TEXTES SACRÉS

# Le bhakti yoga : les Narada Bhakti Sutras et la pratique de la dévotion

*Les 84 sūtras de Nārada en sanskrit avec notre traduction, le chapitre 12 de la Gita, les neuf formes de la dévotion, japa, kirtan, une pūjā simple à la maison et vingt et un jours de pratique*



भक्ति

*bhakti*

YOGIDE

Extrait gratuit

# Sommaire


Avant de commencer 3

- La numérotation des textes 4
- Comment utiliser ce livre 4

Chapitre 1. Bhakti : participer, aimer 5

- Le mot 5
- La première grande phrase 5
- De la Gita aux poètes 5
- La bhakti et les autres yogas 6
- Pratique : une minute d'offrande 6



Usage personnel de l'acheteur ; partage et revente interdits. Ce livre informe et ne remplace ni un professeur qualifié ni un avis médical.
Questions : administration@lacangel.fr

# Avant de commencer

Au crépuscule, sur la rive est du Gange à Rishikesh, une foule se rassemble sur les marches d'un ghat. Des familles venues de Delhi, des sādhus en safran, des étudiants pour leur premier voyage en Inde, quelques personnes qui ne savent pas très bien pourquoi elles sont là. On allume un feu, un chant commence, des lampes à plusieurs mèches s'élèvent et tournent en cercles lents vers le fleuve. Certains chantent, certains pleurent, d'autres regardent seulement. Quand on apporte la flamme vers la foule, des mains passent au-dessus et touchent les yeux. Personne ne vous demande ce que vous croyez.

C'est cela, la bhakti : la dévotion, l'amour tourné vers le divin, exprimé par le chant, l'offrande, le nom répété. C'est l'une des formes de vie religieuse les plus répandues en Inde, et la Bhagavad Gita l'appelle un yoga.

Ce livre fait cinq choses.

**D'abord, il dit ce que bhakti veut dire, et d'où vient le mot** : les Upanishads, la Gita, le grand Purāṇa de la dévotion, les poètes.

**Ensuite, il donne le Nārada Bhakti Sūtra en entier, le court classique de la dévotion : 84 sūtras**, chacun en devanāgarī, en translittération et dans notre traduction, groupés par thème, avec des notes. Nous disons honnêtement quelle édition nous suivons et où les éditions divergent.

**Puis il donne une pratique** : les neuf formes de la dévotion du Bhāgavata Purāṇa, la répétition du nom (japa), le chant ensemble (kīrtana), une offrande simple à la maison (pūjā) pas à pas, et un programme de vingt et un jours.

**Il raconte la vie de trois grands dévots** (Mirabai, Tulsidas, Chaitanya) avec des faits datés seulement, et décrit l'aarti du soir sur le Gange telle que les lieux eux-mêmes la présentent.

**Enfin, il pose les questions honnêtes qu'un non-hindou devrait se poser** : à quoi puis-je prendre part, que dois-je laisser, où est le respect et où commence l'appropriation ?

> **À propos des traductions.**
>
> Toutes les traductions de versets et de sūtras sanskrits de ce livre ont été écrites pour Yogide à partir du sanskrit. Elles ne sont ni copiées ni adaptées d'une traduction moderne publiée. Le texte sanskrit du Nārada Bhakti Sūtra suit l'édition imprimée de Nandlal Sinha (deuxième édition, 1917), vérifiée sūtra par sūtra sur la page numérisée (chapitre 3) ; nous n'en reprenons que le sanskrit, jamais la traduction.

> **Dévotion et bien-être.**
>
> La bhakti ne demande aucun effort physique. Deux précautions seulement. Les pratiques avec flamme et encens à la maison demandent les soins habituels : un support stable, rien d'inflammable à côté, jamais sans surveillance, une fenêtre ouverte si vous êtes asthmatique. Et l'émotion religieuse intense, les longues veilles ou le jeûne ne conviennent pas à tout le monde : si vous vivez avec un trouble

psychiatrique, ou si une pratique vous laisse effrayé, sans sommeil ou coupé de votre entourage, arrêtez, et parlez-en à votre médecin ou à une personne de confiance. En cas d'urgence : 15 ou 112 (France), 112 (Belgique et Union européenne), 144 ou 112 (Suisse), 911 (Canada).

## La numérotation des textes

- **Nārada Bhakti Sūtra (NBS)** : 84 sūtras, numérotés de façon continue, comme dans l'édition de Nandlal Sinha (The Bhakti Sutras of Narada, Sacred Books of the Hindus, vol. VII, Allahabad, Pāṇini Office, première édition 1911, deuxième édition 1917) et dans la plupart des éditions imprimées. Beaucoup d'éditions les répartissent aussi en cinq chapitres (1-24, 25-33, 34-50, 51-66, 67-84) ; certaines traductions modernes disposent autrement les mêmes 84 sūtras. Nous gardons la numérotation continue.
- **Bhagavad Gītā (BG)** : édition critique du Bhandarkar Oriental Research Institute (BORI), texte électronique de GRETIL. Pour les versets cités ici, la numérotation est la même que dans les éditions courantes.
- **Bhāgavata Purāṇa (BhP)** : texte de GRETIL, numéroté par livre, chapitre et verset (7.5.23).
- **Śvetāśvatara Upaniṣad** : texte de GRETIL (6.23).
- **Versets de Chaitanya** : texte de GRETIL de l'anthologie Padyāvalī compilée par Rūpa Gosvāmin, avec la référence correspondante dans le Caitanya-caritāmṛta (3.20).

## Comment utiliser ce livre

Lisez d'abord les chapitres 1 et 2 : ils donnent le cadre. Lisez les sūtras (chapitres 3 à 6) lentement, quelques-uns par jour ; ils sont courts à dessein, et un sūtra est fait pour être retenu et retourné dans l'esprit. Commencez la pratique (chapitres 7 à 10) quand vous voulez : la forme la plus simple, un nom répété avec attention, ne demande rien. Lisez le chapitre 13 avant de prendre part à un rite en Inde ou dans un temple près de chez vous.

Ce livre ne reprend pas notre Bhagavad Gita pour les yogis, qui donne toute la Gita chapitre par chapitre, ni nos Mantras sacrés : texte, sens, son, qui donnent les mantras, leurs sources et toute la méthode du japa avec un mala. Quand vous en avez besoin, nous le disons.

# Chapitre 1. Bhakti : participer, aimer

## Le mot

Bhakti (भक्ति) vient de la racine verbale bhaj (भज्), qui signifie partager, répartir, recevoir sa part, et de là appartenir à, être dévoué à, honorer, aimer. La même racine donne bhakta (भक्त), le dévot, et bhagavat (भगवत्), « celui qui possède la part, la fortune », le Seigneur. La bhakti n'est donc pas d'abord un sentiment. C'est une relation : appartenir à, prendre part à.

Le mot bhajana (भजन), de la même racine, désigne le chant dévotionnel, et le verbe bhajate, « il honore, il aime », traverse la Gita. Quand Kṛṣṇa dit ye bhajanti tu māṃ bhaktyā, « mais ceux qui m'honorent avec dévotion » (BG 9.29), le verbe et le nom viennent de la même graine.

## La première grande phrase

Le mot apparaît avec tout son sens spirituel à la fin d'une Upanishad, dans un verset que l'on cite encore en ouverture de bien des livres de dévotion :

**Śvetāśvatara Upaniṣad 6.23**

यस्य देवे परा भक्तिर्यथा देवे तथा गुरौ । तस्यैते कथिता ह्यर्थाः प्रकाशन्ते महात्मनः ॥

yasya deve parā bhaktir yathā deve tathā gurau / tasyaite kathitā hy arthāḥ prakāśante mahātmanaḥ

**Traduction.** À la grande âme qui a pour Dieu une dévotion suprême, et pour le maître comme pour Dieu : à celle-là, les sens enseignés ici se révèlent avec éclat. (Notre traduction.)

Deux idées sont déjà là. La dévotion est une condition de la compréhension : l'enseignement ne « brille » que pour celui qui aime. Et la dévotion au divin passe par une relation humaine, le maître.

## De la Gita aux poètes

La Gita est le premier grand texte à appeler la dévotion un yoga, le bhakti-yoga, à côté du yoga de l'action et du yoga de la connaissance (chapitre 2). Le Bhāgavata Purāṇa, composé en sanskrit, attribué par la tradition à Vyāsa, texte central des traditions vaiṣṇava, fait de la dévotion à Kṛṣṇa son thème au long de ses douze livres (chapitre 7).

Puis la dévotion quitte le sanskrit. À partir du VIe siècle environ, en pays tamoul, les poètes vaiṣṇava appelés Āḻvār et les poètes śaiva appelés Nāyaṉmār chantent leurs dieux dans leur propre langue. Entre le XVe et le XVIIe siècle, le mouvement gagne le Nord et l'Est de l'Inde : Kabir, Ravidas, Mirabai, Surdas, Tulsidas, Chaitanya et bien d'autres chantent en hindi, en rajasthani, en braj, en awadhi, en bengali. Les historiens discutent encore pour savoir si ce « mouvement de la bhakti » fut une réforme sociale ou un renouveau de traditions plus anciennes ; ce qui est sûr, c'est qu'il a porté la vie religieuse dans les langues que l'on parlait, et l'a ouverte, au moins en principe, à tous, quels que soient leur naissance ou leur sexe.

## La bhakti et les autres yogas

Swami Vivekananda, dans ses conférences new-yorkaises de 1895-1896, a popularisé l'idée de quatre yogas : l'action (karma), la dévotion (bhakti), la connaissance (jñāna) et la méditation (rāja). La Gita ne les sépare pas aussi nettement, pas plus que le Nārada Bhakti Sūtra, qui discute des rapports entre la dévotion et la connaissance (NBS 28-30). Dans la pratique, toutes les voies en Inde sont imprégnées de dévotion : le hatha yogi chante avant de pratiquer, l'étudiant du Vedānta s'incline devant le maître, le karma yogi offre son acte. Dans ce livre, la bhakti est un yoga à part entière, et aussi la chaleur qui traverse tous les autres.

## Pratique : une minute d'offrande

Ce soir, avant de dormir, asseyez-vous une minute. Pensez à quelqu'un ou à quelque chose que vous aimez sans réserve. Remarquez ce que cet amour fait dans le corps : chaleur, douceur, élargissement. Puis, sans rien changer, tournez cette même qualité d'attention vers ce que vous tenez pour le plus haut : Dieu sous la forme que vous connaissez, la vie, le bien. Écrivez une phrase sur ce que vous avez remarqué.

# Fin de l’extrait

Merci de nous avoir lus jusqu’ici. Nous espérons que ces premières pages servent déjà votre pratique, et qu’elles montrent comment le reste du livre est construit : des étapes claires, des textes cités avec leur source, rien d’inventé.

**Le livre complet compte 49 pages.**

Le retrouver ici :
https://yogide.com/fr/livres/le-bhakti-yoga-les-narada-bhakti-sutras-et-la-pratique-de-la/

Paiement unique, PDF immédiat.