

L'association VINIYOGA GRAND OUEST



Notre association a plusieurs objectifs :

- Promouvoir la connaissance du Viniyoga.
- Collecter des informations sur cette activité ou toute autre activité de connaissance de soi en relation avec le Yoga.
- Diffuser nos connaissances par tout moyen approprié auprès de toute personne intéressée.
- Organiser et/ou participer à des conférences et stages consacrés au Viniyoga et autres activités en rapport avec le Yoga.

VINIYOGA GRAND OUEST

20 rue Alain Gerbault - 53000 LAVAL

Site internet : www.viniyoga-go.com

Tél : 06 71 83 32 80 / 06 28 21 74 97

E-mail : viniyoga.go@gmail.com

Qu'est-ce que la spiritualité ?

• ORGANISATION DU STAGE

- Samedi 28 mars 2020 :

14h00-14h30 : Accueil et règlement

14h30-16h00 : Causerie introductive sur le thème « qu'est-ce que la spiritualité ? »

16h15-17h45 : Séance de yoga postural (inspirée de l'Ashtanga Yoga)

18h00-19h00 : Méditation guidée et échange sur le thème du week-end

- Dimanche 29 mars 2020 :

09h30-11h30 : Séance de yoga postural (inspirée de l'Ashtanga Yoga)

11h30-12h30 : Méditation guidée et échange sur le thème du week-end

12h30-14h00 : Pause déjeuner

14h00-16h30 : Causerie conclusive et échanges sur le thème « Qu'est-ce que la spiritualité ? »

• LIEU :

Centre de danse

15 rue Britais 53000 LAVAL

Prévoir un tapis et une tenue souple

• SUGGESTIONS D'HÉBERGEMENTS LAVAL :

- HÔTEL DES REMPARTS - Tél : 02 43 66 86 80

- MARIN'HÔTEL - Tél : 02 43 53 09 68

- AUBERGE DE JEUNESSE - Tél : 02 43 67 91 00

Qu'est-ce que la spiritualité ?

avec Yann LE BOUCHER

28 & 29 Mars

2020

LAVAL



Conception graphique : Studio Cosmopolys - Ne pas jeter sur la voie publique

VINIYOGA GRAND OUEST
Association déclarée Loi 1901
N° W532002218



Yann LE BOUCHER

Originaire des Côtes-d'Armor, **Yann LE BOUCHER** a fait dans sa jeunesse plusieurs séjours en Inde en parallèle à des études de philosophie ; ce qui l'a conduit à obtenir le titre de Docteur en Études Indiennes. À partir des années 1980, il est devenu élève d'**Arnaud et de Denise DESJARDINS** tout en exerçant comme chargé de cours à l'université de Rennes et comme professeur de Yoga. Avec son épouse Anne-Marie, ils ont créé en 1992 le centre de retraite de La Bertais-Vassot, un lieu dédié à la retransmission et la pratique de l'Adhyâtma Yoga. En 2006, ils ont participé à la fondation de l'Association Rennaise d'Ashtanga Yoga, structure où ils enseignent ce style de Yoga. Yann est par ailleurs membre de l'équipe pédagogique de l'École de Formation de professeurs de Yoga **André VAN LYSEBETH** à Paris.

Plus d'informations sur www.labertais.org

Qu'est-ce que la spiritualité ?

Selon la sagesse de l'Inde, une vie humaine ne peut être réussie que si elle permet un quadruple accomplissement :

- Prosperité matérielle (artha),**
- Epanouissement psychologique (kama),**
- Collaboration consciente au bien commun (dharma),**
- Eveil spirituel (moksha).**

Dans cette perspective qui fait du spirituel le but ultime de l'existence, il est donc particulièrement bienvenu de s'interroger sur ce qu'est cette spiritualité, de façon entre autres, à être à même de lui accorder sa juste place dans nos vies.

L'Inde offre principalement deux conceptions de la spiritualité. La première est celle du Yoga classique tel qu'exposé par **Patanjali**. Elle est explicitement « théiste » et donc dualiste (Dieu et l'être humain sont des entités différentes, la spiritualité étant leur mise en relation réciproque). La seconde est celle du **Védânta des Upanishads**. Elle est essentiellement « non-théiste » car non-dualiste (la distinction entre Dieu et l'être humain n'est qu'une illusion qu'il faut dépasser pour accéder à la véritable spiritualité).

Au cours de ce séminaire, je me propose de présenter avec plus de détails ces deux conceptions apparemment contradictoires, mais en réalité complémentaires et de montrer comment nous pouvons concrètement prendre appui sur chacune d'elles, selon notre sensibilité et nos capacités propres, ainsi que selon les différentes étapes de notre cheminement. Car la véritable spiritualité est synonyme d'ouverture du coeur et cette ouverture a besoin pour se produire d'un cadre philosophique souple et non dogmatique qui réconcilie les différentes approches du spirituel au lieu de les opposer.

Bulletin d'inscription Qu'est-ce que la spiritualité ? 28 et 29 mars 2020

Prénom : Nom :

Adresse :

CP : Ville :

Tél :

E-mail :

Coût du stage :

- **Tarif : 140€** + 10€ d'adhésion à VGO
*(Merci de faire deux chèques séparés :
un pour le stage, l'autre pour l'adhésion)*

NB : Une réduction de 10€ sera accordée à toute inscription enregistrée avant le :
15/02/2020

- **Le paiement sera à effectuer avant le 14 mars 2020 soit :**

Par chèque bancaire, à renvoyer à l'ordre de :

**VGO 20 Rue, Alain Gerbault
53000 LAVAL**

Le chèque sera encaissé après le stage.

Ou

En ligne sur **Hello Asso** et sur le site
www.viniyoga-go.com en cliquant
sur le lien suivant : <https://urlz.fr/bmZ9>

Le coût du stage ne doit pas être un obstacle à votre inscription. En cas de difficultés, n'hésitez pas à nous contacter :

au 06 71 83 32 80 ou au 06 28 21 74 97