



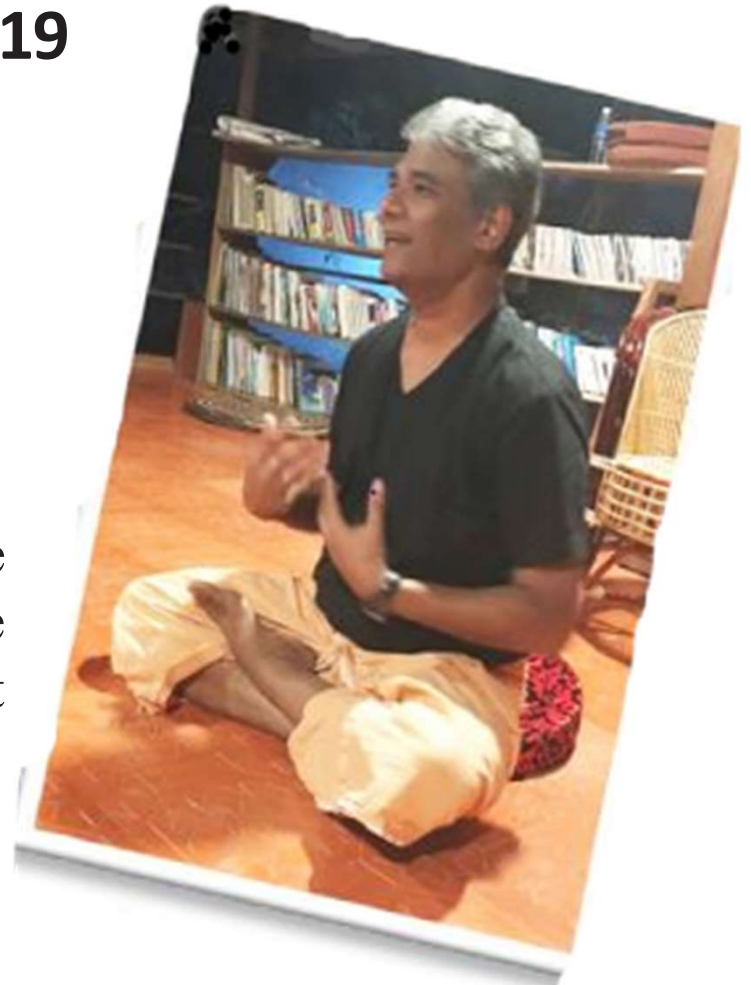
EXCEPTIONNEL A DIJON

Rencontre avec SARVA ATMA MITHRA

YOGA ET SAGESSE INDIENNE les 30- 31 juillet 2019

"Le yoga à la lumière de la Bhagavad Gita " : véritable enseignement sur la vie, qui a traversé les siècles et reste d'une étonnante actualité par les réponses apportées aux questions essentielles.

« Les clés pour une bonne santé physique et mentale au 21ème siècle selon le yoga et l'ayurveda ».



De 9h à 17h (Accueil à partir de 8h40)

Repas de midi partagés sur place avec ce que chacun apportera.

Un tapis de yoga par personne sera proposé. Si vous avez besoin d'un plaid ou une serviette pour le tapis et/ou d'un coussin, zafou ou autre accessoire, pensez à l'apporter

Contact : Asso Rire en Corps- valerie.staer@gmail.com - 06 12 18 40 37.

Sarva Atma Mithra nous fait la joie d'une rencontre à Dijon au cours de sa tournée française de 2019.



Après 12 années d'études auprès de son maître, Nitya Chaitanya Yati, il a reçu le titre de Swami, dans la lignée de Shankara.

Spécialiste de la philosophie de la non dualité (l'advaita vedanta), enseignant de yoga et de l'art de vie ayurvédique, francophile, riche de la connaissance indienne et européenne, il nous convie à la découverte de sa culture multimillénaire.



Originaire d'un village du Kérala, où il vit avec sa famille, Sarva Atma Mithra a fondé en 2003 l'association Maïthri Mandir « la Maison de l'Amitié », fruit de 20 ans de réflexions et d'expériences. En 2007 il crée une structure d'accueil pour les touristes. Puis en 2012, le centre ayurvédique.

Son nouveau projet : l'ouverture d'ici fin 2020 de la « Cité de la Joie », une école résidentielle pour orphelins. Grâce à des dons ou des prêts 0% réalisés auprès d'amis, le terrain a pu être acheté fin 2018. Les enseignements qu'il diffuse en Europe depuis plus de 10 ans, contribuent à tous ces projets.

Dès le début il a eu à cœur d'agir pour aider les plus démunis en leur proposant travail et formations pour sortir de la précarité.

Mardi 30 juillet :

De 9h à 17h «Les clés pour une bonne santé physique et mentale au 21eme siècle selon le yoga et l'ayurveda ».

Théorie : les Yoga-Sutras de Patanjali et pratique (adaptées aux débutants)

Mercredi 31 juillet :

De 9h à 17h. Bhagavad Gita.

Présentation du texte et étude d'un chapitre et pratique sur le tapis.

La Bhagavad Gita, texte sacré de la tradition indienne, est un véritable enseignement sur la vie. Ce message, qui a traversé les siècles, reste d'une étonnante actualité par les réponses qu'il apporte à des questions essentielles : quel est le but de la vie ? Quelle est ma vraie nature ? Qu'est ce que je veux vraiment en ce monde ? Comment trouver la paix et la plénitude ? Quel est le sens profond de l'action ? Comment notre action ordinaire peut-elle devenir une voie d'évolution ? Ouvert à tous.

Lieu: Salle à Dijon me contacter pour l'adresse :

06.12.18.40.37.

Repas de midi partagés sur place avec ce que chacun apportera. (Sarva est végétarien)

Pour en savoir plus : maithrimandir-homestays.com

Youtube : Sarva Atma Mithra

BULLETIN D'INSCRIPTION

Asso Rire en Corps- Valérie STAER (4 rue des bons compagnons, 21850 St Apollinaire), valerie.staer@gmail.com - 06 12 18 40 37.

NOM Prénom

Adresse

.....

Tél

Email

70 € pour 1 jour / 130€ pour 2 jours (si possible en espèces)
Les fonds collectés contribuent à la création de la Cité de la Joie et au fonctionnement de l'Association MaithriMandir.

«Je participe à ce stage sous ma pleine et entière responsabilité».
Je m'inscris aux dates suivantes :

- 30 juillet 2019
- 31 juillet 2019

De 9h à 17h (Accueil à partir de 8h40)
Repas de midi partagés sur place avec ce que chacun apportera. Sarva est végétarien
Un tapis de yoga par personne sera proposé. Si vous avez besoin d'un plaid ou une serviette pour le tapis et/ou d'un coussin, zafou ou autre accessoire, pensez à l'apporter

« Les clés pour une bonne santé physique et mentale au 21ème siècle selon le yoga et l'ayurveda ».

"Le yoga à la lumière de la Bhagavad Gita " : véritable enseignement sur la vie, qui a traversé les siècles et reste d'une étonnante actualité par les réponses apportées aux questions essentielles.



Date :

Signature :