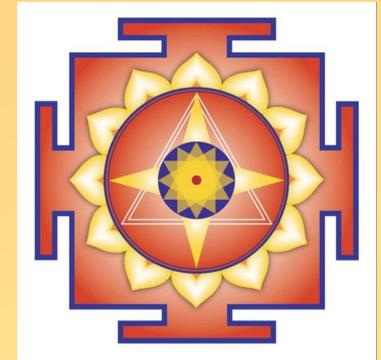
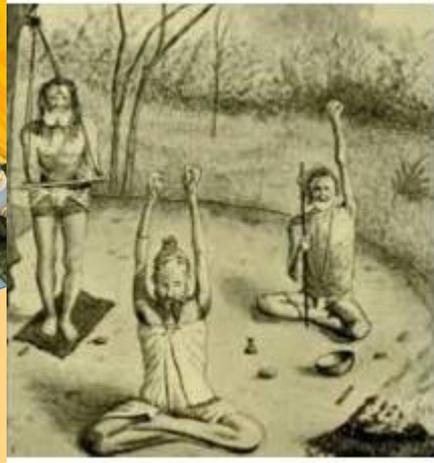


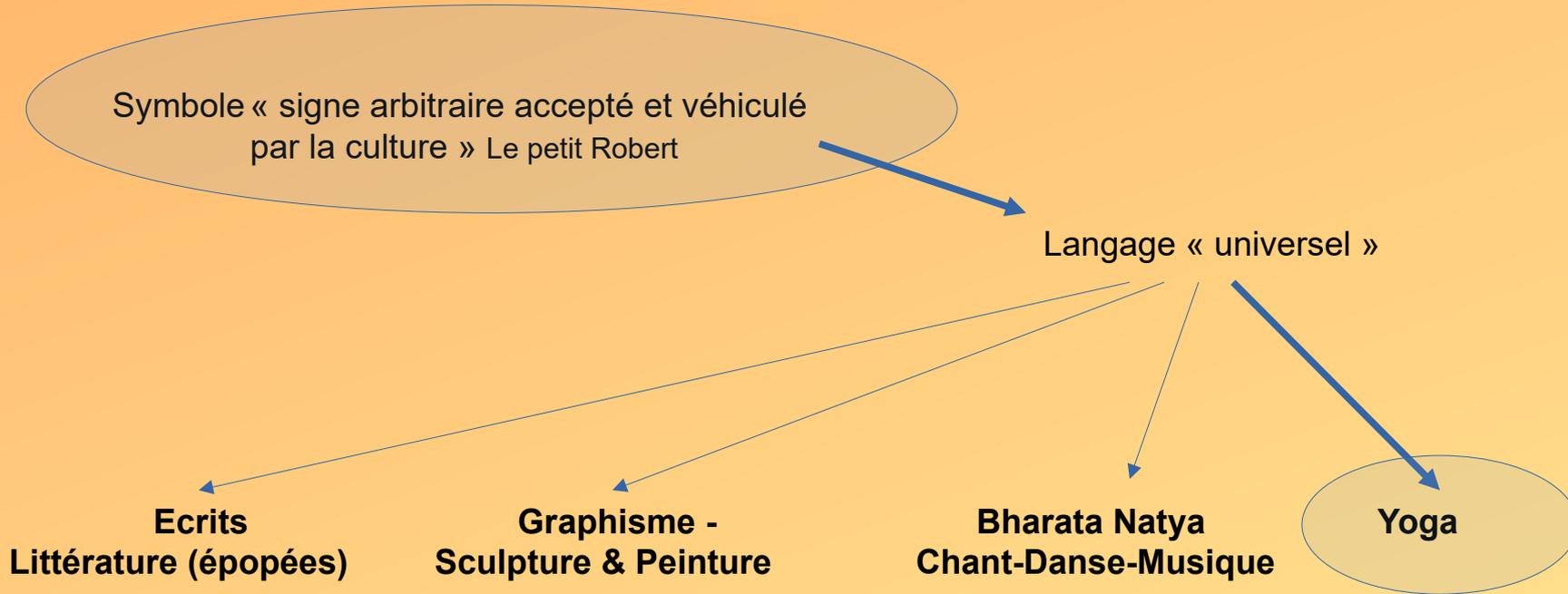
# Le Symbolisme

Une approche du symbolisme dans le yoga



# Le Symbolisme

## Une approche du symbolisme dans le yoga



# De l'objet à la pensée

A l'origine un objet : le *sunbolon*  
Authentifie un message oral



Evole avec l'écriture : Devient le support physique du message

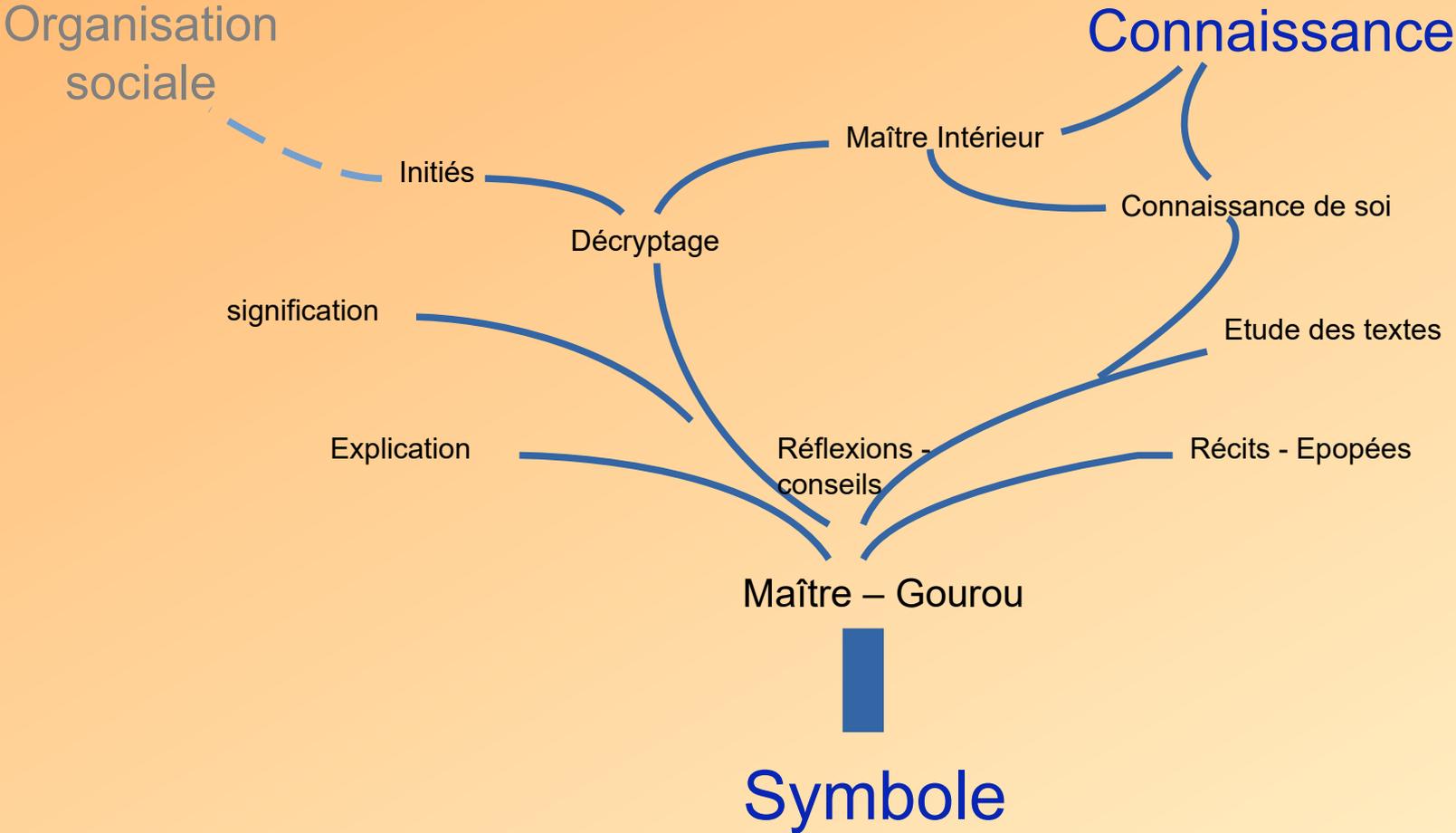


Intellectualisation

Message puis un concept « une représentation mentale générale et abstraite d'un objet »

Langage universel « fonction de la pensée et de communication entre les hommes. »

# Symbolisme outil de compréhension synthétique



# Les formes conceptuelles du symbole

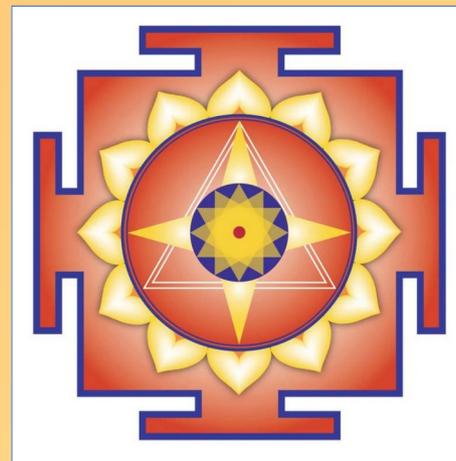
## Les vecteurs de la transmission



# Les symboles Dans le yoga



**Le mantra  
du son primordial  
OM**



**Le yantra,  
Support visuel de la  
méditation.**

# L'exemple de la Trimurti

Les symboles utilisés comme support visuel de la dévotion  
et pour la transmission d'un enseignement  
philosophique et religieux.



**Brahma**

Création

**Vishnou**

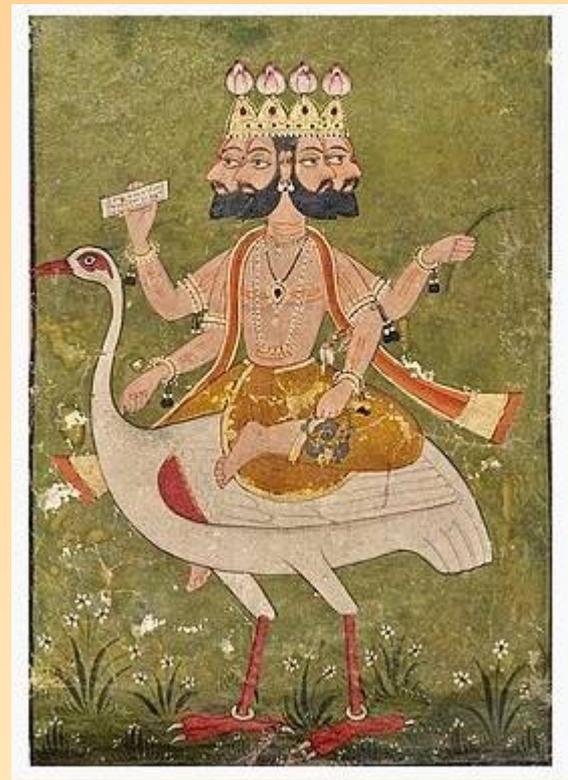
Préservation

**Shiva**

Résorption

# BRAHMA

Premier dieu de la Trimurti  
Dieu de la Création



# BRAHMA



**4 têtes** qui récitent chacune les veda et qui symbolisent :

- Manas : l'esprit.

- Budhi : l'intellect.

- Ahamkara : l'ego.

- Citta : le mental.

**4 bras et mains tenant chacune un symbole :**

- un pot : kamandalu, pour créer la vie. (1)

- un pushtana : texte des veda (2)

- un rosaire : Aksamala, symbolise la dévotion.(3)

- une sruva : louche sacrificielle, la référence aux rites du veda. (4)

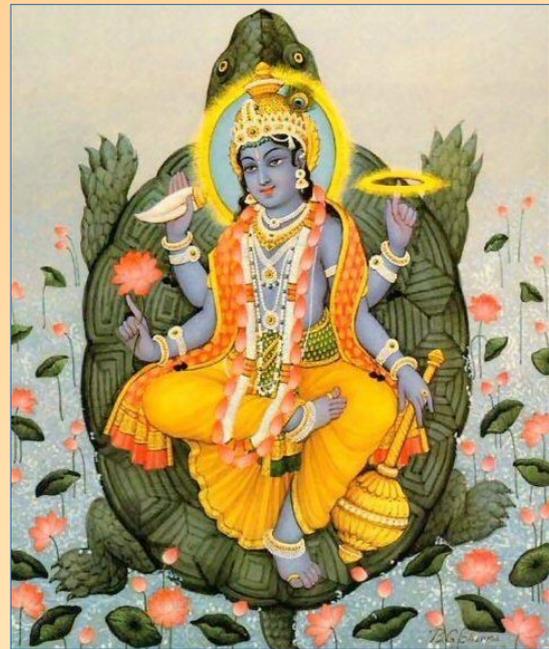
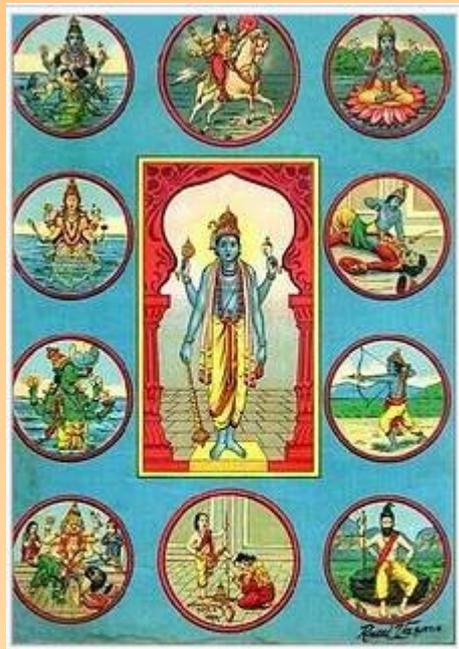
**Monture :**

le cygne qui symbolise la lumière, la pureté et l'amour.

Second dieu de la trimurti :  
Le dieu protecteur et préservateur

# VISHNOU

Après la dissolution d'un univers ancien,  
Vishnou se repose sur naga, le serpent cosmique.



10 avatars dont RAMA (Ramayana)  
KRISHNA (Baghavat Gita)

# VISHNOU

## 4 bras tenant chacun un symbole :

- Chakra : roue, disque avec 6 rayons (1)  
= puissance de l'esprit
- Shankha : conque qui reproduit le son primordial OM (2)  
= création
- Padma : lotus avec 6 pétales (3)  
= pureté, vérité et déploiement de la création
- Gada : massue (4)  
= pouvoir de la Connaissance

## Montures :

- Kurma (tortue) force et support des 3 mondes
- Garuda (aigle) guide spirituel, doté du pouvoir de l'observation et du discernement.

**Peau bleue** : sagesse



# SHIVA

Troisième dieu de la trimurti.  
Dieu de la destruction  
mais aussi de la régénérescence



## Attributs :

- Chignon : croissant symbolisant le cycle du temps ;  
naissance du Gange.
- 3° œil : éternité et sagesse.
- Cobra autour du cou:puissance.
- Peau de tigre:maîtrise de la nature, l'énergie.
- Trident (trishula) : Trimurti et 3 guna.

**Monture** : le buffle, force et stabilité

**Lingam** : support de vénération de Shiva  
divinité de la procréation.



## Shiva Nataraja

1 : Cheveux de Shiva représentant les eaux du Gange.

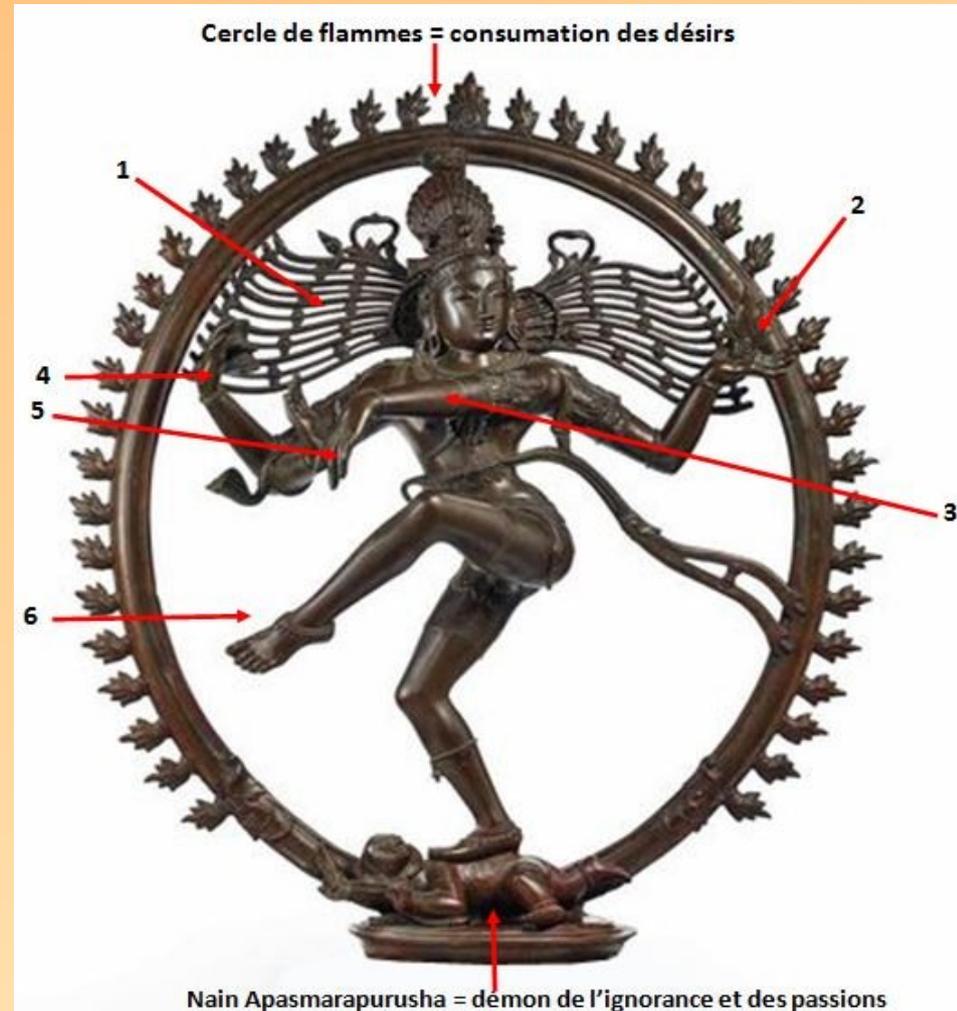
2 : main gauche supérieure tenant la flamme de la connaissance (ou de la destruction)

3 : main gauche inférieure pointant le pied gauche et le chemin de la libération de l'âme.

4 : main droite supérieure avec un tambour indiquant à la fois la création et la pulsion rythmique de l'univers.

5 : main droite inférieure : en signe de protection indiquant la préservation.

6 :jambe levée symbolisant l'espoir de libération (moksha)



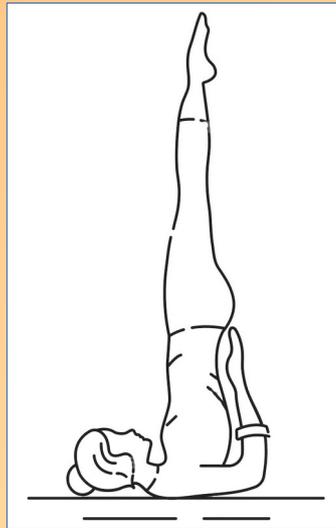
# L'exemple des asana

14

Le symbolisme , une méthode d'éclairage du hatha yoga  
et de sa transmission en lien avec la tradition

Les 3 postures reines qui selon Sri Mahesh symbolisent :  
la création, la préservation et la résorption.

## Sarvangasana



### La création

Exprime l'équilibre du corps,  
La paix de l'esprit  
La spiritualité

Contrôle les manifestations mentales

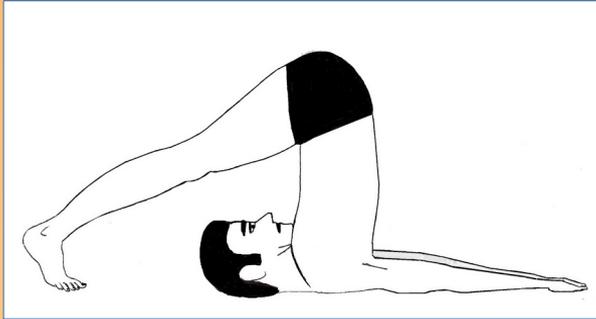
Active le prana dans le corps.

# L'exemple des asana

15

Le symbolisme , une méthode d'éclairage du hatha yoga  
et de sa transmission en lien avec la tradition

## Halasana



### La préservation

Développe les potentialité latentes et la créativité en clarifiant le mental avant d'étendre ses bienfaits au corps et à l'intellect.

La charrue creuse le sillon dans lequel sont semées les graines qui permettront à l'homme de se nourrir et de se maintenir en vie.

## Bhujangasana



### La résorption

La pratique de cet asana éveille la sakti, énergie cosmique omniprésente qui réside endormie dans le corps humain.

Elle stimule les chakra, centres subtils énergétiques du corps.

Elle participe au réveil de la conscience universelle, étape vers la moksha : la libération individuelle.

# Asana et l'illustration de la transformation par le yoga.

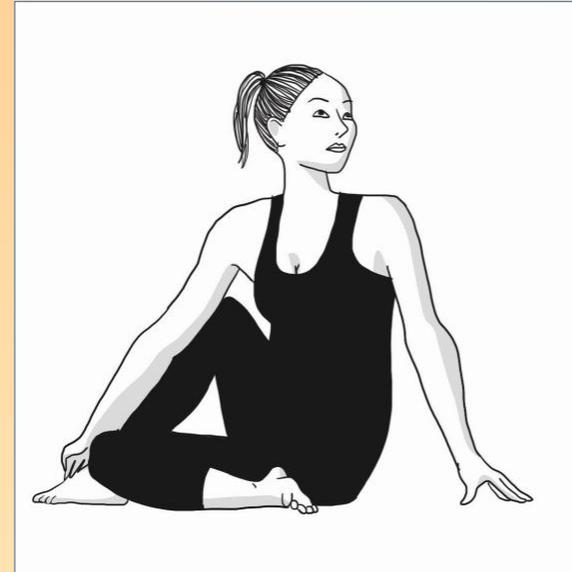
Légende de l'enseignement  
de Shiva à Parvati

La transformation : de matsya → à matsyendra

YOGA



matsyasana



matsyendrasana

# L'exemple des épopées

17

Le symbolisme dans les textes  
une méthode de transmission de la philosophie du yoga

**Le Mahabharata**  
**La Bhagavad Gita**



## LES 4 VOIES TRADITIONNELLES ( marga )

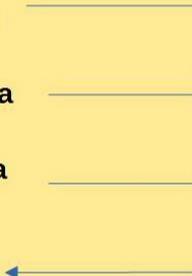
**Bakti Yoga**  
Dévotion

**Karma Yoga**  
Action

**Jñana Yoga**  
Connaissance

**Raja Yoga**  
Royal

**Hatha Yoga**  
Maîtrise et contrôle  
Du corps  
Du souffle  
Du mental

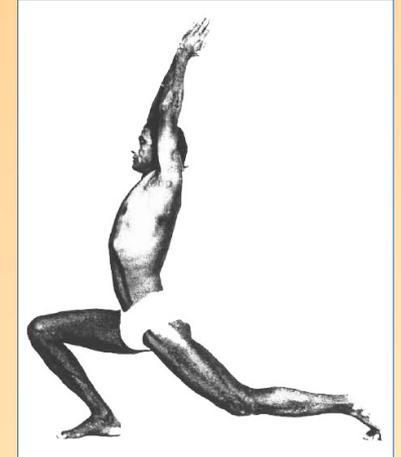


# L'exemple des épopées

Le symbolisme dans les textes  
une méthode de transmission de la philosophie du yoga

## Le Ramayana

Au travers du personnage d' Hanuman



# Symbolisme moyen de transmission

