



Voyage à travers l'histoire et la philosophie du *yoga*

Renaud Fabbri

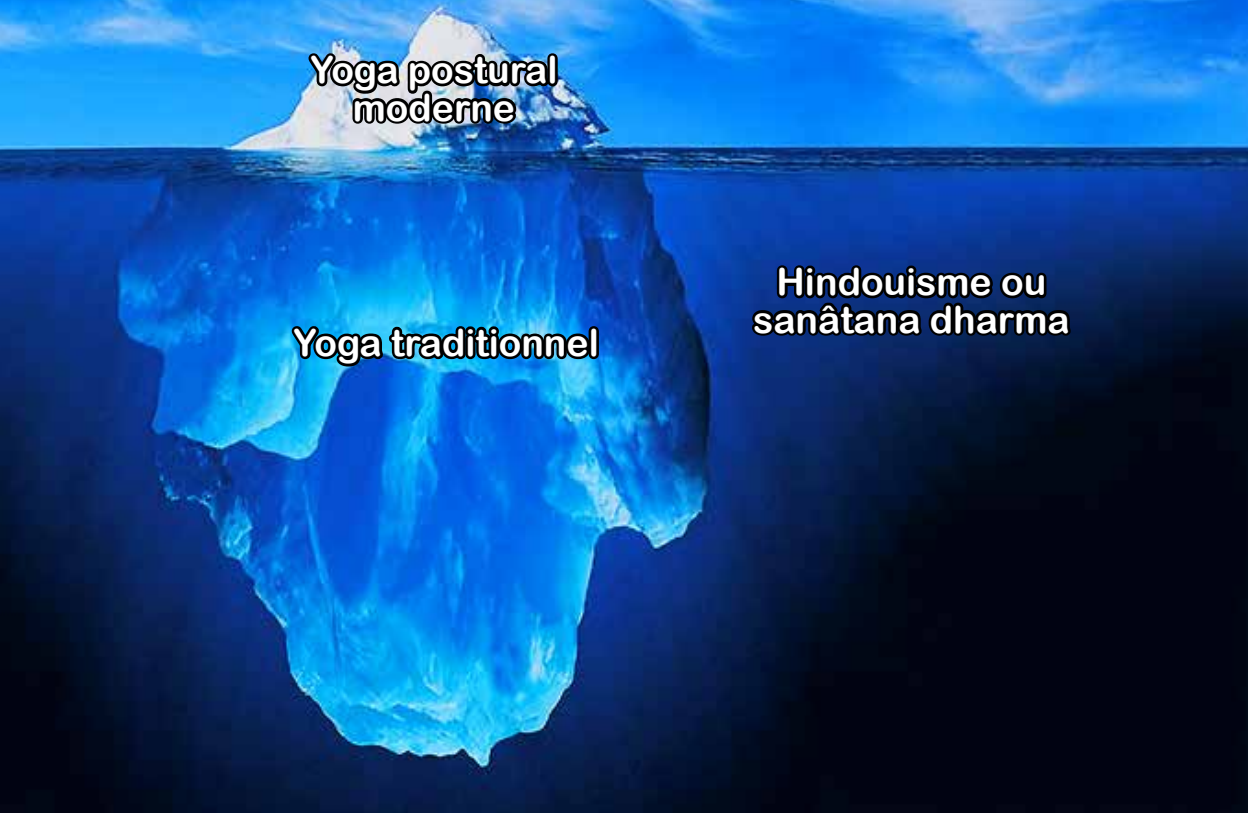


Introduction

En Inde, le *yoga* se présente depuis les temps les plus reculés comme le prototype de toutes les voies initiatiques, proposant une expérience de dépassement de la condition humaine. Selon les disciplines les plus augustes de « la terre des dieux » (*devabhûmi*), il serait possible par la maîtrise du corps et de l'esprit de vaincre la mort et d'atteindre une forme de liberté inconditionnée. La *Bhagavad-gîtâ*, un des textes sacrés les plus vénérés en Inde, promet d'ailleurs une bonne renaissance à celui qui a pratiqué le *yoga* sans atteindre l'état ultime et la poursuite de ses efforts dans la vie suivante (VI, 40-45).

Depuis le milieu du 20^{ème} siècle, la pratique du

yoga s'est largement répandue bien au-delà des limites de l'Inde, au point que les Nations Unies ont institué en 2014 une journée internationale du *yoga*. Malgré la popularité de cette pratique, ses fondements philosophiques et spirituels, sans parler de sa finalité véritable, restent mal connus de la majorité de ses pratiquants occidentaux. C'est pourquoi aujourd'hui la plupart des formations d'enseignants incluent une partie théorique sur la philosophie et l'histoire du *yoga*. Ce manuel a été conçu pour répondre aux besoins des formateurs mais aussi aux questions que peuvent se poser les pratiquants du *yoga*. Il est par ailleurs susceptible d'intéresser le



grand public curieux des choses indiennes.

Voyage à travers l'histoire et la philosophie du yoga suit une démarche simple. On pourrait comparer le *yoga* à un iceberg dont la partie émergée est le *yoga* postural tel qu'il peut se pratiquer dans la plupart des centres de *yoga* à travers le monde. La partie immergée est le *yoga* traditionnel dont les origines remontent au moins au premier millénaire avant notre ère. Cet iceberg flotte lui-même à la surface de ce vaste océan qu'est le *sanâtana dharma*, terme par

lequel les indiens désignent ce que nous appelons nous-mêmes l'Hindouisme et dont dérivent les deux traditions jumelles que sont le Bouddhisme et le Jaïnisme. Il n'y a pas de connaissance sérieuse du *yoga* sans une exploration des différentes formes de *yoga* traditionnel et pas de connaissance du *yoga* en général sans familiarité avec les fondements du *sanâtana dharma*.

Cet ouvrage est construit sous la forme d'une série de chapitres, organisés dans un ordre à la fois analytique et chronologique. Le

premier pose un ensemble de repères concernant les traditions spirituelles de l'Inde en général, ainsi que son histoire. Les chapitres suivants font progressivement descendre le cours du temps au lecteur, depuis les formes anciennes de *yoga* telles qu'elles sont évoquées dans les *Upanishads*, la dernière portion des *Vedas*, les Écritures saintes de l'Inde, jusqu'à l'avènement du *yoga* postural au début du 20^{ème} siècle. De grands progrès ont été accomplis ces dernières années par la recherche universitaire sur cette question de l'origine du *yoga* moderne, ce dont peu d'ouvrages introductifs se font encore l'écho. Nous avons donc décidé de consacrer un chapitre substantiel à ce thème, encore méconnu et souvent controversé.

Chaque chapitre est bâti autour d'un cours consacré à un courant du *yoga* dont il définit les notions clefs. Un cours est aussi l'occasion de découvrir des extraits de certains textes yogiques fondamentaux et de dresser le por-

trait de quelques-unes des grandes figures spirituelles, historiques ou légendaires, qui ont façonné la spiritualité indienne.

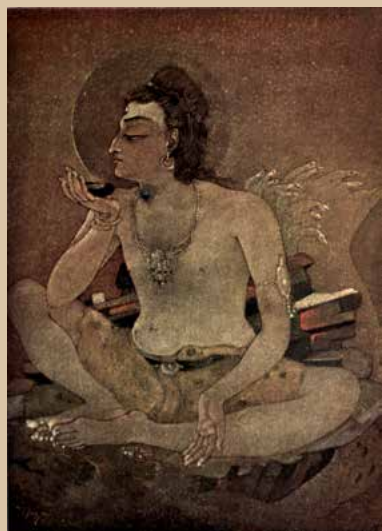
Le lecteur trouvera à la fin de ce manuel un glossaire, un exercice d'auto-évaluation des acquis et des suggestions bibliographiques pour aller plus loin dans ses recherches.

Nous tenons à remercier Amandine Girard, professeure de *yoga* à Albi, Morgan Vasoni, praticien d'*ayurveda* à Albi, Cyril Escondeur, directeur d'Eka Yoga à Toulouse, Isabelle Dohen, professeure de *yoga* à Saint-Jean-le-vieux, Nadiane Bastin, professeure de *yoga* au Qatar et en Malaisie ainsi que le philosophe David Dubois pour leurs remarques et suggestions. Le contenu de cet ouvrage est une version remaniée d'une formation en ligne que nous avons donnée pour le Centre *Karma Yoga* (Herstal, Belgique) pendant l'hiver 2020-21. Nous remercions également ici sa directrice Karma Chookela.



Table des matières

Introduction	3
Le <i>sanâtana dharma</i>	7
Le <i>yoga</i> ancien et épique	27
Le <i>Yoga</i> classique et le <i>Sâmkhya</i>	45
Le <i>yoga</i> de la connaissance ou le <i>Vedânta</i>	65
Tantrisme, <i>Hatha-yoga</i> et Shivaïsme du Cachemire	83
Le <i>yoga</i> dans la modernité	99
Conclusion	113
Tableau de synthèse	115
Auto-évaluation	117
Glossaire	121
Bibliographie	139



Le *yoga* connaît un succès mondial depuis la seconde partie du 20^{ème} siècle mais, paradoxalement, ses fondements philosophiques restent largement méconnus. Ce guide a pour ambition de fournir un certain nombre de clefs intellectuelles pour mieux saisir les sources du *yoga* et propose un voyage, à la fois historique et philosophique, à travers les grands courants du *yoga* (*râja-yoga*, *hatha-yoga* mais aussi *karma-yoga*, *jnâna-yoga* etc ...) et

à la rencontre des principales figures spirituelles de l'Inde (Krishna, Patanjali, Shankara, Goraksha etc ...). Il s'appuie par ailleurs sur les recherches historiques les plus récentes concernant l'avènement du *yoga* postural moderne.

Écrit dans un souci de clarté et de pédagogie, il répond aux besoins des formations de professeur de *yoga*, tout en étant susceptible d'attirer un lectorat curieux des choses de l'Inde, qu'il pratique ou non le *yoga*.

Renaud Fabbri est directeur du Centre Aditi et des Editions le Refuge du Rishi. Enseignant de philosophie, il a fondé la revue Aditi et a publié Eric Voegelin et l'Orient (Paris : L'Harmattan, 2016) et René Guénon et la tradition hindoue : les limites d'un regard (Lausanne: l'Age d'Homme, 2018). Son nouvel ouvrage La Grande Illusion: le nihilisme postmoderne à la lumière du Vedânta doit par ailleurs sortir en 2021 chez l'Harmattan.



LE REFUGE DU RISHI

Prix: 19€



9 782492 544019