

Laurence Maman & Friends

Centre CAY (Connaissance et Adaptation du Yoga)



Affilié à l'Institut Français de
Yoga



Membre de l'Union
européenne de yoga

ASMITĀ « Je », « ego », identification

LECTURES, ÉCHANGES, PRATIQUES DE YOGA, CHANT, PRĀṆĀYĀMA,
MÉDITATION

Stage résidentiel

Pont Saint Esprit

du mardi 31 octobre au samedi 4 novembre 2023

Patanjali, dans son *yogasūtra*, revient à plusieurs reprises, dans des contextes différents et complémentaires, sur un concept qui me paraît très important.

Il s'agit de *asmitā* : ce qui nous permet de dire « je », la fonction d'identification, touchant au sentiment d'identité personnelle.

Or cette fonction est présentée dans certaines parties du texte de Patanjali comme « affligeante », problématique, et dans d'autres comme associée à un état de conscience très clair.

Pour le *yogasūtra*, elle est perturbante du fait d'une méprise fondamentale : la non-reconnaissance de la différence essentielle, chez l'être humain, entre « ce qui voit » et « ce qui est vu », c'est-à-dire entre ce qui, en nous, serait seulement regard et ce qui (aussi bien corps que psychisme, s'agitant, pensant, se troublant, bougeant), sous ce regard, masquerait celui-ci. Différence entre le sujet essentiel, en nous, et tout ce qui, en nous, est autre par rapport à ce sujet. Alors on peut s'enfermer dans des images de soi trompeuses ou menteuses, dans un ego figé.

Lorsqu'elle va avec la clarté, elle permet d'entrer en relation avec le monde et les autres humains. A travers l'affinement perceptif permis par la méditation, le *yogi* a des chances de pouvoir y accéder.

Si le centre de notre travail sera le *yogasūtra*, nous irons aussi à la rencontre de la psychanalyse, qui a quelque chose à nous dire du « Je », des identifications, des identités.

Nos pratiques (posturales, respiratoires, avec et sans la voix, méditatives...) viseront à explorer de multiples facettes de cette fonction.

Renseignements pratiques :

ASMITĀ : « Je », « ego », identification

Dates : du mardi 31 octobre (17 h) au samedi 4 novembre 2023 (14h).

Lieu : près de Pont Saint Esprit (Gard)
Chez Anna et Philippe Bouliou, Chemin du Brugas,
30130 Saint Paulet de Caisson.
Tél. : 06 77 65 13 86.

(Informations sur le lieu : <http://annabouliou.wixsite.com/souffleharmonie>)

Dans l'ambiance très chaleureuse d'une maison provençale, nourriture savoureuse, piscine découverte.

Hébergement de référence en chambres de deux personnes. Possibilité de camping ou d'hébergements supplémentaires en chambres d'hôtes à proximité.

A 15 minutes de Bollène (autoroute) ; gare de Bollène-la-Croisière ou de Pont-Saint-Esprit

Coût : Enseignement : 320 € pour une inscription avant le 15 septembre 2023 ; 350 € pour une inscription plus tardive.

Hébergement en pension complète : 350 € incluant les draps.

Renseignements et inscriptions :

Laurence Maman
65bis rue du Maréchal Foch, 78000 Versailles
Tél. : +33 (0)6 07 02 42 77
Email : laurence@laurence-maman.fr
Site internet : <http://www.laurence-maman.fr>

Laurence Maman est médecin et formateur de professeurs de yoga.

Elève de TKV Desikachar à partir de 1977, elle s'est également formée depuis de nombreuses années, au chant. Depuis quelques années, elle aborde le vaste champ de la psychanalyse.

Elle intervient également en province et à l'étranger à l'invitation d'associations ou de particuliers et, à Versailles, en travail individuel.

Le centre **CAY (Connaissance et Adaptation du Yoga)**, fondé par Laurence Maman, est membre de **l'Institut Français de Yoga** (anciennement Fédération Viniyoga France) et de **l'Union Européenne de Yoga**. Elle s'y investit depuis 1983, en particulier au sein du collège des formateurs.

Le CAY a formé de nombreuses promotions de professeurs de yoga, avec l'aide d'un petit groupe de formatrices.

Pour plus de renseignements, visiter le site www.laurence-maman.fr