

YOGA CACHEMIRIEN

AVEC MARIETTE RAINA

PRATIQUE

ASANAS
PRANAYAMAS
ÉCHANGE

Du 1 au 5 Juin 2017

LIEU : Centre du Battement d'ailes 19 150 Cornil
RENS. & INSCRIPTIONS : www.yoganuageblanc.fr
06 95 88 90 97 / 05 19 07 69 03



Le Yoga Cachemirien met l'écoute et la non intention au cœur de sa pratique.

Par une exploration subtile et imagée, les pratiquants sont guidés dans une découverte toujours neuve des postures de yoga, asanas, du souffle, pranayamas et du ressenti. La tactilité stimulée aux dépens de la performance révèle les schémas de réactivité qui sont spontanément mis en question. On découvre alors un nouvel espace, sans fabrication ni compensation. Lorsque l'image habituelle de soi-même s'évanouit, elle laisse place au « corps vide » libre de mémoire. Qu'elle soit poussée ou explorée en micromouvement, la posture est toujours secondaire à l'écoute : cette approche ne connaît pas de niveaux. Du corps au psychisme, cette perspective s'intègre d'elle-même dans la vie quotidienne. Sans attente, ni but, seule existe l'intensité de l'instant tel qu'il se présente.

Ce yoga s'inscrit dans la tradition tantrique non-duelle du Cachemire. Il peut se dévoiler comme la transposition concrète des iconographies indiennes et des enseignements présents dans les tantras. Il découle des éléments de la pratique interne transmise de maître à élève.

Mariette a reçu son enseignement d'Éric Baret. Guidée par cette orientation, elle effectue une recherche intitulée *Le Yoga Cachemirien*, entre Tradition et Modernité publiée sous forme de mémoire de maîtrise par l'Université de Montréal en 2013. Elle travaille de 2012 à 2015 à la production de *Corps de Vibration* avec Éric Baret qui paraît en novembre 2015 aux éditions Almora et traite du travail technique du shivaïsme cachemirien. Elle travaille présentement sur une collection d'essais traitant de divers sujets relatifs à la métaphysique des tantras et la culture indienne. Elle aborde des sujets, tels que les yoginis, les sâdhus ou la place de l'art dans le cheminement spirituel.

<http://yoginibhuh.com>

LE LIEU

Au cœur du Limousin, dans un écrin de verdure surplombant la vallée de la Corrèze, le Centre agro écologique et culturel du Battement d'ailes situé entre Brive et Tulle offre un cadre privilégié pour le repos, la création et le ressourcement.

TRAIN gare Brive la Gaillarde ou Tulle

VOITURE 5h00 de Paris, 2h30 de Bordeaux ou Toulouse

COÛT

Le nombre de place étant limité il sera donné priorité aux inscriptions pour le séminaire entier.

Enseignement

Début du séminaire: jeudi 01 juin à 18h30 au 05 juin vers 13h30

4 jours: 270 euros (250 euros si inscription avant le 15 avril)

2 jours (samedi & dimanche) : 150 euros (140 euros si inscription avant le 15 avril)

1 journée 85 euros (80 euros si inscription avant le 15 avril)

Repas

(Nourriture bio végétarienne)

Séminaire complet: 132 euros

A la journée | 33€

A l'unité | 15€

Hébergement

Gites (de 4 à 6 places) | séminaire complet : 66€
la nuitée: 17€

Petite yourte (5 places) | séminaire complet 52€
la nuitée 13€

Possibilité d'hébergement individuel en chambre d'hôte à proximité (nous contacter).



BULLETIN D'INSCRIPTION

Séminaire Yoga du Cachemire avec Mariette Raina

Merci de bien vouloir compléter le bulletin ci-après et le retourner, accompagné d'un chèque de 50 euros d'arrhes, à : Association Le Petit Nuage Blanc (pour toute annulation survenant après le 14 mai 2017, les arrhes versées ne seront pas restituées, et ce, quel qu'en soit le motif).

NOMPRENOM.....

ADRESSE

TEL @.....

Je m'inscris pour (cocher votre choix) et verse d'arrhes :

Séminaire 4 jours du jeudi 1 juin, 18h30 au lundi 5 juin, 12h30

-250 euros (si réservation avant le 15 avril 2017) après, 270 euros

2 jours samedi et dimanche:

-140 euros (si réservation avant le 15 avril 2017) après, 150 euros

1 journée :

-80 euros (si réservation avant le 15 avril 2017) après, 85 euros

REPAS (nourriture bio végétarienne)

-Séminaire complet 132 euros

-la journée 33 euros

HÉBERGEMENT

-gite (4 à 6 places)

séminaire complet 66 euros

la nuitée 17 euros

-petite yourte (5 places)

séminaire complet 52 euros

la nuitée 13 euros

-Possibilité d'hébergement individuel en chambre d'hôte à proximité (nous contacter)

FAIT LE..... A.....

SIGNATURE :.....

Association Le Petit Nuage Blanc

10 boulevard Marx Dormoy 19 100 Brive-la-Gaillarde

06 95 88 90 97 | 05 19 07 69 03 |

lepetitnuageblanc@gmail.com

www.yoganuageblanc.fr

