

## Compagnes de route

Ginette s'en est allée le 18 mai 2025 à 5h du matin. Elle aurait eu 105 ans en décembre... Nous avons été, Ginette et moi, compagnes de route avec Noëlle.

Elle avait commencé le yoga avec Noëlle en 1971. Elle était très forte et très raide, ce qui correspond, en homéopathie, au type « carbonique ». Tout l'inverse de moi, phospho-fluorique, souple et pas très forte. Quand B.K.S. Iyengar est venu pour la première fois à Paris, en juin 1971, invité par l'Institut B.K.S. Iyengar que Noëlle avait fondé, elle ne l'a pas mise parmi le groupe d'élèves, mais parmi les personnes inscrites en tant qu'observateurs. Elle craignait qu'Iyengar lui demande de faire des postures qui auraient pu l'endommager.

Noëlle la faisait travailler avec beaucoup de prudence. Ginette avançait doucement, mais elle est devenue passionnée par ce travail. A tel point qu'en 1976, Noëlle lui a confié un cours de débutants. Car, en donnant des cours, on commence réellement à progresser. A condition de ne donner aux élèves que ce que l'on a déjà bien senti, d'être prudent et très humble. C'est ce qu'elle était.

Les séminaires de fin de semaine avaient commencé en 1975. Pour la préparation du programme, nous nous réunissions toutes les trois chaque vendredi soir, chez Noëlle, au 72 avenue de La Bourdonnais, à Paris. Noëlle nous faisait travailler toutes les deux, et nous faisons part à Noëlle des difficultés que nous rencontrions avec les élèves. Puis nous élaborions ensemble le programme.

Noëlle disait que nous formions, non pas un triumvirat, mais un « triumfemina »...

Dans les séminaires, nous faisons constamment le tour de la salle et apportons une aide à chaque élève, avec nos mains, car chacune à notre niveau, apportons une aide différente. Noëlle avait une expérience plus approfondie et donnait une synthèse que nous ne pouvions pas encore donner. Nous découvrons que c'est une grande richesse que des personnes de niveau d'avancement et de tempérament différents, puissent aider. Car, chaque élève, selon son niveau, capte la diversité des impulsions dont nous sommes porteurs.

C'est toujours ainsi que nous continuons de procéder dans nos cours et séminaires.

Ginette était la patience et la fermeté.

Ginette était la douceur auprès de laquelle les élèves venaient se blottir quand Noëlle s'emballait...

Quand Noëlle est allée en 1981 pour la première fois en Afrique, au Burkina Faso, elle a découvert la beauté des Africaines et leur manière extraordinaire de porter sur la tête. Commençaient une nouvelle recherche qui l'a emmenée au Portugal. Elle y a découvert que cette manière de porter existait encore en Europe, notamment chez les déchargeurs de poissons du port de Setubal. L'un d'eux, Miguel, est devenu son mari. La beauté et l'énergie ressenties en voyant ces personnes l'a amenée à donner un nom à cette expérience : *Être d'Aplomb !*

Les recherches de Noëlle ont ainsi basculé vers l'Aplomb. Ginette et moi étions d'une certaine manière, les « cobayes ». Elle nous faisait part de ce qu'elle découvrait à chaque voyage, elle essayait sur nous et nous partageons nos sensations. C'était un atelier d'apprentissage pour nous



trois, qui étions de souplesse et de force, fort différentes. Nous découvriions une base d'anatomie sur nous-mêmes, nous acquérions l'expérience et surtout les limites de ce que l'on pouvait demander à chaque élève. C'était le contraire d'une uniformisation de l'enseignement d'Iyengar. Nous avons appris le travail « sur mesure » avec chaque personne. Et c'est toujours ainsi.

Quand des séminaires se sont organisés à l'étranger, plusieurs fois par an, surtout en Italie chez Carla à Modena et chez Stefano près de Bologne, Ginette était toujours là, fidèle au poste, avec Noëlle.

Quand Ginette s'est retirée à Dinard, un petit groupe s'est constitué autour d'elle et elle a continué à donner des cours chez elle. Des élèves venaient aussi se faire guider par ses mains, de différents endroits de France, de Belgique et des USA, qui faisaient le voyage jusqu'à elle..

Ginette, tu as été là, présente jusqu'à ton dernier souffle, dans la lumière de l'Aplomb.

Avec reconnaissance, Georgia