

TEMOIGNAGE -Inde, Solidarité, Yoga

Il y a l'Inde carte postale et celle qui se révèle à vous sur des chemins de traverses.

C'est de cette Inde là que j'ai envie de parler car c'est à elle que je me suis confrontée et avec elle que j'ai progressé.

Pas évident dans cette Inde multiple et déroutante de donner du sens à ce qui se vit au quotidien. Tout est tellement différent, coloré, chatoyant mais aussi cruel ;la misère est omniprésente .

Comment être témoin, et se centrer sur cette réalité, la comprendre et la partager.

Le yoga est un outil au service de cette compréhension car il repose sur des textes anciens qui sont des bases de référence : c'est comme un guide qui nous accompagne sur un chemin , mais ce guide est d'une grande portée philosophique et humaniste .

Tout est écrit et cet enseignement est accessible dans des Centres que l'on appelle des Ashrams. Ce sont des centres d'études sous forme de petites structures ou de taille comparable à celle de nos universités c'est dire l'intérêt des étudiants pour l'apprentissage de ces textes de yoga.

Je suis allée en Inde avant de commencer ma formation de professeur de Yoga ; j'avais déjà quelques bases yogiques et je voulais me fondre dans la population pour ressentir « la vibration et l'âme de l'Inde ».

Pas déçue de cette expérience sinon que cette épreuve fut à bien des égards sinon insupportable voire cocasse mais aussi charmante et envoûtante.

L'Inde terre de contraste !...

Actuellement et après quelques années de professeur bénévole au sein d'une école je me suis engagée dans l'association Yoga solidarity suite aux événements du Népal.

Cette cause est à soutenir car les populations sont dans des conditions de grande précarité et surtout des enfants sont en souffrance et pouvoir continuer à les scolariser c'est leur redonner le sourire.

Yoga et solidarité sont en lien car s'occuper des autres c'est aussi prendre soin de soi et de notre planète.

Christine CAMUS, membre de l'association Yoga Solidarity, fondatrice de l'association Jala Yoga à Concarneau