

Yoga et Chant Védique

Sūrya

Samedi 26 et Dimanche 27 Septembre 2020



Nicole Bosch

Thème

Le Chant Védique est la récitation chantée des Védas en observant des règles précises, de façon à assurer la préservation des textes et à ne pas en altérer le sens. Les Védas ont ainsi été transmis au cours des siècles oralement, de maître à disciple.

Symbole de la clarté qui dissipe les ténèbres, le Soleil est vénéré dans les Védas sous de multiples noms, le plus connu étant **Sūrya**.

Il est dit dans la **Sūrya Upaniṣad** :

"Du Soleil sont nés tous les êtres vivants, le Soleil les maintient en vie, dans le Soleil ils disparaissent. Ce qu'est le Soleil, cela je suis."

Ce week-end permettra d'aborder divers chants consacrés au Soleil, comme le **sūryanamaskāra mantrah**, un extrait de la **Sūrya Upaniṣad**, etc.

Au cours du stage alterneront **chant** et **étude théorique** du texte, échanges, pratiques de **yoga** accompagnées du chant de **mantra** et pratiques **méditatives**.

Ce stage s'adresse à des personnes ayant déjà pratiqué ou pratiquant le yoga.

Professeur

Nicole enseigne le yoga selon l'école de **Krishnamacharya et Desikachar**.

Elle est professeur de yoga depuis l'année 2000 (formée par Bernard Bouanchaud). Elle a ensuite suivi une formation de professeur de chant védique à Chennai au Krishnamacharya Yoga Mandiram et y poursuit dorénavant son étude du yoga et du chant.

<http://www.yogashraddha.fr/Parcours.html>

Lieu

Le gîte du Pont du Secret est situé à une quarantaine de kms au sud-ouest de Rennes, aux portes de la forêt de Brocéliande.

C'est une maison traditionnelle en schiste rouge (pierre du pays), restaurée avec des matériaux sains dans un jardin clos et boisé de 8 000 m².

<https://www.gitepontdusecret.fr/>

Dates et horaires

Du **samedi 26 septembre 2020 9h00** au **dimanche 27 septembre 2020, 16h00**.

Il est possible d'arriver le vendredi soir et dormir sur place la nuit du vendredi.

Tarifs

Enseignement : 160 € pour les 2 jours.

Hébergement : pension complète, repas végétariens sans gluten ni lactose.

- du samedi matin au dimanche après-midi : 83 €
- arrivée le vendredi soir : + 33 € nuit et petit déjeuner, + 15 € dîner.

Draps et serviettes de toilette sont fournis.

Pensez à apporter votre matériel de yoga (tapis, coussin).

Contact

email : nicole.bosch@free.fr
internet : <http://www.yogashraddha.fr/>
tél. : 05 61 61 23 14 / 06 70 65 39 26

Bulletin d'inscription

à renvoyer, accompagné de votre règlement à :

Association Yoga-Shraddha, 46 rue Montcabrier, 31500 TOULOUSE

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code Postal :

Ville :

Tél :

E-mail :

Je m'inscris au stage du 26 au 27 septembre 2020,

“Yoga & Chant Védique : Sūrya”,

- avec **arrivée** :
- le vendredi soir avec repas
 - le vendredi soir sans repas
 - le samedi matin

Je verse 70 € d'arrhes, à l'ordre de l'association Yoga-Shraddha.
En cas de désistement après le 5 septembre 2020, les arrhes ne seront pas remboursées.

Fait à

le

Signature