

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA
64, Boulevard Victor Hugo • 77220 GRETZ, France
Tél. : 01 64 07 03 11 • Fax : 01 64 42 03 57
E-mail : contact@centre-vedantique.fr • www.centre-vedantique.fr

COMMUNIQUE DE PRESSE

JOURNEES INTERNATIONALES DU YOGA

Week-end des 18 et 19 juin 2016

CENTRE VEDANTIQUE RAMAKRISHNA
A 30 KM DE PARIS : 1 BD ROMAIN ROLLAND, 77220 GRETZ--ARMAINVILLIERS

Le Centre Védantique organise de nouveau cette manifestation pour son édition 2016. Comme l'année dernière, son Excellence Dr Mohan Kumar, ambassadeur de l'Inde en France, honorera ces journées de sa présence.

Pourquoi organiser de nouveau cette manifestation au Centre Védantique ?

L'enthousiasme et l'inspiration donnés par la pratique du yoga nous encouragent à organiser cette manifestation. Nous allons donc réunir les fédérations et les écoles de yoga pour donner une dimension supérieure à la pratique du yoga.

Le yoga permet de progresser dans la vie dans tous les domaines, d'où l'importance pour nous de l'intégration des quatre aspects du yoga : le yoga de l'action, le yoga de l'amour pur, le yoga de la concentration, le yoga de la sagesse. C'est cette intégration qui conduit au développement d'une personnalité totale à partir de ces capacités qui sont déjà en nous, souvent à notre insu, parce que nos actions, nos pensées, sont dirigées par des tendances qui nous limitent au lieu de nous ouvrir.

Le yoga nous permet de faire notre devoir avec dextérité, intelligence, amour et sagesse. C'est là le secret du progrès, de l'évolution et de la réussite dans la vie et c'est là ce qui rend à l'âme sa dignité.

Les êtres humains aiment les choses qui attirent leurs sens mais cette attirance est limitée et de courte durée. À sa place, pour intensifier l'amour pur, nous avons besoin d'un idéal supérieur, que l'on peut appeler Dieu, ou Purusha, ou Âme suprême, ou de tout autre nom. C'est ainsi que le pratiquant sincère est libéré des forces dues aux tendances étrangères à sa véritable personnalité. Ainsi la maîtrise de soi devient aisée. Le but est que le soi dirige l'organisme psycho-physique.

C'est selon cette compréhension que les pratiques de yoga sont importantes pour le Centre Védantique.

Pouvez-vous expliciter ce que vous appelez « maîtrise de soi » ?

Pour nous, le yoga ne se limite pas aux exercices physiques classiques du hatha-yoga (postures, pranayama, concentration-méditation, yoga-nidra). Il permet de développer l'homme idéal en mettant en pratique que « *ce n'est pas le corps qui domine le Soi. C'est le Soi qui domine le corps* ». En effet le Soi est la source de tout.

La *maîtrise de soi* est l'intégration des quatre aspects du yoga. Le Soi s'exprime en nous par l'action juste, l'amour juste, la concentration juste et par la sagesse. L'intelligence est libérée, la capacité à être concentré est développée, apportant ainsi l'efficacité et la créativité. C'est la créativité qui mène à la dignité de l'homme.

Vous avez dit que ces journées n'étaient pas une fête. Pourquoi ?

Le yoga est pratiqué pour développer la paix intérieure, l'harmonie intérieure. Pour cela nous devons montrer de quelle façon le yoga est praticable dans la vie de tous les jours et de quelle façon chacun peut devenir un homme total en qui s'expriment spontanément l'intelligence, la capacité d'être soi-même et le courage. C'est pourquoi ce n'est pas une fête extérieure mais une fête de la paix intérieure.

Le thème retenu pour ces journées est : « **Le yoga dans la vie de tous les jours** » parce qu'en réalité le yoga c'est la vie, et même si au début il n'est pas facile de pratiquer, plus tard cela devient naturel. La vie devient un yoga. Pour nous ce qui est important c'est la qualité et le contenu du message que les participants auront reçu, c'est que chacun reparte avec la joie intérieure.

Quelle est la place des Fédérations et des écoles de yoga dans ces journées au Centre ?

Elle est essentielle : ce sont leurs journées. Le Centre est comme une maison, un espace protégé où règne l'Amour, l'amour d'un père qui donne la direction juste et l'amour d'une mère qui aide à développer les potentialités. Ici, au Centre, il y a toute la protection pour pratiquer : pas de jugement, pas de critique, pas de compétition, pas de hiérarchie entre groupes ; et une atmosphère favorable à la synthèse entre les quatre yogas sans donner la prépondérance à aucun. C'est le retour aux origines du yoga, à cet enseignement initial donné par les Sages : « Nous sommes tous Un ».

Swami Veetamohananda
Président du Centre Védantique Ramakrishna