

FIDHY

N°82

JUILLET - AOÛT 2019

infos

Revue périodique
des adhérents de la FIDHY



- P. 3 **L'éditorial**
Virginie Zajac
- P. 4 **Art & Yoga : Art Mithila**
« La danse de Kali »
Delia Curro
- P. 5 **Hommage**
Hommage à Marc-Alain Descamps
Magali Toro
- P. 7 **Mémoire d'École**
**Transmettre le yoga : partager - donner
et recevoir, devenir soi sans se perdre**
Laetitia Monthuley
- P. 11 **La Vie des Écoles**
Tapas
Walter Thirak Ruta
Yoga Scuola Pramiti
- P. 14 **Conte**
Deux Arbres Frères
Martine Pery
- P. 15 **Dossier thématique -3^e partie**
Réincarnation, libération et résurrection
Ariane Buisset, 1991
- P. 19 **Focus**
Congrès FIDHY 2019
Par les participants
- P. 21 **En partage**
Lire - La rentrée des Écoles - Stages



Fédération Interenseignements De Hatha Yoga
322 rue Saint-Honoré - 75001 Paris
01 42 60 32 10
fidhy@orange.fr - www.fidhy.fr

Journées FIDHY

ouvertes à tous

samedi 2 et dimanche 3 novembre 2019
à l'AEPP, rue Titon, Paris 11^e

LE SAMEDI DES ÉCOLES

9h30 - 12h30

Philippe Liatard



12h30 - 14h *Pause déjeuner*

14h - 17h

Benjamin Bernard



NOTRE INVITÉ DU DIMANCHE

9h - 11h30

André Rivoire



11h45 Assemblée Générale

13h15 Déjeuner convivial

14h - 17h

André Rivoire

André Rivoire a été diplômé Iyengar en 1996 par Yoga Ramamani Mémorial Institut (RIMYI) Pune. Il enseigne cette méthode depuis et ne cesse d'étudier et de se perfectionner (formation, convention professeurs Iyengar, stage, cours hebdomadaire avec professeurs certifiés seniors...).

Il dirige le Centre Bouddhiste Tibétain KZK à Paris 16ème depuis sa création en 1988.

André proposera une pratique autour de la présentation de la méthode Iyengar.

Informations et inscriptions :

www.fidhy.fr

fidhy@orange.fr

01 42 60 32 10



FIDHY



“ L’Essence du Yoga ”



Marco Deslandes © www.chevaldefeu.com

Lorsque nos élèves nous demandent ce qu'est le yoga, il est souvent difficile de formuler une réponse compréhensible. Il est plus facile de définir le yoga par ce qu'il n'est pas : ce n'est pas un sport, ni une thérapie, ni de la gymnastique, quoique... Si vous observez un contorsionniste, un gymnaste, un ostéopathe croiser les genoux de sa patiente pour rééquilibrer son dos et un yogi exécutant certaines postures, vous n'y verrez en apparence aucune différence. Alors pourquoi pas l'accro-yoga, le paddle yoga, etc ?

Aujourd'hui, le « grand » public ne voit du yoga que la posture. Interrogez un néophyte et il dira : je ne suis pas assez souple. Demandez aux enfants et ils ne vous répondront pas, la plupart s'assièrent en tailleur, les yeux fermés, avec le sourire et chin mudra. Les « grands » ont du mal à sentir l'essence des choses.

Sans en avoir fait l'expérience *yug* reste sur un plan purement intellectuel. Et il est plus facile de détailler une posture que d'emmener ses élèves vers l'expérience de l'union tout en restant crédible. Pourtant, les enseignants s'accordent sur le fait que le yoga est un chemin, une voie de transformation. Oui mais vers quoi ? Peut-être qu'il manque un mot. Ah oui, « spirituel », c'est ça. C'est dit. Le yoga n'est pas une religion, il est spiritualité.

Le yoga est une voie de transformation spirituelle, pour que l'être humain comprenne sa place dans l'univers. Les textes de référence comme les *yoga-sûtra* attribués à Patanjali et ses 8 *angas* dont les *âsânâ* et *prânâyâma*, les apports des différentes lignées et des écoles sont des propositions au service du yoga. Et si les techniques ne sont pas systématiquement détaillées c'est autant pour préserver le secret que la créativité. L'enseignement est une voie de liberté.

Cheminer en yoga revient à éprouver la saveur des contraires, leur unité indéfectible : micro et macrocosme, homme et univers, féminin et masculin... Union, dissolution, libération... peu importe le terme utilisé, le yoga nous ramène à notre être profond où brille cette énergie vitale que nous partageons tous. L'Être humain peut alors vivre dans le monde dans le respect de cette essence qui leur est commune. Dans les valeurs d'amour, de respect, de discipline, d'engagement, de service.

L'Essence du yoga ne se définit pas. Elle se vit. Profondément. Au quotidien.

*« Je ne suis ni ego, ni raison, ni esprit, ni pensée,
Je ne puis être entendue, ni emprisonnée dans des mots, ni humée, ni entrevue,
Dans la lumière et dans le vent, on ne me trouve,
ni même sur terre ou dans le ciel (...)
J'ai rejeté la haine et la passion, j'ai conquis l'illusion et l'avidité,
Aucun soupçon d'orgueil ne m'a effleuré (...)
Aucune crainte de mort ne m'agite (...)
Aucun parent ne m'a jamais appelée enfant (...)
Je ne suis ni disciple, ni maître, je n'ai ni famille, ni amis (...)
Je ne suis ni libre, ni esclave,
Je suis conscience et joie et c'est dans la Béatitude que l'on me trouve. »*

Extrait du *Nirvana Shatakam*, Shankaracharya

Virginie Zajac
Présidente de la Fidyh

N° ISSN : 1163 354 9

Directrice de la publication : Virginie Zajac

Comité de rédaction : Anne Barbara, Catherine

Laugée, Virginie Zajac

Contributeurs : Ariane Buisset, Delia Curro, Laetitia

Monthuley, Martine Pery, Walter Thirak Ruta,

Magali Toro, Virginie Zajac

Conception graphique et réalisation : Pascal Ségaux

Couverture : Rampari Devi

Crédit photos, dessins, visuels : Delia Curro, François

Deladerrière, Marco Deslandes, les auteurs et

provenance diverse

Impression : COPYMAGE 4 rue Saint-Roch 75001

Paris

La rédaction de la FIDHY remercie tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ce numéro.