

RAGATHÉRAPIE

Sagesse de l'Inde au service des Occidentaux



Rencontre avec Sattamuni



Vous avez dit ragathérapie ! Une thérapie de plus, pensez-vous ? Pourquoi cette multiplication de techniques de soins aujourd'hui avec des méthodes assez inattendues ?

La ragathérapie est loin d'être une nouvelle thérapie à la mode, puisqu'elle puise ses racines dans la sagesse ancestrale de l'Inde au travers de sa musique classique et de son astrologie védique (1).

Nous avons rencontré Sattamuni, praticien en ragathérapie et astrologie indienne pour entrer dans ce monde fascinant où les sons expriment leurs vertus spirituelles pour notre développement personnel et médicinales pour notre santé. L'Inde n'a pas fini de nous surprendre !

Qu'est-ce qu'un raga ?

La «Musique carnatique» est la musique classique de l'Inde du sud, qui est différente de la «Musique hindoustanie» du Nord. La musique indienne tire son origine des Vedas (4000 - 1000 av. J.-C.) (2).

La musique carnatique se compose de sept notes principales : SA RE GA MA PA DHA NI. Il existe des ragas majeurs et des ragas dérivés. Un raga majeur est un mode musical composé à partir de 7 notes en gamme montante et 7 notes en gamme descendante. Les notes de musiques indiennes n'ont pas d'équivalence avec les notes occidentales (Do ré mi fa sol la si do) car elles n'ont pas les mêmes écarts entre elles. Aux notes s'ajoutent des «micro tons», on obtient ainsi 72 ragas principaux. Chaque raga a en-

NOTES

1- L'astrologie védique est une astrologie indienne issue des Védas (voir note 2).

2- Les Védas sont les textes sacrés multi-millénaires, les plus anciens au monde. D'abord de tradition orale et transmis par des rishis, ils contiennent un en-

semble de poésies, d'invocations et de mythes. Le sens profond du mot veda est «connaissance». En Inde, ce qu'ils enseignent constitue le savoir originel. Ils sont à l'origine du Védisme puis du Brahmanisme.

Le son originel OM



Les vertus spirituelles des ragas sont désignées par le terme sanskrit Nadopasana : Nada et Upasana. Nada veut dire «son» et plus particulièrement le son intérieur et Upasana : «assis près d'un idéal mental» ce qui est traduit pour les occidentaux par méditation.

Dans le *Sangitha Rathnakara*, le son OM est l'interaction de deux forces : l'éther et le feu, source de vie et de l'ensemble de la création. Le nadopasana est une méditation sur le son originel. C'est une technique de libération et de réalisation de soi par le son OM.

suite des ragas dérivés (environ 1000, en théorie) soit 72 000 ragas. Ceux-ci correspondent aux 72 000 nadis, points énergétiques du corps.

Toutes les sciences védiques (ayurveda, yoga, ...) sont basées sur des rapports mathématiques. On peut donc dire que le système des ragas est une distribution «mathématique» de notes.

La tradition musicale indienne est vocale. Le solfège est composé d'onomatopée et les partitions ne représentent pas les notes sur des portées comme en Occident. Ce sont les textes qui servent de partition avec des notes longues indiquées par des majuscules dans les mots ...

Le musicien indien connaît les notes, le rythme utilisé et le texte de la composition ; à lui de faire «l'assemblage». C'est le réglage de la tamera (3) qui donne l'harmonique du chant. C'est donc une question de vibrations du moment et de l'esprit du musicien. Chaque raga peut être joué de différentes manières.

Sattamuni a cherché et trouvé des listes de ragas connus pour leurs vertus médicinales et/ou spirituelles, mais il n'existe qu'un seul traité datant du XIIe siècle «Sangita Ratnakara (océan de musique)» qui aborde les vertus énergétiques de ces ragas (voir encadré p. 41). Il est question dans cet ouvrage du lien entre les différentes notes, ragas et chakras... mais cela reste des généralités.

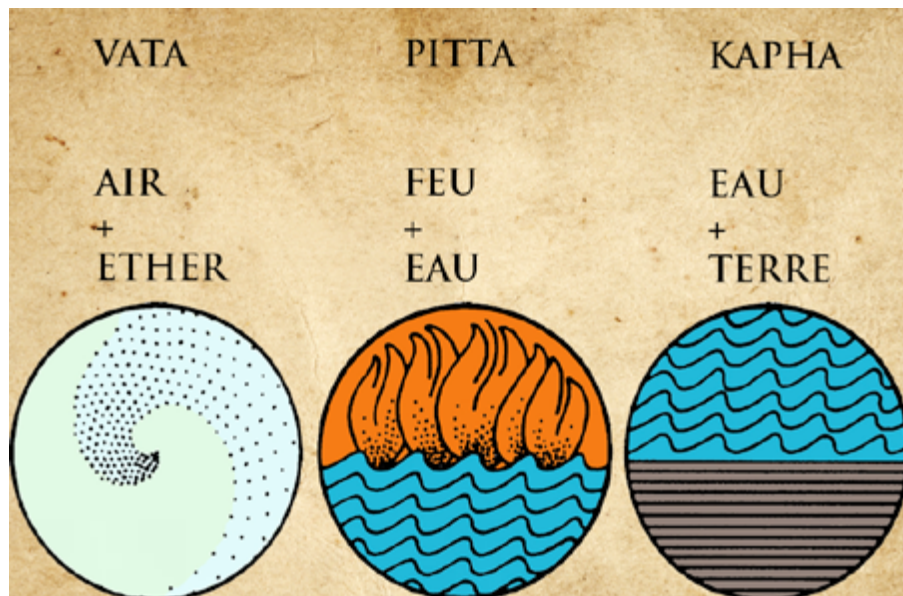
Continuant inlassablement ses investigations, Sattamuni s'est tourné vers l'astrologie védique suite à une rencontre déterminante avec Varuna (4), un astrologue védique qui lui a proposé d'animer un atelier fait à la fois de ragas et d'astrologie. Il a ainsi pu explorer la concordance entre les ragas et la position des planètes.

SCIENCES VEDIQUES

• L'Ayurveda

L'Ayurveda est une médecine traditionnelle indienne datant de la période védique. Ce terme signifie sciences de la vie. L'ayurveda considère que les astres sont aussi déterminants que l'alimentation, la psychologie, les conditions environnementales ou les données sociétales dans la cause de la maladie.

L'ayurveda se focalise sur trois types d'énergies vitales : les Doshas c'est-à-dire Vâta, Pitta et Kâpha qui sont responsables de tous les processus phy-



3- Instrument indien de la famille des luths à manche long à 4 cordes pincées.

4- Varuna est un astrologue védique résidant au Jardin de safran (Varaire/Lot).

siologiques et psychologiques de notre corps et de notre esprit. Chaque dosha est la combinaison de deux des «5 grands éléments» dont l'un est prédominant c'est-à-dire Vâta : Air et Ether ; Pitta : Feu et Eau ; Kâpha : Eau et Terre.

Ces trois doshas sont des aspects différents d'une même énergie. Ils se modifient constamment pour être en équilibre permanent les uns par rapport aux autres.

Un déséquilibre des doshas est la cause de troubles physiques et psychologiques. Le thérapeute ayurvédique cherche donc en premier à rééquilibrer les doshas.

• Astrologie védique

Tout est parti d'une intuition de Sattamuni au travers du caractère mathématique commun entre les ragas et l'astrologie. Il faut 360 ° pour représenter le zodiaque et nous avons 72 ragas cela signifie donc qu'il y a un raga tous les 5 degrés (360/72)...

L'astrologie védique se nomme Jyotish qui signifie «lumière» ou «connaissance». Elle se différencie de l'astrologie occidentale par sa prise en compte de la précession des équinoxes (variation de l'axe de rotation de la terre) et des nakshatras c'est-à-dire le parcours de la lune dans un mois lunaire ; le tout avec la combinaison des 5 éléments. Il y a aujourd'hui 24 ° de différence entre l'astrologie indienne et l'astrologie occidentale. L'astrologie védique se définit comme une astrologie lunaire.

Les ragas ont été créés en fonction d'un ordre cosmologique précis ; chacun est déterminé selon une localisation dans le zodiaque. A chaque position planétaire correspond un raga. L'effet de la planète peut ainsi être «corrigé» s'il est néfaste ou «amplifié» s'il est favorable. Pour les vertus spirituelles, il en est de même, chaque position du ciel correspond à des prédispositions spirituelles qui peuvent être amplifiées.

Sattamuni a donc confronté la liste des propriétés connues des ragas avec l'astrologie médicale et cela correspondait dans la majorité des cas.

Vertus thérapeutiques des ragas

Selon le *SamaVeda* (livre sacré de l'Inde), la musique recèle des vertus énergétiques que les ragas ont su capter et développer. La ragathérapie est une technique de réharmonisation de toutes les dimensions de notre être (relaxation, méditation et réalisation spirituelle dans le cadre du Yoga de la musique). Elle est une technique de soin lorsqu'elle est basée sur l'expertise de l'astrologie védique et médicale.

Nous savons que les notes choisies par rapport aux chakras, les sons... ont un impact sur l'humain de par leur nature vibratoire.

Suite page 43

Musique carnatique

C'est dans un but spirituel que furent créés les ragas qui constituent le socle de la musique carnatique de l'Inde du Sud.

Le grand savant Venkatamakhi (XVII^e siècle) a vécu pendant la période moderne de la musique carnatique. Il est surtout célèbre pour sa contribution au perfectionnement du système de 72 ragas principaux et de leurs dérivés d'où viennent les milliers de ragas.

L'âge d'or de la musique carnatique était sans aucun doute la période de la «trinité musicale» avec les compositeurs Tyagaraja (1767-1847), Muttuswamy Dikshitar (1775-1835) et Shyama Sastri (1762-1827). Tous les trois sont nés à Tiruvârur, dans la région de Tanjore, berceau de la civilisation Carnatique. Le patrimoine actuel du sud de l'Inde repose essentiellement sur les compositions de ces trois auteurs. Ils étaient tous les trois initiés à l'astrologie.



les trois compositeurs Tyagaraja (1767-1847), Muttuswamy Dikshitar (1775-1835) et Shyama Sastri (1762-1827)



Pour commencer la ragathérapie ?

Le Point de départ est le ciel de naissance de la personne. L'astrologie médicale est basée sur la lune. C'est elle qui détermine notre mental et notre psyché et nous donne les grandes tendances de nos parcours de vie. Les gens se reconnaissent immédiatement quand ils écoutent leur raga lunaire. Cela permet une reconnexion avec eux-mêmes.

Ensuite l'astrologue védique s'intéresse aux autres planètes. Il s'agit de voir l'ascendant, le soleil, la Lune, Jupiter et Saturne. Puis si on vient pour une question de santé, entrent en jeu les maisons 6 (maladies), 8 (maladies chroniques) et 12 (perte énergie, hospitalisation). Cela fait un premier tri pour choisir le raga.

Ensuite le thème de naissance est croisé avec le thème du moment. Très vite Sattamuni voit la combinaison des planètes responsable de la maladie. Il y a des périodes et des transits planétaires.

Vient alors le profil énergétique de la personne avec les doshas (Kâpha, Pitta et Vâta) pour sa santé et un autre dosha pour sa vie spirituelle, ou encore professionnelle..., la constitution de naissance, le chemin de vie du point de vue de la santé, les fragilités, la force relative des planètes (quand elles sont faibles, quel raga va renforcer), le mental.

Ensuite, on fait la constitution de naissance : la nakshatra lunaire, ainsi que les maisons 6-8-12 (aspects...), les

nœuds lunaires, les Sade Satis (période de saturne).

De tout cela découle la pharmacie médicale avec les ragas et leurs corrélations physiques avec la personne. Avec le thème, Sattamuni donne un raga pour chacune des neuf planètes plus l'ascendant, cela fait 10 ragas. Cela peut être moins si les planètes sont à moins de 5° d'écart dans le thème. Si certaines planètes sont faibles (impact négatif), il est possible d'ajouter un raga pour rééquilibrer.

A ce thème astrologique s'ajoutent des cartes additionnelles (Vargas) qui sont une fraction de la carte principale à l'image d'une expansion fractale. Par exemple, nous savons que la maison 6 concerne les maladies. La carte additionnelle n°6 va redistribuer toutes les planètes dans cette maison, il s'agit de donner un coup de loupe pour avoir des précisions. Nous avons aussi une carte additionnelle spirituelle. Cela éclaire la question : comment réaliser le soi dans cette vie ? On peut voir les qualités éthiques de la personne.

En astrologie védique, il faut avoir l'heure de naissance précise, à la seconde près pour ces cartes additionnelles. Pour ceux qui n'ont pas leur heure de naissance, il existe des techniques pour la retrouver.

Vous avez alors votre thème et votre liste de ragas, vous êtes autonome. C'est très important puisque peu de personnes pratiquent la ragathérapie ! □

Nous savons juste que nous agissons sur les vibrations et que les ragas sont bio énergétiques.

A chaque position du zodiaque, correspond un organe ou une partie du corps. Les ragas vont avoir des vertus génériques qui correspondent à leur position dans le ciel mais ils vont agir différemment en fonction du positionnement et des aspects des planètes dans le thème de la personne. Pour définir de grandes tendances : un raga en relation avec le soleil va agir sur les os ; en relation avec mars sur le sang ; avec Saturne, sur les muscles et avec Mercure sur les nerfs. Ensuite tout est question de relations des planètes entre elles.

Cela revient à dire qu'il faut commencer par faire le ciel de naissance de la personne. C'est incontournable pour définir les ragas de la personne.

Avant de connaître l'astrologie védique, Sattamuni fonctionnait à l'ancienne en partant du symptôme décrit par le patient. La ragathérapie du nord de l'Inde fonctionne ainsi. L'inconvénient c'était qu'il pouvait y avoir plusieurs ragas pour un même symptôme et que tous n'agissaient pas de façon identique selon les personnes. En plus il fallait se conformer à des heures d'écoute qui étaient très contraignantes. C'est plus simple et beaucoup plus précis avec l'astrologie telle qu'elle est pratiquée en Inde du sud.



SPECIFICITE DE LA RAGATHERAPIE

Chronothérapie dans les ragas : le cycle circadien (rythme de soleil) et les transits planétaires.

Traditionnellement, une heure d'écoute est assignée à chaque raga en fonction des rythmes du Soleil. Ce sont les «*Prahars*». C'est comme une chronothérapie. En Inde, les 24h sont divisées en 8 périodes reliées avec les trois doshas. Si plusieurs ragas agissent sur un même symptôme, le choix se fait par rapport à l'heure. Les 3 heures qui précèdent l'heure du lever correspondent à Vâta, les 3 heures qui suivent sont Kâpha puis ensuite vient Pitta. Les trois heures avant le coucher du soleil sont Vâta, les 3 heures suivantes Kâpha... En Inde, c'est beaucoup plus facile à suivre parce que les variations de lever et coucher du soleil sont très faibles au cours de l'année. Chez nous, cela est plus complexe mais cela s'ajuste aussi. Il faut savoir qu'il y a très peu de ragas en journée aux heures chaudes. Celles-ci ne sont pas favorables à la méditation. Cela était très contraignant d'écouter aux

Pour écouter un raga, cliquer ICI

le raga choisi s'appelle Kiravani, c'est le 21ème raga du système carnatique. Il correspond à l'espace compris entre 10° et 15° du signe du Cancer, dans la Nakshatra Pushyami. Ce raga favorise la méditation profonde et traite les douleurs articulaires et musculaires, ainsi que le mal de dos. Il est donc particulièrement efficace pour favoriser la pratique du Yoga.

Dans le thème astrologique, une planète néfaste dans cette portion du zodiaque induira des difficultés pour faire du yoga. A l'inverse, une planète bénéfique favorisera la pratique. L'écoute du raga aura donc pour effet de résoudre ces obstacles.

Autres troubles que ce raga peut aider à traiter (médical) : Tension nerveuse, fatigue chronique. Troubles de l'élimination. Mal de gorge. Problèmes dentaires. Problèmes dans la sphère O.R.L. et troubles du système immunitaire et du sang. Problèmes de peau, eczéma. Maux d'estomac, ulcères, nausée. Cancer du sein. Problèmes pulmonaires. La tuberculose. Vésicule biliaire.

Qualités spirituelles que le raga développe : Sérénité, sang-froid, sérieux, discipline, droiture, perfectionnisme, sagesse, sens esthétique, imagination fertile, réalisme, détermination, patience. Permet de capter des savoirs occultes et spirituels.

Défauts que Kiravani aide à dépasser : Instabilité, rigidité, entêtement, irritabilité, déprime, mélancolie, médisance ou sensibilité face au jugement d'autrui.

Music For Meditation - Raga Keeravani -
Indian bansuri - Flute - Indian Music
(<https://youtu.be/xvWXCKygxJQ>)

heures de nuit. Il faut donc trouver des ragas qui peuvent être écoutés au matin ou au soir...

Avec la découverte des ragas de naissances, calculés selon le thème astrologique, il n'est plus nécessaire de se conformer au rythme du soleil. La personne est automatiquement synchronisée avec la vibration de sa naissance.

Pour les écoutes en groupe, il suffit d'écouter les ragas qui correspondent aux transits planétaires du moment pour que tous les participant à un atelier bénéficient d'une harmonisation.

Sans contre-indication

Avec les ragas, il n'y a pas d'effet secondaire... cela reste de la musique. Il n'y a pas de saturation pour le corps et l'esprit.

Par conséquent, l'effet n'est pas définitif non plus. Pour un effet durable, il faut écouter les ragas de façon régulière. C'est un travail sur soi, sur notre regard par rapport à la maladie, au cosmos, à notre corps...

Prévention

Sattamuni propose un thème avec les rendez-vous cosmique. Une planète est influente au moment du changement de signe. Elle est alors au maximum de son influence. Si on connaît le changement de signe de chaque planète, on sait quand écouter le raga correspondant. Si vous avez mal à la gorge, écoutez votre raga de mercure. Lors d'une séance, j'ai fait écouter le raga correspondant à Mercure au moment du changement de signe pour la dite personne et le mal de gorge est passé immédiatement. Le symptôme se serait installé dans le corps, et celui-ci aurait mis 4 ou 5 jours à se guérir si nous n'avions pas été au moment du changement de signe. Les rendez-vous cosmiques (analyse des périodes planétaires, des



transits,...) permettent donc de faire de la prévention.

Avec le soleil, vous avez un tableau avec les périodes délicates, porteuses, et vous pouvez à ces périodes écouter votre raga du soleil. Nous sommes tellement sous influence cosmique, que c'est dommage ne pas utiliser de tels outils. Et de plus, nous pouvons anticiper... Nous pouvons faire un travail sur nous et être davantage en lien avec les énergies cosmiques.

Si les personnes connaissent leur thème, elles écoutent le raga correspondant dès l'apparition d'un symptôme. Pour ceux qui n'ont pas de maladie, leurs ragas de naissance renforcent leur système, c'est donc de la prévention. Il n'est pas nécessaire qu'un trouble se manifeste par une maladie, ce peut être un évènement. Avec le raga on se protège tant au niveau santé que sur les plans plus subtils.



À PROPOS
DE



Sattamuni

Praticien en Ragathérapie et en astrologie (ayur) védique, Sattamuni est diplômé en philosophie et anthropologie. Une grande proximité avec la culture de l'Inde l'a amené à approfondir ses recherches dans la connaissance des ragas. Sa persévérance l'a conduit à redécouvrir les fondements oubliés de la ragathérapie grâce à l'astrologie védique.

Sattamuni signifie le sage silencieux... Le nom spirituel en Inde est ce vers quoi nous devons tendre... Pour l'instant, il n'y a que lui qui fait ces thèmes en ragathérapie. Il est chercheur et défri-
cheur.

Q
uestion

SPN : Peut-on déterminer des ragas pour certains types de pathologies, inflammation type ulcère, prolifération de cellules type cancer... fièvre ? Y-a-t'il des grandes familles ?

«Il existe effectivement des ragas spécifiques qui accompagnent le traitement du cancer. La presse indienne s'est même fait l'écho de leur usage dans certains services hospitaliers. D'autres ragas sont utilisés également comme antalgiques. Mais, d'après mon expérience en tant que thérapeute, l'usage «générique» des ragas n'est pas très efficace. En effet, on n'écoute pas un raga comme on prend un médicament. Tout dépend de l'analyse du thème et des ragas de naissance de chacun.

Pour donner un exemple plus simple, prenons celui de la fatigue. Ce peut être différentes sortes de fatigue qui affectent différents organes liés au signe. Les ragas du signe du bélier vont traiter le surmenage alors qu'une fatigue pour un signe du poisson est plutôt une fatigue physique... C'est un autre raga. Chaque signe a son raga pour traiter un type de fatigue. On retrouve dans l'astrologie médicale, le bon raga contre la fatigue qui convient à chacun. Il en va de même pour les ulcères ou les cancers. Il existent plusieurs ragas et c'est l'analyse du thème de naissance qui va déterminer le bon raga à utiliser pour chacun.»

Sattamuni

La ragathérapie est une technique de réharmonisation de toutes les dimensions de notre être. C'est une acupuncture musicale basée sur l'astrologie ayurvédique.



Représentation de Shyama Sastri 1762–1827, musicien et compositeur de musique carnatique.



Pour aller plus loin

ragatherapie.jyotish@gmail.com

<https://sattamuniragacikit.wixsite.com/ragatherapie>

Page Facebook :

Sattamuni, Ragathérapie et Astrologie
Ayurvédique@Sattamuni108

Tel : 06.56.72.38.62

Contact : Sattamuni
(Grenier Cédric), les Bois de la Font,
46260 Varaire

Nous n'avons pas connaissance d'autres personnes pratiquant la ragathérapie en fonction du thème astrologique védique...

Contactez-nous si vous en connaissez
(contact@rezo-sacreeplanete.com)!

RAGAS et spiritualité

La pratique spirituelle limite l'impact de certains aspects des planètes surtout en période de transit. Si vous n'avez pas de problème de santé, vous pouvez demander vos ragas au plan spirituel ils agissent sur tous les plans. Pour le thème spirituel, il faut également commencer avec le ciel de naissance. Pour le spirituel, nous sommes amenés à travailler sur les qualités et les défauts auxquels nous prédisposent chacune de nos planètes.

En conclusion...

La ragathérapie envisagée à partir de l'astrologie védique offre de nombreuses possibilités. Elle est une réponse «sur mesure» pour chacun et permet de traiter les troubles chroniques tout en étant une bonne prévention contre les maladies auxquelles nous sommes prédisposés. Elle est également une aide précieuse pour le développement personnel.

La ragathérapie n'est pas un coup de baguette magique... Toute thérapie demande une attitude ouverte et engendre des remises en question. A l'image d'autres thérapies naturelles, il s'agit d'un accompagnement et d'un coup d'accélérateur si la conscience converge avec le cheminement de la personne. □

par Cécile Courtat

Cet article est extrait du magazine numérique **Sacrée Planète** n°6 (4e trim. 2018). Cette version n'est pas imprimable.

Ne pas la reproduire à des fins commerciales sans autorisation (contact@rezo-sacreeplanete.com).

Pour en savoir plus ou acheter le n°6,
CLIQUEZ ICI

