

INDE

Bali, le guide du yogi

Agama Hindu Dharma, temples, calendriers balinaï, Ubud et toutes les informations pratiques, vérifiées et datées



यात्रा

yātrā

YOGIDE

Extrait gratuit

Usage personnel de l'acheteur ; partage et revente interdits. Ce livre informe et ne remplace ni un professeur qualifié ni un avis

Sommaire

Avant de commencer	4
Lire les mots de ce livre	5
Comment utiliser ce livre	5
Chapitre 1. Bali entre histoire et légende	6
Pas « l'hindouisme indien à l'étranger »	6
La légende de Ṛṣi Mārkaṇḍeya	6
Majapahit et le prêtre Nirartha	6
L'Agama Hindu Dharma dans l'Indonésie moderne	7

Avant de commencer

Bali est la seule province à majorité hindoue de l'Indonésie : environ 4,3 millions d'habitants au recensement de 2020, dont 86,4 % pratiquent l'hindouisme balinais (Wikipédia anglophone, « Bali »), dans un pays où, rappelle France Diplomatie, l'islam est pratiqué par la grande majorité de la population. Chaque matin, de petits plateaux de feuille de palme garnis de fleurs apparaissent sur les seuils, les autels et les trottoirs. Dans les écoles et par les haut-parleurs des temples, vous entendrez peut-être une prière dont le premier verset est la Gāyatrī du Ṛg Veda. Les temples sont tournés vers le grand volcan, le Gunung Agung, et l'eau est bénie avant d'être versée. Pour qui s'incline devant l'Inde comme berceau du yoga, Bali est une surprise : une civilisation hindoue vivante, née loin du Gange, passée par Java, mûrie pendant plus de mille ans, qui a gardé les mots sanskrits en leur donnant un sens bien à elle.

Bali est aussi l'une des destinations les plus recherchées au monde pour les retraites et les formations de professeur de yoga, souvent animées en anglais pour une clientèle internationale, à Ubud et dans ses environs. Les deux mondes se côtoient. Ce guide s'adresse à celui ou celle qui veut pratiquer à Bali sans confondre l'un avec l'autre : déroulez votre tapis le matin dans une shala ouverte sur les rizières, et entrez l'après-midi dans la cour d'un temple en sachant ce qu'elle est, à qui elle appartient et comment vous y tenir.

Ce n'est pas une liste de retraites. Vous ne trouverez ici aucun classement, aucun avis, aucune recommandation d'école, de centre ou d'enseignant, et c'est voulu. Ce livre vous donne le contexte, les faits pratiques et les bonnes questions pour choisir par vous-même. Il repose sur trois engagements.

Premièrement, les faits pratiques sont vérifiés et datés. Règles de visa, frais, taxe touristique, dates des fêtes, règles des temples, conseils de santé : tout cela change. Chaque fait pratique de ce guide a été vérifié en ligne le **16 octobre 2026** auprès de la source la plus officielle que nous ayons trouvée, citée à la fin. Quand nous n'avons trouvé que des informations officieuses ou contradictoires, nous le disons et nous vous indiquons où vérifier. Quand nous n'avons rien pu vérifier, nous n'avons rien écrit.

Deuxièmement, aucune expérience inventée. Pas de témoignage, pas d'anecdote du type « quand j'étais à Ubud », pas d'avis. Une légende est présentée comme une légende ; une date historique est donnée avec sa source.

Troisièmement, le sacré est traité comme sacré. Les temples, les offrandes et les cérémonies de Bali appartiennent à une religion vivante, l'Agama Hindu Dharma. Ils ne sont pas le décor d'un séjour yoga. Ce guide explique les usages pour que vous puissiez être présent sans heurter personne, et il écrit le sanskrit correctement, en devanagari avec la translittération IAST, à côté des formes balinaises et indonésiennes que vous lirez sur les panneaux.

Ce guide informe ; il ne remplace pas les conseils officiels.

Avant de partir, lisez la fiche Indonésie des Conseils aux voyageurs de France Diplomatie, inscrivez-vous sur Fil d'Ariane, vérifiez vous-même le site officiel de l'immigration indonésienne et consultez un centre de vaccinations internationales. En Indonésie, le FCDO britannique indique le **118** pour une ambulance,

le 110 pour la police et le 112 pour les pompiers (consulté le 16 octobre 2026). Ambassade de France à Jakarta : +62 21 23 55 80 00 ; agence consulaire de France à Denpasar : +62 811 39601401 (France Diplomatie).

Lire les mots de ce livre

Trois langues se rencontrent à Bali. L'**indonésien**, écrit en alphabet latin, est la langue nationale : celle des panneaux, des commerces et de l'administration. Le **balinais** est la langue des maisons et des villages ; il a sa propre écriture, l'aksara Bali, que vous verrez sur les panneaux au-dessus des lettres latines. Le **sanskrit** survit dans les mantras, les rites des prêtres et des centaines de mots qui ont changé de forme en route : tīrtha est devenu tirta, l'eau bénite ; vrata, le vœu, est devenu brata. Les mots sanskrits sont donnés en devanagari avec l'IAST :

IAST	Se prononce à peu près	Exemple
ā, ī, ū	a, i, ou longs	Gāyatrī
ṛ	un « ri » bref	Ṛg Veda
ś, ṣ	« ch » (deux sortes)	Śiva, Viṣṇu
c	« tch »	catur (tchatour)
j	« dj »	yajña
u	« ou »	guru (gourou)
ṭ, ḍ, ṇ	langue recourbée vers le palais	maṇḍala
ṁ	résonance nasale	omṁ

En indonésien, c se dit « tch » (canang se dit « tchanang »), u se dit « ou » et e est souvent un « e » bref et sourd.

Comment utiliser ce livre

Vous hésitez encore sur les dates ? Commencez par les chapitres 3 et 5 : à Bali, les calendriers religieux comptent plus que la météo, et arriver la veille de Nyepi change tout. Votre billet est pris ? Les chapitres 8 à 10 couvrent l'arrivée, les formalités et la sécurité. Vous êtes déjà sur place ? Les chapitres 2, 4 et 11 expliquent les temples devant lesquels vous passez chaque jour ; les chapitres 14 et 15 donnent les listes de contrôle et les phrases utiles.

Chapitre I. Bali entre histoire et légende

Pas « l'hindouisme indien à l'étranger »

On est tenté de voir Bali comme un morceau d'Inde parti vers l'est. Ce n'est pas ce que disent les historiens. L'article encyclopédique consacré à l'hindouisme balinais décrit une religion formée par « un long processus de syncrétisme religieux », qui a mêlé croyances indigènes et traditions hindoues arrivées dans l'archipel dès les premiers siècles de notre ère, surtout par Java, et la qualifie de « système religieux développé localement » (Wikipédia anglophone, « Balinese Hinduism », consulté le 16 octobre 2026). Le culte des ancêtres, les montagnes et les sources sacrées, plus anciens que toute influence indienne, sont restés au cœur de la religion. Première leçon de Bali pour un yogi : les mots sont familiers, le sens est local.

La légende de Ṛṣi Mārkaṇḍeya

La tradition balinaise, consignée dans des manuscrits sur feuille de palmier (lontar), attribue la fondation de l'hindouisme sur l'île à un sage venu de l'est de l'Inde, Ṛṣi Mārkaṇḍeya (मार्कण्डेय), au VIII^e siècle. Sa première expédition aurait échoué, ses compagnons étant tombés malades ; il se serait retiré à Java pour méditer, puis serait revenu avec une méthode rituelle de purification de l'eau. On raconte qu'il enfouit cinq métaux sacrés sur les pentes du Gunung Agung et fonda des temples, dont le temple-mère, Besakih (Wikipédia, « Balinese Hinduism »).

Un autre fil de la légende touche Ubud. Selon la tradition, Mārkaṇḍeya médita à Campuhan, au confluent de deux rivières, lieu jugé propice par les hindous, et y fonda le temple de Gunung Lebah, toujours lieu de pèlerinage (Wikipédia, « Ubud »). Ce sont des légendes, gardées par les temples et les manuscrits. Elles disent comment les Balinais comprennent leur île : une terre et des eaux consacrées par la méditation d'un sage.

Majapahit et le prêtre Nirartha

En 1343, l'empire javanais de Majapahit conquiert Bali. Quand des États musulmans s'imposent à Java à la fin du XVe siècle, nobles, prêtres et artistes hindous javanais se replient à Bali, avec la culture de cour, la littérature en vieux-javanais et les rites brahmaniques. Le prêtre **Dang Hyang Nirartha**, arrivé de Java en 1492 selon la tradition, est crédité de la fondation du sacerdoce shivaïte aujourd'hui présent dans toute l'île et de l'introduction dans les temples du padmāsana (पद्मासन), le trône de lotus vide du dieu suprême (Wikipédia, « Balinese Hinduism »). Le yogi connaît ce mot : c'est la posture du lotus, l'assise de la méditation. Dans un temple balinais, c'est un haut trône de pierre, laissé vide parce que le suprême n'a pas de forme. La tradition veut que Nirartha ait atteint la libération à Uluwatu (Wikipédia, « Uluwatu Temple »).

L'Agama Hindu Dharma dans l'Indonésie moderne

Après l'indépendance, la religion balinaise a dû entrer dans un cadre national qui ne reconnaissait que les religions à dieu unique et à livre saint. Par des échanges avec l'Inde, des responsables balinais ont reformulé leur religion autour des Védas, des Upaniṣad, des Purāṇa et des épopées, nommé le principe suprême **Ida Sang Hyang Widhi Wasa** et demandé, par une pétition commune de 1958, la reconnaissance de l'Hindu Dharma (Wikipédia, « Balinese Hinduism »). Son nom officiel est **Agama Hindu Dharma**. Le conseil hindou national, le **Parisada Hindu Dharma Indonesia** (PHDI), est né en 1959 et a pris son nom national en 1964 (Wikipédia, « Parisada Hindu Dharma Indonesia ») ; les temples, eux, sont gérés par les villages et leurs conseils.

Une figure de ce renouveau, **Ibu Gedong Bagoes Oka** (née à Karangasem en 1921), inspirée par l'autobiographie de Gandhi, fonda la Bali Canti Sena et l'ashram Canti Dasa ; elle reçut en 1994 le prix Jamnalal Bajaj pour la « promotion des valeurs gandhiennes hors de l'Inde » (Fondation Jamnalal Bajaj). Le lien entre Bali et l'Inde n'est donc pas seulement ancien : il a été renoué au XXe siècle par des Balinais partis chercher les maîtres de l'Inde.

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 40 pages.

Le retrouver ici : <https://yogide.com/>

Païement unique, PDF immédiat.