



FFHY – Antenne SOA

Newsletter N° 02
Février 2022



Edito

Voici bientôt venu le temps du renouveau. Une forme de renaissance se profile à l'approche d'un nouveau printemps, qui sera déjà à nos portes lorsque nous nous retrouverons lors de notre prochain WE d'école.

Ce moment si particulier de l'année où tout semble reprendre vie et en premier lieu cette Nature qui nous entoure, qui dans une joyeuse exubérance désintéressée, nous offre un spectacle quotidien, pour qui sait y prêter attention. Au cœur du silence, le bruissement des feuilles bercées par une douce brise, la danse des graminées et herbes folles dans les prairies, les virevoltes des premiers papillons, le balai des bourdons et des abeilles, les chants amoureux des oiseaux, la fraîcheur de la rosée matinale, l'explosion des senteurs et des couleurs.

La Vie semble reprendre ces droits dans une effervescence universelle.

Cette période de l'année qu'est l'équinoxe de printemps est célébrée en Inde le jour de la pleine lune du mois de Phâguna (février / mars). Cette fête religieuse est nommée HOLI la fête des couleurs et marque donc la fin de l'hiver, l'arrivée du printemps et le début d'une nouvelle année dans le calendrier hindou.

Durant plusieurs jours, cette fête de la victoire du bien sur le mal, de la lumière sur l'obscurité, de la vérité, de l'amour, de la fertilité, bat son plein dans une profusion de couleurs, de gaité, de partage, d'unité, en communion tous ensemble

Cette année HOLI sera célébrée en Inde les 17 et 18 mars.

Et c'est dans cet état d'esprit de célébration de la joie et du partage que nous aurons le plaisir de vous retrouver, élèves, professeurs, auditeurs libres, les 26 et 27 mars.



Des déesses combattantes

Dans l'Hindouisme, chaque dieu, ou presque, a une parèdre qui lui est associée, une épouse qui incarne symboliquement son énergie et sa force spirituelle.

Selon la légende, Parvati, épouse de Shiva, se transforma d'abord en Durga (la grande Déesse combattante), puis de Durga en Kali (la sanguinaire).

Une histoire complexe d'usurpation du pouvoir des dieux, les Deva, par les êtres démoniaques, les Asura .



Durga



Kali

Sarah COMBES dans une conférence richement illustrée, samedi 26 mars 2022, dressera le portrait de ces deux déesses.

Avant le combat final, entre doute et raison

Tel est l'état d'esprit dans lequel se trouve Arjuna, héros de la Bhagavad Gita, chapitre du grand récit épique du Mahabharata .

L'importance du texte de la Bhagavad Gita sera soulignée au cours d'un exposé dimanche 27 mars, par une mise en perspective avec l'histoire et la société indienne de l'époque, et par son apport crucial à la philosophie indienne et au yoga.

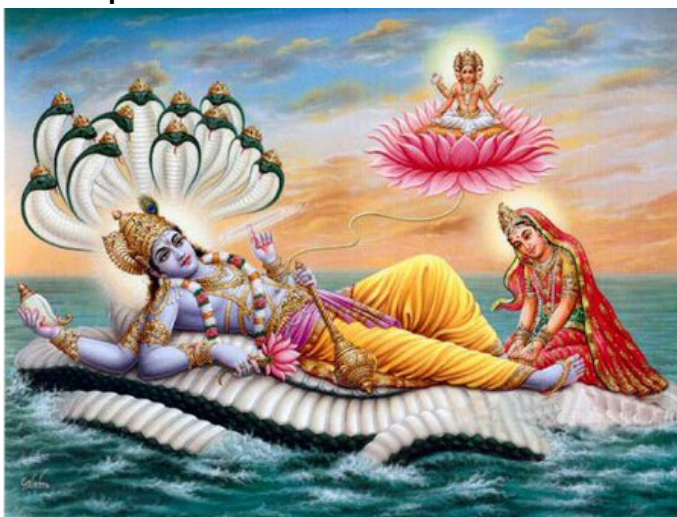


Un sommeil profond sans rêves

Le yoga nidra est une pratique plus populaire que véritablement connue, dont les sources se perdent entre la transmission orale, les interprétations plus ou moins objectives au travers des textes de référence.

Cet état paradoxal de la présence simultanée d'une détente et d'une concentration est rendu possible par l'attention. « Dharana »

Le Yoga Nidra est un état spécifique de la conscience, dans lequel on fait l'expérience consciente d'un sommeil profond sans rêves.

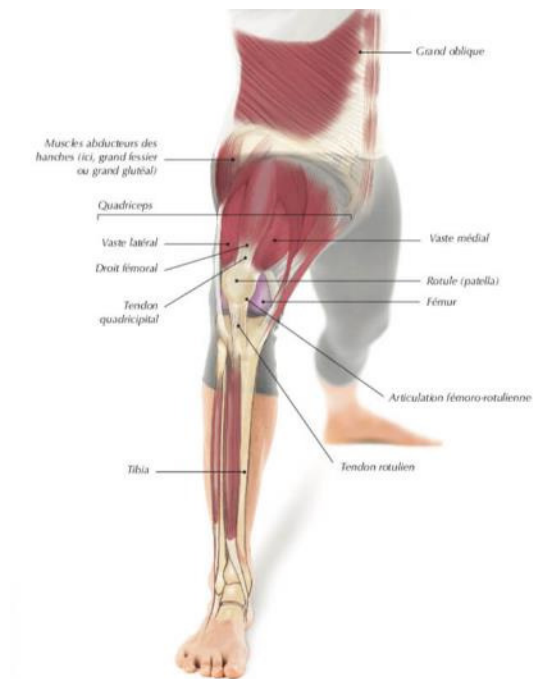


La pratique du yoga nidra sera explicitée au cours d'une conférence dimanche 27 mars.

Physiologie : l'articulation du genou



Par Jean Marie Marniesse, dimanche 27 mars



Prochain séminaire : 26-27 mars 2022
 Au Temple sur Lot (47)
 Inscription sur convocation (roubinet.cyt@free.fr)
 Professeurs et Auditeurs libres jusqu'à 10 jours avant
 la date du séminaire

EPOPEE et DEESSES

- Accueil et Yogasana
- **Les déesses : Kali-Durga**
- La *B. Gita* (le doute et la raison) – Les épopées sous l'angle historico-social)
- Les origines du Yoga Nidra
- Anatomie : le genou et son environnement
- **MARNIESSE**
- Ateliers de pratique (L'articulation du genou)
- Mise en situation « élèves »

Sarah COMBES
 PM
 MR
J.M (kiné)
 FB