

YOGAKSHEMAM e-Newsletter

Revue de Yogakshemam, France (association loi 1901) et Association Yogakshemam-Suisse

N° 04 - septembre 2016

Aussi publiée en allemand, anglais, espagnol, grec et italien

À la mémoire de mon père, Sri T.Krishnamacharya Trois types d'*ānanda* (joie)

Il existe trois types d'*ānanda*, la joie : la joie des plaisirs mondains, la joie de l'adoration et la joie de connaître Dieu ou Brahman. La joie de la jouissance mondaine est la joie du plaisir des acquisitions, l'argent, les plaisirs charnels, la célébrité, etc. La joie du culte est la joie que l'on éprouve en chantant le nom et les actes de Dieu. La joie de Brahman est la joie de la vision de Dieu.

Il faut cultiver un goût pour le nom de Dieu, peu importe comment Il est appelé. Si, par le chant du nom, notre attachement à Dieu grandit de jour en jour, et la joie remplit l'âme, on n'a rien à craindre. L'idée erronée disparaît et la grâce de Dieu remplira notre vie.

Par ailleurs, dans l'hindouisme chaque Dieu ou divinité est enguirlandé avec 108 différents noms qui facilitent invocation de Son nom sous un de ses noms ou de ses formes.

- T.K. Srihashyam .

Bhakti Yoga

Si Bhakti est défini comme étant une méditation sur Dieu en tout temps, alors cet effort est lui-même considéré comme un type de pratique du yoga. Le processus de progrès transcendantal de notre âme dans ce chemin de bhakti yoga peut être comparé à certains des phénomènes naturels que nous rencontrons dans notre vie humaine: L'arbre Ankola (*Alangium salvifolium*) soutient sa descendance en attirant automatiquement la graine qui a le potentiel de développement; les limailles de fer sont attirées par l'aimant; les rivières continuent à couler éternellement avec pour seul but d'atteindre les mers.

De même, il est naturel pour l'âme (*jīvātma*, l'âme qui vit dans ce corps humain) d'être attirée vers le Seigneur et demeurer en Lui pour toujours. Mais notre esprit agité est en proie à des distractions et des obstacles qui subjuguent cette aspiration naturelle. Pour permettre à l'âme d'exprimer librement son désir de Dieu, nous devons prendre conscience de la nature éphémère de la vie et de l'existence dans le monde environnant. Nous devons également comprendre la dichotomie fondamentale entre le corps impermanent et l'âme immortelle et nous rendre compte que le corps est soutenu par l'âme à chaque naissance. Le corps vieillit et meurt, mais l'âme

obtient un nouveau corps. Si nous méditons sur le pourquoi nous obtenons un nouveau corps à chaque naissance, nous nous rendons compte que c'est une chance pour que notre âme se dispense des autres naissances et atteint son état de béatitude originel.

Cette connaissance qui est le fondement du bhakti yoga, soutient le désir inné de l'union avec le Seigneur.

- T.K. Sribhashyam .

Upadeśa Sāhasri (Traité des mille enseignements) de Shankaracharya Une étude de William Altman - n° 1

En vue d'une série d'articles concernant le traité philosophique de Shankaracharya : "Upadeśa Sāhasri, Traité des mille enseignements ", voici une introduction concernant la vie de Shankaracharya, et le système philosophique qu'il a développé. Cette petite introduction fait abstraction d'une grande partie des histoires édifiantes concernant sa vie.

Si l'on se réfère aux biographies les plus souvent adoptées, Shankaracharya aurait vécu de 788 à 820 de notre ère. Né dans l'actuel état du Kérala, son père meurt alors qu'il est âgé de 5 ans. Après une initiation au brahmanisme, durant laquelle il montre des dispositions exceptionnelles, il décide de devenir sannyasin (celui qui renonce au monde afin de se consacrer à la vie spirituelle). Sa mère ne pouvant se résoudre à le laisser partir, il choisit de rester quelque temps avec elle afin de ne pas la brusquer. Il est dit qu'un jour, à l'âge de 8 ans, au cours d'une baignade un crocodile lui attrapa la jambe, c'est alors qu'il cria à sa mère : soit tu me laisses partir accomplir ma vie de sannyassin, soit le crocodile me mange et je disparaîs. Bien entendu sa mère l'autorisa sur le champ à partir afin de vivre sa vie d'ascète, le crocodile relâcha donc sa proie immédiatement. Le jeune Shankara se mit en route après avoir promis à sa mère qu'il reviendrait au moment de sa mort en vue d'accomplir les rites funéraires.

Les textes lui attribuent un nombre incalculable d'écrits, commentaires, traités, etc. Dès l'âge de 8 ans, il est supposé avoir mémorisé les 4 Vedas, à l'âge de 11 ans il a déjà écrit une grande partie de son œuvre, et avant l'âge de 16 ans l'une de ses œuvres maîtresses, les "Commentaires sur le Brahmasūtra". Le Brahmasūtra est un texte fondamental de la spiritualité de l'Inde, écrit par Vyāsa aux environs du 2ème siècle avant notre ère, il explicite l'enseignement du Vedanta, c'est pourquoi il porte aussi le nom de Vedanta-sūtra.

La tradition s'accorde pour dire qu'il quitte ce monde à l'âge de 32 ans. Le système philosophique qu'il développe s'appelle : l'Advaita Vedānta. Advaita : Signifie, duel dans le sens de dualité, et le préfixe A : la négation. Par conséquent Advaita signifie Non-Dualité. Veda : signifie Connaissance, dans le sens de Connaissance absolue, de Révélation. Anta : qui veut dire fin, dans le sens d'accomplissement, d'aboutissement. Vedanta : signifie donc fin du Veda, dans le sens de couronnement du Veda, aboutissement de la Connaissance absolue.

Le Vedanta constitue l'un des 6 grands systèmes de la philosophie brahmanique, l'un des plus importants courants de la pensée de l'Hindouisme classique, l'un des 6 Darshana (point de vue). Les 6 Darshana sont des écoles philosophiques, telles que : le Samkhya, le Nyaya, le Mimamsa,

qui étudient les différents constituants de l'univers, de l'individu, des règles du raisonnement, de la logique du mécanisme des rites etc.

La doctrine philosophique de Shankaracharya défend une forme absolue de la "non dualité", à savoir qu'il n'existe aucune autre réalité que Brahman. Qu'un seul Être, Infini, Eternel duquel dépend toutes les réalités manifestées dans l'univers : Brahman (nom neutre), ou *Paramātman*, âme Suprême, définit dans son essence comme Sat-Cit-Ananda, " Être-Conscience et Béatitude ". Par la Connaissance (Jñana), l'homme découvre que sa nature profonde n'est autre que cet "Être Suprême", hors des limitations de la condition humaine, hors des représentations du monde. Par cette connaissance, il obtient la délivrance *mokṣa*, en unifiant son âme à l'âme Suprême.

Un exemple illustre bien cette doctrine : Une cruche pleine d'eau plongée dans l'eau, l'eau de la cruche est de même nature que l'eau dans laquelle la cruche est plongée, simplement séparée par la paroi de la cruche, cette paroi symbolisant la condition humaine, empêche de saisir l'unité des 2 éléments. A savoir l'eau de la cruche qui représente le "Soi humain", Atman, et l'eau dans laquelle la cruche est plongée, le "Soi Suprême", Brahman.

Upadeśa Sāhasri se traduit par "Traité des mille enseignements". Upadeśa signifie enseignement, mais il a surtout le sens d'Initiation, ce qui sous-entend un processus étalé dans le temps accompagné d'une étude et recherche approfondies de la part de l'étudiant. Sāhasri veut dire mille, mais ici pas dans son sens littéral, plutôt dans le sens de nombreux. Ce traité est composé de deux parties dont la première est en prose et la seconde métrique, sous forme de vers. La première partie qui est la plus courte, peut se résumer succinctement par son premier verset :

"Maintenant nous allons expliquer une méthode qui enseigne les moyens de parvenir à la Libération au profit des candidats qui ont la foi, et le désir de recevoir cet enseignement."

S'en suit une série d'échanges de questions-réponses entre le disciple et le Maître.

La deuxième partie sous forme de vers se compose de 19 chapitres. Bien qu'elle aborde les mêmes sujets que la première, elle se concentre de façon plus élaborée sur les questions essentielles telles que : Qui est Brahman, Sa Nature, les conceptions erronées Le concernant, la vraie Connaissance, etc. Et bien entendu sur le fil conducteur de ce traité : comment appréhender Brahman, comment s'unir à Lui, comment se laisser envahir par Lui ...

Les prochains articles seront consacrés au chapitre 19 : " Une conversation entre l'Âme et le mental ".

Traduction : Aurelia, Claire, Elisabeth, Estéban, Ines, Katerina, Petra, Stella

Contact : Allemand : elisabethvolk@gmx.de ; Anglais : brigittekhan@yoga-traditional.com ;

Espagnol : cabesasesteban@gmail.com; Français : pascale.rimet@sfr.fr ; clementl@bluewin.ch (pour la Suisse) ;

Grec : sofmavropoulou@gmail.com ; Italien : aureliadebe@gmail.com

Pour lire les anciens numéros et d'autres articles surfez sur www.yogakshemam.net

Yogakshemam, France, 145 Chemin des Courtioux, 38680 St André en Royans, France ;

Association Yogakshemam-Suisse, rue des Vermondins 18, 2017 Boudry, Suisse.