

Yoga et Chant Védique

mahānārāyaṇa upaniṣat

du Mardi 14 au Vendredi 17 Juillet 2020



महानारायण

उपनिषत्

२३

Nicole Bosch

Thème

Le **Chant Védique** est la récitation chantée des Védas en observant des règles précises, de façon à assurer la préservation des enseignements sans en altérer le sens. Les Védas, considérés en Inde comme la source sacrée de toute connaissance, ont ainsi été transmis au cours des siècles oralement, de maître à disciple.

La langue des Védas est le **Sanskrit**, langue ancienne de l'Inde, d'une grande richesse phonétique.

Réciter en sanskrit implique d'apprendre à prononcer toutes les lettres de son alphabet. La différence de son est parfois subtile entre certaines lettres mais le sens d'un mot peut être totalement transformé.

La **prononciation** est la première des règles du chant védique.

Ce stage mettra donc particulièrement l'accent sur **śikṣā**, la prononciation du sanskrit.

La **Mahānārāyaṇa Upaniṣad** appartient au **Kṛṣṇa Yajur Veda**.

Elle est considérée comme la quatrième partie de la **Taittirīya Upaniṣad**, à laquelle elle fait suite dans le texte.

La Mahānārāyaṇa Upaniṣad contient des hymnes védiques importants comme le **durgā sūktam**, le **nārāyaṇa sūktam**, le **medhā sūktam** ainsi que le **gāyatrī mantrah**, précédé de l'invocation à **gāyatrī**.

Cette Upaniṣad présente la particularité d'intégrer aussi, partiellement ou totalement, des hymnes d'autres Védas.

C'est un vaste texte et le stage permettra seulement d'en aborder quelques extraits.

Au cours du stage alterneront **chant** et **étude théorique** des 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 mais nul besoin par contre d'avoir déjà pratiqué le chant védique.

C'est une formation certifiante au sein de la VFF.

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** (diplôme en 2011, renouvellement en 2016) et continue de s'y rendre tous les ans afin de poursuivre l'étude du yoga et du chant.

Elle se consacre maintenant essentiellement à la transmission du Chant Védique ainsi que du yoga avec mantra, en cours de groupe et cours individuels.

Pour plus de détails sur son parcours : <http://www.yogashraddha.fr/Parcours.html>



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

Lieu

Le stage se déroulera en Dordogne, à Montpon-Ménéstérol, entre Bordeaux et Périgueux. Il y a une gare à Montpon et il est possible de venir vous y chercher.
Plus d'info sur la Maison du Yoga :
<https://www.untempsdeyoga.fr/maison.html>

Dates et horaires

Du **mardi 14 juillet 2020, 9h30** au **vendredi 17 juillet 2020, 16h00**.
Il est possible d'arriver le lundi soir et dormir sur place la nuit du lundi.

Tarifs

Enseignement : 320 € pour les 4 jours.

Hébergement : pension complète, en chambre double (6 chambres disponibles), repas végétariens.

- du mardi matin au vendredi après-midi : 183 €
- arrivée le lundi soir : + 33 € nuit et petit déjeuner, + 12 € dîner.

Les draps sont compris. Pensez à apporter la serviette de toilette.
Tapis de yoga et coussins sont à disposition sur place.

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 14 au 17 juillet 2020,

**“Yoga & Chant Védique :
Mahānārāyaṇa Upaniṣad”,**

formation certifiante pour les professeurs de la VFF.

- avec **arrivée** :
- le lundi soir avec repas
 - le lundi soir sans repas
 - le mardi matin

Je verse 120 € d'arrhes, à l'ordre de l'association Yoga-Shraddha.
En cas de désistement après le 15 juin 2020, les arrhes ne seront pas remboursées.

Fait à

le

Signature