



*Pratiques de Yoga Avancées
AYP-Advanced Yoga Practices*

Newsletter no. 51

Genève, le 20 juillet 2020

Chers amis (es) AYP,

Je suis heureux de vous annoncer la parution chez Amazon de la traduction en français du deuxième tome des Pratiques de Yoga Avancées, en livre à Euro 28.12 et en kindle à Euro 8.88. Vous pouvez aussi le commander directement sur le site AYP américain en PDF à USD 10.99. Tous les détails sont sur la page suivante :

<https://www.aypsite.com/books-trans-french-AYP2.html>

Ce livre est la suite du premier volume et contient les leçons principales no. 236 à 430 et les leçons de Tantra T36 à T80. Toutes ces leçons ont déjà été mises en ligne sur mon site internet, mais en plus des leçons internet, ce livre inclut des additions de Yogani, des illustrations, un index et un glossaire des mots sanscrits.

Comme pour le premier volume, j'ai entièrement revu la traduction afin d'en améliorer le style et d'en faciliter la compréhension. De ce fait, vous pourrez relever des différences entre le texte du livre et celui des leçons mises en ligne sur le site internet français, mais ces différences concernent principalement la forme et ne modifient pas le sens des leçons.

Yogani écrit dans l'introduction au deuxième volume :

Il faut souligner que le volume 2 ne se suffit pas à lui-même. Le premier volume apporte les pratiques principales AYP, et ce second volume commence là où le premier s'est arrêté. Vous trouverez ici des enrichissements et des précisions pour nombre de pratiques présentées dans le premier volume, et nombre de nouvelles pratiques qui n'ont pas encore été abordées. Les nouvelles pratiques comprennent des applications supplémentaires du samyama, l'alimentation yogique, les shatkarmas, amaroli, la recherche du Soi (l'advaita/la non-dualité), la bhakti, le karma yoga, des perfectionnements des asanas, comment structurer de façon autonome des routines de pratique sûres et efficaces, et bien d'autres mesures pour améliorer et raffiner les « causes et effets » du processus de la transformation spirituelle humaine. Toutes ces leçons supplémentaires ont évolué pour apporter une aide

directe aux nombreux pratiquants autour du monde, dont les expériences ont continué à avancer au cours des années.

Avec ces deux volumes de leçons, plus les onze petits livres consacrés chacun à une pratique spécifique, vous avez l'intégralité de l'enseignement AYP de Yogani.

Dans un premier temps, on peut lire les leçons à la suite pour avoir une vue d'ensemble de l'enseignement. Ensuite, le pratiquant sérieux qui s'engage dans la voie proposée par AYP utilisera ces volumes comme outil de travail. Le jour où il décidera de s'engager dans une nouvelle pratique, il lui suffira de se référer à l'index en fin de volume et de lire toutes les leçons relatives à la pratique qui l'intéresse.

De même, si l'on rencontre une difficulté ou un problème spécifique, on pourra trouver, grâce à l'index, la ou les leçons qui répondront à ce problème.

Il me reste maintenant un dernier livre à traduire : *The Secrets of Wilder*. J'ai déjà commencé et il devrait paraître en 2021.

Bonne lecture et bonne pratique !

Didier