

ne citer qu'un exemple.  
 Là encore le champ des études à faire est immense en raison du nombre énorme des complexes d'actions et de réactions psychiques, neurologiques, respiratoires, circulatoires, musculaires et biochimiques simultanées que déclenche tout exercice de yoga chez des sujets qui ne peuvent être identiques et dont le nombre devrait être élevé pour assurer statistiquement le taux de constance des effets d'un même exercice défini.

Ces études sont heureusement en marche. Elles ne feront pas que satisfaire l'esprit. Par là déjà elles seraient nécessaires du point de vue même du yoga dont le but est la connaissance plénière.

Mais elles sont et seront de plus en plus précieuses. Le yoga, le vrai, est un instrument de comportement humain de haute efficacité; il faut savoir l'explorer, en connaître toutes les ressources, voire les dangers. Certains veulent dès maintenant le perfectionner. Une tradition ne doit jamais rester figée, elle s'est toujours établie comme le succès d'une recherche, elle doit donc garder, en présence des conditions nouvelles que fait sans cesse l'évolution, son dynamisme d'adaptation. Cependant elle doit être bien comprise dans sa nature et ses implications avant de recevoir des modifications ou des clarifications. Autrement les innovations qui s'en réclameraient ne pourraient plus le faire légitimement. Or le prestige du yoga dépend d'abord de la garantie que donne la continuité de son expérience.

Des pratiques qui s'écarteraient de cette expérience ne pourraient mériter la même confiance. Elles pourraient éventuellement ouvrir des voies nouvelles à la science et à la pratique. Alors il ne s'agirait plus de yoga mais la recherche sur le yoga les aurait du moins favorisées. De toute manière c'est l'ensemble des recherches de sciences humaines et de sciences biologiques sur le yoga qui en démontre la valeur et doit en connaissance de cause en régler la pratique actuelle et préparer l'avenir.

Jean Filliozat

En vente chez Adrien Bonin

Conférence sur le yoga l'aspect scientifique à Birnie (Azerine)

LE YOGA ET LES SUBSTANCES PSYCHOTROPES

représenté par Mahesh, p. 27-29  
Yoga et vie 26 (déc. 70)  
17-29

4-27

Au début de ce siècle le célèbre psychologue américain James H. Leuba a fait une place notable au yoga dans son ouvrage *Psychologie du Mysticisme religieux*. Il le connaissait par la traduction des *Yogasutra* par James Haughton Woods parue en 1914 à Cambridge (Mass.) d'après laquelle il s'était persuadé que la pensée de l'Inde avait pris des directions fort différentes de celles de la pensée de l'Occident. Nous voyons aujourd'hui que les divergences dans les chemins de la pensée entre le yoga et nous n'étaient souvent qu'apparentes : Woods a bien compris les phrases sanscrites mais si lui ni ses interprètes indiens n'ont toujours trouvé des mots adéquats en anglais pour rendre les termes techniques sanscrites de psychologie.

Le psychologue, tributaire de cette traduction n'avait pu que se faire une idée incomplète de la teneur exacte des *Yogasutra*. Il y suppléait par les analogies d'apparence avec des données occidentales ou d'autres fournies par l'ethnologie, surtout il s'était convaincu que le yoga consistait essentiellement en l'affranchissement de la souffrance et que son couronnement était dans des béatitudes extatiques analogues à certaines ivresses obtenues par des drogues. Il évoquait comme analogues les fêtes frénétiques et licencieuses des "sauvages", comme aussi les extases chrétiennes, ne voyant d'ailleurs en tous les enthousiasmes et sentiments de bonheur ou de certitude rien que des illusions ou hallucinations. D'autres ont cherché dans des états psychopathologiques les causes des doctrines philosophiques indiennes qui font précisément du monde phénoménal une illusion. Ils oublient alors que les représentations philosophiques en question et les sentiments et certitudes des yogin s'obtiennent non inopinément et anarchiquement mais au terme d'une instruction et d'un entraînement délibérément acceptés, normalement commandés par un maître et en accord logique avec les prémisses fournies par la science ancienne.

Les états psychologiques ultimes auxquels parviennent les yogin sont des sentiments extrêmes et indéfinissables pour les autres mais ils ne sont pas "intuitifs" comme on le dit souvent car, même s'ils sont perçus subitement, ils ont été préparés par la connaissance discursive traditionnelle ou bien ils ne relèvent pas des méthodes indiennes du yoga proprement dit.

Les *Yogasutra* indiquent les résultats du *samyama*. Il s'agit de la mise en jeu simultanée de trois opérations de yoga : fixation sur un objet, méditation et mise en position stable de l'esprit (*dharana*, *dhyana* et *samadhi*). Il s'ensuit une connaissance plénière (*jnana*). Par le *samyama* sur le