

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 2 avril à 15h et se termine le 7 avril à 15h.**

RÉSERVATION

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

Enseignement : 380 euros pour 5 jours de cours avec 3 enseignants.

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

Inscrit AMIDUCNY - Post-Formation CNY : 342 euros.

Hébergement, nourriture, salle : 62 euros /jour. Joindre un chèque de 310 euros à l'ordre de "Arche de Saint Antoine" avant le 1 mars 2017.

Adhésion Arche : 15 euros

Acompte de réservation : 200 euros

Le solde de 180 euros à l'ordre du Collège National de Yoga et le chèque de 310 euros à l'ordre de "Arche de Saint Antoine" devront nous parvenir avant le 1 mars 17 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 2 au 7 avril 2017 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 2 au 7 avril 2017

un séminaire ouvert à tous avec

Edith Lombardi

Evelyne Sanier-Torre

Jean-Marie Vigoureux

“Yoga, présent de l'Être...”

**“ “Si vous êtes dans le maintenant,
vous êtes dans l'infini .”**

Swami Prajnanpad



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.

“L'éternité est contenu dans l'ici et maintenant.”

Maître Taisen Deshimaru

On sait tous que le futur est hypothétique avec ses désirs et ses projections et emprisonné dans un passé qui n'existe plus avec ses chaînes et ses conditionnements... Seul le présent est réel ! Le sens de la vie est dans l'ici maintenant. Vivre d'instant en instant, le présent, sans référence au passé, sans faire appel à cette mémoire qui court-circuite la totale disponibilité nécessaire à l'expérience de la posture que l'on vit ici-maintenant et non pas, celle d'hier ou celle que l'on fera peut-être demain... Que de pièges à éviter: si il y a référence, il y a mémoire et donc le présent est remplacé subrepticement par le passé. Si il y a intentionnalité, si on est déjà dans la posture telle qu'on la voudrait aboutie, on a quitté le présent pour être dans le futur. Alors comment éviter tous ces pièges et vivre notre pratique de “présent en présent”? En étant toujours à l'écoute de notre corps tel qu'il est aujourd'hui pas tel que notre mémoire nous le dit et pas tel que notre égo le désire... Etre toujours neuf dans notre pratique, car dès qu'il y a une trace même minime d'automatisme, ce n'est plus du yoga... Plus notre ressenti s'affine, plus notre présence d'instant en instant se développe, plus nous allons pouvoir dissocier chaque région mais aussi chaque muscle, pour aller du grossier au subtil, et avec le corps que l'on a ici-maintenant (et pas celui qu'on voudrait avoir!) installer “la posture juste du jour” dans la présence à ce qui est...

A travers des entretiens et des pratiques de hatha yoga toujours reliés à l'expérience du présent, de l'ici-maintenant, Evelyne Sanier-Torre vous invite à vivre cette expérience de liberté intérieure, où se révèle notre véritable Nature. Ainsi, le corps devient instrument de spiritualité et accueille la plénitude du présent. Aimer la vie telle qu'elle est et dans l'instant: c'est cela le cadeau, le Présent de la vie...

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

De 14h45 - 16h : Cours donnés par les élèves du CNY, ouverts à tous.

De 16h15 à 18h45 : Entretiens

Le programme pourra être modifié pour répondre au mieux à la demande des participants.

Intervenants et Programme

Evelyne Sanier-Torre : Fondatrice et Directrice du Collège National de Yoga. Présidente de la FIDHY de 1995 à 2002, formatrice d'enseignants, Evelyne Sanier-Torre enseigne depuis plus de trente ans et 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 coeur de son cheminement personnel et mettent en lumière les fondements de sa pédagogie.

Edith Lombardi : Psychologue clinicienne, auteur et conteuse, Edith approfondit la signification des grands récits fondateurs, que sont les mythes.

Lors d'une conférence, Edith nous parlera de comment le petit humain acquiert le sens du temps et se construit : Le temps s'acquiert par étapes. Rythme diurne et nocturne, rythme des saisons, des années, nous sommes rythmés dans un temps qui se déroule. Outre ces mises en rythme, notre inscription dans le fil des générations, avec l'interdit de l'inceste, est un facteur essentiel de notre capacité à nous penser dans le temps.

Au cours de deux soirées contées, Edith nous donnera à découvrir le hors-temps des origines, tel qu'en parlent les mythes, ainsi que le temps intérieur, temps de la méditation...

Jean-Marie Vigoureux : Professeur de physique et chercheur à l'Université de Franche-Comté, conférencier, auteur d'ouvrages de référence.

De l'antiquité à Einstein : l'expérience du temps

De toutes les grandeurs physiques, le temps est certainement celle que l'on “mesure” avec la plus grande précision. C'est pourtant, aussi, la plus difficile à saisir... Qu'est-ce que le temps ? À cette question, Saint Augustin répondait : “ si personne ne me le demande, je le sais ; si je veux l'expliquer, je l'ignore ”. Sa réponse donne la mesure de la difficulté que nous avons à définir le temps: notion essentielle s'il en est dans notre vie quotidienne, elle n'est pas a priori naturelle au sens où peuvent l'être certaines autres... Nous montrerons comment l'être humain, de l'antiquité grecque à nos jours, s'est représenté et a vécu l'expérience du temps et de l'instant présent. Mais aussi comment les développements actuels de la physique éclairent et, tout à la fois, bousculent nos idées sur le temps.