

Bulletin d'inscription
Stage du 18 & 19 octobre 2014

Pour valider votre inscription
- remplir ce bulletin
- joindre **impérativement** les 2 chèques de règlement à l'ordre du Cercle de l'Arbre Vert
Envoyez l'ensemble avant le 10 octobre 2014 à :

Sylviane Cagnoli
87 rue Victor Hugo
93170 Bagnolet

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Tél :

E-mail :

Cochez la formule de votre choix

Je m'inscris au stage complet, je joins à mon bulletin 2 chèques :

- un chèque de 80 €
 un chèque de 96 € incluant l'adhésion de 16 €

Ce stage n'ouvre pas d'inscription à la journée.

A l'issue du stage vous recevrez une facture et un certificat de stage.

Date :

Signature :



Le Cercle de l'Arbre Vert 2014 - Ne pas jeter sur la voie publique

INFORMATIONS PRATIQUES

Dates : samedi 18 et dimanche 19 octobre 2014

Lieu : Paris 6e arrondissement - Forum 104
104 rue de Vaugirard, Métro Montparnasse

Horaires

- samedi 18 octobre 2014
9h30 à 12h30 et 14h à 18h
- dimanche 19 octobre 2014
9h30 à 12h et 13h30 à 16h30

Durant la pause déjeuner, vous pouvez pique-niquer sur place ou vous restaurer dans les rues avoisinantes.

Tarifs

Prix du stage : 160 € + adhésion 16 €

Adhésion obligatoire au Cercle de l'Arbre Vert : 16 €

Le montant de 16 € est ajouté à votre inscription pour la période 2014-15.

Conditions d'inscription

Pour que votre inscription soit validée, elle doit impérativement être accompagnée de 2 chèques pour le stage complet avant le 1er octobre 2014

- le 1er chèque est encaissé avant le 10 octobre 2014
- le 2è chèque est encaissé après le stage

En cas de désistement après la date limite du 10 octobre 2014, le 1er chèque ne pourra être remboursé.

A l'issue du stage vous recevrez une facture et un certificat de stage.

Pratique

Apportez tapis de yoga, coussin ou banc de méditation nécessaires à une assise confortable car l'organisation du stage n'en met pas à disposition.

Contact inscriptions et organisation :

Sylviane Cagnoli : 06 21 08 49 56
anubhava.france@gmail.com



Anubhava Yoga
Enseignement de yoga
du Dr M.V. Bhole

STAGE

**L'expérience du yoga
et la modification des
états de la conscience**
Samprajnāta samādhi

18 & 19 | **Forum 104 - Paris 6e**
octobre 2014 | **104 rue de Vaugirard**
Métro Montparnasse





Le Docteur Mukund V. Bhole a consacré sa carrière à la recherche sur le yoga, sa physiologie, sa pratique et ses applications thérapeutiques. Médecin, yoga-thérapeute et yogâcharya indien, il est connu dans le monde du yoga pour son interprétation des concepts du prânâyâma dans une compréhension de la physiologie médicale moderne.

Il a été, durant 30 ans, co-directeur du département de recherche scientifique de physiologie du yoga de l'**Institut de Kaivalyadhama** à Lonavla (Poona, Maharashtra, Inde). Ce centre de recherche a été fondé dès 1924, avec l'aide du gouvernement, par **Swami Kuvalyananda**, pionnier de l'interprétation scientifique du yoga issu des Vêda.

Soucieux de transmettre son expérience, le Docteur Bhole a élaboré une démarche d'éducation à la santé : **Anubhâva yoga** ; fruit de ses investigations, enrichies des confrontations menées avec son maître **Swami Digambaraji**, ses collègues chercheurs, philosophes ou hommes de lettres et ses étudiants.

Depuis 1995, le Docteur Bhole consacre plusieurs mois par an à l'enseignement de sa démarche Anubhâva yoga à travers le monde : en Europe (France, Italie, Angleterre, Luxembourg) mais aussi au Japon, en Amérique du Nord et du Sud. Depuis bientôt 20 ans, il nous fait l'honneur d'enseigner chaque année en France à l'invitation de l'association "**Le Cercle de l'Arbre Vert**" située au Mans (72).



L'expérience du yoga et la modification des états de la conscience

Lors de ce stage, le Dr Bhole nous fera approfondir comment la pratique constante (*abhyāsa*) des techniques bien adaptées du yoga (les 8 *anga*) notamment le *Sāmkhya*, transforment les activités de notre cerveau et donc nos états d'humeur, nos pensées et émotions négatives, nos schémas de comportements habituels, en une nouvelle manière de « se » vivre en corrélation avec l'équanimité : stabilité, calme, équilibre et cohérence intérieure. Véritable transformation de soi par la réalisation de l'état de connaissance du grossier au subtil (*samprajnāta samādhi*). La richesse subjective et introspective des pratiques initiées par les grands maîtres de la tradition sera étoffée par la compréhension scientifique et conceptuelle des textes fondateurs.

Pour plus d'information sur la démarche du Dr Bhole, vous pouvez contacter :

- Danièle Laffond-Koulytchizky : 02 43 81 13 10
c.arbrevert.yoga@gmail.com
- Emmanuel de Catuëlan : 01 42 12 04 38
emmanueldecatuëlan@gmail.com

PRATIQUE

Apportez tapis de yoga, coussins ou banc de méditation nécessaires à une assise confortable car l'organisation du stage n'en met pas à disposition.

Anubhâva signifie « expérience » en sanskrit.

Anubhâva yoga est une démarche d'éducation à la santé basée à la fois sur les concepts traditionnels du yoga et sur l'expérience intérieure des pratiques du yoga.

Il s'agit d'une méthode systématique qui, s'appuyant sur les concepts tels qu'ils sont exposés dans les textes de la tradition, propose leur mise en oeuvre à travers la pratique et l'exploration de la nature des sensations et des perceptions de l'expérience intérieure.

Le stage se déroule sur la base d'exercices pratiques reliés à la théorie dans une dynamique d'échanges avec les élèves.

Le stage est ouvert à toute personne pratiquant le yoga : enseignant, élève de tout niveau, thérapeute...

La totalité des propos du Dr Bhole sont traduits en simultané de l'anglais en français.

