

Nava-Tantra

Un Tantra de la Non-dualité au 21ème siècle

Le *Tantra* est étymologiquement « l'art et la science de l'expansion de la conscience et de la libération de l'énergie », et le *Nava-tantra*, invite au prolongement de cette révélation (du Sanskrit नव, *nava* 'nouveau', तन्त्र, *tantra*).



Il n'est pas rare de lire ou d'entendre que le tantra aurait pour vocation de développer l'harmonie du Féminin et du Masculin, du Yin et du Yang, d'atteindre à la communion des sexes dans l'extase énergétique.

Si l'on se restreint à cet objet de pratique, il serait plus juste de parler de *sexualité tantrique* plutôt que de *tantra*. Car la sexualité ne représente que l'une des très nombreuses occasions de pratiques méditatives proposées par la tradition. Il est à ce titre souvent rappelé que sur les 112 méditations décrites dans le fameux *Vijnana Bhairava Tantra*, seulement deux se fondent sur une pratique en lien avec l'énergie sexuelle.

Le *Tantra* est une vision mystique avant d'être une pratique de développement humain ou de recherche de l'extase sexuelle. Les passions, qu'elles soient dites « positives » c'est à dire désirées par l'ego, ou « négatives », rejetées par celui-ci n'en sont pas exclues, mais elles ne sont pas perçues comme une fin en soi. Il n'ambitionne jamais quoi que ce soit qui tienne à l'ordre de la contingence ou du relatif. La perspective tantrique, c'est l'éternité *dans* le temps, c'est l'Absolu *dans* le relatif, c'est le Royaume des Cieux *ici-bas*. Autrement dit : être *dans* ce monde, sans être *de* ce monde.

Le *Tantra vise* – au sens de *vision* – à cet ordre inconditionnel, ce qui est présent d'instant en instant et dont je ne peux jamais être séparé. Il ne peut donc jamais viser un objet relatif du champ de l'expérience – même lorsque cet objet est une expérience d'extase, *d'Unio Mystica* ! Le *Tantra vise* - sans jamais le viser directement - l'ultime sujet qui, au-delà du règne de tous les phénomènes, de toutes les images, désire, crée et dissout le songe de cette réalité dans un océan d'amour éternel : l'Esprit qui joue avec le monde à travers chacune des formes manifestées qu'il anime de son souffle.

« Lorsque tu te connais, ton ego illusoire est enlevé et tu n'es pas autre qu'Allah !... Autrement dit : " Connais-toi toi-même " ou " Connais ton être " signifie " Sache que tu n'es pas Toi " alors que tu l'ignorais. »

Ibn Arâbi

Le tantrisme propose une formulation métaphysique non duelle similaire à celle de l'*Advaita Vedanta*. Il s'en différencie cependant en affirmant que la connaissance intellectuelle pure ne saurait suffire à atteindre la félicité, c'est-à-dire à faire l'expérience de l'identité intime entre la personne et la Conscience universelle, le Soi unique représenté par Shiva. Dans ces pratiques, le corps devient l'instrument et le lieu intime de la réalisation spirituelle.

Le mot tantrisme est issu du sanskrit « Tantra » dont la racine exprime l'idée d'extension, mais également celle de trame ou de tissu. Les tantras sont des textes « tissés » par des maîtres au cours des vingt derniers siècles, le plus souvent rédigés en sanskrit, mais également en d'autres langues de l'Inde.

Expérimenter l'intensité et la transcendance dans l'expérience la plus ordinaire, telle pourrait être la devise de la philosophie de la *Reconnaissance (Pratyabhijna)* du shivaïsme tantrique. La délivrance n'est pas fuite hors du monde, mais liberté active dans une expérience à chaque instant recréé par la conscience. Ainsi que l'exprimait Pierre Feuga, « transgresser veut dire transcender, consommer signifie consumer. L'initié consomme le monde des apparences et réalise l'éveil le plus intense au sein même de la matière. Ce qui est poison pour le commun devient remède pour le *tantrika* ». Est tantrique tout homme ou toute femme qui assume la vie dans tous ses aspects, purs et impurs, sans fuite d'aucune sorte, tout homme ou toute femme qui perçoit l'univers comme un champ d'expérience sensible et énergétique sans a priori d'aucune sorte quant à ce qui est désirable ou non, tout homme ou toute femme qui expérimente le pressentiment selon lequel jouissance corporelle et éveil spirituel se magnifient l'un l'autre.



Il est alors aisé de constater à quel point le Tantra contemporain développé en Occident qui s'inscrit pour l'essentiel dans la perspective de la recherche d'un plaisir plus intense, d'un développement de la personne, d'une harmonisation de la relation de couple et des principes féminin et masculin – encore des images, si génériques soient-elles – s'éloigne de la vaste perspective mystique proposée par la tradition !

Le champ du développement personnel est sans espoir s'il se cantonne à sa propre définition et refuse de se sublimer au-delà du seul objet de sa fascination : l'épanouissement de la personne séparée.

Pour renouer avec cette tradition authentique de la Non-Dualité, nous n'avons aucunement besoin de nouvelles grandes théories inclusives, de nouveaux modèles de description de la réalité, de nouvelles thèses de psychologies, etc... Le Tantra de la Non-dualité commence lorsque sont abandonnées toutes les velléités de saisie et de réduction de la réalité à des concepts, dogmes, typologies, modèles, techniques...

Le *Nava-Tantra* (du sanskrit '*nava*' nouveau) s'inscrit dans la lignée directe des écoles de sagesse traditionnelles des millénaires passés. Mais il se conçoit comme une mystique laïque, débarrassée des oripeaux folkloriques de l'Orient (*Namasté, Shiva, Shakti, Lingam, Yoni...*) et surtout actualisée et enrichie de tous les apports contemporains issus des sciences et arts de notre temps. Car si la Vérité peut être une et invariable d'époque en époque, de culture en culture, le chemin pour y arriver est fonction des obstacles spécifiques qu'il nous faut traverser. Si la vérité est une, la porte qui nous en sépare est quant à elle à chaque fois nouvelle, et nécessite de nouvelles clefs, de nouvelles formulations adaptées aux contingences d'une époque donnée. D'où la pertinence d'une nouvelle approche tantrique, d'un nouveau Tantra (*Nava* signifie nouveau en sanskrit), nouveau non pas dans son essence, qui elle demeure éternelle, mais frais et innocent dans sa mise en oeuvre formelle, dans ses mots, ses techniques et ses rituels.

Le *Nava-Tantra* se distingue ainsi des diverses formes de tantras contemporains par la création d'espaces de liberté psychologique et corporelle maximale, et par la priorité donnée à l'expérience pure sur la technique.

Dans la transmission du *Nava-Tantra* nous n'enseignons en effet pas à proprement parler de techniques pour atteindre tel ou tel état. Nous ne donnons pas de consignes contraignantes, mais invitons à porter l'attention sur ce qui traverse le champ de conscience : sensations, émotions, pensées... à quoi je dis oui, à quoi je dis non... quelle que soit la situation, que je sois seul à méditer devant un mur blanc, en train de danser ou de partager une expérience énergétique ou physique avec un partenaire.

On ne regarde pas le soleil en face, sous peine de se brûler les yeux. L'expérience de la Vérité, ou de Dieu, est du même ordre. Je ne peux viser à la « pleine conscience », à l'abandon absolu, au non-jugement. Tout ceci est hors de portée de la personne. Ce qui est par contre de mon ressort, c'est de prendre conscience de ce qui me sépare de la lumière, de la détente, du non-jugement. Je m'extraie du nuage - je vois ce que je refusais de voir, ce à quoi je disais non - et j'inclus ce nuage dans le ciel plus vaste de ma présence. J'inclus mon "Non" en en prenant conscience et en l'accueillant, et ce faisant, je l'intègre à mon expérience au lieu de le refuser. Ensuite, que l'astre suprême se dévoile ou pas à ma prière, cela ne dépend pas de ma personne. De la même manière que l'humilité authentique ne consiste pas en la recherche de cette humilité, mais en la seule contemplation de mes petites prétentions au quotidien.

La clef ultime pourrait s'énoncer dans les termes rapportés par l'évangéliste :

« Seigneur, si tu le veux, éloigne de moi cette coupe de douleur. Toutefois, que ce ne soit pas ma volonté qui se fasse, mais la tienne. »

Luc 22.42

La personne qui désire quelques chose en particulier, prise dans son jeu de préhension et de rejet, d'ombres et de lumières, n'est pas la source d'elle-même. Elle n'est que le reflet, l'émanation éphémère de cette source, l'espace de vacuité à travers lequel l'amour divin se manifeste dans le monde des formes. Tous ses choix, ses comportements, ses préférences ne sont pas choisis mais déterminés et conditionnés par son histoire et ses mémoires.

Les propositions attentionnelles que nous formulons au cours des retraites et des stages visent ainsi à mettre en lumière les ombres, les obstacles, les mémoires qui s'interposent entre le moi égotique et la Lumière. Mettre en évidence les mécanismes, les conditionnements par lesquels je me coupe de l'amour, de l'humilité... Regarder en quoi mon expérience est déterminée par une mémoire, par une résonance d'une expérience antérieure que je n'ai pas laissée mourir...

Qui observe ce qui se joue ? A qui ou à quoi suis-je en cet instant identifié ? Je ne vois justement pas ce à quoi je suis identifié, puisque c'est le point depuis lequel je perçois ma réalité subjective. Si vous êtes sur un sommet et contemplez la nature environnante, vous voyez tout le paysage alentour, les montagnes, vallées, rivières, forêts, plaines... vous êtes attentifs au ciel, aux nuages, aux animaux... le seul point que vous ne pouvez pas inclure dans votre regard, c'est le point depuis lequel vous observez !

Observer... sentir...

Et offrir... rendre à la Source ce qui n'a fait que me traverser, et ne m'a jamais appartenu...

L'invitation du *Nava-Tantra* consiste ainsi à faire pleinement l'expérience de ce qui se présente jusqu'à le désirer intensément, en y reconnaissant la perfection, la complétude et la nécessité de la vie qui s'exprime sous cette forme singulière et unique, ici et maintenant. C'est la raison pour laquelle nous ne proposons aucun programme de stage ou de cycle tel que « Formation en *Nava-Tantra* en n modules sur x années ». S'il existait un programme générique tout prêt qui convienne à tout à chacun pour atteindre à la joie, cela se saurait depuis les siècles que les mystiques de tous les temps et de toutes les cultures expérimentent et transmettent. Les enseignements des écoles de sagesse n'ont jamais rien eu d'un programme scolaire constitué d'une suite d'exercices et de concepts dont il s'agirait de mesurer la bonne appropriation par le prétendant à l'éveil. La spécificité de ces enseignements c'est leur singularité irréductible, spécifique à chaque personne, à chaque instant de son expérience.

Chaque atelier que nous proposons est singulier, par sa qualité d'être autant que par les structures et enseignements qui y sont proposés. Sa forme émerge naturellement des énergies, aspirations et désirs de tous les participants qui se réunissent au nom de l'Amour et de la Conscience.

« Car où il y a deux ou trois personnes assemblées en mon nom, je suis là au milieu d'elles. »

Matthieu 18 :18-20

Notre perspective est de reconnaître ce qui se présente au sein du groupe à chaque instant comme étant exactement ce qui convient le mieux à chacun des participants, et notre rôle d'enseignants-animateurs est de nous mettre à l'écoute de la forme qui apparaît, de mettre en conscience les tensions, émotions, jugements éventuels et d'accompagner l'expérience, à partir d'enseignements et de propositions de structures, jusqu'à ce que cette forme se dissolve dans l'espace vaste et tranquille du silence, dans la simple présence, sans jugement ni commentaire accessoires.

Que je me raconte avoir réussi ou pas à être présent, en tant que personne, n'a aucune espèce d'importance, aucune valeur particulière. Ce qui est l'essence du *Nava-Tantra*, c'est la joie de faire l'expérience de mon conditionnement, de mes passions et de mes limitations, d'instant en instant, et de reconnaître ces conditionnements, passions et limitations comme richesse d'expression du divin à travers ce corps contingent.

D'instant en instant.
Ici et maintenant.

Pourquoi désirer quelque chose en particulier, lorsque ma nature essentielle est de *tout* désirer ?

Reconnaître et expérimenter la joie inconditionnelle d'être en vie, à travers les diverses expériences passionnelles de l'existence, que je sois traversé par l'amour ou par la peur,

par la joie ou par la tristesse, par la sérénité ou par la colère, par le plaisir ou par la douleur...

A travers le *Nava-Tantra*, c'est cette joie intime de vivre, de créer et d'aimer que nous aspirons à célébrer, à partager et à transmettre.



Yves-Marie L'Hour et Vicky Kohn
<http://nava-tantra.com>

A propos du Nava-Tantra :

Le Navat-Tantra (Néo-Tantra en sanskrit) nous invite à accueillir et à célébrer l'expérience de l'instant, ici et maintenant, sans jugements, distractions ni tensions superflus.

Le *tantrika* s'engage avec légèreté et profondeur dans la vie qu'il reconnaît comme étant un rêve de l'Esprit, un jeu d'ombres et de lumière qu'il traverse, présent à ses rejets comme à ses complaisances.

La vision millénaire du tantrisme traditionnel, enrichie des apports des psychothérapies contemporaines, nous guide vers la joie inconditionnelle d'être par-delà les souffrances et limitations apparentes de l'existence.

Célébrer le libre jeu du désir, c'est reconnaître chacun de mes conditionnements comme une richesse, pour me réconcilier avec l'expérience vivante et ordinaire du quotidien, et transformer mes passions, plaisirs ou douleurs, en actes d'amour.

Pour plus d'information, vous pouvez visiter le site <http://nava-tantra.com>.

N'hésitez pas également à vous inscrire à la newsletter si vous souhaitez être informé des prochaines publications, vidéos et dates d'événement.