nues (Aparna) ou avec un simple pagne de feuillage et par la suite parées de bijoux.

Mais on peut considérer qu'il existe aussi un Tantra bouddhiste tibétain et un Tantra taoïste chinois, puis Japonais (Shingon), Indonésien, Balinais.

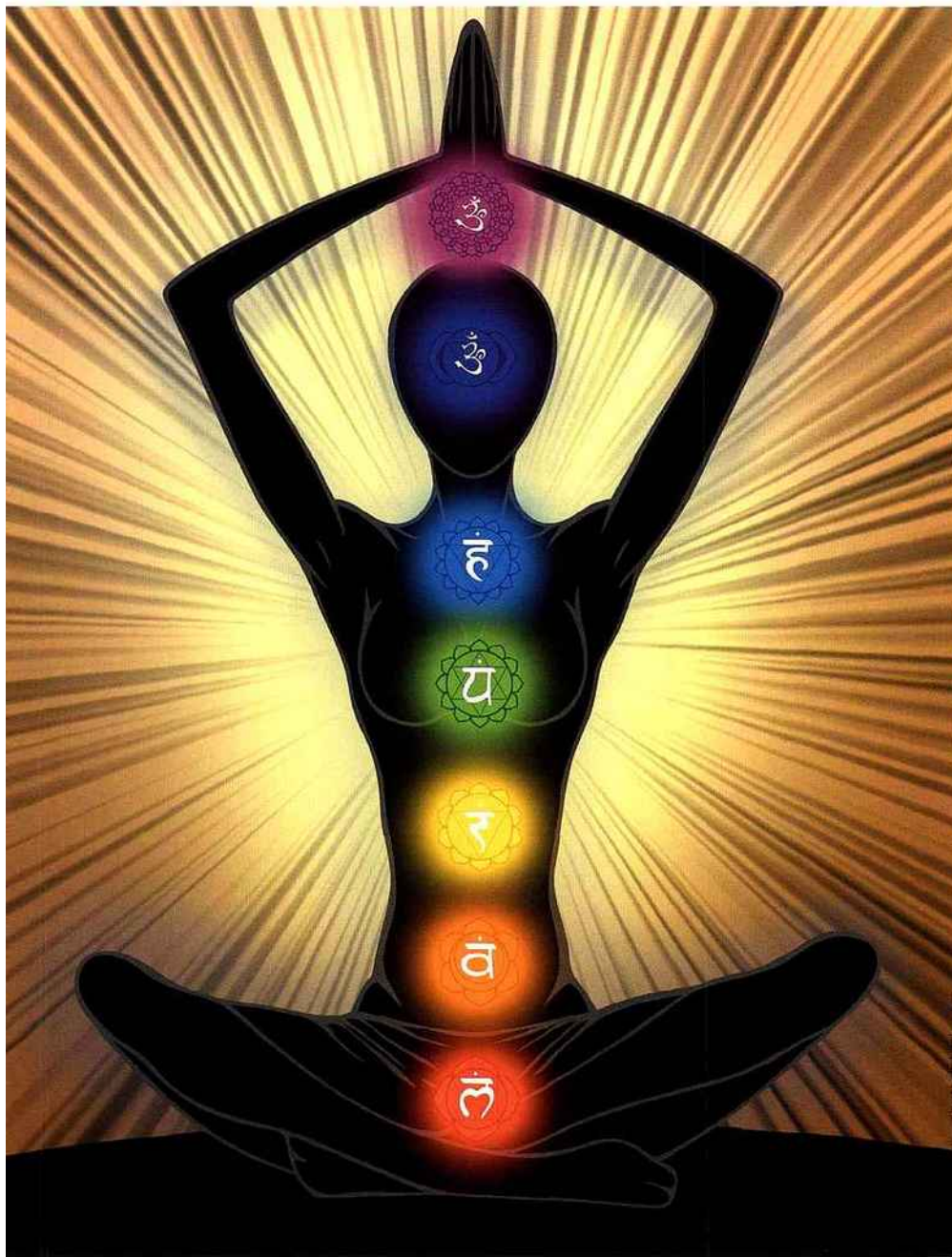
Le tantrisme est une sacralisation de la Femme, qui est toujours placée sur un trône, physiquement ou moralement. Elle est adorée (worshiped) comme une Déesse. Cela s'oppose au machisme, à la pornographie, au kama-sutra et à tout ce qui méprise et dégrade la femme. Le Tantrisme a été un peu pratiqué en Occident au treizième siècle avec le culte de la femme chez les Bogomiles, les Cathares, les Blancs (Albigéois, Alba, Albanais), les chevaliers servants (Sigisbes), les cours d'amour d'Occitanie, le Trobar Clus des Troubadours, la courtoisie, les Fidèles d'amour de Dante, le culte des Vierges

noires. La forme hindoue ne peut pas être reprise telle qu'elle, en Occident on parlera donc de neo-tantra. Hélas c'est surtout sous les formes déviantes du porno-tantra qu'il s'est rendu célèbre.

La voie du Tantra transforme une femme en Shakti par une initiation qui la fait habiter par une énergie du sacré, de même l'homme en qui habite l'énergie de la Shakti et qui respecte (worship) la femme peut transmettre cette énergie qui se déroule. Cette énergie sacrée peut être retrouvée partout dans le monde : les sources et les montagnes, le vent, les étoiles, la forêt, les rivières, l'océan, le feu, les animaux sauvages. Par elle il s'agit de retrouver l'antique alliance entre la Nature et la Femme, qui permet le réenchantement du monde (réencantado del mundo).

La Shakti est la forme féminine de l'énergie et du Divin. Sans l'énergie de la Shakti, l'univers ne serait qu'une immense coquille vide et morte. La Shakti est négation, énergie et désir. Éveillée par le désir de Shiva, elle l'éveille à son tour, sinon il reste aussi inerte qu'un cadavre (Shiva/Shava). Elle est le principe moteur qui crée l'illusion du monde par sa danse des sept voiles (Maya, la Forme du sans-forme). Le tantrisme sexuel est celui qui a le plus de succès en Occident. Il y a une absolue fascination dans ce domaine.

Mais il n'a pas du tout été compris dans sa réalité. Il est vrai que c'est un soulagement et une libération après des siècles d'oppression de la morale chrétienne qui n'admettait la sexualité que comme un mal nécessaire pour la perpétuation de l'espèce, et la réduisait donc à la sexualité reproductive. Rien ne peut plus faire plaisir à l'Occidental que d'apprendre que la sexualité peut être resacralisée. Elle est non seulement licite et permise, mais encore préconisée comme une prière et un instrument de salut. Le plaisir est la première forme fruste de l'extase. Le salut par le sexe, ou la sexualité sacrée, est le nouveau rêve de l'Occident. Il a surtout été nourri par la



*L'Aube du  
Tantra se lève  
en Occident et  
n'a pas fini de le  
transformer.*

*Le Tantra agit  
et change par  
ses textes, mais  
encore plus par  
ses illustrations.*

Voir Ajit Mookerjee.  
La voie du Tantra. Seuil, 1975.



**Pour aller plus loin**

La Kundalini, issue du yoga et du tantrisme, est une formidable énergie lumineuse qui remonte soudain le long de la colonne vertébrale. Elle transforme complètement l'être, le branche sur une autre réalité, lui donne une nouvelle vision du monde et souvent des pouvoirs prodigieux. Une montée de Kundalini est une expérience très forte. Elle se produit parfois après des années de pratique mais peut aussi très bien avoir lieu chez une personne qui n'y est pas du tout préparée, on parle alors de montée sauvage.

L'auteur procède dans cet ouvrage à une véritable étude scientifique en répertoriant toutes

les méthodes proposant d'accéder à la Kundalini, retranscrit un certain nombre de témoignages récents ou plus anciens, donne des conseils pour reconnaître une « vraie » montée de Kundalini et évoque tout ce qui l'entoure : troubles, pouvoirs, iconographie, légendes, etc. Un livre pratique, essentiel à une meilleure connaissance de ce phénomène.

20 € - Editions **Grancher-piktos**  
[www.descamps.org/marc-alain](http://www.descamps.org/marc-alain)

publication de la tres riche iconographie de dessins et gravures inspiree par le tantrisme Il existe aux Indes un culte du sexe masculin (Lingam) et féminin (Yoni) qui est celebre tous les matins dans les temples

Il rejoint par la le naturisme qui resacralise la Nature et la Femme dans leur communion essentielle Il est un retour a la nudite originelle et la vrai Ecologie car le respect de la nature demande aussi le retour a l'ecologie humaine dans la nudite vraie ✽

Marc-Alain Descamps est un philosophe et psychologue français, professeur de philosophie, de psychologie, psychanalyste, enseignant de yoga, animateur de formation, conférencier et écrivain. Il a fait de nombreux voyages en Orient (dont dix séjours aux Indes) et se passionne pour la spiritualité et les mystiques de tous les pays.