

Notre Assemblée générale



Notre Assemblée générale n'est pas simplement une rencontre mais aussi un lien indéfectible qui nous unit corps et âme dans notre volonté de pérenniser nos espoirs pour une humanité plus consciente, plus sereine et plus aimante.

Nous avons besoin de nous sentir relié en pensées et en actes dans la direction du yoga, donc de la vie, afin de faire face à des situations parfois complexes vis-à-vis de nous-mêmes, et vis-à-vis de nos sœurs et frères humains.

Le yoga sur chaise s'inscrit dans cette démarche de discernement, de concentration apportant notre contribution pour « Changer le regard sur la vieillesse et le handicap ».

L'unité corps-esprit induit une non dualité vers laquelle nous pouvons tendre par le partage d'une pratique de hatha yoga bienvenue...

Etre debout, se sentir debout afin d'être plus énergique dans nos actions ; pour ce faire, chercher la conscience de notre verticalité debout, sur chaise ou sur fauteuil.

La conscience, même si elle se modifie, reste la conscience ; elle contribue à nous relier au souffle ; ce souffle est sacré, car il est vie.

Notre pratique se démultiplie : elle s'adresse, même avec le protocole de la séance à des niveaux différents suivant qu'elle se déroule en maisons de retraite, dans les quartiers ou dans les villages. Il y a aussi une différence entre les octogénaires relativement dynamiques et les nonagénaires dont les baisses de fonction sont plus évidentes.

L'essentiel, c'est toujours d'aller vers... quel que soit l'âge ou les pathologies. La vie est vie.

« Le vieillissement n'a rien à voir avec une raréfaction de l'être. C'est une forme de vitalité déclinante qui diffère non pas quantitativement mais qualitativement des autres âges. La conscience devient autre, mais pas moindre ».
(Vladimir Jankélévitch).

La recherche doit être au cœur de notre pratique, c'est d'ailleurs le premier mot de RVHY ; c'est pourquoi il nous faut proposer parfois des postures debout lorsque c'est possible (postures d'équilibre avec la chaise en sécurité) et également des postures sur tapis pour mieux relâcher et détendre.

J'espère de tout cœur que vous pourrez venir à Montbouy pour assister à l'assemblée générale les 25, 26 et 27 mars 2022. La présidente de la FIDHY y sera présente pour un échange sur les formations.

Notre association a besoin de vous pour continuer à faire aller de l'avant la diffusion de notre pratique. Sans vous, l'association n'est rien.

« Le yoga n'est pas un système, c'est une proposition, le yoga n'est pas une méthode, c'est une recherche »
(G. Blitz)

Au plaisir de vous revoir pour partager et confronter notre pratique.

Merci de nous renvoyer votre bulletin d'inscription avant le 31/12/2021

Jeannot,