

«Yoga et corps, vécu entre neurosciences et traditions »

Conférence et exercice de méditation

Présentée par Jacques VIGNE,

Médecin - psychiatre de formation, auteur de nombreux livres souvent publiés chez Albin Michel, ou Le Relié, spécialiste de l'Inde et de la méditation.

<http://www.jacquesvigne.com/>



Jacques Vigne est ouvert aux expériences paranormales sans être un spécialiste. Il pourra aborder deux aspects dans la conférence : les expériences paranormales autour de Mâ Anandamayî, grande femme 'sage' de l'Inde, comment elle-même les interprétait et comment les comprenait Swami Vijayânanda, son disciple français ancien médecin généraliste qui a exercé jusqu'à l'âge de 36 ans en France avant de passer 60 ans dans les ashrams de Mâ, Jacques Vigne a passé 25 ans avec lui en Inde. L'autre volet de la conférence pourrait être basé sur les études scientifiques concernant la méditation, et l'atelier pourrait montrer comment les intégrer dans sa pratique, par rapport aux nouvelles découvertes sur la co-stimulation du sympathique et du parasympathique et par rapport à la variabilité cardiaque dont Jacques Vigne parle dans son dernier livre *Pratique de la méditation laïque*.