



YOGI PHILIPPE DJOHARIKIAN

Éco-guerrier de la joie

Il a vécu dans son corps *ahimsa*, la pacification de ses cellules, mis en cohérence ses actions et effacé ses vieilles mémoires de violence. Ce travail d'harmonisation, il l'a fait autour de son rapport à la nature et à la condition animale, loin de Babylone. Aujourd'hui, dans un mazet au milieu des bois, il enseigne la méditation, des kriyas rapportés de l'Himalaya, mais aussi des immersions dans le froid ou des marches sur le feu. PAR PAULINE LORENCEAU

JdY Quel est votre parcours ?

Yogi Philippe Djoharian À 17 ans, je suis sorti du système scolaire du lycée, où j'étais en conflit avec la politisation des cours. Avec l'argent des vendanges, je suis parti aux États-Unis. J'en suis revenu avec les techniques des caissons d'isolation sensorielle et monté alors un centre à Montpellier. Depuis toujours engagé et défenseur de la cause animale, l'appel de la Nature était de plus en plus fort. Ma vie dans « Babylone » (la ville) était chaotique et violente jusqu'au jour où je suis tombé sur un mazet à vendre près de Montpellier, au milieu des bois, et m'y suis installé. J'ai pu enfin mettre une partie de moi-même en accord. Les chasseurs ne voyaient pas d'un bon œil cette personne qui parlait aux arbres et voulait protéger tous les animaux ! Il y a eu plusieurs années difficiles qui m'ont amené à demander de l'aide aux représentants de la sagesse hindoue Gandhi, Ganesh...

JdY Quel est votre rapport au vivant ?

P.D. Une colère irrépressible me tenait contre les injustices faites à la nature. Au départ, je l'expulsais par des actions, non pas psycho-magiques comme Jodhowski, mais expiatoires. Mon paradoxe était d'être dans un corps prêt à guerroyer, en contradiction avec mes affinités pour le yoga et les sagesse ancestrales amérindiennes.

Adolescent, j'allais taguer les manteaux en fourrure, libérer les animaux des laboratoires de vivisection..., militer publiquement contre la corrida à Nîmes.

En pleine impasse, j'ai fini par partir en Inde. Sur les hauts plateaux de l'Himalaya j'ai rencontré les *sadhu* et les *baba* qui sont les pères symboliques. Ils m'ont fait comprendre que les actions violentes finiraient par m'être préjudiciables et que je quitterais mon corps prématurément. Ils m'ont alors introduit à la première

notion du yoga, *ahimsa*. Cet état de non-violence où se trouve celui ou celle qui s'est débarrassé de ses peurs.

JdY Expliquez-nous ?

P.D. Sous l'égide des *sadhu* et des *baba*, cet enseignement m'a établi dans ma propre intégrité qui était d'assurer la préservation de la vie. Cette incohérence entre notre prédation sur le monde et notre désir de paix intérieure m'est lors apparue comme indubitable. Lorsque j'ai pris conscience de ma peur de manquer de viande, j'ai pu devenir strictement végétarien. À ce moment je suis devenu cohérent et j'ai enfin pu agir à mon échelle pour diminuer une petite partie de la souffrance animale due à l'élevage industriel. Cela m'a permis de pénétrer dans une démarche qui, au lieu d'exaspérer le conflit, le pacifie.

En Inde, il y aurait 500 millions de personnes végétariennes, c'est une civilisation qui arrive à manger sans tuer. Cela a fait profondément écho en moi, et a été une intronisation de ma conscience dans la sphère du yoga.

Et après 37 ans de végétarisme, je peux vous dire que j'ai toujours mes dents, mes cheveux et un cerveau lucide ! Et je ne suis pas encombré par les tortures ou les mémoires des prédatons que je pourrais faire à mon insu...



JdY Quel est le rapport entre colère et *ahimsa*, la non-violence ?

P.D. Dans *ahimsa* il y a une forme d'humilité. Jeune, j'avais un désir de prosélytisme qui créait le conflit. Lors des réunions familiales de Noël, après la dinde, le foie gras et le saumon, j'offrais comme cadeau le visionnage des premières vidéos de L214... Je me mettais tout le monde à dos en leur sabordant la fête. Heureusement, les neveux et nièces écoutaient et me disaient « Tonton Philippe, tu es le seul à être gentil avec les animaux, tu les aimes vraiment, tu ne les manges pas ». Au fil des

années je suis arrivé avec mes tartes au tofu et mes salades composées. Et par l'intermédiaire des enfants et en pacifiant ma propre révolte, j'ai fini par réintroduire le dialogue avec les omnivores.

JdY Êtes-vous toujours en mission ?

P.D. Finalement, le vrai prosélytisme est d'être en accord avec ce que l'on pense et les actes simples du quotidien, par opposition aux actions violentes et démonstratives. Cela m'a donné beaucoup de force, générée par la cohérence et un apaisement dans ma relation au monde. Par la suite, j'ai eu des moments de grâce extraordinaire avec les animaux. Lors d'un voyage en Afrique du Nord, les gazelles m'ont laissé les approcher à 40 mètres, alors que mes amis omnivores restaient à 300 mètres. Ils s'étonnaient et je leur ai dit que je sentais comme une vache, exhalant une odeur d'herbivore... Du coup les gazelles n'étaient pas inquiètes... Les *baba* me l'avaient dit ! Au bout d'un cycle de sept ans, *salkpa*, tu auras extrait de ton cerveau les mémoires de cadavres et basculeras dans la vibration du monde végétal.

À présent, ma méditation végétalisée est plus lente mais plus profonde.

JdY Quel rapport voyez-vous avec la méditation ?

P.D. *Ahimsa*, la non-violence agit en perspective de *dhyana*, la méditation. Plus on pacifie ses cellules par la cohérence

Ahimsa est pour celle ou celui qui s'est débarrassé de ses peurs



**Ma méditation
« végétalisée »
est plus lente
mais plus profonde**

de nos actions, plus le rayonnement de notre être que l'on induit efface les vieilles mémoires. *Samskara* et *vasana* finissent par se dissoudre dans l'infini.

Au départ, nous sommes dans une perspective matérialiste qui finit par devenir vibratoire : du corps grossier, de nourriture, vers les corps les plus subtils... Et il semble impossible de toucher du doigt *anandamaya kosha*, le corps de félicité si nous bouffons notre chien, trompons notre femme, et tabassons nos gosses... L'exemple est trivial mais percutant.

JdY Qu'avez-vous alors compris ?

P.D. Le système méthodologique, qui amène la conscience vers la méditation, ne peut pas être une spéculation mentale. Nous nous devons corps, esprit et âme. Pas dans un yoga gymnique, pas un yoga fantasmé ou intellectualisé, ni ésotérique en me prenant pour la réincarnation de Thoutenkamon. C'est un yoga trinitaire, où nous donnons à nos véhicules ce qu'il lui faut pour être paisible et cela rejaillit sur la conscience. Elle se libère par le rêve et la méditation des *samskara* et *vasana*, pour finir par obtenir un état de stabilité. Je l'ai expérimenté et non pas seulement lu dans les livres.

Comme me disait Maurice Daubard qui a été l'un de mes enseignants... Philippe, tu peux lire mille livres sur comment nager, le jour où tu sautes dans la piscine, tu te noies...

JdY Alors parlons-nous de maîtrise ou de contrôle ?

P.D. Au début, le contrôle est nécessaire avec sa projection de l'ego pour obtenir volontairement un résultat. Mais très vite, c'est une bascule dans la dualité et il m'a semblé plus judicieux de passer par la notion de maîtrise. Celle-ci permet d'installer une perspective, non-violente et cohérente, de tout le panel de réalités qui organise et fait notre vie.

JdY Que pouvons-nous maîtriser ?

P.D. Notre réalité est d'abord pensée... Si je me dis que je vais manger des crêpes demain avec une amie. D'abord je le pense, puis je le verbalise, ce qui crée une signification, puis une correspondance avec des images. Elles permettent au psychisme de visualiser ce qui va se passer pour que, dans la réalité, cette situation se matérialise.

Donc plus la pensée est non-violente, maîtrisée, orientée, canalisée (*dharana*), plus elle est efficiente et engendre donc dans la matière des répercussions douces.

Et, a contrario, plus elle est sujette à la frustration, à la colère, à la désinformation des « *merdias* », plus elle empoisonne notre inconscient. À chaque fois que l'esprit est submergé par ce type d'émotions, cela crée des mémoires et des *karma*.

Le yoga permet de prendre un espace de recul et d'analyser ce qui remonte de notre inconscient et subconscient. Il apporte cohérence, orchestre nos pensées, nous fait visualiser et finalement créer un monde plus harmonieux. Le yoga nous amène à être de plus en plus conscient de ce que nous émettons. ■

CONTACT :

Site : champignonbleu.free.fr

champignonbleu@free.fr

Facebook : Philippe Djoharikian Yoga -

Toumo

La Baba Shool est une école de formation de professeur de yoga affiliée à la Fidhy.

L214 éthique & animaux

Cette association milite de façon active pour une prise en compte de la souffrance animale : conditions de vie, de transport et d'abattage des animaux...