

Les chroniques du Bouquet de la Forêt

LE YOGA SUTRA

QUE SONT LES YOGA SUTRAS ?



Le yoga sutra, texte classique de la philosophie du yoga

Par Patanjali

Le recueil est constitué de 195 aphorismes (ou sutras), très courts, des sortes d'aide-mémoire destinés à être appris par cœur, qui sont répartis en 4 chapitres. C'est sur ce recueil que se fonde le système du yoga tel qu'on le connaît aujourd'hui (auparavant le yoga se transmettait du maître à l'élève uniquement à l'oral).

Le mot « sutra » veut dire littéralement « fil ». Dans la philosophie indienne ce mot est employé pour indiquer un fil de pensées. C'est exactement dans ce sens qu'il est employé dans le titre de son œuvre : c'est une compilation de ses fils de pensées sur le yoga. Ce recueil permettait d'être appris par cœur et d'être utilisé comme un memento.

EN BREF

AUTEUR : PATANJALI
-300 AV JC / 400 AP JC

195 SUTRAS.
APHORISMES

SUTRA : FIL
CONDUCTEUR D'UN
RAISONNEMENT

BUT : METTRE FIN AUX
SOUFFRANCES
HUMAINES



L'origine du yoga sutra se perd dans la nuit des temps. On estime que les Sutras auraient été écrites entre -300 et 400 an après JC. L'ouvrage codifie une pratique traditionnelle du yoga d'une très grande ancienneté. On ne sait pas grand chose de Patanjali, il reste un mystère. On lui a accordé des missions différentes : un faisait de la grammaire, un autre faisait de l'ayurvéda.

Qu'enseigne le yoga sutra ?

Dans le yoga sutra de Patanjali, il s'agit alors de mettre fin à la souffrance humaine . Il nous explique comment sortir de la souffrance et définit donc les causes psychologiques de la souffrance et nous donne la méthode pour parvenir au samadhi, état de pure conscience définit comme un état de d'unification avec le Tout.

Pour nous occidentaux, le message des Sutras paraît davantage résider dans la relation avec les autres, qui passe par la relation avec soi-même. L'immense richesse de ce texte est utilisable au quotidien, dans notre vie physique et psychique, personnelle et relationnelle et constitue une ouverture privilégiée à la vie spirituelle.



Traduit par Françoise Mazet

ATELIER PHILO DU YOGA N°1 - LE YOGA SUTRA

Vous êtes invité à participer à un atelier philo du yoga, autour d'un buffet ou d'un apéro dinatoire (chacun apportera de quoi grignoter ou se désaltérer)

VENDREDI 06/10 À 12H30

VENDREDI 10/11 À 19H30

INSCRIPTIONS PAR SMS

06.73.38.41.29 - 06.46.45.79.51

Programme de l'atelier :

- Déjeuner/Dîner partagé.
- Présentation de Patanjali.
- Présentation de la structure et message du texte.