



APPRENDRE ET ENSEIGNER LE YOGA AU 21^{ÈME} SIECLE

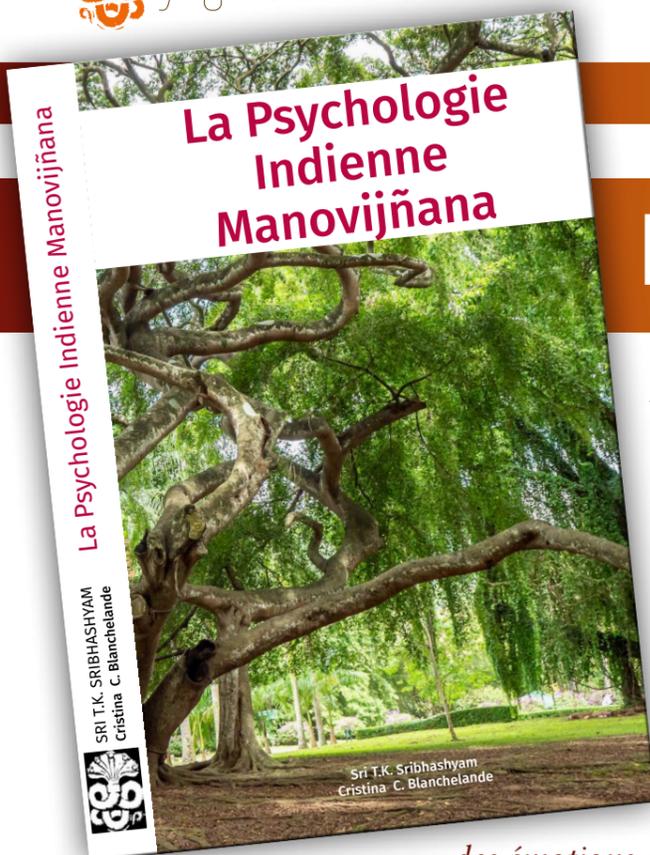
yogakshemam

DOSSIER DE PRESSE

NOUVELLE PARUTION

La Psychologie
Indienne
Manovijñana

Sri T.K. Sribhashyam
Cristina C. Blanchelande



NOUVELLE PARUTION

Les Éditions Yogakshemam ont la joie de vous annoncer la toute nouvelle parution du dernier livre de Sri T.K. Srihashyam, co-écrit avec Cristina C. Blanchelande :
La Psychologie Indienne - Manovijñana

Comme le titre l'indique, il est question de l'étude de la nature de l'âme et des fonctions mentales qui permettent l'insertion de l'individu dans le monde qui l'entoure.

Cela suppose l'étude de l'appareil psychique, des émotions et des interrelations entre ces deux champs, en même temps que ceci oblige une interrogation constante sur les phénomènes d'ordre général et ceux qui sont propres à chacun.

C'est dans cette perspective que la psychologie indienne fait partie intégrante de l'Ayurveda, la science de la vie, qui à son tour est issu d'un cadre philosophique plus large.

Dans ce livre sont abordés les principaux concepts qui constituent la grille de compréhension du fait psychique, ainsi que des mécanismes qui sont à l'œuvre lors de l'activité mentale.

La spécificité de l'âme et l'appartenance consubstantielle de l'individu au monde matériel forment le terreau où s'enracinent les principaux concepts qui sont traités dans cet ouvrage et qui structurent les champs de la personnalité, de la perception, de l'intellect, des émotions et de la conscience.

Les questions sont multiples et le champ d'investigation immense.

- Comment pouvons-nous percevoir ?
- Comment ce qui est perçu est reconnu, devient signe et puis symbole reconnaissable ?
- Qu'est-ce que l'intellect et quelle est sa fonction ?
- Quel est le rôle et la nature des émotions dans les échanges constants avec le milieu qui nous entoure ?

T.K. Srihashyam a souhaité mettre à la portée de chacun des réponses à ces questions à travers le développement de concepts venant de la tradition indienne.

Ce livre est dédié à tous ceux qui cherchent à comprendre le fonctionnement mental, la nature de la souffrance et les moyens d'en sortir et, j'en suis sûre, chacun y trouvera des éléments utiles à parfaire son propre cheminement.

(Cristina C. Blanchelande)



LES AUTEURS

Sri T.K. Srihashyam (1940-2017), a grandi dans une famille de Maîtres Spirituels qui se sont succédés sans interruption depuis le 9^{ème} siècle.

Cette lignée spirituelle appartient à la tradition Vishista Advaita, une des branches du Védanta. Son père et Maître, Sri T. Krishnamacharya, né dans le sud de l'Inde en 1888, est le père fondateur de l'enseignement du Yoga aux Européens. Il fut aussi un éminent médecin en Ayurveda (médecine indienne), et reconnu comme l'un des plus grands

érudits de la philosophie indienne.

Dès 1956, Sri T.K. Srihashyam enseigne le Yoga et pratique l'Ayurveda en compagnie de son Père. Cette transmission dura 45 ans durant laquelle il étudie les principes de la psychologie indienne aussi bien pour comprendre l'individu que comme outil thérapeutique.



Cristina C. Blanchelande : née en Argentine, elle grandit au Brésil et comprend très tôt que son cheminement l'emmènera à l'étude du psychisme humain.

Diplômée en psychologie de l'Université de Genève en tant qu'élève de Jean Piaget, elle commence alors en parallèle une longue formation comme élève de Sri T.K. Srihashyam tout en pratiquant la psychanalyse.

Depuis, elle n'a cessé de chercher à conjuguer les différents aspects de cette double formation.

Sri T.K. Srihashyam fonde l'Ecole Yogakshemam en 1982 et prodigue des formations en France, en Suisse, en Allemagne, en Italie, en Grèce...

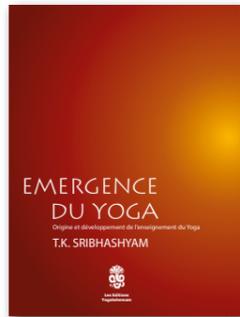
Il fonde l'Association Yogakshemam en 1989.

L'Association et l'École Yogakshemam dirigée par Estelle Lefebvre, continuent de perpétuer l'enseignement de Sri T.K. Srihashyam au travers :

> De formations de professeurs de yoga étalées sur 4 ans

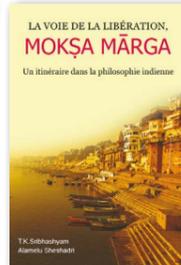
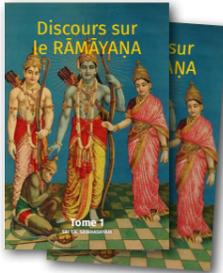
> De séminaires partout en Europe : un temps fort en 2022 le Congrès Anniversaire des 40 ans de l'École

> La diffusion de ses livres par Les Éditions Yogakshemam



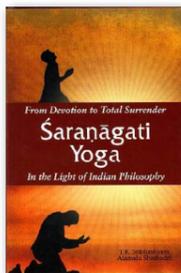
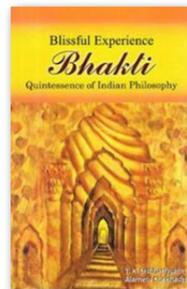
EN FRANÇAIS
Émergence du Yoga, origine et développement de l'enseignement du Yoga, par T.K. Srihashyam.
Paru aussi en anglais, allemand, espagnol, grec et italien.

La Psychologie indienne, Manovijnāna, état de béatitude, par T.K. Srihashyam et Cristina Blanchelande.
À paraître en anglais.



La voie de la Libération, Mokṣa Mārga, un itinéraire dans la philosophie indienne, par T.K. Srihashyam et Alamelu Sheshadri.
Paru aussi en anglais.

Discours sur le Rāmāyaṇa, les discours de Sri T.K. Srihashyam ont été retranscrits par Gabriel Gabriel et les citations du Rāmāyaṇa traduites par Sri T.K. Srihashyam
À paraître en anglais.



PARU EN ANGLAIS, À PARAÎTRE EN FRANÇAIS
Bhakti, quintessence of Indian Philosophy from Devotion to Total Surrender, par T.K. Srihashyam et Alamelu Sheshadri.

Śaraṇāgati Yoga, in the light of Indian Philosophy par T.K. Srihashyam et Alamelu Sheshadri.

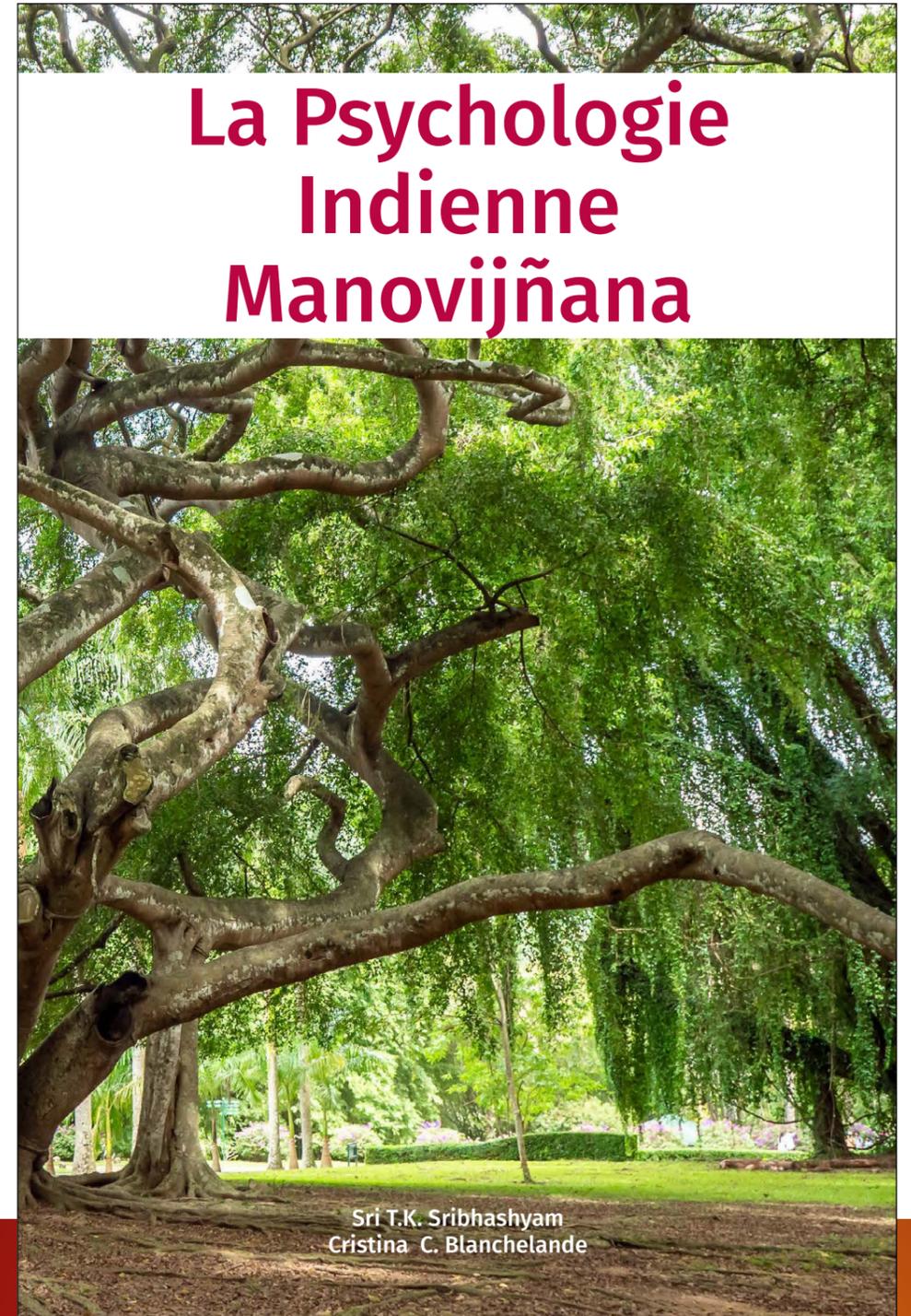
Ces livres sont disponibles à la vente sur la boutique du site :
www.yogakshemam.net

> La parution d'une newsletter 3 fois par an

Toutes les newsletters disponibles sur le site :
www.yogakshemam.net



La Psychologie Indienne Manovijñāna



Sri T.K. Srihashyam
Cristina C. Blanchelande

5

Buddhi, l'intellect

Le concept de *buddhi*

Le concept de *buddhi* est absolument central pour la compréhension des fonctions psychiques ; décrite dans tous les traités de philosophie, la référence à cette instance que l'on appelle *buddhi* est incontournable dès lors que l'activité mentale est concernée. Déterminante dans le processus de connaissance et de la jouissance qui en découle, *buddhi* est généralement associée à *ahaṁkāra* (l'ego) ainsi qu'à *manas* (le mental) avec lesquels elle entretient des liens si étroits qu'il nous paraît impossible d'imaginer leur indépendance. C'est pourquoi on les a réunis en une seule entité intellectuelle appelée *citta*, terme qui englobe les fonctions de l'organe interne sollicité en toute activité rationnelle.

Dans tout processus perceptif, *manas* est impliqué à travers ses connexions avec les organes sensoriels (*jñāna indriya*) et les organes moteurs (*karma indriya*) qui apportent d'innombrables informations venant du monde extérieur. *Manas* a la capacité de former des images brutes, sans détermination aucune : il s'agit d'images préalables à toute pensée, celle-ci étant impossible sans un support imagé. A ce stade, il n'y a pas de noms ni de catégories différenciées. *Manas* est aussi le siège de la mémoire qui est de deux sortes : celle qui est pure et celle qui est colorée par le *saṁskāra*. La mémoire pure est l'empreinte mnésique qui a été véhiculée par les *indriyas* avant qu'elle soit « colorée » par l'ego. Cette mémoire est à tout moment active, elle s'applique à tout objet perçu sans exception et peut être retrouvée.

Méditation ou *dhyāna*

Le terme de méditation est celui qui traduit *dhyāna* en sanscrit. Or, le mot méditation dans presque toutes les langues occidentales fait référence à une activité mentale proche de la pensée et donc, liée à la trame intellectuelle qui la fonde, la structure et la soutient. C'est probablement l'une des causes de l'utilisation de méthodes diverses basées sur des éléments qui maintiennent l'individu lié à son propre univers sémantique, entretenant d'une manière ou d'une autre son activité mentale.

Le concept indien de *dhyāna* diffère fondamentalement de celui de méditation tel qu'il est compris et utilisé dans notre langue. En effet, pour la pensée indienne, l'activité mentale est l'obstacle majeur pour atteindre *dhyāna* et sa pratique vise techniquement l'harmonisation et le contrôle de cette activité. D'autre part, il faut rappeler que la philosophie et la psychologie indienne considèrent la méditation (*dhyāna*) comme un moyen spécifique d'accéder à la perception et à la connaissance de l'âme ainsi qu'à celle du divin. Bien que la libération de l'âme présuppose une étude et une connaissance préalable de l'âme et du divin, la méditation est considérée comme la méthode indispensable pour arriver à la vision et à la libération de l'âme.

Commentant le *Yoga Sutra* de Patanjali, Vyāsa¹⁷ définit le *Yoga* comme une méthode de concentration. Ici, le terme de concentration est entendu comme un état mental qui devient « un » avec son objet et qui est maintenu dans la durée sans changement d'état. Lorsque ce type spécifique de concentration se projette sur l'âme ou sur le divin, il est appelé *dhyāna*.

On peut se demander légitimement pourquoi la méditation est un outil si précieux au regard d'autres pratiques spirituelles. Il se trouve que pour atteindre l'état de *dhyāna*, il faut mettre l'appareil psychique au service

Dhyāna, la méditation continue.

¹⁷ Vyāsa est le premier commentateur de *Yoga Sutra* de Patanjali.

Les neuf émotions de base

Les neuf émotions essentielles de base sont au départ à l'état latent et seront éveillées au gré de l'activité sensorielle. Il faut remarquer qu'il n'est pas possible d'imaginer le manque de l'une de ces neuf émotions puisqu'elles sont considérées comme l'essence même de la vie. Aussi longtemps que l'homme vit, ces neuf émotions existent en lui. Même l'homme « libéré » les aura toujours ; en fait il n'est libéré que des différents modes de manifestation de ces émotions, et en définitive l'homme libéré est celui qui réussit à maintenir en équilibre proportionnel les neuf émotions.

*Vāsana, impressions latentes de la dernière vie passée. Rasa, les émotions.
Kleśa, les afflictions. Saṃskāra, les impressions résiduelles des vies passées.*

Selon la psychologie indienne les neuf rasas ou émotions essentielles sont :

- Śānta, sérénité
- Śṛṅgāra, capacité d'attraction vers la beauté, Amour
- Adbhuta, émerveillement
- Vīra, bravoure
- Karuṇa, compassion
- Hāsya, allégresse
- Bhayānaka, peur
- Raudra, colère
- Bhībhatsa, répulsion

Quand vous ouvrirez ce livre, vous découvrirez comment, selon la tradition indienne, l'évolution de la matière s'est organisée et par quelle force elle a été ordonnée. Le microcosme que représente l'être humain, est régi par les mêmes lois ; derrière la matière, le subtil est omniprésent et omnipotent.

L'élan de vie, qui entretient le cycle des renaissances et nous fait traverser des aventures les unes après les autres, est essentiel dans la pensée indienne et vient éclairer notre vision du monde physique et psychique. Vous comprendrez l'origine de nos afflictions... et les solutions pour y remédier.

Par conséquent, pour soigner un individu, outre l'approche chimico-physique, les soins ne devront pas manquer de s'adresser à d'autres plans, invisibles, mais incontournables. Telle la méditation, tant portée aux nues de nos jours, qui vous sera présentée dans son aspect le plus traditionnel, loin des réflexions intellectuelles qui lui font barrage.

Vous trouverez l'ensemble des concepts clés de la psychologie indienne, détaillés et exposés tels que Sri T.K. Sribhashyam le souhaitait pour nous faire toucher du doigt un savoir millénaire, transmis depuis des générations, et qu'il avait reçu de son père et maître Sri T. Krishnamacharya.

Patrice Delfour



Les Éditions Yogakshemam
145 chemin des Courtioux
F-38680 ST André en Royans



9782954485546

Prix 24 €

TEMPS FORTS DE L'ÉCOLE YOGAKSHEMAM EN 2022

Congrès Anniversaire des 40 ans de l'École Yogakshemam en France
Nouvelle Formation de professeurs en Suisse débutant en octobre 2022 à Berne

LE SITE

[*www.yogakshemam.net*](http://www.yogakshemam.net)

CONTACT

Marie Altman

Responsable Collège Communication / Yogakshemam

0033(0)685418171

[*mariefa.yogakshemam@gmail.com*](mailto:mariefa.yogakshemam@gmail.com)

