

NOUVEAU : lettre interactive, des dizaines de liens pour en savoir plus
Cliquez pour un accès direct à plus d'informations...

Page 2 :

L'édito de Béatrice Viard

Page 3 & 6 :

Le yoga :

Cours et formations : Nadège Bressy & Béatrice Viard

Intervenants exceptionnels :

Michel Alibert, Régine Chopinot et Nathalie Perret

Page 7 & 8 :

Les événements culturels

Page 9 :

Pour mémoire

Page 10 :

La cuisine à la Maison d'Amis

Page 11 :

Partenaire de la Maison d'Amis : David Lutt

Page 12 :

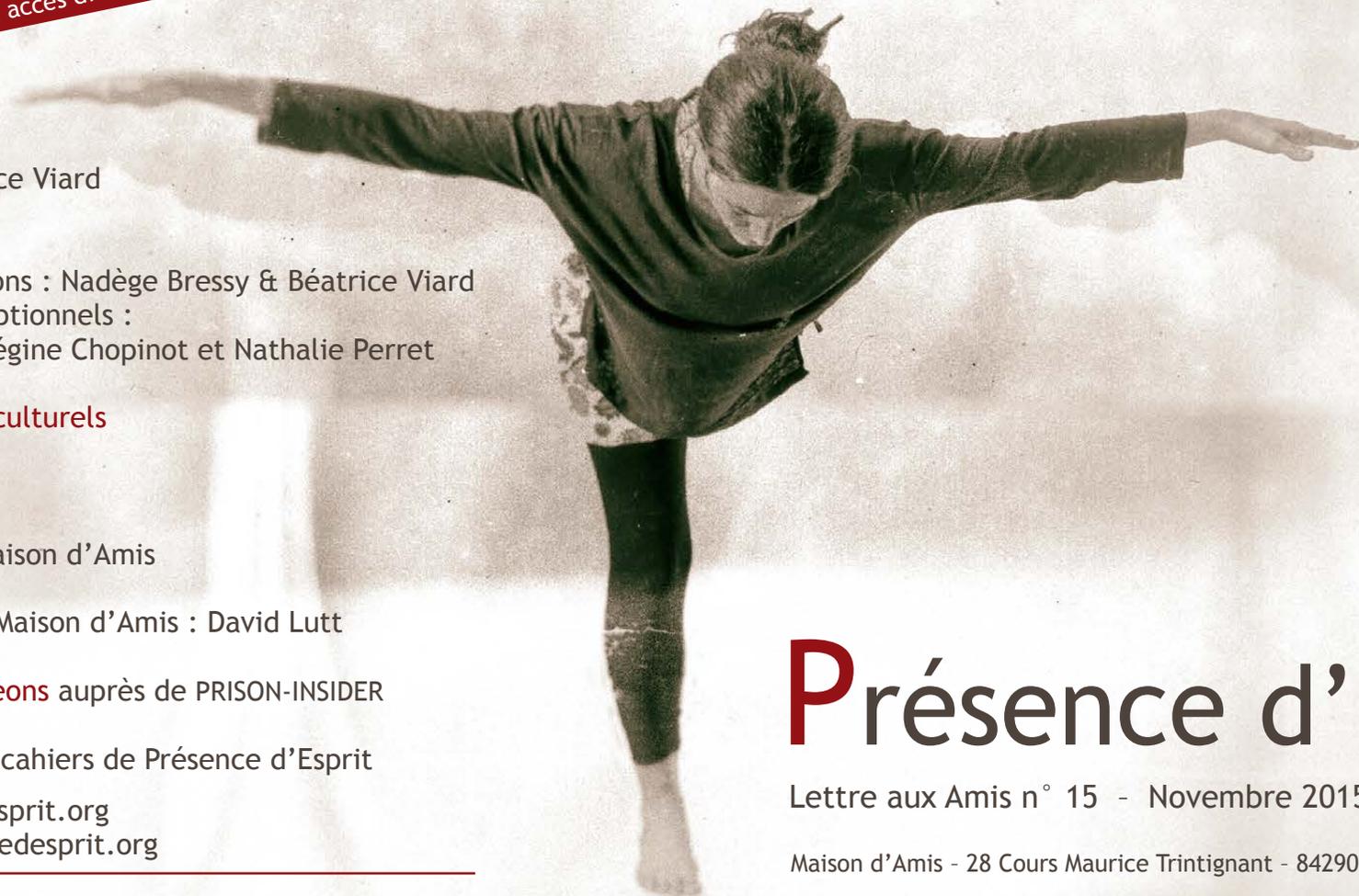
Nous nous engageons auprès de PRISON-INSIDER

Page 13 :

Nous éditons Les cahiers de Présence d'Esprit

www.presencedesprit.org

contact@presencedesprit.org



Présence d'Esprit

Lettre aux Amis n° 15 - Novembre 2015

Maison d'Amis - 28 Cours Maurice Trintignant - 84290 Sainte Cécile les Vignes

L'édito de Béatrice Viard

Laissez moi vous raconter une histoire. Il y est question d'état créateur, d'amitié, de «chercheurs d'esprit», d'exilés, d'emprisonnement, de communauté et de yoga, toutes choses qui me sont chères et animent en sourdine la vie de notre association :

En 1906 le grand metteur en scène russe, Constantin Stanislavski revient d'une tournée triomphale en Allemagne. « Rarement il n'a été aussi lucide, aussi plein de vitalité créatrice, qu'à cette période de renaissance artistique. Il pose tout simplement le problème de la Concentration et de l'inspiration auquel il donne un nom, l'état Créateur.

Le seul qui l'écoute et semble comprendre ce dont il parle est Léopold Soulerjitski. Amoureux de la terre, aventurier, vagabond, il est aussi conteur, peintre, musicien, écrivain. Exclu de l'académie de peinture pour agissements révolutionnaires, il y a connu la fille de Tolstoï qui le présente à son père dont il devient le fervent disciple et ami. Partisan de sa philosophie sociale et de son pacifisme militant, il va partager le labeur du peuple au fond des campagnes les plus reculées. Objecteur de conscience, il connaît l'enfermement et l'isolement dans la sinistre forteresse de Kouchka, un four climatique à la frontière de l'Afghanistan. A son retour du bagne militaire, il retrouve Léon Tolstoï qui le charge de faire fuir vers le Canada des groupes de *Doukhobors - les chercheurs d'esprit-*, cette communauté pacifiste du Caucase, pour les soustraire à l'arbitraire de la répression tsariste. Se considérant comme les élus de Dieu, les *Doukhobors* ne reconnaissent ni Tsar, ni lois, ni armée russe. Léon Tolstoï réunit l'argent nécessaire à cette émigration massive, y consacrant notamment les droits d'auteur de son roman *Résurrection*. Les *Doukhobors* quittent la Russie pour Chypre et de là cinglent vers le Canada. Léopold Soulerjitski les convoie en plusieurs longs voyages vers la province lointaine du Manitoba au fond de la prairie. C'est sous sa houlette que naît sur le sol américain une société collectiviste que n'aurait pas renié le philosophe social et inventeur des « phalénstères », Charles Fourier.

CET HOMME AU VISAGE D'ENFANT DIT A STANISLAVSKI QU'IL CONNAIT UNE MÉTHODE POUR PARVENIR À CET ETAT CRÉATEUR. QUELQUES ANNÉES AUPARAVANT, IL AVAIT OBSERVÉ CHEZ LES *DOUKHOBORS* LES EXERCICES DE RELAXATION ET DE CONCENTRATION QUE CEUX-CI PRATIQUAIENT CHAQUE JOUR POUR MIEUX ABORDER LEURS TACHES QUOTIDIENNES. LES *DOUKHOBORS* LES AVAIENT EMPRUNTÉS À LA PHILOSOPHIE HINDOUE RELATIVE À LA RECHERCHE DU *PRĀNA*. CETTE TECHNIQUE AVAIT UN NOM, LES *DOUKHOBORS* L'APPELAIENT LE *YOGA*.

Stanislavski décide de prendre Soulerjitski comme assistant et ils deviennent inséparables pour les neuf années à venir. Ils cherchèrent ensemble un jeu qui « met l'âme de l'acteur en contact direct avec celle du spectateur ».



L'équipe de la Maison d'Amis :

*René : le chef cuisto - Béatrice : The Big Boss
Gilles : le secrétariat, le graphisme, La photographie
Mireille : le bricolage, le jardin, la maison*

L'assemblée générale de
l'association Présence d'Esprit aura lieu le
vendredi 26 février 2016
Elle sera suivie
d'un repas à l'*auberge Espagnole* et se finira
en chansons...

Approfondissement du yoga et formation à son enseignement

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant devenir professeur de yoga avec un certificat d'aptitude décerné par une Fédération et le soutien continu de celle-ci dans son activité d'enseignant. Elle s'adresse aussi à toute personne ayant expérimenté les effets positifs du yoga sur sa santé, son mode de vie, sa vie professionnelle et relationnelle, et souhaitant approfondir sa connaissance et sa pratique de cette discipline millénaire.

3 promotions sont en cours.

Elles réunissent des adhérents des associations : Etude et Pratique du Yoga à Lyon et Présence d'Esprit à Sainte Cécile les Vignes.

La promotion V a clôturé son cycle de 5 ans le WE du 14 et 15 novembre 2015.

La promotion VI est en milieu de parcours.

La promotion VII a débuté au mois d'août dernier à Sainte Cécile les Vignes avec 23 participants sur un cursus raccourci à 4 années et 500 heures.

Elle est reconnue par l'Union Européenne de Yoga et l'Institut Français de Yoga.

Cinq élèves de Nadège et Béatrice se sont engagés, les autres viennent d'autres départements.



Union Européenne
de Yoga



Institut Français
de Yoga



Un yoga praticable par tous, qui ne recherche pas la performance, mais se propose de favoriser un bon fonctionnement du corps par une pratique corporelle qui privilégie la circulation des grands courants vitaux (sanguin, lymphatique, respiratoire...).

Béatrice Viard et Nadège Bressy
Les Professeurs de Présence d'Esprit



Horaires des cours hebdomadaires

Lundi	19h30	Béatrice Viard Anne Girard
Mardi	12h30	Nadège Bressy
Jeudi	9h30	Nadège Bressy

Deux Matinées de Yoga avec Nadège Bressy

30 janvier 2016 : l'hiver

Pendant l'hiver la nature se met au repos, en veille comme si la terre gardait son énergie.

Nous expérimenterons des postures en lien avec la saison de l'hiver en énergétique chinoise, du prānāyāma, mais aussi des moments de silence et d'assise. Une invitation à l'intériorité et au calme.

26 mars 2016 : le printemps

A la fin de l'hiver les organes peuvent être encombrés entraînant un état de fatigue.

Nous solliciterons notre corps par des postures qui favorisent l'élimination des toxines et améliorent le fonctionnement des organes. La relaxation, les techniques respiratoires, le *do in* (auto massage) et les étirements de méridiens du foie et de la vésicule biliaire seront une aide pour ce passage.

Coût de l'enseignement : 30 € - Nadège Bressy - 06 83 28 80 - n_bressy@orange.fr

**Massage
bien-être**



C'est un massage à l'huile qui permet de dissoudre les tensions accumulées dans le corps et favorise aussi une détente profonde. Il rééquilibre le tonus musculaire, libère la respiration et favorise la circulation.



Michel Alibert et Régine Chopinot

S'unir, c'est se différencier du 14 au 16 mai 2016

Régine Chopinot, danseuse-chorégraphe ayant suivi une formation de Yoga, nous sensibilisera à ce qui la passionne : la vie est comme un char dont les deux rênes sont à apprivoiser et à expérimenter ; l'une est sous notre responsabilité, l'autre est offerte par les aléas de la vie. C'est notre corps, dans toutes ses dimensions, qui nous meut dans la vie.

Michel Alibert, enseignant de yoga et théologien, est tout aussi questionné par le corps. Il nous invite à approfondir l'autonomie dans la pratique et à rechercher l'application appropriée des techniques.

Coût de l'enseignement : 250 € / 50 € d'arrhes à l'inscription

IL EST UTILE DE RÉSERVER RAPIDEMENT



Nathalie Perret : Yoga sur chaise (pour les personnes à mobilité limitée) Yoga pour le cerveau et le système nerveux

Samedi 21 mai 2016 - Yoga sur Chaise

pour enseigner aux personnes à mobilité limitée - Durée : 8h00



Le yoga sur chaise permet d'aider les personnes atteintes de maladies dégénératives, de surpoids, les femmes enceintes, les personnes âgées ou handicapées, ainsi que les personnes disposant d'un espace limité (au bureau, en voyage, à l'école). Des exercices thérapeutiques adaptés sont aussi proposés.

Un manuel de formation de 30 pages (+100 photos) sera remis.
Cette formation est reconnue par la Fédération Francophone de Yoga.

Arrivée le samedi 21 mai avant 9h00
Formation de 9h30 à 18h30
Coût de l'enseignement :
90 € pour réservation avant le 28 février 2016 / 100 € ensuite*

Repas de midi : 15 €
Possibilité d'arriver la veille (de 40€ à 50€ pour la nuit et le petit déjeuner suivant la formule choisie)

Du dimanche 22 mai au mercredi 25 mai 2016

Yoga pour le cerveau et le système nerveux - Durée : 30 heures

Cette formation permet d'approfondir ses connaissances pour mieux comprendre les effets du yoga sur le cerveau et le système nerveux.

Différents thèmes seront abordés à la lumière des neurosciences, de l'ayurveda et du yoga traditionnel : connaissance du système nerveux et conscience de soi (niveau physique et psychique), gestion du stress, des émotions, de l'attention et de la vitalité.

Nous verrons plusieurs approches : anatomie, physiologie, postures de yoga, prānāyāma, mudrā, visualisations, relaxation, yoga des yeux, yoga du son pour répondre plus spécifiquement à différents troubles (dépression, anxiété, TDA, Alzheimer, Parkinson, SEP, migraine, stress, traumatismes).

Un document détaillé (+150 pages) et un CD seront remis lors de la formation.
Cette formation est reconnue par la Fédération Francophone de Yoga.

Arrivée le samedi 21 mai avant 19h00

Départ le Mercredi 25 mai à partir de 17h00

Coût de l'enseignement : 360 € pour réservation avant le 28 février 2016 / 400 € ensuite*

Coût de l'hébergement en pension complète : 280 € en chambre partagée

300 € en chambre individuelle sans douche

320 € en chambre individuelle avec douche

**Informations et inscription : nathalie.perret@yahoo.ca / www.yogalumiere.com
Au plaisir de vous rencontrer !**

** Nathalie Perret, vient du Canada et a un billet d'avion à prendre, d'où l'importance de réserver de bonne heure*

Nathalie Perret

Swami Dhyānānanda, enseignante de yoga, formatrice, conférencière, PhD en physique, yoga thérapeute, conseillère en *Ayurveda*, certifiée en yoga restaurateur *Relax and re-new*, responsable du comité *Science et Yoga* de la Fédération Francophone de Yoga.

Mon cheminement de vie :

Née dans une famille de scientifiques, je me suis naturellement dirigée vers la Science et j'ai poursuivi des études de physique à travers le monde (Angleterre, Australie, Afrique du Sud, Canada) jusqu'au doctorat. Alors que je travaillais à l'Institut National de la Recherche Scientifique du Québec, j'ai finalement choisi de changer de carrière pour me consacrer à ma famille et à notre santé globale. La naissance de mes enfants et l'AVC de mon mari m'ont poussée à remettre en question mes choix de vie. J'ai alors pratiqué plusieurs années le viniyoga, et le raja yoga. qui ont nourri ma recherche d'épanouissement tant au niveau physique, qu'émotionnel et spirituel. J'ai alors entrepris une formation de professeur qui m'a amenée à rencontrer et reconnaître mon guide spirituel.

Curieuse de nature, je me suis intéressée à différentes approches du yoga (thérapeutique, yoga hormonal, yoga pour les enfants, pour les personnes âgées, Yoga Nīdra, Yoga et Ayurveda...) pour finalement développer une approche plus spécifique pour le cerveau et le système nerveux. Celle-ci est nourrie de mon parcours personnel (dépression à 22 ans, AVC de mon mari, problèmes d'attention de mon fils, maladie d'Alzheimer de mon père) et de mon expérience en enseignant le yoga sur chaise dans des maisons de retraite, à des personnes affectées par la sclérose en plaque, la dépression, le burn-out, l'anxiété, la commotion cérébrale, la maladie de Lyme...

Les cours, ateliers, formations, stages que j'offre sont l'occasion de partager non seulement mon expérience, mais aussi ce que je suis, et de guider ceux/celles qui le souhaitent vers une meilleure connaissance de soi, de notre essence.



Les événements culturels

Mike Burns

Dans le cadre du festival
CONTES & RENCONTRES De Nyons

Mike Burns est un Irlandais majuscule. Il vit un pied au Québec et l'âme en Irlande. Il sculpte, pratique le Haïkido et rêve en gaélique. C'est le seul individu que nous connaissons qui raconte les yeux fermés, de sorte que ce sont les images que fabriquent sa voix et sa langue, qui aveuglent, criantes et visibles. Conte depuis toujours, Mike Burns puise dans l'imaginaire de son peuple et vous apporte « nua gacha bà agus sean gacha dà » - la bouffe la plus fraîche et la boisson la plus vieille - de cette corne d'abondance qu'est le conte Irlandais. Mike Burns vous amène dans son Irlande qui l'habite encore malgré ses 20 ans au Canada. Son répertoire est composé de légendes et de contes de sa région natale. Il conte en gaélique, en français et en anglais. Mike Burns a été invité à plusieurs reprises au Festival du conte de Toronto et à de nombreux autres festivals en Amérique du Nord, en Europe et au Moyen Orient.

La Tristesse sur la Mer : au-delà de son répertoire de légendes irlandaises, Mike conte aussi une histoire particulière, celle des immigrants Irlandais venus creuser le Canal Rideau il s'agit de « Ma tristesse sur la mer ». Histoire d'exils, de songes espérant, de luttes pour la survie, du lointain chevillé au cœur, d'âmes errantes, d'ouvriers migrants, de solitude. Histoire de la solidarité et de la peine, de la longue mélodie de vie commune à tous les déportés du monde, bâtisseurs anonymes et humains en quête. C'est un bout du récit de l'humanité, une de ces histoires que jamais l'Histoire majuscule des nations ne révèle. Mike Burns, fait de Ma tristesse sur la mer un blues vibrant. *Durée : 1h15 - Tous publics à partir de 12 ans.* **Le programme du festival : ici**

DIMANCHE 13 DÉCEMBRE 2015 - 17H30 - Entrée : 13 €



Gilles Morteveille

Chanson et poésie pour les enfants
de 3 à 97 ans

Gilles Morteveille : textes et musiques, chant, guitares, banjo, accordéon diatonique et petits instruments .

Emmanuel Paterne : orchestrations, piano, trombone à coulisse et chant .

Édouard Martini : mise en scène et scénographie.

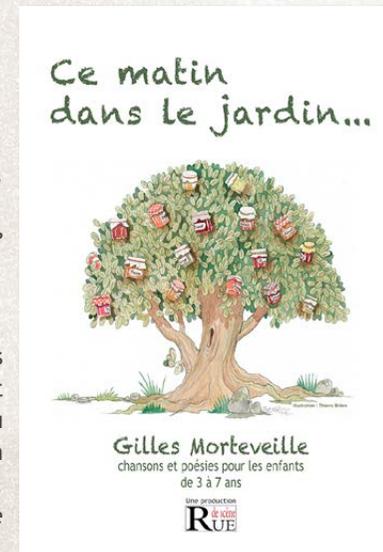
En vacances dans la petite maison Provençale de leurs Grands-Parents, Gilles et son cousin Emmanuel jouent dans le jardin. Il faut dire que Grand-Père a un beau et grand jardin, mais il est excédé par la disparition mystérieuse des salades, des carottes et des cerises... Il décide de monter la garde aidé de Mister Jo, un drôle d'épouvantail.

Interactivité : un spectacle vivant laissant une grande place à l'interactivité. Les enfants reprennent les refrains des chansons, animent certains textes de gestes amusants.

Proche du conte : l'écriture est vivante et poétique, l'histoire proche du conte. Les musiques entraînantes vous collent à la peau, les enfants, petits et plus grands, y prennent le même plaisir, ils fredonnent les chansons après le spectacle et ne manquent pas d'en redemander...

À l'écart de la mode, Gilles Morteveille est de toujours, il est poésie. Humour, sincérité émouvante, amour intense de la vie coulent d'une voix profonde, à plein cœur. Un grand souffle de pureté et de tendresse, par les temps qui courent, cela fait un bien fou ! Le Dauphiné www.ruedescene.fr

DIMANCHE 27 DÉCEMBRE 2015 - 17H00 - Entrée : adultes 10 € / enfants 7 €



Impaires

d'après une idée originale de Brigitte Cirila
avec Brigitte Cirila : chant, accordéon, mélodica.
Nadine Esteve : alto, mélodica, cajon.
Magali Rubio : clarinette basse, mélodica -
Production : VOIX POLYPHONIQUES

« De la musique avant toute chose
et pour cela préfère l'impair »
Paul Verlaine



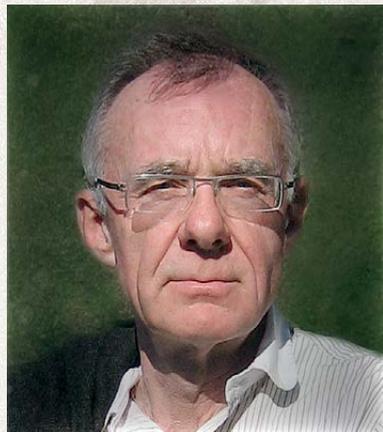
« Le français a cette réputation de langue du parler amoureux. Les poètes du XVIème siècle jouent avec une liberté revigorante, une impertinence que Verlaine a admirées et magnifiées avec une truculence parfois débordante. Les mots du « faire l'amour », les mots disent le corps, la sueur, les soupirs mais aussi les tourments, les espoirs, les affres avec une crudité bouleversante et une légèreté amusée. La mort n'est jamais loin, l'amour, la mort, juste changer une voyelle pour une consonne, et l'on saute allègrement de l'un à l'autre. »
<http://voixpolyphoniques.org> - Vidéo de présentation : [ici](#)

DIMANCHE 28 FÉVRIER 2016 - 17H00 - Entrée : au chapeau

Comme de coutume, les spectacles sont suivis du verre de l'amitié accompagné de quelques friandises...

Renseignements et réservations : 04 90 29 53 06

La maison d'amis se trouve à gauche à la sortie du parking de l'école Louis Gauthier



Bruno Viard

Conférence : Houellebecq,

«Houellebecq est mal lu !» article de Bibliobs [ici](#)

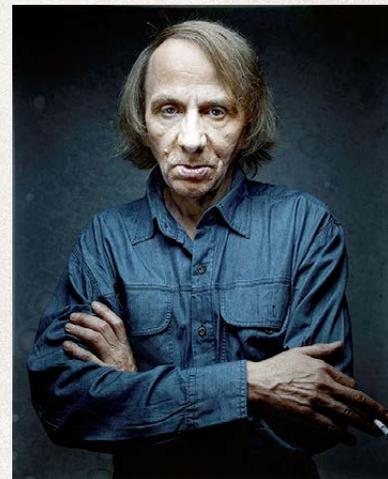
Né en 1947, professeur de Littérature Française (période romantique: sentiments et idées), agriculteur et un peu maçon, Bruno Viard dix-neuviémiste enseigne à l'Université de Provence. Il travaille à décloisonner la critique littéraire, à la croiser avec la sociologie et la psychologie, ainsi qu'à faire dialoguer ces deux disciplines qui ont l'habitude de se tourner le dos. Il s'agit

donc d'un projet anthropologique ambitieux, qui interroge beaucoup la littérature en s'appuyant sur des auteurs atypiques : Pierre Leroux, Marcel Mauss, Paul Diel, René Girard et bien sûr Michel Houellebecq.

Michel Houellebecq, la République et l'islam

Le dernier roman de Michel Houellebecq, *Soumission*, représente une république française si épuisée qu'elle passerait sous le joug de l'islam sans même subir le Djihad. La fraternité chrétienne et la fraternité républicaine auraient fait leur temps et le salut ne serait plus que dans la fraternité islamique. Pour l'esprit républicain français, cette fiction politique est une provocation à faire un bilan de santé

**DIMANCHE 20 MARS 2016 - 17H00 -
Entrée : 10 €**



Pour mémoire

À la maison d'Amis le printemps a été artistique : c'est Michèle Goddet qui a ouvert la saison en passant deux semaines en résidence pour préparer et nous présenter sa pièce de théâtre *Bruegel, Bill et Moi*. Michèle s'est approprié la « grange » et nous a gratifié de deux représentations d'un spectacle exceptionnel, entraînant le public dans son univers riche en émotions. Brigitte Cirla l'a suivie, également en résidence pour préparer son nouveau spectacle avec *la Belle Équipe*, elles nous ont offert un concert joyeux et coloré avec des chants du monde entier. Brigitte est revenue début juillet avec la troupe *Indéchiffrables*, un chœur de 32 voix, qui s'est produit à Ste Cécile puis à Bouchet avec la complicité du comité des fêtes. Ce fut le tour de Laurence Maman et de sa troupe *Sol Sub Nube* qui a ravi le public avec des Cantigas et chants sépharades de l'Espagne médiévale.

À la Maison d'Amis l'automne a été réflexif, avec la conférence de Jean Viard «Penser une société de vie longue et d'un monde du travail bousculé ». L'observation de la mutation de notre société par l'un de ses plus éminents sociologues : « Nous sommes entrés dans un monde de mobilité de liberté et d'individu, ce sont aujourd'hui les trois valeurs fondamentales ». Le public très attentif a vivement réagi et débattu avec Jean Viard, un sociologue humaniste et quelque peu philosophe qui nous a donné une photographie très optimiste sur l'avenir d'une humanité réunifiée.



La cuisine à la Maison d'Amis



René Lathuraz, portrait d'un épicurien :

À treize ans et demi, son certificat d'études en poche, René décide d'entrer dans la vie active. Il veut devenir jockey, entre en apprentissage mais la rencontre avec les chevaux ne s'est pas faite, il quitte les écuries et cherche une autre voie. Son père, pragmatique et ayant vécu la guerre, lui conseille d'entrer en cuisine : « là, tu n'auras jamais faim ». Pourquoi pas, René est prêt à tout, sauf à retourner sur les bancs de l'école. Son apprentissage dans des « Belles Maisons » de la région Lyonnaise et des Dombes, berceaux de la grande cuisine depuis Catherine de Médicis, lui apporte la formation classique d'une cuisine traditionnelle, bourgeoise et de terroir. Après quatre ans d'apprentissage il commence à travailler dans différents restaurants à Lyon. L'envie de changer de métier se fait de nouveau ressentir, il apprend la menuiserie avec son père mais ça ne fonctionne pas. Il part pour le service militaire. De retour, il entre comme cuisinier au « *Pied dans le plat* » célèbre restaurant spectacle proche des quais de Saône, il y restera deux ans. Il prendra goût pour le spectacle, la musique classique, le jazz, l'art en général et la politique. Il quitte le cabaret pour entrer chez Philippe Chavent, à *la Tour Rose*, temple de la haute gastronomie. C'est un véritable réapprentissage, l'amour du beau produit travaillé avec soin, du grand art. Mais René a des fourmis dans les pieds, il souhaite de nouveau changer d'orientation, devenir photographe. Quatre ans plus tard, en 1981, alors qu'il s'apprête à déposer un dossier à la fondation de la photographie, l'élection de François Mitterrand change la donne, le dossier restera dans les tiroirs. Il monte alors son propre établissement « *le restaurant Lathuraz* », lieu sélect du troisième arrondissement qu'il tient pendant dix ans, et fonde ensuite sur les pentes de la Croix Rousse « *Cassoulet, whisky, ping-pong* » un bar-resto-spectacle, où il organisera des concerts classiques, de jazz, des lectures de romans par leurs auteurs ou par des comédiens. L'aventure durera quatorze ans. Depuis quelques années maintenant, René a pris en main la cuisine de la Maison d'Amis et régale les stagiaires tout au long de l'année. C'est une nouvelle découverte, les exigences du lieu et de ses occupants l'obligent à repenser sa cuisine, s'initier à la cuisine végétarienne, sans gluten. Sa longue expérience gastronomique lui fait réinventer une façon de cuisiner, alliant le végétarien avec la cuisine traditionnelle, une façon bien à lui de travailler les produits frais, bio, les graines, les épices, les herbes fraîches, d'improviser en virtuose entre la cuisine indienne, asiatique, et celle de ses racines dans le berceau de la grande gastronomie occidentale. Les résidents de la Maison d'Amis s'en régaleront, et lui demandent régulièrement ses recettes, qu'il partage volontiers lors de belles soirées. Histoire de vous mettre un peu l'eau à la bouche et vous inviter aux fourneaux, en voici une...

Galettes de riz Duxelle

la duxelle se fait avec un hachi de champignons et d'oignons

Ingrédients pour 4 personnes :

320g de riz
300g d'oignons ciselés fin
200g de champignons de Paris hachés fin
2 citrons bio
4 c à s de crème épaisse ou crème d'amande
2 c à s de persil haché
sel, poivre du moulin

Faire cuire le riz à l'eau salée.

L'égoutter dans une passoire en récupérant l'eau de cuisson.

Faire dorer les oignons ciselés et les champignons hachés dans une grande poêle avec de l'huile d'olive.

Pendant ce temps râper le zeste des citrons dans un bol et extraire leur jus dans un autre bol.

Mélanger la crème dans la duxelle, saler et poivrer.

Faire réduire un peu, (ça doit épaissir).

Adjoindre le persil haché, la moitié des zestes de citron et le riz.

Bien mélanger tous ces ingrédients, rectifier l'assaisonnement, confectionner des petites galettes et les faire dorer des deux côtés à l'huile d'olive dans une poêle.

Facultatif : faire une sauce avec l'eau de riz liée au choix au beurre magné, à la maïzena ou avec un roux, saler, poivrer, ajouter le reste des zestes de citron et leur jus .

(Pour le super fun on peut rajouter une cuillère à soupe de crème épaisse)

Et youpi c'est prêt !!!

David Lutt : portrait d'un fidèle de la Maison d'Amis



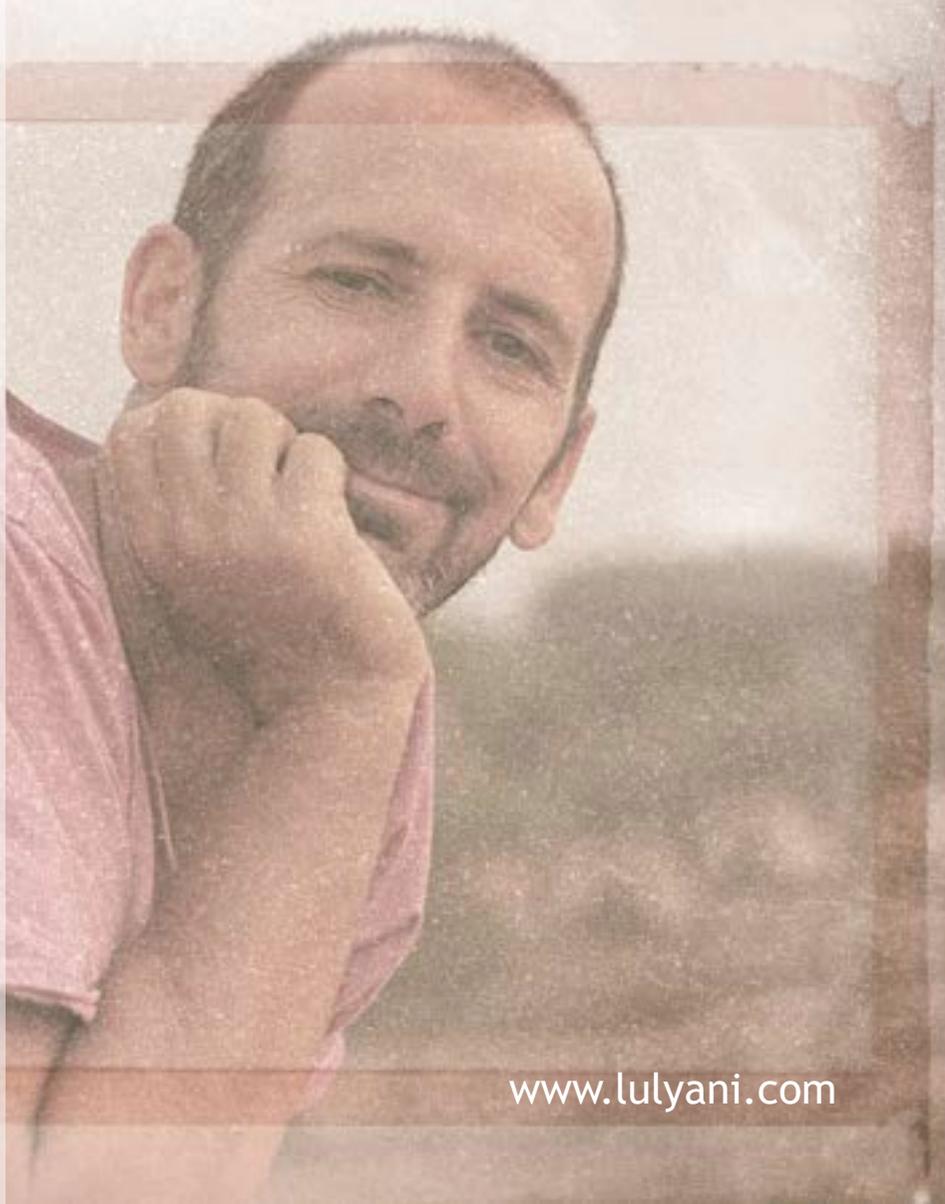
David Lutt rejoint la Maison d'amis régulièrement depuis des années pour animer des stages de massage Thaï et d'Osteothaï. Il parcourt la planète pour transmettre son savoir, former de futurs professionnels du massage Thaï et de l'ostéothaï dont il est à l'origine, ou simplement des gens qui s'initient au massage pour leur propre plaisir ou parcours de vie.

Mais revenons sur le parcours de David, quelque peu étonnant : c'est dans le monde de la finance qu'il commence sa vie professionnelle, en tant qu'agent de change puis au sein d'une banque pour la bourse de Paris et de Londres. En 1998 il décide d'arrêter ce métier pour faire une partie du tour du monde à vélo.

Il roule entre le Yémen et l'Australie et passera par l'Inde où il « rencontre » le yoga. Arrivé en Australie au bout de deux ans, il ne ressent pas l'envie de rentrer en Europe et retourne en Inde pour pratiquer de nouveau le yoga, il y restera deux ans.

Quand il commence à enseigner le yoga, il s'interroge sur les méridiens d'énergie, pour savoir quels méridiens sont étirés suivant les différentes postures. Il rejoint le nord de l'Inde pour apprendre le shiatsu, ce fut le déclic. Il rencontre des gens qui pratiquent le massage Thaï, et trouve cette pratique thérapeutique puissante, enrichissante, esthétique et ludique. David rejoint la Thaïlande pour apprendre le massage Thaï sous la guidance d'Asokananda et d'Ajahn Chaiyuth Priyasith. De retour en Europe il commence à pratiquer le massage thérapeutique et ressent le besoin d'aller plus loin dans la connaissance du corps.

Il rejoint une école d'ostéopathie dont il suivra l'enseignement pendant quatre ans. Il intégrera petit à petit ses connaissances en massage Thaï à l'ostéopathie et créera « l'Osteothaï » en 2008 avec un ami. Aujourd'hui il enseigne à travers son école Lulyani le massage Thaï et l'Osteothaï en Thaïlande, au Japon, en Europe et en France à Sainte Cécile...



PRI INSIDER SON

a pour objet, par tout moyen, de faire connaître les conditions de détention et de promouvoir les droits et la dignité des personnes, privées de liberté dans le monde.

Une équipe d'une vingtaine de bénévoles militants oeuvre à la construction de cette plateforme numérique depuis un an maintenant. Nous lancerons en janvier 2016 une campagne d'appel à soutien afin de nous permettre de donner réalité à ce projet.

Pour être informé des avancées de nos travaux, vous pouvez vous inscrire sur : www.prisoninsider.com



Bernard Bolze

Au croisement de son exercice professionnel de journaliste et de son engagement citoyen, Bernard Bolze a créé, en 1990, l'Observatoire international des prisons, un lieu de mobilisation et de production d'informations dédié à l'enfermement.

Il a travaillé, pendant trois années dans l'équipe du Contrôleur général des lieux de privation de liberté (mécanisme national de prévention).

L'OIP a publié, pendant six années (1993-1998), un rapport annuel décrivant les conditions de détentions dans un grand nombre de pays. Sans équivalent depuis. Prison Insider est une suite à ces travaux.

A la Maison d'amis, nous soutenons de tout cœur ce projet. Bernard Bolze est venu le 23 octobre 2013 présenter son livre : *Prisons de Lyon, une histoire manifeste* (éditions Lieux dits), avec son ami et co-auteur Louis Perego. La Rencontre a été passionnante et a déplacé beaucoup de personnes parfois de fort loin. Nous avons accueilli l'équipe de Prison Insider pour deux jours de travail et la maison leur est ouverte. Nous nous engageons à leur côté pour financer le libre accès au site des personnes qui vivent au Mali.

www.prison-insider.com



Les Cahiers de Présence d'Esprit

N° 1 YOGA & STRESS

de Peter Hersnack 18 €

N° 2 : TRADITION INNOVATION

avec François Julien, Bernard Bouanchaud, Peter Hersnack, François Lorin, Claude Maréchal 18 €

N° 3 : LA CHAIR VIVANTE

Exploration de la physiologie du yoga de Peter Hersnack 18 €

N° 4 : LES CRÉATIONS DU CORPS ET DE L'INCONSCIENT

de Christiane Berthelet Lorelle 20 €

N° 5 : YOGA ET SANTÉ ÉNERGÉTIQUE

de Michel Alibert - 18 €



N° 6 : LA DIMENSION RELATIONNELLE DU YOGA

de Laurence Maman et Hellfried Krusche 18 €

N° 7 : PROPOS SIMPLES SUR LE YOGA

de Christiane Berthelet Lorelle, Mekhala Desikachar, Françoise Mazet, Simone Moors, Martyn Neal et Béatrice Viard 18 €

N° 8 : AU DELA DU CORPS

TKV Desikachar et Peter Hersnack
Voyage à Madras raconté par Béatrice Viard 20 €

N° 9 : YOGA-SŪTRA DE PATAÑJALI

Traduction et commentaire de Frans Moors 25 €

N° 10 : SILENCE ET SOLITUDE

de Marie Françoise Garcia et Noël Dauvel 18 €

N° 11 : PAROLE DE CORPS

de Carla Bartholomé et Esther Berko 18 €

N° 12 : LE YOGA UN TEXTE UNE PRATIQUE

Composé d'articles des formateurs de l'IFY 20 €

N° 13 : ON NE SAIT PAS CE QUE PEUT LE CORPS

de Béatrice Viard, accompagné du CD
Le goût de la posture de Marie Hélène Roinat 25 €

N° 14 : LIVRET DE CHANT

DU YOGA-SŪTRA DE PATAÑJALI
de Martyn Neal accompagné de 2CD 30 €

N° 15 : MÉMOIRE ET CHANGEMENT

de Lina Franco 18 €

N° 16 : MÉDITATION IDENTITÉ ET LANGAGE

Recueil d'articles de formateurs de l'IFY, d'un linguiste et d'un philosophe 20 €

Cahier n° 16 : MÉDITATION IDENTITÉ LANGAGE

Selon Guy Cornillac, linguiste, dans le tissu perceptif que le monde offre à nos sens, le langage, déjà installé en nous, découpe les unités de sens qui vont forger nos représentations. Comment penser alors une phrase de la méditation que le *Yoga sūtra* dit «sans les mots» ?

Voici la question de départ de ce cahier, sur laquelle s'articule avec beaucoup de précision, l'article de Laurence Maman, *Un bain de parole*. Pour Michel Alibert, le Nom murmuré devient lui-même une clé qui ouvre le monde. Pour Peter Hersnack, la méditation semble bien proche de cette perception sans mot.

À ce thème socle, s'entrecroise un autre qui pose la question de l'*identité* qui est au cœur de la méditation du yoga, mais c'est un philosophe, Denis Guénoun qui nous demande de tendre l'oreille à une parole autre, peut-être pour nous comprendre nous-mêmes.

Je remercie aussi Marina Margherita et Martyn Neal pour la simple vérité de leur propos. Elle a un effet de démystification qui m'apparaît utile dans un contexte qui fait parfois de la méditation une chose compliquée ou une tentative exclusive de faire le vide ou comme de toutes choses, une marchandise, alors qu'elle est avant tout une qualité naturelle de l'être humain. L'article de François Lorin est le petit grain de sable toujours bien venu pour réveiller les certitudes.

LES CAHIERS DE PRÉSENCE D'ESPRIT

sont en vente sur le site :
www.presencedesprit.org

Ou par correspondance à :

LES CAHIERS DE PRÉSENCE D'ESPRIT

28 Cours Maurice Trintignant
84290 Sainte Cécile les Vignes
04 90 29 53 06

contact@presencedesprit.org

Frais de port :

1 cahier : 4 € / De 2 à 4 cahiers : 5 €
De 4 à 8 cahiers : 7 € / plus de 8 cahiers : gratuit