



« Prends pour arc la grande
arme des Upanishad,
Fixe en lui une flèche aiguisee
par la méditation.
Tends-le avec l'esprit centré
sur la nature de Cela,
La cible est cet impérissable, ô
cher, perce-la !
L'arc est le Om (pranava).
Le Soi, la flèche.
La Cible est le brahman, dit-on.
Sans inattention il faut la
percer,
devenir un avec lui
Comme la flèche [avec la
cible]. »

MUNDAKA UPANISHAD
(II.2.3-4)



CONFÉRENCE

Symbolisme des postures au regard du Râmâyana - Karine CUIDET

Le Râmâyana de Vâlmîki (- 300 AEC – 300 EC), l'une des grandes épopées de l'Inde, nous apporte un enseignement complet, sur la place de l'homme sur le grand échiquier de la vie, dans la roue du Dharma. « Ses versets nous livre le sens de la vie. » - Shri Mahesh - Y&V 87

L'enseignement des Veda est rendu accessible par cette histoire, populaire, traversant les âges et les continents, de l'inde à l'Asie en passant par l'Occident. Râma, avatar de Vishnu, Sîtâ et Hanumân sont les héros qui, d'épreuves en épreuves, brillent par leurs vertus, leur foi indéfectible à œuvrer pour le maintien de l'équilibre du monde.

Bhakti et Dharma sont les thèmes centraux. De nombreuses postures sont reliées au mythe, où chaque pratiquant.e peut puiser leur symbolique pour incarner l'essence de leur enseignement au cœur même de la posture. Dhanurâsana (et ces postures multiples) et Shiva Archa Yogâsana, nous rappellent le symbole du guerrier en quête du Soi. Hanumân, la foi, la force et la fidélité déplaçant des montagnes. Setubandhâsana, le triomphe de la vertu sur le vice, dans l'abandon au divin, îshvara pranidhâna...