



Du jeudi 9 au dimanche 12 mai 2024

Lieu : Maison diocésaine St Paul - St Michel
03000 Moulins

Pratyāhāra, passage obligé vers Dhyāna ?

La Bhagavad Gītā au chapitre 2, strophes 67 et 68, enseigne :

« Comme une tempête malmène sur l'océan un bateau, il suffit que l'un des sens entraîne le mental pour que l'intelligence soit emportée.

Aussi, ô Arjuna aux-bras-puissants, celui qui détourne ses sens de leurs objets possède une intelligence sûre. »

Ce faisant est affirmée la nécessité de mettre les organes sensoriels au service du yoga. Patañjali, dans ses Yogasūtra, place cette orientation au cœur de l'aṣṭāṅgayoga, puisque **pratyāhāra**, opérant la bascule entre les 4 membres dits externes et les 3 derniers dits internes, représente l'accès à la stabilité du mental.

Pratiques, théorie, ateliers et moments de partage alterneront pendant ce stage.

Elisabeth Remy



Elisabeth Remy vit en Normandie, près de Cherbourg.

Formée à Lille par Claude Maréchal et Frans Moors, elle donne des cours de yoga depuis 1986. Encouragée par ses deux formateurs, elle forme depuis 2002 des enseignants de yoga au sein de l'Institut Français de Yoga, ancienne Fédération Viniyoga.

Elle étudie avec Simone Moors le chant védique depuis 1990, elle assure des formations de chant védique.

Elle organise régulièrement pour ses élèves des séminaires en Inde au KYM à Chennai où enseignait TKV Desikachar.

Modalités du stage

Dates : du jeudi 9 mai au dimanche 12 mai 2024

Jeudi : accueil à partir de 17h30, L'Assemblée Générale à 20h30

Vendredi, samedi, dimanche : pratiques à 7 h-stage animé par Elisabeth Remy, de 9h à 12h30 et de 15h30 à 19h les vendredi et samedi, 9h à 12h30 le dimanche
fin du stage après le déjeuner.

Lieu du stage : Maison diocésaine St Paul

20 rue Colombeau - 03000 MOULINS

Téléphone : 04 70 35 10 50

E-mail : accueil-maisondiocesaine@moulins.catholique.fr

Site : <https://www.catholique-moulins.fr/service-diocesains/maison-diocesaine-saint-paul/>

Tarif adhérents* FVI : (enseignants viniyoga ou en formation)

- **280 €** comprenant l'enseignement et l'hébergement **en pension-complète**

non-adhérents* FVI : Pour les pratiquants Viniyoga non professeurs ou pour les professeurs d'une autre tradition.

- **340 €** comprenant l'enseignement et l'hébergement **en pension-complète**

? Pour les accompagnants ne suivant pas le stage, nous contacter.

Nous vous demandons 2 chèques :

100 € pour les arrhes, encaissé à l'inscription, **non remboursable après le 15 mars**

180 € (ou 240 €), encaissé en mai, **non remboursable après le 20 avril**

Contact : (pour toutes informations et pendant le stage)

- Béatrice Creux : bea.creux@orange.fr

tél : 06 87 53 56 77

Site : <https://www.federationviniyoga.org/>

Mail : federationviniyoga@gmail.com

*** 50€ pour les professeurs et 15€ pour les élèves professeurs en formation**

Bulletin d'inscription

A renvoyer à : Béatrice Creux, 7 route de la Croix - 73110 Valgelon-La Rochette

AVANT LE 14 avril 2024

Nom : Prénom :

Adresse :

.....

Tél : Mail :

- Je viens en voiture. Acceptez-vous qu'on donne vos coordonnées à d'autres participants en vue d'un possible co-voiturage ? Oui Non
- Je viens en train (donner l'heure d'arrivée pour organiser le covoiturage si besoin)

Hébergement :

Vous serez hébergés en chambres de 2 à 3 lits (simples dont 2 superposés) et en pension complète, les repas ne sont pas végétariens et les draps et une serviette de toilette sont fournis.

Avec qui voulez-vous être dans la chambre ?

.....

Inscription : **Chèques à l'ordre de la FVI**

- Je suis adhérent-e à la FVI, j'envoie 2 chèques : **100 € et 180 €**
- Je ne suis pas encore adhérent-e et j'adhère à la FVI : **50 €** **15 €**
J'envoie 3 chèques : **100 € et 180 € + 50 € (ou 15 €) et le bulletin d'adhésion**
- Je ne suis pas adhérent-e et je ne peux ou ne souhaite pas adhérer à la FVI,
J'envoie 2 chèques : **100 € et 240 €**

Date et signature :

 Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par e-mail.