



UNION DES PROFESSIONNELS DU YOGA

Il y avait un vide dans la représentation du yoga en France. L'UPY est née! Une Association Loi 1901 se proposant de rassembler, fédérer et représenter la communauté des professionnels du yoga en France : salles, professeurs, associations, écoles, fédérations, entreprises... Les missions : rassembler une communauté disparate, force de lobbying publique, labellisation des formations, centre ressources et aide administrative... Membres fondateurs et bureau : E. Garamond, V. Maillet, M. Sebih, E. Langevin, P. Frappeau, C. Ubico, C. Moreau, N. Alauzen.
Adhésion : 40 € (prof), 120 € (entreprises).
Labellisation : 150 €.

UPY - 78 ter rue Laugier, 75017 Paris
www.upy.yoga - contact@upy.yoga xx

LA BHAGAVAD GĪTĀ

En 4 épisodes, actuellement disponibles en audio sur France Culture (émission : Les chemins de la philosophie).

Épisode 1 : Faut-il renoncer pour mieux avancer ?
Épisode 2 : Krishna, libère-moi!
Épisode 3 : Le yoga, voyage au centre de soi (avec Colette Poggi)
Épisode 4 : Une œuvre universelle.



Quelle est l'histoire de ce poème mystique et philosophique rédigé en sanskrit aux alentours du IIIe siècle avant J.-C.? Que nous enseigne-t-il? Est-ce un guide pour bien agir?

<https://www.franceculture.fr/emissions/series/la-bhagavadgita-0>

MAHADEV OK

Il écrit des chansons depuis 1984, il est prof de yoga et sympathique. Son

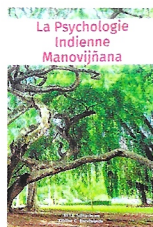
prochain album "Parsaad" est le fruit de sa découverte du Kundalini Yoga, des *mantra* dans le langage Gurmukhi!

Votre soutien sur la plate-forme de financement Kickstarter?

<https://www.kickstarter.com/projects/mahadevok/mahadev-ok-parsaad>

CAHIER D'ÉTÉ 2021

Il sortira bien courant juin. Inscrivez vos annonces jusqu'au 15 mai 2021 sur le site.
www.annuaireduyoga.com



Science de l'âme

Nous appelons un tel livre de tous nos vœux et nous reviendrons dans le JdY sur l'approche de la « psychologie » comprise au travers de la culture de l'Inde, de l'ayurveda et de ses textes anciens, ici principalement le *Sāmkhya Darsana* et le *Yoga Darsana*. Métaphysique, logique, science, éthique sont ici convoqués, tout étant interdépendant. Qui n'a pas souhaité connaître son fonctionnement mental et sa vraie nature, exemptée de souffrance ? Pour la pensée indienne, il y a, derrière la matière, le subtil. La condition première à l'équilibre psychique est indissociable de la quête spirituelle. L'approche dissocie savoir et connaissance où l'un vient du mental et l'autre de l'Être. Cette étude de l'âme est le fruit de la collaboration entre Sri T.K. Srihashyam (le fils de Krishnamacharya qui vivait à Nice), Cristina C. Blanchelande, disciple et psychanalyste et l'association Yogakshemam qui fait un travail formidable de transmission d'un enseignement traditionnel du yoga, au sens le plus large. Le livre conclut clairement que seule l'inactivation (provisoire mais effective) du sens de l'ego permet d'atteindre *sānti*, la sérénité et la paix.

LA PSYCHOLOGIE INDIENNE MANOVIJĀNA DE SRI T.K. SRIBHASHYAM ET C.C. BLANCHELANDE. ÉD. YOGAKSHEMAM. 2020. 282 p. 24 €.



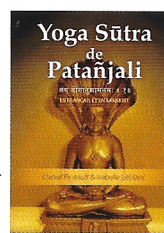
Besoin spirituel

Voilà un sujet rebattu, un peu tarte à la crème et aussi difficile à décrire. Le langage est parfois un piège. Ici, clarté et simplicité, gravité légère, à la manière de la douceur et des harmoniques d'un chant

grégorien, nous engageant dans une dynamique de la spiritualité, « source de ce qui, en moi, est la vie ». Le « Dieu des mystiques », on le préfère "très bas", c'est-à-dire au plus profond de nous, que très loin, en haut de la montagne. L'approche de l'auteur, Laurent Jouvét (voir JdY 227 p 12-13), s'inspire de toutes les traditions, dans un heureux syncrétisme, qui aime à convoquer Maître Eckhart : « ce n'est ni ceci ni cela » ; c'est le corps, c'est l'esprit, le vent, l'âme, un mélange de ces deux dimensions, témoins des choses en moi. Cette fréquentation avec le divin, non spectaculaire, que partage avec nous l'auteur dans une grande fraternité, avec également nombre d'exercices pratiques, pourrait bien nous aider à calmer notre agitation mentale et nos questionnements

sur la conscience, l'attention, l'intention, le silence, la présence...

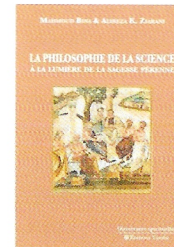
LE CŒUR DE LA SPIRITUALITÉ. CE QUI EST PARTAGÉ PAR TOUTES LES TRADITIONS DE LAURENT JOUVET. ÉD. ALMORA. 2021. 157 p. 16 €.



Patanjali

Il est vrai qu'en 1970, lorsque Desikachar est venu à Zinal en Suisse présenter le yoga classique de Patanjali, peu de professeurs connaissaient les *Yoga Sutra*. Depuis, tous ceux qui ont suivi les enseignements du maître, en Inde, en Europe ou au Québec, ont à cœur de partager leur compréhension de ces *sutra*. Les auteurs de ce livre, paru en 2016, année du décès de Desikachar, et fondateurs du Yoga Centre à Ste-Hyacinthe, près de Montréal, nous ont fait parvenir leur interprétation concise du texte en sanskrit translittéré et en français. Bonne lecture.

YOGA SŪTRA DE PATANJALI DE DANIEL PINEAULT & ISABELLE LEBLANC. ÉD. LE YOGA CENTRE. 2016. 95 p. 17 €. À COMMANDER SUR WWW.LEYOGACENTRE.COM



Antidote à la science

Méditer sur les enseignements symboliques, sur l'apport des religions encore vivantes et sur les sagesse éternelles est aussi une manière de mieux connaître la réalité.

Sans s'opposer à la science moderne et à ses réalisations technologiques qui aujourd'hui se sont arrogé le domaine de l'objectivité et de la raison, ce livre brillant questionne avec force et subtilité le scientisme omniprésent aujourd'hui dans le monde. Un monde qui pense résoudre l'essentiel par la science ou la technique. Les auteurs, éminents chercheurs, philosophes et mathématiciens de deux générations d'Iraniens, probablement ce type d'hommes sans âge, humanistes orientaux, versés aussi bien dans les sciences et la spiritualité, où le divin et le réel ne s'opposent pas, se proposent ici avec audace d'offrir une critique intellectuelle de la science moderne, révélée comme un simple système de croyances. La sagesse éternelle, elle, offrirait à la fois les clés de la connaissance véritable et le moyen de la réaliser, véritable raison d'être de l'homme. Rare.

LA PHILOSOPHIE DE LA SCIENCE À LA LUMIÈRE DE LA SAGESSE PÉRENNE DE MAHMOUD BINA & ALIREZA K. ZIARANI. ÉD. TASNIM. 2021. 154 p. 15 €.