



Association Lucioles bibliothèque

Mirra Alfassa (dite Mère) (1878-1973)

Mère doit son nouveau nom de baptême à Srî Aurobindo avec qui elle s'associe quand elle est âgée d'une petite quarantaine d'années. Il lui donnera assez vite la direction de l'ashram qu'il a fondé. Elle sera bien plus tard à l'origine du grand projet d'Auroville près de Pondichéry, communauté internationale qui se veut, dans la ligne de l'enseignement de Srî Aurobindo, réaliser l'unité humaine.

Elle laisse derrière elle une œuvre écrite importante, notamment son journal *Prières et méditations* ; *Sri Aurobindo, Pensées et Aphorismes*, 2 volumes commentés par elle-même ; *Entretiens* (1929-1958, 8 tomes) ; *L'Agenda* (13 tomes) recueillis par l'un de ses disciples, Satprem, qui traite essentiellement de « sa percée au cœur de la matière », et de « l'espèce nouvelle ». Pour plus de détails, Cf. Srî Aurobindo.

- **Carnet de Laboratoire**, Institut de recherches évolutives, (essai)

Mâ Anandamayi (1896-1982).

Mystique et Sage indienne. Elle manifeste des expériences spirituelles avancées dès l'adolescence et très vite, il émane d'Elle une condition d'Être exceptionnelle. Bien que n'ayant pas dépassé le niveau d'étude du primaire, elle a une Connaissance immédiate de la culture post-védique ainsi que du Yoga, au sens large, sans avoir été formée. Elle vit dans un Samadhi constant depuis l'adolescence et transmet la Connaissance directe (pranahûti) au travers de Sa seule présence et de ses paroles. Les ouvrages essentiels :

- **L'enseignement de Mâ Ananda Moyî**, traduction et préface de Josette & Jean Herbert, Albin Michel, transcriptions de dialogues entre Mâ et des disciples.

- **Aux sources de la joie**, Albin Michel, recueil de paroles de Mâ traduites en français par Jean Herbert à partir d'un livre de J.-C. Roy et H.R Joshi.

- **Paroles de Mâ Anandamayî**, Unicité, (recueil de Pensées de Mâ)

- **Perles de Lumière**, La table Ronde, (recueil de Pensées de Mâ).

Srî Aurobindo (1872-1950).

Srî Aurobindo est un philosophe, poète et Maître spirituel indien. Son enseignement est une réinterprétation de la Pensée védantique. Son Yoga intégral vise à réhabiliter le monde phénoménal de la Matière au travers de l'évolution de la conscience humaine. Selon son point de vue, la conscience humaine englobe une conscience mentale constituée des fonctions cognitives, imaginatives, affectives, etc., une conscience vitale héritée du règne animal et une conscience physique, résultat des premières formes de vie. Au sommet ou au-delà de la conscience mentale, il y a une sphère supramentale qui est la Conscience de vérité qui transcende à la fois la Matière et l'esprit (ou conscience mentale). Ce « supramental » en l'Homme est une Connaissance directe par laquelle « le Divin connaît non seulement sa propre essence et son être propre, mais aussi sa Manifestation ». La psychologie spirituelle que propose Srî Aurobindo au travers du Yoga intégral est sensée être au service de l'évolution métaphysique de la Nature en vue d'une transcendance de la conscience humaine.

L'œuvre écrite entière de Srî Aurobindo développe et approfondit ce point de vue à travers de nombreuses variations : *la Vie divine ; la synthèse des Yogas ; le guide du Yoga ; Savitri*, Poème épique possédant une valeur de transmission directe (pranahûti) à l'instar de la Bhagavad-Gîta, des Upanishads ou de textes contemporains de Maîtres spirituels. Sont ici proposés :

- ***Métaphysique et psychologie***, Albin Michel, (essai)
- ***La Bhagavad-Gîtâ***, Albin Michel, (essai)
- ***La vie divine***, Albin Michel, (essai)
- ***Le Guide du Yoga***, Albin Michel, (essai)
- ***Métaphysique et psychologie***, Albin Michel, (essai)
- ***Savitri***, (Livre I), Institut de recherches évolutives (poésie)

Arthur Avalon (1865-1936)

L'un des premiers occidentaux à être formé à la philosophie et aux pratiques initiatiques du Tantra. Le livre proposé ici est devenu un classique du genre, incontournable.

- ***La Puissance du Serpent***, Dervy, (essai)

Éric Baret

Autodidacte, Éric Baret, élève de Jean Klein, a exploré la tradition non-dualiste du shivaïsme cachemirien qui s'inscrit dans l'immense et profond courant de la tradition du Tantra. Il est l'auteur de plusieurs ouvrages, dont ceux-ci :

- ***Le sacre du dragon vert***, Almora, (essai)
- ***Le Yoga tantrique***, le relié, (essai)
- ***Le Seul Désir***, trait d'union, (essai)
- ***De l'abandon***, Les Deux Océans, (essai)

Zéno Bianu

Écrivain français contemporain (poésie, essais, théâtre, traductions). Il a traduit plusieurs œuvres traitant de mystique orientale, notamment une anthologie de poèmes classiques chinois, *La Montagne vide*. Nous proposons ici un livre sur krishnamurti :

- ***Krishnamurti ou l'insoumission de l'esprit***, Points Seuil, (essai)

Jean Bouchart d'Orval, né en 1948.

Physicien de formation et écrivain contemporain canadien (Québec).

- ***Reflets de la splendeur, le shivaïsme tantrique du Cachemire***, Almora, (essai)

Thérèse Brosse

Médecin. Thérèse Brosse est chargée de mission scientifique en Inde pour y mener des travaux de neuro-cardiologie sur des yogis. Elle allie à son intérêt pour les Sciences Humaines une recherche personnelle d'ordre métaphysique.

- *Sri Aurobindo-Mère*, Shiva-Shakti, Dervy-Livres, (essai)

Ram Chandra (1899-1983)

Maître spirituel indien dans la lignée du Raja Yoga. Il perfectionna une très ancienne méthode de cheminement spirituel basée sur la transmission d'énergie divine et sur le nettoyage des impressions du passé – samskaras.

- *Œuvres complètes, la voix de la Réalité* (T.I), éditions SRCM

- *Œuvres complètes, autobiographie* (T.II), éditions SRCM

Roger Clerc (1908-1998)

Commerçant et enseignant de hatha Yoga. Dans la lignée de Lucien Ferrer, son instructeur qui reçut par voie médiumnique un enseignement d'origine tibétaine, il développa le Yoga de l'Énergie en France, notamment à Paris et Évian.

- *Yoga du 3e Millénaire*, Cariscript Paris, (essai)

- *La Respiration*, Le Courrier du Livre, (essai)

Alain Daniélou (1907-1994)

Musicologue, écrivain, Alain Daniélou a vécu près de 30 ans en Inde, Bénarès (Varanasi) et Madras (Chennai). Il organise des concerts pour faire découvrir en Occident les musiques traditionnelles d'Asie (Inde ; Afghanistan ; Corée ; Japon, etc.) et fait paraître la première anthologie de musique classique indienne où figure, en particulier, Ravi Shankar et Ali Akbar Khan en duo. Il publie de nombreux ouvrages, dont « *Mythes et Dieux de l'Inde* », « *Le polythéisme hindou* », « *Les Quatre sens de la vie* », « *Visages de l'Inde Médiévale* », « *Le Temple Hindou* », « *La Sculpture Érotique Hindoue* », « *L'Erotisme Divinisé* », « *une histoire de l'Inde* », embrassant de nombreux aspects de la vie indienne. Nous proposons, ici :

- *Shiva et Dionysos*, Fayard, (essai)

- *Shivaïsme et tradition primordiale*, Kailash, (essai)

Marie-Magdeleine Davy (1903-1998)

Philosophe, historienne, écrivain, spécialisée dans la théologie et mystique médiévales, particulièrement le XIIème. Dans le cadre d'échanges universitaires, elle a beaucoup voyagé dans les anciens pays de l'Est, aux États-Unis, au Japon et en Inde - la philosophie pérenne de ces deux derniers pays l'impressionnant et l'influençant réellement. Elle sera également intellectuellement et ontologiquement redevable à Simone Weil, Henri Corbin, Nicolas Berdiaev. Elle est l'auteur d'une quarantaine d'ouvrages, dont ces deux-ci :

- *la Connaissance de soi*, Puf, (essai)

- *Henri Le Saux*, Cerf, (essai)

J.-M. Déchanet

Moine chrétien qui a introduit dans les années 60 la pratique du hatha-yoga comme faculté d'attention accrue mise au service d'une vie spirituelle authentique. Selon lui, la voie du silence est ainsi accessible au travers de la prière contemplative.

- *La voie du silence, Yoga pour chrétien*, Desclée de Brouwer, (essai)

Marc-Alain Descamps

Né en 1930, Marc-Alain Descamps a été professeur de philosophie, de psychologie ainsi que psychanalyste et enseignant de yoga. Il a une très bonne connaissance de la civilisation indienne et du Yoga. Il est l'auteur d'une trentaine d'ouvrages qui traitent, dans l'ensemble, de la dimension transpersonnelle de la conscience. Voici un aperçu :

- *Corps & extase*, Trédaniel, (essai)

- *Histoire du Hatha-Yoga*, Almora, (essai)

- *L'éveil de la Kundalini*, Alphée, (essai)

- *La Révolution transpersonnelle des Rêves*, (essai)

- *Douze femmes remarquables*, Alphée, (essai)

Arnaud Desjardins (1925-2011)

Réalisateur français à l'ORTF dans les années 50 et 60, il a monté des documentaires télévisés sur les traditions spirituelles, particulièrement celles de l'Inde. Il est l'auteur de plusieurs ouvrages qui traitent de spiritualité orientales dont l'hindouisme, le bouddhisme tibétain et zen, le soufisme. Il a enseigné une spiritualité laïque, essentiellement inspirée de l'hindouisme. Disciple de Swami Prajnanpad, il a perpétué l'enseignement de ce dernier en créant en l'occurrence un ashram.

- *Ashrams, les Yogis et les sages*, La Palatine, (essai)

- *La voie du cœur*, La Table Ronde, (essai)

Jean-Joël Duhot

Philosophe et écrivain (essayiste) contemporain. Auteur de plusieurs essais sur la sagesse de la Grèce antique dont celui-ci :

- *Épictète et la sagesse stoïcienne*, Bayard, (essai)

Maître Eckhart (1260-1328)

Philosophe et mystique allemand. L'enseignement spirituel de Maître Eckhart est proche de la théosis dans la tradition de la Grèce antique qui correspond à une déification de l'Homme. L'âme doit s'évider de toute image contraire aux propriétés de la Trinité, se dépouiller même de l'image de Dieu : puisque le Divin est présent avec toutes ses qualités, la création éternelle du Fils par le Père dans l'Esprit opère désormais dans l'âme humaine. L'union avec le Divin ne peut résulter que de cette oblation dans le vide du cœur.

- *Du détachement*, rivages, (essai)

- *Aphorismes et légendes*, Rivages, (essai)

- *Les traités et le Poème*, Albin Michel, (essai)

Bahrâm Élahi

Né en 1931 à Téhéran - fils cadet d'Ostad Elahi (1895-1974) magistrat, musicien de tambûr (luth à manche long) et essayiste spirituel - Bahrâm Elahi est médecin et professeur émérite d'anatomie et de chirurgie infantile. Parallèlement à sa carrière, il poursuivra les travaux d'exploration spirituelle de son père en rendant compte de sa propre expérience spirituelle. Deux de ses livres, *la médecine de l'âme ou l'éthique originelle* et *la voie de la perfection*, montrent l'urgence et la pertinence de l'origine, de l'application et de la place de l'éthique et du spirituel dans la société contemporaine.

- *La voie de la Perfection*, Albin Michel, (essai)

Mircea Eliade (1907-1986)

Philosophe, historien des religions, romancier de nationalité roumaine, Mircea Eliade a passé une thèse de doctorat sur le Yoga en vivant quatre années en Inde. Sanskritiste, il a lu dans le texte de nombreux ouvrages classiques de l'hindouisme non encore traduits dans des langues occidentales. Ses objets d'étude s'orientent vers les mythes, les rêves, le mysticisme, le sacré. Il revient souvent sur le concept de « hiérophanie » qu'il définit comme l'émanation du transcendant dans un phénomène ou dans un objet de la réalité sensible. Quelques titres nécessaires :

- *Patanjali et le yoga*, Seuil, (essai)

- *Le mythe de l'éternel retour*, Gallimard, (essai)

- *Le sacré et le profane*, Gallimard, (essai)

- *Techniques du Yoga*, Gallimard, (essai)

- *La nuit bengali*, Gallimard, (roman)

Pierre Feuga (1942-2008)

Enseignant de hatha-yoga et écrivain (romancier ; essayiste ; traducteur de sanskrit et de latin). Il fut l'élève de Jean Klein et étudia, en sus du Shivaïsme cachemirien, le Vedanta. Auteur d'une quinzaine d'ouvrages, dont un *Que sais-je ?* sur le Yoga en collaboration avec Tara Mickaël.

- *Le chemin des flammes*, Almora, (témoignages)

Etty Hillesum (1914-1943)

Hollandaise d'origine juive déportée à Auschwitz où elle périra à l'âge de 29 ans, cette jeune femme écrit des lettres (1942-43) et un journal intime (1941-42) à la fois d'une réelle valeur historique, littéraire et surtout spirituelle. Elle se rapproche ainsi des grandes Traditions spirituelles du monde au travers d'un témoignage empreint d'une profonde oblation et abnégation, tout en conservant une indéfectible ferveur en la vie et en l'Homme, en dépit des crimes les plus odieux qu'il perpétue.

- *une vie bouleversée*, Seuil, (témoignages)

B. K. S. Iyengar (1918-2014)

Enseignant de hatha-yoga dans la lignée de Krishnamacharia qui fut son instructeur pendant

deux ans. Au milieu des années 70 est créé sous son initiative le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute à Pune, dans le Sud- Ouest de l'Inde. Dans ce centre de hatha-yoga international, l'enseignement est empreint d'une grande rigueur posturale. Il a publié une douzaine de livres qui traitent pour la plupart de la dimension psycho-organique des postures (asanas) et des techniques de respiration (pranayama).

- ***Bible du Yoga***, J'ai Lu, (livre pratique)

- ***L'arbre du Yoga***, Buchet Chastel, (essai)

Geneviève et Babacar Khane

Barbacar Khane, hatha-yogi contemporain qui a tenté de faire, avec Geneviève Khane, une synthèse de trois des grands corpus de la sagesse de l'humanité, la spiritualité indienne, sino-japonaise et égyptienne.

- ***le Yoga des Pharaons***, Dervy-Livres, (essai)

Jean Klein (1912-1998)

Médecin et musicologue de formation, Jean Klein est surtout connu comme enseignant de Yoga. Initié en Inde dans les années 50 au travers de plusieurs courants, celui du Hatha yoga de l'école du Sud avec Krishnamacharia mais surtout ceux de deux traditions non-dualistes de Yoga intégral, l'advaita vedanta et le shivaïsme du Cachemire. Auteur de plusieurs ouvrages dont ces deux-ci :

- ***Être, approches de la non-dualité***, Algora, (essai)

- ***Qui suis-je ?***, le Relié, (essai)

Krishnamurti (1895-1986),

Penseur indien né dans l'Andhra Pradesh à 250 km au nord de Chennai (anciennement Madras). Krishnamurti fut pris en charge dès le début de l'adolescence par la Société théosophique qui l'érigea en « l'Instructeur du monde » dont elle avait anticipé l'avènement. Rejetant sans appel cette image messianique, il prononça, à une trentaine d'années, un discours pour dissoudre la vaste organisation qui s'était constituée autour de sa personne ; il insista sur le fait que le Réel ou la vérité est « un pays sans chemin », que l'on ne peut approcher par le biais de la religion, de la philosophie, du nationalisme ou de quelque idéologie soit-elle. Son enseignement repose sur le fait que seule une transformation de la conscience individuelle peut induire des mutations significatives dans la société. Seule la connaissance de soi qui consiste à se déconditionner de toute influence religieuse, nationaliste, et plus avant, des limites et des automatismes de nature psycho-mentale peuvent ouvrir un nouveau champ de conscience, un nouvel espace incommensurable.

Hormis deux ou trois ouvrages qu'il écrivit, *Carnet de Krishnamurti* ; *Journal de Krishnamurti*, tous ses autres ouvrages sont des transcriptions de ses causeries et dialogues qu'il anima une soixantaine d'années jusqu'à son dernier souffle, à 90 ans.

- ***Être humain***, le Courrier du Livre, (entretiens et conférences)

- ***de la connaissance de soi***, le Courrier du Livre, (causeries)

- ***la flamme de l'attention***, éditions du Rocher, (conférences)

- ***l'Éveil de l'intelligence***, Le Livre de Poche, (entretiens et conférences)

- **Carnets**, éditions du Rocher, (témoignages)
- **Se libérer du connu**, Le Livre de Poche (conférences)

Gopi Krishna (1903-1984)

Yogi, enseignant, écrivain indien. Il eut une connaissance approfondie du shaktisme.

- **Kundalinî, autobiographie d'un éveil**, J'ai lu, (témoignages)

Lalla (XIVème s.)

Mystique et poétesse indienne originaire du Cachemire. Elle aurait reçu son initiation à la tradition du Shivaïsme du Cachemire de Siddha Sri Kanth. Ses poèmes nous content son cheminement spirituel et in fine, enseignent la Sagesse de la Non-dualité au travers d'un langage simple et accessible.

- **Chants mystiques du tantrisme cachemirien**, Seuil, (poésie)

Swâmi Lakshman Jî (1907-1991)

Lakshman Jî est sûrement le dernier Maître de la tradition du Shivaïsme du Cachemire. Le Tantra est souvent considéré comme le 7ème darshana - point de vue philosophique - qui est la synthèse des 6 darshanas orthodoxes - Nyaya/Vaisheshika ; Mimamsa/Vedanta ; Sâmkhyâ/Yoga - ainsi que des deux hétérodoxes - Jaïnisme/Bouddhisme.

Cette école de la lignée hindoue est parvenue à l'une des plus hautes et belles synthèses de la pensée humaine. Elle comprend quatre branches : pratyabhijna, krama, kaula, trika. Cette dernière englobe les trois autres. Ces quatre branches se réfèrent aux mêmes textes, les agamas.

Selon le trika, il est dans l'existence trois énergies fondatrices et consubstantielles : para (suprême), apara (non-suprême-inférieure), parapara (suprême-non-suprême qui est une combinaison des deux précédentes). Tout cet univers et les actions qui s'y déroulent, quel qu'en soit le plan – physique, psychique ou spirituel - est contenu en ces trois énergies. Le Trika vise à élever l'humain de l'individuel à l'universel.

Pour le Tantra en général et le trika en particulier, le Réel projette le Réel par le Réel pour le Réel : grâce à sa liberté absolue, la Conscience pure - le Réel – joue à être voilée par mâyâ - Puissance d'illusion et d'obscurité mais aussi Puissance de manifestation et force de Connaissance de la Conscience pure. Celle-ci crée un univers de reflets à la fois lumineux et obscurs - en fonction du degré de manifestation - sous forme de vibrations - spanda. Elle fulgure de toute éternité sous forme de pulsations.

Si l'Homme parvient à retirer les cuirasses limitatrices qui l'encombrent et à dépasser ses samskaras – opacités mentales – et les citta vrittis – tourbillons de la conscience - il recouvre son unité et plénitude originelles et réalise sa propre nature.

- **Shivaïsme du Cachemire**, Les Deux Océans, (essai)

Ramana Mahârshi (1879-1950)

Maître spirituel indien dans la tradition de l'Advaita Vedanta. Il connaît la Réalisation spirituelle dès l'âge de 18 ans. Son enseignement, comme le veut cette Tradition, est essentiellement centré sur le Soi (ou Cela) et sur la question fondamentale "Qui suis-je ?" Un ashram fut construit de son vivant au pied de la colline nommée Arunachala qui surplombe la petite ville de Thiruvanamalâï dans le Tamil Nadu.

- **Histoires spirituelles**, L'Originel, (propos sur l'Advaita Vedanta)

- **Paroles essentielles**, Almora, (propos sur l'Advaita Vedanta)

Tara Michaël, née en 1942.

Sanscritiste, indianiste, Tara Mickaël vit en Inde une dizaine d'années en deux séjours consécutifs. Elle y explore les multiples voies de Yoga et y rencontre ses maîtres spirituels dont la yoginî Mataji Indra Devi à Poona, le métaphysicien Dr. P.K. Sundaram à Madras. Chercheur honoraire au C.N.R.S., elle est l'auteur de nombreux livres dont ceux-ci :

- **Les voies du Yoga**, Editions du Rocher, (essai)

- **Que sais-je ?**, Puf, (essai)

- **Corps subtil et corps causal**, le courrier du Livre, (essai)

- **Le Yoga de l'Eveil**, Fayard, (essai)

Prithwindra Mukherjee

Historien et ethnomusicologue. Prithwindra Mukherjee, né en 1936 à Calcutta, est un chercheur bengali établi à Paris depuis 1966. Egalement traducteur, spécialiste de la civilisation et de la philosophie indiennes, il fut membre au CNRS une vingtaine d'années. Il est l'auteur de nombreuses publications dans plusieurs langues (bengali, français, anglais). Voici un ouvrage essentiel sur l'un des fondements du Yoga :

- **Le Sâmkhya**, Epi, (essai)

Sri Nisargadatta Maharaj (1897-1981)

Maître spirituel indien. Sri Nisargadatta est un représentant de l'Advaita Vedanta. Dans la lignée du grand réformateur Sankara, (fin VIIIème-début IXème), son enseignement repose sur le principe selon lequel l'Un (le Brahman) est la seule Réalité dans le monde. L'Un est la seule Réalité, transcendante et immanente, l'essence divine de toute existence. Bien que de nature autre que le monde de la Matière, le Brahman en est le fondement. L'Un est souvent nommé, selon le contexte, Sat-Chit-Ananda, c.à.d. l'Être (l'Éternel), la Conscience (la Connaissance infinie), la Félicité (Béatitude suprême) ou Tad, pronom neutre qui signifie Cela (que l'on ne peut nommer). Sans forme, sans nom, sans attribut, le Brahman est confondu avec le monde phénoménal et ses objets à cause de l'identification du mental au monde de la Matière psychique et physique et leur complexité.

Nisargadatta Maharaj enseigne que l'Absolu est consubstantiel à la nature humaine et qu'il n'y a rien à chercher. La pratique du neti-neti, « ni ceci-ni cela » est une réduction phénoménologique au sens fort du mot qui permet à l'âme individuelle (atman) de se dépouiller des oripeaux psycho-mentaux et d'être identique au Brahman. « Quand je vois que je ne suis rien, c'est la sagesse. Quand je vois que je suis tout, c'est l'amour. Et entre les deux, ma vie s'écoule » nous dit-il dans l'une des pensées aphoristiques qui jalonne son enseignement.

- **Je suis**, les Deux Océans, (essai)

- **Sois**, les Deux Océans, (essai)

Namkhai Norbu

Moine bouddhiste tibétain. Auteur de plusieurs livres sur la Sagesse de la tradition du

bouddhisme tibétain

- ***le Yoga du rêve***, l'originel, (essai)

Anagârîka Prajnânanda (1913-1993)

Bouddhiste, instructeur et exégète français. Il ne se disait pas lui-même bouddhiste et considérait les bouddhismes comme des systèmes ne respectant guère le Dharma... Après avoir été initié à plusieurs courants du bouddhisme (notamment le zen) sans vraiment adhérer à l'un ou l'autre, il crée en 1966 avec des amis une association, le Centre d'Études Dharmiques de Gretz-Armainvilliers qui, aujourd'hui encore, enseigne le Dharma et Ānāpānasati, indépendamment de toute modalité bouddhiste. Il traduit notamment *Exégèse du Sūtra Cœur de la perfection de Connaissance transcendante*, un *Mémento du Dharma* et une traduction commentée du Dhammapada. Il écrit en outre plusieurs ouvrages dont celui-ci :

- ***Bouddhisme Gnostique***, Archè, (essai)

Emmanuel Renault, (XXème) prêtre et moine jésuite contemporain.

- ***Ste Thérèse d'Avila et l'expérience mystique***, Maîtres spirituels (essai)

Mingyour Rinpotché

Mingyour Rinpotché, né au Népal en 1975, est un maître spirituel et moine bouddhiste appartenant à la lignée karma-kagyu du bouddhisme tibétain. Il reçoit une éducation bouddhiste traditionnelle dès l'enfance et accomplit sa première retraite de trois ans à l'âge de 13 ans. Il voyage et enseigne en Europe, aux États-Unis et en Asie depuis une dizaine d'années et fait mettre en place un réseau de centres et de pratique du bouddhisme appelé Tergar Meditation Community. Il est aussi l'auteur de deux livres sur le bouddhisme dont celui-ci :

- ***Bonheur de la méditation***, Fayard, (essai)

Swami Satyananda Saraswati (1923-2009)

Sannyâsin indien ordonné swami en 1943, il a enseigné le Yoga en Inde et en Occident. Il s'est focalisé sur le Hatha yoga, le kriya yoga et certains aspects du Tantra. Il a été le disciple de Shivananda pendant une douzaine d'années. Il est également le fondateur de la Bihar School of Yoga, en Inde. Il répand son enseignement à la faveur de conférences, de livres et des centres de hatha-yoga créés dans le monde entier.

- ***Swara yoga***, Swara éditions, (essai)

- ***Kundalini Tantra***, Swam éditions, (essai)

Satprem (1923-2007)

Écrivain français très proche de Mirra Alfassa, connue sous le nom de Mère et dont il sera le témoin et confident une vingtaine d'années. De leurs conversations sera tiré l'Agenda, 13 volumes qui traitent de l'enseignement de Srî Aurobindo sous le regard de Mère. Après la disparition de Mère, il publie également une trilogie : le Matérialisme divin, l'Espèce nouvelle, la Mutation de la mort puis un dernier essai : *Le Mental des Cellules*. Par ailleurs, il écrira dans les montagnes bleues du Sud-Ouest de l'Inde une douzaine de livres dont *les Carnets d'une Apocalypse*, 8 volumes autobiographiques dans lesquels il décrit son exploration en profondeur dans la conscience du corps. Nous proposons ici :

- ***Aurobindo ou l'aventure de la conscience***, Buchet Chastel, (essai).

Lilian Silburn (1908-1993)

Philosophe, écrivain, maître de recherches au CNRS, le sujet de thèse de Lilian Silburn est « Instant et cause. Le discontinu dans la pensée philosophique de l'Inde ». Elle aura vécu quatre années consécutives en Inde et y retournera ensuite fréquemment. La plupart du temps, elle séjourne au Cachemire : sanskritiste, elle y consulte des manuscrits et devient une spécialiste du shivaïsme du Cachemire. Elle en traduit de nombreux volumes dont elle fera des commentaires avisés publiés sous différents titres chez l'Institut de Civilisation Indienne. Elle aura reçu l'Initiation de plusieurs maîtres spirituels dont celle du Swamî Lakshman Jî. Voici quelques titres :

- *Sivasûtra et Vimarsinî de Ksemarâja, études sur le shivaïsme du Cachemire, école Spanda*, Institut de Civilisation Indienne, (essai)
- *Le paramârthasâra*, Institut de Civilisation Indienne, (essai)
- *La kundalinî*, Les Deux Océans, (essai)

Rabindranâth Tagore (1881-1961)

Poète, dramaturge, romancier, compositeur et peintre. Cet immense artiste qui reçut le prix Nobel de littérature - à l'heure où cette distinction jouissait encore de quelque valeur - n'est plus à présenter. Nous vous proposons ici quatre titres : *Sâdhanâ*, ouvrage dans lequel transparaît une réelle connaissance de la philosophie du Yoga. *Vers l'homme universel* nous montre un penseur de grande envergure qui nous dévoile son système philosophique et sa pensée sur des thèmes comme l'éducation, la religion, la politique et le social. Les deux autres livres, *L'Offrande lyrique* et *de l'aube au crépuscule* sont des recueils de poèmes, genre littéraire majeur s'il en est, dans lesquels on découvre le haut pouvoir d'évocation et la force visionnaire de l'artiste polymathe.

- *Sâdhanâ*, Albin Michel, (essai)
- *Vers l'homme universel*, Gallimard, (essai)
- *De l'aube au crépuscule*, Points (poésie)
- *L'Offrande lyrique*, Gallimard (poésie)

Chögyam Trumgpa (1940-1987)

Maître spirituel tibétain qui enseigna la tradition du Vajrayana. Il présenta cet enseignement axé sur la philosophie, la psychologie bouddhiques et l'initiation à la méditation sous une forme moderne et dans un langage adapté.

- *Le mythe de la liberté*, Seuil, (transcriptions de conférences)

Lao-Tseu (mi-VIe – mi-VE av. JC). Fondateur présumé du taoïsme.

- *Tao t'ou king*, Gallimard

Vâlmîki (IIIème s. avant JC)

Poète indien sûrement légendaire et auteur présumé du Râmâyana. Le Râmâyana est une épopée mythologique en sanskrit vraisemblablement écrite au 3ème et 2ème siècle avant notre ère. À l'instar du Mahâbhârata, le Râmâyana a des origines védiques : le rite, certes, est

subordonné à la dévotion au Dieu, mais le personnage central, hypostase de Vishnou qui incarne l'Homme cosmique, figure symboliquement le Sacrifice premier dont le démembrement est à l'origine des mondes et de la société humaine. Ce poème épique distribué en sept livres (ou chants) est composé de 48000 vers.

- **Le Ramayana**, traduit par Hypolyte Fauche, Librairie internationale

A. Van Lysebeth (1919-2004)

Enseignant belge de hatha-yoga. Il se situe dans la lignée de Shivananda. L'un des pionniers du hatha-yoga en France, il insiste particulièrement sur la dimension physiologique de la pratique à travers une description détaillée des asanas (postures) et une approche assez exigeante du pranayama (techniques de respiration).

- **J'apprends le Yoga**, Flammarion, (essai)

Jean Varenne (1926-1997)

Professeur d'université de sanskrit et de civilisation indienne et écrivain, Jean Varenne est l'un des plus grands spécialistes français de l'hindouisme : il a écrit une quinzaine d'ouvrages qui traitent des cosmogonies védiques, des Upanishads, des mythes fondateurs, de la philosophie du Yoga (Patanjali), du Tantra, etc. Voici deux titres essentiels :

- **Le Yoga et la tradition hindoue**, Denoël, (essai)

- **Aux sources du Yoga**, Jacqueline Renard, (essai)

Vivekananda (1863- 1902)

Philosophe et Maître spirituel indien. Dès l'âge de 23 ans, il prend la direction de l'ashram de Ramakrishna, son Maître, qui s'inscrit dans la tradition de l'Advaita Védanta. Le Yoga représente pour lui une science de l'esprit et a pour but de transformer l'Homme et subséquemment, l'univers. Dans la lignée de Ramakrishna, il pense que la synthèse du Karma yoga (Yoga de l'Action), du Jnana yoga (Yoga de la Connaissance) et du Bhakti yoga (Yoga de la Dévotion) participe de la Réalisation yogique. C'est le Bhakti yoga qu'il place au sommet de la pyramide, reconnaissant que l'Amour est la plus haute forme de connaissance.

- **Entretiens et causeries**, Albin Michel, (essai)

- **Jnâna-Yoga**, Albin Michel, (essai)

- **Les Yogas pratiques**, Albin Michel, (essai)

Yoga pour femme enceinte, marabout, **Rosalin Widdowson**, (livre pratique)

Paramahansa Yogananda (1893-1952)

Maître spirituel indien dans la lignée du Kriya Yoga. Le Kriya Yoga est un puissant système de méditation basé sur la science du souffle. Approche très ancienne d'une spiritualité vivante qui connut des périodes favorables et moins favorables, la flamme du Kriya Yoga a été ravivée en 1861 par Babaji Maharaj qui l'a transmise à Lahiri Mahasaya, laquelle a été perpétuée jusqu'à ce jour. Le Maître actuel est Paramahansa Prajnanananda.

Quant à P. Yogananda, l'un des Maîtres de cette lignée, il mena une existence de dévouement et d'oblation. Il vécut la première partie de sa vie en Inde et l'autre, aux États-Unis en Californie. Il n'aura eu de cesse de transmettre à travers des conférences, des rencontres, l'écriture de plusieurs livres, dont *Whispers from Éternity, the divine Romance and Metaphysical Meditations*.

Vous trouverez ici l'ouvrage suivant qui trace son parcours ainsi que celui de son Maître, Yukteswar.

- ***Autobiographie d'un Yogi***, Adyar, (témoignages)

Quelques textes fondateurs intégraux (commentés) :

- ***Upanishads du Yoga***, traduites et présentées par Jean Varenne, Gallimard

- ***Trois Upanishads***, traduites et commentées par Srî Aurobindo, Albin Michel

- ***Sept Upanishads***, traduites et commentées par Jean Varenne, Gallimard

- ***Patanjali*** : les Yogasûtra, traduit et annoté par Alyette Degrâces, Fayard, (essai)

- ***Hatha Yoga Pradîpikâ***, commenté par Satyananda, éditions Swam, (essai)

- ***La Bhagavad-Gîtâ en 3 tomes***, traduite et commentée par Swami Prabhupâda, éditions Bhaktivedanta

- ***La Bhagavad-Gîtâ***, commentée par S. Radhakrishnan, Adyar, (essai)

- ***Le nuage d'inconnaissance***, traduit par Armel Guerne, Seuil, (essai)

- ***Jnânaprakâsha, le joyau du yoga shivaïte***, traduit par Tara Michaël, (essai)