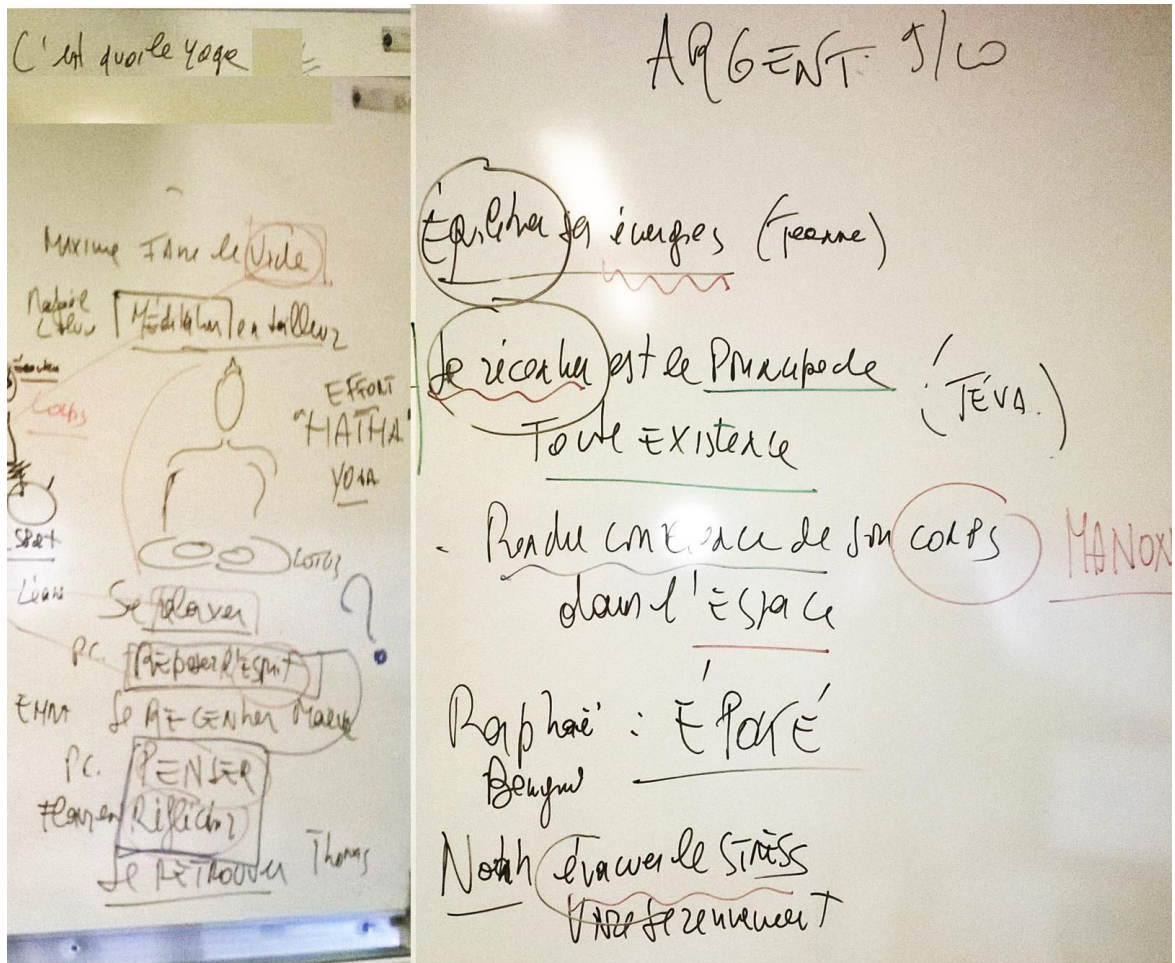


ARGENT
LUNDI 9 OCTOBRE 2020

La classe me demande de faire du YOGA.

Je suis bien d'accord, mais comme avec les autres trois classes, il faut comprendre ce que l'on entend par ce mot, car autrement les élèves demandent une chose (mieux : une masse confuse et multiple de choses), et moi j'en fais une/d'autres.

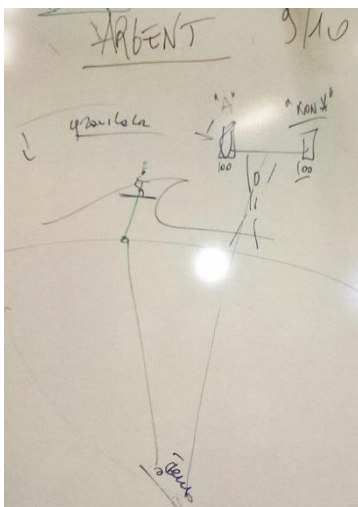
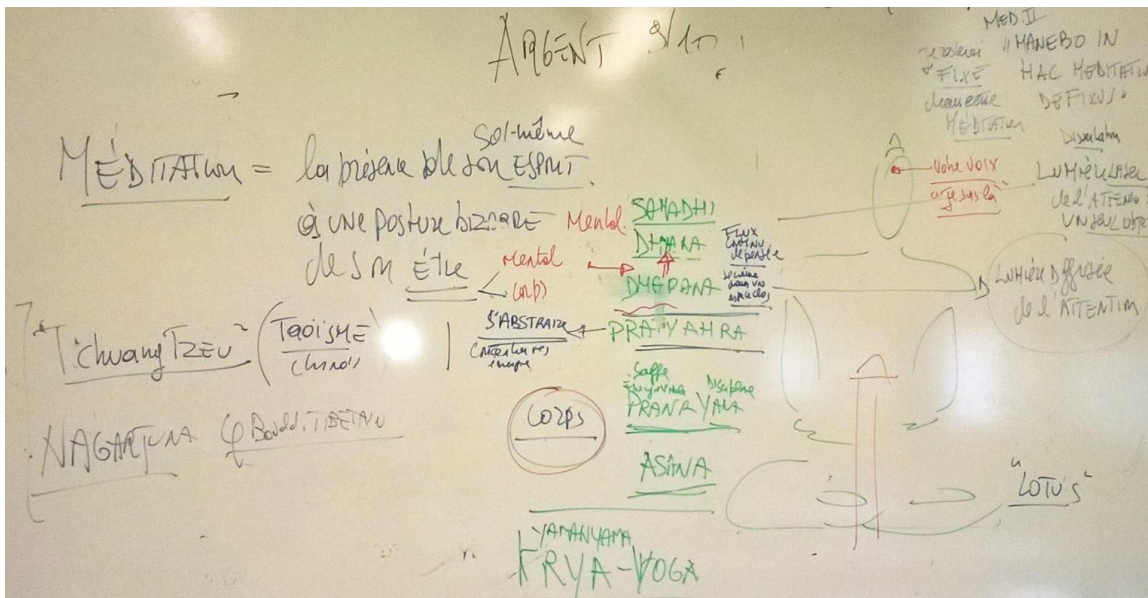
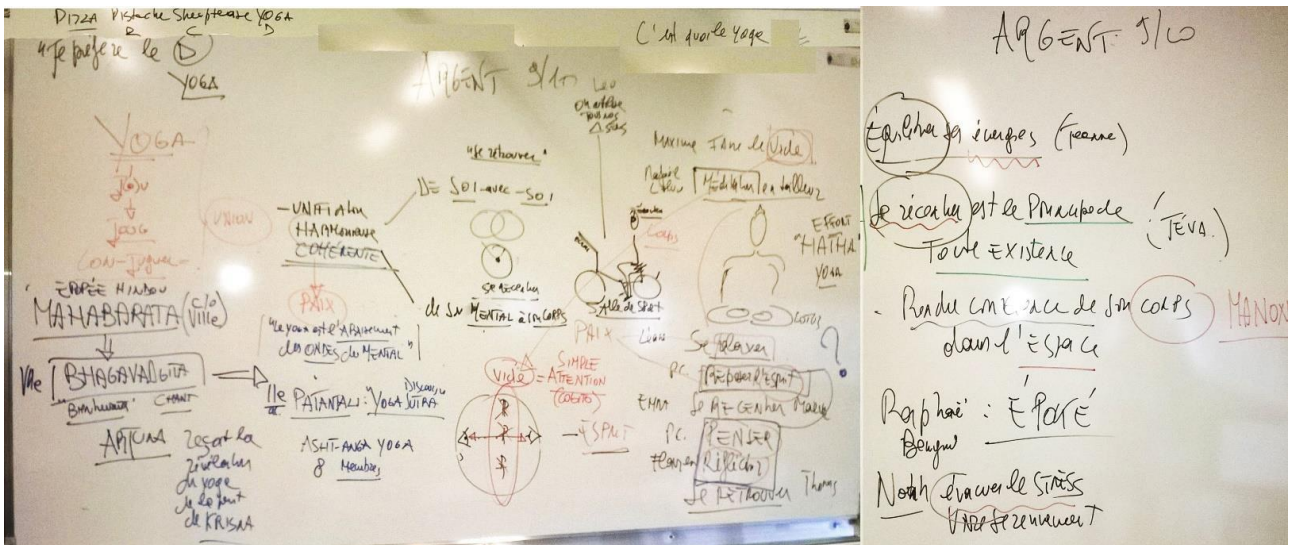
Je mène donc une enquête qui obtient le même résultat que dans les autres classes : la somme des réponses que les élèves donnent à la question « qu'est-ce que le yoga ? » dessine un portrait très clair et exhaustif du yoga, en sa nature et son histoire.



- Maxime : faire le vide,
- Raphaël Calvo : méditer en tailleur, reposer l'esprit, penser
- Léane : se relaxer
- Maëva : se recentrer
- Thomas : se retrouver
- Flavien : réfléchir
- Jeanne : équilibrer ses énergies
- Téva : se recentrer, ce qui est le principe de toute existence
- Manon : prendre conscience de son corps dans l'espace
- Noha : évacuer le stress, vivre sereinement

Sur cette base, je reconstruis les différentes dimensions du yoga comme union harmonieuse et paisible de l'esprit et du corps, obtenue par la présence réfléchissante à soi du sujet dans la globalité de son être au monde comme personne incarnée mais hélas dans la majorité du temps et des cas jamais capable de faire en sorte que son corps et son esprit soient présents ensemble au même endroit.

Pour une explication détaillée de ce qui apparaît dans les tableaux ci-dessous, les élèves peuvent se référer à leurs notes et à ce que j'écris dans les cours d'INTRO aux autres classes¹



A gauche. Croquis se référant à la réponse de Téva : « se recentrer est le principe de toute existence ». Je montre que de même l'équilibre du corps du surfeur sur la vague se fait autour de SON centre gravitationnel = le centre DE LA VAGUE = le centre DE LA TERRE = le centre DU SOLEIL/GALAXIE/UNIVERS... de même le centre équilibré (=cohérent, non contradictoire) de nos pensées (centre ciblé par le Yoga Dharana/Dhyana/Samadhi et du SVA-DHYAYA (étude de soi) qui y prend forme) n'est pas que le centre du mental de la personne singulière mais d'un mental « universel » avec lequel le sujet doit s'harmoniser, sous peine de se casser l'épine dorsale de l'esprit. - Dans le dessin, de même aussi fort qu'il soit le Hercule qui soulève 100 kg à droite et à gauche au-dessus de sa tête, il se doit de s'aligner avec les vecteurs de force gravitationnelle qui le connectent au centre de la planète, de même tout esprit qui soulève le poids de deux contraires logiques (A et Non-A, thèse et anti-thèse) a intérêt à ne pas se contre-dire lui-même, car le Principe Universel de Contradiction briserait la colonne vertébrale de son esprit.

¹ <http://www.eironeia.eu/lemonde/TERMINALESS/philosophie.html>

