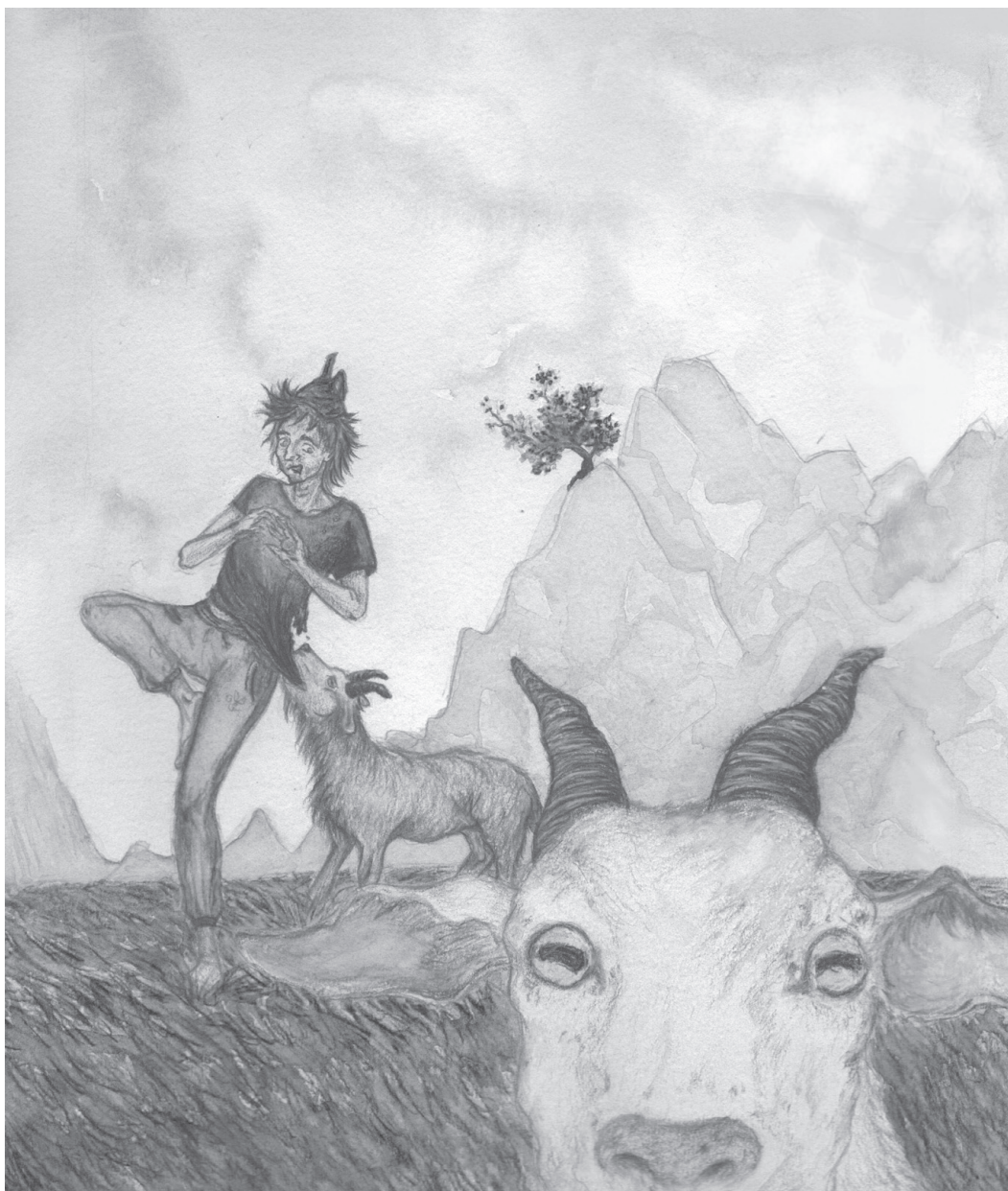


GAGA YOGA

Sommes-nous devenus fous du yoga au point d'en devenir gaga ? S'il existe une constante dans la perception que nous avons du yoga depuis le début des années cinquante, c'est la perception désastreuse que nous portons sur lui. Cette illusion culmine depuis que le marché et le marketing se sont approprié le yoga pour en faire un business.

Le mot s'est vidé de sa substance et se retrouve dans des contextes plus qu'improbables. Seul le grand public pense intuitivement comprendre de quoi il pourrait s'agir encore sans pouvoir vraiment l'expliquer. Sérieusement, à quoi correspond le « bière yoga », le « chèvre yoga » ou le « gun yoga » ? Que l'on m'explique en quoi le fait d'apposer le mot « yoga » à côté d'un mot commun quelconque peut devenir porteur d'une valeur ? Ce mot « yoga » est certainement devenu le meilleur placement au monde, meilleur que l'immobilier, encore plus fort que le Nasdaq... Meilleur que le travail que l'artisan applique à sa matière première, le mot « yoga » devient le petit terme magique qui fait toute la différence et surtout, la fureur des marketeurs.

Étant un peu irrité, je dois bien vous l'avouer, par toutes ces modes mettant à mal ce qui est précieux dans ma vie, je me suis décidé à regarder dans le camp ennemi pour comprendre. Une bande de hippies retardés aux USA - la patrie de Trump, faut-il le souligner - a décidé de donner un cours de yoga à ses amis défoncés par l'alcool et, au mieux, la marijuana. Les consignes incluaient le moment où elles pourraient ouvrir leur bière, quand la boire, etc. Et l'argument masqué de cet article, celui que nous utilisons tous à un moment donné dans notre vie : « C'est quand même mieux, même pour des fêtards, de se bouger plutôt que de ne rien faire »... Waouh ! Jamais je n'aurais cru qu'en lisant un article sur le « bière yoga », j'aurais pu y voir, moi aussi, un intérêt. Effectivement, c'est mieux de bouger que de ne pas bouger... Si l'on prend le temps de réduire cette équation et qu'on essaie de la comprendre, nous réalisons rapidement que le reliquat sémantique de cette argumentation est que le yoga est « quelque chose qui fait bouger ». Rien de plus, rien de moins. Dans l'esprit du grand public, faire du yoga, c'est pratiquer des postures, c'est-à-dire bouger. Et bouger, c'est mieux que de ne pas bouger, même lorsque l'on est défoncé par de la bière et/ou de la marijuana.



Perplexe, mais toujours en recherche, je me suis mis à la recherche du « chèvre yoga ». Oui, comprenez-moi bien, suivant cette logique à outrance suivie par le marketing, je me suis demandé en quoi le fait de bouger avec des chèvres pouvait nous aider à mieux bouger... Quels surplus les chèvres, à l'instar de la bière, de la marijuana (qui, je précise,

représente elle aussi un style de yoga, le Droga) peuvent amener au yoga ? Je vois bien, en effet, si je me mets dans la peau d'un marketeur, comment le yoga peut être positif à des buveurs de bière, mais non, je ne vois pas encore ce que les chèvres peuvent apporter au yoga. Et surtout, pourquoi les yogis du passé, qui connaissaient les chèvres, n'y ont

pas pensé, ni en quoi ou comment, notre infinie sagesse actuelle a pu nous guider pour comprendre mieux l'intérêt profond que les chèvres peuvent amener au yoga et à côté de quoi les sages de l'Antiquité seraient passés trop vite, certainement par un manque de sagesse, qu'il nous conviendrait rapidement de combler illico presto ?

Le journal *La Libre* du 16 juin 2017 nous apporte un grand éclairage. Sa page web contient une vidéo explicative. On y voit la prof du « chèvre-yoga » dire que les gens ont beaucoup de stéréotypes sur le yoga, que le yoga, c'est principalement la respiration (ce qui, jusque là, est correct). Puis elle ajoute : « Si vous êtes assis ici, avec une chèvre qui vous mange les cheveux, c'est du yoga ». Plus loin, une participante explique : « Il y a une libération totale de la tension, de la frustration. (...) Vous ne pouvez pas vraiment être de mauvaise humeur lorsque vous êtes entouré de chevreaux qui font des bêtises ». À les écouter, je me demande pourquoi je ne rejoins pas tout de suite la première ferme venue pour m'asseoir avec les vaches et les chèvres pour réaliser ma méditation quotidienne.

Puis, petit à petit, en laissant décanter tout cela, une certaine tristesse m'envahit tout de même. Un peu de compassion aussi. Il devient clair que ce sont des citoyens qui font le voyage pour se retrouver connectés à la nature. Ils en profitent pour jouer avec ces chèvres. Ils s'amusent, ils se détendent... Alors pourquoi pas ? À l'heure où des enfants ne savent pas que les œufs viennent des poules, où les seuls animaux qu'ils

connaissent s'appellent « Pikachu », « Matoufeu » et « Tyranlouton », je peux comprendre la grande joie de certains à se connecter directement à des êtres en chair et en os, fussent-ils de gentilles chevrettes venant déféquer sur le tapis. La seconde idée est de tester sa concentration. Si vous pouvez vous concentrer en ayant une chèvre qui vous dévore les cheveux, alors vous y êtes, vous êtes dans un état de yoga. Intéressant. Avouons-le, pratiquer le yoga dans le monde actuel n'a rien d'une sinécure. Ce n'est pas simple de maintenir une discipline régulière dans nos vies surchargées. Dois-je vraiment ajouter une chèvre à mes distractions possibles pour me prouver que je suis un yogi ? N'en ai-je pas assez avec les coups de fil, internet, les problèmes en tout genre, etc. ?

Le pire, c'est le « gun yoga », qui a été créé par la NRA, l'association pro-armes des USA. On y voit des personnes vénérer leur pistolet, leur fusil, se mettre dans des positions de yoga et tirer dans des cibles. Elles décrivent un état proche du *samadhi* en utilisant leurs armes... Qu'est-ce qui peut être plus éloigné du yoga qu'une apologie de la guerre et de la violence ?

À un certain niveau, oui, nous pouvons le dire, nous sommes malheureusement devenus gaga du yoga. Nous avons un devoir de résistance afin de pouvoir faire passer notre message : discipline, étude, respect, introspection, dialogue avec la tradition...

Philip Rigo (article)

Yaëlle Varrasso (dessin)

www.formationyogabruuxelle.be