

Zinal : témoignages de participants au congrès d'août 2017

Des participants de l'IFY au congrès annuel de l'Union européenne de yoga de Zinal (Suisse), édition 2017, témoignent sur ce que représente cet événement international pour eux.



Nathalie Moulis – Formatrice IFY

ZINAL ...

Ce simple nom évoque pour beaucoup de pratiquants de yoga ce lieu reculé et magique où, depuis près de 40 ans, de nombreuses personnalités se sont succédées pour partager leur connaissance et leur expérience des nombreuses voies du yoga.

La diversité d'approche, la présence de la plupart des fédérations européennes, la venue de *swami* et de grands professeurs font de ce congrès annuel un rendez-vous régulier pour certains et exceptionnel pour d'autres. Pour tous, c'est un lieu de rencontres et d'échanges, au-delà des spécificités de chaque « école », organisé à merveille par une vaillante

équipe multilingue de l'Union européenne de yoga (UEY) dont l'Institut français de yoga (IFY) fait partie intégrante.

Cette année Sribhashyam, le frère de Desikachar, Anuradha et Vinaya, venus d'Inde tout spécialement, ainsi que François Lorin étaient les invités d'honneur. Leurs interventions furent largement à la hauteur de l'attente des participants !

Même si on avait apprécié les premières années que cet évènement soit centralisé sur un seul lieu à Zinal, grâce à Gérard Blitz, aujourd'hui c'est tout le village qui en est dynamisé avec les différents logements, salles et restaurants proposés. De 6 h 45 à 22 h, leur tapis en bandoulière, des pratiquants zen arpentent les rues fleuries du village, tout en humant l'air frais et en admirant « les 4000 » ... quand ce n'est pas un coucher de soleil qui embrase le Mont Besso !

Nul doute qu'il se passe des choses étonnantes à Zinal ... à tester absolument !



Nicolas Kleinknecht – Enseignant IFY

Une semaine de yoga dans un panorama magnifique.

C'est la première fois que je venais à Zinal et je ne le regrette pas du tout. Déjà le lieu, entouré de ces magnifiques sommets, m'invitait tout les

matins, au lever, à rejoindre la salle de yoga le sourire aux lèvres.

J'avais choisi les pratiques matinales d'Eleonora Hertenstein (qui enseigne à Zürich). Très différentes de ce à quoi je suis habitué, mais n'est-ce pas là la raison d'être de ces rencontres européennes ? Rencontrer différentes personnes d'horizons variés?

En tout cas pour moi.

Ce fut un grand plaisir de rencontrer tout ce monde des quatre coins de l'Europe et même au-delà, et de partager avec eux notre passion commune.

Très intéressants et enrichissants furent bien sûr les ateliers auxquels j'ai assisté. Que se soit avec Anuradha Choudry et Vinayachandra ou encore avec Sribhashyam, sans oublier bien sûr Francois Lorin, approfondir mes connaissances et ma compréhension des *Yoga-Sûtra* de Patañjali était un grand plaisir.

Pour ceux ou celles qui ont peur d'un programme bien chargé, je les invite à faire une pose en allant randonner dans ces magnifiques montagnes.

Une chose est sûre : je reviendrai.