

LE YOGA DE SIDDHA TIRUMULAR



Essais sur le Tirumandiram

T.N. Ganapathy • KR. Arumugam

TABLE DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS	V
<i>Suba. Annamalai</i>	
PRÉFACE	XV
<i>T.N. Ganapathy</i>	
GUIDE DE LA PRONONCIATION EN TAMOUL	XXV
CHAPITRE 1 Introduction	1
<i>KR. Arumugam</i>	
CHAPITRE 2 Philosophie du Tirumandiram	45
<i>KR. Arumugam</i>	
CHAPITRE 3 Śivaïsme tel que conçu dans le Tirumandiram	111
<i>KR. Arumugam</i>	
CHAPITRE 4 Yoga du Tirumandiram	155
<i>T.N. Ganapathy</i>	
CHAPITRE 5 Mysticisme du Tirumandiram	243
<i>T.N. Ganapathy</i>	
CHAPITRE 6 Langage crépusculaire du Tirumandiram	293
<i>T.N. Ganapathy</i>	
CHAPITRE 7 Concept du corps humain dans le Tirumandiram	339
<i>T.N. Ganapathy</i>	
CHAPITRE 8 Concept du <i>Guru</i> dans le Tirumandiram	383
<i>T.N. Ganapathy</i>	

CHAPITRE 9	Préoccupation sociale du Tirumandiram <i>KR. Arumugam</i>	421
CHAPITRE 10	Théisme moniste du Tirumandiram et du Śivaïsme du Cachemire <i>Geetha Anand et T.N. Ganapathy</i>	461
CHAPITRE 11	Conclusion <i>T.N. Ganapathy</i>	513

ANNEXES

Annexe – A	Œuvres qui revendiquent indûment la paternité de Tirumūlar	521
Annexe – B	Catégories d'âmes	525
Annexe – C	Symbolisme de la Danse de Śiva	527
Annexe – D	Brève discussion sur les cinq 'M': Pañca-makāra	533
Annexe – E	Le Pariyaṅga-Yoga	539
Annexe – F	Les Trente-six Tattvas	549
Annexe – G	Les termes crépusculaires qui apparaissent dans le Tirumandiram	553

BIBLIOGRAPHIE	559
----------------------	-----

INDEX	573
--------------	-----

À PROPOS DES AUTEURS	609
-----------------------------	-----

4. LE YOGA DU

T.N. Ganapathy

1. Définition du Yoga

Toute tentative de définir le Yoga en termes de *per genus et differentia* sera une tentative infructueuse car 'on ne connaît le Yoga que par le Yoga'. En réalité, le Yoga signifie beaucoup de choses, car il est beaucoup de choses. Pour commencer, on peut indiquer l'aspect dénotatif du terme et progressivement, mais sans succès, essayer de comprendre son aspect connotatif. Par la dénotation, nous pouvons dire que le Yoga est la *lingua franca* qui a franchi les frontières doctrinales, régionales, linguistiques et géographiques. Comme le dit Mircea Eliade, le Yoga est un « fossile vivant », une modalité de la spiritualité qui existe depuis longtemps et qui reste « non fossilisable »¹. Patañjali appelle le Yoga *anuśāsana*, ce qui signifie 'direction issue des traditions'².

Bien qu'étymologiquement le terme 'Yoga' signifie 'lier ensemble', il a acquis de nombreuses autres connotations telles que 'méthode', 'activité', 'force', 'méditation', 'renoncement', 'concentration', 'régularité', 'pratique de l'isolement intérieur', etc. Theos Bernard donne dix-sept sens au terme 'Yoga'³. C'est la méthode qui permet d'actualiser ce qui est toujours en puissance dans la nature de chacun. Il aide à comprendre les zones silencieuses inexploitées de la conscience. Le noyau du Yoga est la pratique. Celui qui y goûte le sait, et non par des arguments philosophiques. En tant que *dhyāna-sukham* (joie de la contemplation), le Yoga procure à l'homme la joie de la découverte de soi. Les Yoga Siddhas tamouls ont indiqué la connotation du terme Yoga. Selon Śiva-vākkiyar, un Siddha tamoul, le but du Yoga est d'atteindre la « conscience sans semence »⁴, ou conscience pure ou intégrale, qui est une émergence du temps et une abolition de l'histoire. Il s'agit d'une 'perception au-delà de la perception'⁵. Les Yoga Siddhas tamouls appellent le Yoga, au sens figuré, un chemin ésotérique qui consiste à prendre du miel sans fleurs comme base. En bref, le Yoga peut être interprété comme une

méthode par laquelle les aspects fondamentaux de l'individu, à savoir le courant vital, l'esprit, la conscience et l'énergie, sont mobilisés et harmonisés. Il s'agit d'une technique ésotérique, d'une méthode de développement intérieur de l'être humain. En bref, le Yoga est l'extase, c'est-à-dire le samādhī. Il fournit une méthode pratique pour la réalisation de soi.

1. 1. Le Yoga est différent de la religion

Le Yoga peut être associé à la religion en tant que telle, mais il se distingue nettement de la religion et des pratiques religieuses. Alors que la religion parle de la réalisation de Dieu, le Yoga parle de la réalisation de soi. La méthode adoptée par le Yoga pour parvenir à la réalisation de soi est le jñāna. Les Siddhas tamouls ont insisté sur l'importance suprême de jñāna et n'ont pas mis l'accent sur la bhakti comme méthode de réalisation. Dans la bhakti, le cœur pleure ce qui est perdu, alors que dans le jñāna, l'esprit se réjouit de ce qu'il a trouvé. C'est pourquoi les Yoga Siddhas tamouls sont critiques à l'égard du culte des idoles et des pratiques religieuses. Ils s'opposent à l'attitude fondamentaliste de la religion. Dans leur littérature, il y a une absence presque totale de tout culte local ou de divinité. Aucun Siddha authentique de la littérature tamoule n'a chanté à la louange d'un dieu local. L'un des principaux traits caractéristiques, la *differentia*, pour déterminer un Siddha authentique est de savoir s'il a chanté la louange d'un dieu ou d'une divinité locale. Selon Śiva-vākkiyar, un Siddha ne vénère jamais une divinité dans le temple⁶. C'est une des caractéristiques qui distingue les Siddhas des autres saints, en particulier des Ālvārs et Nāyaṇmārs. Pourtant, les Siddhas croyaient en l'abstraction suprême et l'appelaient 'Cela' ou 'Elle' ou 'Suprématie' ou '*Parāparam*' en tamoul. Les Siddhas sont opposés à toute religion institutionnalisée, qui produit des habitudes, des coutumes et des pratiques rituelles qui empêchent l'individu d'être spirituellement alerte et pleinement conscient. Les formalités menacent de devenir plus importantes que la connaissance de sa propre nature intérieure ou de son propre moi et, par conséquent, les rituels et les écritures ne deviennent que des

entraves. Celui qui veut atteindre l'illumination doit faire attention aux obstacles tels que les rituels, les écritures, les temples, les églises, les mosquées, etc., qui entravent le chemin et le progrès spirituels. Selon les Siddhas, la cause de la prévalence de l'illusion dans nos vies est institutionnelle plutôt que personnelle.

2. Le Yoga tel que le conçoit Tirumūlar

En discutant du Yoga tel qu'il est compris par Tirumūlar, il faut prendre en considération ses définitions d'un Siddha ; c'est-à-dire que ses vues sur le Yoga *inter alia* sont liées à sa compréhension de ce qu'est un Siddha. Son point de vue sur le Yoga et sa définition d'un Siddha sont les deux faces d'une même pièce.

2. 1. Le Yoga est le Śiva-Yoga

Tout d'abord, Tirumūlar appelle le Yoga dont il est question dans le *Tirumandiram* de *nava-yoga* (nouveau type de Yoga), *tava-yoga* (Yoga de la pénitence) ou Śiva-Yoga (Yoga qui confère Śiva-ānanda).

Le verset se lit comme suit :

Le Śiva-Yoga est pour distinguer le *cit* de l'*acit*;
Le Yoga de la pénitence est pour atteindre l'illumination de soi;
Les autres types de Yoga ne sont pas du Yoga à proprement parler; Pour atteindre Śiva-ānanda
Nandi a donné ce nouveau type de Yoga⁷.

Tirumūlar dit que Nandi (Śiva) a accordé ce nouveau type de Yoga (*nava-yoga*) en rejetant les types de Yoga précédents comme du Yoga non approprié. Le terme que Tirumūlar utilise pour les autres types de Yoga est *ava-yoga*. *Ava-yoga* fait référence aux types de Yoga inutiles qui étaient en vogue auparavant et qui n'apportent rien de bon au yogin. G. Varadarajan interprète le terme *ava-yoga* comme Haṭha-Yoga, qui traite principalement de la discipline corporelle⁸. Mais cette

interprétation est tirée par les cheveux, car *ava-yoga* signifie simplement Yoga inutile.

Le Śiva-Yoga, également appelé Śiva-rāja-Yoga, distingue, au moyen de *viveka* (discrimination), le *cit* (intelligence, conscience, connaissance) de l'*acit* (non-conscience, ce qui manque de connaissance). Suba. Annamalai fait la distinction entre *cit* et *acit* de la manière suivante : « bien que l'atman, l'âme individuelle ou la conscience soit par nature *cit*, il ne sait pas, en raison de son ignorance, qu'il est *cit* et il est traité comme *acit* ; mais lorsqu'une fois la sagesse apparaît, l'ignorance qu'il est *acit* disparaît⁹ ». Cette interprétation nous rappelle fortement l'histoire que Swami Vivekananda aime raconter. Elle est la suivante :

On raconte l'histoire d'une lionne, grosse et jeune, qui partait à la recherche d'une proie et qui, voyant un troupeau de moutons, se jeta dessus. Elle mourut dans l'effort et un petit lionceau naquit, orphelin de mère. Les brebis prirent soin de lui et l'élevèrent. Il grandit avec eux, mangea de l'herbe et bêla comme les moutons. Et même si, avec le temps, il devint un grand lion, il se prenait pour un mouton. Un jour, un autre lion vint à la recherche d'une proie et fut étonné de constater qu'au milieu de ce troupeau de moutons se trouvait un lion qui fuyait comme les moutons à l'approche d'un danger. Il essaya de s'approcher du mouton-lion pour lui dire qu'il n'était pas un mouton mais un lion, mais le pauvre animal s'enfuit à son approche. Cependant, il guetta l'occasion et, un jour, il trouva le mouton-lion endormi. Il s'approcha de lui et lui dit : « Tu es un lion ». « Je suis un mouton », s'écria l'autre lion qui, ne pouvant croire le contraire, se mit à bêler. Le lion l'entraîna vers un lac et lui dit : « Regarde, voici mon reflet et le tien ». C'est alors que la comparaison s'opéra. Il regarda le lion, puis son propre reflet,

et en un instant, l'idée que c'était un lion s'imposa. Le lion rugit, le bêlement avait disparu¹⁰.

Le Śiva-Yoga est la méthode de Yoga par laquelle l'atman s'identifie à Śiva. Il s'agit d'un processus permettant d'atteindre l'état de 'Śivahood' au sommet de la tête (*sahasrāra*) ['Śivahood' désigne l'état de fusion avec les qualités de Shiva]. Dans la littérature Siddha, il est appelé 'Yoga qui touche le sommet'¹¹. Ici, le yogin est censé 'boire' le 'jus ambrosien' qui suinte du sahasrāra. C'est pourquoi ce Yoga est appelé par certains Siddhas 'mendier au sommet' ou 'étancher la soif au sommet'.

Le Śiva-Yoga est atteint par le *tava-yoga* (Yoga de la pénitence). Il s'agit d'un nouveau type de Yoga (*nava-yoga*), qui a été accordé à l'humanité par Nandi (Śiva) lui-même. En l'appelant *nava-yoga*, Tirumūlar indique que ce nouveau type de Yoga n'était pas en vogue avant lui dans le pays tamoul. C'est la première fois que ce Yoga est explicitement expliqué et discuté dans le *Tirumandiram* (bien que Tirumūlar n'utilise pas l'expression Kuṇḍalinī-Yoga, ce dont il parle n'est que cela. Dans les sections qui suivent, le terme Kuṇḍalinī-Yoga est utilisé comme terme alternatif pour Śiva-Yoga). En d'autres termes, le *Tirumandiram* n'est pas seulement un traité Āgama, mais aussi un traité de Yoga. Bien que le *Tirumandiram* soit considéré comme le dixième *Tirumurai* (ouvrages de bhakti du Śaivismisme tamoul), il se distingue nettement des autres *Tirumurais* par le fait qu'il traite d'un nouveau type de Yoga (*nava-yoga*) traitant des cakras, du prāṇāyāma, du Pariyaṅga-Yoga, du langage du crépuscule, etc. Son message est donc plus large que celui des *Yoga-sūtras* de Patañjali¹². C'est le premier traité en tamoul sur le Śiva-Yoga connu sous le nom de Kuṇḍalinī-Yoga. Comme le dit Tamilannal, Tirumūlar, dans son *Tirumandiram*, a créé une nouvelle tradition en tamoul¹³.

Selon Tirumūlar, les yogins qui pratiquent le Śiva-Yoga sont appelés Śiva-yogins ou Siddhas :

Les yogins Śiva sont ceux que la graine détruit ;
Qui, à l'état de veille, parviennent à la pure conscience
; Qui dans une harmonie ininterrompue, parviennent à
la respiration en transe
Quand la vie, les sens, le corps simulent la mort¹⁴.

Les Siddhas sont ceux qui sont vivants, mais 'morts' en ce qui concerne le monde extérieur. Ce sont des *jīvan-muktas* qui vivent dans leur corps, tout en étant libérés ; ce sont des yogis adeptes de l'immortalité. Au Tibet, on les appelle *amṛta-siddhi-yogins*. En d'autres termes, *jīvan-mukti* est la libération vivante. Un *jīvan-mukta* a un corps fait de conscience éclairée et égal à celui de Śiva, mais un corps physique néanmoins. Être libéré dans la vie, c'est être Śiva, l'Abstraction Suprême qui n'est limitée ni par la forme ni par le temps (Śiva est le symbole utilisé pour connoter un état humain divinisé de libération, et chaque yogin devrait s'efforcer d'être Śiva, le Seigneur des yogins). Tirumūlar appelle donc un Siddha *Śiva-muṇi-Siddha*¹⁵ ou *nirāmayattōr* (celui qui ne subit pas la naissance)¹⁶. Tirumūlar se définit lui-même comme un tel Siddha¹⁷.

Plusieurs versets du *Tirumandiram* montrent que le Yoga est Śiva-jñāna. Tirumūlar définit un Siddha comme celui qui a atteint Śiva-jñāna¹⁸. Il appelle un Siddha Śiva-mukta¹⁹. Selon Tirumūlar, les Śiva-jñānis sont morts au monde, bien qu'ils vivent dans leur corps et leurs sens²⁰. Les Śiva-jñānis sont des *jīvan-muktas*.

Jīvan-mukti ou libération vivante est un état de sagesse incarnée dans lequel les réalisations yogiques transforment tous les aspects de l'existence humaine. Tirumūlar appelle un *jīvan-mukta cōmbar*²¹. *Sōmbar* en tamoul signifie l'état de tranquillité. Il appelle également un *jīvan-mukta tūṅgi-k-kaṇḍaṇ*. Il s'agit de quelqu'un qui a atteint la réalisation en 'dormant'. Un *jīvan-mukta* est quelqu'un qui 'dort' (est tranquille) et voit le monde de Śiva et expérimente le Śiva-Yoga²².

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

Dans un ouvrage intitulé *Amṛta-siddhi* ou *The Attainment of Immortality*²³, l'auteur Avadhuta Candra décrit le jīvan-mukta comme suit :

Lorsque les acquis de
Corps, parole et esprit se manifestent,
La grande réalisation, l'octroi du fruit de la libération
vivante
Doit être connu. (30.3)

Le yogin est béat,
Omniscient, il a une vision,
Il fait l'offrande de tous les éléments,
En gage des trois mondes. (30.5)

Il n'est pas brûlé par le feu,
Il ne sombre pas dans l'eau,
Le maître du Yoga est invincible,
Il s'est débarrassé des choses du monde. (30.8)

Un tel yogin est fait de tout,
Composé de tous les éléments,
Toujours dans l'omniscience,
Il a le respect du monde entier. (30.9)
Doté de toutes les qualités de Siva,
Avec une sagesse illimitée et omniprésente,
Le yogin, à la suite des grands adeptes,
Est le lieu de tous les accomplissements. (30.7)

C'est ainsi que vivent ces êtres,
Remplis d'accomplissements spirituels,
Ces adeptes qui possèdent le corps de Siva,
Sont connus sous le nom de Libérés Vivants. (30.14)

Ainsi que le yogin béat (atteint),
Un corps de sagesse, magnifique,
Indestructible, immuable et généralisé,
Tout englobant, omniprésent, (il est) Siva. (35.1)²⁴

Un véritable yogin est égal à Śiva. Il est approprié que Tirumūlar définisse le Yoga comme étant le Śiva-Yoga.

2. 2. Śiva-Yoga est Kuṇḍalinī-Yoga

Tirumūlar parle du Yoga comme du Śiva-Yoga et dit qu'il montre le chemin.

Ni les mantras, ni les chants, ni les arts quatre et soixante
Ne pourront jamais briser la naissance et ses liens
maudits.
C'est alors que j'ai adopté la voie du Yoga,
J'ai rencontré le Soleil, la Lune et le Feu sur le chemin
du Crâne,
Et ils m'ont montré la Voie Suprême²⁵.

La voie du Śiva-Yoga est celle du Kuṇḍalinī-Yoga car il parle du Soleil (piṅgalā), de la Lune (iḍā) et du feu (suṣumnā) au moyen desquels il atteint le crâne (le sahasrāra). On peut donc sans risque substituer le terme Kuṇḍalinī-Yoga à celui de Śiva-Yoga. Tirumūlar n'a utilisé le terme 'Kuṇḍalinī-Yoga' nulle part dans son œuvre. Il utilise le terme *kuṇḍali* au verset 2419. Ici, le terme *kuṇḍali* est utilisé dans un sens différent pour désigner le terme tirodhāna-śakti, qui procure des expériences mondaines aux âmes, cachant les vérités spirituelles à la vue. Cependant, Tirumūlar se réfère à *aruḷ-śakti* (une énergie bienveillante) en tant que śakti, qui réside dans le corps humain. Lorsque le yogin atteint le sahasrāra en détournant l'*aruḷ-śakti* qui réside en lui, il atteint la félicité éternelle. L'énergie qui le guide pour traverser les six adharas et atteindre le sahasrāra est l'*aruḷ-śakti* qui réside en lui. Cette *aruḷ-śakti* (en tant que résidant dans le corps humain) est ce que l'on appelle communément kuṇḍalinī-śakti.

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

Tirumūlar utilise le terme *kuṇḍali* au verset 580 dans le sens spécifique de l'énergie kuṇḍalinī. Tirumūlar appelle *aruḷ-śakti* comme *yajña*, qui coupe court à la renaissance.

(Arul-sakti)

Coupe les liens de la naissance;

Accorde les prouesses du puissant *tapas*;

Brûle l'oubli de l'âme;

Et vous conduit sur le chemin de la libération²⁶.

Tirumūlar appelle le Kuṇḍalinī-Yoga *tapas*²⁷ et le qualifie de Grande Voie²⁸. Il parle également du Yoga comme de la sublimation du sexe²⁹.

2. 3. Aspects du Yoga abordés dans le Tirumandiram

Dans le *Tirumandiram*, outre le Śiva-Yoga, Tirumūlar parle des aspects suivants du Yoga.

1. Aṣṭāṅga-Yoga ;
2. Kechari-Yoga ;
3. Candra-Yoga ; et
4. Pariyaṅga-Yoga

Avant de les aborder, passons en revue les trois types de yogins et les bienfaits du Yoga et du Kuṇḍalinī-Yoga tels qu'ils sont expliqués dans le *Tirumandiram*.

2. 4. Trois types de yogins

Tirumūlar parle des trois types de yogins. Le premier type est celui des *kāmattōr*, qui s'adonnent au sexe pour leur plaisir ; ce sont les *vāmācārins* ou *vāmattōr*. L'autre type est celui des *ōmattōr* de l'école *dakṣiṇācāra* du Yoga, qui trouvent la lumière dans leur flamme intérieure par la méthode du Śiva-Yoga. Le troisième type de yogins est appelé *nāmattōr*, des personnes qui s'adonnent à la méthode *bhakti* qui consiste à chanter les louanges de Dieu³⁰.

2. 5 Bénéfices du Yoga

Tout au long du *Tirumandiram*, la valeur du Yoga (Śiva-Yoga) est soulignée. À un endroit, il dit que les cheveux du yogin émettront de la lumière³¹. Les versets suivants peuvent être cités pour comprendre les bienfaits du Yoga.

Ceux qui frappent à droite et à gauche
N'atteignent pas le Refuge des Pieds en Fleurs;
Ne contiennent pas le feu de la Kundalini à l'intérieur;
Leur corps une proie pour le feu devient;
Ceux qui connaissent le Chemin
Et cherchent Ses Pieds Victorieux
Voient le Danseur céleste
À travers le creux de leur colonne vertébrale³².

Ceux qui cherchaient à atteindre le Danseur
Obtenaient beaucoup de bonnes choses ;
Ils se sont donc tenus sur le chemin des saintes écritures,
Le cherchant à l'intérieur et faisant l'expérience de Sa
présence
Avec impatience ils s'assoient
Et un avec Siva deviennent³³.

Ils peuvent vivre ainsi pendant des éons et des éons,
Et ils ne se lassent pas dans leur dévotion ;
Et ainsi voient la fin de l'esprit,
À l'intérieur Le voient comme une Entité non séparée;
Et comme un avec Siva, ils vivent remplis de divinité
Et voient ainsi d'innombrables âges de Vie Exaltée³⁴.
Ceux qui cherchent
Ne connaissent pas la mort, ne connaissent pas le mal;
Ceux qui cherchent
Deviendront les seigneurs de la terre ;
Ceux qui cherchent

Mais savent que c'est vrai;
Et que cela peut être dit
À ceux qui aspirent³⁵.

Le yogi atteint les siddhis huit
Il fait l'expérience de l'état Divin Nada;
Il est du Karma débarrassé
Il est d'un esprit calme
Il poursuit les Quatre Buts de l'Objectif Humain,
Il court la Sakti Kundalini.
À travers les centres six dans le corps ;
De cette façon, il atteint l'unique
Et l'union en Lui atteint³⁶.

2. 6. Jours appropriés pour commencer le Yoga

Même si n'importe quel jour est bon pour commencer à apprendre le Yoga, il est significatif que Tirumūlar indique les jours appropriés pour commencer le Yoga.

L'anniversaire, Le premier, le deuxième, le troisième et le huitième jour qui le suivent,
Chacun de ces jours est approprié pour commencer le Yoga;
Trouvez le jour qui convient le mieux,
Et facilité sera votre entrée
Dans la Maison Mystique³⁷.

3. Kuṇḍalinī-Yoga

Toute étude sur la traduction et le commentaire des poèmes du *Tirumandiram* nécessite une note de fond sur le Kuṇḍalinī-Yoga. Le mouvement Tamil Siddha fait partie de la tradition panindienne du Yoga Tāntrique. Il insiste sur la valeur du Tantra-Yoga comme moyen d'atteindre la liberté et l'immortalité. Le

essentiellement la culture de la conscience. Il met l'accent sur la pratique plutôt que sur la philosophie. Le Tantra-Yoga est fondamentalement le Kuṇḍalinī-Yoga. Le principe de polarité et le principe d'identité sont parmi les aspects les plus importants du Tantra. Le but du Tantra est de transcender toutes les formes de dualité par la fusion totale des deux principes en un seul à l'intérieur du corps du yogin. La dualité est symboliquement représentée par deux pôles : mâle et femelle, Śiva et Śakti. L'un des principaux principes du Yoga Tāntrique est que tout ce qui se trouve dans le macrocosme, *aṇḍa*, se trouve dans le microcosme, *piṇḍa*. L'ensemble du Kuṇḍalinī-Yoga est une expression de l'unité micro-macro. L'être individuel et l'Être Universel ne font qu'un. Jīva est Śiva ; le microcosme est le macrocosme.

Le Yoga revêt de nombreuses formes, dont les quatre principales sont les suivantes : Mantra-Yoga, Haṭha-Yoga, Laya-Yoga et Rāja-Yoga. La forme la plus simple du Yoga est le Mantra-Yoga, dans lequel l'aspirant est sélectif quant à l'objet de sa contemplation, comme les dieux dans les images, les emblèmes, les photos, les marques, les *maṇḍalas*, les *yantras*, les *mudrās*, etc. Les pratiques qui composent le Haṭha-Yoga concernent principalement le contrôle du corps physique pour conditionner le corps subtil. Une connaissance de base du Haṭha-Yoga est nécessaire à quiconque veut comprendre les Siddhas. Le Laya-Yoga est la forme la plus élevée du Haṭha-Yoga et est lié au fonctionnement de la kuṇḍalinī. Les Tantriques et les Siddhas insistent beaucoup sur cette forme de Yoga. La méthode qui consiste à éveiller la kuṇḍalinī et à l'unir à l'Esprit suprême est la partie essentielle du Laya-Yoga. Le Rāja-Yoga représente la concentration de l'esprit par le contrôle des airs vitaux.

Le Laya-Yoga est une méthode yogique pratiquée par tous les Siddhas. Il s'agit d'une profonde concentration absorbante, qui permet d'atteindre le but final de l'unité avec l'infini ou ce que les Siddhas appellent *Śiva-aikya*. L'éveil de la kuṇḍalinī est l'aspect fondamental du Laya-Yoga,

ce Yoga a été appelé Kuṇḍalinī-Yoga. Le Kuṇḍalinī-Yoga est appelé par Tirumūlar Śiva-Yoga menant à *Śiva-aikya*. *Śiva-aikya* est une réalité, car sa base est l'amour. Śivam est l'amour. La base du Yoga est l'amour et sa méthode est jñāna.

3. 1. Références dans le Tirumandiram au Kuṇḍalinī-Yoga (Śiva-Yoga)

Bien que dans le *tantra* Sept du *Tirumandiram* on trouve une référence aux six ādhāras (section 1), aux *mudrās* (section 17), à l'importance de contrôler les cinq sens (section 32) et à la façon de contrôler les sens par la sublimation (section 33), le concept et la fonction du Kuṇḍalinī-Yoga (Śiva-Yoga) sont diffusés dans l'ensemble de l'ouvrage. À cet égard, on peut noter que l'ensemble de la première section sur l'*Agattiyam* et la deuxième section sur les *Huit Actes Héroïques de Śiva* du *tantra* Deux peuvent être interprétées symboliquement en termes de Śiva-Yoga. En voici un exemple : au verset 337, le terme *naḍuvuḷa aṅgi Agattiya* signifie 'au milieu du feu sacrificiel flamboyant', ce qui renvoie à l'énergie Kuṇḍalinī, c'est-à-dire à l'*aruḷ-śakti*, qui surgit au niveau du mūlādhāra. Au verset 339, le terme *cūlam*, c'est-à-dire le trident, fait référence aux iḍā, piṅgala et suṣumnā nāḍis. Le verset 345 parle du mūlādhāra d'où s'éveille kuṇḍalinī-śakti et se dirige vers le creux du sommet, c'est-à-dire le sahasrāra. La section quatre sur le *Sacrifice de Dakṣa* peut également être interprétée comme une référence symbolique subtile au Kuṇḍalinī-Yoga. Le verset 360 parle du *nava-kuṇḍam*, qui fait référence aux six ādhāras, aux deux yeux et au sahasrāra comme s'ils formaient l'*agni* (le feu) de l'*homa-yajña*. Il fait également référence au praṇava en utilisant le terme *vil* (en tamoul), c'est-à-dire l'arc. L'expression 'Sacrifice de Dakṣa' renvoie elle-même symboliquement au gaspillage de l'*aruḷ* ou de la kuṇḍalinī-śakti sans le diriger correctement pour atteindre le Śiva au sahasrāra.

Dans la section 12 du *tantra* Un, intitulé *Andaṇar Oḷukkam*, c'est-à-dire le dharma des brahmanes, Tirumūlar utilise le terme *andaṇar ākūti*, c'est-à-dire le *yajña* accompli par les brahmanes, pour désigner symboliquement l'éveil de la Kuṇḍalinī³⁸. De même, il compare le Kuṇḍalinī-Yoga avec le *yāga* ou le *yajña*³⁹. En outre, il se réfère spécifiquement au Kuṇḍalinī-Yoga lorsqu'il parle de ceux qui ne parviennent pas à escalader la hauteur (c'est-à-dire le sahasrāra) grâce au fil de la Kuṇḍalinī⁴⁰. Dans un verset, il désigne le passage de la kuṇḍalinī comme l'échelle des fils (en tamoul *nūl-ēṇi*)⁴¹. De la même manière, il désigne les kuṇḍalinī-yogins comme ceux qui se tiennent sur la voie du milieu⁴². Le verset 523 du *tantra* Deux et les versets 424 et 470 du même *tantra* font spécifiquement référence au processus de l'énergie kuṇḍalinī. Le verset suivant parle du processus du Kuṇḍalinī-Yoga.

Ouvrez et buvez à pleines gorgées le nectar qui jaillit de la source;
Déployez les pétales des pieds de Lotus du Saint Maître;
Conduire le souffle du yoga à travers le canal de la source jusqu'à
Atteindre le Bien Divin dans une rencontre sacrée⁴³.

Dans un verset du *tantra* Trois, Tirumūlar parle du Yoga en tant qu'*ādhāra-yoga* et *nirādhāra-yoga*⁴⁴. Faire l'expérience des pouvoirs appropriés dans les six ādhāras et les gravir l'un après l'autre est l'*ādhāra-yoga*. *Nirādhāra* signifie au-delà des ādhāras du corps. Au-delà du sahasrāra, il y a l'espace *dvādaśānta* (la douzième extrémité). Le *Nirādhāra-Yoga* est l'ascension du sahasrāra vers l'espace *dvādaśānta*, qui est au-delà de la pensée et de la parole. Tirumūlar décrit la kuṇḍalinī comme celle qui coupe les liens de la naissance, accorde les pouvoirs de tapas et conduit vers le chemin de la libération⁴⁵. Dans une section intitulée la *Grâce des pieds du Guru*, Tirumūlar dit que le passage de la kuṇḍalinī à la tête est dû à la grâce réelle du guru. À cet égard, on peut se référer à la section 17 du *tantra* Huit qui parle de la *Connaissance de la*

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

Ils ne savent pas
La Tête et le Pied (du Seigneur) sont à l'intérieur du corps,
La tête est dans Sahasrara (crâne)
Le Pied dans Muladhara ;
Ceux qui ont eu cette vision à la manière des Yogis
Sont restés en Prière
Leurs têtes inclinées aux pieds du Seigneur⁴⁶.

3. 2. Le Kuṇḍalinī-Yoga tel qu'il est décrit dans le Tirumandiram

Le Kuṇḍalinī-Yoga est appelé Ṣaṭ-cakra-Yoga parce qu'en lui nous rencontrons les six centres subtils appelés cakras. La pratique du Siddha Yoga est principalement basée sur l'organisation des cakras et le système nāḍi.

3. 2. 1. Le système des cakras

Dans le *tantra* Sept, section 1, Tirumūlar discute des six ādhāras, de leurs pétales, de leurs lettres, etc⁴⁷. Le système des cakras est l'une des opérations du pouvoir subtil. Les cakras sont des phénomènes de pouvoir intérieur et des centres d'énergie psychique. Le pouvoir qui est caché et qui attend d'être éveillé est la kuṇḍalinī. Le système humain compte sept cakras. Outre le pouvoir général appelé kuṇḍalinī ou *aruḷ-śakti*, chacun de ces cakras contient des phénomènes de pouvoir spécifiques, c'est-à-dire des śaktis. Les cakras sont désignés au sens figuré comme des lotus, même si le terme cakra signifie littéralement une roue ou un cercle. Le terme cakra fait référence aux centres internes symbolisés par des fleurs de lotus à travers lesquels circule la yoga-kuṇḍalinī-śakti, produisant divers phénomènes spirituels dans la vie, le corps et la conscience. En principe, chaque cakra possède un certain nombre de pétales, au nombre de quatre, six, dix, douze, seize et deux. Le nombre de pétales indique le taux de vibrations psychiques de ce cakra particulier.

Chaque pétale du cakra représente une syllabe, une vibration sonore. La somme de ces sons est le mantra du cakra. Au centre de chaque cakra, une lettre représente la racine, le *bīja*, du mantra. De même, chaque cakra a une couleur. Outre les sons et les couleurs, chaque cakra a une forme, représente un élément appelé *deva* et son principe, possède un Dieu et une Déesse représentant les forces spirituelles manifestes et latentes dans le cakra, et représente un *loka*, un monde et un animal. Les dieux et déesses représentés par les cakras ne font pas partie du panthéon religieux, mais sont simplement des noms donnés aux formes particulières de conscience manifestées et exposées dans chaque cakra.

L'éveil des cakras correspond généralement aux états psychologiques prédominants et aux niveaux de conscience spirituelle atteints par le *sādhaka*, ou aspirant. En d'autres termes, chaque cakra est identifié à un certain niveau d'accomplissement méditatif (les trois cakras inférieurs sont égoïstes et s'intéressent au sexe, à la sécurité et au pouvoir de réaliser ses désirs. Les trois cakras supérieurs sont liés à l'amour, à la créativité et à l'intuition). Les sept cakras sont donc les seuils ou les portes spirituelles du corps humain qui mènent à l'atteinte de la Réalité Absolue. Les sept cakras sont :

1. Mūlādhāra - Le centre de la racine. Tirumūlar l'appelle *mūla-dhvāra*⁴⁸.
2. Svādhiṣṭhāna - Le soutien du centre de respiration de la vie. Tirumūlar l'appelle *kamalam*⁴⁹.
3. Maṇipūra - Le centre incrusté de pierres précieuses. Tirumūlar l'appelle mer noire⁵⁰.
4. Anāhata - Le centre sonore non frappé. Tirumūlar l'appelle la sphère *nāda*⁵¹.
5. Viśuddha - Le grand centre de pureté. Tirumūlar l'appelle sphère *nādānta*⁵².

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

6. Ājña - Le centre de commandement. Tirumūlar l'appelle la sphère *mēdhā*⁵³.

7. Sahasrāra - Le centre du lotus à mille pétales. Tirumūlar l'appelle la sphère *bōdhānta*⁵⁴.

Les six premiers sont appelés les six ādhāras (supports). Nous avons en tout six ādhāras et sept cakras. Les sept cakras sont appelés les sept mondes par Tirumūlar⁵⁵. Au sommet des six ādhāras, il y a le sahasrāra, connu sous le nom de *brahma-randhra* ou *nirvāṇa-cakra*. Lorsque le prāṇa remonte à travers ces cakras, le yogin est inconscient de son moi personnel. Avec le soutien de prāṇa, le yogin doit évoquer AUM et aller au-delà des ādhāras pour gravir les six marches appelées *adhvas*, à savoir *kala*, *bhuvana*, *varṇa*, *mantra*, *pada* et *tattva*. Lorsqu'il pratique cela, le yogin fait l'expérience de lui-même en tant que *parāparam*, la félicité infinie⁵⁶. Tirumūlar dit que sur les cinquante lettres des pétales des six ādhāras, il y a la lettre de base AUM⁵⁷.

Le sahasrāra est appelé par Tirumūlar de différents noms. Il le voit comme un lotus à huit pétales⁵⁸. On l'appelle ainsi parce que ses pétales sont orientés vers les huit directions. Les huit directions sont : l'est, le sud-est, le sud, le sud-ouest, l'ouest, le nord-ouest, le nord et le nord-est. Tirumūlar parle des pétales des ādhāras au verset 746 du *tantra* Trois et au verset 1704 du *tantra* Sept. Tirumūlar parle également des syllabes racines des ādhāras⁵⁹. Suba. Annamalai a expliqué cela sous la forme d'un tableau⁶⁰. Il se présente comme suit :

Cinq éléments	Cinq lettres	Symbole	Énergie symbolisée	Place dans le corps
Espace	ya	o	ō	milieu des sourcils
Ai	va	e	ē	cou
Feu	ci	u	ū	cœur
Eau	ma	i	ī	nombril
Terre	na	a	ā	base de la colonne vertébrale

Sahasrāra est appelé le lac céleste (*cēṇ-paḍu-poigai*)⁶¹; l'arène de pierre, c'est-à-dire, le Mont Meru à l'intérieur (*podu*)⁶²; la grotte (*koy*)⁶³; le fruit de la mangue⁶⁴; l'or le plus pur (*cempon*)⁶⁵; la sphère lunaire (*nilā-maṇḍalam*)⁶⁶; cent par cent (*nūru-nūru*)⁶⁷; le temple d'or (*poṇ-ambalam*)⁶⁸; *cirrambalam* (microcosme), *cidambaram*, *tiruvambalam* (le temple de dieu)⁶⁹; *tarātalam*⁷⁰; *podu ambalam* (temple commun)⁷¹; *kuṇḍigai* (récipient supérieur)⁷²; *candra-maṇḍala*⁷³, *aṣṭa-talam*⁷⁴. Il est conçu comme un lotus aux mille pétales. Ce cakra est la quintessence de la conscience où l'on expérimente l'intégration de toutes les polarités. Même les Védas hésitent à parler de cette expérience⁷⁵. Pourtant, Tirumūlar tente de donner une image de l'expérience du lotus à huit pétales⁷⁶. Il s'agit du Mont Meru. Le verset est le suivant :

Il est dans ce monde
 Mais s'il est hors d'atteinte,
 Cherchez-Le au Ciel,
 Là où les éléphants errent
 Et où les Célestes se promènent,

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

Là où le feu, la pluie et le vent demeurent;
Dans cet Espace cherchez-Le⁷⁷.

Lorsqu'une personne atteint cet état, il n'y a pas de mort pour elle. C'est l'état qui englobe tout. Pour citer Tirumūlar :

Qui cherche le nada lumineux au sommet
Et de sa douceur savoure
Connaître la mort - plus jamais;
Le Seigneur est la semence de tout
Du Soleil, de la Lune et du Feu
De l'Univers Vaste
L'Architecte qui construit tout aussi bien⁷⁸.

Grâce à un effort personnel fondé sur la sagesse et la recherche du Soi, on peut atteindre la Demeure Suprême et brûler tous les désirs. Dans cet état de samādhi, il y a une satisfaction éternelle et une perception claire de la réalité de l'univers. Une fois cette demeure atteinte, on dirige son propre monde avec un esprit éclairé, rayonnant de félicité, de paix et de douce pureté.

Tirumūlar suggère le soleil comme piṅgala-nāḍi, la lune comme iḍā-nāḍi et le feu comme la kuṇḍalinī éveillée dans le suṣumnā. Lorsque la lune et *agni* (le feu) s'unissent, les rayons du soleil deviennent actifs ou dominants. Tirumūlar explique en outre que lorsque la lune, le soleil et le feu se rejoignent, l'âme ou l'étincelle de l'âme (*tāraka*), le Soi Véritable, qui se trouve au plus profond du centre du cœur, anāhata, ou à l'intérieur d'ājña, se révèle et devient tout, toute l'existence⁷⁹.

Lorsqu'un yogin atteint le sahasrāra et fait l'expérience du Soi Suprême, il y a une transformation de l'esprit, du corps et de la vie dans la mesure où tous les bindus ou kalās sont intégrés. C'est un état de vide ou d'absence d'esprit. Dans cet état de non mental, la conscience est libre de toute limitation, de toute souillure et impureté de concepts ou préceptes et est, dans sa nature

essentielle, l'Intelligence Suprême.

3. 2. 2. La Kuṇḍalinī

La localisation de la kuṇḍalinī est donnée par Tirumūlar. Il utilise ici spécifiquement le terme *kuṇḍali*. Le verset est le suivant :

Deux doigts de longueur au-dessus du Muladhara
Deux doigts de longueur au-dessous de l'organe sexuel
Quatre doigts de longueur au-dessous du nombril visible
À l'intérieur se trouve Kundalini
Un feu brillant et flamboyant⁸⁰.

Le terme *āru-mugaṇ* dans le verset 520 du *Tirumandiram* peut être symboliquement interprété comme le pouvoir kuṇḍalinī qui passe par les six ādhāras. À cet égard, il serait intéressant de noter ce que Tirumūlar dit à propos des deux mères⁸¹. Selon lui, la vie dans le corps est fixée par deux puissances, la puissance kuṇḍalinī et la cit-śakti (énergie de la Conscience Suprême/puissance cosmique). Il appelle également kuṇḍalinī *tēci* et la vie śakti *tēcaṇ*⁸². La vie dans le corps doit atteindre jñāna par kuṇḍalinī-śakti. Tirumūlar, dans la section huit du *tantra* Quatre, décrit kuṇḍalinī-śakti et sa nature en cent versets⁸³.

Kuṇḍalinī est la représentation corporelle individuelle de la grande puissance cosmique. Elle est symbolisée par le serpent endormi à trois boucles et demie. Cette énergie latente endormie doit être éveillée et envoyée vers le haut, dans le sahasrāra, où elle devient une conscience pleinement éveillée, appelée samādhi. Le Kuṇḍalinī-Yoga est la technique de transformation de la conscience normale en conscience suprême. Tirumūlar utilise une expression significative pour désigner kuṇḍalinī comme l'étincelle qui allume toutes les lampes alentour (le terme tamoul est *tūṇḍu viḷakku*)⁸⁴.

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

Les trois boucles de la kuṇḍalinī représentent les trois états d'esprit (*avasthās*), à savoir la veille (*jāgrat*, en tamoul *naṇavu*), le rêve (*svapna*, en tamoul *kaṇavu*), et le sommeil profond (*suṣupti*, en tamoul *uṛakkam*). Il existe un quatrième état (*turiya*, en tamoul *niṭṭai* ou *pēruṛakkam*), qui combine et transcende les autres états ; il est représenté par la demi-boucle. L'homologie entre kuṇḍalinī et le serpent est significative. En Inde, le serpent est considéré comme un symbole d'immortalité. Le serpent insérant sa propre queue dans sa bouche est un symbole d'éternité, car un cercle n'a ni début ni fin. Le folklore indien attribue au serpent la vitalité, la possession de la connaissance des plantes vivifiantes. C'est la raison pour laquelle les Siddhas qui ont pratiqué le Kuṇḍalinī-Yoga sont reconnus comme de véritables guérisseurs. Il faut voir la kuṇḍalinī comme une sorte de force dormante dans le corps, mais lorsqu'elle est réveillée et qu'elle atteint sa destination, cette force se transforme en *amṛta*, le nectar immortel de la libération.

L'éveil de la kuṇḍalinī est le seul but du Yoga. Lorsque la kuṇḍalinī atteint un cakra, la tête ou la face du cakra (ou lotus) se tourne vers le haut et le cakra 's'épanouit'. La dynamisation de la kuṇḍalinī lorsqu'elle passe d'un cakra à l'autre est un épanouissement de la conscience spirituelle étape par étape et aussi l'acquisition de certains pouvoirs yogiques appelés siddhis. Le Yoga-sādhana consiste à élever la kuṇḍalinī-śakti, la force enroulée d'un pôle, le mūlādhāra, à l'autre, le sahasrāra, la demeure de Śiva. Lorsque kuṇḍalinī atteint le sahasrāra et s'y fond, le yogin devient conscient de ce qui est conscient. On dit alors qu'il 'boit' le 'jus ambrosien' (*rasa* ou *amṛta*) suintant de la 'lune' du sahasrāra. Cet *amṛta* est appelé par de nombreux noms dans la littérature Siddha.

3. 2. 3 Le système nāḍi

En Yoga, le système nāḍi n'est pas le système nerveux. Le terme nāḍi est utilisé dans un sens technique. Il s'agit de la composante la plus importante du corps subtil. C'est le canal de l'énergie activée, c'est un canal éthérique. L'énergie véhiculée par ce canal est appelée énergie prāṇa. Selon le *Haṭha-Yoga-Pradīpikā*, il existe environ 72 000 nāḍis, qui diffusent et déplacent l'énergie cosmique dans le corps. Les principaux nāḍis sont au nombre de dix (la terminologie tamoule Siddha est indiquée entre parenthèses). Ils sont : iḍā (*iḍakalai*), piṅgalā (*piṅgalai*), suṣumnā (*suṣumuṇai*), gāndhārī (*kantari*), hastijihvā (*atti*), puṣa (*puruḍaṇ*), yaśasvinī (*ciṅkuvai*), alambuṣa (*alampuṭai*), kuhu (*kuku*), et saṅkhinī (*caṅkini*). Tous ces nāḍis partent du *kanda* situé au-dessus de l'anūs. La moelle épinière se rétrécit en un faisceau de fils souples appelé *filium terminale*, qui est la portion du *kanda*. Les iḍā, piṅgalā et suṣumnā sont les nāḍis les plus importants du point de vue du Yoga.

Iḍā et piṅgalā se tiennent respectivement à gauche et à droite du suṣumnā. Tirumūlar appelle iḍā *kaṇṇaṇ*, c'est-à-dire la lune, et piṅgalā le soleil⁸⁵. Il les appelle également deux rythmes⁸⁶. G. Varadarajan identifie les trois fils portés par les hindous comme représentant le iḍā, le piṅgalā et le *suṣumnā*⁸⁷. Prenant son origine au niveau du nombril, iḍā se termine au niveau de la narine gauche. Prenant son origine dans la même région, le piṅgalā débouche à la narine droite. Ces deux artères psychiques subtiles sont parallèles et proches de suṣumnā jusqu'à ce qu'elles se croisent et que la position droite-gauche soit inversée. Dans la tradition tāmtrique, ces deux nāḍis signifient des pôles opposés. La confluence des trois, iḍā et piṅgalā avec suṣumnā au niveau du ājñā-cakra, est connue sous le nom de triple courant sacré ou *triveṇi* ou *prayāga*. Depuis ājñā-cakra, iḍā et piṅgalā se dirigent vers les narines droite et gauche

respectivement, et le suṣumnā entre dans le sahasrāra. Tirumūlar appelle iḍā la main gauche et piṅgalā la main droite, et suṣumnā le tronc (*tudikkai*). Si l'on connaît la technique de respiration à travers ces nāḍis Tirumūlar dit que l'on atteint l'immortalité. Le verset est le suivant :

Alternant le cours de la respiration de gauche à droite
et vice versa,
Ceux qui peuvent forcer la respiration à travers la
colonne vertébrale Sushumna.
Ne connaîtront pas la fatigue ;
Ils peuvent abolir le sommeil pour toujours
Et atteindre la conscience de dieu ;
Ils ne meurent pas ;
Ils seront immortels⁸⁸.

Il est significatif que Tirumūlar utilise une expression dans le verset 1069 du *tantra* Quatre. Le mot tamoul est *nīdi*, qui peut être interprété comme la voie du milieu qui consiste à ne pas s'écarter d'un côté ou de l'autre. Ce terme, selon Suba. Annamalai, doit être interprété comme l'acte d'un yogin qui fait passer le prāṇa par le suṣumnā. C'est pourquoi un yogin est également appelé *naḍuvu niṇṇār*, une personne qui fait passer le prāṇa à travers le suṣumnā⁸⁹.

3. 2. 4. Aṣṭāṅga-Yoga

Le Laya-Yoga suit les différentes étapes de contrôle que l'on appelle Aṣṭāṅga-Yoga ou les huit limites du Yoga. Il s'agit de *yama* (abstention), *niyama* (observance), *āsana* ou *sthūla-kriyā* (posture ou processus de contrôle musculaire), *prāṇāyāma* ou *sūkṣma-kriyā* (processus de contrôle du souffle), *pratyāhāra* (contrôle sensoriel), *dhāraṇa* (maintien de la concentration), *dhyāna* (concentration profonde), et *samādhi* (absorption) cognitive). Dans le *tantra* Trois, sections 1 à 9, versets 549 à 631, Tirumūlar discute en détail des huit membres du Yoga. Il énumère les huit membres du Yoga dans le verset suivant :

Yama, Niyama et Asana innombrables
Pranayama sain et Pratyahara identiques,
Dharana, Dhyana et Samadhi pour triompher
- Ces huit sont les membres d'acier du Yoga⁹⁰.

Yama consiste en un certain nombre de choses à faire et à ne pas faire. Il s'agit d'une préparation éthique au Yoga. Tirumūlar parle de celui qui suit les dix voies du *yama* comme suit :

Il ne tue pas, il ne ment pas, il ne vole pas ;
Des vertus marquées il a; bon, doux et juste ;
Il partage ses joies, il n'a pas de défaut
Ne boit ni ne convoite
C'est l'homme qui se trouve dans les voies d'Iyama⁹¹.

Un homme qui se tient dans le *niyama* doit avoir une foi ferme dans la cause première, c'est-à-dire l'Être Suprême et qu'Il est le feu-kunḍalinī. Tirumūlar parle de la voie du *niyama* comme suit :

L'Être d'Abord,
Le Sens Central de tous les Védas,
La Lumière Divine,
Le Feu dans cette Lumière
Celui qui Se partage
Moitié-Moitié avec Sa Śakti
Et la justice Divine qui en découle.
- Ceux-là, celui dans le chemin de Niyama connaît⁹².

Il parle également des dix vertus du *niyama* et de dix vertus supplémentaires dans deux versets. Il s'agit de :

Pureté, compassion, nourriture frugale et patience
Droiture, vérité et fermeté
- Ceux-là il chérit ardemment ;
Tuer, voler et convoiter, il abhorre,

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

- Ainsi se tient avec les vertus dix
Celui qui voies du Niyama observe⁹³.

Tapas, méditation, sérénité et sainteté
Charité, vœux dans la voie Śaiva et apprentissage du
Siddhānta

Sacrifice, puja de Siva et pensées pures

- Avec ces dix, celui qui est dans le Niyama perfectionne sa
voie⁹⁴.

Selon Tirumūlar, il y a beaucoup d'āsanas (quatre-vingts et cent)
dont *padmāsana* (posture du lotus), *bhadrāsana* (posture du
bonheur), *kukkuḍāsana* (posture du coq), *simhāsana* (posture du
lion) qui sont importantes. Il parle des huit āsanās importantes :

Bhadra, Gomukha, Padma et Simha,

Sothira, Veera et Sukha,

Ces sept, ainsi que l'éminent svastika

Constituent les huit, Quatre-vingts et cent, cependant,

Les asanas sont en totalité rencensées⁹⁵.

Comme il existe une section distincte sur le praṇāyāma, nous n'en
parlerons pas ici.

Pratyāhāra est la retenue des sens et le retrait de l'esprit des
choses extérieures. Il ne s'agit pas d'un simple contrôle des sens,
mais d'une sublimation des sens⁹⁶. Il s'agit de maintenir une
concentration intérieure et d'éviter la dispersion et la distraction.
Les yogins, dit Tirumūlar, comme la tortue, retirent leurs sens à
l'intérieur et connaissent ce monde et Cela⁹⁷. La *vairāgya* ou fermeté
des yogins dans le retrait de leurs sens est comparée à celle du lézard
Varamus, qui s'accroche avec ténacité à l'objet qu'il saisit et ne dévie
pas, quelle que soit la force avec laquelle vous tirez le reptile⁹⁸.
Tirumūlar, dans son ouvrage, au *tantra* Sept, consacre deux sections
à l'importance de soumettre les cinq sens⁹⁹, et à la manière de
soumettre les sens par la voie

de la sublimation¹⁰⁰. On ne peut résister à la tentation de citer les versets suivants, qui parlent de la sublimation des sens.

« Contrôlez, contrôlez les sens Cinq »,
Ainsi disent ceux qui ne savent pas;
Personne, pas même les Immortels;
Les sens Cinq ne contrôle;
Quand vous les sens Cinq contrôlez;
En vérité vous êtes une masse inerte;
(Une autre voie alternative s'ouvre)
Sublimez-les vers le Seigneur ;
Cette Voie de la Sagesse, j'ai apprise¹⁰¹.
Si les sens Cinq vous sublimez
Alors tous les mondes vous appartiennent ;
Ceci est un tapas rare;
Ce sont les Pieds du Seigneur également;
C'est en vérité la voie pour la Grâce recevoir¹⁰².
Pensez tous les jours au Nandi Vivant,
Contrôlez doucement vos pensées distrayantes,
Dirigez vos pensées à travers le Muladhara
Alors vos pensées un temple deviennent,
Du nord au sud s'étendant¹⁰³.

Selon Tirumūlar, la sublimation est le meilleur moyen.
Selon lui

Attachez les sens cinq qui se balancent
Au poste de Jnana qui illumine ;
Ainsi vous atteignez la grâce qui est Béatitude ;
C'est la Voie d'Antan, haute et vraie¹⁰⁴.

Dhāraṇa signifie retenir l'esprit et le garder fermement à l'intérieur, ce qui a été obtenu par *pratyāhāra*. Tirumūlar dit qu'il faut

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

rester calme dans une pensée unique, comme une cigogne à la tête d'un ruisseau qui attend une prise¹⁰⁵. Tirumūlar explique *dhāraṇa* dans le verset suivant :

Pour contenir les sens cinq harcelants du corps
Dans les éléments cinq,
Pour contenir les éléments cinq
Dans les organes cognitifs internes,
Pour contenir les organes cognitifs internes
Dans leurs Tanmatras
Pour contenir les Tanmatras
Dans l'être Incréé
C'est, en vérité, Dharana
En étapes qui est pratiquée¹⁰⁶.

Dhyāna est une méditation cohérente et ininterrompue. Selon Tirumūlar, il aït de deux sortes. Le verset est le suivant :

Les Dix -
Les cinq éléments et les cinq sens
Étant contenus, l'un par l'autre,
L'organe interne Buddhi
À son tour contient les sens,
Ainsi naît Dhyana ;
La para Dhyana d'abord ;
Qui sur Sakti est centrée,
Et Siva Dhyana par la suite
Celle qui par Guru est bénie.
Ces deux éléments constituent les Voies du Dhyana Yoga¹⁰⁷.

Si l'on pratique *dhyāna*, on obtient la libération. Les versets sont les suivants :

Si vos yeux tordus
Sur le point nasal fixés,
Aucun chagrin ne vous assaillira;
Ne périt pas votre corps;
Agitation aucune vous n'aurez;
Sentiments aucun:
Recherches aucune;
Aucun qui soit 'Moi';
Vous et Siva devenez un¹⁰⁸.

Fixant le regard sur le point nasal
Retenant le souffle itinérant à l'intérieur
Ceux qui peuvent ainsi calmer les nadis,
Atteindront certainement le But
Aucune peur de naître n'existent pour eux¹⁰⁹.

Un yogin qui pratique *dhyāna* jouit d'expériences
sonores variées :

Cloche, mer, éléphant, flûte, nuage
Abeille, libellule, conque, tambour et luth
Les sons subtils de ces dix-là sont entendus
Pour eux seuls
Qui ont calmé leur esprit en Dieu¹¹⁰.

Le grondement de la mer, le tonnerre des nuages,
La trompette de l'éléphant, l'euphonie du luth,
La musique des orbes
Cette lueur dans le firmament vaste,
La mélodie de la flûte, la résonance de la conque,
Tout cela,
Le yogi véritable est le seul à entendre¹¹¹.

Dhyāna conduit à la grâce d'être un avec Śivam.

Transcender *Tattvas* six et trente irréels,

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

Détruisant les couches épaisses de Maya,
Transformé en Jnana Pur par la Grâce
Eux-mêmes la Grâce Inséparable devenant
Eux qui ont réalisé ainsi
Étaient les bonnes âmes
Que la Voie de Dhyana connaissaient¹¹².

Le samādhi est le but final de l'Aṣṭāṅga-Yoga. C'est l'atteinte de la tranquillité.

Samadhi atteint, Siva est atteint ;
Sakti aussi sera pris dans son pli ;
Les passions distrayantes seront dissipées ;
Dans l'équanimité parfaite,
Comme sur une balance
Sera l'esprit
Tout cela, pour ceux qui en Samadhi dorment.¹¹³

Dans presque toutes les éditions du *Tirumandiram*, une section distincte s'intitule les *Fruits du Yoga-à-huit-branches*.

Ceux qui cherchent le Seigneur
Aux mèches nattées ornées de fleurs
Atteindront à coup sûr la Demeure des Dieux;
« Ce que mon dévot cherche,
Je le lui accorde »,
Ainsi bénit le Seigneur
Qui monte le Taureau
Et danse pour le plus grand plaisir de Sa Consort¹¹⁴.

Transcendant les limites causées par Jiva
Et acceptant les Tattvas Causaux
Éteignant les sources Causales elles-mêmes,
Ainsi les tapasvins s'unissent dans l'Être Sans cause
Qui, en vérité est le Samadhi suprême¹¹⁵.

Selon Suba. Annamalai, cette section contenant huit versets (versets 632-639) est une interpolation car elle ne correspond pas au titre, diffère du style original de l'écriture de Tirumūlar et contient des mots/termes qui sont utilisés à une période ultérieure à celle de Tirumūlar.

3. 2. 5. Prāṇāyāma

Prāṇāyāma est la pratique de la respiration ordonnée ; il ne s'agit pas d'une simple technique physique, mais d'une étape essentielle de la discipline yogique. Prāṇāyāma rend l'esprit agité apte à la concentration. Le processus du prāṇāyāma consiste en trois actes : l'inspiration (*pūraka, apāna, āhāra*), l'expiration (*recaka, prāṇa*) et la suspension du souffle (*kumbhaka, vyāna, rucira, dhāraṇa*). Les termes *pūraka, recaka* et *kumbhaka* sont utilisés par les Tāntriques et les Siddhas et non par Patañjali. Le véritable objet du prāṇāyāma est d'aider une personne à atteindre l'*ekāgrata* ou l'unicité de l'esprit. Les cakras sont déployés par prāṇāyāma, de sorte que la kuṇḍalinī éveillée puisse les traverser. L'énergie prāṇa fait se dérouler la kuṇḍalinī. Prāṇāyāma ouvre le passage du suṣumnā et prāṇa rejoint la kuṇḍalinī lorsqu'elle pénètre dans le suṣumnā. Lorsque tout le courant de prāṇa est infusé dans le suṣumnā, il génère une chaleur qui provoque l'éveil de la kuṇḍalinī. La kuṇḍalinī 'siffle', se déroule, se redresse et transperce les six ādhāras. Pour y parvenir, le sādha s'assoit dans l'āsana prescrit et stabilise son esprit grâce au *kechāri-mudrā*. Lorsque la kuṇḍalinī du sādha entre dans le sahasrāra et ne fait plus qu'un avec Śiva, il ne fait plus qu'un avec le témoin de l'univers, un Siddha, et l'émergence du temps et de l'histoire est accomplie. Lorsque prāṇa s'élève à travers le suṣumnā, le yogin fait l'expérience :

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

...Sept sons il entend
Cinq couleurs il voit
Trois odeurs il sent,
Deux tâches il connaît¹¹⁶...

Ces sons, couleurs et odeurs peuvent être symboliques ou représentatifs des secrets intérieurs de notre nature. Au fur et à mesure que nous devenons plus clairs dans notre perception intérieure, nous sommes capables de remonter à la source des pensées, des sentiments, des sons, des couleurs et des odeurs, de ressentir leur origine et de recevoir immédiatement leurs messages.

Selon Tirumūlar, la pratique du prāṇāyāma consiste en ce qui suit :

Vous qui entrez dans le pays de la pratique du yoga !
Sachez qu'il consiste en ceci
La mesure du souffle inhalé est de douze pouces
Ayant mesuré en conséquence
Expirez huit matras consciemment
Les quatre matras retenus
Sont dans les six adharas pour s'imprégner
Et ainsi la respiration examine les Tattvas vingt et cinq¹¹⁷.

Comme l'explique B. Natarajan, ce verset signifie : le Yoga consiste en ce qui suit : inspiration de douze *mātras* (unité de temps); expiration de huit *mātras*; rétention de quatre *mātras*. En respirant continuellement cette mesure, le Yoga imprègne les six ādhāras de prāṇa, qui s'élève au-delà des vingt-cinq tattvas.

On dit qu'il y a trois points pour *recaka* (expiration), *kumbhaka* (rétention) et *pūraka* (inhalation): 1. à l'extérieur du nez; 2. par le bas, à l'endroit appelé *dvādaśānta* (au-dessus ou devant le front, à une distance de douze doigts); 3. la source au niveau du cœur.

Le contact avec la source de cette force prāṇique, qui est située vers les bas jusqu'à la longueur de douze doigts dans le lotus du cœur, est connu sous le nom de pūraka ou inhalation. Lorsque l'apāna a cessé de bouger et que le prāṇa ne s'élève pas et ne sort pas du cœur (et jusqu'à ce que cela commence à se produire), on parle de kumbhaka. Le mouvement naturel et sans effort de la force vitale à tout moment est le mouvement de l'air vital jusqu'à douze doigts de soi, ce qui constitue recaka.

Si l'on pratique la suspension du souffle après avoir expiré le prāṇa jusqu'à une distance plus éloignée que celle où l'apāna s'élève (distance du souffle de douze doigts), on n'est plus sujet à la douleur et à la souffrance. S'il est capable de voir l'espace en lui-même, où le souffle inspiré se transforme en impulsion d'expiration (devant ou à la racine du nez), il est dit qu'il n'est pas né de nouveau. En voyant où le prāṇa et l'apāna terminent leurs mouvements, et en se maintenant dans cet espace, l'esprit ne surgit pas. Il s'agit d'une suspension sans effort du souffle et d'un état suprême.

Dans deux sections du *tantra* Trois, Tirumūlar parle de la *mesure de la durée de la vie* (par le processus de la respiration) (section 15) et du *rythme de la respiration dans les jours de la semaine* (section 16). Nous résumerons ci-dessous les deux sections susmentionnées dans les termes de Yogacharya Shantikumar, cités par B. Natarajan¹¹⁸.

Selon B. Natarajan, l'astrologie indienne a développé une branche de techniques permettant de mesurer la durée de vie sur la base de l'observation du rythme respiratoire. Cette technique est connue sous le nom de *cara-v-ōṭṭam* en tamoul. En sanskrit, il est connu sous le nom de *pavana-sarvodaya-śāstra*.

« Les yogis indiens érudits d'autrefois avaient étudié de manière critique le mouvement de l'air dans l'ensemble des voies respiratoires pendant l'inspiration et l'expiration. Ils avaient découvert que, tout comme le courant d'une rivière s'écoule parfois d'un côté et de l'autre,

l'air change également de côté dans les voies nasales lors de l'inspiration et de l'expiration. Ils ont découvert un lien étroit entre les états mentaux et ce mouvement latéral de l'air.

Il a été observé que nous respirons tantôt par la narine gauche, tantôt par la droite. Les narines fonctionnent donc en alternance. Le canal gauche pour le passage de l'air est appelé '*ida*' tandis que le canal droit est le '*pingala*'. Le canal gauche est appelé canal lunaire (*chandra nadi*), tandis que le canal droit est le canal solaire (*surya nadi*). Lorsqu'une personne maîtrise le pranayama, qu'elle est en bonne santé physique et mentale et qu'elle est prête pour des pratiques spirituelles plus élevées, sa respiration provient du canal central appelé '*susumna nadi*'.

Dans la moitié claire du mois, le premier, le deuxième, le septième, le huitième, le neuvième et le quatorzième jour, ainsi que le jour de la pleine lune, on respire (ndlr : initialement) par la narine gauche le matin, mais toutes les heures, on alterne avec la narine droite. Les autres jours de la moitié claire du mois, on respire (ndlr : initialement) par la narine droite le matin, le sens changeant toutes les heures, les narines droite et gauche alternant.

Dans la moitié sombre du mois et le premier jour, on respire par la narine droite, mais en alternant toutes les heures avec la narine gauche. Ensuite, le mouvement est inversé tous les trois jours.

Lorsque l'on respire par la narine gauche - canal lunaire - le souffle est soumis à l'influence invisible de la lune et les qualités lunaires telles que la fraîcheur, la constance, la sobriété, la discrétion, etc., naissent ainsi ou se nourrissent alors.

Lorsque l'on respire par la narine droite - canal solaire - le souffle subit l'influence invisible du soleil et les qualités solaires telles que la chaleur, la lumière, la bravoure, le dynamisme, l'enthousiasme, la force, etc. naissent ainsi ou se nourrissent alors.

La respiration peut être modifiée de la narine droite à la narine gauche et vice versa. La technique est très simple. Si vous respirez par la narine gauche et que vous souhaitez respirer par la droite, allongez-vous sur le côté droit pendant un certain temps. Si vous respirez par la narine droite et que vous souhaitez respirer par la gauche, allongez-vous sur le côté gauche pendant un court moment.

Lorsque l'on respire par la narine droite, il est préférable d'entreprendre un travail qui demande un effort plus important, par exemple marcher, courir, discuter, faire de l'exercice physique, manger ou nettoyer ses intestins. La médecine indienne ancienne conseille de se reposer sur le côté gauche après les repas afin de respirer par la narine droite et de bien digérer les aliments. Lorsque l'on respire par la narine gauche, il convient d'entreprendre des travaux qui demandent moins d'efforts, tels qu'un travail mental léger, un travail discrétionnaire ou un travail de nature permanente. Dormir sur le côté droit soulage le stress, la tension et l'effort mental et procure un repos mental. Dans cet état de respiration, il est possible d'entreprendre des activités sacrées. C'est également un état idéal pour les études.

Lorsque l'on respire par le canal médian, on doit pratiquer la concentration, la méditation et les activités spirituelles. Un véritable yogi, ou même une personne en parfaite santé, respire constamment de cette manière et maintient la paix mentale et l'équanimité, même dans les circonstances les plus éprouvantes.

L'astrologie indienne ancienne avait développé une branche particulière

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

qui reposait sur ce principe. Si l'on respire par la narine gauche et qu'une personne assise à sa gauche demande si un certain travail entrepris ou à entreprendre sera couronné de succès, la réponse devrait toujours être affirmative ; mais si l'on respire par la narine droite et qu'une personne assise à sa gauche demande si un certain travail entrepris ou à entreprendre sera couronné de succès, la réponse devrait toujours être négative.

Lorsque l'on respire constamment par le canal médian, on développe l'intuition, on connaît les événements futurs, on peut pratiquer la télépathie et transformer facilement la personnalité d'autrui. Une telle respiration est comparée à une belle-mère qui est difficile à satisfaire mais qui, une fois satisfaite, devient une bénédiction supplémentaire » (extrait de *The science of Yogi Breathing* de Yogacharya Shantikumar, pp. 30-32).

Selon Tirumūlar, si l'on connaît le rythme de la respiration, on est conscient du *nāda*. C'est-à-dire que le *nāda* et Dieu ne font qu'un dans la conscience¹¹⁹. Si le souffle est dirigé vers le haut, il donnera de la stabilité à l'esprit¹²⁰. Si l'on pratique la respiration de la narine gauche vers la narine droite et de la droite vers la gauche en alternance rythmique, cela purifie les *prāṇa-nāḍis*. Si l'on pratique cela avec soin, cela aide à maîtriser les sens et l'on peut vivre cent ans¹²¹. Tirumūlar parle de la rétention du souffle (*kumbhaka*) et de la pratique de la rétention pendant un certain nombre de jours lorsque l'on fait l'expérience de certaines visions¹²². Dans un verset, Tirumūlar identifie le Kuṇḍalinī-Yoga avec *prāṇāyāma*. Le verset est le suivant :

Aucun ne connaît la kundalini qui s'étend très haut
Aucun ne connaît la science du contrôle de la respiration
Ceux qui la connaissent ne périssent pas
Je connaissais la vérité que personne ne connaît¹²³.

Dans la section 16, *tantra* Trois, Tirumūlar parle des différences de rythmes respiratoires entre les nāḍis gauche et droit selon les jours de la semaine¹²⁴.

3. 2. 6. Bandhas et mudrās

Outre les āsanās, nous avons les *bandhas* et les *mudrās*, qui jouent un rôle important dans le Haṭha-Yoga. Les *bandhas* sont des verrous ou des concentrations concernant des muscles isolés ou des groupes de muscles. Il s'agit de manipulations ou de dispositifs corporels spéciaux destinés à confiner la force vitale à l'intérieur du tronc et à la stimuler. Les Siddhas parlent de *mūla-bandha*, *uddiyāna-bandha* et *jalandhara-bandha*. Le *mūla-bandha* (c'est-à-dire le verrouillage de la racine) est exécuté en contractant les muscles du périnée et du vagin. L'*uddiyāna-bandha* est exécuté en ramenant les muscles abdominaux en arrière¹²⁵. Il s'agit d'un exercice préliminaire à l'exécution de *kechāri-mudrā*. Il s'agit d'un exercice dans les régions inférieures parallèle au *kechāri-mudrā* dans les régions supérieures. C'est endiguer le cours de l'*apāna* descendant au niveau du mūlādhāra. Pour citer le *Tirumandiram* :

Le souffle expiratoire sera à l'intérieur retenu ;
Le souffle retenu sera empêché de s'échapper ;
En temps voulu,
De la région de la Lune débute le flux ambrosien ;
S'il n'est pas contrôlé il se fendra dans la Kundalini¹²⁶.

Jalandhara-bandha se fait en pressant fortement le menton et la poitrine l'un contre l'autre. Ces *bandhas* sont exécutés pour retirer le prāṇa d'īḍā et piṅgalā. Le prāṇa retiré d'īḍā et piṅgalā entre dans le suṣumnā et s'élève vers le sahasrāra. Lorsque tout le courant de prāṇa est infusé dans le suṣumnā, il génère de la chaleur, provoque l'éveil de la kuṇḍalinī et la déroule. La kuṇḍalinī déroulée s'anime en perçant chacun des

lotus absorbant en eux les tattvas régnants (les cinq éléments) contenus dans chacun d'eux. Lorsque l'ascension est faite, chacun des tattvas entre dans l'état de dissolution appelé état *laya*. C'est le rôle des *bandhas* dans le Laya-Yoga.

Les *mudrās* sont des gestes psychoénergétiques impliquant les mains, les doigts, les yeux ou la langue lors de pratiques de méditation ou de respiration. Il s'agit également d'un mode de communication non verbal et d'expression de soi ; c'est une forme stylisée de communication gestuelle. Parmi ces gestes, le *yonimudrā*, le *sāmbhavi-mudrā* et le *kechhari-mudrā* sont très importants pour éveiller la kuṇḍalinī.

Tirumūlar dit que les *mudrās* sont utilisés pour transcender les onze *avastas*. *Mudrā* dirige les onze organes – cinq *jñānendriyas*, cinq *karmendriyas* et *manas* sur la lettre silencieuse AUM¹²⁷.

3. 2. 6. 1. Yoni-mudrā

Tirumūlar se réfère à *yonimudrā* en tant que *mauna-mudrā*¹²⁸. *Yoni-mudrā* (sceau de l'utérus) est pratiqué en s'asseyant dans la posture droite et en fermant les yeux, les oreilles, les narines et la bouche avec les doigts afin d'éliminer toutes les impressions extérieures, puis en suspendant le souffle et en contemplant simultanément les six centres (cakras) tout en se concentrant sur une lumière derrière les yeux. Le *mudrā* qui est *mauna* est le *mudrā* de ceux qui cherchent *mukti*.

3. 2. 6. 2. Sāmbhavi-mudrā

Il consiste à regarder les taches entre les sourcils tout en contemplant intérieurement le soi transcendantal. Selon Tirumūlar, *sāmbhavi-mudrā* apporte la grâce et met fin au cycle des naissances¹²⁹. Il l'appelle le lion parmi les *mudrās* qui mènent aux huit *siddhis*¹³⁰.

2. 6. 3. Kechari-mudrā

C'est le *jñāna-mudrā*, alors que *sāmbhavi-mudrā* est le *mudrā* de la grâce de Śiva. Dans *kechari-mudrā*, la langue est allongée ; pour l'allongement de la langue, certains procédés sont conseillés. Il s'agit de :

1. *Chedana* - coupe progressive, par intervalles, de la bande qui maintient la langue à la base de la bouche, c'est-à-dire le *lingual frenum* ;
2. *Chalan* - ce lien étant enlevé, la langue est alors déplacée d'un côté à l'autre en la tenant entre les doigts ; et
3. *Dohana* - la langue est étirée à la manière de la traite du pis de la vache.

Dans *kechari-mudrā*, lorsque la langue a été allongée, il faut s'entraîner à la tourner vers le haut et vers l'arrière de manière à toucher le palais, jusqu'à ce qu'elle atteigne les trous des narines qui s'ouvrent dans la bouche. Fermez les trous avec la langue et fixez le regard sur l'espace entre les sourcils. On dit que cette position de la langue dans la bouche permet ou facilite la circulation du courant le long d'*iḍā*, *piṅgalā* et *suṣumnā nāḍis* jusqu'au *sahasrāra*. On dit que ce *mudrā* est le roi parmi les *mudrās*, et c'est pourquoi certains Siddhas appellent *Kuṇḍalinī-Yoga*, le 'Yoga de la langue intérieure'. *Kechari-mudrā* est appelé Kechari-Yoga par Tirumūlar. Il est également appelé *nirādhāra-yoga*. Le terme *kechari* ne doit pas être confondu avec le terme *kesari*. *Kesari* signifie lion alors que *kechari* signifie parcourir l'espace. *Kesari* peut désigner la posture du lion. Mais *kechari* n'a rien à voir avec les postures. Lorsque *kechari-mudrā* est pratiqué, le nectar mystique commence à suinter du *sahasrāra*. Celui qui boit ce nectar obtient l'immortalité corporelle. Il est intéressant de noter que le Kechari-Yoga est interprété comme le Yoga qui dispense des pluies à partir de la tête ou du *sahasrāra*¹³¹. En maîtrisant le *kechari-mudrā*, le yogin peut s'engager dans une activité sexuelle sans risque d'écoulement séminal. À propos de la pratique du *kechari-mudrā*, Tirumūlar écrit :

4. LE YOGA DU TIRUMANDIRAM

Contrôle la spirale
Et veille à ce que le souffle ne soit pas gaspillé;
Lie-le bien,
Endigue la source de la Kundalini au Muladhara,
Enferme la cheminée dans la bouche ;
Bouche la cavité supérieure avec le bout de ta
langue
Et assieds-toi droit dans le Samadhi du yoga.
Il n'y aura plus de mort pour toi¹³².

Kechari-mudrā conduit à la jeunesse. Pour citer
Tirumūlar :

Si tu peux envoyer le souffle en deux
Dans la cavité supérieure de la bouche
Tu ne connaîtras plus la mort,
Et les portes du nectar s'ouvriront;
Le gris et les rides disparaîtront
À la vue de tous ;
Jeune sera le Yogi ;
C'est vrai, je le dis, au nom de Nandi Sacré¹³³.

Kechari-Yoga est un prérequis au Pariyaṅga-Yoga.

Que votre mère soit un dieu pour vous ; que votre père soit un dieu pour vous ; que votre maître soit un dieu pour vous ; que votre hôte soit aussi un dieu pour vous. Ne faites que des actions irréprochables. Respectez toujours les grands. Quoi que vous donniez aux autres, faites-le avec amour et respect. Les cadeaux doivent être offerts en abondance, dans la joie, l'humilité et la compassion. En cas de doute sur la conduite à tenir, suivez la pratique des grandes âmes, qui sont sans ruse, dotées d'un bon jugement et dévouées à la vérité. Conduisez-vous toujours ainsi. Telle est l'injonction, l'enseignement et le commandement des écritures »¹¹.

Ce discours ressemble au discours de convocation des universités actuelles.

2. Le concept de Guru selon le Tirumandiram

2.1 Qu'est-ce qu'un Guru ?

Les deux versets suivants du *Tirumandiram* expliquent ce qu'est un guru.

Comme le déclarent les Védas et les Āgamas, un guru est
Enchanté dans la félicité, concevant sur Śiva-Yogi,
Coupant les attachements croissants avec concentration,
Menant ainsi au Grand Guru¹².

Le résumé du verset est le suivant : un guru est un être auto-réalisé comme le déclarent les Vedas et les Āgamas et se conçoit comme un Śiva-yogin, coupant les attachements croissants avec concentration, menant ainsi un individu au Grand Guru.

Celui qui révèle le réel, l'irréel et le réel-irréel ;
Fusionnant le réel et l'irréel en Śiva ;
Prononce les paroles de félicité au-delà le pur et l'impur ;
Est appelé le guru béni, le leader¹³.

Le résumé du verset est le suivant : le guru béni est le chef qui révèle le réel, l'irréel et le réel-irréel, qui montre comment le réel et l'irréel fusionnent dans le Śivam et qui révèle ce qui est au-delà du pur et de l'impur.

La conception du guru telle que Tirumūlar la comprend dans ces deux versets est de la plus haute importance. Le guru, selon cette conception, n'est pas un simple *ācārya*, ni un *upādhyāya* au sens ordinaire du terme. Un guru est un *bodhaka* ou un illuminateur qui transmet la connaissance de la sādhana et allume chez le disciple la lampe de la connaissance spirituelle. Il n'est pas un simple guru, mais un *loka-guru*, l'enseignant du monde, Śiva Lui-même.

2. 1. 1. Un Guru est un être auto-réalisé

Un guru est plongé dans la félicité, un être auto-réalisé tel qu'il est défini dans les Védas et les Āgamas. La réalisation de l'identité originelle ou de l'unité avec Śivam est la réalisation de soi. La réalisation de soi est un état d'impersonnalité spirituelle. Selon Tirumūlar, une fois la réalisation de soi atteinte, le jīva (dans le guru) et Śiva deviennent une seule et même chose¹⁴.

2. 1. 2. Un Guru est un Śiva-yogin

La réalisation du soi est une étape qui permet au guru de devenir l'auspiceux Śiva¹⁵. Le guru devient un Śiva-yogin. C'est un état d'expérience unitive où il n'y a pas de distinction entre le guru et le Śivam. Le Śiva-Yogam consiste à faire une équation mystique entre le guru et le Śivam. L'unité entre le guru et le Śivam est d'un caractère extraordinaire. Faute d'une meilleure expression, l'unité entre le guru et le Śivam est appelée super union ou Yoga et c'est ce que l'on appelle le Śiva-Yogam. Yogam signifie ici la réduction progressive de la conscience du 'moi' jusqu'à sa rupture complète et sa fusion avec Śivam, l'Absolu.

Śiva-Yogam est la conscience infinie. Tirumūlar dit que le guru est Sivam, et qu'il est l'ineffable. Je cite :

Guru n'est rien d'autre que Siva - ainsi parla Nandi ;
Guru est Siva Lui-même - cela ils ne le réalisent pas ;
Guru sera pour vous Siva ;
Et votre guide aussi ;
Guru est en vérité le Seigneur,
Cela dépasse la parole et la pensée, tout¹⁶.

2. 1. 3. Un Guru est un destructeur d'attachements

En enseignant la méthode de la concentration, le guru aide le disciple à se défaire des attachements qui ne cessent de croître. Les attachements causent la misère. La misère fait que l'on se complaît dans le *samsāra*, le monde des relations, et tue l'initiative de la réalisation de soi. Le vrai guru enseigne au disciple à se défaire de ses désirs et de ses passions, de sorte que la place du Seigneur soit facile à atteindre¹⁷. Le *Tirumandiram* dit que Śivam vit dans les pensées de ceux qui ont renoncé à leurs désirs¹⁸. Tirumūlar, en tant que grand guru, conseille aux disciples de se défaire même du désir de ne faire qu'un avec Dieu¹⁹.

2. 1. 4. Un Guru est celui qui révèle la distinction entre le réel (sat), l'irréel (asat) et le réel-irréel (satasat).

Un guru révèle à l'étudiant ce qu'est le réel (*sat*). Le réel est toujours un. Ne pas le considérer comme un, c'est lui donner une définition. C'est pourquoi Tirumūlar utilise l'expression pour désigner le Réel comme 'la Grande Solitude'²⁰.

Le Réel est *kaivalya*, la Solitude ; Il est Au-delà de l'Au-delà. La réalité est au-delà des relations ; c'est l'Absolu. Tirumūlar utilise une expression significative *kaḷimbu-aruttāṇ* pour se référer à l'irréelle

nature de l'Absolu²¹. *Kaḷimbu-aruttāṇ* est généralement interprété comme celui qui a dissipé les impuretés de l'âme (*kaḷimbu* en tamoul signifie sous-acétate de cuivre). Mais son interprétation philosophique est celui qui est au-delà de toutes les relations, celui qui a coupé toutes les relations. Le réel est un tout a-logique, car il n'entre pas dans les limites de la logique. Un véritable guru est celui qui révèle à l'étudiant ce qu'est le réel sans le réduire à un concept religieux particulier. Seuls les irréfléchis et les ignorants prétendent que 'Cela' est Dieu et que 'Ceci' est Dieu²². Seul le vrai, l'immaculé, l'impeccable guru (*tūcu piḍittavar*) connaît la racine (*tūr aridaḷ*), c'est-à-dire l'Absolu irréal²³. Tirumūlar utilise le terme populaire 'Śivam' pour désigner l'Irréal, l'Absolu ; Śivam n'est pas un concept religieux, mais une abstraction suprême ; et il se réfère à une réalité parfaite, indescriptible, qui est définie différemment par de nombreuses religions ; mais elle n'est jamais entièrement ou définitivement définie ou saisie par ces religions.

Un guru révèle à l'étudiant ce qu'est l'irréal (*asat*). Alors que le réel est indestructible et éternel, l'irréal est ce qui est destructible, impermanent et qui se contredit lui-même. *Asat* est l'illusion, c'est māyā. Un guru est celui qui illumine le disciple en révélant la distinction entre le *sat* - le réel, et l'*asat* - l'irréal, l'illusion.

Un guru révèle à l'étudiant le réel-irréal (*sat-asat*). L'irréal représente ātman. L'ātman est réel (*sat*) parce qu'il est de la nature de la réalité ultime, c'est-à-dire Śivam. Il est irréal (*asat*) parce que sa nature réelle est couverte ou dissimulée par āṇava. L'ātman est trompé en pensant qu'il est différent de la réalité ultime (*sat*). En d'autres termes, sa véritable nature est réelle (*sat*), mais à cause de l'illusion, il pense qu'il est le jīva irréal (*asat*). Par conséquent, ce que l'on appelle *sat-asat* ou réel-irréal, c'est l'atman éternel, trompé

en pensant qu'il s'agit d'un jīva non éternel. Dans un autre sens, le *sat* (réel) n'a pas/connaît l'*asat* (l'irréel, māyā -le monde) ; l'*asat*, de son côté, n'a pas/connaît le *sat* (le réel). Ce qui connaît le réel (*sat*) et l'irréel (*asat*) est l'ātman ou jīva. C'est pourquoi on l'appelle le *sat-asat*. L'ātman participe à *sat*, sa vraie nature étant éternelle, et participe à *asat*, en raison du āṇava. C'est pourquoi il est *sat-asat*.

En bref, un guru révèle au disciple ce qui est *sat*, ce qui est *asat* et ce qui est *sat-asat*.

Un guru est celui qui montre que le réel (*cit*) et l'irréel (*acit*) se confondent dans le Śivam. Ici, le réel (*cit*) représente l'ātman et l'irréel (*acit*) représente les trente-six principes ou tattvas. Un guru montre la voie à suivre pour fusionner ātman avec Śivam et la technique d'assimilation des trente-six tattvas dans Śivam.

Un guru est celui qui initie le disciple à l'état de félicité en supprimant māyā (illusion), c'est-à-dire à la fois śuddha et aśuddha-māyā. Un guru habilite le disciple en le libérant de l'illusion et en l'initiant à l'état de félicité par le mantra (*cugamāṇa col*, mot de félicité).

En résumé : pour doter l'étudiant de son énergie jñāna, le guru doit être un être réalisé, un Śiva-yogin, un destructeur d'attachements, capable de révéler la nature du réel, de l'irréel et du réel-irréel, avec la méthodologie de montrer comment le réel et l'irréel fusionnent finalement dans l'état de Śiva, et quelqu'un qui initie le disciple avec le mantra qui conduira l'étudiant dans l'état de félicité. Tirumūlar dit aussi qu'à moins que le guru ne se révèle lui-même en tant que guru, il est hors de portée du disciple. Le verset est le suivant :

Origine Il n'a aucune,
mais Forme Il assure ;
Naissance Il n'a aucune ;
Pourtant Il est le germe de toute naissance ;
Au-delà du sans forme, aussi, Il est,
L'insaisissable Seigneur ;
À moins que Lui-même, en tant que Guru Sacré révèle
Aucun, ne L'atteigne²⁴.

2. 2. Le Guru-paramparā (la lignée des Gurus)

Selon Tirumūlar, Śivam est le véritable guru, qu'il appelle souvent Nandi. Nandi signifie littéralement le taureau de Śiva, mais Tirumūlar utilise le nom Nandi comme synonyme de Śivam. Śivam ayant une forme est appelé Nandi ; et l'aspect sans forme de Nandi est appelé Śivam. Dans les traditions Siddha et Śaiva, Nandi est à la tête de la lignée des gurus. En parlant de la lignée des gurus, Tirumūlar dit :

Cherche les Maîtres qui de Nandi la grâce ont reçu
D'abord les quatre de Nandi, Siva-yoga le Sacré ensuite ;
Patanjali et Vyagrapada, qui dans l'enceinte sacrée de Sabha,
ont vénéré
Et en m'incluant pour compléter le chiffre huit²⁵.

Sur la base de ce verset, on peut dire qu'il y a huit disciples pour Nandi. Il s'agit de Sanaka, Sanantana, Sanātana et Sanatkumāra. Tous ces quatre sont également appelés les 'quatre nandis' - Śivayōga-mā-muṇi, Patañjali, Vyāgrapāda et Tirumūlar lui-même. Ces huit disciples sont également appelés nāthas. De ceux-ci, les quatre premiers nāthas, appelés les 'quatre nandis', ont reçu l'ordre de Nandi (Śivam) d'aller dans quatre directions et de répandre le message des Āgamas. À leur destination désignée, ils pratiquèrent le Yoga et atteignirent le

statut de guru à leur tour et ils sont devenus unis avec les célestes.
Pour citer le *Tirumandiram* :

Les quatre, chacun dans son coin, comme Maître régnèrent,
Les quatre, chacun avec son trésor spirituel diversifié
Chacun donna au monde ce qu'ils avaient atteint,
Et ainsi, les quatre Immortels et Maîtres devinrent²⁶.

Le Grand Guru, Śivam, a donné *upadeśa*, l'initiation spirituelle, aux trois et aux quatre Sanakāti-munis, c'est-à-dire à Śivayōga-mā-muṇi, Patañjali et Vyāgrapāda et aux quatre, c'est-à-dire à Sanaka, Sanantana, Sanātana et Sanatkumāra. Il leur a enseigné la méthode (en tamoul *neri*) pour transcender la naissance et la mort. Selon les mots de Tirumūlar,

Le Seigneur (Isa) a donné (la méthode) pour mettre fin à la mort et à la naissance.
Aux trois et aux quatre²⁷...

C'est un verset très significatif car il signifie beaucoup plus. Dans ce verset, Tirumūlar a omis son nom en tant que disciple, mais dans un autre verset, il dit qu'il s'est aventuré à composer les Āgamas et nomme l'Āgama qu'il a composé Śivāgama, ce qui est dû à la grâce des pieds sacrés de Nandi. Les vers sont:

Haut sur ma tête inclinée la Paire de Pieds sacrés de Nandi je chéris,
En prononçant son Nom au plus profond de mon cœur,
En songeant quotidiennement à Hara portant haut le croissant de lune,
Ainsi je me suis aventuré à composer les Agamas²⁸.

A jailli dans mon esprit le nom mystique de Sivagama ;
Je me suis élevé jusqu'aux Pieds Sacrés d'Arul Nandi ;
Ces yeux ont été témoins, captivés,
La danse surprenante dans le Saint Sabha ;
C'est ainsi que j'ai vécu et joui pendant sept crore Yugas²⁹.

Il est significatif que Tirumūlar ait inclus son nom en tant que disciple de Nandi dans des versets séparés, parce qu'il y a une distinction entre le *neri* (la méthodologie) qu'il a suivi et le *neri* suivi par les Quatre et le *neri* suivi par les Trois. L'initiation accordée aux Quatre, c'est-à-dire à Sanaka, etc., consistait à suivre la voie ascétique du renoncement au monde et à ses plaisirs. C'est la méthode du *samnyāsa* (en tamoul *tuṛavu-neri*). Mais l'instruction donnée aux trois, c'est-à-dire Śivayōga-mā-muṇi, Patañjali et Vyāgra-pāda, est d'être *dans* le monde - et de sortir les âmes vautrées du borbier du *samsāra*, c'est-à-dire de la naissance et de la mort, par la méthode de la dévotion (en tamoul *aruḷ-neri*) - mais pas *du* monde. Le but des deux méthodes - la méthode du *samnyāsa* et la méthode de la dévotion - est d'être libéré de la naissance et de la mort. La contribution significative de Tirumūlar est de fusionner les deux méthodes -*tuṛavu-neri* et *aruḷ-neri* et d'appeler sa méthode *Tiru-neri* (la voie Suprême). Il appelle *tiru-neri* le grand chemin (*peru-neri*), le chemin de Śivam (*Śiva-mā-neri*) et le seul chemin (*oru-neri*)³⁰. La différence entre les trois méthodes n'est pas une différence de nature, mais une différence de degré. Il y a une distinction entre les trois méthodes sans différence.

Tirumūlar se nomme lui-même Sadāśiva³¹ et son œuvre *Tamil Śāstra*³², *cīlāṅga-vēdam*³³ (qui signifie le Yoga de la discipline, c'est-à-dire le Mūlādhāra-Yoga), *Tamil Āgama*³⁴ (où il dit que le Seigneur lui a donné une bonne naissance afin qu'il puisse donner naissance à un bon travail de Tamil Āgama. Cependant, Suba. Annamalai appelle le *Tirumandiram Sadāśiva Āgamam*)³⁵. Tirumūlar dit aussi qu'il a fait ressortir dans son œuvre les riches trésors des Āgamas tamouls et sanskrits³⁶, qui ont été enseignés par Śiva à Śakti. Śiva est un être dont la grandeur et le mystère ont été révélés à la fois dans les Āgamas tamouls et sanskrits³⁷. Il est significatif de noter que Tirumūlar utilise le terme

Certains ouvrages tournent autour du concept de vertu, d'autres se concentrent sur la richesse, d'autres sur le plaisir, d'autres encore prennent les trois en compte. Le *Kauṭalīyam*, le célèbre ouvrage de Chāṇakya, prétend prendre en compte les trois - la vertu, la richesse et le plaisir¹⁰⁶. Le *Tiru-k-kuraḷ* parle directement des trois et se réfère indirectement à la quatrième, la libération.

Les livres qui traitent des trois premières - vertu, richesse et plaisir - sont appelés *tri-varga* et ceux qui traitent des quatre, y compris la libération, sont appelés *catur-varga*.

Le *Tirumandiram* se concentre sur un seul de ces éléments, la libération. Il ne parle de la vertu que comme d'un complément à la libération. Dans ce cas, le *Tirumandiram* peut être qualifié de *dvi-varga*. Le *Tirumandiram* parle très peu des richesses et des plaisirs matériels. Il n'est pas nécessaire de se concentrer sur ces sujets dans un livre qui oriente les gens vers la libération. De plus, dans la conception du *Tirumandiram*, la libération est l'axe final ; sans cela, les trois autres axes n'ont pas de sens.

La préoccupation sociale du *Tirumandiram* est d'orienter chacun vers la libération. Les conceptions philosophiques, religieuses et autres du *Tirumandiram* découlent de cette préoccupation pour les autres êtres. Heureux ceux qui l'étudient et prennent ses conseils à cœur.

Tiru-Murugārru-p-paḍai qui guidait le voyageur vers le Seigneur Murugaṇ pour la richesse matérielle et spirituelle.

Tirumūlar, le premier Siddha tamoul connu, utilisait cette imagerie *ārru-p-paḍai* entièrement à des fins spirituelles. Tirumūlar dit :

Que le monde entier atteigne la félicité que j'ai atteinte
Si le nom du Seigneur chanté par les grands est répété
Dans le cœur surgira un son palpitant et non frappé
Qui, lorsqu'il est pratiqué, conduira à la réalisation¹⁰³.

T.N. Ganapathy observe à juste titre que le concept *ārru-p-paḍai* a acquis une signification socio-philosophique aux mains des Siddhas tamouls. Selon T.N. Ganapathy, ce concept présente deux aspects dans la philosophie des Siddhas, l'un positif et l'autre négatif. Les attitudes anti-scripturales et anti-théistes, associées à leur critique des castes, du culte des idoles, des observances religieuses, des rituels et des cérémonies, ainsi que leur mise en garde contre les pseudo-gurus, etc., représentent le côté négatif du concept *ārru-p-paḍai*, tandis que la méthode du Kuṇḍalinī-Yoga, leurs préceptes éthiques et leur système de médecine constituent l'aspect positif du concept *ārru-p-paḍai*¹⁰⁴. Il faut garder à l'esprit que Tirumūlar n'est pas anti-scriptural ou anti-théiste car il fait l'éloge des écritures.

Le *Naṇṇūl*, un ouvrage grammatical tamoul, définit un livre comme celui qui accomplit tout ou en partie ou au moins l'un des quatre suivants : la vertu (*aṛam*), la richesse (*poruḷ*), le plaisir (*iṇbam*), la libération (*vīḍu*)¹⁰⁵. Ces quatre éléments sont appelés *puruṣārthas* en sanskrit. En tamoul, ils sont appelés *ūdiyam* ou *uṛudi-p-poruḷ*. En d'autres termes, il s'agit des objectifs finaux que l'on s'efforce d'atteindre. L'homme recherche le plaisir soit matériellement, soit spirituellement. La richesse et le plaisir sont matériels ; la vertu et la libération sont spirituelles. C'est pourquoi le *Naṇṇūl* définit qu'un livre doit aider à atteindre au moins l'un de ces quatre objectifs.

On peut dire que Tirumūlar propose un roi philosophe.

Bien que la façon dont la société se conduit et les modes de gouvernement aient changé, les conseils de Tirumūlar sont toujours valables parce que l'homme est essentiellement le même depuis le début, souffrant d'impuretés.

7. Tirumandiram - Une littérature qui montre le chemin : Ārru-p-paḍai

Ārru-p-paḍai est un type de poésie tamoule. Le terme *ārru-p-paḍai* est un composé de deux mots, *āru* et *paḍai*. En tamoul, *āru* désigne une rivière, un canal ou un chemin. Autrefois, lorsque les gens migraient d'un endroit à l'autre à la recherche de terres prospères, ils longeaient les rivières. Ils construisaient leurs habitats sur les rives des rivières. Comme les rivières indiquaient le chemin de la richesse, les gens nommaient le 'chemin' avec le mot qui représente la rivière, *āru*. *Paḍai* est un terme qui signifie 'l'action de mettre'. La combinaison de ces deux termes, c'est-à-dire *ārru-p-paḍai*, signifierait 'l'acte de mettre quelqu'un sur le chemin' ou 'l'acte de montrer le chemin' ou 'l'acte de canaliser (guider)'. C'est devenu une image dans la poésie héroïque tamoule.

La définition du type de poésie *ārru-p-paḍai* est donnée dans le *Tol-kāppiyam*, la plus ancienne grammaire tamoule disponible. Il s'agit de la définition suivante : qu'il s'agisse d'un acteur, d'un chanteur, d'un bouffon ou d'une chanteuse, un artiste, à son retour après avoir reçu de nombreux cadeaux d'un roi pour son spectacle, rencontre un co-artiste sur le chemin et le guide vers le roi, en décrivant la nature philanthropique du roi pour permettre au co-artiste de bénéficier de la même chose que lui¹⁰².

Cette définition limite l'imagerie appelée *ārru-p-paḍai* aux seuls artistes de scène. Plus tard, les poètes ont également été inclus. Quoi qu'il en soit, *ārru-p-paḍai* signifie guider quelqu'un vers la richesse matérielle. C'était

Si quelqu'un est riche, il doit partager avec les autres sans aucune discrimination. Le corbeau appelle ses proches à partager la nourriture. Cela devrait être un exemple pour les humains⁹³. Il est clair que Tirumūlar n'est pas en faveur du matérialisme bien qu'il accepte la matière comme une réalité et non comme une illusion.

Les problèmes de la vie humaine, selon Tirumūlar, peuvent être abordés avec l'aide de l'éducation. Pour Tirumūlar, l'éducation n'est pas une simple alphabétisation ; l'éducation est spirituelle, elle transcende les divisions religieuses et enseigne comment aimer et réaliser la vérité ultime. Connaître le but de l'union du corps et de l'âme est une éducation⁹⁴. Ceux qui l'ont maîtrisé sont éduqués, même s'ils sont analphabètes ; ceux qui ne l'ont pas maîtrisé sont incultes, même s'ils sont alphabétisés⁹⁵. Cette éducation se fait facilement en écoutant les paroles des saints et des sages⁹⁶.

C'est au dirigeant qu'incombe la responsabilité de redresser les choses qui sont en désordre dans une société. Il est du devoir du dirigeant de veiller à ce que les choses se remettent en place. Il doit punir les prétendants qui revêtent l'habit sacré et pratiquent le mal.

Les insensés revêtus de fils sacrés et de mèches nattées,
Et en psalmodiant prétendent à la sagesse non possédée,
Ceux-là, le chef de l'état devrait, avec l'aide des sages, les
prendre et les mettre à l'épreuve,
Et, pour le bien du pays, transmettre des paroles de
sagesse⁹⁷.

Le souverain peut réclamer un sixième de la production de ses sujets⁹⁸ et, en retour, il est du devoir du souverain de défendre son peuple. Le souverain qui protège son peuple gagne la loyauté de ses sujets⁹⁹. Si quelqu'un ne respecte pas sa propre foi et s'il dévie, le souverain ne doit pas manquer de le punir conformément aux lois énoncées dans les Āgamas¹⁰⁰. Pour faire tout cela, le dirigeant doit être éduqué¹⁰¹. Dans le langage de Tirumūlar, l'éducation est spirituelle.

‘Āryan’ pour désigner le guru, Śiva³⁸. Tirumūlar dit que Śiva, en tant que guru, nous a donné les Śāstras tamoules pour empêcher l'éruption de l'égoïsme en nous³⁹. Il atteste également qu'il appartient à la tradition Kailāya⁴⁰ et qu'il a reçu *dīkṣā* par l'intermédiaire de Nandi (Śiva)⁴¹. Grâce au *dīkṣā*, il devint illuminé, vécut dans un ‘espace’ où il n'y a ni jour ni obscurité (un lieu qui est au-delà de la matrice espace-temps), vécut avec un corps de sagesse (en tamoul *jñāna- uḍambu*, c'est-à-dire *divya-deha*) et s'assit sous les pieds sacrés de son guru Nandi⁴² sous l'arbre de la *bodhi*⁴³. Ainsi, l'une des meilleures combinaisons *guru-śiṣya* (guru-disciple) est celle de Nandi et Tirumūlar, Nandi étant le plus grand guru et Tirumūlar le plus grand disciple. Cependant, Tirumūlar déplore, en raison de son extrême modestie, qu'il ne connaisse pas la méthode/la façon dont les chanteurs chantent en louant le Seigneur (en tamoul *pāḍal-neri*) ; qu'il ne connaisse pas la méthode/la façon dont les danseurs dansent (en tamoul *āḍal-neri*) ; ne connaît pas la méthode/la façon dont les chercheurs cherchent (en tamoul *nāḍal-neri*) ; et ne connaît pas la méthode/la façon dont les chercheurs cherchent (en tamoul *tēḍal-neri*)⁴⁴. En tant que disciple, puisqu'il ne connaît pas ces quatre méthodes, Tirumūlar craint qu'il n'y ait aucune possibilité de libération. Ceci n'est que l'expression de la modestie de Tirumūlar.

Une petite explication est nécessaire pour chacune des quatre méthodes mentionnées ci-dessus. Tirumūlar énumère ici les quatre méthodes différentes par lesquelles on peut ‘jouir’ de la présence du Seigneur. La méthode consistant à chanter les louanges du Seigneur (*pāḍal-neri*), la méthode consistant à danser sous l'effet de l'émotion de la *bhakti* (*āḍal-neri*), la méthode du *jñāna* (*nāḍal-neri*), et la méthode du Yoga (*tēḍal-neri*). Les deux premières méthodes, *pāḍal-neri* et *āḍal-neri*, appartiennent à la méthode de la *bhakti* ou dévotion. Le *nāḍal-neri* est la méthode de *jñāna* par laquelle on essaie de comprendre la nature de la réalité. Mais la méthode de recherche, *tēḍal-neri*, en est une

qui recherche la réalité à l'intérieur de son corps. Les deux premières méthodes appartiennent à la *bhakti-mārga* et les deux dernières à la *jñāna-mārga* ; et surtout la recherche de la réalité à l'intérieur du corps, *tēḍal-neṟi*, est la méthode du Kuṇḍalinī-Yoga, la méthode des Siddhas. Pour un étudiant ardent, en quête de libération, ces quatre méthodes sont nécessaires.