

## La source du yoga de l'IFY : dans la tradition de Krishnamacharya et de Desikachar

L'enseignement du yoga à l'IFY est issu d'une longue transmission dont le référent contemporain est le yogi T. Krishnamacharya. Son fils T.K.V. Desikachar, aujourd'hui âgé de 75 ans et résidant à Chennai, a été lui-même son élève pendant plus de 30 ans. Parmi le Collège des formateurs de l'IFY, plusieurs formateurs ont bénéficié de l'enseignement direct de T. Desikachar, inscrits dans une relation individuelle de longue durée avec lui. Ces derniers ont enseigné à d'autres formateurs du Collège. Tous transmettent aujourd'hui un enseignement du yoga, dans ce qu'il convient d'appeler la tradition de Krishnamacharya et de son fils Desikachar, ou yoga de Madras.

### Krishnamacharya, un yogi entièrement dévoué à la renaissance du yoga

T. Krishnamacharya a oeuvré toute sa vie à la renaissance du yoga qui périlait en Inde à l'aube du XX<sup>e</sup> siècle. Si l'on en juge par le développement du yoga aujourd'hui dans le monde entier, le but a été largement atteint. Mais de quelle nature été sa contribution ?

T. Krishnamacharya (18 novembre 1888 - 28 février 1989) naît dans le sud de l'Inde et reçoit d'abord l'enseignement de son père, un grand érudit qui devient son premier guide sur le chemin de la connaissance. Orphelin à l'âge de 10 ans, il poursuit ses études à Mysore, où il accomplit la majorité de ses études ultérieures. Très jeune, il a la certitude que son rôle est de revitaliser l'enseignement du yoga, de le refonder sur des bases nouvelles afin qu'il puisse se développer et se répandre. Pour cela, il comprend qu'il doit élargir son champ d'études et embrasser un vaste éventail de disciplines. Il séjourne alors à Varanasi (Bénarès), lieu saint et centre intellectuel prestigieux où il reçoit l'enseignement d'érudits renommés de la cité. Son périple d'étudiant le mène jusqu'au Tibet où il reçoit durant 8 ans l'enseignement de Rama Mohana Brahmachari, un ermite qui devient son maître de yoga. Quand celui-ci considère que son élève est prêt, il lui demande pour tout paiement de retourner vers le monde, de se marier et de transmettre le message du yoga.

C'est ce que fait T. Krishnamacharya à partir de 1922. A ce stade, il a non seulement mené à bien une longue période d'études avec son maître de yoga mais il a obtenu les plus hauts titres des Ecoles de philosophie indienne. Il connaît parfaitement l'ayurveda (science de la santé), l'astrologie, la musique et il parle plusieurs langues. Et désormais, il consacre toute son énergie à relancer la pratique du yoga auprès de ses compatriotes. Avec l'aide du Maharaja de Mysore, il fonde dans cette ville une école de yoga dont deux élèves deviendront de fameux yogis, Pattabhi Jois et B.K.S. Iyengar, deux courants représentés aujourd'hui dans le monde entier.

De plus en plus de personnes viennent voir T. Krishnamacharya pour pratiquer le yoga mais aussi pour traiter des problèmes de santé physique, psychologique ou spirituelle. Fin pédagogue, il apporte à chacun des réponses adaptées à ses capacités : « *Le yoga, insiste-t-il, doit toujours s'adapter à vous, cela ne doit jamais être le contraire.* » La pratique doit soigneusement prendre en compte le temps, le lieu, l'âge, l'occupation, les capacités et l'objectif de l'élève car chacun est différent et doit pouvoir découvrir et exprimer le meilleur de lui-même. Il enseigne également aux femmes — ce qui va à l'encontre des habitudes de l'époque — et bientôt aux Occidentaux. Une de ses élèves est Indra Devi, américaine originaire de Lettonie. Elle reçoit son enseignement à Mysore dans les années 1930 et le diffuse un peu partout dans le monde, en particulier à Hollywood où elle a pour élèves plusieurs gloires du cinéma, Greta Garbo, Gloria Swanson, Robert Taylor et Marilyn Monroe.

L'indépendance de l'Inde en 1947 amène de profonds changements dans la société. L'école de Mysore ferme en 1950, par manque de moyens financiers. T. Krishnamacharya a près de 62 ans, une épouse et cinq enfants. Une nouvelle étape de sa vie se déroule à Chennai (anciennement Madras) où il s'installe avec sa famille. Il y poursuit son oeuvre d'enseignant et de thérapeute, et transmet le flambeau à son fils T.K.V. Desikachar, à ses côtés durant plus de trente ans et jusqu'à sa mort en 1989, à l'âge de 101 ans.

## Desikachar, un fils au service du rayonnement de l'enseignement de son père

Durant plus de 30 ans, le fils de T. Krishnamacharya vit près de son père et reçoit au jour le jour son enseignement. « *L'enseignement de mon père est si précieux qu'il ne peut pas mourir, il ne mourra pas, quelque chose se passera.* »<sup>1</sup> affirme T.K.V. Desikachar.

La passion de T.K.V. Desikachar pour le yoga naît alors qu'il est jeune ingénieur, promis à une carrière bien éloignée de celle de son père. Il réalise soudain que cet homme humble qui ne connaît ni l'anglais ni la médecine moderne, est un yogi, un thérapeute et un érudit de grande valeur, une encyclopédie vivante que des gens du monde entier viennent consulter. Il décide d'abandonner là sa carrière et demande à son père de lui enseigner le yoga.

Ceci se passe dans les années 1960 et c'est le début d'un compagnonnage de plus de 30 ans. A son tour, T.K.V. Desikachar devient un professeur de yoga respecté. Alors jeune enseignant, il devient le professeur particulier de J. Krishnamurti, supervisé par son père, et s'instruit beaucoup au contact du grand penseur. Il dit de Krishnamurti : « [...] *sa qualité d'être et sa qualité d'action représentent pour moi les niveaux supérieurs du yoga. [...] Même s'il ne parlait pas du yoga, il était le yoga.* »<sup>2</sup>

Père et fils travaillent ensemble et partagent la même ambition de faire oeuvre utile, le même désir de transmettre le travail des anciens maîtres de yoga. Le chant védique tient une place importante parmi les disciplines transmises, y compris aux femmes, contrairement à l'ancienne tradition brahmanique.

En 1976, Desikachar fonde à Chennai le Krishnamacharya Yoga Mandiram (KYM) pour honorer son père et poursuivre son travail. Conférencier recherché dans le monde entier, il écrit de nombreux articles et ouvrages sur le yoga, édités en France aux Editions Agamat dirigées par l'un des formateurs de l'Institut français de yoga.

---

1 Revue Darshanam - Mars 1994

2 Revue Darshanam - Juillet 1993