

LE LIEU - LA DATE

Une belle salle calme et bien aménagée pour la pratique du yoga située dans une ancienne abbaye. Chambres à deux ou trois lits. Cuisine raffinée végétarienne. Saint Antoine l'Abbaye est un beau village médiéval près du Vercors, entre Lyon et Valence. (En train, changement à Valence, pour Gare de Saint-Marcellin (Isère) où l'on viendra vous chercher si vous téléphonez au préalable à l'Arche de saint Antoine au 04 76 36 45 52. **Le séminaire débute le 13 juillet à 15h et se termine le 18 juillet à 15h.**

RÉSERVATION

Votre place est réservée lorsque votre fiche d'inscription remplie et votre acompte nous parviennent.

Enseignement : 350 euros.

Formation CNY : 2ème séminaire (si facultatif) : 300 euros.

Inscrit AMIDUCNY - Post-Formation CNY : 315 euros.

Hébergement, nourriture, salle : 60 euros /jour. Joindre un chèque de 300 euros à l'ordre de "Arche de Saint Antoine" avant le 10 juin 2015.

Acompte de réservation : 200 euros

Le solde de 150 euros à l'ordre du Collège National de Yoga et le chèque de 300 euros à l'ordre de "Arche de Saint Antoine" devront nous parvenir avant le 10 juin 2015 sans rappel de notre part. En cas de désistement, il sera retenu l'acompte et le chèque à l'ordre de "Arche de Saint Antoine".

places limitées

FICHE D'INSCRIPTION

M. Mme, Melle

Enseignant de yoga ou pratiquant

Adresse.....Tel.....

E-mail:.....

*Je m'inscris au séminaire du 13 au 18 juillet 2015 avec E.Sanier Torre. Je joins 1ou 2 chèques de à l'ordre de **Collège National de Yoga - (3, allée de la Marne - 95120 ERMONT) :***

DATE ET SIGNATURE

Je désire un reçu

collège national de yoga

vous propose

du 13 au 18 juillet 2015

un séminaire ouvert à tous avec

Anne Bervas-Leroux

Evelyne Sanier-Torre

“Yoga : au cœur de l'Être.”

*“ Contemple avec l'œil intérieur
le secret de ton cœur.”*

Sarasvatî upanishad



Agréé par la Fédération de Yoga FIDHY
et par l'Union Européenne de Yoga

Pour tous renseignements:

Tél.: 01 34 14 48 23 - 06 03 18 04 80

contact@collegetyoga.fr ou <http://collegetyoga.fr>

Le CNY a un N° d'activité délivré par la DIRRECTE.

*« Contemple dans ton propre cœur
toutes les sciences des prophètes,
sans livres, sans professeurs, sans maîtres.
Le livre du Soufi n'est pas composé d'encre
et de lettres ; il n'est rien d'autre
qu'un cœur blanc comme de la neige. »*

Masnavî, Rumi (1207.1273), poète et maître soufi.

« A cœur joie, le cœur léger, avoir du cœur, apprendre par cœur » : la langue populaire parle d'elle-même et nous invite discrètement à nous recentrer vers l'essentiel. En effet, le cœur n'est pas que le siège de la pulsation vitale. Il ne se limite pas à la métaphore du sentiment et de l'émotivité. Il est aussi, comme le rappelle la tradition orthodoxe de la Prière du Cœur, la « racine des puissances », la « mine des secrets », la « source des lumières ».

Les différentes voies spirituelles nous invitent à nous tourner vers ce lieu où l'homme extérieur peut se reposer, se retrouver, se transformer. C'est tout un chemin intérieur auquel on nous convie afin de « tourner » nos cœurs (sens étymologique du verbe « convertir ») vers la lumière qui deviendra Illumination : « Le lieu de la réalisation , c'est le Cœur » nous rappelle le sage d'Arunachala, Ramana Maharshi.

Il est frappant de constater que les grands textes spirituels reviennent de façon unanime sur une poésie mystique du Cœur .Ils déclinent une litanie secrète qui révèle le Cœur comme centre de l'Être, foyer d'Amour, demeure du Divin en l'Homme. Dans les Evangiles, les disciples d'Emmaüs évoquent ce foyer ardent qui s'éveille à la rencontre de la parole: « Notre cœur n'était-il pas tout brûlant au-dedans de nous quand Il nous parlait en chemin ? » (Luc, 24.32).

Que ce soit dans la Bhagavad-Gîtâ, dans la Bible ou dans le Vedanta, à mesure que l'homme plonge dans ses profondeurs, il éveille son cœur à la Présence qui l'habite.

*“Le cœur est le plus saint des lieux saints.
Il faut vous y rendre et l'explorer.”*

Bhagavan Nityananda.

Intervenants et Programme

Evelyne Sanier-Torre : Fondatrice et Directrice du Collège National de Yoga, Présidente de la FIDHY de 1995 à 2002, Evelyne Sanier-Torre enseigne depuis plus de trente ans. Formatrice d'enseignants, elle intègre dans son enseignement les asana, le prânâyâma et les fondements de la «Spiraldynamik», en cherchant à redonner au “corps” toutes ses résonances spirituelles. Véritable trame de sa pratique, les yoga sutra sont au cœur de son cheminement personnel et mettent en lumière les fondements de sa pédagogie.

A travers des entretiens et des pratiques de Hatha Yoga plus spécifiquement axées sur le cœur et le pranayama, Evelyne Sanier-Torre vous invite à explorer les dimensions cachées de l'Être dans cette quête intérieure. Ainsi, le corps devient instrument de spiritualité. L'intellect de l'homme descend et prend le cœur pour maison. Véritable temple du sacré, le cœur de l'homme est l'écrin de son essence... Et comme il est écrit dans la Sarasvatî upanishad:

“ Contemple avec l'œil intérieur le secret de ton cœur.”

De 9h15 à 12h15 : Asana, prânâyâma, méditation

Anne Bervas-Leroux : Professeur de lettres et formatrice pour les enseignants, pratiquant le yoga, Anne Bervas-Leroux, ancrée dans la tradition chrétienne, s'est très tôt intéressée aux autres spiritualités et tout particulièrement à la voie mystique. "

16h15 - 18h45 : Entretiens

14h45 - 16h : Cours donnés par les 4èmes années du CNY
Ouverts à tous.

Méditations facultatives au lever du soleil.