

Studio Iyengar



M Yoga

ART SCIENCE PHILOSOPHIE

Invocation à Patanjali



YOGENA CITTASYA PADENA VĀCĀM
MALAM ŚARĪRASYA CA VAIDYAKENA
YOPĀKAROTTAM PRAVARAM MUNĪNĀM
PATAÑJALIM PRĀÑJALIR ĀNATO'SMI

ĀBĀHU PURUSĀKĀRAM
ŚANKHA CAKRĀSI DHĀRINAM
SAHASRA ŚIRASAM ŚVETAM
PRANAMĀMI PATAÑJALIM

Je m'incline devant le plus noble des sages, Patanjali, qui nous apporta la sérénité de l'esprit par son œuvre sur le yoga, la clarté du discours par son œuvre sur la grammaire et la pureté du corps par son œuvre sur la médecine.

Je me prosterne devant Patanjali, dont la partie supérieure du corps a forme humaine, dont les bras tiennent une conque et un disque, et dont la tête est couronnée par le cobra à mille têtes. Ô incarnation d'Ādiśesa, je te salue humblement.

Prononciation phonétique :

YOGENA CITTASYA PADENA VĀCĀM
Yo- gay-nuh chih-tah-syuh pa-day-nuh vah-cham
MALAM ŚARĪRASYA CA VAIDYAKENA
Mah-lahm shah-ree-rah-syuh chuh vy-dyuh-kay-nuh
YOPĀKAROTTAM PRAVARAM MUNĪNĀM
Yopa kar-oh-tahm prah-vah-rahm moo-nee-nahm
PATAÑJALIM PRĀÑJALIR ĀNATO'SMI
Pah-tahn-jah-lim prahnjah-leer ah-nah-toe-smee

ĀBĀHU PURUSĀKĀRAM
A-bah-hoo poo-roo-shah-kar-ahm
ŚANKHA CAKRĀSI DHĀRINAM
Shahn-kah chah-krah-see da-ree-nahm
SAHASRA ŚIRASAM ŚVETAM
Sah-hah-srah shee-ah-sahmh shvay-tahm
PRANAMĀMI PATAÑJALIM
Prah-nuh-mah-mee pah-tahn-ja-lim

Commentaires et traduction par Geeta Iyengar :

Les deux *slokas* (versets) que nous chantons pour invoquer le Seigneur Patanjali se trouvent au début du Bhojavritti, un commentaire rédigé sur les Yoga Sutras par le roi Bhoja (ce roi et philosophe de l'Inde médiévale a régné sur le royaume de Malwa en Inde centrale, du début du XI^e siècle à 1055). En premier lieu, il est dit que le Seigneur Patanjali est considéré comme une incarnation d'Ādiśesa, le cobra, siège du dieu Vishnu, créateur de ce monde. On raconte que Patanjali est né à trois reprises, apportant à chaque naissance une science différente pour faire progresser l'humanité : d'abord le yoga, puis la grammaire et enfin la médecine.

yogena cittasya padena vacam :

Afin de purifier l'esprit (*citta*), et la conscience, Patanjali nous a offert la science du yoga (*yogena*). Afin de rendre claires, distinctes et pures notre utilisation des mots (*pada*) et notre façon de parler (*vaca*), il nous a donné un commentaire sur la grammaire.

malam sarirasya ca vaidyakena :

Afin d'éliminer les impuretés (*malam*) de notre corps (*sarira*), il nous a donné la science de la médecine (*vaidyakena*).

yopakarottam pravaram muninam :

Laissez-moi m'approcher de celui qui nous a donné toutes ces choses...

patanjalin pranjalir anato'smi :

J'incline ma tête avec les mains jointes devant le Seigneur Patanjali.

Après avoir évoqué les travaux de Patanjali, le second verset décrit la physionomie du Seigneur Patanjali. Ainsi dans toute méditation, il est bon au départ de visualiser la forme de l'être ou de l'objet sur lequel on médite.

Abahu purusakaram :

Des mains jusqu'à la tête, il a l'apparence (*karam*) d'un humain (*purusa*).

sankha carkrasi dharinam :

Il tient dans sa main la conque (*sankha*) et le disque (*cakra*)

sahasra sirasam svetam :

Au-dessus de sa tête (*sirasam*) il y a un millier (*sahasra*) de capuchons de cobra, parce qu'il est l'incarnation d'Adishesha, le plus grand cobra. *Svetam* signifie blanc.

pranamami patanjalin :

Je m'incline devant Patanjali.

Nous chantons cette invocation au tout début du cours de yoga afin que le sentiment de sanctification provienne de l'intérieur, avec une sensation d'abandon, parce que rien ne peut être appris dans ce monde sans avoir l'humilité de vouloir apprendre. Ainsi en pensant au Seigneur Patanjali au début de votre pratique, vous savez que vous êtes tout petit en face de cette grande âme. Une fois ceci compris, ce nouvel état d'esprit aura une incidence sur les autres problèmes qui apparaîtront au cours de la pratique principalement en rapport avec l'ego. Vous savez que vous devez faire preuve d'humilité pour apprendre quelque chose et que vous ne pouvez rien apprendre à moins que vous ne fassiez preuve d'humilité; si vous pensez que vous êtes au sommet et que vous connaissez tout, alors vous n'êtes aucunement un apprenant. En fait, l'invocation aide à développer ce sens de l'humilité.

Nous avons décidé de chanter ces deux *slokas* depuis le tout début. Quand Guruji (B.K.S. Iyengar) nous demandait de pratiquer le yoga, nous commençons par cette invocation. Mais nous ne la faisons pas dans les classes de débutants, car ils avaient l'impression que c'était une prière religieuse en rapport seulement avec les Hindous. Cela pris un certain temps avant que les gens comprennent la signification de cette invocation. À chaque fois que nous avons un événement public, une célébration comme Divali (*Divali est une fête très populaire en Inde : c'est celle des lumières, à l'occasion de laquelle on s'offre des cadeaux et tire des feux d'artifice. Les festivités durent cinq jours, dont le troisième, le plus important (« Bari Divali », « la grande Divali »), est consacré à la déesse Lakshmi les quatre autres étant associés à différentes légendes et traditions.* Note du traducteur, source : Wikipédia) ou l'anniversaire de Guruji, nous récitons cette invocation. Les gens ont commencé à s'y intéresser et nous ont demandé la signification. Une fois l'invocation comprise, tous l'ont acceptée. Depuis plusieurs années maintenant, nous chantons cette invocation avant de commencer le cours de yoga.

Adaptation d'une interview donnée par Geeta Iyengar au Ramamani Center en 1992 lors d'une retraite intensive. L'interview a été réalisée par Margo Kitchen, enregistrée par Heather Malek, transcrite et éditée par Judith M. en consultation avec Marline Miller. Adaptation par Francis Ricks. Traduction française de Louis Gérin et révisée par François-Marie Gérin.

Traduction de chacun des mots

<i>Aum</i>	Syllabe sacrée, nom de Dieu, Sabda Brahman
<i>Yoga</i>	Union de l'homme avec Dieu
<i>Citta</i>	Contenu mental comprenant : le mental, l'intellect et l'ego
<i>Pada</i>	Mot, partie, chapitre
<i>Vacha</i>	Discours, façon de parler
<i>Mala</i>	Impureté
<i>Sharira</i>	Corps
<i>Vaidyak</i>	Science de la médecine
<i>Yah</i>	Celui qui
<i>Apakarot</i>	Enlève
<i>Tam</i>	Lui
<i>Pravaram</i>	Le plus grand
<i>Muni</i>	Prophète
<i>Pranjali</i>	Joindre les paumes de mains
<i>Anata</i>	S'incliner
<i>Asmi</i>	Être en train de
<i>abahu</i>	Des mains jusqu'à la tête
<i>Purushakaram</i>	Forme humaine
<i>Shankha</i>	Conque
<i>Chakra</i>	Disque
<i>Asi</i>	Épée
<i>Dharinam</i>	Tenir
<i>Sahasra</i>	Millier
<i>Shirasam</i>	Tête
<i>Svetam</i>	Blanc
<i>Pranamami</i>	Je m'incline et rend hommage
<i>Patanjalim</i>	À Patanjali
<i>Hari</i>	Seigneur Vishnu

