

*Emmanuel Carrère*

**Yoga**

**EMMANUEL  
CARRÈRE**

**P.O.L**



Yoga

DU MÊME AUTEUR

*Chez le même éditeur*

BRAVOURE, Prix Passion 1984, Prix de la Vocation 1985  
LA MOUSTACHE, 1986  
LE DÉTROIT DE BEHRING, Grand Prix de la science-fiction 1987,  
Prix Valery Larbaud 1987  
HORS D'ATTEINTE ?, Prix Kléber Haedens 1988  
LA CLASSE DE NEIGE, Prix Femina 1995  
L'ADVERSAIRE, 2000  
UN ROMAN Russe, 2007  
L'AMIE DU JAGUAR, 2007 (première édition : Flammarion, 1983)  
D'AUTRES VIES QUE LA MIENNE, 2009  
LIMONOV, Prix Renaudot, Prix des prix, Prix de la langue française, 2011  
LE ROYAUME, Prix *Le Monde*, Meilleur livre de l'année - *Lire*, Lauréat du Palmarès 2014 *L'Express*, 2014  
IL EST AVANTAGEUX D'AVOIR OÙ ALLER, 2016  
  
Collectif, EMMANUEL CARRÈRE : FAIRE EFFRACTION DANS LE RÉEL, 2018

*Chez d'autres éditeurs*

WERNER HERZOG, Edilig, 1982  
JE SUIS VIVANT ET VOUS ÊTES MORTS : Philip K. Dick, 1928-1982,  
Seuil, 1993

Emmanuel Carrère

# Yoga

*P.O.L*

33, rue Saint-André-des-Arts, Paris 6<sup>e</sup>

© Emmanuel Carrère et P.O.L éditeur, 2020  
ISBN : 978-2-8180-5138-2  
[www.pol-editeur.com](http://www.pol-editeur.com)

Si tu fais advenir ce qu'il y a à l'intérieur de toi, ce que tu feras advenir te sauvera. Si tu ne fais pas advenir ce qu'il y a à l'intérieur de toi, ce que tu n'auras pas fait advenir te tuera.

Évangile apocryphe de Thomas





**I**

**L'ENCLOS**



## **L'arrivée**

Puisqu'il faut commencer quelque part le récit de ces quatre années au cours desquelles j'ai essayé d'écrire un petit livre souriant et subtil sur le yoga, affronté des choses aussi peu souriantes et subtiles que le terrorisme djihadiste et la crise des réfugiés, plongé dans une dépression mélancolique telle que j'ai dû être interné quatre mois à l'hôpital Sainte-Anne, enfin perdu mon éditeur qui pour la première fois depuis trente-cinq ans ne lira pas un livre que j'ai écrit, puisqu'il faut donc commencer quelque part, je choisis ce matin de janvier 2015 où, en bouclant mon sac, je me suis demandé s'il valait mieux emporter mon téléphone, dont j'aurais de toute façon à me défaire là où j'allais, ou le laisser à la maison. J'ai choisi l'option radicale et, à peine sorti de notre immeuble, trouvé excitant d'être passé au-dessous des radars. C'était un petit pas de côté encore de prendre le train à la gare de Bercy, un

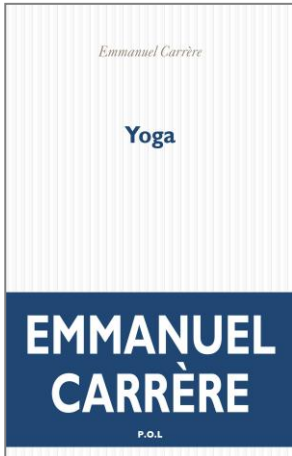
satellite de la gare de Lyon, modeste et déjà provincial, spécialisé dans la France profonde. Wagons vétustes, compartiments à l'ancienne, six places en première, huit en seconde, couleurs marron et vert-de-gris rappelant les trains de ma lointaine enfance, dans les années soixante. Des troufions dormaient, étendus sur les banquettes, comme si on ne les avait pas prévenus que le service militaire n'existe plus. Tournée contre la vitre poussiéreuse, ma seule voisine regardait défilé sous une pluie fine et grise les immeubles tagués de la sortie de Paris, puis de la banlieue est. C'était une jeune femme au physique et à la tenue de randonneuse, équipée d'un énorme sac à dos. Je me suis demandé si elle allait marcher dans le Morvan, comme il m'était arrivé de le faire autrefois, en partant de Vézelay et dans des conditions pas plus clémentes, ou si elle allait, qui sait ? au même endroit que moi. Délibérément, je n'avais pas emporté de livre, et j'ai passé le trajet – une heure et demie – à laisser flotter mon regard et mes pensées, dans une sorte d'impatience tranquille. Sans savoir vraiment quoi, j'attendais beaucoup de ces dix jours déconnecté de tout, injoignable, hors d'atteinte. J'observais mon attente, j'observais mon impatience tranquille. C'était intéressant. Quand le train s'est arrêté à Laroche-Migennes, la jeune femme au gros sac à dos est descendue en même temps que moi et, comme moi, comme une vingtaine d'autres personnes, s'est dirigée vers le terre-plein, devant la gare, où une navette devait venir nous chercher.

Nous l'avons attendue en silence, personne ne connaissant personne. Chacun regardait ses compagnons en se demandant jusqu'à quel point ils avaient l'air normaux. J'aurais dit oui, plutôt. Quand le car est arrivé, quelques-uns se sont assis deux par deux, moi seul, mais juste avant le départ une femme d'une cinquantaine d'années, au beau visage grave et creusé, est montée la dernière et a pris place à mes côtés. Un bonjour rapide, à mi-voix, puis elle a fermé les yeux, signifiant sans hostilité qu'elle ne tenait pas à engager la conversation. Personne ne parlait. Le car est très vite sorti de la ville et s'est mis à rouler sur de toutes petites routes, traversant des hameaux où rien ne semblait ouvert, pas même les volets. Au bout d'une demi-heure, il s'est engagé dans un chemin de terre, bordé de chênes, et arrêté sur une aire de gravier, devant un corps de ferme bas. Nous sommes descendus, on a déchargé les bagages de la soute avant d'entrer dans le bâtiment, par des portes séparées : une pour les hommes, une pour les femmes. Nous nous sommes retrouvés, entre hommes, dans une grande salle aménagée comme un réfectoire d'école, éclairée au néon, les murs peints en jaune pâle et ornés d'affichettes sur lesquelles étaient calligraphiées des sentences de sagesse bouddhiste. Il y avait de nouveaux visages, des gens qui n'étaient pas dans le car et avaient dû arriver en voiture. Derrière une table en formica, un jeune homme au visage ouvert et sympathique, vêtu d'un tee-shirt à manches courtes alors que tout le monde portait au moins

un pull ou une polaire, recevait un par un les nouveaux arrivants. Avant de se présenter à lui, il fallait remplir un questionnaire.

### **Le questionnaire**

Après m'être servi du thé, qu'on versait dans des verres de cantine en tournant le robinet d'un grand samovar en fer-blanc, je me suis assis devant le questionnaire. Quatre pages recto verso. Les premières n'appelaient pas de longues réflexions : état civil, personnes à prévenir en cas d'urgence, problèmes médicaux, traitements en cours. J'ai indiqué que j'étais en bonne santé mais que j'avais à plusieurs reprises souffert de dépression. Ensuite, on était invité à dire : 1) comment on avait connu *Vipassana*; 2) quelle expérience on avait de la méditation; 3) à quel moment de la vie on se trouvait; 4) ce qu'on attendait de la session. Les espaces réservés aux réponses ne dépassant pas le tiers de page, j'ai pensé que si je voulais attaquer sérieusement ne serait-ce que la seconde question il me faudrait écrire tout un livre et que ce livre, justement, j'étais venu ici pour l'écrire – mais ça, je n'allais pas en parler. Prudemment, je me suis contenté de dire que je pratiquais la méditation depuis une vingtaine d'années, que cette pratique avait longtemps été liée à celle du tai-chi-chuan (j'ai précisé, entre parenthèses : « petite circulation », pour



Emmanuel Carrère  
**Yoga**

Cette édition électronique du livre  
*Yoga* d'EMMANUEL CARRÈRE  
a été réalisée le 7 juillet 2020 par les Éditions P.O.L.  
Elle repose sur l'édition papier du même ouvrage,  
achevé d'imprimer en juin 2020 par Normandie Roto Impression s.a.s.  
(ISBN : 9782818051382)  
Code Sodis : U34255 - ISBN : 9782818051405  
Numéro d'édition : 370 921