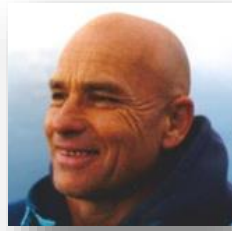


## L'édito de Jeannot

**Chères toutes et tous,**

Reprendre confiance, c'est le maître mot pour revenir en conscience dans ce qui nous affecte tous à un degré ou à un autre : la permanence de l'impermanence.

Il nous est difficile de continuer à mettre en place nos séances de yoga telles qu'elles se pratiquaient avant le confinement, mais nous n'avons pas d'autre choix que d'accepter ce qui est... mais sans renoncer. Pour certaines d'entre vous, vous avez pu mettre en place des séances en visio et c'est tant mieux, pour d'autres vous avez suivi un protocole imposé en continuant à pratiquer dans certaines maisons de retraite ou suspendre vos séances à des moments donnés en fonction des régions.

Il s'agit de garder le lien et la visio-conférence de notre association du 13 février nous a redonné le moral qui ne nous avait pas forcément quitté mais qui pouvait être en berne.

Ce lien, vous avez pu parfois le garder en contactant les pratiquants, en leur proposant des séances individuelles.

Et plus la situation est délicate, plus nous devons renforcer ce lien entre nous, et entre les pratiquants et comme je le disais récemment, « L'avenir n'est pas ce qui va arriver, mais ce que nous allons faire »

Nos stages de formation 2021 étaient complets, cependant celui d'Avril a été annulé, ce qui a permis de renforcer le stage de Juillet de Joëlle et Stéphane. Les demandes de formation sont de plus en plus fortes et nous nous devons d'y répondre. La transmission se met en place et c'est un grand bénéfice pour le développement de cette pratique. Après Joëlle et Stéphane, Aurélie, Christine et Agnès pourront à leur tour transmettre des formations.

Toujours pour favoriser le lien, il y a le site de RVHY : le faire connaître, et surtout l'alimenter par vos contributions. Vous pouvez aller le visiter plus souvent et je vous rappelle qu'une page spéciale réservée pour les enseignants ayant fait la formation a été mise en place par Nathalie dans la rubrique « Ressources », contacter RVHY pour avoir le mot de passe. Il y a aussi d'autres petites vidéos.

Envoyez des séances pour enrichir le site et notre pratique comme vient de le faire Olivia. Que le site puisse vivre !

Site interactif : <http://yogasurchaise-rvhy.fr>

Que nous puissions aussi nous adresser à nos mutuelles, aux conseils départementaux pour proposer dans le cadre de la prévention pour personnes âgées à mobilité réduite ou ayant des pathologies des séances de pratique de yoga sur chaise.

Dans notre vie, c'est l'impermanence; des obstacles se présentent (et ils sont légion en ce moment), il nous faut les franchir en les regardant en conscience et liberté pour mieux les dépasser et retrouver l'Amour au-delà de tout.

Notre nature spirituelle est lumière, la lumière est amour, l'Amour est vie.

***A propos de la pratique du yoga sur chaise :***

Cette pratique au départ s'adresse à toute personne ayant perdu une autonomie certaine créant une forme de dépendance à cause d'une pathologie ou d'un accident de la vie (paraplégie, accident vasculaire cérébral). Ce peut-être aussi une maladie (Parkinson, sclérose en plaques, maladies auto-immunes et génétiques, macula...etc.) ou bien encore le grand âge sans oublier les personnes présentant des troubles psychiques.

Cette pratique est aussi présente dans les villages ou les quartiers où les adeptes sont plus autonomes dans leurs déplacements, ce qui fait qu'en appui avec la chaise, des postures debout sont possibles et même sur tapis.

Tout ceci sans dénaturer en quoi que ce soit l'état d'esprit de cette pratique fondée sur la bienveillance et le partage.

***Les dates à retenir pour 2021 & 2022 :***

**13/06** : Journée yoga sur chaise à Paris avec « les amis d'André Van Lysebeth »

**20/21/11** : WE à Rennes

**Du 6 au 10/12** : Stage en Belgique à Orval avec Aurélie

**13 novembre 2021 à 10h** : Visio-conférence préparatoire à **l'AG qui se tiendra les 25, 26 et 27 mars 2022 à Montbouy** près de Montargis dans le Loiret

**Pour 2022**, voir le site pour les formations à venir en avril, juillet et août