

# L'APPLICATION DE L'ĀYURVEDA AU YOGA

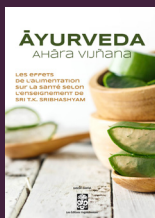
Gabriel

मनुष्यायुर्वेद est la médecine destinée à maintenir les êtres humains en bonne santé ou à rétablir la santé en cas de déséquilibre. L'application de l'Āyurveda au Yoga est spécifique à la famille de Sri T.K. Sribhashyam, fils et disciple de Yogāchārya Krishnamāchārya de Mysore, l'ancienne capitale du Karnataka, un des états du sud de l'Inde. Yogāchārya Krishnamāchārya fut le professeur de Yoga du Maharāja de Mysore avant l'indépendance de l'Inde.

Après avoir enseigné l'application de l'Āyurveda au Yoga pendant plusieurs décennies aux côtés de son père en Inde, Sri T.K. Sribhashyam s'est installé à Nice (France) où il enseigna cette discipline pendant 47 ans, jusqu'à ce qu'il rejoigne le Créateur en 2017.

La connaissance de l'Āyurveda s'est transmise de génération en génération dans certaines familles comme dans la famille de Sri T.K. Sribhashyam, dont un des ancêtres, Sri Nathamuni, a écrit au IXème siècle un traité de Yoga et d'Āyurveda, le *Yoga Rahāsyā*. Après son installation à Nice, Sri T.K. Sribhashyam a enseigné la philosophie indienne, le Yoga, et deux branches de l'Āyurveda :

- 1° L'application de l'Āyurveda au Yoga ;
- 2° Les effets de l'alimentation sur la santé.



Un livre publié récemment par Gabriel aux éditions Yogakshemam, *Les effets de l'alimentation sur la santé selon l'enseignement de Sri T.K. Sribhashyam*, expose fidèlement ce sujet enseigné pendant de nombreuses années par son professeur Sri T.K. Sribhashyam.

**Le séminaire proposé par Yogakshemam sera exclusivement consacré à l'application de l'Āyurveda au Yoga.** Gabriel abordera principalement durant ces trois journées le système digestif et les troubles qui peuvent l'affecter : manque ou excès des tissus cellulaires (Dhātu) et leur liaison avec les trois humeurs (Dosha) dont chacune se divise en cinq fonctions. Certaines pratiques spécifiques (Āsana, Mūdra, Trātaka et Prānāyāma) sont davantage conseillées dans ces situations.

Une demi-journée sera consacrée aux pratiques précises que les participants souhaiteront aborder dans le vaste sujet de l'application de l'Āyurveda au Yoga.

