

# Swami, le Silencieux de Madras

Annie Leroux

*Il y a maintenant trente ans, je découvrais Shri Shri Swami Satchitananda, dit le Silencieux de Madras (1910-2006). Mon professeur de l'époque l'avait rencontré et m'avait parlé d'« un renonçant ayant fait vœu de silence et qui enseignait un yoga traditionnel ». Il y eut un appel impérieux. Je ne voulais pas en savoir davantage, seulement expérimenter.*

*Enfin, je fus au prieuré de Marcevol, dans ce lieu loin de toute l'agitation du monde et dont j'avais rêvé quelques nuits auparavant, avec un mélange d'excitation et aussi de doute. Serais-je capable de faire dix heures de yoga par jour ?*



©Annie Leroux

La journée débutait à cinq heures du matin, ce qui se traduisait par une effervescence dans le bâtiment dès avant quatre heures. Nous arrivions à pas feutrés dans la salle de pratique où Swami était déjà assis. Il y régnait un silence dense. C'était un choc de voir cet homme sans âge, tant son visage était lisse, portant moustache et barbe. Il arborait de longues dreadlocks, portées parfois en chignon. Seule leur couleur poivre et sel trahissait son âge. Il avait des ongles très longs qu'il ne coupait pas davantage que ses cheveux car c'était un renonçant.

Nous débutions par une heure de méditation silencieuse. Au bout de quelques jours, la fatigue était bien là et l'assise était lourde de torpeur. Le chant de la *Gayatri* qui suivait nous emportait dans l'Inde antique.



Façade du prieuré Marcevol, 1880, Jean-Auguste Brutails

L'heure suivante était consacrée aux kriyas : purifications rituelles de la langue, du nez, de l'estomac. Pour *neti*, il avait apporté dans ses bagages des cathéters et nous les distribuait avec un regard bienveillant. Je me retrouvais avec ce bout de tuyau creux dans les mains, sans savoir quoi en faire, jusqu'à ce qu'il nous montre comment s'en servir. Pour le passage de l'eau d'une narine à l'autre, c'est lui qui tenait le tuyau et nous tenait la tête... Le nettoyage de l'estomac suivait et nous étions tous avec nos bols et la bandelette trempant dedans, au son des essais infructueux et des régurgitations. Certains se carapataient, préférant faire du « kriya-rasage » !

Nous nous retrouvions ensuite sur l'esplanade, dans l'herbe pleine de rosée, à attendre le lever du soleil. Quelle que soit la température, il pratiquait torse nu, vêtu d'un simple short blanc, les épaules parfois recouvertes d'un châle blanc. Dans la magie de l'aurore, à travers le *hasta mudra* réalisé avec nos doigts malhabiles, nous observions la montée du soleil qui se déployait comme une étoffe paisible de lumière.

Swami était là, debout devant nous, face à l'astre qu'il a adoré toute sa vie. Le visage irradié, le regard fixé sur l'espace, absorbé dans une union avec l'infini. Il émanait de lui une très grande dignité, une force tranquille, une paix abyssale. Grâce à sa présence ineffable et sa réalisation, il nous entraînait dans la pulsation de l'univers.

Dans la tradition védique, Surya (le soleil) est considéré comme le créateur de l'univers et la source de toute vie. Il apporte chaque jour la lumière et la chaleur au monde. Par cette dévotion journalière, Swami se rattachait à cette tradition ancestrale.

Lorsque le soleil était apparu, nous commencions des séries de salutations au soleil entrecoupées par le chant de mantras de celle que Swami nommait sa nièce et qui l'accompagnait. La pratique de *surya namaskar* se faisait avec de nombreuses variantes et en rétention de souffle poumons pleins pendant toute la durée de la salutation.

Ensuite, nous retournions à l'intérieur pour pratiquer les asanas. Swami nous les montrait, parfois longuement, puis il signifiait par un petit claquement de doigt que c'était notre tour. Il avait fait vœu de silence, *mauna vrata*, depuis longtemps. Il communiquait par des signes, mais aussi de manière très subtile par un regard intense posé sur le pratiquant. Au menu, les grandes postures : *sirsasana*, *sarvangasana*, *cakrasana*, *mayurasana*, etc. Il était souple et agile, débordant de vitalité, et ce malgré son âge. Son exécution des asanas nous laissait pantois. Sa pédagogie était directe : par son regard et son claquement de doigt, il nous disait « Viens, suis-moi. ». Sans parole explicative, le moindre geste devenait signifiant.

La matinée s'achevait par une heure de pranayama. Nous comptons les souffles grâce à la méthode traditionnelle, c'est-à-dire avec les doigts.

Il était dix heures, nous n'avions pas vu passer la matinée. C'était l'heure d'une pause roborative et de repos. Dans ces moments, les anecdotes sur lui allaient bon train. J'apprenais ainsi qu'il était né au sud de l'Inde, à Vishakapatam. Il fut orphelin assez jeune, sa mère étant décédée lorsqu'il avait sept ans, et son père lorsqu'il en avait treize. C'est à l'âge de quinze ans qu'il entra en *vairagya*, le renoncement total. Il avait découvert le yoga dans un hôpital ayurvédique, où il faisait soigner une plaie à la jambe. Il avait fait le tour des lieux sacrés d'Inde... Les jours passant, tout devenait beaucoup plus silencieux.

La session de l'après-midi reprenait par l'étude. Swami écrivait des notes sur de petits morceaux de papier en télugu, sa langue natale. Les phrases étaient ensuite traduites en anglais par son accompagnatrice, puis encore en français. Il y avait une très grande lenteur dans le processus, qui pouvait mettre à rude épreuve notre impatience. Il aimait parler du roi Janaka, des écrits puraniques. Il citait des anecdotes, dont celle qui m'a le plus marquée :

**« Le yoga c'est comme le miel.**

**Vous pouvez en parler,  
cela peut avoir plusieurs couleurs, textures,  
mais tant que vous n'avez pas mis  
le doigt dedans pour goûter,  
vous ne savez pas ce que c'est.  
C'est pareil pour le yoga, alors,  
allons pratiquer. »**

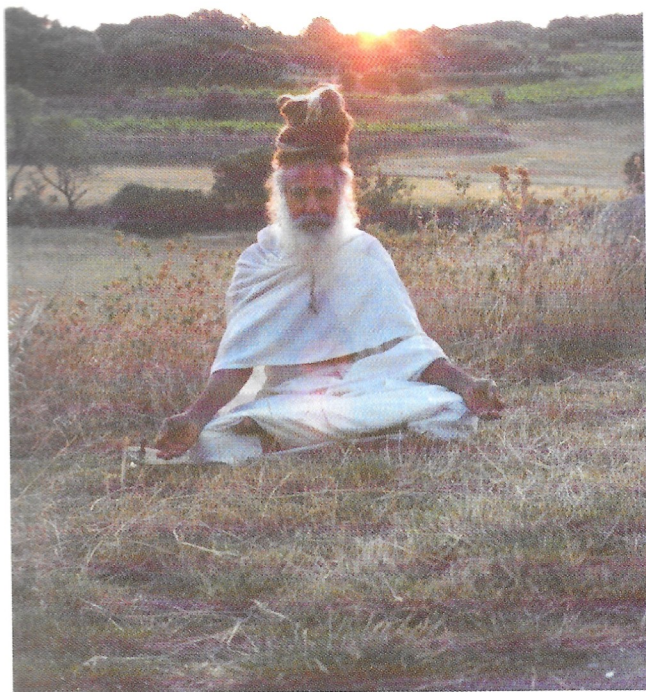
C'est peu de dire que son enseignement n'était pas de la théorie. Souvenir très touchant, il s'amusait gentiment de nous voir ajuster nos lunettes alors qu'il écrivait sans.

Ensuite nous abordions les postures par les grands thèmes : postures couchées, inversées, équilibres, torsions, avec leurs multiples variantes ; des enchaînements... Nous poursuivions avec une heure de pranayama, suivie d'une heure de méditation. Nous arrivions au terme de dix heures de pratiques.

Le mercredi était un jour très spécial. C'était un jour de repos complet du corps et de l'esprit : pas de kriyas, de postures, de pranayama. Seulement les deux heures de méditation de la journée. Journée de repos du système digestif car nous jeûnions. Journée de repos et de solitude car il nous était demandé d'éviter les distractions – ni lecture, ni musique, ni écriture, ni promenade, ni sieste – de ne pas communiquer entre nous, ni par la parole, ni par le regard. Toutes ces conditions étaient mises en place pour favoriser l'état méditatif, la contemplation. Swami était un ascète et par cette journée, nous plongeons avec lui dans cette expérience yogique profonde. Il a lui-même fait des jeûnes prolongés de plusieurs mois, dont un de vingt-quatre mois. Des médecins observaient ses constantes physiologiques et constataient que tout fonctionnait normalement.



©Annie Leroux



©Annie Leroux

Cette journée, je l'ai redoutée. C'était la première fois que je jeûnais. On s'arrêtait de manger à dix-neuf heures le mardi et on reprenait le jeudi à dix heures, après les cinq heures de yoga et puis, ne pas lire, ne pas parler... Cette journée de plongée dans l'inconnu fut extraordinaire. Il n'y a pas de mots pour décrire l'expérience. Je sais seulement que le rayonnement de sa présence n'y était pas étrangère.

Tout le séjour se poursuivait selon ce format.

Une *puja* était organisée pour vénérer sa divinité Tripurasundari. Pour offrandes, nous allions chercher des fleurs dans les champs, c'était un moment joyeux. Tout à sa pratique, il officiait pendant des heures. Le point d'orgue arrivait lors du *darshan*, lorsque Swami plaçait le *bindu* sur notre front en nous regardant droit dans les yeux. Nous ne pouvions qu'être saisis par son accomplissement. Il eut de nombreux *samadhi* et de longue durée. La *puja* se terminait par le partage du repas de la divinité. Par cette *puja*, Swami manifestait sa compassion sans limite car c'était un *sannyasin*, et il avait accepté d'enseigner à des Occidentaux, faisant fi du statut des personnes, des castes, de la religion. Il était d'une grande générosité ; j'ai conservé la tunique blanche qu'il m'a offerte, ainsi que les malas et les gratte-langues.

Je l'ai rencontré individuellement plusieurs fois. Je me rappelle de la densité de présence qui était là et qui m'impressionnait énormément. Il était libre de désirs, libre de projections, libre de lui-même, ce qui me renvoyait avec force à mes conditionnements. Son regard bienveillant me mettait à nu sans jamais être intrusif. Il régnait un silence

vivant, vibrant. J'avais l'étrange impression qu'il connaissait tout de moi, et bien plus que moi-même. Je me rappelle ses paroles. Lorsque j'en aurai besoin, je pourrai penser à lui et il sera toujours présent au-delà de l'espace. Je peux ajouter aujourd'hui, au-delà de l'espace et du temps. Après de telles journées de yoga, une transformation intérieure s'opère à notre insu.

À cette époque, mes jeunes enfants et le manque de moyens financiers ne m'ont pas permis de le voir en Inde. Je sais qu'il n'a jamais eu d'ashram personnel, seulement un lieu où, durant sa vie, il soigna et enseigna gratuitement à tous ceux qui venaient le voir.

Son apparence fascinante – il déplaçait les journalistes locaux venus voir ce « fakir exotique » –, sa présence silencieuse, les anecdotes rapportées sur sa vie, son ascèse, tous ces détails sont tout à fait dérisoires par rapport à l'essence de ce qu'il était et de ce qu'il véhiculait. Tel un oiseau, il a traversé le ciel sans laisser de trace matérielle, pas d'école, pas de lieu qui puisse se revendiquer de sa filiation. Il ne reste que ce que le cœur a pressenti.

Il émanait de lui l'effluve de l'origine de la transmission du yoga. Swami est venu semer des graines d'éveil et nous pointer l'efficacité du chemin. Sa puissance d'éveil est toujours là, au plus profond du cœur, et nous projette en un lieu où l'amour n'a jamais cessé d'être.

Par cet article, l'occasion m'est donnée d'exprimer ma sincère et très profonde gratitude envers Swami et également envers la Vie qui m'a offert l'immense privilège de le rencontrer.

#### ***Hari Om Tat Sat***

Retrouver Annie Leroux sur son site : [www.lesensduyoga.fr](http://www.lesensduyoga.fr)

Il existe des vidéos de Swami, que vous pouvez consulter sur YouTube.

Photographies de Swami : @Annie Leroux

