



La vie intérieure secrète

Le monde caché des chakras

.....
NAOMI KING

Les fleurs de lotus aux multiples pétales se présentent à nous, rayonnantes de beauté dans les sept couleurs de l'arc-en-ciel. Chaque fleur scintille par sa forme et sa couleur, se révèle par son son et sa lumière, se manifeste par sa force symbolique et est l'expression d'une conscience inhérente. Pour découvrir la réalisation de la sagesse du moi intérieur et la réalité fondamentale de l'univers, il faut une méthode efficace et un enseignant authentique et habilité. Le moyen de jeter ce pont est le yoga, car le yoga est le moyen immédiat d'atteindre cet objectif.

*« La force cosmique
 de la kundalini
 brille comme la tige
 d'un jeune lotus.
 Comme un serpent,
 elle s'enroule en
 elle-même,
 elle tient sa queue
 dans sa bouche
 et se repose,
 à moitié endormie,
 à la base du corps ».*

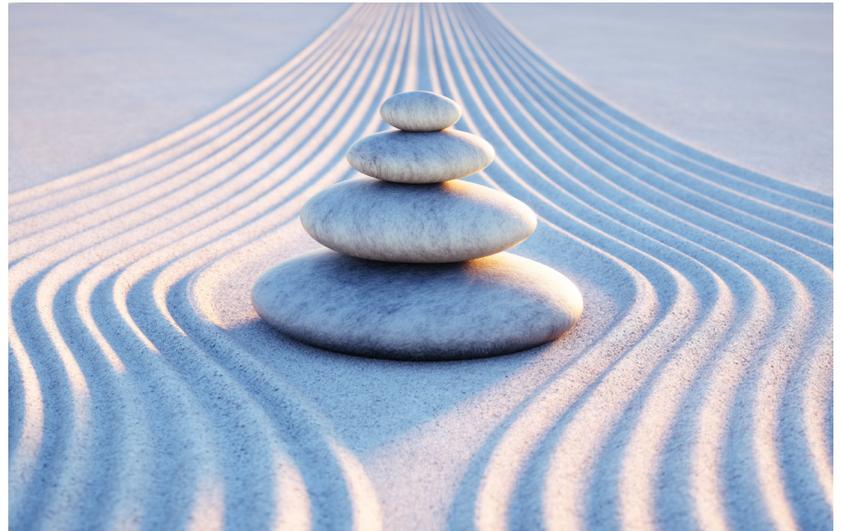
Des domaines de conscience mystérieux de la vie intérieure sont cachés dans les chakras, ils sont dans leur révélation les espaces cristallins de l'être universel. L'ensemble des activités dans tous les domaines est imprégné et marqué par les

qualités les plus pures telles que la compassion, l'amour, la générosité et la félicité. L'intensité du rayonnement et des couleurs des magnifiques fleurs dépend de la pureté de la conscience intérieure réalisée.

Les principes cosmiques sont enveloppés entre les courants descendants et ascendants du souffle de vie. L'alternance de remplissage et de vidage du souffle est le rythme constant de l'univers. Lorsque ces vagues atteignent et éveillent la kundalini, elle se déroule délicatement et s'élève comme un serpent de feu. Lorsque la Kundalini touche les fleurs des chakras lors de son ascension, elles s'élèvent et s'ouvrent ; après avoir traversé toutes les fleurs des chakras, l'union a

lieu dans le lotus aux mille pétales. Le chercheur s'élève de la matière dense vers les domaines les plus subtils et réalise l'union de Shakti et Shiva dans une expérience transcendante.

« *Le pratiquant devient l'homme cosmique* ».



Concept tantrique

Les tantriques considèrent l'organisme humain comme une version miniature du tout, ils vénèrent Shakti, la mère divine. Dans les traditions orientales, la libération dans la vie est considérée comme l'expérience la plus élevée, une union de l'individu avec l'univers englobant. L'épanouissement individuel et l'organisme humain sont comme une étincelle jaillissante du cosmos. Le microcosme est un équivalent du macrocosme et l'espace cosmique entier se révèle dans le corps terrestre. Le corps, avec ses processus biologiques et psychiques, devient l'instrument par lequel la force cosmique se révèle. Tout ce qui existe dans le macrocosme se trouve également dans le microcosme, c'est ce qu'exigent les principes du tantra. Dans le tantra, il s'agit de faire l'expérience de toute la vérité en soi et de découvrir la réalité fondamentale de l'univers par la réalisation du moi intérieur. Le regard est d'une clarté pure et les voiles subtils de l'ignorance tombent peu à peu.

« *Celui qui réalise la vérité du corps, peut y réaliser la vérité de l'univers* ».

Énergie cosmique Kundalini

Kundalini, l'énergie cosmique enroulée et endormie, est aussi la force suprême de l'organisme humain. Chaque être humain est une manifestation de cette énergie suprême, et l'univers qui nous entoure est issu de cette conscience qui se manifeste sous différentes formes qui se manifestent sans cesse. L'ascension de la *kundalini* éveillée à travers les différents chakras est la base d'une école unique de connaissance tantrique. Le but est d'unir l'énergie de la *kundalini* à la conscience cosmique. Il s'agit en fin de compte de la réalisation du vrai soi et de la révélation des secrets de l'univers entier. Pour éveiller l'énergie de la *kundalini*, un long entraî-

nement préparatoire est nécessaire. Le chercheur doit mobiliser toutes ses forces et toutes ses compétences pour amener la *kundalini* à s'éveiller et à s'élever. L'éveil de la *kundalini* est initié par le retrait des sens du monde extérieur. Pour ce faire, toute l'attention est dirigée et focalisée sur un seul point jusqu'à ce que les activités mentales soient complètement éteintes. Le *pranayama* approfondit la force de la pratique méditative, c'est pourquoi les textes tantriques accordent justement une grande importance à ces techniques. Le souffle est le médium de la symbiose entre les différentes formes de vie, mais aussi entre l'existence et la conscience. Dans le yoga, il s'agit d'utiliser cette force biomotrice pour élargir la conscience dans l'organisme humain. La science de la respiration permet de vitaliser les chakras du corps et d'affiner les formes d'énergie. Un long entraînement sous la direction d'un enseignant ou d'une enseignante apprend au pratiquant à harmoniser les processus ambivalents des chakras inférieurs. L'éclosion

des chakras rayonnants repose sur la pureté parfaite de la conscience éveillée et vécue. Des fleurs somptueuses qui représentent les cinq éléments et les polarités du soleil et de la lune dans leur ensemble et révèlent le macrocosme dans le microcosme. Une image étincelante d'une dimension incroyablement lumineuse et cristalline se dévoile devant l'œil intérieur du yogi ou de la yogini.

Les centres d'énergie vitale

L'homme doit au tantra la découverte des chakras ou centres de la force énergétique vitale dans le corps subtil ou corps astral. Sur les peintures à rouleaux des premiers temps, les chakras étaient souvent représentés sous forme de tourbillons d'énergie et sans représentation figurative. Par contre, plus tard, le monde des chakras et du corps subtil a été représenté de manière figurative, avec des symboles et des syllabes plus riches et plus parlants pour l'œil.

Les chakras sont considérés comme des organes du corps éthérique et non comme des éléments du corps de matière dense. Ils sont des réservoirs ou des vaisseaux d'énergie vitale et sont déterminants pour l'état global de l'être. Les

textes tantriques mentionnent généralement six centres de conscience qui forment une unité fonctionnelle.

À la base de la colonne vertébrale, en commençant par le « *muladhara* », « *svadhisthana* », autour du plexus prostatique, « *manipura* », à peu près à la hauteur du nombril, « *anahata* » près du cœur, « *vishuddha* », derrière le larynx et « *ajna* », entre les sourcils. « *Sahasrara* », le chakra transcendant, se trouve à quatre doigts au-dessus du sommet du crâne.

Sahasrara est l'espace de Shiva, la Pure Conscience, tandis que dans le *Muladhara* se trouve le siège de Shakti. Lorsque l'énergie de la *kundalini* est prête à se déployer, elle s'élève à travers les chakras, qui sont des potentiels de conscience disposés le long de la colonne vertébrale, jusqu'au sommet de la tête pour s'unir à la Pure Conscience. Le temps que le pratiquant doit passer sur chaque chakra dépend de ses attachements et de son karma.

**« L'union
de Shiva
et de Shakti
engendre
la conscience
de la félicité ».**

Les chakras comme pont

Le yoga est la voie qui permet d'amener le concept tantrique de l'interconnexion du macrocosme et du microcosme vers un développement expérientiel du soi intérieur. La pratique du *hatha yoga* développe les forces psychosomatiques pour le chemin vers le Soi suprême. Dans le *Bhakti Yoga*, l'union est recherchée par l'amour et la dévotion, tandis que dans le *Raja Yoga*, la réalisation est cultivée par la méditation. La voie de la connaissance est pratiquée dans le *Jnana Yoga* et dans le *Karma Yoga*, le salut s'accomplit par les œuvres et les actions. Sur la base de techniques d'exercice fondamentales, la *kundalini* s'élève à travers les six chakras jusqu'à ce qu'elle s'épanouisse pleinement dans le lotus aux mille pétales et se confonde avec l'Absolu. L'union des deux polarités produit la conscience de félicité ou *ananda*. L'être tout entier est inondé d'une béatitude d'une intensité indescriptible.

Les niveaux de conscience inhérents aux chakras sont cachés sous un voile subtil. Pour lever ce voile ou rideau, il faut un travail intérieur persévérant et la sagesse d'assimiler et de comprendre les enseignements complexes. Le corps arc-en-ciel rayonnant d'un yogi ou d'une yogini accompli(e) révèle la grande perfection de *Mahasiddha*. ■

