



Le chant comme chemin spirituel

rencontre avec

Uma Lacombe

Uma Lacombe vit en Inde depuis 1977. Elle est venue dans ce pays à la recherche de la signification profonde du mot yoga. Après avoir pratiqué avec des maîtres et étudié également la médecine chinoise au Tibet, elle rencontre le *dhrupad*, chant traditionnel de l'Inde du Nord et c'est pour elle une révélation : son chemin spirituel sera le chant et passera par l'étude du dhrupad.

Le chant dhrupad cumule, selon Uma Lacombe, tous les aspects du yoga – de la dévotion à la connaissance de soi – et permet au chercheur spirituel d'avancer sur la voie.

« La musique, dit Uma Lacombe, peut être comprise comme le *nâda yoga*. *Nâda* désigne en sanskrit le son originel ou son suprême, *Nâda Brahman* étant le son en tant que Dieu, le Créateur. »



Uma en concert à Chardenoux.

Votre vie ressemble à un parcours guidé qui va de Paris à Bénarès à la recherche de ce qui sera votre voie. Pouvez-vous nous en parler ?

Je ne sais pas, en effet, si c'est moi qui ai choisi le chant ou si c'est le chant qui m'a choisie. J'ai toujours aimé chanter. Enfant, je chantais déjà, mais je n'ai pas étudié la musique classique occidentale. Ce qui m'a amenée en Inde est sans doute la musique, même si je ne le savais pas moi-même. Pendant les deux années précédant mon départ, je ne faisais qu'écouter de la musique indienne. Mon idée cependant, lorsque je suis

partie, était d'approfondir le hatha-yoga et les exercices de souffle appelés *prânâyâma* que j'enseignais déjà alors, ainsi que de découvrir plus profondément la méditation. J'avais l'impression qu'il me fallait un maître, un « catalyseur », pour mieux méditer. En fait, même si j'ai effectivement suivi quelque temps les enseignements d'un maître de hatha-yoga, l'Inde m'a vite montré que le hatha-yoga n'était pour moi qu'une étape et non un but. Dans l'ashram de mon autre maître, celui de méditation *bhakti*, je chantais et je sentais bien que le chant m'élevait tout particulièrement. Je suis allée étudier ensuite pendant deux ans chez des

Tibétains où je me suis initiée à la médecine chinoise et à l'astrologie. Même si tout cela m'a beaucoup apporté et même servi ultérieurement, je sentais bien que ce n'était pas encore « ça ». Je savais intuitivement que je devais aller à Bénarès mais j'ignorais dans quel but. C'est là qu'un soir est arrivé chez ces Tibétains un voisin qui s'est mis à chanter en s'accompagnant d'une *tampoura*. Cela a été comme un signe pour moi, je me suis dit « voilà ». Cet homme connaissait un chanteur, le Dr Ritwik Sanyal, à Bénarès. Je me suis rendue chez lui et ça a été une véritable révélation, j'ai pensé : « Ma voie est la musique, s'il m'enseigne je reste, s'il refuse, je m'en vais. » Il m'a enseignée et je suis restée. J'ai ensuite rencontré ses maîtres, les frères Dagar de Bombay, le célèbre joueur de *rudra vina* Ustad Zia Mohiuddin Dagar et son frère le chanteur Ustad Zia Fariduddin Dagar. Je suis d'abord allée vers le joueur de *vina* et j'ai vu ce que c'était qu'un « maître », un « sage » : sa musique reflétait cette sagesse, cette équanimité, cette compassion qu'il avait atteintes, c'était plus qu'une musique, c'était un message. Dès lors la question ne s'est plus posée, je suis restée en Inde. Je ne pensais même pas faire quelque chose de particulier avec cette musique, donner des concerts ou l'enseigner. Pour moi c'était un yoga, une voie spirituelle à suivre sans l'ombre d'un doute.

Considérer la musique comme un chemin spirituel est assez étranger à la mentalité occidentale. Vous pouvez expliquer ?

C'est d'abord, comme je l'ai dit, une musique qui s'apprend avec un maître. C'est une relation *guru-disciple*, les Indiens disent *guru sishya parampara*. On ne peut l'apprendre que dans ce type d'enseignement qui se fait de cœur à cœur, d'esprit à esprit, qui est un éveil permanent de l'inspiration. Même aujourd'hui, lorsque je vais voir mon second maître, le chanteur (le joueur de *rudra vina* est mort à présent), il me suffit de m'asseoir devant lui pour que mon cœur s'ouvre et que l'inspiration, la créativité, s'enflamment. Suivre l'enseignement d'un maître va bien au-delà de l'acquisition d'une technique musicale, c'est également partager une partie de sa vie, s'imprégner de son art, de sa



philosophie. Les exercices donnés par le maître sont souvent là pour que l'ego cède le pas et que l'on soit complètement ouvert au chant. On reste parfois une heure, une heure et demie sur un seul exercice, quelques notes. L'ego se rebelle dans ces cas-là, voudrait faire autre chose, mais le maître est au jardin ou à la cuisine et évidemment ne vient pas ; la tension atteint un paroxysme, la colère est là, mais le maître ne vient toujours pas et on est obligé de relâcher. A ce moment-là, dans cette totale détente, on commence seulement à bien chanter ! C'est une discipline, une *sâdhana*, mais elle est soutenue par la dévotion que l'on ressent pour son maître. Il y a des moments de découragement et des moments de grande joie. Pour chanter cette musique vraiment (et vivre avec le maître en fait prendre conscience), il faut que l'ego ne soit plus là, il faut laisser chanter en soi, s'être totalement effacé pour laisser le chant – le *râga* – se développer.

En fait, le chant rassemble les quatre grandes voies du yoga. Je le considère comme un yoga complet. Yoga veut dire union avec le divin et ce but peut être atteint par les différentes voies que l'on nomme aussi yoga par extension du sens du mot. Il y a les chants dévotionnels, dont les *bhajan*, mais on peut dire que toute la musique indienne, classique, folklorique ou même celle des films d'antan, est une musique dévotionnelle et se relie donc au *bhakti-yoga*. On étudie la musique par amour, par dévotion pour arriver à la félicité et non pour devenir célèbre ou gagner de l'argent. Cela rejoint à cet endroit le *karma yoga*, celui de l'action désintéressée puisque l'on ne chante pas pour soi mais pour le bonheur parfois d'une seule note pure, pendant laquelle le cœur s'ouvrira et la joie nous inondera. Mon maître disait : « Quand vous êtes sur scène, n'oubliez pas que vous chantez d'abord pour Dieu, quel qu'il soit pour vous. » Le but est vraiment la libération et non l'acquisition d'une reconnaissance qui serait de l'ordre de l'ego. La musique classique est aussi un yoga de la connaissance – *jnâna-yoga* –, et mon maître disait également : « Le *dhrupad* est le yoga de la connaissance de soi, connais ta voix et tu te

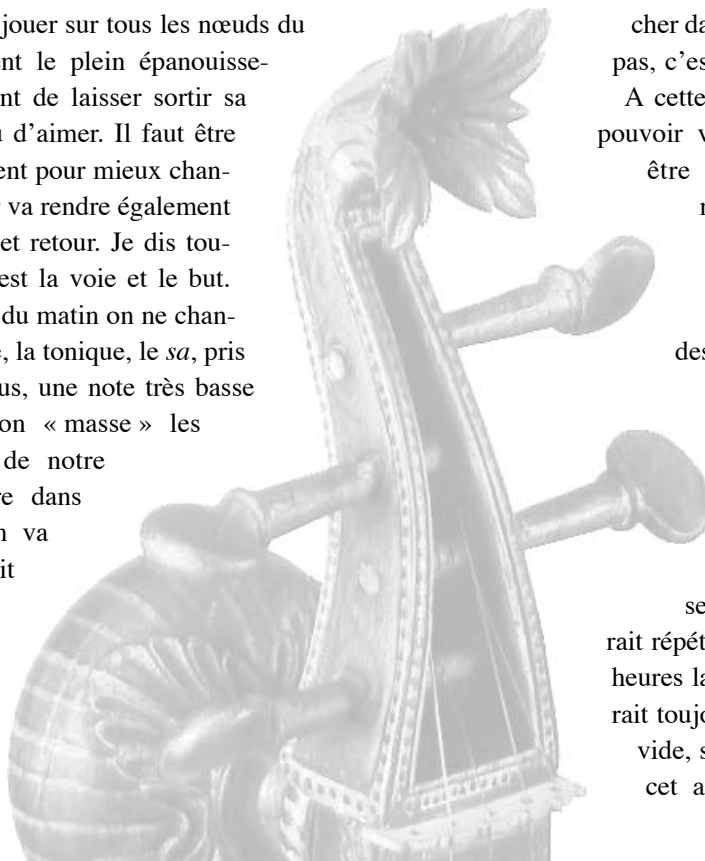
connaîtras toi-même. » La connaissance des *râga*, d'autre part, donne accès à une résonance avec les lois cosmiques puisque chaque *râga* est en rapport avec une de ces lois. On rejoint le célèbre « Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers et les dieux » de Socrate. Enfin, il est écrit dans les Ecritures anciennes que la position idéale pour chanter est *padmâsana*, le lotus, position qu'il faut maîtriser si l'on veut pouvoir chanter pendant des heures. Maîtriser *padmâsana* est le but de la pratique de toutes les autres postures du hatha-yoga, et vise à tenir la posture de méditation, ce qui rejoint le *raja-yoga*. Tout est là en fait, dans ce yoga du chant, pour amener à la libération. Enfin... pour ma part, j'ai donné rendez-vous à mes maîtres pour les prochaines vies car chanter cette musique à la perfection, je l'ai dit, demande une absence totale d'ego !

Comment se passe l'enseignement avec un maître indien et à quelles difficultés vous êtes-vous heurtée plus particulièrement en tant qu'Occidentale ?

On commence en principe à trois heures du matin et jusqu'à cinq heures. Cela correspond en effet à un cycle d'énergie – l'énergie est à son maximum à ces heures-là dans les méridiens des poumons comme me l'a enseigné la médecine chinoise, le *prâna* – l'énergie vitale – est d'autre part plus « pur » à ces moments-là. On constate dès le début que le chant a une vertu thérapeutique car en chantant certaines notes à certaines heures on va jouer sur tous les nœuds du corps qui empêchent le plein épanouissement, qui empêchent de laisser sortir sa voix, de s'aimer ou d'aimer. Il faut être sain déjà certainement pour mieux chanter et mieux chanter va rendre également sain, c'est un aller et retour. Je dis toujours que le chant est la voie et le but. Dans cette pratique du matin on ne chante qu'une seule note, la tonique, le *sa*, pris un octave en dessous, une note très basse donc. Ce faisant on « masse » les centres inférieurs de notre corps et on se centre dans le « hara ». Le son va partir de cet endroit et par conséquent le souffle aussi. C'est donc tout le corps qui va chanter – ses cellules, les

organes – et être guéri de l'intérieur. L'énergie se libère et l'on peut continuer de chanter toute la journée en ayant dormi seulement quatre heures parfois. Après cet entraînement, cela peut être l'heure d'une pause, une douche, un *tchai*, un bref repos, le déjeuner et on reprend à huit heures pour chanter encore trois à quatre heures. Selon le niveau des élèves on peut passer encore du temps à chanter la tonique. Avec un seul son on peut développer toutes les qualités de sa voix. La tonique est d'autre part, selon les textes, la génitrice de tous les autres sons, la base pour construire. Lorsque cette note est stable, elle devient la base à partir de laquelle on va pouvoir s'élever. Des exercices autres développeront la voix ou le souffle qui est l'âme du chant. C'est en même temps un travail sur soi-même qui requiert humilité, endurance, persévérance. Au début, quelques notes seulement sont données à travailler ou un court cycle rythmique mais qui vont développer des qualités de concentration, d'agilité, de clarté, qui serviront ensuite. Que ce soit dans les exercices ou, plus tard, dans la pratique des *râga*, ce qui est visé est un état d'éveil sans pensée : le but est la pratique d'un chant improvisé, dans lequel on doit toujours être conscient de ce qui est, mais sans penser à ce qui sera, afin de laisser la musique se développer elle-même.

Dans cet apprentissage, l'important est la relation que l'on a avec le maître, c'est une relation qui dépasse les mots. Il y est question de s'ouvrir au maître, d'ouvrir son cœur, de lui faire totalement confiance, de ne pas aller chercher dans sa vie ce qui nous plaît ou pas, c'est faire confiance en son art. A cette condition uniquement il va pouvoir verser sa musique en notre être car nous serons devenus réceptacles. C'est ça le véritable enseignement *guru-sishya-parampara*. Bien sûr, il y aura des exercices, des explications sur des points de la technique de temps en temps, mais l'important c'est la pratique grâce à l'énergie que donne le maître par cette transmission. Sans cela, ce serait bien difficile. On pourrait répéter pendant des heures et des heures la même pratique, il manquerait toujours quelque chose, ce serait vide, sec ou creux. On a besoin de cet amour du maître pour faire





Zohrabai, spécialiste du chant khyal (vers 1908)

vivre la musique en soi.

Un Occidental n'a pas l'habitude de ce type d'enseignement. Chez nous la théorie précède la pratique. Un maître indien dira toujours : « Pratique, pratique et tu sauras ». Les Indiens sont habitués à apprendre par la répétition et, par là-même, sont certainement plus prêts au lâcher-prise que nous. Ils savent inconsciemment que l'enseignement du guru passe par le fait de répéter sans chercher à penser – car c'est cela la méthode indienne : savoir être là, complètement ouvert, et répéter jusqu'à enregistrer mécaniquement, sans que la pensée fasse obstacle. Il faut d'abord prendre, assimiler et ensuite tout devient clair et on peut découvrir la théorie. La théorie n'est pas à prendre avec l'intellect mais à appréhender par l'expérience. Un maître indien laissera également son élève faire d'abord des fautes, il ne lui fera pas remarquer que c'est faux mais lui chantera la phrase juste. Cela entraîne l'élève à retrouver l'erreur par lui-même, et ménage sa sensibilité, sachant, comme on l'a vu, que le maître dispose d'autres outils pour faire lâcher-prise à l'ego. En tant qu'Occidentale, j'ai eu à m'ouvrir à cette forme d'enseignement, à apprendre le hindi et au-delà même à assimiler le plus possible la culture indienne : apprendre à cuisiner, à porter le sari...

D'autre part, et j'aurais peut-être dû commencer par là, les Indiens baignent depuis leur naissance dans cette musique, ce qui n'était pas mon cas.

Pouvez-vous justement expliquer les principales différences entre la musique occidentale et la musique indienne ?

La musique occidentale est écrite, ce qui signifie qu'elle est ce qu'elle est une fois pour toutes. La musique indienne, à l'inverse, est une improvisation à partir bien sûr d'éléments donnés, il ne peut donc s'agir que d'une transmission orale où rien n'est jamais statique. C'est une musique qui vit. Un *râga* qui a gardé le même nom qu'il avait il y a des siècles, n'a pas forcément gardé le même caractère, une petite nuance a pu être ajoutée par un maître, un *sruti*, c'est-à-dire moins d'un quart de ton – les maîtres distinguent jusqu'à sept niveaux de réalisation pour chaque note. La musique occidentale est tonale et le plus souvent polyphonique, l'indienne est modale et s'adresse à des solistes. Dans un *râga* (ou une *ragini* car il y a des *râga* féminins), la combinaison de notes données, le mode, n'est pas un élément de description suffisant, il faut connaître les *sruti*, connaître aussi la manière d'approcher chaque note. Deux ou trois *râga* peuvent avoir les mêmes notes et des ambiances, des caractères

très différents dus aux micro-tons ici ou là, à la couleur, forte ou faible, d'une même note, aux différentes ornements qui peuvent également les colorer. Les règles rythmiques sont également très différentes, de même que la construction des morceaux. Par exemple dans les *râga* on a toujours un *alap* en introduction, mais qui est plus qu'un simple prélude. C'est la partie chantée sans accompagnement rythmique, dans laquelle le chanteur va, en chantant des syllabes sacrées, qui peuvent être le nom des notes, développer tous les aspects du *râga* : sa couleur, sa tonalité, sa pulsation, dans un rythme d'abord lent et qui peut s'accélérer progressivement. L'*alap* est suivi d'une période musicale rythmée, accompagnée de percussions – *pakhawaj* – dans laquelle le chanteur chante un poème qui aura été composé par un musicien sur un *râga* donné. Un même *râga* peut servir à des centaines de compositions différentes sur des rythmes différents. Ces rythmes sont également très différents des rythmes de la musique occidentale. On peut même avoir des rythmes ayant le même nombre de mètres mais une structure différente qui provoquera un ressenti totalement différent, les temps de suspension, car il y en a, étant à des endroits différents dans la succession des temps. Il s'agit d'ailleurs plus exactement de cycles rythmiques – *tâl* – que de rythmes, cycles qui tournent et tournent pour revenir toujours sur le premier temps sur lequel se terminera la composition ou le poème. La musique a une portée philosophique, métaphysique qui n'existe pas (ou plus) chez nous. La Création n'est jamais terminée, elle se résorbe dans l'un, le premier temps et peut se développer à nouveau. C'est ce que dit cette musique qui se boucle sur l'un. Les *râga*, et nous n'avons pas cela non plus, correspondent à des énergies cosmiques, donc à certaines heures du jour ou de la nuit, aux saisons, aux cinq éléments, et leurs rythmes sont en relation avec les rythmes de l'univers. L'univers est sonore, la création est sonore, on retrouve cela dans toutes les Traditions. En Occident, on dit : « Au commencement était le Verbe », et en Inde : « Au commencement était OM ou *Nâda Brahman* », et tout est rythme également, les structures de l'univers répondent à ces rythmes. La musique, en les reproduisant, a une

influence sur notre corps, notre mental, notre émotionnel... Il ne faut pas oublier qu'à l'origine cette musique était chantée dans les temples, le chanteur n'était pas toujours vu du public et chantait pour la divinité. D'ailleurs ce n'était pas un « public » qui était réuni là mais d'autres adorateurs de la divinité, et si le chanteur, par sa qualité, arrivait à faire un avec sa musique, à s'unir au Dieu-son – *Nâda Brahman* – alors toute l'assistance s'élevait avec lui. C'était un moment d'adoration commune et il ne pouvait donc pas être question d'applaudissements, car on ne venait pas écouter un artiste. Cet aspect, même s'il s'est amoindri dès que la musique est passée dans les cours des maharajas, est encore très présent en Inde : la musique est un chemin spirituel. Les maîtres disent, et c'est ce que j'ai ressenti en pratiquant : « Le chanteur s'élève avec cette musique et évolue avec elle, et la musique évolue avec lui. » C'est la même chose avec le « public ». Si le chanteur chante pour Dieu, s'il fait un avec sa musique, s'il est à son service, s'il la laisse se développer, il est dans le don véritable et le « public » le ressent et s'unit à lui aussi. Le chanteur ressent en retour cette union, son chant devient encore plus beau et le « public » s'élève encore plus. C'est une communion, une contemplation partagée, c'est le vrai don, comme le soleil qui donne sa lumière à tous sans distinction, ou la fleur qui exhale son parfum...

Il faut des années de pratique pour arriver à cela. J'ai encore du chemin et c'est bien. Le but est la perfection, la libération... Même si le chemin doit être encore long, cheminer en chantant est bien agréable.

Propos recueillis par Anne de Grossouvre

