

Pas besoin d'être un yogi pour faire 108 Salutations au Soleil...

Le 21 juin est désormais la journée internationale du Yoga, et l'occasion de faire du yoga, pour la bonne cause...

Le YOGA officiellement reconnu par l'ONU en décembre dernier

Faisant suite à la création d'un Ministère du Yoga par le Premier Ministre Indien M.Modi, 175 des 193 États représentés aux Nations Unies ont voté pour la création d'une journée mondiale du Yoga (des pays aussi différents que la France, les États-Unis, la Russie, la Syrie, la Chine et les Philippines adoptent cette résolution) en décembre dernier.

« *Le yoga peut rapprocher les communautés de manière à engendrer le respect (...) il peut aussi apporter la paix et promouvoir la résilience contre les maux du manque de communication* »

Secrétaire général de l'ONU, Ban Ki-moon

L'Art de Vivre célébrera la Première Journée Mondiale du Yoga en France le 21 Juin prochain

Pour cette occasion, l'association Art de Vivre France organisera son premier Yogathon dans plusieurs villes de France (rendez-vous sur www.artdevivre.fr pour vous inscrire).

Pour la Première Journée Mondiale du YOGA, l'Art de Vivre France lance un YOGATHON

Le Yogathon est un événement mis en place depuis 2012 par l'association Art of Living (www.yogathon.org) ayant pour but de regrouper les amateurs de Yoga mais aussi d'initier le grand public à cette pratique en proposant de relever un véritable challenge sportif : réaliser seul ou en équipe 108 salutations au soleil* ! Ce challenge est aussi un prétexte pour recueillir des fonds au profit d'œuvres humanitaires pour l'éducation dans le monde.

Le Yogathon est un phénomène grandissant qui a débuté dans plusieurs villes canadiennes telles que Vancouver ou Toronto. Grâce à sa popularité et à la pratique de plus en plus répandue du yoga, 43 villes du monde, de Sydney à Oslo, ont participé au 3^{ème} Yogathon en 2014 !

Cet événement sportif est d'autant plus attractif qu'il est généralement accompagné d'actions culturelles comme des spectacles ou des concerts.

Les bénéfices du Yogathon sont reversés à l'association Care for Children, une cause humanitaire qui permet la construction d'écoles et d'infrastructures dans les zones rurales d'Inde. Plus de 39 000 enfants ont déjà bénéficié d'une éducation financée par les dons du Yogathon.

(*Salutations au soleil ou Surya Namaskar : enchaînement dynamique de postures de yoga, favorisant souplesse et force mais aussi la détente du corps et de l'esprit.)

Le YOGA: un Art de Vivre récemment Reconnu par l'ONU

Sri Sri Ravi Shankar : une référence internationale du YOGA comme Art de Vivre entre les peuples

Depuis sa création H.H.Sri Ravi Shankar n'a de cesse de montrer que le Yoga n'est pas une simple pratique de bien-être individuel mais bien une approche favorisant une plus grande fraternité entre les individus et entre les peuples.

A ce titre, en 2011 la Fondation Art of Living, précurseur de la décision de l'ONU, accueillait dans son centre international de Bangalore le Sommet de Proclamation de la Journée Mondiale du Yoga.



QUELQUES-UNS DES GRANDS MAÎTRES ET LIGNAGES PRÉSENTS, LORS DE LA CÉRÉMONIE D'OUVERTURE (de gauche à droite): DR. NAGESHRA / S-VYASA - VIVEKANANDA YOGA UNIVERSITY; H.H. SVĀMIN RĀDHAĀTH MAHĀ RĀJA / GBC - ISCON, HARE KRISHNA; JAGAT GURU AMRITA SŪRYĀNANDA MAHĀ RĀJA (GR. MAÎTRE JORGE VEIGA E CASTRO) / PRÉSIDENT DE LA CONFÉDÉRATION PORTUGAISE DU YOGA, (CO-ORGANISATEUR); H.H. SHRI SVĀMIN BALA GANGĀDHARANĀTH / ADI CHUNGHANAGIRI MUTT - BELLUR; SHRI SHRI RAVI SHANKAR / ART OF LIVING FOUNDATION (HÔTE); H.H. B.K.S. IYENGAR II / RĀMAMANI IYENGAR MEMORIAL YOGA INSTITUTE - PUNE, PRÉSIDENT DE LA YOGA TEACHERS ASSOCIATION OF INDIA; H.H. SVĀMIN PARAMĀTMĀNANDA II / SECÉTAIRE GÉNÉRAL DE LA HINDU DHARMA ACHĀRYA SABHA; SVĀMIN YADUNĀNDANA / GBC - ISCON, HARE KRISHNA; SHRI SHRI SHRI KAPARDIHI SIDDHALINGA SHIVAYOGI / YOGĀVĀNĀ BETTA

L'Association de l'Art de Vivre France

Association internationale à but humanitaire et éducatif créée en 1980 par Sri Sri Ravi Shankar, consultée officiellement par l'OMS pour un « Développement d'une politique globale de santé pour le 21^{ème} siècle ». L'outil majeur développé par Sri Sri Ravi Shankar est le Sudarshan Kriya, une technique de respiration puissante pour éliminer le stress et les tensions.

Pour participer

Rendez-vous sur le site www.artdevivre.fr

Et contactez un professeur local pour vous inscrire dans votre ville.

