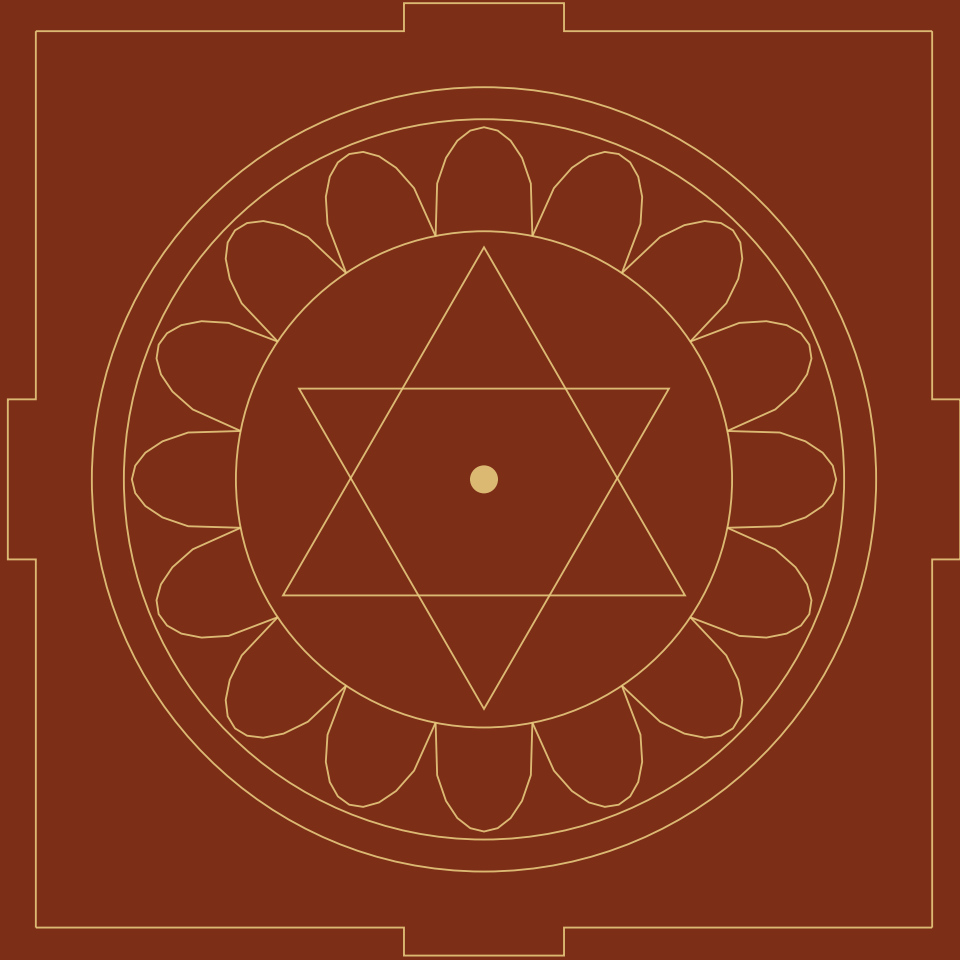


TEXTES SACRÉS

Le sanskrit du yogi

Lire la devanagari, prononcer juste chaque mot du yoga et comprendre, mot à mot, les mantras que vous chantez



संस्कृत

saṃskṛta

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
Nos principes	4
Comment utiliser ce livre	5
Chapitre 1. Pourquoi le sanskrit, et une brève histoire	6
La langue des textes du yoga	6
Le mot saṃskṛta	6
Trois moments d'une longue histoire	6
Une langue, beaucoup d'écritures	7
Et l'IAST ?	7

Avant de commencer

Dans tous les cours de yoga du monde, d'un toit de Rishikesh à une salle de Lyon ou de Montréal, on parle encore un peu sanskrit. On dit namaste à la fin, śavāsana pour la relaxation, om avant de commencer. Dans les cours guidés d'ashtanga, on compte ekam, dve, trīṇi. Des chants ferment la séance. Beaucoup de pratiquants répètent ces sons pendant des années sans bien savoir ce qu'ils veulent dire, comment ils s'écrivent, ni s'ils les prononcent comme ils devraient l'être.

Ce livre vous ouvre la porte de cette langue. Il a été écrit pour des yogis, pas pour des linguistes. Il ne fera pas de vous un sanskritiste, mais il vous donnera trois choses qui changent la manière de pratiquer :

- **Vous saurez lire la devanagari**, l'écriture dans laquelle on imprime aujourd'hui le sanskrit, lentement et correctement, lettre par lettre.
- **Vous prononcerez les mots du yoga avec assurance**, grâce à une clé simple : la translittération IAST, avec ses petits points et ses traits, expliquée son par son, pour une bouche francophone.
- **Vous comprendrez ce que vous dites** : le nom des postures, le vocabulaire des Yoga Sūtra et du haṭha yoga, et le sens, mot à mot, des mantras les plus chantés dans les écoles de yoga et les ashrams.

Nos principes

Chaque mot sanskrit est donné deux fois, en devanagari (योग) et en IAST (yoga), et souvent une troisième fois sous sa forme courante en français (par exemple chakra pour cakṛa). Le glossaire final réunit 386 termes classés par thème.

Toutes les traductions de ce livre sont les nôtres. Pour chaque mantra, nous partons du texte original, vérifié sur des éditions de référence accessibles en ligne (le Göttingen Register of Electronic Texts in Indian Languages, GRETIL, et sanskritdocuments.org ; la liste complète figure dans les Sources). Nous donnons une analyse mot à mot pour que vous voyiez vous-même comment le sens se construit, au lieu de croire une traduction sur parole. Nous ne reproduisons jamais une traduction moderne protégée.

Nous disons d'où vient un texte, et quand nous ne savons pas. Certains chants très aimés du yoga moderne sont anciens ; d'autres sont plus récents qu'on ne le croit ; pour quelques-uns, personne ne connaît la source première. Nous vous disons ce qui est établi, et nous nous arrêtons là.

Un mot sur le respect.

En Inde, le sanskrit n'est pas une langue morte. On le chante chaque matin dans les temples et les maisons, on l'étudie à l'école et à l'université, et quelques communautés le parlent. Beaucoup de mantras de ce livre sont des prières de traditions vivantes. Apprendre à les prononcer correctement et savoir d'où ils viennent, c'est une manière d'honorer ceux qui les ont gardés vivants depuis trois mille ans.

Comment utiliser ce livre

Lisez les chapitres 1 à 3 dans l'ordre : ils vous donnent l'écriture et les sons. Ensuite, servez-vous du livre selon vos besoins. Le chapitre 5 vous apprend à démonter le nom d'un āsana. Le chapitre 7 rassemble les mantras. Le chapitre 8 propose des exercices corrigés. Gardez le glossaire près de votre tapis.

Aucune connaissance préalable n'est nécessaire. Écrivez les lettres à la main, dix minutes par jour : la main retient ce que l'œil oublie.

Chapitre 1. Pourquoi le sanskrit, et une brève histoire

La langue des textes du yoga

Les Yoga Sūtra de Patañjali, la Bhagavad Gītā, les Upaniṣad, la Haṭhapradīpikā, la Gheraṇḍa Saṃhitā : tous les textes fondateurs du yoga ont été composés en sanskrit. Quand vous les lisez en traduction, vous lisez les choix de quelqu'un. Le mot citta devient « mental » dans un livre, « conscience » dans un autre, « psychisme » dans un troisième. Connaître un peu de sanskrit ne remplace pas une bonne traduction, mais cela vous permet de voir le mot original derrière le français, et de comprendre pourquoi les traducteurs ne sont pas d'accord.

Le sanskrit compte aussi pour le son. Dans les traditions indiennes, un mantra n'est pas seulement une phrase qui a un sens : c'est une forme sonore qui se transmet, souvent de maître à élève, et sa prononciation juste fait partie de la pratique. Les textes védiques ont été conservés oralement, avec une précision remarquable, pendant des siècles avant d'être mis par écrit, grâce à des méthodes de récitation où chaque mot est répété dans plusieurs ordres pour empêcher toute altération.

Le mot saṃskṛta

Le nom de la langue, संस्कृत (saṃskṛta), signifie « assemblé, raffiné, parfait ». Il est formé du préfixe sam (ensemble) et de la racine kṛ (faire). On l'opposait aux langues prākṛta, les parlers « naturels » de la vie quotidienne, dont descendent beaucoup de langues modernes de l'Inde du Nord.

Trois moments d'une longue histoire

Le sanskrit védique. La forme la plus ancienne de la langue est celle des Veda, et d'abord du Ṛgveda (ऋग्वेद), recueil de 1 028 hymnes. Les spécialistes datent couramment ses couches les plus anciennes de la seconde moitié du IIe millénaire avant notre ère. Le sanskrit védique possède un accent de hauteur, que certaines traditions de récitation conservent encore, et des formes grammaticales qui ont disparu ensuite. Deux mantras du chapitre 7, la Gāyatrī et le Mahāmṛtyuñjaya, viennent du Ṛgveda.

Pāṇini et la grammaire. Vers le IVe siècle avant notre ère (la date exacte est discutée), le grammairien Pāṇini compose l'अष्टाध्यायी (Aṣṭādhyāyī), « les huit chapitres » : environ quatre mille règles d'une concision extrême, qui décrivent toute la langue, des sons à la construction des phrases. Son œuvre fixe la norme de ce qui deviendra le sanskrit classique. D'autres grammairiens la commentent, notamment Patañjali, auteur du Mahābhāṣya, le « grand commentaire ». La tradition indienne identifie parfois ce grammairien au Patañjali des Yoga Sūtra ; la plupart des historiens y voient deux personnes distinctes, séparées de plusieurs siècles. Vous retrouverez cette tradition dans l'invocation à Patañjali du chapitre 7.

Le sanskrit classique. Dès lors, le sanskrit devient la langue de la philosophie, des sciences, du droit, de la

médecine (l'āyurveda), de la poésie et du théâtre dans toute l'Asie du Sud et au-delà, et il le reste pendant plus de deux mille ans. Les Yoga Sūtra, que beaucoup de chercheurs placent dans les premiers siècles de notre ère, les textes de haṭha yoga écrits entre le XIe et le XVIIIe siècle environ, et les tantras sont rédigés dans un sanskrit classique ou proche du classique, parfois à la grammaire plus libre.

Une langue, beaucoup d'écritures

Le sanskrit n'a pas d'écriture propre : on l'a écrit avec la brāhmī et ses nombreuses descendantes, de la śāradā du Cachemire au grantha du pays tamoul. La devanagari, issue de la famille des écritures nāgarī du nord de l'Inde, est devenue le choix le plus courant pour imprimer le sanskrit à partir du XIXe siècle. C'est elle que vous allez apprendre ici, et c'est elle que vous verrez à Rishikesh sur les murs des temples et dans les livres vendus près de Ram Jhula et de Laxman Jhula.

Et l'IAST ?

Pour écrire le sanskrit en alphabet latin sans rien perdre, les spécialistes utilisent un système de translittération appelé IAST (International Alphabet of Sanskrit Transliteration), dont les principes remontent à une décision du Congrès international des orientalistes réuni à Genève en 1894. À chaque lettre devanagari correspond une seule notation latine, avec des diacritiques (ā, ṛ, ṡ, ś, ṣ, ṁ, ḥ...).

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 48 pages.

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

Païement unique, PDF immédiat.