

## 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, entre Lyon et Valence. (En train, changement à Valence, pour Gare de Saint-Marcellin (38160). Possibilités de navettes organisées par l'Arche de saint Antoine. Téléphone de l'Arche: 04 76 36 45 52.

**Le séminaire débute le 29 juillet à 15h et se termine le 3 août à 12h ou 14h.**

## RÉSERVATION

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

**Enseignement : 390 euros.** Acompte de réservation : 200 euros.

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

Le solde de 190 euros à l'ordre du Collège National de Yoga devra nous parvenir avant le 1er juin 2024 sans rappel de notre part.

**Hébergement en pension complète: Réservation individuelle indispensable sur le site de l'Arche avec le lien qui vous sera envoyé lors de votre inscription.**

**Participation aux frais d'organisation, salles...:** 50 euros par chèque à l'ordre de l'Arche, à payer sur place.

**Places limitées**

## FICHE D'INSCRIPTION

M. Mme, Melle

.....  
Enseignant de yoga ou pratiquant .....

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

E-mail:.....

*Je m'inscris au séminaire du 29 juillet au 3 août 2024.*

*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

**du 29 juillet au 3 août 2024**

un séminaire ouvert à tous avec

**Anne Bervas-Leroux**

**Evelyne Sanier-Torre**

## “Yoga, baume de l'être”

*“Celui qui, par quelque alchimie sait extraire de son coeur, pour les refondre ensemble, compassion, respect, besoin, patience, regret, surprise et pardon crée cet atome qu'on appelle l'amour.”*

Khalil Gibran



Agréé par la Fédération de Yoga  
des Lignées d'Enseignements FYLE

Pour tous renseignements:

Tél.: 06 03 18 04 80

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

**Le CNY est certifié QUALIOPFI au titre de  
Actions de Formation.**

## *Intervenants et Programme*

**Evelyne Sanier-Torre** : Fondatrice et Directrice du Collège National de Yoga. Présidente de la FIDHY de 1995 à 2002, actuelle Présidente de FYLE, Evelyne Sanier-Torre a suivi la formation d'Eva Ruchpaul, puis de Gérard Blitz, notamment sur les Yoga-Sutra puis reçu la transmission du Prāṇāyāma et de la Bhakti par Sri TKS Srihashayam. Evelyne intègre dans son enseignement les asana, le prāṇāyāma, la méditation, pour redonner au « corps » toutes ses résonances spirituelles et conduire chacun à vivre pleinement son souffle intérieur tel que :

*“Offrez-vous un temps pour vous,  
percevez votre corps, écoutez votre souffle,  
goûtez le bonheur de sentir la vie pulser en vous,  
doucement, tel un joyau, savourez la joie d'être,  
ici-maintenant, librement, dans la plénitude du cœur.”*

De 9h30 à 12h15 : Asana, prāṇāyāma, méditation

**Anne Bervas-Leroux** : Professeur agrégée de lettres et formatrice dans l'Académie de Versailles, Anne Bervas-Leroux s'est très tôt abreuverte à la source des spiritualités orientales qui ont enrichi sa recherche personnelle et soutenu son chemin de pèlerin. Etant par ailleurs ancrée dans la tradition chrétienne, elle s'est intéressée tout particulièrement à la voie mystique en étudiant son expression littéraire (DEA de littérature sur la Poésie mystique) et les témoignages sapientiels de ses grands témoins dans les différentes traditions.

16h15 - 18h45 : Entretiens

La soirée du mercredi sera consacrée à la projection d'un documentaire relatif à la thématique spirituelle abordée.

*“Le seul but de la vie humaine est d'aimer de manière si totale  
que l'on arrive à voir tous comme un....”*

*Serrer chacun contre son cœur comme s'il était  
un membre de sa propre famille, cela seul est digne de l'homme.”*

Swami Prajnapad - Lettres à ses disciples : Tome 2, Les yeux ouverts  
« Le yoga, baume de l'être » : j'entends, dans cette invitation d'Evelyne, la résonance du mot « consolation » qui traverse toute l'histoire de la quête spirituelle, depuis le Prophète Isaïe, les Stoïciens et Sénèque, Maître Eckhart et son traité de *la Divine Consolation* qui nous conduit au fond de notre silence intérieur.

*“En moi, Dieu écoute Dieu”* écrit Etty Hillessum dans son Journal en 1942. C'est par cette « écoute intérieure » si bien décrite par Etty que nous ferons le lien avec les pratiques de yoga du matin. C'est notre relation au monde, sans cesse revivifiée, qui pourra être source de consolation car même la contemplation d'un arbre console. *“L'arbre se dressait immobile dans le petit matin grisâtre. Et j'ai prié : « Mon Dieu, accorde-moi cette Paix profonde et puissante qui est répandue dans Ta nature”.* (Journal , 1942).

Il s'agit de sentir le souffle de l'Esprit qui sème dans son sillage un surcroît de paix, de joie et de lumière. Le Tout-Autre, le Tout Aimant parle au cœur. Expérience de la tendresse divine qui s'appuie sur notre être tout entier : corps, âme, esprit.  
Chemain faisant, nous écouterons le "cœur brûlant" des Disciples d'Emmaüs (Luc, 24) et découvrirons l'acuité de l'enseignement de Swami Prajnapad pour voir à quel point la consolation véritable est offerte : elle est le fruit de tout un itinéraire, d'un travail de vérité, du retour à l'Unité.

En nous posant tout près de la Source intérieure, nous serons fortifiés pour vivre l'expérience de la Rencontre et ainsi affronter le mystère du monde et l'opacité de nos vies car la Consolation pacifie.

*« L'homme qui, congédiant tout désir, vit libre de convoitise,*

*libre du « je » et du « mien » ,*

*celui-là accède à la paix spirituelle. »*

Bhagavad-Gita , II,71. Trad. Emile Senart