

Pèlerinage au Tibet

Avec Jacques Vigne, Dinesh Sharma et 27 Français

Par Joëlle Coiret

Le groupe principal est arrivé à Kathmandou le 14 mai et en est reparti le 7 juin. Le séjour au Tibet lui-même a été du 19 mai au 5 juin. Nous étions 28 Français en tout.

TIBET. 20 – 22 mai 2011. LHASA.

Jusqu'au 19^{ème} siècle, Lhasa fut une cité interdite et ce n'est qu'en 1905, suite à l'incursion du commandant Younghusband à Gyantse que les Anglais y établirent des comptoirs. Le Tibet ne fut officiellement ouvert aux étrangers qu'en 1980. Lhasa s'étend sur une dizaine de kilomètres et à première vue, nous sommes surpris de voir les larges avenues des quartiers chinois nouvellement construits, leurs centres commerciaux et les panneaux publicitaires pour les marques internationales. Les quartiers tibétains aux maisons traditionnelles anciennes et aux échoppes d'objets usuels ou religieux se concentrent autour des monastères. Ce qui inquiète, c'est la pression policière omniprésente, la prédominance sur les panneaux de la langue chinoise sur le tibétain, l'impression de crainte et de tristesse. Selon l'expression de Marie-Josée Lamothe, le Tibet est devenu «un pays de Chinois déracinés et de Tibétains clochardisés». A chaque carrefour, dans des guérites vitrées, cinq policiers armés surveillent les déplacements des gens. Jigme, notre agent de voyage chinois, a dû faire pour notre groupe de trente personnes et pour un séjour de trois semaines 500 photocopies de laisser-passer! Bien que la politique actuelle d'invasion chinoise au Tibet soit à l'oeuvre, nous ne pouvons qu'espérer à l'exemple de l'auteur américain Robert Thurman qu'avec la progression des NTIC et l'exigence croissante de liberté des jeunes, la dictature pourra de l'intérieur.

Le premier jour fut consacré à la visite du plus grand monastère du Tibet, DREPUNG, à six kilomètres à l'ouest de Lhasa. Fondé en 1416 par Jamyang Chöje, disciple de Tsong Khapa, il fut la résidence des Dalaï-Lama jusqu'en 1655 où ils s'installèrent au Potala. Il est l'exemple type de la cité monastique tibétaine, souvent accolée à la montagne, cour orientée au sud, où l'on exécute les danses de masques lors du festival annuel du shötun, du yaourt, en août, et bâtiment principal au nord. Ce festival remonte à plus de cinq cents ans, lorsque les nomades offraient traditionnellement du yaourt aux monastères et une contribution pour la construction des ponts. Drepung signifie «tas de riz» et vient du sanskrit Dhanyakataka, stupa de l'Inde du sud où le Bouddha enseigna pour la première fois le Kalachakra tantra. Au 17^{ème} siècle, il devint capitale intellectuelle et religieuse, abritant jusqu'en 1959 10000 moines gelugpa (bonnets jaunes ou «vertueux»), répartis dans six facultés réputées pour leur excellence. Ce fut la plus importante institution monastique au monde.

On pénètre dans le Ganden Potrang, «Palais de la Plénitude de Joie» par une petite cour avant d'entrer dans le Dukhang ou hall d'assemblée. Un escalier y mène, divisé en trois parties, dont la partie centrale, barrée par des cordes, est réservée aux grands lamas. Le trône du 5^{ème} Dalaï-Lama est un des objets les plus précieux du palais. Le Tsomchen («grand temple de l'assemblée») de 4500 mètres carrés est le plus grand édifice, orné de 200 statues et les thangka, les tapisseries, les colonnes de brocart qui pendent du plafond sont fastueuses. La statue en cuivre doré de Manjusri avec un nimbe de pierres précieuses atteint deux niveaux et le représente faisant le Dharmachakra mudra (mudra de la roue de la Loi), symbole de la réalisation, de la libération. Une chapelle abrite une statue de Maïtreya (tib. : Jampa Tongdrolma), le Bouddha du futur, à l'âge de huit ans, haute de trois niveaux que des fidèles nombreux vénèrent car elle a un pouvoir de guérison. De précieuses collections du Kangyur, les 108 volumes des paroles du Bouddha dont certains écrits en lettres d'or, y sont conservées. La visite se termine par les cuisines sombres aux chaudrons gigantesques et aux belles théières en cuivre et laiton.

Le deuxième monastère gelugpa important est celui de SERA, à 5 kilomètres au nord de Lhassa. Célèbre pour ses enseignements tantriques, il fut fondé en 1419 par Sakya Yeshe, disciple de Tsong Khapa et 6500 moines y vivaient. Selon la tradition, ce dernier était en train de rédiger son grand commentaire sur l'ouvrage de Nagarjuna, «La voie du milieu», lorsque la forme de la lettre A sanskrite, première lettre de l'alphabet, apparut treize fois au-dessus de sa tête. A la fin, les A descendirent des cieux pour se fondre dans les pierres de la cour. Aujourd'hui, il ne subsiste que la moitié des bâtiments où résident 100 moines réputés pour leur courage dans les manifestations anti-chinoises. A l'ombre des genévriers et des saules, ils se livrent l'après-midi aux débats de rhétorique en rythmant leurs arguments par des gestes et des claquements de mains. La chapelle la plus impressionnante et la plus visitée, conçue comme un mandala, est celle de Tamdrin ou Hayagriva, divinité protectrice surmontée d'une tête de cheval et entourée de huit autres déités protectrices. Plus loin, nous recevons la bénédiction d'une statue ancienne de Tchenrezi aux mille bras et mille yeux : le moine joint avec un tube le cœur du dieu à notre troisième œil en récitant des mantras et appliquant sa main dans notre dos. Le pouvoir du darshan est ainsi redoublé par la transmission de l'énergie de cœur à chakra.

Le lendemain fut consacré à la visite du POTALA, haut de 118 mètres et large de 400 mètres, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Il attire tous les regards. Sa masse majestueuse, bâtie sur «la colline rouge» du Marpori, est d'une beauté inégalée et s'élevait jusque dans les années 90 comme une île au-dessus d'un lac qui a été comblé par le gouvernement chinois et remplacé par une esplanade bétonnée, style Tien Anmen, baptisée «Place de la Libération» ! Le soir, les touristes chinois tournent le dos au Potala pour assister à un spectacle lumières – jets d'eau et valse viennoises ! Le Potala est le chef-d'œuvre par excellence de l'architecture tibétaine par ses dimensions, ses trésors et ses multiples fonctions, puisqu'il était un temple, un monastère, un palais, un ossuaire, un arsenal et le siège du gouvernement tibétain. C'est Thonmi Sambhota, ministre du roi Songtsen Gampo, premier tibétain envoyé en Inde pour étudier le bouddhisme qui donna ce nom de Potala en l'honneur du paradis d'Avalokiteshvara (Tchenrezi), Bouddha de la compassion dont les Dalaï Lama sont des incarnations. C'est également lui qui créa l'alphabet tibétain à partir de l'alphabet sanskrit ou devanagari.

Au 7^{ème} siècle, le roi Songtsen Gampo commença la construction qui prit toute son ampleur à partir du 17^{ème} siècle, lorsque le 7^{ème} Dalaï Lama décida de quitter Drepung pour ériger un palais plus important. Il comporte le Palais Blanc et le Palais Rouge qui en émerge, répartis sur treize étages, dont on ne peut visiter que la moitié de la superficie. Pour la construction du Palais Rouge seul, 7000 ouvriers, 1700 artistes et artisans tibétains, chinois, mandchous et népalais furent engagés. La façade et l'intérieur des bâtiments sont bien préservés et entretenus, ils n'ont pas souffert des saccages de la Révolution culturelle. Terrasses, atriiums, galeries, chapelles se succèdent et nous retiendrons plusieurs lieux, dont les appartements du 14^{ème} Dalaï-Lama, sa chapelle personnelle avec les statues des divinités protectrices Mahakala aux six bras et Palden Lhamo, protectrice du Tibet. Sa chambre est ornée de fresques représentant les différents monastères et l'histoire du Tibet. Dans le Palais Rouge, nous avons admiré les hautes bibliothèques de volumes du Kangyur (paroles du Bouddha) et du Tengyur (commentaires), la grande statue de cuivre doré en position assise de Jampa Maitreya. Une chapelle abrite trois mandala tridimensionnels symbolisant les trois déités tantriques honorées par les Gelugpa.

Une des statues les plus remarquables est celle de Tchenrezi aux mille bras et mille yeux commandée par le 13^{ème} Dalaï-Lama et faite avec 285 kilos d'argent. Plus loin, son mausolée (1934) haut de treize mètres, l'un des plus imposants, recèle une statue en cuivre doré de Tchenrezi aux onze visages. Un mandala constellé de perles, de turquoises et de corail l'orne. Son corps y repose, assis en position de méditation, conservé dans du sel.

Le plus spectaculaire des tombeaux est celui du 5^{ème} Dalaï-Lama : mesurant 14 mètres de haut, il est fait de 3700 kilos d'or et de milliers de pierres précieuses. Nous avons pu voir également la grotte de méditation de Songtsen Gampo, une des salles les plus anciennes du Potala. Parmi les 28 statues, certaines représentent Sakyamuni, Tchenrezi, Thonmi Sambhota et le roi lui-même entouré de ses trois épouses : la première, Tritsun, d'origine népalaise, personnifiant la Tara verte, Wencheng, d'origine chinoise, incarnation de la Tara blanche ; et la reine tibétaine Mongza portant sur son genou gauche l'héritier, futur roi du Tibet, Gungru Gungtsen.

Le Potala est la forteresse la plus imposante du Tibet, le bâtiment le plus emblématique, mais si le Dalaï - Lama revenait, il s'installerait au JOKHANG, le temple éminemment sacré, construit en 640 par le fameux roi Songtsen Gampo. Centre spirituel du Tibet et cœur de Lhassa, il est cerné par un chemin très fréquenté de circumambulation que les pèlerins nombreux empruntent avec une grande ferveur. Certains en font le tour en se prosternant jusqu'à terre tous les trois pas, mains et genoux protégés par des planchettes de bois. De 1959 aux années 80, la façade et l'intérieur furent détériorés et nous pouvons constater tout autour du Jokhang une surveillance policière accrue. C'est à cet endroit-là que notre guide ayant sorti un fanion bleu en signe de ralliement pour notre groupe s'est fait arrêter par des policiers qui ont contrôlé ses papiers. Le petit drapeau a définitivement disparu. L'importance symbolique de ce monastère vient de la légende selon laquelle le Bouddha passant à cet endroit à l'âge de huit ans, émit le souhait de cette construction. Certains éléments comme les colonnes et les encadrements de portes sculptés et peints datent du 7^{ème} siècle et expriment le talent des artistes newar népalais. Le complexe architectural est conçu comme un mandala à trois niveaux plus le toit. L'entrée est décorée des quatre rois gardiens et des quatre frères en harmonie : l'éléphant, le lièvre, le singe et le perroquet symbolisant l'entraide au sein de la sangha, la communauté.

L'objet le plus sacré est le JOWO, statue du Bouddha historique Sakyamuni, que tout Tibétain désire contempler, ce qui est sensé assurer une réincarnation supérieure. Haute de 1,50 mètre, elle fut apportée comme dot par la princesse Wencheng et représente le Bouddha à l'âge de 12 ans portant une couronne incrustée de turquoises, diamants, rubis et surmontée de Garuda, monture de Vishnu et symbole de libération. Un diamant est serti en guise de troisième œil et le dossier représente des naga ou divinités des eaux entrelacées en cuivre repoussé.

Sur les terrasses du toit, des ouvriers ou ouvrières tassent la terre en chantant et en dansant en ligne. Nous clôturons la journée par trois kora autour du Jokhang, sur un itinéraire appelé Barkhor, lieu le plus animé de Lhassa, où s'unissent dans une ronde uniforme commerçants, nomades, pèlerins et moines.

Le dernier jour à Lhassa, nous avons visité le musée du Tibet très intéressant et le palais d'été des Dalaï- Lama, à 5 kilomètres à l'ouest de la ville, NORBULINGKA ou «Jardin des Joyaux», les bijoux étant les Dalaï-Lama eux-mêmes. Les mois d'été, de mai à septembre, le gouvernement quittait la forteresse du Potala pour s'installer dans ce grand parc boisé où en 1755 le 7^{ème} Dalaï-Lama commença la construction de son palais. Chaque Dalaï-Lama ajouta ultérieurement sa propre résidence. Dans le Kelsang Potrang, palais initial, nous admirons la salle de réception des dignitaires avec son trône, les statues des huit Bouddha de médecine et des seize Arhat ou saints, les peintures des 21 Tara.

L'endroit le plus émouvant est le Takten Migyur Potrang («Palais de la Manifestation de l'Éternité»), d'où le 14^{ème} Dalaï-Lama prit la fuite le 17 mars 1959 vers l'Inde. Une roue du dharma flanquée des deux daims domine le toit tandis que des Garuda en gardent les angles. Dans le Dukhang, est installé un magnifique trône en or où le Dalaï-Lama a toujours refusé de s'asseoir. Dans ses appartements, des fresques évoquent l'histoire du Tibet depuis le récit fondateur de l'épisode du singe et de la dévotion amoureuse jusqu'à sa propre jeunesse. Ces peintures sont l'oeuvre du peintre célèbre Amdo Chamba. Des représentations d'Avalokiteshvara, de Sakyamuni, d'Atisha, de Tsongkhapa sont partout présentes ainsi que celles des déités de longue vie que sont Amitayus, Tara et Vijaya.

Il utilisait en priorité deux pièces. Dans le bureau appelé en tibétain Zimchung Drodren Semchok Khang, «Salle de la Pensée Excellente pour l'Émancipation de tous les Êtres», il étudiait avec quatre précepteurs et s'adonnait à sa passion du bricolage et de l'horlogerie. Cette pièce est placée sous la protection d'un grand thangka de soie représentant Atisha (982-1054), l'un des plus célèbres érudits de l'Inde qui se rendit au Tibet en 1042. Dans sa chambre simple, nous remarquons un lit venant des Indes et un poste de radio grâce auquel il apprit l'anglais. Sa vie a toujours été très disciplinée et il consacrait ses après-midi à la lecture, la réflexion et la promenade dans les jardins. Au fond du parc planté de saules, bouleaux et lilas, plusieurs pavillons sont répartis sur un lac artificiel, invitation à la rêverie et à la méditation. Nous pouvons voir le tigre maintenant empaillé qu'il s'amusait à nourrir !

Ces trois journées passées à Lhassa à 3660 mètres d'altitude nous ont permis de nous acclimater, de découvrir les trésors de la civilisation tibétaine et de mieux nous rendre compte de la situation précaire et dramatique du peuple tibétain. Le dernier soir, un excellent dîner végétarien fut pris dans une famille, dont l'accueil fut très joyeux. Les jeunes filles de la maison ont chanté et nous ont offert des khatas, écharpes de bienvenue, de remerciement et de bénédiction. Au-dessus

d'un thangka, nous avons tous remarqué une corne de yack, symbole associé au poète mystique Milarepa (1040-1123), dont les chants, grâce à la transmission de Vigyanananda, inspireraient nos méditations et nous accompagneraient ainsi tout au long de notre voyage au lac Manasarovar et au Mont Kailash. Dans la perspective du yoga, cette corne creuse évoque aussi bien l'énergie qui monte dans la colonne vertébrale que l'écoute du silence. Un jour, sans rétrécir son corps et sans que la corne s'agrandisse, il y est entré pour prouver à son disciple Retchungpa que lorsque la dualité et le jugement sont dissous, tout devient possible. Dans le «Chant de la corne de yack», le poète écrit :
«Lorsque j'agis sans vouloir posséder, mon esprit est détendu.
Comme le lion, j'ai le pouvoir des trois perfections.
L'Illumination du vide, l'Illumination de la sagesse
Et l'Illumination des apparences sont mes trois amis inséparables.
Comme le soleil brille dans un ciel sans nuages,
Je vis constamment cette grande Illumination.»

Puissions-nous de temps en temps l'effleurer!

Des sites pour poursuivre le voyage:

www.himalayanart.org

www.tibetlibre.org

www.tibet.fr

B) TIBET. 23 – 25 MAI 2011. GYANTSE (3950 m.). SHIGATSE (3900 m.)

Hier nous avons quitté Lhasa et avons découvert les immensités vides du plateau tibétain. Sur une bonne route nouvellement goudronnée, nous avons franchi trois cols, dont le Kharo La Pass à 5045 m. d'altitude, où le glacier bleuté d'une hauteur impressionnante domine la route et avons pique niqué au bord du Yamdrok Tso, lac émeraude «du scorpion» à la forme découpée. Ce lac est lié aux oracles, à Dorje Phagmo et à une lignée de tulkus, réincarnations féminines. Le Brahmapoutre qui prend sa source près du lac Manasarovar est à cette altitude-là un ruisseau au niveau assez bas. Des convois militaires partaient vers Lhasa en renfort, en prévision du 60^{ème} anniversaire de «la libération du Tibet».

La ville ancienne de GYANTSE est une forteresse remarquable du 14^{ème} siècle qui comprenait 18 monastères en majorité détruits. Les deux bâtiments subsistants les plus beaux sont le Palkor Chöde et le magnifique Kumbum chörten. Dès le 11^{ème} siècle, la richesse économique, artistique et spirituelle de cette ville venait de sa position au carrefour de trois routes, la route de la laine, la route du bois venant du Bhoutan et la route de la religion venant de l'Inde et du Népal. Les princes de Gyantse se réclamant de l'ascendance prestigieuse du roi Gesar de Ling étaient puissants et purent réaliser leur ambition de faire de leur ville un des principaux centres tibétains du bouddhisme. Rabtan Kunsang Phag (1389-1442) fut le prince constructeur le plus énergique et le plus hardi. Trois sectes différentes coexistaient dans cette cité : les Sakyapa, les Shalupa (sous secte Sakyapa fondée par Butön Rinpoche) et les Gelugpa (bonnets jaunes).

Le PALKOR CHODE est un imposant bâtiment aux murs rouges traditionnels ; sous les toits et aux encoignures une bordure de roseaux tassés et peints en rouge sert de frise décorative et d'isolation. Le hall d'assemblée ou dukhang est décoré de peintures dont une du paradis de Vairocana l'omniscient. Plus loin

est déposé sur la châsse qui lui est consacrée un volume de la Prajnaparamita (Perfection des Discours de la Sagesse). Sur les murs de la chapelle de Dorje Ying, nous voyons une prolifération de portraits des cinq Tathagata ou Dhyani Bouddha, Bouddha de sagesse qui sont Vairocana «le brillant», Akshobhya «l'inébranlable», Amitabha «la lumière infinie», Amoghasiddhi «l'inafailliblement parfait» et Ratnasambhava «porteur du joyau».

Deux longs sacs de cuir protègent deux immenses thangkas de 12 mètres de haut, commandés par le prince Rabtan Kunsang Phag en 1419, qui ne sont déroulés qu'une fois par an et accrochés à des murs extérieurs bâtis à cette seule fin, lors de la fête anniversaire du monastère au quatrième mois lunaire (mai-juin). Exemples uniques actuellement de ce type de thangka appelé gheku, ils représentent tous les deux Sakyamuni entouré de Bouddha et bodhisattva.

Une bibliothèque contient les 108 ouvrages du Kangyur et les commentaires du Tengyur qui ont 500 ans. La chapelle des Arhat comporte les seize grandes statues des disciples, huit fils et huit filles entourant Sakyamuni à l'intérieur de cavernes à la faune imaginaire. La chapelle royale dont une statue de Maitreya, Bouddha du futur, occupe le centre, est consacrée aux trois religieux tibétains Songtsen Gampo, Trisong Detsen et Ralpachen.

Par un couloir étroit et bas, nous accédons enfin au Gonkhang, chapelle des «dées courroucées» ou des «protecteurs menaçants» selon la traduction. Les fresques représentent les étapes du Bardö, des scènes de cimetières, des corps déchiquetés par des êtres féroces et des masques effrayants utilisés dans les danses de Cham pendent du plafond. De nombreuses personnes viennent prier Amitayus, Bouddha de longue vie et les huit Bouddha de médecine. Pour l'historien de l'art Roberto Vitalli, les contacts entre les maîtres spirituels du Tibet et leurs protecteurs royaux de la Chine des Yuan puis des Ming ont favorisé les influences réciproques entre les artistes chinois, népalais et tibétains. Ainsi un style cosmopolite s'est créé à Gyantse qui à son tour a fortement influencé l'art chinois.

Dans la même enceinte, se dresse le KUMBUM ou Pango chörten, le chörten des 100.000 images. Construit sur le modèle des stupa indiens entre 1414 et 1424, il fait partie des rares chörten épargnés, le plus important jamais édifié au Tibet. Haute de 35 mètres, sa structure est celle d'un mandala tridimensionnel qui se visite en une kora habituelle dans le sens de la pradakshina, sens des aiguilles d'une montre, jusqu'à la chapelle sommitale de Dorje Chang, le Bouddha primordial. C'est un chemin initiatique et ascensionnel qui, à travers 108 chapelles, permet de parcourir l'intégralité de la voie tantrique. Les statues très détériorées ont été refaites de façon souvent criarde reprenant les thèmes des fresques que les historiens de l'art comptent parmi les plus beaux exemples d'art tibétain au monde. Toute la richesse et la fantaisie du panthéon tibétain s'expriment sous nos yeux éblouis : un des quatre gardiens du monde Hayagriva à la tête de cheval, Kubera dieu de la richesse monté sur un lion des neiges, Mahakala grande déesse noire tenant un crâne ouvert, Amitayus bodhisattva de longévité infinie avec Garuda. Nous signalerons aussi les figures centrales de Vairocana le brillant, dont le rôle est devenu

particulièrement important lors de la deuxième vague de diffusion du bouddhisme au Tibet ; et celle de Ratnasambhava personnification de la générosité. Au troisième étage, apparaissent des divinités tenant le dorje en équilibre devant les chakra du cœur, puis de la gorge. Le dorje ou vajra représente les moyens habiles, la méthode ; et la cloche, la sagesse, le but. Ils sont souvent associés, car ils sont les bases du développement mystique tibétain. La figure verte d' Amogasiddhi, Bouddha transcendant du nord, porte le double dorje, le visvavajra, qui symbolise l' Absolu omniprésent, la roue de la Loi indestructible. Dans le tantra, il représente Sunya, la plénitude, le vide qui détruit le mal.

La fresque que j'ai préférée, la seule que nous ayons vue de ce type pendant tout le voyage est celle de la triple mise en abyme de anahata chakra : hridaya garbha, la caverne du cœur d'un premier personnage est habitée par une deuxième personne, dont le cœur est lui-même habité par une troisième personne minuscule. Ainsi est peut-être illustrée l'intime alliance entre disciple, guru et Absolu. Dans l'étage cylindrique ou boumpa (cloche) du stupa, quatre chapelles sont ornées de quatre grands mandala. Élégance des formes, visages aux traits fins, longs yeux curvilignes, épaules tombantes, position des corps en tribhanga (triple courbure), raffinement des bijoux, des robes et des trônes, subtilité des couleurs font de toutes ces œuvres du Kumbum de Gyantse l'expression d'un art à son apogée. Grâce aux explications de Vigyanananda, nous avons partagé un pur moment de beauté et de bonheur et nous avons tous conscience de ce grand privilège.

SHIGATSE est la deuxième ville du Tibet. Tout y est en chantier : avenues éventrées, canalisations en cours d'installation, poteaux et fils électriques en vrac, ravalements et peintures des façades. Tout est mené de front dans la poussière et un apparent désordre. Le monastère gelugpa de TASHILUNPO («Montagne bénie») fut fondé en 1447 par Gedundrub, le premier Dalaï-Lama, neveu et disciple de Tsong Khapa et il fut agrandi par le quatrième Panchen-Lama Lobsang Chokyi Gyaltsen (1570-1662) qui reçut le titre de Panchen Rinpoche en 1655, «Grand Maître Précieux». Les Panchen-Lama reconnus comme des incarnations du Bouddha Amitabha (tib. Wopame : Bouddha de lumière infinie) occupent un rang supérieur à celui des Dalaï-Lama. 5000 moines y étudiaient, il en reste 870 de nos jours. A l'entrée, les fidèles font sonner la cloche et évitent de marcher sur la svastika de turquoises qui marque le seuil.

Le haut bâtiment rouge au toit en or est le Jamkhang Chenmo, construit en 1914 par le neuvième Panchen-Lama, qui abrite une statue de Maitreya, Bouddha du futur, de 26 mètres en bronze doré. Il tient dans la main gauche un vase, symbole des trésors cachés, et dans la main droite une roue, emblème du Bouddha Sakyamuni. Il contient des reliques, des textes et 300 kilos d'or. Nous visitons ensuite la chapelle de Tsong Khapa représenté faisant le jnana mudra de la connaissance, une épée dressée dans la main droite et un livre dans la main gauche, indiquant les deux voies, celle du tantrisme et celle de la voie progressive. De chaque côté, 1000 petites statues identiques l'encadrent.

Le plus grand palais, le Kesang Lhakhang, contient le grand trône des Panchen-Lama et deux chapelles, l'une dédiée à Sakyamuni, l'autre à Drolma, la

Tara blanche à sept yeux, sculptée en 1466 par des artistes newar venus du Népal. A l'angle nord-est du complexe, se dresse un grand mur blanc qui sert de support à un thangka de 40 mètres de haut pendant le festival du mois de juillet. Ce monastère est actif et certains pèlerins comptent le nombre de kora effectuées en faisant des petits tas de cailloux. Nous faisons en une heure et demie la grande kora extérieure de trois kilomètres, bordée de moulins à prières, qui nous fait gravir la crête et admirer la plaine.

Lhatse, Saga, Punsum seront nos prochaines étapes sur une bonne route qui nous fera franchir des cols entre 4500 et 5280 mètres d'altitude. Au-delà du col de Mayum La, le plus haut, nous découvrirons le lac Manasarovar et le Mont Kaïlash où nous resterons six jours. Nous serons au sens propre et figuré à l'apothéose de notre voyage dans ce pays des neiges éternelles, demeure des dieux.

Pour nous attirer leurs faveurs, avec Vigyanananda et Dinesh nous avons chanté les mantra hindous et bouddhistes :

AUM tryambakam yajamahe sugandhim pushtivardanam urvarukamiva bandhanan mriityor mukshiya maamritath

AUM, toi Shiva aux trois yeux, roi de la création, au parfum de fleurs, aide-nous à nous libérer de la peur de la mort, comme le concombre mûr se détache de sa tige.

AUM mani padme hum

AUM le joyau est dans le lotus du cœur.

C) TIBET. MAI 2011. Pèlerinage au lac Manasarovar (4588 m.) et au Mont Kaïlash (6714 m).

Le dimanche 15 mai 2011, un des deux jours sacrés du mois, avant que nous ne quittions le Népal, Dinesh SHARMA et Jacques VIGNE nous invitèrent à participer à une puja au temple de Shiva de Pashupatinath, qui est en relation spirituelle avec les autres temples consacrés à ce dieu et bien sûr avec le Mont Kaïlash, résidence de Shiva et de Parvati, "la fille de la montagne". Après récitation des mantra et oblations au feu, les pujari nous offrirent des mala de graines de rudraksha, arbre dédié à Shiva. Nous étions ainsi placés sous sa bienheureuse protection.

C'est après avoir traversé les vastes étendues du plateau tibétain pendant six jours et avoir franchi le col de Mayum La à 5280 m. que nous avons découvert avec éblouissement l'immensité turquoise du lac Manasarovar. Plus loin, vers le nord, nous devinions le tétraèdre immaculé du Mont Kaïlash. Ces deux lieux sont indissociables et complémentaires : le lac est Parvati, le féminin, le mouvement, prakriti, la substance primordiale ; la montagne est Shiva, le masculin, la fixité, purusha, la conscience. Les deux épopées antiques du Mahabharata et du Ramayana décrivaient déjà l'irrésistible attirance de ces lieux sur l'esprit des héros. Nous allions poser nos pas dans les leurs et dans ceux des rishi, saints, swami et voyageurs qui avaient parcouru depuis des temps immémoriaux leurs berges et leurs sentes.

Notre premier réflexe fut de nous baigner dans les eaux purificatrices du lac dont le nom sanskrit signifie "océan du mental" et dont le nom tibétain Maphan Yum Tso le définit comme "le lac turquoise d'invincibilité", car tous les vœux y sont réalisés. Le poète hindou du 3^{ème} siècle Kalidasa décrit la nature spéciale de ses ondes, dont le scintillement est semblable à du vif argent :

“Quiconque voit son corps touché par la terre du Manasarovar, quiconque se baigne en lui, ira au paradis de Brahma. Quiconque boit son eau gagnera les cieux de Shiva et sera libéré des péchés de cent naissances”.

Le lendemain, nous avons longé les rives du lac bleu intense jusqu'au Trugo monastery, vers le sud, tout en admirant les pentes enneigées du Gurla Mandhata (7738 m), dorées sous le soleil. A partir de ce jour-là, nous serions surpris en permanence par les brusques alternances de chutes de neige et d'éclaircies ensoleillées et quelquefois de tourbillons de sable. Le Trugo Gompa, reconstruit en 1984, est le plus important des monastères du Manasarovar. L'image principale en est Dorje Chang (Vajradhara), le porteur de vajra, manifestation tantrique de Sakyamuni et Bouddha primordial des Kagyupa. A cet endroit du rivage, l'eau est claire, les galets lisses, et les hindous s'arrêtent en ce lieu de bon augure pour s'immerger. Sur le chemin du retour, un groupe de quatre Tibétaines, dont deux très âgées, vêtues de manteaux traditionnels de laine et parées de turquoises, luttaient comme nous contre la soudaine bourrasque de neige. Elles venaient du Népal à pied par les cols himalayens pour faire la kora et leur adaptation à l'environnement était telle qu'elles réussirent à l'abri d'un chörten, avec le minimum d'ustensiles, à faire du thé. Dans la soirée, elles dépassèrent notre camp.

30 mai 2011. Il a neigé cette nuit et nous quittons le lac sous un ciel bas pour visiter le modeste monastère de Chiu (“monastère de l'oiseau”) avant de regagner Darchen. Du sommet de la falaise, nous dominons le lac Manasarovar et le lac Rakshas Tal, lac des démons de la mythologie hindoue, qui communique faiblement depuis peu avec le premier lac, signe d'un avenir favorable au bouddhisme tibétain. La chapelle principale est dédiée au maître indien Padmasambhava (nom tibétain: Guru Rinpoche), qui a développé et enrichi au 8^{ème} siècle le bouddhisme Mahayana au Tibet et aurait passé là ses sept derniers jours.

La soirée à Darchen est consacrée au tri des bagages que nous devons alléger, car nous apprenons que les yacks ne passent plus le col de Drolma La à 5470 m. à cause de l'épaisseur de la neige et que nous aurons recours aux services de porteuses tibétaines. Une dizaine d'amies du groupe préfèrent, après nous avoir accompagnés au départ du sentier, rester les trois jours suivants au bord du lac Manasarovar, dans une guesthouse familiale fort sympathique.

Mardi 31 mai 2011 : début de la kora.

Nous nous sommes d'abord arrêtés à Tarboche, “le grand mât”, qui est dressé chaque année à la pleine lune d'avril lors de la grande fête de Saga Dawa, qui commémore la naissance, l'éveil et la mort du Bouddha et pendant laquelle de nouveaux drapeaux de prière sont tendus et où chacun vérifie la verticalité parfaite du mât, gage de prospérité et de bonheur pour le Tibet. Le plateau qui domine la vallée abrite le plus grand charnier du pays, où sont exposés les corps des lamas et des dignitaires livrés aux vautours. Drachom Ngagye Durtro est le cimetière des 84 Mahasiddha ou Drup Chen, êtres qui ont acquis par leur pratique intense de yoga de multiples capacités surnaturelles.

La marche de onze kilomètres en pente douce de Chuku bridge à Drira Phuk, le long de la rivière Lha Chu (“rivière des dieux”) était un enchantement. Nous pouvions admirer les faces sud, ouest et nord du Kailash, qui signifie “joyau de la montagne des neiges” ou “montagne du joyau”. D'ailleurs le kalasha est la pointe de cuivre des temples et des stupa. Les hindous et les jaïns le considèrent comme l'axe du monde, le Mont Meru, la résidence des dieux, dont le darshan offre la possibilité d'atteindre l'illumination et la libération, “moksha”, en une seule existence. Pour les Tibétains qui l'appellent Kang Rinpoche “précieuse montagne enneigée”, il abrite le palais mythique de Demchok et Dorje Phagmo, symboles de compassion et de sagesse, protecteurs du Tibet et de la Terre. Les adeptes du Bön, qui pratiquent une religion très ancienne proche du bouddhisme teintée d'animisme et de chamanisme, font les 53 kilomètres de la kora, contrairement aux autres, dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. De ses glaciers, naissent les quatre principaux fleuves du sous-continent indien, la Karnali, affluent du Gange, le Brahmapoutre, l'Indus et la Sutlej.

Cette montagne sacrée est née des fantasmagories d'un créateur surréaliste : le relief des falaises de grès est tourmenté en une succession de tourelles, de crêtes

acérées, de canyons et cascades, de plissements verticaux et horizontaux. Failles et pitons, Shiva lingam sont très souvent présents en un rythme ternaire, tels les trois pics des Tselha Namsum, les trois déesses de longévité, d'où surgit la cascade de "la queue du cheval du roi Gesar de Ling". Ces remparts ocres, rouges, aux trimurti naturelles, servent d'écrin au diamant du Kaïlash dont on aperçoit par des brèches ou portes les grandes faces immaculées.

Au tiers du chemin, se dresse la pierre du Kyiki Tapho (Blissful Horse) avec la forme rangjung (autogène) d'un cheval. Milarepa y accordait une importance particulière : la chevaucher apporte paix et bénédictions. Comme les autres pèlerins, nous nous sommes étendus à l'envers sur le rocher poli et ainsi avons vu l'image inversée du Shiva lingam, alors au-dessous de la falaise. J'y ai rencontré un swami de la Ramakrishna Mission de Bangalore et nous étions heureux de continuer la marche ensemble, de parler des pranayama et de Kali, son ishta devata.

La pyramide parfaite de cette montagne superbe et ses quatre faces triangulaires aux stries horizontales lui ont valu le nom de "montagne-svastika", symbole de la doctrine ésotérique bouddhiste et de la force spirituelle. Le Kaïlash est un mandala tridimensionnel, une représentation de l'univers avec la symbolique des quatre façades aux quatre portes, aux quatre points cardinaux, correspondant aux quatre parties du monde, aux quatre éléments, à des divinités et aux principes qu'elles représentent. L'architecture des temples, des stupas et des chorten dans toute l'Asie reprend cette structure et cette symbolique complexe. Le point central, le plus sacré, représente l'axe du monde et son équivalent chez l'homme : la colonne vertébrale ou Meru-danda: bâton de Meru. La Siva-samhita dit:

"Dans le corps humain se trouve le Mont Meru, ainsi que les sept continents, les rivières, les océans, les montagnes, les domaines et les gardiens des domaines..."

L'énumération continue pour exprimer l'idée essentielle du tantra que l'univers entier se retrouve à l'intérieur de l'homme. Macrocosme et microcosme sont en correspondance. Nous pouvons lire dans Le Hatha Yoga Pradipika (III. 52) :

"Au sommet du Mont Meru est une cavité évidée à l'intérieur, recouverte de neige. C'est là, affirme le sage, qu'est la Réalité..." Ce traité souligne l'importance de khecai mudra pour atteindre la nature de l'atman, au delà du mental, inconditionnée, indépendante de toute pensée ou image.

A chaque méditation matinale, Jacques Vigne nous invita à vivre et à inscrire au plus profond de nous-mêmes le redressement, l'élévation spirituelle, le mariage intérieur, la pleine conscience et la compassion. Apaiser le mental, le mettre en silence permettent d'accéder à un état de conscience détaché, léger, libre, ouvert. Le pèlerinage tantrique n'a pas la nécessité de suivre un itinéraire fixe, ni d'accomplir des rites dans des lieux consacrés, car les sites géographiques ne prennent leur sens qu'intériorisés dans le corps et la conscience du pratiquant. Le soir, juste avant le dîner, à Drira Phuk (4860 m), la face nord du Kaïlash apparut soudain illuminée d'or par le soleil couchant, entourée des trois pics Chana Dorje, Jampelyang et Chenresi, images de Vajrapani, Manjushri, Avalokiteshvara, les trois bodhisattva d'énergie, de sagesse et de compassion. Personne n'oubliera cette vision inattendue et nous pensions aux vers du poète mystique Milarepa (1040-1123) :

"Je regarde la voûte bleue là-haut
Et découvre soudain le vide de la réalité.
Je regarde lune et soleil là-bas
Et découvre soudain la luminosité de l'esprit.
Je regarde le pic montagneux par là
Et découvre soudain la concentration immuable."

1 juin 2011: la saison de neige et de froid est exceptionnelle, il a neigé toute la nuit et au petit matin, nous sommes obligés de renoncer à passer le col de Drolma La à 5470 m ; nous ne pourrions achever la kora. Les plus sportifs grimpent sur le promontoire au dessus du glacier, tandis que le reste du groupe visite le beau petit monastère drukpa kagy de Drira Phuk ("caverne des cornes du yack femelle") habité par quinze moines qui

tiennent également une guesthouse joliment décorée de peintures multicolores. Ils chantent des mantras aux sons des conques et des gongs. Construit au 13^{ème} siècle et détruit par les Chinois au moment de la Révolution culturelle, il a été reconstruit en 1986. Le mur central est orné de 108 statues de Milarepa, main sur l'oreille droite, absorbé dans l'écoute du silence. Au fond, une caverne de méditation abrite la statue de Götshangpa, qui fut un des premiers maîtres à explorer le Kaïlash.

Nous descendons par le même chemin vers Tarboche dans un paysage de dégradés de blancs et de gris. Il neige par moments et cela n'empêche pas un petit moine de 7 ans et sa soeur d'entreprendre la kora. Ils sont accompagnés de quatre chiens aux longs poils noirs qui pourront les réchauffer et qu'ils nourrissent en priorité avec quelques-unes de mes provisions. Dinesh dira de lui :

“- He has an extraordinary beautiful face, like a girl ; he is a living Buddha.”

Nous sommes tristes de quitter ces lieux bénis, inspirés, où souffle l'Esprit. Il existe une kora intérieure qui part de Darchen, pénètre à l'intérieur du massif et passe à la base du Kaïlash. Elle est certainement plus haute et difficile à tous points de vue et est réservée aux personnes qui ont accompli treize kora extérieures.

En trois jours de route, nous regagnons la frontière népalaise par la piste du sud, dans des paysages sublimes de lacs turquoises et de sommets enneigés, dont le Shisha Pangma (8012 m), le plus haut sommet du Tibet. Deux jours plus tard, les Chinois interdiront l'accès du Tibet aux étrangers. Nous avons ainsi eu la chance unique de passer entre deux interdictions dont la raison invoquée est le 60^{ème} anniversaire de la "Libération du Tibet". La liberté a quand même des limites !

Nous remercions chaleureusement :

- l'équipe des chauffeurs tibétains, dont le nôtre, Phudo, qui n'a cessé de psalmodier des mantras, à longueur de journée, quelquefois pour se tenir éveillé.
- l'équipe des cuisiniers népalais qui montaient nos tentes, nous servaient chaque matin, même sous la neige, le bed-tea avec le sourire. De vrais chefs !
- les guides tibétains et népalais : Jigme, Sonam, Chhawang, Ridgin et Tenzin.
- Dinesh Sharma, son organisation parfaite, sa générosité, son enthousiasme et ses rires.
- Jacques Vigne, dont le pranayamox (kapalabhati) a largement remplacé le Diamox (sans effets secondaires) et qui nous a guidés dans les arcanes d'un voyage d'exception.

Les échos des vers de Milarepa résonneront longtemps dans nos coeurs :

«Elle est la montagne aux délicieux parfums,
Lieu où poussent les simples et les herbes sauvages,
Vaste pèlerinage des êtres accomplis,
Site d'une concentration infinie et joyeuse.
Plus merveilleux, il n'y a pas.
Plus étonnant, il n'y a rien.»

Joelle Coiret (01/07/2011)