

font de vous un personnage important. Toutes les formes de sociétés pléthoriques engendrent le panurgisme : on court où tout le monde va. Et puis, l'information est manipulatoire : puissance des médias et mercantilisme endémique.

**S.Y.** Cette fièvre d'expansion est-elle nouvelle ?

**E.R.** Non, de même que dans le cas des disciplines extrême-orientales. Les poussées cycliques sont banales, sans lendemains : il n'y a pas de stabilité dans la clientèle. C'est, par exemple, dans les années 70 la vogue des Tantras, pratiques à connotation pseudo sexuelle venues d'Amérique. Alors, sont publiés de grands articles dans la presse et ont lieu des congrès internationaux, médecins en tête. De luxueuses installations ouvrent leurs portes sur les Champs Elysées. Le public visé par ce type d'informations est certes très nombreux mais instable, momentané. Il semble logique qu'une certaine presse sache en profiter et remplisse ses colonnes avec les «nouveaux régimes», l'Aérobic de Jane Fonda. Qui sait encore aujourd'hui de quoi il s'agissait? Il me semble que les nouveaux yoga suivent les mêmes traces. Comme le dit l'ethnologue, auteur de polars, Fred Vargas : « Ici, comme partout, il y a beaucoup de têtes creuses qui ont vite fait de se remplir de n'importe quoi, si possible du pire. C'est ce que tout le monde préfère, le pire. On s'ennuie tellement ».

**S.Y.** Pourquoi ces lubies mystico gymniques s'appellent-elles yoga ?

**E.R.** Parce que le terme est vendeur actuellement. Maintenant, le phénomène se fera-t-il une place en France ? Sans doute, bien qu'il soit presque un peu tard. L'implantation américaine est déjà en voie de décadence. Mais une autre contagion viendra, qui passera elle aussi. Depuis son surgissement, environ 60 siècles avant J.C., les principes et «exercements» psychosomatiques issus de l'Inde ont connu des avatars multiples, ne serait-ce que leurs revêtements «religiositaires» : d'abord totalement laïques, hors croyances, ils ont revêtu les vertus brahmaniques, puis bouddhistes, puis tantriques, puis à nouveau... Indéfiniment semblables à travers les croyances. Ce n'est sans doute pas le mercantilisme de notre époque (Kali Yuga, l'ère de la décadence selon la tradition gangétique) qui pourra avarier le yoga dans sa valeur fondamentale.

**S.Y.** Quel est aujourd'hui, dans le monde, le sens du yoga ?

**E.R.** Primaire a la même racine que primordial... et que primate, restons modestes ! Le yoga enclot dans ses multiples formes une expérience comprenant un «exercement» personnel, basé sur les données concrètes somatiques, en tout premier l'aisance respiratoire. Cet «exercement» demande de la constance, une régularité soutenue, une totale absence de recherche de performance et une acceptation modeste des transformations possibles, y compris des changements de comportement caractériel dans l'existence normale.

Les paramètres de tempérance, dans tous les axes, de gestion pratique et durable, d'absence d'ostentation, ne peuvent séduire notre contemporain dans sa formule actuelle d'Outre-Atlantique. Je ne crois pas que le type d'expérience qui sévit actuellement aux Etats-Unis, en vastes troupes, pourra s'implanter durablement chez l'Européen. Peut être juste une flambée de curiosité, une visite éclair dans les salles chauffées à 40° afin de pouvoir en parler : être original (comme tout le monde !).

**S.Y.** Et quel est le sens du yoga «à l'américaine»?

**E.R.** Chercher la contrainte punitive (la violence enfin justifiée ?) pour expurger «le mal». Se violenter, exsuder les poisons, et sortir purifié. Ce sont de vieux relents masochistes venus de déformations des religions judéo-chrétiennes. Souffrir pour mériter ? Et «Ahimsa», la non violence indienne, où la met-on ?

<http://yoga-eva-ruchpaul.com>

## LE JOURNAL DU YOGA

### Eva Ruchpaul : être original comme tout le monde



Eva Ruchpaul, l'une des pionnières du yoga en France, a fondé en 1971 l'Institut Eva Ruchpaul où ont été formés plus d'un millier d'enseignants qui exercent en France et à l'étranger.

**Santé Yoga** Que pensez-vous du déferlement de toutes ces nouvelles formes de yoga ?

**Eva Ruchpaul** Les civilisations sont aux prises avec les phénomènes dus au nombre. Seule, la quantité compte : dire combien on a d'élèves, qu'il s'agisse de yoga ou d'autre chose, combien on a gagné. Immeubles achetés, train de vie