

# ZINAL 2012 Suisse

19-24.8.

## YOGA & AYURVEDA 39ème Congrès International

L'Ayurveda – la science de la Vie – a pris une part considérable dans les nouvelles thérapies et il semble s'introduire durablement en Europe, tout comme en son temps le Yoga – l'art de vivre dans l'Union – a réussi à s'y installer. Les textes fondateurs de l'Ayurveda, notamment la Caraka Samhitā, citent régulièrement le Yoga, nous parlent longuement de méditation en tant que méthode thérapeutique, et utilisent au même titre les purifications et les exercices respiratoires. La diététique est un élément essentiel de la thérapie ayurvédique, encore qu'elle diffère quelque peu de l'alimentation dite «yogique», mais on peut affirmer que la nécessité d'une alimentation adaptée reste un de leurs points communs.

Les conférenciers tenteront également de replacer la dimension spirituelle et philosophique de l'Ayurveda dans notre époque qui voudrait plutôt le confiner dans son efficacité thérapeutique, de même qu'il faut continuer d'affirmer les valeurs curative et préventive de la pratique du Yoga qui se présente souvent comme spirituel.

Pour le grand public, l'Ayurveda est connu aujourd'hui comme une méthode de massage à l'huile ou une cuisine indienne délicieusement épicée, mais ce sont là des aspects isolés d'un immense ensemble thérapeutique encore méconnu en Occident. La médecine traditionnelle indienne comporte autant de secteurs et de disciplines que la médecine officielle occidentale.

### SWAMI YOG-ANAND BHARATI invité d'honneur **PM+A+C** // FR, EN

Sanyasin, Yogi et Vaidya (médecin ayurvédiste). Il est né dans un milieu d'affaires, d'une famille indienne profondément spiritualiste. Après de longues études, à la fois des textes philosophiques anciens et de la science moderne, il renonça à la vie familiale et entra dans un ordre de sanyasins. Il s'engagea dans la voie qui allait devenir la mission de sa vie: «Enseigner et propager partout dans le monde la Connaissance Ancienne et sa philosophie en visant à assurer une vie humaine, saine et heureuse». Il est résident français depuis 1982 et vit l'autre moitié de l'année à Varanasi. Il fut le premier en France à avoir introduit le massage ayurvédique.

### INTERVENANTS

**Serge Aubry: FC** // FR  
Dès 1979, a étudié pendant plus de 10 ans avec T.K. Sri-bhashyam le yoga et l'Ayurveda appliqué au yoga. Il applique cet enseignement dans ses cours à Neuchâtel depuis une vingtaine d'années, et dans plusieurs écoles de formation en Suisse.

**Jean-Pierre Bigler: A+C+CA** // FR, DE  
Praticien en Ayurveda formé en Inde du Sud et en Europe, fondateur de l'Institut SAMA – Swiss Ayurvedic Medical Academy de Vevey.

**Sylviane Campet: PM** // FR  
Formatrice à l'École Française de Yoga du Sud Ouest. Formée à Londres par A. Babington (approche Zen) puis en Yoga de l'Energie par R. Clerc, J.P. Laffez et E.C. Thiercelin.

**Jean-Yves Deffobis: A+C** // FR  
Formateur à l'Institut Français de Yoga, certifié Krishnamacharya Healing and Yoga Foundation, applique les concepts de Yoga Cikitsa aux allergies chroniques, douleurs chroniques, troubles des systèmes circulatoires, nerveux, digestifs.

**Philippe Djoharikian: PM+PS+C** // FR  
Ancien himalayiste et skieur de l'extrême. Dans la tradition des yogis shivaïtes et des chamanes amérindiens. Enseigne yoga, tumo et diététique yogique.

**Amandino Figueiredo: FC** // PO, FR  
Président de la Fédération Portugaise de Yoga. Formé en Ayurveda par le Dr. José Ruqué Jr. (Brésil) au Yoga Brahma Vidya Sri Vajera Foudation, de même qu'avec le Dr. Subhsh Ranade de la Pune University en Inde.

**Michèle Grandclément-Lefèvre: FC+PS** // FR  
Disciple de Vishnudevānanda puis formée à de nombreuses écoles en Suisse et en France. Fondatrice de Yogamrita. Actuellement spécialisée dans la relation pratique Yoga-Ayurveda.

**Eveline Grieder: PS+C** // FR  
A étudié le yoga au Kaivalyadharm (Lonavla), et à Rishikesh auprès d'un maître de nāda-yoga. Recherches en anthropologie de l'imaginaire pour mettre en évidence les archétypes anthropologiques de la philosophie et de la pratique du yoga.

**Pilar Luna Calatayud: FC** // ES, FR  
Diplômée en Acupuncture à l'Université de Shanghai, elle combine les médecines de l'occident et l'orient car la santé

**LE PROGRAMME JOURNALIER** est riche et varié, plus de 10 heures d'enseignement par jour. Avant le petit déjeuner, 12 pratiques matinales de Yoga dans différentes langues vous seront proposées. Dans la journée vous pourrez suivre des séminaires de formation continue, au moins un dans chaque langue. Il y a également des conférences, ateliers, cours de cuisine ayurvédique. Avant le repas du soir vous serez invités à des pratiques de yoga, chants ou salon de musique. En soirée nous vous offrons des rencontres artistiques interactives, sans oublier une animation conviviale avec les différentes fédérations membres de l'UEY.

### PLANNING QUOTIDIEN

**07h00 à 08h30**  
**pratique du matin**  
**10h00 à 12h00**  
**formation continue ou atelier**  
**ou conférence**  
**12h00 à 14h00**  
**repas ayurvédique**  
**14h30 à 16h30**  
**formation continue ou atelier**  
**ou conférence**  
**17h15 à 18h45**  
**pratique du soir,**  
**salon de musique ou atelier**  
**20h30 à 22h00**  
**soirée, animation**

ne s'arrête pas aux frontières ni aux nationalités. Médecin expert en Nutrition et en Santé Publique. Elle donne des cours de yoga dans les prisons et les hôpitaux.

**Dr. Laurence Maman: A+C** // FR  
Médecin et formateur de professeurs de yoga au sein de l'Institut Français de Yoga. Elève de TKV Desikachar à partir de 1977, formée au Krishnamacharya Yoga Mandiram, aux pratiques de yoga adaptées à des personnes en situation pathologique.

**Vincent Maréchal: FC+CA** // FR  
Directeur du centre Ayurvédique PREMA, diplômé en Ayurveda de MIU (Maharishi International University) en 1991. A étudié l'Ayurveda et le Yoga auprès de maîtres en Inde pendant des années. Spécialiste de la prise du pouls et des cures de panchakarma.

**Tara Michaël: C** // FR  
Indianiste de réputation internationale, conférencière, auteur et traductrice, spécialisée dans les traditions shivaïtes, shaktas, la danse indienne, le symbolisme védique et les traditions métaphysiques de l'Inde.

**Vibusha Laurence Rochat: CC** // FR, EN  
Vibusha a 30 ans d'expérience en cuisine végétarienne aux épices. Son parcours commence dans la cuisine d'un ashram en Inde pendant 7 ans. Elle cuisine pour des stages de yoga et élabore des menus végétariens pleins de saveurs et parfums.

**Walter Ruta: PM+A** // FR, IT  
Disciple de Sri Sri Sri Saccidananda Yogi, le maître Silencieux de Madras. Enseigne régulièrement à la Scuola Yoga Pramiti de Vintimille et tient des séminaires en Europe et en Inde.

**Quim Altés: PS+A** // ES  
**Carolyn Clarke: PM** // EN  
**Claire Dalloz: PS+A** // DE, EN  
**Heather Elton: PS+A** // EN  
**Carlos Fiel: C** // ES, FR  
**Ina Fischer: PM+PS** // NL  
**Miquel Gaborró: PM+A** // ES  
**Dr. Naveen Gupta: C+A+CA** // EN  
**Dr. E.P. Jeevan: C+A+CA** // EN  
**Birgit Jennissen-Hampe: FC+PS** // DE  
**Sandra Landi: PM** // IT  
**Armand Mensingh: PM+A+C** // NL  
**Alexander Peters: FC+PS** // DE, EN  
**Riccardo Ruggeri: A+S** // IT, EN  
**Ivo Sedlacek: A** // EN  
**Dr. Ronald Steiner: PM+A** // DE, EN  
**Flor Stickers: FC+PS** // NL, FR  
**Geza Timcak: A** // EN  
**Kerstin Tschinkowitz: PM+A** // DE  
**Gualtiero Vanucci: PS** // IT, ES  
**Klaas-Jan van Velzen: FC+A** // NL  
**Roland Witzemann: PM+A** // DE  
**Dr. Eckhard Wolz-Gottwald: C** // DE

### POUR CUISINER ET MANGER SELON LES PRINCIPES DE L'AYURVÉDA, DÉTERMINER VOTRE CONSTITUTION AYURVÉDIQUE ET BÉNÉFICIER DE SOINS RÉGÉNÉRANTS

**Cours de cuisine et repas ayurvédiques**  
Vibusha Laurence Rochat  
Équipement cuisine professionnelle et salle de restaurant  
40 couverts le midi à l'hôtel Trift (sur réservation)

**Consultations individuelles**  
Jean-Pierre Bigler  
Dr. Naveen Gupta  
Dr. E.P. Jeevan  
Vincent Maréchal

**Massages ayurvédiques**  
Nicolas Ballet  
Maya Flückiger  
Gabi Gillissen  
Sonia Favretto  
Heidi Rasmussen



### SPECTACLES ET ANIMATIONS ARTISTIQUES

**Grand concert et salon de musique au quotidien**  
Sukhdev Mishra (violin)  
Rajib Karmakar (sitar)  
Tristan Auvray (tabla)

**Spectacle de Kalarippayat (de l'Inde du Sud)**  
Rajesh Chirackal, Binoy Palayil, Shyne Tharappel, Manoj Kutta

**Spectacle Bollywood Dance et Disco**  
Rafaela Tanner et sa troupe

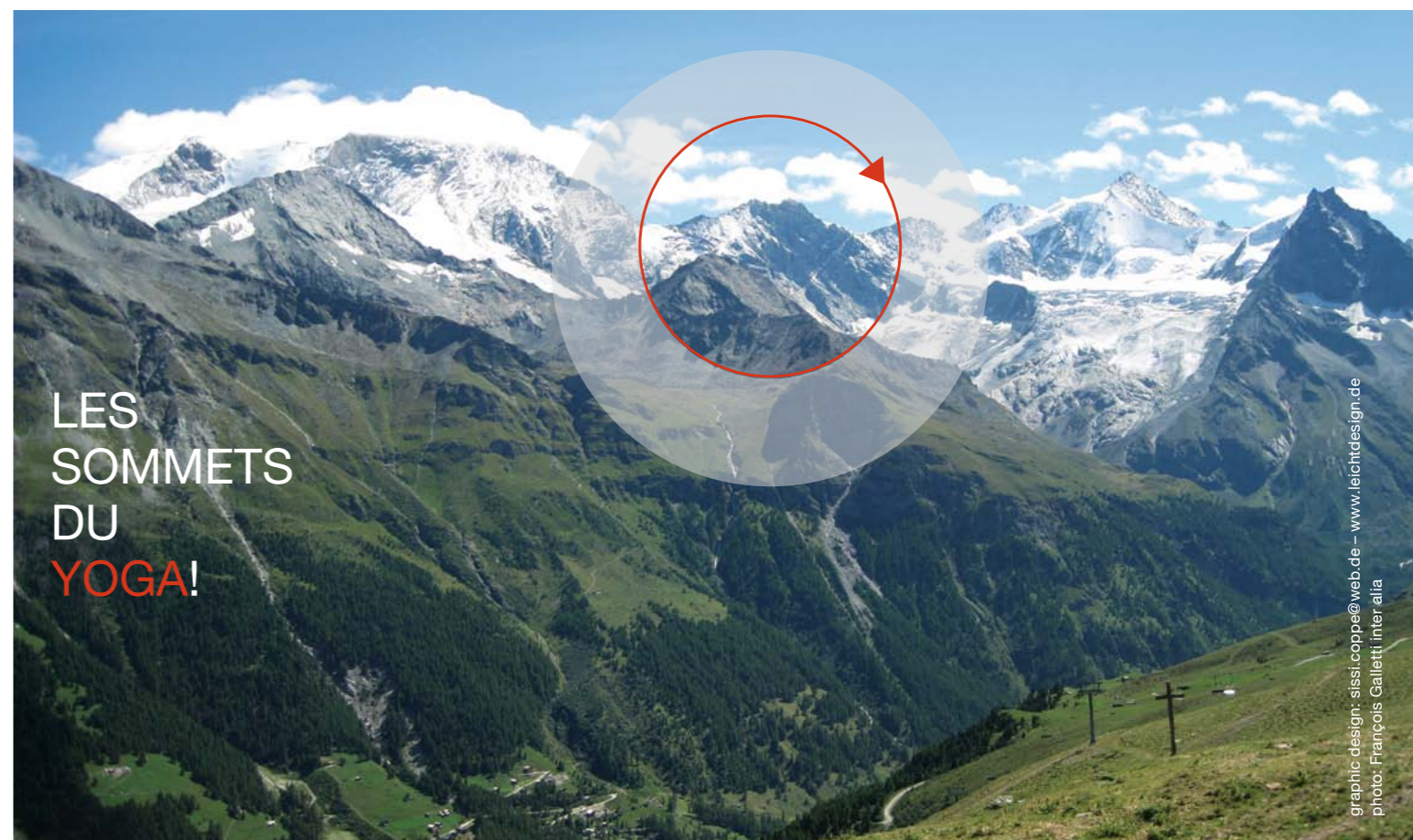


**TARIFS DU CONGRÈS** Avant le 15 Juin 2012: **245 € / 310 CHF** // A partir du 16 Juin 2012: **295 € / 365 CHF**

### PAIEMENT EN FAVEUR DE L'UNION EUROPÉENNE DE YOGA, BELGIQUE

- **NOUVEAU: possibilité de paiement direct par Paypal sécurisé sur [www.euycongress.org](http://www.euycongress.org)**
  - **pour la Suisse:** compte Postfinance, **Bulle n° 10-19869-3** (Francs suisses), **IBAN CH 77 0900 0000 1001 9869 3** et **BIC POFICHBEXXX**
  - **pour la Belgique:** compte Fortis, **Liège n° 001-0947792-81** (Euros)
  - **les autres pays européens:** compte Fortis, Liège, **IBAN: BE 36 0010 9477 9281** et **BIC GEBABEBB** (Euros)
- Les frais bancaires sont à charge de l'envoyeur. L'inscription prend effet à la réception du paiement. Les chèques ne sont pas acceptés.

**Annulation:** par e-mail à [uey@skynet.be](mailto:uey@skynet.be) ou par lettre, remboursement jusqu'à 2 mois avant le congrès. Ensuite 50% jusqu'à 1 mois avant le congrès. Après ce délai plus de remboursement. Un remplaçant sera accepté, si annoncé au moins 24h avant le début du congrès. **Frais d'annulation: € 50,00 / 65 CHF** seront retenus dans tous les cas.



Nous vous recommandons de vous inscrire dès le départ sur le site [www.euycongress.com](http://www.euycongress.com) en choisissant votre pratique du matin préférée, la formation continue de votre choix et les ateliers/conférences qui vous intéressent, afin de réserver votre place. En effet l'espace dans les salles étant limité, attendre jusqu'à votre arrivée à Zinal risque de compromettre vos choix.

### BULLETIN D'INSCRIPTION

A envoyer à  
**Union Européenne de Yoga Secrétariat**  
en Gérardriede 29 – B 4000 Liège Belgique  
Tél/fax: +32 43 68 62 69  
Mail: [uey@skynet.be](mailto:uey@skynet.be)  
[www.euycongress.com](http://www.euycongress.com)  
[www.yogaeurop.com](http://www.yogaeurop.com)



Nom..... Prénom.....  
Rue..... Ville.....  
Code Postal.....  
Pays.....  
Tél. ....  
E-Mail.....  
Langue maternelle.....  
Je suis:  Praticant  Enseignant  En formation  
Nom de l'école de formation.....  
Âge  <30  30-50  >50  >60