



Association Française de Yoga IYENGAR®

83 Boulevard de Magenta

75010 Paris

Tél. : +33 (0)1 45 05 05 03

Courriel : contact@yoga-iyengar.asso.fr

Site Internet : www.yoga-iyengar.asso.fr

Le grand maître du yoga BKS Iyengar laisse derrière lui une école de yoga reconnue dans le monde entier

Décédé le 20 août d'une insuffisance rénale à l'âge de 95 ans à l'hôpital de Pune (Inde) le grand maître de yoga indien B.K.S. Iyengar avait acquis une notoriété internationale considérable

Avec le décès de BKS Iyengar, c'est une figure majeure du yoga mondialement respectée qui s'est éteinte mercredi 20 août, laissant derrière lui un travail considérable qui a permis la diffusion de cet art millénaire dans le monde entier.

BKS Iyengar avait ouvert son école, le Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute (R.I.M.Y.I.) en 1973 dans la ville de Pune (dans le sud de l'Inde), mettant au point une technique inédite axée sur l'apprentissage progressif des postures de yoga et l'utilisation d'accessoires (cordes, ceintures et couvertures) et de meubles (chaises, tables) pour permettre à tous de les réaliser.

Le yoga enseigné par BKS Iyengar est avant tout un travail postural, respiratoire et de relaxation. C'est une méthode de yoga fondée sur une pratique structurée, basée sur l'alignement précis des différents segments du corps qui aboutit en particulier au relâchement du système nerveux et par là même à une prise de distance des problèmes de la vie quotidienne et à un bien-être général. B.K.S. Iyengar n'hésitait pas à répéter que le yoga qu'il enseignait était le yoga du 21^{ème} siècle, conscient que cette nouvelle société met à mal l'endurance nerveuse de ses nouvelles générations. En outre, les professeurs certifiés font l'objet d'une sélection rigoureuse et d'une formation continue.

La rencontre de B.K.S., au début des années 1950 à Bombay, avec le célèbre violoniste Yehudi Menuhin fut un tremplin décisif à sa notoriété internationale. Les problèmes d'arthrose dont souffrait le virtuose le dirigèrent par chance vers B.K.S. Iyengar. Le Yoga lui fut d'un tel secours qu'il put poursuivre sa carrière de soliste bien compromise par la maladie. Sa reconnaissance fut telle qu'il n'hésita pas à faire graver sur le dos d'une montre qu'il lui offrit en remerciement : « A mon meilleur professeur de violon ».



Association Française de Yoga IYENGAR®

83 Boulevard de Magenta

75010 Paris

Tél. : +33 (0)1 45 05 05 03

Courriel : contact@yoga-iyengar.asso.fr

Site Internet : www.yoga-iyengar.asso.fr

Le maître s'est ensuite fait connaître au-delà des frontières de l'Inde par la publication de livres. Ses ouvrages de référence, *Lumière sur le yoga* publié en 1966, *Lumière sur le pranayama* publié en 1981 et *Lumière sur les yoga sutra de Patanjali* publié en 1993 sont respectivement des guides complets sur les postures, les techniques respiratoires du yoga et la philosophie du yoga.

Aujourd'hui, la méthode développée par B.K.S. Iyengar est pratiquée par des millions de personnes sur tous les continents. Ces dernières années cette discipline se propage jusqu'aux confins du monde et particulièrement en Chine, au Brésil, et même en Argentine, au Chili, au Pérou et en Colombie, derniers pays à découvrir le Yoga développé par B.K.S. Iyengar.

Créée en 1991, l'association française de yoga Iyengar compte aujourd'hui près de 3000 adhérents et de 200 professeurs certifiés de la méthode, ainsi que des milliers de pratiquants.

Pour plus d'informations, contacter info@afyi.fr

www.yoga-iyengar.asso.fr