

NOUS AVONS LU ...



QUESTION DE « NOTRE CORPS »

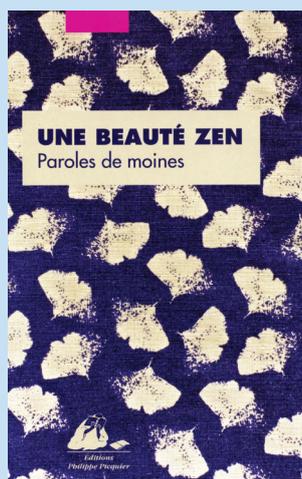
Collectif d'auteurs

Éditions Albin Michel - 160 pages - 15 €

Troisième « Question de » de la nouvelle série, celui-ci passionnera tous les pratiquants d'arts corporels, il séduira par sa présentation raffinée et élégante, par la qualité de ses intervenants : Christophe André, Annick de Souzenelle, Marie de Hennezel, Jacques Vigne, Yves Réquena, et bien d'autres encore...

Le corps sous toutes les coutures, le corps à entretenir, à nourrir, à écouter, à comprendre... Le corps philosophique, ethnologique, culturel, artistique, sportif...

Le corps tout neuf et le corps vieillissant, le corps handicapé, le corps souffrant... « Le point zéro du monde, là où les chemins et les espaces viennent se croiser », comme l'écrit Michel Foucault. *Françoise Blévat*



UNE BEAUTÉ ZEN

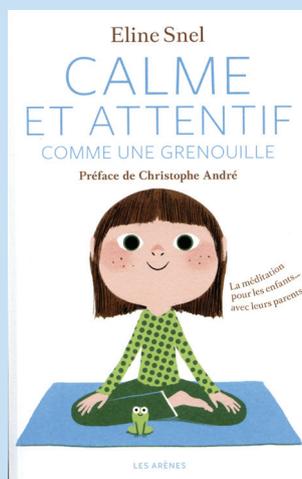
Paroles de moines

Éditions Philippe Picquier - 96 pages - 16 €

Oui, c'est bien de beauté qu'il s'agit, celle du Zen, dans toute sa simplicité, son pragmatisme, sa vérité. Douze jeunes moines ont formé un groupe de recherches autour du thème du développement des ressources humaines capables de répondre aux difficultés engendrées par la vie contemporaine.

Avec beaucoup de clarté et de bon sens, ils montrent la voie permettant d'apaiser l'angoisse existentielle. Chaque page s'ouvre sur une phrase ou une « formule » souvent utilisée dans la transmission du Zen. Elle est ensuite expliquée, et en troisième lieu viennent ses applications plus concrètes. A méditer, et surtout à vivre.

Françoise Blévat



CALME ET ATTENTIF COMME UNE GRENOUILLE

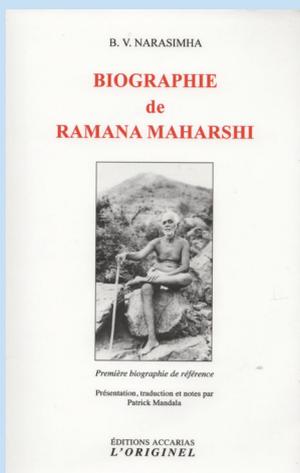
Eline Snel - Traduit du Néerlandais par Jacques Van Rillaer

Éditions Les Arènes - 152 pages - 24,80 €

Ce livre n'est pas nouveau. Paru en France en 2012, il fait l'objet d'une réédition. Il mérite très largement d'être découvert ou redécouvert. Sans mièvrerie, l'auteure, Néerlandaise, expose les grandes lignes d'une méthode destinée aux enfants, dont les bienfaits ont été reconnus dans son pays par l'éducation nationale. Eline Snel est très pédagogue et pleine d'idées pour inviter l'enfant à rester dans l'instant ; le tout-petit a cette capacité de façon naturelle ; la pleine conscience expliquée à l'enfant aide celui-ci à ne pas la perdre complètement. Comme l'écrit Christophe André dans la préface : « La pleine conscience nous met sur le chemin de cette « piété naturelle », sur la voie du respect de la vie (et de nous-mêmes) et sur celle de l'émerveillement. »

Le livre est accompagné d'un CD lu par Sara Giraudeau.

Françoise Blévat

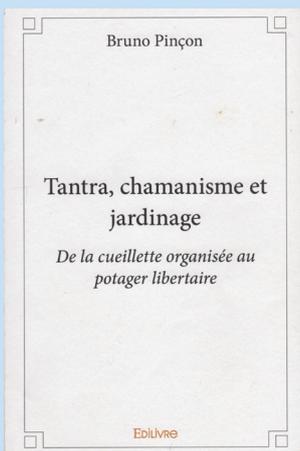


BIOGRAPHIE DE RAMANA MAHARSHI

B.V. Narasimha - Présentation, traduction et notes par Patrick Mandala

Éditions Accarias L'Originel 2016 - 238 pages - 20 €

L'auteur, disciple et biographe de Ramana Maharishi, a vécu avec lui dans les années 1920. Il s'agit donc de la plus ancienne des biographies du grand sage qui quitta son corps, « ce corps là » comme il disait, le 14 avril 1950 à l'âge de 71 ans. On approche de près le parcours de vie de celui qui était "au delà de la personne" : au départ un adolescent de bonne famille, réfractaire aux études bien que très intelligent, aguerri aux sports. Son expérience avec la mort dans sa dix-septième année, sa fugue provoquant l'inquiétude de sa famille qui le fait rechercher, le déni de son corps qu'il livre aux insectes et aux pierres jetées par les voyous, tout cela pourrait presque ressembler à une crise d'adolescence qui, chez nous, serait « psychologisée », voire psychiatisée. Mais nous sommes en Inde et ceci est reçu et vénéré comme une expérience spirituelle du plus haut niveau, celle de l'éveil. Arunachala, la montagne sacrée, est la demeure du sage en samadhi permanent. Il est entouré de dévots érudits qui, à son contact, laissent l'activité intellectuelle au profit de la pratique du détachement, le biographe les a interrogés et ils témoignent ; de même, les instructions données aux disciples occidentaux sont relatées. Tout cela converge pour nous faire partager ce que fut Ramana Maharishi. *Marie-José Mathieu*



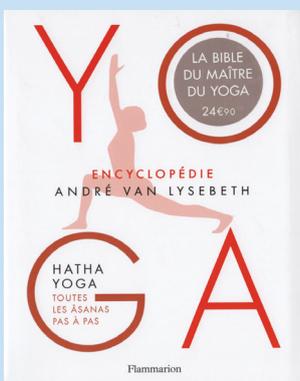
TANTRA, CHAMANISME ET JARDINAGE

DE LA CUEILLETTE ORGANISÉE AU POTAGER LIBERTAIRE

Bruno Pinçon

ÉdiLivre 2015 - 120 pages - 13,50 €

Complètement « en dehors des clous », en tout cas ceux de la mode du yoga, l'auteur nous a déjà relaté sa rencontre avec Devi Shakti, yogini de l'Himalaya. Dans ce petit traité, il nous fait partager son expérience de la non dualité telle qu'il la vit, telle que nous pourrions la vivre aussi, dans son jardin. Ne jamais agresser la terre, la traiter avec la plus grande douceur parce que nous en faisons partie, honorer le lever et le coucher du soleil... cela parlera à beaucoup d'entre nous. Il y retrouve, par évocations, ses initiateurs rencontrés au hasard de ses missions ethnographiques : à nouveau Devi Shakti, Ngomboulou, cet extraordinaire cueilleur - cultivateur des plateaux du Congo qui vit à la limite du monde « sauvage », Don Canino, chamane du Chiapas... Une belle écriture pour un récit au cœur de soi et au cœur du monde. *Marie-José Mathieu*



ENCYCLOPÉDIE ANDRÉ VAN LYSEBETH DU YOGA

Éditions Flammarion 2016 - 416 pages - 24,90 €

Depuis la disparition d'André Van Lysebeth, certains de ses livres étaient introuvables, ils étaient vendus d'occasion à des prix prohibitifs sur internet. Voici, enfin, une réédition de trois livres d'André "J'apprends le yoga", "Je perfectionne mon yoga" et "Ma leçon de yoga", les photos ont été remplacées par des croquis de Lise Herzog. Les postures y sont présentées « pas à pas » avec toutes les indications liées à la santé physique et psychique qui tenaient tant à cœur d'André Van Lysebeth. Un beau cadeau de Noël pour faire découvrir ce maître pionnier du yoga en occident aux jeunes ou moins jeunes générations.

Mathieu

VIENT DE PARAÎTRE

VIENT DE PARAÎTRE : L'INDE DANS UN MIROIR

dans une présentation totalement nouvelle, le bel ouvrage de Roland et Sabrina Michaud

Éditions Hoghoni