

extrait de la préface de  
**“Mantra Mālā”** (Florilège de Mantra)  
livre de chant édité par le Krishnamacharya Yoga Mandiram

Les *Veda*-s sont un vaste ensemble d'hymnes dont on croyait qu'ils avaient été entendus par d'anciens sages Indiens en état de méditation profonde.  
Pris dans leur ensemble, ils sont la source de sagesse indienne qui fait le plus autorité, étant donné qu'ils contiennent des informations sur tous les sujets imaginables.

En fait, le terme "*Veda*" laisse entendre "ce qui peut être appris". C'est une large définition n'incluant pas simplement la connaissance intellectuelle mais aussi une compréhension de profonds concepts qui ne peuvent être perçus ou déduits. Non seulement les *Veda*-s nous disent-ils que faire, ils nous disent aussi comment et pourquoi nous devons accomplir ces actions.  
Ainsi les *Veda*-s ont-ils été pendant des milliers d'années la principale source de référence pour beaucoup de gens vivant dans le sous-continent indien.

Même les six écoles de philosophie indienne connues dans leur ensemble comme "*ṣat darśana*" et comprenant *mīmāṃsā*, *nyāya*, *vaiśeṣika*, *sāṃkhya*, *yoga* et *vedānta*, basent leur enseignement sur les *Veda*-s.  
C'est pourquoi l'on fait souvent référence à ces écoles comme "*vaidika darśana*", ce qui signifie "écoles de philosophie basées sur les *Veda*-s".

(...)

Les chants védiques ont été transmis au moyen de la récitation orale et de la mémorisation d'une génération de professeurs et d'élèves à la suivante. C'est à la vitalité de ce lien entre professeur et élève que l'on doit la continuité de cette tradition, aussi utile aujourd'hui qu'elle l'était il y a plusieurs milliers d'années.  
La confiance placée dans la lignée professeur-élève a aidé à conserver le caractère sacré de cette tradition et l'a faite passer intacte au futur.  
Cette tradition de transmission orale de ces importants enseignements des *Veda*-s grâce à l'art de la récitation chantée est appelée "*adhyayanam*".

(...)

## Intérêts du chant

La récitation des *Veda*-s présente plusieurs intérêts, si on la pratique de façon correcte.  
Les *Veda*-s sont la source de la plupart des *mantra*-s utilisés.  
Ces *mantra*-s sont des sons puissants qui, pratiqués de façon juste, produisent certaines vibrations ayant le potentiel de changer notre état physiologique, améliorant de ce fait la santé physique et mentale.  
C'est pourquoi les *mantra*-s sont utilisés en Inde depuis longtemps, comme un moyen de transformation personnelle et spirituelle.

Un autre intérêt du chant védique, en particulier par le processus de "*adhyayanam*"<sup>1</sup>, réside dans sa capacité d'amener l'esprit dans un état d'entière attention. Comme le processus du chant implique d'écouter le professeur et de reproduire exactement ce que le professeur chante, l'élève doit porter une attention totale.

D'où la diminution des distractions de l'esprit et l'amélioration de la concentration.

La récitation de *mantra*-s est considérée comme un outil important dans la pratique du yoga parce que le but principal du yoga est d'amener l'esprit dans un état d'attention.

---

1 *adhyayanam* : aller vers l'intérieur de soi (NDLT)

Des *mantra*-s différents peuvent être utilisés pour provoquer des effets spécifiques. Par exemple, certains *mantra*-s utilisés d'une certaine façon peuvent avoir un effet énergisant alors que d'autres peuvent avoir un effet relaxant. En conséquence, le chant védique trouve aussi d'importantes applications en yoga thérapie.

## Qui peut chanter

Jusqu'à récemment, beaucoup croyaient que le chant védique ne pouvait être pratiqué que par certaines catégories de personnes, en particulier les hommes.

Toutefois, des références dans des textes anciens établissent que n'importe qui a le droit de pratiquer le chant védique, si ça l'intéresse.

Par exemple, dans le *Rāmāyana*, premier poème épique de l'Inde, il y a une référence à la Reine *Kausalya* (mère du prince *Rāma*) récitant le *puruṣasūktam*, un chant des *Veda*-s.

Cette référence (*ayodhyā kāṇḍa* 4.33) réfute une conviction récente selon laquelle les femmes étaient exclues du chant, en présentant un tout autre tableau.

En vertu de ceci, et d'autres références dans des textes anciens faisant autorité, le *Yogācārya*<sup>2</sup> T.Krishnamacharya prit l'audacieuse initiative d'ouvrir les portes du chant védique à tous, sans distinction de race, de sexe, de métier ni d'affiliation religieuse ou politique.

Il avait la ferme conviction que n'importe qui souhaitant apprendre et enseigner le chant védique dans le but de préserver cette tradition ancienne avait le droit de le faire.

L'initiative de Krishnamacharya a mis en marche à propos les efforts nécessaires à la préservation et à la transmission des enseignements éternels des *Veda*-s.

(traduction N.B.)

---

2 ācārya : maître, professeur (NDLT)