

LE CONTROLE DU SOUFFLE DANS LES TRAITES SOUFIS INDIENS EN OURDOU DE L'EPOQUE COLONIALE

F. Speziale

Le renouveau doctrinal de l'islam en Iran et en Inde (1750-1900), Institut
Français de Recherche en Iran, Tehran, July, 3, 2006

La période moghole (1526-1858), c'est-à-dire la période qui correspond à l'époque moderne de l'histoire européenne, fut caractérisée par des changements très importants du milieu religieux et mystique indo-islamique.

Un premier changement fondamental fut le renouvellement du milieu des confréries. Ce renouvellement fut caractérisé d'une part par la diffusion à grande échelle de deux ordres introduits en Inde depuis l'Asie centrale, la Naqshbandiyya et la Qadiriyya. D'autre part, par le déclin d'autres ordres qui avaient été les confréries majeures de l'époque médiévale, et en particulier la Suhrawardiyya et la Chishtiyya.

Le renouvellement du réseau des confréries engendra des changements très importants dans la littérature et les genres littéraires du soufisme indien. Le genre littéraire dominant parmi les Chishtis de l'époque médiévale avait été celui des *malfuzat*, c'est-à-dire les 'discours spirituels' des saints qui étaient recueillis par leurs disciples ; cependant, les *malfuzat* ne furent pas un genre très utilisé par les maîtres de la Naqshbandiyya et de la Qadiriyya.

A l'époque moghole au contraire furent composés d'important traités sur la doctrine et la méthode mystique, manuels pensés pour instruire et guider le disciple dans la voie initiatique. Bien que l'époque médiévale soit considérée habituellement comme l'âge d'or de la littérature soufi indo-persane, en réalité très peu de manuels de ce genre sur la méthode gnostique furent composés avant la période moghole ; le manuel le plus utilisé par les chishtis indiens avait été en effet le célèbre *Awarif al-ma'arif* de Suhrawardi qui fut traduit et commenté en persan.

Une caractéristique fondamentale des nouveaux traités sur la voie initiatique composés à l'époque moghole et à l'époque moghole tardive est de détailler avec précision les méthodes les plus ésotériques utilisées par les ordres. Auparavant ces méthodes étaient vraisemblablement transmises oralement entre maître et disciple.

C'est dans ces manuels que l'on trouve pour la première fois dans la littérature mystique islamo-indienne des descriptions de thèmes comme le *dhikr* dans les *lata'if*, c'est-à-dire les centres subtils, et le contrôle du souffle. Dans la littérature plus ancienne, ces méthodes ésotériques étaient parfois mentionnés, par exemple par rapport à la capacité de

certains saints à prolonger leur vie par la rétention du souffle, mais elles n'étaient pas décrites en détail.

Deux autres changements importants marquèrent la production littéraire de la mystique islamo-indienne entre la fin de l'époque moghule et le début de l'époque coloniale. Le premier fut le passage du persan, la langue de l'élite aristocratique et intellectuelle indienne, à l'ourdou, la langue parlée par la majorité des musulmans du sous-continent. Dans la tradition poétique en ourdou les thèmes mystiques avaient déjà été formulé depuis longtemps ; dans la littérature mystique en prose ce passage n'eut lieu que très tard, c'est-à-dire vers la moitié du XIX siècle. Ce passage linguistique fut accompagné par un autre changement important, à savoir le passage de la reproduction manuscrite des textes à l'impression.

On peut penser que de tels changements eurent pour effet de miner l'autorité des maîtres soufis indiens, dans la mesure où la transmission des méthodes ésotériques était basée jusqu'à ce moment sur la relation personnelle et secrète entre maître et disciple, et sur la connaissance d'une langue élitiste : avec la diffusion de l'impression des textes en ourdou, ces méthodes pouvaient également être apprises sans rapport personnelle avec un maître. Toutefois, la connaissance de telles méthodes n'impliquait pas la possibilité de les pratiquer librement. Les auteurs de ces nouveaux traités en ourdou insistaient toujours sur la nécessité de se rendre auprès d'un maître spirituel pour obtenir la permission de pratiquer ces méthodes. Donc on peut considérer que le but de la description détaillée de certaines méthodes ésotériques n'était pas de fournir au lecteur une science qui pourrait être acquise sans avoir recours à la relation classique entre maître et disciple. Au contraire l'objectif était de justifier la nécessité fondamentale de l'autorité spirituelle du maître soufi comme seule source légitime pour la transmission du savoir ésotérique.

Dans la deuxième moitié du XIX siècle, ces changements se réalisèrent alors que l'autorité spirituelle des soufis en Inde était menacée durement par divers mouvements musulmans modernistes et réformistes. Le but de ces mouvements était la réforme et la modernisation de la culture musulmane, qu'ils considéraient comme le seul antidote capable de d'enrayer le déclin du monde musulman. Ce préjugé de la décadence de la culture islamique avait lui-même été développée par les orientalistes européens. Ces derniers avaient également développé l'idée selon laquelle le soufisme ne serait pas d'origine musulman ; cette thèse fut reprise par les modernistes musulmans indo-islamiques qui accusaient les soufis et leurs méthodes - comme les méthodes pour le contrôle du souffle - d'être le produit du syncrétisme avec le monde païen indien.

C'est dans ce contexte, caractérisé par des polémiques anti-mystiques très acerbes, que furent composés les premiers traités mystiques en ourdou. C'est à travers ces traités en ourdou, qui étaient

accessibles non pas seulement par l'élite des disciples mais aussi par le grand public indien, que les auteurs contemporains de l'époque coloniale essayèrent de réaffirmer d'une part, l'autorité spirituelle des ordres menacée par les modernistes, et d'autre part la nature islamique des méthodes ésotériques transmises par les ordres.

Je vais maintenant exposer quelques unes des méthodes pour le contrôle du souffle telles qu'elles sont exposées dans deux ouvrages. Le premier est la *Shifā' al-'alīl* par Khurram 'Alī qui est une traduction et commentaire en ourdou du *al-Qawl al-jamīl*, ouvrage d'abord composé en arabe par le célèbre soufi naqshbandi et réformateur religieux de Delhi, Shāh Walī Allāh Dihlawī (m. 1762). La *Shifā' al-'alīl* de Khurram 'Alī, complété en 1844, est le premier traité sur les méthodes spirituelles soufi rédigé en ourdou au XIX siècle. Le deuxième ouvrage est la *Ta'lim-i ghawthiyya* par Gul Hasan Qalandar Qādirī, terminé en 1887 ; il s'agit d'un texte qui recueille les enseignements de son maître Sayyid Ghawth 'Alī Shāh Qalandar Qādirī (m. 1880) de Panipat, un soufi initié dans les ordres Qadiriyya, Chishtiyya, Naqshbandiyya et Rasul shahi.

Shah Wali Allah explique que la méthode pour le contrôle du souffle qui est pratiquée par les Naqshbandis est très différente de celle qui est pratiquée par les yogis, car la méthode des soufis n'est pas basé sur le fait de compter le nombres des souffles comme le font les yogis. La méthode soufie est basé au contraire sur le fait de compter le nombre de récitations qui sont invoqués dans chaque souffle. Shah Wali Allah affirme aussi que Dieu interdit aux soufis de pratiquer la méthode des yogis. On doit rappeler à cet égard que selon la tradition Naqshbandi, le *dhikr* avec la rétention du souffle avait été révélé par al-Khizr à 'Abd al-Khaliq Ghujdawani (m. 1220), le célèbre disciple du soufi Yusuf Hamadanî (m. 1141) ; selon le récit à cette occasion Khizr initia 'Abd al-Khaliq à la pratique de ce *dhikr* en l'immergeant sous l'eau, c'est-à-dire en retenant le souffle.

Au contraire dans l'ouvrage de Gul Hasan Qalandar Qādirī, comme dans d'autres traités soufis indiens plus anciens, on trouve des références importantes à la doctrine hindu, bien que dans ce cas, ce ne soit pas en relation directe avec le thème du contrôle du souffle. On peut ici seulement rappeler brièvement que les descriptions des méthodes des yogis pour le contrôle du souffle avaient connu une certaine diffusion dans la littérature islamique iranienne et indienne. On peut citer à cet égard les traductions en arabe, persan et ourdou du traité yoga *Amritakunda*, le chapitre sur le sujet dans l'encyclopédie persane *Nafā'is al-funûn fī 'arā'is al-'uyûn* du savant chiite Shams al-Din Mahmud al-Amulî, composé en 1352, l'ouvrage sur le yoga par Mir Findiriski (m. 1640), le chapitre dans l'encyclopédie médicale *Tibb-i Dara Shikuhi* par Nur al-Din Shirazi.

Les termes fondamentaux utilisés dans la littérature soufie indienne pour se référer aux méthodes d'observation et contrôle du souffle sont au

nombre de deux: *pâs-i anfâs*, la ‘surveillance des souffles’ et *habs-i dam*, la ‘rétention du souffle’. La méthode du contrôle et de la rétention du souffle est très souvent pratiquée avec la méthode spirituelle la plus importante du soufisme, le *dhikr*, c’est-à-dire le rappel du nom de dieu. Elle est souvent liée à la pratique du *dhikr* dans les *lata’if*, les centres subtils du corps qui sont ouverts à travers la pratique du *dhikr*.

On peut voir dans ces diagrammes les deux modèles des *lata’if* qui sont les plus couramment utilisés par les ordres indiens.

Shah Wali Allah donne une description détaillée des méthodes pour l’observation et le contrôle du souffle utilisées chez divers ordres en commençant par la Naqshbandiyya. *Hosh dar dam*, c’est-à-dire la ‘conscience du souffle’ constitue la première des onze règles spirituelles de la naqshbandiyya dont la codification est attribué à ‘Abd al-Khaliq Ghujdawânî que nous avons déjà cité. Les onze règles naqshbandis sont un sujet connu, et je me limiterai ici à résumer la question brièvement : on explique que dans une journée, l’homme émet environ vingt-quatre mille souffles et que le jour de la résurrection, il observera ses souffles pour voir combien ont été émis dans un état de distraction, mais alors il sera trop tard pour se repentir.

La respiration même doit être considérée comme une forme de *dhikr* de la noble lettre *hâ* qui est le symbole de l’ipséité non manifesté de la réalité divine (*ghayb-i huwiyyat-i haqq*), pour cette raison mêmes les animaux font le *dhikr* naturellement dans leur respiration et sans aucun effort.

Pour cette raison, l’instruction des maîtres naqshbandis est de faire durant un journée vingt-cinq mille fois le *dhikr* de façon à procurer pour la vie prochaine un nombre d’invocations égal à celui des souffles.

Parmi les méthodes du *dhikr* naqshbandi, il y en a une qui est pratiquée avec la rétention du souffle : c’est le *dhikr nafî wa ithbat*, le *dhikr* de la négation et de l’affirmation, c’est-à-dire en invoquant la formule *la ilaha illa Allah*. Ce *dhikr* est pratiqué en invoquant la négation *la* en montant du nombril au centre subtil de la *nafs*, localisé entre les deux yeux ; ensuite on doit faire descendre le mot *ilaha* de la *nafs* à l’épaule droit et enfin on doit frapper sur le cœur avec force en invoquant la formule *illa Allah*. Il est expliqué que le but de la partie négative de la formule (*la ilaha*) est d’anéantir la nature humaine, alors que le but de la partie affirmative de la formule (*illa Allah*) est d’affirmer et de placer la présence divine dans le cœur. On doit commencer par réciter une formule dans un souffle, avant de passer à la récitation de trois invocations dans un souffle, puis cinq jusqu’à arriver à vingt-une invocations dans le même souffle.

L’un des effets principaux de la rétention du souffle est d’augmenter la chaleur intérieure. Le commentaire ourdou explique à cet égard que la rétention du souffle peut être dangereuse et doit être pratiquée avec modération et graduellement, car elle peut causer des maladies physiques déterminées par l’excès de la chaleur et de la sécheresse. Dans

un autre passage, consacré aux méthodes pratiquées par les chishtis, Kurram 'Ali conseille de manger avant la séance un aliment gras, comme le beurre, pour se protéger des maladies du cerveau causés par une sécheresse excessive.

Une autre méthode typique de *dhikr nafî wa ithbat* invoquée avec l'observation du souffle est celle pratiquée par les Qadiri. Elle consiste à invoquer la première partie de la formule, *la ilaha*, pendant l'expiration, et ensuite à invoquer la deuxième partie de la formule, *illa Allah*, pendant l'inspiration du souffle. L'effet principal de cette méthode d'observation du souffle est de supprimer les pensées et les discours qui viennent de l'âme charnelle.

Un autre *dhikr* typique des qadiri pratiqué avec la rétention du souffle est celui de la *daura-ye qadiriyya*, c'est-à-dire le cercle de la qadiriyya. Ce *dhikr* se base sur l'invocation du nom de l'Essence divine avec trois noms des attributs divins. D'abord, on doit réciter le nom *Allah Samî*, **Dieu qui écoute**, en montant du nombril au centre de la poitrine où il est localisé le centre subtil de *sirr*, le secret ; ensuite on doit invoquer le nom *Allah Basîr*, **Dieu le tout voyant**, en montant de *sirr* au sommet du crâne, où se trouve le centre subtil de *akhfa*, le plus caché ; dans un troisième temps, on doit invoquer le nom *Allah 'Alîm*, **Dieu le tout savant**, en descendant du crâne à *al-'Arsh*, le trône de Dieu. Arrivé à ce point-là, on doit descendre en récitant les trois noms en sens inverse.

A propos de la façon d'effectuer la rétention du souffle, Gul Hasan explique que l'un des fondements (*rukni*) de ce *dhikr* est le combat (*muhâraba*), combat qui est de deux types : le petit (*saghir*) et le grand (*kabir*) ; Pour le petit combat on entend l'invocation du *dhikr* quarante fois dans une respiration, alors que pour le grand combat un souffle correspond à la répétition de cent *dhikr*.

Le texte de Gul Hasan décrit d'autres méthodes. Je voudrais en mentionner deux en conclusion. La première est un *dhikr* pratiqué chez les *qalandaris* qui consiste en l'invocation du nom *Huwa Allah* en montant du centre subtil du nombril à celui localisé au sommet du crâne, et après en descendant au nombril ; lorsqu'on ne peut plus retenir le souffle, on doit expirer en invoquant *Allah Hu*. L'un des effets de ce *dhikr* est l'acquisition du pouvoir d'accomplir le *tayr*, c'est-à-dire le **voyage** spirituel.

Enfin je terminerai par le *dhikr nafî wa ithbat* pratiqué à la fois par les *chishtis* et par les *qadiris*. On explique que l'on doit invoquer la formule *la ilaha* avec la partie supérieure du souffle et que l'on doit porter le souffle jusqu'au cerveau ; lorsque le souffle est court, on doit expirer lentement en invoquant *illâ Allâh*. On dit que lorsque le souffle supérieur et le souffle inférieur s'unissent au souffle de la vie (*dam-i hayât*), ils deviennent la même essence ; l'on désigne cela comme la 'confluence des deux océans' (*majma' al-bahrayn*, cf. Coran XVIII : 60). Cette étape (*maqâm*) est aussi appelée celle de l'eau de la vie (*âb-i hayat*), ainsi le soufi devient « l'esprit du temps » (*waqt ka ruh*) et

parvient à accomplir le voyage spirituel (*tair o sair*) ; c'est à ce moment là que se manifeste aussi la 'connaissance inspirée par Dieu' (*'ilm-i ladunnî*). Enfin, la durée de vie se prolonge et l'on parvient ainsi à rencontrer Khizr.

De cette façon le soufi qui pratique cette méthode devient doué de *tafrîd*, l' 'esseulement' métaphysique, et il devient le *sâhab-i tasarruf* de son époque, c'est-à-dire le possesseur du pouvoir du *tasarruf*, le pouvoir surnaturel des saints. Une condition absolument nécessaire pour cela est de s'abstenir de toute relation sexuelle.

La description des méthodes pour le contrôle du souffle que j'ai présenté ici constitue seulement une synthèse très incomplète face à la dimension du sujet. Toutefois, j'espère que mon exposé aussi condensé aura permis de donner un aperçu de l'importance de cette méthode dans l'initiation spirituelle des ordres soufis indiens, et de l'importance prise par le thème du contrôle du souffle dans les nouveaux manuels mystiques composés en ourdou à l'époque coloniale.