



# ICP

UNIVERSITAS  
CATHOLICA  
PARISIENSIS

Portrait

## « Retrouver ses racines en explorant celles des autres » grâce à l'ICP

*Florence Dekindt, professeure de yoga, revient sur le chemin inattendu qui l'a menée au DU "Culture et spiritualités d'Asie" de l'ISTR. Une formation qui, en lui ouvrant les portes de traditions orientales, l'a reconnectée à sa propre culture.*



Recevez l'actualité de l'ICP !

Je choisis mes centres d'intérêts



©Florence D.

TÉMOIGNAGE

## Une reconversion ancrée dans le corps et l'esprit

Florence Dekindt, 51 ans, a déjà eu plusieurs vies professionnelles : professeure de français à Madagascar, responsable associative, bibliothécaire, elle est aujourd'hui professeure de yoga.

Une reconversion récente, amorcée après une formation de deux ans et demi à Bordeaux, avec le **besoin d'« enraciner » sa pratique dans un socle plus solide.**

« *Le yoga que je transmettais me semblait flotter un peu. J'avais envie de comprendre ses origines, ses sources, d'aller voir du côté de l'hindouisme, du bouddhisme, de leur histoire.* »

## Un DU pour nourrir la pratique... et bien plus

C'est en tapant « *yoga et spiritualités* » sur Internet que Florence découvre le DU « Culture et spiritualités d'Asie » proposé par l'Institut de Science et de Théologie des Religions (ISTR) .

Elle s'inscrit à ce parcours sans savoir qu'il allait profondément **transformer son regard – sur le monde, mais surtout sur elle-même.**

« *Je pensais puiser dans les textes orientaux pour enrichir mes cours de yoga, mais ce que j'ai trouvé m'a menée ailleurs... vers ma propre tradition culturelle.* ».

Ce cheminement personnel, elle le raconte avec émotion : une formation qui devait élargir son horizon a en réalité réveillé un désir enfoui, celui d'**approfondir la Bible, l'Ancien Testament, et de renouer avec la poésie, ses premières amours.**

## Une expérience de formation marquante

Florence souligne l'excellence de certains enseignants, et en particulier Mme Ysé Tardan-Masquelier, dont « *l'écoute, la rigueur et la bienveillance* » l'ont profondément marquée.

Elle garde un souvenir fort de cette aventure : les enseignements sur les Upanishads, le sanskrit, la Bhagavad Gita, les liens entre traditions. Et surtout, le mémoire de fin d'étude, qu'elle décrit comme « **un moment d'écriture et d'approfondissement personnel précieux** ».

## Un chemin vers soi

Aujourd'hui, Florence **enseigne le yoga en Charente et continue de puiser dans les ressources acquises à l'ISTR.** « *Je ne cite pas forcément des textes hindous dans mes cours. J'y mets autre chose. De la poésie, de la littérature, de ma culture.* »

Et c'est peut-être là le plus bel enseignement qu'elle retient : « **Explorer d'autres traditions m'a ramenée à la mienne. C'est un chemin vers l'autre qui devient un chemin vers soi.** »

Publié le 11 juin 2025 – Mis à jour le 25 juin 2025

### A lire aussi

À LA  
UNE

TÉMOIGNAGE

Tous les tags