



ANDRÉ VAN LYSEBETH

L'un des premiers occidentaux à avoir pratiqué et enseigné le yoga

SON MESSAGE

« Le hatha-yoga se tourne vers l'intérieur du corps. Il ne veut pas construire une musculature imposante, mais agit en profondeur sur les organes, le système nerveux, la respiration. Son but : contrôler pour perfectionner l'individu tout entier. C'est pourquoi le véritable yoga n'est pas ce qui se voit de l'extérieur et la performance acrobatique n'a aucune valeur en tant que telle. La concentration pendant les âsanas est plus importante que l'exécution des poses d'une façon plus ou moins poussée. Ne vous désolerez pas si vous n'avez pas atteint un "plafond" et qu'en apparence il n'y a plus de progrès. Dans la pureté de la concentration et dans son intensité, par contre, il y a pour chacun d'infinies possibilités ; d'invisibles perfectionnement. »

André Van Lysebeth

BONNE ADRESSE

"Stage du dimanche" à l'école André Van Lysebeth au Centre International de séjour de Rocheton à Melun.

Consultez le site yogavanlysebeth.com pour en savoir plus.



POINT DE DEPART

André Van Lysebeth est né le 11 octobre 1919 à Bruxelles et meurt le 28 janvier 2004 à Perpignan à l'âge de 84 ans. Jeune homme dans les années 30, il découvre le yoga au cœur de son intérêt pour l'hypnose et l'exploration intérieure, « C'est l'hypnose qui m'a très tôt, à la fin de mon adolescence, fait découvrir les immenses potentialités du psychisme humain. » Des sujets d'intérêts très avant-gardistes pour les années 40 et l'après-guerre.

C'est l'hypnose et sa quête de savoir sur le soi et les potentiels du cerveau humain, notamment ses pouvoirs de guérison, qui vont le mener à la pratique du yoga : « J'ai découvert le yoga après avoir pratiqué l'hypnose pendant de longues années. Mais si je réussissais fort bien avec mes sujets, cela ne m'empêchait pas de souffrir moi-même quand j'allais chez le dentiste. Une contradiction que je ne tolérais pas avec plaisir. De là à vouloir pratiquer l'auto-hypnose, il n'y avait qu'un pas. Je me suis intéressé aux hindous qui étaient réputés fort expérimentés dans ce domaine. J'ai découvert des techniques de méditation que j'ai d'abord pratiquées dans un simple but d'auto-hypnose. J'y ai découvert bien d'autres choses évidemment. C'était le doigt dans l'engrenage. »

Il rencontre un premier yogi-fakir à Bruxelles au seuil des années 50 avec qui il travaille, et en parallèle il étudie de nombreux ouvrages de Swami Sivananda (voir chronique n°13).

Il rencontra Swami Sivananda en avril 1963. Les deux hommes se reconnurent. Le maître - infatigable propagateur du yoga - aperçut les talents du disciple. Il l'incita à démarrer une revue : « Andrew, you must start a magazine ».

La revue « Yoga » vit le jour dès le mois de juin. Swami Sivananda mourut en juillet.

Sivananda n'était pas son seul professeur de yoga. Il a rencontré et appris des autres lors de ses voyages en Inde, où il s'est rendu au moins une fois par an de 1950 à sa mort. Parmi les autres professeurs, citons K. Pattabhi Jois et son système ashtanga vinyasa. Plusieurs séjours en Inde et l'invitation de nombreux yogis en Europe, complétèrent ses sources. Ainsi, les Swamis Chidananda, Satcitananda, Gitananda, Dharendra Bramachari, Yogiraj Bua, Dayananda; Nil Hahoutoff, et bien d'autres furent accueillis à maintes reprises à l'Integral Yoga Institute de Bruxelles. Il reçut aussi Swami Satyananda lors de stages d'été.

VERS 1960



André Van Lysebeth ouvrit une école et fut à l'origine - avec Pierre Brel (frère de Jacques) - de la Fédération belge de Yoga (instituée en 1964). Ami de Gérard Blitz, il participa aussi à la coordination des diverses formations européennes d'enseignants ; base de l'Union Européenne qu'ils créèrent ensemble. Plusieurs milliers d'enseignants de yoga sont diplômés de son école. En 1969, il fut la cheville ouvrière d'un premier Colloque International au Palais des Congrès de Bruxelles auquel participèrent mille cinq cents délégués venus du monde en entier (de l'Inde, en particulier). En 1967, il publia un premier ouvrage (« J'apprends le Yoga »). Suivirent « Je perfectionne mon Yoga », « Pranayama », « Ma Séance » et « Tantra ; le culte de la féminité » (en 1988). Ses ouvrages sont devenus de grands classiques. Certains sont traduits en une dizaine de langues.

VERS 1970



Il lance un nouveau projet, « les Yoga Vacation », qui consiste à passer des vacances dans un endroit agréable, comme dans une station balnéaire tranquille en Espagne ou en Italie, et deux fois par jour ou plus se réunir pour le yoga, le pranayama, ou telle pratique. Cela est devenu populaire et l'a conduit à un nouveau projet, "la formation de professeur de yoga". À leur tour, ces formations sont devenues populaires et André Van Lysebeth est devenu l'un des professeurs les plus influents d'Europe. Dans le domaine du yoga, tout le monde le connaissait. Depuis lors jusqu'à sa mort, il a continué à donner des cours de yoga et des stages de formation d'enseignants pendant l'année et à animer des vacances de yoga pendant l'été. Mais ce n'est pas encore tout : il publie chaque mois un magazine de yoga tout seul et le vend à ses nombreux étudiants. Ce magazine s'appelait simplement Yoga . Il l'a écrit seul de 1968 à 2004.

Les sites wikipédia, yogavanlysbeth.com, m'ont permis d'élaborer cette chronique.

OUVRAGES

