

L'association YOSOLI Yoga Souffle de Liberté

vous invite aux Automnales 2024
animées par Ludovic BORREL

Le Karma Yoga selon la Bhagavad Gītā



Les 12 et 13 octobre 2024
Au Val de l'Hort, à Anduze (Gard)



Ludovic BORREL

Après avoir pratiqué le kung-fu Shaolin pendant 7 ans, je découvre le yoga en 2004. Séduit et passionné par la richesse de l'enseignement du yoga de Desikachar, je m'investis dans plusieurs formations de yoga auprès de François Lorin. En parallèle, je suis l'enseignement de Sébastien Fargue pendant 2 ans, une approche non dualiste de la méditation.

J'enseigne en cours collectif et individuel depuis 2006. En 2012, je crée le Centre de Formation Yoga Montpellier et propose des formations d'enseignants de yoga. Quatre ans plus tard, j'intègre l'équipe des formateurs IFY. Transmettre le Yoga, c'est avant tout transmettre l'expérience de la conscience. Au fil du cheminement, notre relation à nous-même, aux autres, à la vie, se transforme et laisse place à ce que je suis. Notre nature essentielle se révèle et nous fait ressentir le lien qui nous unit à tout. Transmettre le yoga est un partage qui favorise l'attention et l'écoute, à regarder les choses comme elles sont, à accueillir la vie telle qu'elle se présente.

Site : <https://www.formation-yoga-montpellier.fr/>

Le Karma Yoga selon la Bhagavad Gītā

La tradition indienne considère la Bhagavad Gītā comme étant le joyau contenu dans l'écrin qu'est "le Mahabharata". Celui-ci narre l'histoire des luttes et intrigues entre les clans des Pandavas et des Kauravas, la Bhagavad Gītā se situe au cœur de ce récit, sur le champ de bataille, symbolique de nos luttes intérieures. C'est là que le prince guerrier Arjuna, paralysé par le doute, reçoit les enseignements de Krishna, le cocher divin, sur des questions universelles concernant la vie, la morale, le rôle qui incombe à chacun et la spiritualité.

Le Karma Yoga est l'une des trois voies spirituelles principales décrites dans la Bhagavad Gītā. Cette sagesse enseigne que chaque individu a un rôle à jouer dans ce monde en fonction de sa nature innée et de son environnement. Elle incite à agir en conscience sans s'attacher aux résultats et culmine dans « l'action dans la non action », en vue de la réalisation de soi.

La Bhagavad Gītā est un texte fondateur ayant inspiré Ghandi, Henry David Thoreau et d'autres. Sa particularité et son intérêt est que son message encourage l'intégration de la spiritualité dans tous les aspects de la vie.

TARIFS

Le prix du stage est forfaitaire.

- * inscription avant le 15 juillet 2024 : 160 €
- * inscription avant le 2 octobre 2024 : 180 €

- Il comprend l'ensemble des prestations du week-end :
 - *l'enseignement,
 - *la location de la salle,
 - *deux repas végétariens (samedi soir et dimanche midi) et le petit déjeuner
 - *une nuit en chambre double ou individuelle,
Supplément chambre individuelle 18€, selon disponibilités:
nous contacter par téléphone.
 - *participation de 1 € pour une association à actions humanitaires, environnementales, ou sociales.
 - *En cas de difficultés financières, nous contacter.

Inscription et règlement

Bulletin ci-joint, à adresser avant le 2 octobre, à **Solange KERGOAT** avec un chèque d'arrhes de **80€ à l'ordre de YOSOLI**.

Le solde sera réglé le 12 octobre 2024 par chèque ou espèces uniquement.

Nous nous réservons la possibilité d'annuler le stage si le nombre de participants est inférieur à 15.

Le nombre de places est limité à environ 30 personnes.

Numéro de téléphone de Solange : 06 13 07 45 37

Se munir de serviette de toilette, tapis et coussin de Yoga.

Sans oublier votre repas de samedi midi tiré du sac !

AU PROGRAMME DE CE WEEK-END

- .Accueil : samedi 12 octobre à partir de 9h30**
- .Début des ateliers : samedi 10h**
- .Assemblée générale YOSOLI : samedi 17H30**
- .Fin des ateliers : dimanche 17h**

LIEU DU STAGE

Pour vous rendre au Val de l'Hort,
faites confiance à votre GPS !



**ETHIC-ETAPES
VAL DE L'HORT**

**1050 chemin Bas
30140 Anduze**

**Tél: 04 66 61 61 06
Site web: www.cis-anduze.com**