

# MANTRA SUPERSTAR

Que deviennent les vibrations des mantras, traditionnellement chantés sur des tons et mélodies spécifiques, lorsqu'ils fusionnent avec les musiques actuelles ? Ce mouvement de métissage est très vivant dans le monde entier !

Par Julien Levy

# m

Mantra, deux syllabes qui signifient outil (*Tra*) de l'esprit (*Man*). « Ce n'est pas qu'un mot ou un ensemble de mot, précise Silke Schroeder, enseignante de yoga et de sanskrit à Paris, c'est une vibration qui peut guider le mental au-delà de ses limites ». Pop, rock, folk, electro, hip hop... tous les genres de musiques actuelles utilisent les mantras. Ancien bassiste du groupe Indochine aujourd'hui investi dans une voie spirituelle, Diego Burgard pense que « les mantras sont absolument universels. Tous les styles peuvent les intégrer, du moment qu'ils respectent la vibration intrinsèque à chaque mantra ». Ce mouvement de métissage est très vivant dans le monde entier, avec en tête, des artistes comme Deva Premal et Miten (voir interview) ou Krishna Das, devenu une véritable rock-star du mantra. Aux États-Unis, cette année, le *Bhakti without borders*, projet collectif et caritatif, a même été nommé dans la catégorie album New Age aux *Grammy Awards*.

## FOLK

Mantras et folk-world forment un mariage très prisé. Lulu & Mischka, duo germano-australien, se sont rencontrés dans un stage de méditation. Dans un style très folk, avec la voix cristalline de Lulu, leur album *Heart Wide Open* regroupe des mantras de diverses traditions. « Interpréter ces textes sacrés sur nos compositions occidentales rend leur univers magique accessible aux personnes qui sont peu familières avec les mantras » expliquent-ils. L'artiste américain Sean Johnson est plutôt ancré dans le folk-rock. Les kirtans (chants dévotionnels traditionnels) sont à ses yeux « une forme de purification et de libération, une porte d'accès vers le silence sacré. » L'artiste forme un trio depuis 11 ans avec les mêmes comparses. « Nous cherchons à guider le public dans la profondeur et la diversité des *rasas* (états émotionnels) en mélangeant les kirtans avec nos influences musicales respectives ».



DIEGO BURGARD



BRENDA MEMORROW



DEVA PREMAL ET MITEN

### POP

Avec des artistes comme Donna de Lory, les mantras prennent des couleurs pop. Ancienne choriste de Madonna, Donna de Lory a mené une carrière solo puis a pris un virage dévotionnel dans les années 2 000. En mixant les mantras avec un paysage musical très vaste, autant des rythmes hypnotiques que pop ou épurés, elle a trouvé sa voie. Et, parfois, un mantra peut devenir un tube radio ! Ce fut le cas en 2012 au Japon. Will Blunderfield, professeur de yoga et ancien chanteur de comédies musicales, est devenu une star avec son titre « Long Time Sun », qui débute par les premiers vers du Tryambakam, un verset du Rigveda, où l'on s'adresse au Dieu Shiva.

### ÉLECTRO HIP-HOP

La musique électro flirte elle aussi avec les mantras. En 2012, le duo *So What Project* a fait danser les foules sur des mantras techno-rock dans les Yoga Raves du monde entier. L'année dernière, Ananda & Jaya Lakshmi, habitués des bhajans traditionnels (chants dévotionnels proches des kirtans), ont sorti un deuxième album de « kirtronica », contraction de kirtan et electronica. MC Yogi fait lui aussi danser... et méditer ! Artiste et professeur de yoga, il est connu pour l'album *Elephant Power*, dédié à Ganesh et pour son titre *Vote For Hope*, en soutien de Barack Obama. MC Yogi imprègne la culture hip hop avec celle du yoga. Et vice versa. Il distille des paroles d'amour universel, raconte l'histoire de Gandhi ou de Ganesha sur des beats urbains. Govind Das et Radhe mixent eux aussi les mantras avec la musique qu'ils aiment : electro-chill out, reggae. « Les mantras nous ouvrent à qui nous sommes vraiment : des êtres spirituels », confient les concepteurs de l'album *Lunar mantras*.

## LE MANTRA, UNE FORME DE MÉDITATION

Un mantra est une formule condensée, formée d'une seule ou de plusieurs syllabes, répétée plusieurs fois (mentalement ou de vive voix), dans le cadre d'une pratique de méditation ou dévotionnelle. Traditionnellement, un mantra doit être prononcé de manière précise en respectant une intonation et un rythme précis. Chaque mantra a un sens profond particulier. Voici deux exemples :

- Gayatri Mantra / Méditation sur le Soleil divin, source de toute lumière de ce monde.
- Lokah Samastah Sukhino Bhavantu / Puissent tous les êtres vivants demeurer libres et heureux.

### MÉTISSAGE : POUR OU CONTRE ?

Que penser alors de ce métissage de mantras et musiques actuelles, sur des mélodies parfois différentes ? Est-ce une dénaturation ou une démocratisation ? « Je soutiens tout ce qui élève intelligemment le cœur de l'être humain. Mixer mantras et musiques actuelles les rend accessibles et peut nous amener à les explorer plus en profondeur » indique par exemple Silke Schroeder. Arnaud Kancel, professeur de yoga Ashtanga à



SEAN JOHNSON & THE WILD LOTUS BAND RIVER © HI RE




DONNADELOREY\_SANCTUARY



LULU & MISCHKA

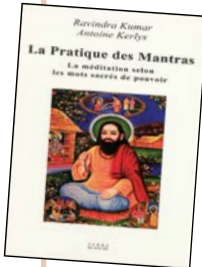
- Montpellier reconnaît, lui, ne pas être fan des pratiques modifiées. « Le yoga doit nous emmener dans nos couches profondes. En mettant des mantras en musique, on y ajoute une dimension propice à la distraction et à l'agitation. La véritable recherche dans le chant de mantras est l'état de silence ». Le guru Goswami Kriyananda adopte une position plus ouverte : « Il y a deux attitudes concernant le mantra. L'une maintient qu'il doit être exécuté au pied de la lettre : sons, rythme et articulation. La seconde, que l'Esprit de la lettre est plus important ». À méditer. En silence... ou en musique !

*à lire  
à écouter*



**Le pouvoir des mantras,**  
Goswami Kriyananda. éd. CKYF.

**La pratique des mantras,**  
Ravinda Kumar et Antoine Kerly's. éd. Dervy.



Rendez-vous en pp. 20-21  
pour consulter notre  
sélection d'albums

## « Mantra, une porte vers la paix intérieure »

Au cœur de leur tournée *Shine your light*, où ils présentent leur nouvel album *Songs for the Sangha*, Deva Premal & Miten nous ont accordé cette interview sur leur pratique des mantras.

**ESPRIT YOGA :** Pourquoi chantez-vous des mantras ?

**DEVA PREMAL :** Enceinte de moi, ma maman chantait des mantras et j'ai reçu le Gayatri Mantra à ma naissance. Nous le chantions tous les soirs pour me souhaiter bonne nuit.

**MITEN :** C'est de la thérapie sonore avec effets positifs sur nos vies et celles des personnes qui viennent chanter et méditer lors de nos concerts.

**EY :** Quels bienfaits en retirez-vous ?

**D.P. & M. :** C'est un sentiment incroyable de bien-être. Lorsque tu adoptes un mantra, il devient un ami fidèle qui ouvre la porte vers la paix intérieure, quel que soit ton état de stress. Les mantras nourrissent l'âme, c'est comme une douche purifiante pour notre monde intérieur.

**E.Y. :** Vous mélangez mantras et musiques actuelles...

**D.P. & M. :** Cela nous est venu naturellement, il y a 20 ans, lorsque nous avons commencé à faire de la musique ensemble. Nous avons reçu tellement de messages de personnes témoignant à quel point écouter et chanter le Gayatri Mantra avait changé leur vie. C'est très inspirant !

## MON EXPÉRIENCE DES MANTRAS

Par Julien Levy

La route avait été longue à l'arrière de cette Hindustan Ambassador sur les routes cabossées du Kerala, qui menaient à l'ashram Sivananda de Neyyadam. C'est là que j'ai pour la première fois été immergé dans les mantras. Om Namah Shivaya à tous les coins de l'ashram, Jaya Ganesha le matin, Maha Mantra avant chaque repas, d'autres mantras le soir... Je

venais me ressourcer par le yoga, qui était pour moi une pratique posturale et respiratoire. Les mantras me semblaient hippies et ésotériques. Pourtant, dès le lendemain, je me surpris à chanter Jaya Ganesha pendant le karma yoga... C'est la magie des mantras. Leur vibration dénoue des blocages insoupçonnés de manière subtile et rapide. Les chanter seul permet de calmer le mental et d'opérer un nettoyage intérieur en fixant l'esprit sur une qualité à cultiver : la compassion

avec Om Mani Padme Hum, la transformation de l'égo avec Shiva, la lumière et la vérité avec Asatoma, l'amour avec Radhe... Les chanter en groupe, sous forme de kirtans, procure une énergie extrêmement nourrissante... La répétition du mantra, hypnotique, déconnecte le mental et ouvre à la richesse de l'inconscient, où le mantra peut semer ses graines de sagesse. Aujourd'hui, les mantras sont des compagnons qui m'aident à garder la voie sur les chemins. Même cabossés.