

## **L'Institut français de yoga, 30 années de maturation, une identité forte**

Le yoga est une pratique à la fois millénaire et contemporaine, qui continue de donner naissance à de nouveaux courants qui fleurissent un peu partout dans le monde. L'Institut français de yoga (IFY), dont le siège est situé en plein centre de Paris, rue de Valois, ne peut que se réjouir de cette multiplicité des offres, symbole d'une belle vigueur pour une pratique déjà présente vers 1500 avant J.-C.

**Depuis sa fondation, l'IFY nourrit un lien privilégié avec l'enseignement de T. Krishnamacharya et de T.K.V. Desikachar, qui inspirent ses réalisations présentes et à venir.**

La première fédération, créée en 1983 par un groupe d'enseignants très proches de T.K.V. Desikachar, porte le nom de Fédération viniyoga France (FVF). Elle est reliée à la *Viniyoga International Association* (VIA), fondée à la même époque, et qui regroupe les élèves occidentaux de T.K.V. Desikachar dans divers pays d'Europe et aux Etats-Unis. Ce dernier reçoit régulièrement ses élèves français à Chennai (à l'époque encore appelée Madras) et se déplace également en France et dans divers pays occidentaux.

Plusieurs séminaires sont organisés autour de Desikachar, dès la fin des années 70 et jusqu'au début des années 80, comme ceux de la Sainte-Baume en France, de Skaelskor au Danemark et de Verbier en Suisse. L'enseignement de Desikachar se diffuse alors largement et la FVF évolue en se dotant de moyens appropriés qui perdurent jusqu'à aujourd'hui.

### **Création d'un diplôme de formateur**

De 1984 à 1988, un processus permet aux enseignants de la FVF, qui étaient en position de former d'autres enseignants, de se préparer au diplôme de formateur. Des stages de préparation aux épreuves diplômantes sont organisés à Paris et à Vaison-la-Romaine en présence de Desikachar qui supervise la théorie, la pratique et la pédagogie du yoga. Les épreuves se déroulent en 1987 à Grimontz en Suisse, puis en 1988 à Paris, devant un jury composé de professeurs de yoga émérites tels qu'Yvonne Millerand et Gérard Blitz, eux-mêmes élèves directs de T. Krishnamacharya, ainsi que d'une kinésithérapeute, d'un psychiatre et d'un philosophe. Avec ces nouveaux formateurs, les bases de ce qui deviendra le Collège des formateurs, garant de la qualité de la transmission et de la diffusion du yoga de T. Krishnamacharya et de T.K.V. Desikachar, sont posées.

### **Création des associations régionales**

Parallèlement, à partir de 1982, des associations voient le jour dans plusieurs grandes villes dont Marseille, Paris, Lyon et Nantes. Elles sont créées à l'initiative des formateurs de la FVF qui y résident et de leurs élèves. Au nombre de 12 aujourd'hui, elles contribuent, par les activités qu'elles organisent, à relier les membres de la fédération. Leurs délégués se réunissent au sein d'un Collège des associations qui forme, avec le Collège des formateurs, la seconde des deux instances qui contribuent à la dynamique de l'IFY.

### **Gestation de l'Institut français de yoga**

Au cours des années 1990, FVF devient la Fédération française de yoga viniyoga (FFYV), de façon à ce que le mot « yoga » figure explicitement dans son intitulé. Mais un nouveau tournant se présente lorsque, au début des années 2000, T.K.V. Desikachar demande d'abandonner le mot emblématique de « viniyoga »<sup>1</sup> qui exprime une conception du yoga basée sur l'écoute des besoins individuels et des particularités de chacun, dans l'objectif d'une progression graduelle. En effet, T.K.V. Desikachar juge le terme viniyoga trop restrictif et prône la transmission du « yoga » et non du « viniyoga ». La fédération soutient cette orientation et assoit sa position, en changeant de nom pour devenir l'Institut français de yoga (IFY).

---

<sup>1</sup> Le mot viniyoga trouve son origine dans le sutra III.6 des Yoga sutras de Patanjali, texte de référence du yoga et signifie « progression selon les possibilités, les intérêts et le bien-être de chacun ».

## Adoption d'un Protocole pour l'enseignement et la formation

Né de la réflexion continue au sein du Collège des formateurs de l'IFY, un Protocole pour l'enseignement et la formation voit le jour dans les années 90. Conçu comme un outil de questionnement, il rappelle que le yoga est une voie immémoriale de connaissance et d'épanouissement visant à la singularité et à la liberté de l'individu. Il définit l'esprit de la pratique et de l'enseignement tel qu'ils sont portés par l'IFY. De ce protocole découlent :

- Une procédure de cooptation des nouveaux formateurs clairement formalisée.
- L'obligation pour tout enseignant de l'IFY de revalider tous les cinq ans son statut d'enseignant IFY selon des modalités précises.
- Un travail de confrontation et d'approfondissement des pratiques des formateurs à travers une rencontre annuelle.
- Des rencontres nationales bisannuelles pour permettre aux enseignants, aux formateurs et aux élèves d'échanger et de partager l'essence du yoga transmis par T. Krishnamacharya et T.K.V. Desikachar.

Aujourd'hui, l'Institut français de yoga regroupe sur toute la France près de 5 500 adhérents dont 600 professeurs et plus de 350 élèves en formation.