

J'ai franchi la porte de la *sushumna*

Un *vakh* de Laleshwari

Moi, Lalla, j'ai franchi la porte de la *sushumna*, au plus profond de moi,
et j'ai vu l'union de Shiva et Shakti.

Oh, quelle merveille !

Je me suis complètement plongée
dans le lac de nectar du *sahasrara*.

Je suis morte tout en restant toujours vivante.

Que peut me faire le monde, maintenant !

Par une pratique constante,
un chercheur devient un avec tout l'univers manifeste.
Le monde des noms et des formes se fond dans le vide.

Quand le vide disparaît,
seul demeure le Suprême au-delà de toute souffrance.

Ceci, ô chercheur, est le véritable enseignement.



Lalleshwari

Présentation d'Umakant Kori

Lalleshwari – également appelée Lalla Ded ou Mère Lalla – était une sainte poétesse et une mystique née à la fin du quatorzième siècle au Cachemire, la magnifique vallée du nord-ouest de l'Inde environnée de montagnes, de forêts et de lacs. Lalleshwari rencontra très jeune son Guru, Siddha Srikantha, qui lui donna l'initiation spirituelle et lui enseigna la philosophie non-dualiste du shivaïsme du Cachemire, qui avait prospéré quelques siècles plus tôt dans la région où était née Lalla.

Cette tradition shivaïte enseigne que la Conscience suprême qui est notre Soi, devient aussi l'univers et tous les êtres vivants. Cette Conscience reçoit le nom de Shiva ; un chercheur spirituel, dont Shiva est le Soi le plus profond, peut s'établir, par la grâce du Guru et par un effort continu dans la *sadhana*, dans l'état où il reconnaît la divinité suprême comme sienne. Cette réalisation transforme sa vision ; elle lui révèle que tout ce qui l'entoure est en réalité la manifestation de la lumière divine de Shiva. Lalleshwari avait atteint cet état sublime. Elle était tellement plongée dans l'expérience de Shiva, sa déité adorée, qu'elle devint une *avadhuta* et s'éleva au-dessus de la conscience corporelle. On raconte qu'à la fin de sa vie, elle prit *mahasamadhi* en disparaissant dans une flamme de lumière et en se fondant dans l'unité avec l'univers de Shiva.

Depuis sept-cents ans, Lalleshwari est révérée aussi bien par les hindous que par les musulmans du Cachemire pour son esprit universel exempt de sectarisme. Cette grande *bhakta*, amante de Dieu, s'inspira des enseignements hindous, soufis et sikhs. Bien que née au sein d'une famille brahmane traditionnelle, Lalla écrivait dans la langue locale, rendant ainsi accessibles à tous les habitants du Cachemire les enseignements shivaïtes ésotériques qui jusque-là n'avaient été donnés qu'en sanskrit.

Elle créa un style de poèmes de quatre lignes appelés *vatsun* ou *vakh*, ce qui signifie « discours » en langage cachemiri. Ces versets sont considérés comme les premières œuvres littéraires du langage cachemiri.

Dans son *vakh* « J'ai franchi la porte de la *sushumna* », Laleshwari parle à la première personne pour indiquer que ce qu'elle décrit est sa propre expérience. En Inde, ce mode personnel d'expression provenait des poètes bhaktis qui préféraient communiquer l'intimité de l'amour dévotionnel. Ici, Lalla nous dit que l'état qu'elle a atteint est accessible à tous ceux qui se consacrent avec constance à la pratique spirituelle. On trouve le chemin de cet état en entrant et en parcourant la *sushumna*, le canal central dans le corps subtil de l'être humain par lequel la Kundalini Shakti, éveillée par la grâce du Guru, monte jusqu'au *sahasrara*. Splendide centre de lumière qui se trouve au sommet de la tête, le *sahasrara* est l'aboutissement du parcours spirituel. Là, on se fond dans Shiva et son énergie divine, Shakti. Cette union dissout le sentiment d'être un individu séparé. Comme dit Lalla : « Je suis morte bien que toujours vivante. » À sa place, « seul demeure le Suprême qui est au-delà de toute souffrance. »

C'était l'expérience de Lalla, et pour elle le véritable enseignement.