

## 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 8 avril à 15h et se termine le 13 avril 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.

**Tarif préférentiel CNY pour toute personne qui s'inscrit aux deux séminaires résidentiels de l'année : 300 euros.**

Le solde de 190 euros à l'ordre du Collège National de Yoga devra nous parvenir avant le 5 mars 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 8 avril au 13 avril 2024 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 8 au 13 avril 2024**

un séminaire ouvert à tous avec

**Evelyne Sanier-Torre**

**Jacques Scheuer**

**“Yoga, au cœur de la vie ...”**

*“Je dormais et je rêvais que la vie n'était que joie.  
Je m'éveillais et je vis que la vie n'était que service.  
Je servis et je compris que le service est joie.”*

Rabindranath Tagore



Agréé par la Fédération de Yoga FYLE

Pour tous renseignements:

Téléphone : 06 03 18 04 80

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

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

*« Je t'ai fait connaître la vérité,  
le mystère des mystères ;  
médite à fond mes enseignements ;  
puis, agis comme il te plaira. » (18.63)*

Bhagavad Gîtâ: chant 18.63

Bien des textes de l'Inde s'adressent à des ascètes, des moines ou des ermites. Depuis une vingtaine de siècles, toutefois, la Bhagavad-Gîtâ propose ses enseignements de sagesse à celles et ceux qui vivent en pleine société, dans le « champ de l'action ». Il n'est dès lors guère étonnant que ce texte deux fois millénaire paraisse aujourd'hui plus pertinent que jamais.

Le succès de la Gîtâ, en Inde puis en Occident et dans le monde, provient aussi de ce qu'elle ouvre plusieurs voies complémentaires et convergentes. Chacune d'elles est appelée 'yoga' : méthode, application, effort. Pour répondre aux perplexités de son disciple, Krishna indique successivement :

\* le chemin ou yoga de l'action (karma) solidaire :

*« Les ignorants agissent par attachement à l'acte ; que le sage agisse, lui aussi, mais en dehors de tout attachement et seulement pour le bien du monde. » (3.25)*

\*le chemin ou yoga de la juste connaissance et de la sagesse (jñâna)

*« Quand dit-on qu'un homme est en possession de la sagesse, qu'il a atteint la contemplation ? Celui qui est en possession de la lumière, comment parle-t-il ? comment s'assoit-il ? comment marche-t-il ? »*

\* le chemin ou yoga de la confiance et de la louange (bhakti) :

*« De tous les yogins, celui qui, l'âme unie à moi, m'aime dans une foi profonde, c'est lui qui est, à mes yeux, le yogin parfait. » (6.47)*

Nous parcourrons tour à tour ces trois itinéraires à la lumière des traditions de l'Inde.

“

## *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, elle a suivi la formation d'Eva Ruchpaul, puis de Gérard Blitz, notamment sur les Yoga-Sutra puis reçu la transmission du Prânâyâma et de la Bhakti par Sri TKS Srihashyam.

Evelyne intègre dans son enseignement les asana, le prânâyâma, 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.”*

**Jacques Scheuer** : Jésuite, professeur émérite d'histoire des religions de l'Asie à l'Université catholique de Louvain (Louvain-la-Neuve). Auteur de nombreux ouvrages, dont “Une traversée des Upanishad” (2019), “Parole et Silence : un patrimoine de l'Inde hindoue” (2022).

### **Programme :**

Méditations facultatives au lever du soleil.

Petit-déjeuner

9h30 à 12h: Yoga prânâyâma, méditation guidé par E. Sanier-Torre

Déjeuner et temps libre

De 16h - 18h30 : Enseignement donné par Jacques Scheuer

Les enseignements de Jacques et les pratiques guidées par Evelyne s'éclairent mutuellement.