

Yoga ! (Dans le sens de réunir) « Expérimenter la Santé »

Stages

Notre approche est fondée sur l'enseignement reçu de Jean Klein, éprouvé par cinquante ans d'expérience. Le "Maître" est ici l'attention. L'expérience de l'attention, transmise de Maîtres à disciples depuis ses origines.

Jean Klein invitait à être "Connaisseur de la santé" et aussi à "Ne jamais se fier aux connaissances de deuxième main", propositions clefs du chemin vers la non-dualité.

La non-dualité, c'est la rencontre entre l'objectif et le subjectif. Ce qui nous conduit à examiner tour à tour la nature de la santé, l'objectif, le subjectif, pour rencontrer enfin celui qui expérimente. Ce chemin conduit à décrocher et balayer quantités de mémoires et de concepts.

La non-dualité est un courant que l'on rencontre dans toutes les cultures, exprimé ou secret, le soufisme, Maître Eckart au 12ème siècle, le shivaïsme, le taoïsme...

La non-dualité est la nature de la nature. Cette nature qui émerge dans les traditions premières, sans calcul, ni spéculation, ni dogme. Cette nature qui émerge dans le désir de réalité.

Le yoga, celui que nous a transmis Jean Klein, est une pratique subtile d'exploration des limites et du vide. La pratique expérimente l'attention, dans la méditation, dans le mouvement, dans le souffle, dans l'instant présent.

L'expérience de la santé rejoint l'expérience du connaisseur puis l'expérience de la conscience.

Stages, dates en 2022

Février, Saint Jacut de la mer, du 25 février 16h, au 1er mars 16h (5 jours)

Avril, Domaine du Taillé en Ardèche, du 25/4 à 10h, au 30/4, 17h (6 jours)

Juillet, Saint Jacut de la mer, d 2/7 à 16 h, au 9/7, 16h (7 jours)

Aout, Saint Gildas du Rhuys, du 16/8 à 17h, fin le 23/8, 12h, (7 jours)

Novembre, Saint Jacut de la mer, du 1/11 à 11h, au 5/11, 12h, (5 jours)

Pour chaque stage, les modalités d'inscription seront précisées dans le site Médecine Yoga

Pour le Domaine du Taillé, les participants réservent leur séjour directement

Pour les autres lieux, les réservations se font avec Médecine Yoga Asso

La santé objective

Les sciences objectivent la santé. Les sciences multiplient les savoirs, un nombre indéfini de savoirs. Pour objectiver, les sciences découpent, séparent et analysent. Les sciences éclairent, font bouger des limites et décrivent des limites.

La santé est objective entre des bornes. Ces bornes ont une largeur et une épaisseur. Objectiver la santé est un besoin d'ordre économique, sociale et politique (gestion de la cité). Être ne se trouve pas dans une limite.

Connaisseur de la Santé

« Le connaisseur n'est pas un objet de connaissance, il est connaissance. »*

Le connaisseur ne sait pas, il investit l'instant, les limites de la lumière et de l'obscurité, du son et du silence, de la présence et de l'absence et se trouve sans limite.

Le connaisseur est dans l'attention aux perceptions, les yeux et le regard, le nez et l'intuition, les oreilles et l'orientation, les doigts et la présence, le souffle et les énergies. Le connaisseur expérimente indéfiniment limites et absence de limite.

La santé subjective

La santé n'est pas un objet, le sujet (la personne) n'est pas un objet.

La santé est une notion parfaitement subjective. Comme le rayon de soleil éclaire la pensée. La santé et le rayon du soleil ont autant de formes et de manifestations possibles. La santé n'a pas de borne définissable. Comme il est impossible de définir la limite de l'obscur et du clair.

Expérimenter la Santé

Nos stages vont à la rencontre avec « le connaisseur ». Le yoga est une exploration du corps et de ce qui l'entoure. Les cellules respirent la continuité des vents, du soleil, des nuages et des marées.

Le yoga explore l'activité et la tranquillité (la méditation). Ida ou Pingala, côté droit ou gauche, lune ou soleil, masculin ou féminin... La santé se balance entre équilibres et déséquilibre. La santé se trouve dans « Être ».

*Jean Klein, extrait de la Revue Être N°2, 1979

Yoga ! (Dans le sens de réunir) « Expérimenter la Santé »

Dans nos stages, exercices et entretiens, nous proposons d'explorer la nature du "Connaisseur" autant que la nature de la "santé".

Yoga, dans le sens de réunir, dans le sens de "jouer". Ce Yoga se pratique pour se réunir aux racines de la nature, aux racines de la matière et des énergies. Réunir éventuellement, l'inconscience à la conscience.

Connaître est d'abord une perception (percept), avant d'être, bien plus tard, une conception (concept). La "santé" dans sa vraie nature, est trop vaste pour se trouver dans un concept. La santé est d'abord liée au "connaisseur", aux qualités des perceptions et des conceptions du sujet. Les perceptions sont en elles-mêmes des champs d'explorations, elles vont de la perception d'un objet, à la perception de l'organe qui perçoit, à la perception de l'être qui perçoit, à la perception sans objet, une forme de courant. La perception, objectivement autant que subjectivement, est un sujet d'émerveillement.

Évidemment la santé a des définitions pour le médecin, pour le thérapeute, pour le radiologue, le biologiste. Pour la rédaction du "certificat de bonne santé", (sujet délicat). Il existe des bornes qui définissent les champs de la santé, de la maladie, des soins, de la chirurgie, du pansement ou du médicament. Ces bornes ont des épaisseurs subjectives, donc variables.

Les variables qui font la santé ou son contraire sont indéfiniment nombreuses. Ces variables comportent une bonne dose d'histoire, de pressions et dépressions comportementales et sociologiques, une dose de lieu, les éléments liés aux environnements. Synthèse de l'histoire et du lieu, s'introduit une dose de l'esprit, de l'économie favorisant la liberté, la responsabilité, ou le contraire. Ces données existent, nous les reconnaissons, elles ne sont pas l'objet de nos rencontres.

La santé est aussi une affaire de physique et de chimie autant que de métaphysique et d'alchimie. Combien de millimètres, combien de grammes, combien d'atomes et combien d'attentions essentielles ?

Nos rencontres sont centrées sur la perception de la santé, dans sa subjectivité, dans l'espace corporel, la distance d'un bras, d'un doigt, d'un pas, d'un souffle. La matière corporelle n'est pas isolée, elle est continuité, de la terre, de l'air, de la lumière, du végétal, de l'eau et du cosmos. La subjectivité attentive devient objectivité heureuse.

Le "Connaisseur de la santé" explore la connaissance. C'est-à-dire l'aptitude à connaître. Il ne s'agit pas du "savoir" de deuxième main. Il s'agit du savoir de l'expérience de l'instant. Cette exploration revient aux moyens disponibles vers la connaissance, ce sont les percepts.

Les perceptions sont des instruments, comme le corps est un instrument. Instrument de connaissance, instrument d'être, de réalisations, d'émotions, de vibrations et de contemplations. La perception est en elle-même un sujet d'extase. L'olfaction crée les parfums du monde, l'œil les lumières, l'oreille les directions, la bouche les goûts, la peau l'écoute, le souffle les émotions.

Les perceptions sont les sources de l'intelligence. Quand l'intelligence devient une activité mentale, elle fait appel aux mémoires. Les mémoires s'accumulent deviennent mécaniques, l'opposé des perceptions.

Le développement sensoriel est une continuité sans interruption de la nature aux générations, du courant d'eau, au courant d'air, aux flux neuronaux, à la perception de l'instant. Dans cette absence de séparation se trouve l'expérience de la santé.

B Journe, 10/01/2022