

Laurence Maman & Friends

Centre CAY (Connaissance et Adaptation du Yoga)



Affilié à l'Institut Français de
Yoga



Membre de l'Union européenne
de yoga

SE LAISSER INSPIRER PAR LA BHAGAVAD GĪTĀ, FAIRE DU PRĀṆĀYĀMA

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

Stage résidentiel

Pont Saint Esprit

du samedi 29 octobre au mercredi 2 novembre 2022

La *Bhagavad Gītā*, située au cœur de la grande épopée qu'est le *Mahābhārata*, est considérée, en Inde et ailleurs, comme un joyau, un texte de référence.

Il s'agit du dialogue secret entre le guerrier *Arjuna* et *Kṛṣṇa*, avatar du dieu *Viṣṇu*, celui qui protège le monde. Le premier, qui doit combattre ses cousins, est pris d'un intense désarroi ; le second est le conducteur de son char mais surtout son guide. L'enseignement qu'il lui prodigue, sur la nécessité de l'action, sur la nature du réel, sur les différents yogas, transformera *Arjuna*.

Quelle position trouver en temps de guerre, guerre autour de soi et en soi ?
La question de la responsabilité et de la singularité de chacun est centrale.

Ce texte reste d'une extrême actualité. Il sera le support de *notre chant, de nos échanges, des pratiques, des assises méditatives.*

Avec, dans la pratique, un centrage particulier sur le *prāṇāyāma* (d'ailleurs mentionné dans le texte), ses techniques, ses effets...

Renseignements pratiques :

SE LAISSER INSPIRER PAR LA BHAGAVAD GĪTĀ, FAIRE DU PRĀṆĀYĀMA

Dates : du samedi 29 octobre (17 h) au mercredi 2 novembre 2022 (14h).

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

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

Dans l'ambiance très chaleureuse d'une maison provençale, nourriture savoureuse, piscine, spa et possibilité de massages pour les moments de loisir.

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 (de préférence),
Orange ou Avignon

Coût : Enseignement : 310 € pour une inscription avant le 15 septembre 2022 ; 330 € pour une inscription plus tardive.

Hébergement en pension complète : 340 € 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>

Le centre **CAY (Connaissance et Adaptation du Yoga)** est membre de **l'Institut Français de Yoga**.

Formée par TKV Desikachar à partir de 1977, fondatrice du centre CAY, Laurence Maman est médecin, et formatrice de professeurs de yoga. Elle s'oriente maintenant également de la psychanalyse. Par ailleurs, elle pratique et enseigne le chant depuis de nombreuses années.

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