

Yoga et Chant Védique

Śrī Rudram

Samedi 7 et Dimanche 8 Avril 2018



नमः शिवाय च
शिवतराय च

२३

Nicole Bosch & Sylvie Douliéry

Thème

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

Rudram est l'un des nombreux noms de **Śiva**.

Extrait du **Kṛṣṇa Yajur Veda (Taittirīya Saṁhitā)** le chant éponyme est l'un des plus fréquemment récités de la tradition védique.

On y trouve notamment le célèbre mantra "**namaḥ śivāya**".

C'est un excellent exercice dans l'apprentissage du Chant Védique et un très bon exemple du pouvoir vibratoire du **sanskrit**.

Ce week-end permettra d'apprendre un extrait du Rudram mais aussi d'approfondir les règles du Chant Védique, en particulier "śīkṣā", la prononciation du sanskrit.

Au cours du stage alterneront **chant** et **étude théorique** de textes, échanges, pratiques de **yoga** à orientation **méditative**, accompagnées du chant de **mantra**.

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

Professeurs

Sylvie Douliéry et Nicole Bosch enseignent le yoga selon l'école de **Krishnamacharya et Desikachar**, basée dans le sud de l'Inde à Chennai.

Sylvie est professeur de yoga depuis plus de vingt ans, formée par Bernard Bouanchaud. Elle assiste celui-ci dans la formation de professeurs de yoga depuis 1994.

Elle a étudié à plusieurs reprises à Chennai au Krishnamacharya Yoga Mandiram avec Desikachar, en particulier les textes de la tradition indienne et le chant védique.

Elle continue de s'y rendre régulièrement suivre des stages de yoga et chant védique.

Nicole est professeur de yoga depuis 2000, formée par Bernard Bouanchaud et élève de Sylvie en cours individuel pendant sa formation de professeur.

Elle a ensuite suivi une formation de professeur de chant védique à Chennai au Krishnamacharya Yoga Mandiram en 2010-2011.

Elle y poursuit dorénavant ses études de yoga et chant védique.

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

Contacts

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

Sylvie Douliéry : sylvie.douliery@orange.fr
06 09 24 59 99

Lieu

Le **gîte Barané** est construit au pied de la chaîne calcaire du Plantaurel, premier contrefort des Pyrénées ariégeoises, au milieu des prairies et des bois, dans un environnement tranquille, sans voisin proche.

Beaucoup de soin a été apporté à la rénovation du gîte, à l'aide de matériaux naturels. Les chambres spacieuses, avec leurs grandes fenêtres donnant sur le paysage alentour, ont une salle de bains privative.

Dans la grande salle de pratique, un puits de lumière éclaire le sol en parquet. La vaste terrasse en terre cuite est entourée de jardins fleuris.

<http://www.barane.fr>

Dates et horaires

Du **samedi 7 avril 2018, 9h30** au **dimanche 8 avril 2018, 16h00**.

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

Tarifs

Enseignement : 150 € pour les 2 jours.

Hébergement : pension complète, du samedi matin au dimanche après-midi

- en **chambre triple**, salle de bains privée : 99 €
- en **chambre double**, salle de bains privée : 107 €
- en **chambre individuelle**, salle de bains privée : 122 €
- option **arrivée le vendredi soir** (repas, nuit, petit-déjeuner) :
+ 39 € chambre triple, + 47 € chambre double, + 62 € chambre individuelle

Les draps sont fournis.

Penser à apporter serviette de toilette et matériel de yoga (tapis, coussin).

Merci de nous contacter pour vous assurer de la disponibilité avant d'envoyer un bulletin d'inscription.

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 :

Adresse mail :

Je m'inscris au stage "Yoga & Chant Védique" du 7 au 8 avril 2018.

Je choisis une **chambre** :

triple double ou individuelle (sous réserve de disponibilité)

avec **arrivée** : le vendredi soir ou le samedi matin

J'ai un **régime alimentaire** particulier : végétarien

allergie :

autre :

Je verse 70 € d'arrhes, à l'ordre de l'association Yoga-Shraddha.
En cas de désistement après le 15 mars 2018, les arrhes ne seront pas remboursées.

Fait à

le

Signature