



Retraite yoga tantrique estivale, « Soma et Agni, le Nectar et le Feu »

11-15 juillet 2018, à St-Michel-les-portes (38650)

Comme chaque année le temps fort de la retraite estivale se dessine...

Elle aura lieu du **11 au 15 juillet** au centre de yoga du domaine le Martinet à St-Michel-les-portes, dans le Trièves, qui nous offre la possibilité d'une belle immersion dans la Nature (20 Ha de nature, la rivière, etc).

Notre fil d'Ariane concernera le rapport entre le Nectar de la Conscience (*Soma*) et le Feu des énergies vitales (*Agni*).

Dans le symbolisme vertical du corps du yogi, le *Soma*, « nectar d'immortalité », représente l'ambrosie qui coule des sommets de la Conscience. Ce nectar n'est autre que la pure Conscience elle-même, c'est-à-dire l'essence naturelle de l'esprit, qui donne naissance aux souffles et aux corps.

À l'ordinaire, il est dit que ce nectar s'écoule du sommet vers le bas du corps, et nourrit le « feu » des énergies vitales, en bas. Mais que le corps, le souffle et la pensée en viennent à s'immobiliser, et le nectar n'a plus de raison de s'écouler. Alors au contraire il s'accumule, et telle une fontaine débordante de fraîche félicité, inonde le yogi de joie et de béatitude.

Dans ce stage, nous allons donc tenter de goûter à la saveur enivrante que peut procurer la «suspension» (*kevalī*) des activités du corps, du souffle et de la pensée.

Au programme quelques recettes classiques et moins classiques, composées avec les ingrédients que sont les postures, les souffles, et les méditations tantriques (*cakra*, *mantra*, *yantra*, et «cetera»), par le biais du *haṭha yoga* et du *yoga nidrā* (rêve/sommeil).

Comme d'habitude les pratiques et le rythme s'adapteront petit à petit au groupe mais aussi au mieux possible à chaque individu en particulier. Un objectif étant d'amener chacun à plus d'autonomie dans sa propre voie.

Hébergement en pension complète, avec possibilité d'être logé en chambre ou en tente :

Tente personnelle 180 € ; tente fournie 200 € ; dortoir (6, 7, 9) 220€ ; chambre double ou simple 280 €.

Les **repas bio végétariens** seront cuisinés par nos hôtes, qui veulent bien prendre en compte les restrictions alimentaires s'il y en a.

Pour l'**enseignement**, un prix de 250 € est indiqué (ou moins si besoin).

Si vous avez des questions n'hésitez pas à nous contacter.

Au plaisir,

Guillaume Chevrier

(Enseignant de yoga diplômé par la Fédération Française des Ecoles de Yoga, en *haṭha yoga* et *yoga nidrā*. Je pratique et étudie le yoga depuis 1999 en France et en Inde, et propose des cours, ateliers et stages depuis 2005, et une formation *yoga nidrā* depuis 2012. Je suis aussi praticien en *ayurveda* depuis 2012, formé par l'IEEV.)

Association KAILASH NATH

La Chapelle, 38710 St-Baudille-et-pipet

(+33)6 61 44 35 86

kailashnathtrieves@gmail.com / <http://www.kailashnathyoga.fr/>





FICHE D'INSCRIPTION
Retraite Soma et Agni
St-michel-les-portes (38650)
11-15 juillet 2018

Nom/Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

Téléphone fixe/portable :

E-mail :

Expérience dans le yoga :

Remarques concernant votre santé (maladies, accidents, limitations, problèmes chroniques...)

N'hésitez pas à compléter au verso si vous manquez de place.

Veuillez joindre un chèque d'arrhes de 100 € à l'ordre de ASSOCIATION KAILASH NATH.

Les 150 € supplémentaires seront payés sur place lors du stage, ainsi que les frais de pension.

Date :

Signature :

Association KAILASH NATH

La Chapelle, 38710 St-Baudille-et-pipet

(+33)6 61 44 35 86

kailashnathtrieves@gmail.com / <http://www.kailashnathyoga.fr/>

