

## HARMONIQUE

François ROUX

*Le temps, l'espace, l'action. Mais aussi le corps, le silence, la méditation. Mais encore l'amour, la mer, le mystère... Ce livre est une exploration passionnée de ce qui peut nous mettre en harmonie avec nous-même, l'univers et la vie. Un ouvrage de vivante sagesse, dédié aux hommes en quête d'une conscience plus heureuse.*

ISBN: 2-911166-03-5

Ouvrage de spiritualité • 148 X 210 mm • 248 pages • Broché • **19 €**



## L'EN NEUF

François ROUX

*Ce voyage au cœur de soi-même, à travers 210 chroniques spirituelles d'une extrême densité nous invite à méditer sur le thème éternel "Et toi, qui es-tu?" Carnet de voyage, ce livre est destiné à accompagner l'homme à l'aube du XXI<sup>e</sup> siècle qu'il nous incombe d'inventer.*

ISBN: 2-911166-07-8

Ouvrage de spiritualité • 148 X 210 mm • 240 pages • Broché • **19 €**



## LA SOURCE OCÉANE

François ROUX

*Itinéraire croisé de la vie et du yoga, La Source Océane aide le lecteur à retrouver les sources secrètes susceptibles d'irriguer son existence. Sa riche thématique puisant aux sagesse de l'Inde et aux rythmes d'une langue française d'une subtile musicalité lui donne accès à ce sentiment océanique de la joie vécue dont tout homme et toute femme d'aujourd'hui ont un vital besoin.*

ISBN: 2-911166-24-2

Ouvrage de spiritualité • 148 X 210 mm • 302 pages • Broché • **24,50 €**



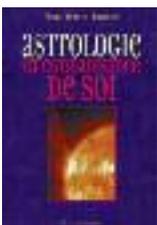
## 101 PAROLES DE ŚARAṆA

Choisies par Prabhushankar - Traduit du Kannaḍa par Vasundhara FILLIOZAT

*Au 12<sup>e</sup> siècle, Basaveśvara, personnage influent du Karnāṭaka, rénove le Śivaïsme et fonde avec ses disciples la religion Liṅgayat. Ces mystiques décriront leur aventure spirituelle dans les célèbres vacana "paroles". Ces paroles de dévotion profonde utilisent un langage poétique simple et des images empruntées à la vie ordinaire. Elles invitent l'homme d'aujourd'hui à assimiler sa foi pour l'intégrer dans sa vie sociale, familiale, spirituelle.*

ISBN 978-2-911166-29-7

Textes • 148 X 148 mm • 80 pages • Broché • **19,90 €**



## ASTROLOGIE et connaissance de soi

Suzel FUZEAU-BRAESCH

*L'auteur a développé une astrologie simple, claire et facile d'emploi. Ce livre illustre sa méthode d'analyse avec des exemples de personnalités célèbres. Il propose des hypothèses pour trouver la nature des phénomènes astrologiques qui feront demain l'objet de recherches indispensables. Il permet au lecteur de mieux exploiter ses potentialités et gérer les étapes de sa vie.*

ISBN: 2-911166-14-0

Ouvrage de pédagogie • 148 X 210 mm • 224 pages • 30 illustrations • Broché • **24 €**

Photographie lotus couverture: Bernard Bouanchaud

# ÉDITIONS ĀGAMĀT

# CATALOGUE 2020



**L**es éditions ĀGAMĀT sont heureuses de vous présenter leur nouveau catalogue. ĀGAMĀT signifie en sanskrit: ce qui était valable dans l'Antiquité continue de l'être et le sera encore dans les siècles à venir. ĀGAMĀT, c'est donc ce qui provient de la Tradition qui, comme un fil d'Ariane, traverse le temps, maintient l'harmonie et sert de support à l'évolution.

**Son objet: publier des ouvrages se rattachant à une tradition authentique dont le message est suffisamment universel pour atteindre l'homme et la femme d'aujourd'hui.**



**Itinéraires . Pédagogies . Textes . Mythologies . Pratiques . Philosophie  
Archéologie . Religions . Sociologie . Spiritualité . Yoga . Tradition**

**45 allée de la Tramontane 83700 St Raphaël - Tél. : 06 62 74 56 78  
email : agamat.bouanchaud@gmail.com - Site Web : www.agamat.fr  
Distributeur D. G. Diffusion Z. I. de Bogues 31750 ESCALQUENS Tél. : 05 61 00 09 99**

## BHAGAVAD GĪTĀ partie centrale du Mahābhārata LIVRE CD

Prévu en 2020

Récitation Sheela SHANKAR, selon la tradition de Sri T. Krishnamacharya  
Traduction littérale B. BOUANCHAUD

## SĀMKHYAKĀRIKĀ d'Īśvarakṛṣṇa LIVRE CD

Notation mélodique et récitation R. SRIRAM, traduction B. BOUANCHAUD  
*Le yoga est une méthode pratique dont la théorie s'inspire de la Sāmkhyakārikā. L'écoute, la mémorisation et l'étude de la Sāmkhyakārikā complète celle du Yogasūtra. Ce texte majeur apporte à tout professeur de yoga une base essentielle sur la voie du yoga. L'enregistrement réalisé par R. Sriram, à Chennai en Inde, est d'une exceptionnelle qualité. Ce CD est accompagné d'un livret de récitation comportant la notation mélodique. En fin d'ouvrage est présentée une traduction mot à mot pour faciliter la mémorisation des sūtra.*

CD audio • 75 min.

ISBN 978-2-911166-32-7

Livret • 148 X 210 mm • 72 pages • Broché • 20 €

## YOGA-SŪTRA de Patañjali LIVRE CD

Notation mélodique et récitation R. SRIRAM, traduction B. BOUANCHAUD  
*La tradition du Yoga s'est transmise oralement durant des millénaires. Le Yoga-sūtra nous est ainsi parvenu intact. À l'heure du numérique et de la diffusion mondiale et instantanée du savoir, son apprentissage "par cœur" conserve toute sa pertinence. Ce CD est accompagné d'un livret de récitation comportant la notation mélodique. En fin d'ouvrage, est présentée une traduction mot à mot pour faciliter la mémorisation des sūtra.*

CD audio • 75 min.

ISBN 978-2-911166-31-0

Livret • 148 X 210 mm • 72 pages • Broché • 20 €

## DVD édité par le CNRS Images

### CENT ANS DE BÉATITUDE

*La cérémonie du centenaire de Shri T. Krishnamacharya, novembre 1998, Chennai. Un film de Jean-François Dars et Anne Papillault*

© CNRS Images 2005 • 20 €

À usage privé exclusivement. Pour usage institutionnel, contacter le CNRS Images.

## MÉDITER LA VOIE DU YOGA

Bernard BOUANCHAUD

*Plusieurs millénaires avant notre ère, le yoga était essentiellement une discipline de méditation. L'être humain continuant à s'éloigner de cet état de paix, celle-ci ne suffisait plus. Alors apparurent les techniques respiratoires et enfin au début de notre millénaire, les postures. Cet ouvrage présente une synthèse des techniques du yoga pour remonter à la source, à son origine, à la méditation.*

parution début 2019

ISBN 978-2-911166-35-8

Culture • 148 X 210 mm • 224 pages avec illustrations • Broché • 28 €

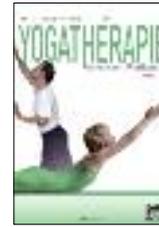
## YOGATHÉRAPIE FORMATION PRATIQUE - TOME 1

Dr. N. CHANDRASEKARAN

*Médecin et yogathérapeute, le Dr N. Chandrasekaran a été l'un des principaux professeurs du KYM durant plus de 20 ans. Il présente dans cet ouvrage destiné aux professeurs de yoga, les principes généraux de la yogathérapie et leur application aux affections de l'appareil locomoteur, dans un langage direct et accessible.*

ISBN 978-2-911166-27-3

Ouvrage de pédagogie • 148 X 210 mm • 384 pages avec illustrations • Broché • 28 €



## YOGATHÉRAPIE FORMATION PRATIQUE - TOME 2

Dr. N. CHANDRASEKARAN

*Dans ce deuxième tome, le Dr N. Chandrasekaran élargit les connaissances de base exposées dans le tome 1. Il détaille les étapes du processus thérapeutique : la relation entre le patient et le yogathérapeute, l'examen, le choix des outils... Puis il aborde les problèmes couramment traités par la yogathérapie : maladies de l'appareil respiratoire, du système cardiovasculaire et celles liées à la digestion. Son exposé est illustré par des pratiques et des études de cas.*

ISBN 978-2-911166-28-0

Ouvrage de pédagogie • 148 X 210 mm • 269 pages avec illustrations • Broché • 28 €



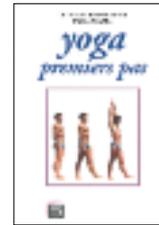
## YOGA PREMIERS PAS

Bernard BOUANCHAUD René RACAPÉ

*Le Yoga premiers pas est une initiation aux postures et aux respirations du yoga, un véritable art de vivre millénaire. Une méthode inspirée de l'enseignement du Professeur T.K.V. Desikachar. Une approche de la sérénité précieuse pour notre époque si souvent perturbée.*

ISBN : 2-911166-00-0

Manuel pratique • 148 X 210 mm • 128 pages • 30 illustrations • Broché • 14,90 €



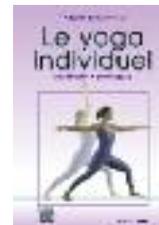
## Le YOGA INDIVIDUEL Méthode, pratiques

Bernard BOUANCHAUD

*Grâce à des pratiques qui respectent les particularités ou les problèmes de santé de chacun, cet ouvrage offre au débutant comme au professeur confirmé un guide précieux, fruit d'une longue expérience. Plus de mille dessins permettent de comprendre les explications et les positions correctes. Le lecteur trouvera ici la pratique adaptée à ses besoins et à ses spécificités : âge, sexe, capacités, santé. Un outil indispensable à tous.*

ISBN : 2-911166-18-3

Ouvrage de pédagogie • 148 X 210 mm • 224 pages • 1000 illustrations • Broché • 24 €



## HARMONIE ET SANTÉ par le yoga

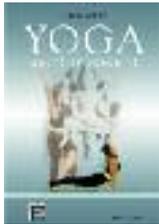
Johanna BOUANCHAUD

*Retrouver son corps, un souffle libre, un esprit calme, des relations épanouies. Pour cela, ce livre propose 21 séances courtes qui répondent chacune à un besoin : détente, allègement des jambes, du bas du corps, relaxation, tonicité, dynamisation, transit intestinal, amincissement, sommeil... Déjà publié chez Solar et par le Club FRANCE LOISIRS ce livre est repris ici avec une nouvelle mise en pages.*

ISBN : 2-911166-15-9

Manuel pratique • 148 X 210 mm • 160 pages • 387 photos quadri • Broché • 19,50 €





## YOGA SANTÉ SÉRÉNITÉ

Lucia ALMINI

*Cet ouvrage est destiné à un large public, des débutants aux enseignants comme à tout thérapeute, désireux d'approcher le yoga. Il expose les principes des textes anciens en explicitant leurs idées, modèles et hypothèses de travail. Il montre comment adapter le yoga à un individu, à ses conditions psychophysiques, à ses besoins et à sa culture.*

ISBN: 2-911166-20-5

Manuel pratique • 148 X 210 mm • 272 pages • 50 illustrations • Broché • **24 €**



## STRESS AU TRAVAIL ET YOGA

Maryse CHATEL

*Le stress professionnel provoque des troubles... Ce livre aide à comprendre le stress et présente en parallèle les apports du yoga face à ce syndrome au bénéfice des dirigeants et collaborateurs. Riches d'exemples concrets, de témoignages, cet ouvrage analyse le stress à travers des textes fondateurs du yoga. À travers des pratiques accessibles à tous, découvrez une démarche vers plus d'efficacité et de sérénité au travail.*

ISBN: 2-911166-26-6

Manuel pratique • 148 X 210 mm • 112 pages • Broché • **14,90 €**



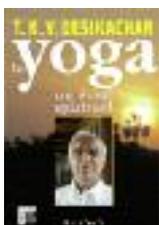
## LE YOGA ASHTÂNGA VINYÂSA

Christophe MOUZE

*Le Yoga Ashtânga vinyâsa, aussi appelé "Power Yoga" est une technique qui utilise la synchronisation de la respiration et du mouvement pour harmoniser le corps et l'esprit. Cet ouvrage en présente les principes de base et donne des instructions claires et détaillées pour l'étude et la pratique de la première série (Yoga Chikitsa).*

ISBN: 2-911166-11-6

Manuel pratique • 148 X 210 mm • 160 pages • 99 illustrations • Broché • **17 €**



## LE YOGA Un éveil spirituel

T. K. V. DESIKACHAR

*L'enseignement proposé dans ce livre a fortement marqué la transmission du yoga en Occident. Il présente l'essentiel d'un stage donné à Colgate University en 1976 par T. K. V. Desikachar: une transmission individuelle et adaptée du yoga qui privilégie le respect du pratiquant. Un enrichissement de l'expérimentation et de l'enseignement vers la clarté mentale et la compassion.*

ISBN: 2-911166-16-7

Ouvrage de pédagogie • 148 X 210 mm • 320 pages • 95 illustrations • Broché • **24,50 €**

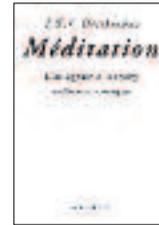
## EN QUÊTE DE SOI

T. K. V. DESIKACHAR avec Martyn NEAL

*Cet ouvrage de réflexion sur la recherche intérieure présente la profondeur de l'enseignement actuel de T. K. V. Desikachar: le rôle de la souffrance, la discipline appropriée, la relation enseignant-élève, la responsabilité sociale, le mental, l'action, la foi. À lire en continu, ou en livre de chevet pour y puiser des phrases à méditer.*

ISBN: 2-911166-05-1

Ouvrage de spiritualité • 148 X 210 mm • 192 pages • 72 illustrations • Broché • **16,80 €**



## MÉDITATION

T.K.V. DESIKACHAR

*Cet ouvrage rend compte d'un stage sur la méditation, donné par T.K.V. Desikachar. Le lecteur découvre les moyens de faire face à ses problèmes, d'agir avec un mental clair, de porter attention à ceux qui l'entourent. Les pratiques sont d'une étonnante simplicité, mais la leçon est d'une profondeur insoupçonnée.*

ISBN: 2-911166-01-9

Manuel pratique • 148 X 210 mm • 128 pages • 29 illustrations • Broché • **14,90 €**



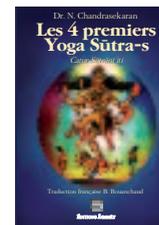
## FREUD ET LE YOGA

T.K.V. DESIKACHAR et Helfried KRUCHE

*Le fondateur du Yoga et celui de la psychanalyse dialoguent grâce à deux disciples, T.K.V. Desikachar et Helfried Kruche. Professeur de yoga de renommée internationale, T.K.V. Desikachar rencontre Helfried Kruche, psychanalyste. Des propos inspirants qui éclairent ces deux voies d'exploration de nos imprégnations mentales. Un ouvrage essentiel pour tout chercheur en quête de soi engagé sur l'une de ces deux voies.*

ISBN: 2-911166-25-9

Manuel pratique • 148 X 210 mm • 248 pages • Broché • **23 €**



## LES 4 PREMIERS YOGA SÛTRAS LA VOIE DU YOGA

Dr Natesan CHANDRASEKARAN - traduction française S. Delaunay

*Le Dr Natesan Chandrasekaran; M.B.B.S. fondateur de Yoga Vaidya Sala nous présente dans cet ouvrage l'essence des Yoga-sûtra, résumés selon lui dans les quatre premiers sûtra. A lire et à méditer.*

parution début 2019

ISBN 978-2-911166-36-5

Culture • 148 X 210 mm • 320 pages avec illustrations • Broché • **28 €**



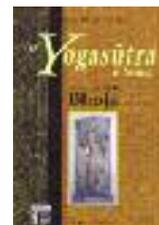
## YOGA-SÛTRA de Patañjali Miroir de soi

Bernard BOUANCHAUD

*Réécriture du livre Miroir, cet ouvrage vous permettra de mémoriser le texte complet en sanskrit ou en français. Il comporte une nouvelle traduction des aphorismes, des thèmes de réflexion personnelle, un bref commentaire et une traduction mot à mot. Fruit de vingt années d'études en Inde, ce livre concerne toute personne en recherche.*

ISBN: 2-911166-30-3

Manuel d'étude • 148 X 210 mm • 336 pages • 1 illustration • Broché • **22,70 €**



## YOGA-SÛTRA Commentaire de BHOJA

Philippe GEENENS

*Cette traduction du commentaire sur les Yoga-sûtra de Patañjali, par le Roi Bhoja, apporte un éclairage nouveau sur la philosophie du yoga. Le roi Bhoja (X<sup>e</sup> siècle) assigne aux sentiments, à l'expérience, à l'existence telle qu'elle est vécue, une place notable dans la métaphysique de l'Inde.*

ISBN: 2-911166-00-0

Manuel d'étude • 148 X 210 mm • 288 pages • 2 illustrations • Broché • **24,50 €**



## YOGABHĀṢYA DE VYĀSA

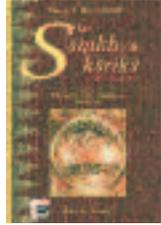
sur le *Yogasūtra* de Patañjali

traduit par Pierre-Sylvain FILLIOZAT de l'Institut

Ce commentaire sur le *Yoga-sūtra* de Patañjali écrit par Vyāsa est un véritable ouvrage de pure philosophie qui fourmille d'idées, amorçant nombre des grands sujets sur lesquels les sages de l'Inde ne se laisseront pas de débattre au cours de l'histoire. Le *Yogabhāṣya* de Vyāsa est peut-être la meilleure introduction à la pensée indienne.

ISBN: 2-911166-19-1

Manuel d'étude • 148 X 210 mm • 384 pages • 1 illustration • Broché • **28 €**



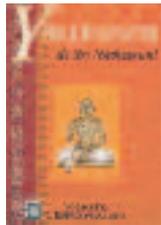
## LES SĀMĀKHYA KĀRIKĀ

Bernard BOUANCHAUD Préface: Pierre-Sylvain FILLIOZAT

Œuvre indienne universelle qui a influencé la majorité des systèmes de pensée de ce subcontinent et plus particulièrement le Yoga. Il est le pendant des *Yoga-sūtra*. Ce livre permet de mémoriser le texte et comporte une traduction des strophes, un bref commentaire, des thèmes de réflexion personnelle et une traduction mot à mot.

ISBN: 2-911166-12-4

Manuel d'étude • 148 X 210 mm • 224 pages • 5 illustrations • Broché • **22 €**



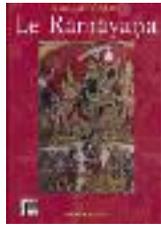
## YOGARAHASYA DE ŚRĪ NĀTHAMUNI

T. KRISHNAMACHARYA

Légué par les saints de la lignée Śrī Vaiṣṇavite, il y a plus de mille ans, ce texte essentiel du yoga, fut perdu par la suite. Révélé à Krishnamacharya, il y a une centaine d'années, ce traité nous éclaire sur l'enseignement technique des pratiques visant à maintenir la santé et guérir les maladies.

ISBN: 2-911166-08-6

Manuel d'étude • 148 X 210 mm • 192 pages • 75 illustrations • Broché • **19 €**



## LE RĀMĀYAṆA

Vasundhara FILLIOZAT

Cet ouvrage présente l'histoire du *Rāmāyaṇa*, une épopée indienne mondialement renommée avec une analyse grammaticale sanskrite détaillée et de remarquables photos couleurs du site archéologique de Hampi-Vijayanagara. Un outil indispensable pour le littéraire, le sanskritiste et tout amoureux de l'Inde.

ISBN: 2-911166-21-3

Ouvrage d'art et de littérature • 148 X 210 mm • 288 pages • 108 illustrations • Broché • **24,50 €**

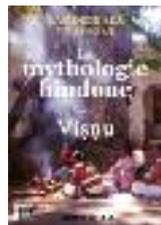
## LA MYTHOLOGIE HINDOUE - TOME I - VIṢṆU

Vasundhara FILLIOZAT

Les mythes instruisent le peuple indien, depuis des millénaires, d'un message central: quels sont les fruits des bonnes actions et les conséquences des mauvaises? Quel est le rôle des dieux? Le lecteur occidental qui manifeste aujourd'hui son intérêt pour les sagesse indiennes et orientales trouvera dans ce premier tome, un récit aussi authentique que divertissant des dix incarnations de Viṣṇu, ce dieu qui, à chaque fois que le monde courait à sa perte, vint au secours de hommes.

ISBN 978-2-911166-33-4

Culture • 148 X 210 mm • 288 pages avec illustrations • Broché • **25 €**



## LA MYTHOLOGIE HINDOUE - TOME II - ŚIVA

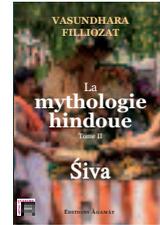
Vasundhara FILLIOZAT

Faisant suite au premier tome consacré à Visnu, Vasundhara FILLIOZAT nous emmène au cœur de la mythologie hindoue présentant Śiva, dieu destructeur qui agit toujours pour rétablir la paix et l'ordre.

Le lecteur occidental approfondira ses connaissances dans ce second tome, récit tout aussi authentique que le premier, construit autour de dialogues faisant vivre ces histoires qui ont su traverser les siècles et marquer la culture indienne dans la danse, le théâtre, la littérature et les sculptures des monuments si représentatifs de ce riche patrimoine.

ISBN 978-2-911166-34-1

Culture • 148 X 210 mm • 288 pages avec illustrations • Broché • **25 €**



## Éléments de GRAMMAIRE SANSKRITE

Vasundhara FILLIOZAT

Cette introduction à la grammaire sanskrite est enrichie par des informations traditionnelles: symbolique des nombres, phonèmes composant les mantra-s et par de nombreux exemples faisant goûter le sel de la culture sanskrite.

ISBN: 2-911166-04-3

Manuel d'étude • 148 X 210 mm • 224 pages • 27 illustrations • Broché • **22 €**



## LA RELIGION DE ŚIVA

N. Ramacandra BHATT Préface: Pierre-Sylvain FILLIOZAT

Cet ouvrage explore la religion de Śiva et sa manifestation dans le Sud du subcontinent indien: histoire, ethnographie, art. L'auteur, N. Ramacandra Bhatt, un lettré sanskritiste renommé, connaît la religion de l'intérieur, la pratique, l'a explorée à partir des textes dont il a une grande maîtrise, en a étudié l'histoire pendant plus d'un demi-siècle.

ISBN: 2-911166-09-4

Ouvrage de spiritualité • 148 X 210 mm • 376 pages • 24 illustrations • Broché • **27 €**



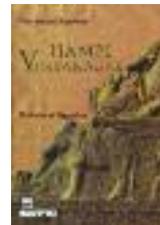
## HAMPI VIJAYANAGAR

Vasundhara FILLIOZAT

Hampi est une ville mythique, dont l'importance historique et patrimoniale est comparable à Angkor Vat ou au plateau de Guizeh. À travers ce livre, l'auteur nous montre que ce site a une valeur historique, architecturale, culturelle et religieuse qui doit intéresser autant l'Inde que tous les Occidentaux passionnés par ce pays.

ISBN: 2-911166-17-5

Ouvrage d'archéologie 185X245 mm • 160 pages • Illustrations couleurs • Broché • **19 €**



## MĀ ANANDAMAYĪ

Bithikā MURKERJĪ

L'auteur relate la vie quotidienne de la femme sage la plus célèbre du XX<sup>e</sup> siècle. Ses témoignages émouvants conduisent le lecteur vers un espace surprenant où se côtoient la tradition et la modernité, le quotidien et la métaphysique. C'est tout l'univers de la spiritualité indienne et sa tolérance.

ISBN: 978-2-911166-22-8

Ouvrage de spiritualité • 148 X 210 mm • 248 pages • 42 illustrations • Broché • **19 €**

