

Bonjour à tous,

Nous sommes heureux d'accueillir au sein de l'équipe un nouveau membre en la personne d'Isabelle Koch. Durant de nombreuses années, Jean-Jacques Jousse a été l'ami et le confident de Shri Mahesh avant de devenir le secrétaire général de FIK. Aujourd'hui, il passe le relais mais reste pour FIK un ami et un soutien de cœur. Nous lui souhaitons une bonne continuation.

Pour ceux qui ont surmonté les grèves de transport et les giboulées de printemps, nous les remercions chaleureusement d'avoir été présent à nos côtés le 22 mai dernier lors de notre Assemblée Générale annuelle. Ces rencontres sont pour nous des moments privilégiés. Elles nous permettent d'échanger avec vous, de prendre du recul sur nos actions afin de garder un esprit d'analyse pour nous améliorer toujours plus.



Ces prochains mois vont être riches en belles actions pour FIK notamment avec un voyage en Inde et l'organisation des camps pédiatriques via la participation de notre partenaire sur place, le Docteur Gojnur, accompagné de son équipe de médecins. Nous ne manquerons pas de vous faire partager leur travail auprès des enfants d'Halligudi.

En vous souhaitant à tous un joli mois de juin.

Juliette Sushila Ghatradyal



### Le bureau administratif de FIK change de visage

Le 22 mai 2018, au sein des locaux de la Fédération Française de Hatha Yoga s'est tenue l'Assemblée Générale annuelle de FIK. Après une présentation de l'orientation de l'association pour l'année 2018 / 2019 par la Présidente, Juliette Sushila Ghatradyla, Mathilde Lachaud, (Coordinatrice Générale) a animé la soirée.

Jean-Jacques Jousse, Secrétaire Général depuis le 5 mai 2016, ayant formulé le souhait de se retirer, une nouvelle élection a eu lieu. Isabelle Koch, professeur de Yoga et ancienne élève de Shri Mahesh s'est proposée à ce poste. Elle a été élue à la majorité des voix représentées. Déjà engagée depuis plusieurs mois aux côtés de FIK en tant que bénévole, Isabelle Koch rejoint le bureau de l'association afin d'apporter son expertise et son énergie.

Isabelle Koch, ancienne danseuse auprès de Maurice Béjart, découvre le Yoga et en fait sa passion et sa carrière professionnelle. Spécialisée auprès des adultes et du jeune public, elle intervient notamment auprès des femmes enceintes à la Maternité des Lilas (Les Lilas - 93260) ainsi qu'au CALM, une maison de naissance située dans le 12<sup>ème</sup> arrondissement de Paris. Son expertise et son parcours viendront renforcer les projets medico-sociaux que FIK développe auprès des mères et des enfants.



Bénévoles et partenaires accompagnaient ce soir là l'équipe de FIK. De gauche à droite : Rachel Guimbaud, Mathilde Lachaud, Christine Louppe, Isabelle Koch, Laure Sibourg et Bouchra Comte. Merci à elles.

*« Ensemble, nous avons déjà fait beaucoup. Mais il nous reste encore beaucoup à faire ... »*

**Christine Louppe, trésorière de FIK**

*« Sous la belle verrière et le regard lumineux de Shri Mahesh, je rejoins en tant que secrétaire générale une fantastique équipe composée de personnes de bonne volonté et pleines d'énergie créatrice.*

*Cette assemblée générale et cette nomination m'ont permises de me rapprocher de celui à qui je dois tant et de m'impliquer davantage aux côtés de FIK. »*

**Isabelle Koch, secrétaire générale de FIK**

### L'approche holistique de l'Ayurveda par Rachel Guimbaud

La philosophie de l'Ayurveda s'est développée sur deux principes ancestraux : le *Purusha* et la *Prakruti*. Rachel Guimbaud, notre partenaire à FIK, est revenue sur ces deux concepts lors d'une présentation donnée à l'occasion de l'Assemblée générale de l'association.

Le terme sanskrit de *Purusha* signifiant « homme », « mâle » ou encore « personne », est pour le thérapeute ayurvédique le soi, l'énergie vitale activée par le principe de la *Prakruti* désignant quant à elle les cinq éléments : l'espace, l'air, le feu, l'eau et la terre. C'est sur cet équilibre que repose le concept même de l'ayurveda.

Le corps et l'esprit étant une combinaison de ces cinq éléments terrestre, pour Rachel Guimbaud, connaître sa constitution et travailler sur la gestion des déséquilibres internes est la base même de l'Ayurveda. Chaque année, afin d'approfondir ses connaissances, elle se rend six mois durant au sein de la clinique *Global Agni Karma* du Docteur Barot, située dans le Gujarat (ouest de l'Inde).

L'activité de cette clinique s'est développée autour de la pratique de l'*Agni Karma*. Une technique médicale utilisée afin d'agir sur l'obstruction des veines ou la diminution de la fluidité sanguine. Pour traiter les douleurs articulaires, le thérapeute utilise par exemple la méthode de cautérisation thermique (*Agni* signifiant « chaleur » en sanskrit). Via une tige métallique, celui-ci va délicatement brûler les zones à traiter avant d'enduire sur la zone une crème anti-inflammatoire spécialement développée par l'équipe d'experts de la clinique. Cette méthode ayant fait ses preuves, les séminaires du Docteur Barot et de son collègue grec, le Docteur Kostopoulos, sont maintenant relayés dans le monde entier.



Thérapeute traitant la jambe d'un patient par cautérisation thermique.



Instrument utilisé pour diffuser de la chaleur sur les zones douloureuses.

La clinique Global Agni Karma intervient de différentes manières auprès des habitants de Gandhinagar (capitale du Gujarat) et de ses environs. Afin de permettre à tous d'être pris en charge, deux à trois camps gratuits sont organisés par semaine dans les temples, les écoles ou au sein même de la clinique. Parallèlement à eux, les nombreux séminaires et cours thématiques appuient la formation des *Vaidyas*, les futurs thérapeutes.

Rachel Guimabud en faisant partie, elle relaye ensuite auprès de FIK son savoir notamment dans le domaine materno-infantile afin de permettre à FIK de développer des actions liant médecine traditionnelle et médecine moderne. Un savoir faire nécessaire afin que les projets de l'association soient en adéquation avec le besoin et la demande sur place, à Halligudi. L'occasion aussi de participer à la préservation de l'Ayurveda et de ses traditions indiennes qui, actuellement, en Inde, tendent à disparaître.



Rachel Guimbaud (première à gauche) accompagnée de l'équipe de Global Agni Karma.



Séance de consultation gratuite lors d'un camp médical.



**OUI**, je veux continuer l'action de Shri Mahesh et aider l'hôpital HALLIGUDI

Je fais un don ponctuel et j'agis tout de suite :

15€  30€  50€  100€

Autre montant : .....€

Je fais un don régulier et j'agis tout au long de l'année. Je demande à ma banque d'effectuer un versement automatique sur le compte de FIK chaque mois.

Montant : ..... €

**J'adhère à l'association FIK par cotisation et je participe à l'Assemblée Générale annuelle. Montant de la cotisation : 50 euros.**

Merci de bien vouloir compléter la fiche de renseignements suivante (en MAJUSCULES) en indiquant votre adresse e-mail. Pour un monde meilleur, protégeons notre planète, écologiquement et économiquement.

Nom : .....  
 Prénom : .....  
 Adresse : .....  
 Code postal : .....  
 Ville : .....  
 Adresse e-mail : .....@.....

Je règle : **Par chèque à l'ordre de:** F.I.K. - 91 avenue de la République - 75011 PARIS / **Par virement:** BNP DUROC - Code Banque 30004 - Code Guichet 00344 - N° compte 00000 441907 - RIB 13 / **De l'étranger:** IBAN FR76 3000 4003 4400 0004 4190 713 - BIC BNPAFRPPRG

**Coupon à retourner dès aujourd'hui à France Inde Karnataka – 91 avenue de la République 75011 PARIS**