



## Infos pratiques

### Adresse

Institut Karma Ling, 73110 Arvillard, France

### Inscriptions

Tél : 04 79 25 78 00 /e-mail :  
accueil@karmaling.org

### Hébergements

Différents types d'hébergement sont possibles : individuels, en couple, collectif, camping.

Les tarifs sont dégressifs en fonction des revenus.

Voir [www.karmaling.org](http://www.karmaling.org) rubrique « séjourner à l'Institut »

### Participation au séminaire

50€/jour ; 130€ les 3 jours

## Organisation

Ecole de Yoga Horizons, Lyon  
<http://www.yoga-horizon.fr>



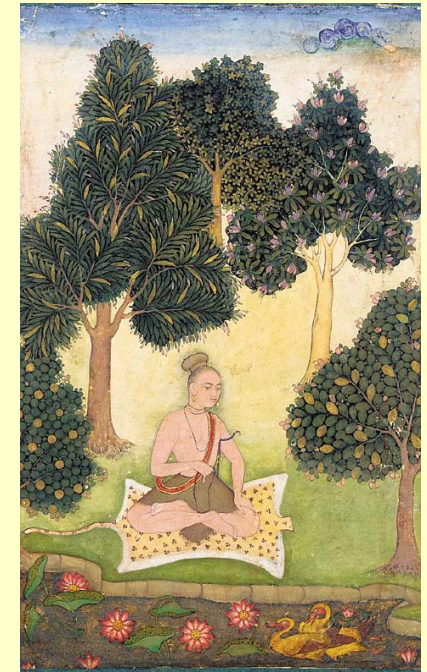
Université Rimay-Nalanda, Arvillard  
<http://universitebouddhiste.rimay.net>



# Yoga La saveur de l'unité

*Rencontre autour des Yogas traditionnels  
et de la voie du Bouddha*

**À l'institut Karma Ling (Savoie)  
du vendredi 5 au dimanche 7 juillet 2013**



**Exposés  
Questions/réponses  
Ateliers pratiques de Yoga  
Initiation à la méditation  
Projections  
Spectacles**



### Découvrir une relation juste à la vie et à la mort

Aujourd'hui le yoga et la méditation, contemplation ou pratique de la pleine conscience font partie de notre environnement social et culturel occidental. Au-delà des aspects superficiels, le yoga tout comme la pleine conscience ont pour but la découverte d'une relation juste au réel par la pratique de l'attention, de l'ouverture et de la disponibilité. Ces qualités contribuent à la transformation de la personne dans son rapport à la vie et à la mort.

Le propos de la rencontre est de mieux comprendre les convergences et les différences entre les voies traditionnelles du yoga et l'approche du dharma : l'enseignement du Bouddha.

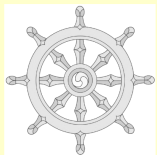
Cette rencontre fait suite à celle organisée à l'Institut Karma Ling en 1985 et dont les actes ont été publiés aux éditions Prajñā dans un ouvrage intitulé *Yoga Méditation et Bouddhisme* (réédité chez Rimay).

### Le propos de la rencontre

Cette rencontre est ouverte à tous, débutants et pratiquants qui souhaitent découvrir ou approfondir le yoga et la contemplation.

Trois grands thèmes sont proposés pour structurer les échanges :

- Quels sont les rapports entre yoga et contemplation ?
- Quels est le sens et l'utilité de la transmission traditionnelle dans la pratique du yoga et de la contemplation ?
- Que pouvons-nous attendre du yoga et de la contemplation et que peuvent-ils réellement nous apporter, tant sur le plan personnel que collectif dans notre monde contemporain ?



## Programme des interventions

Le programme de la rencontre propose une alternance d'exposés, de tables rondes, d'ateliers pratiques ainsi que deux soirées artistiques.

Pour la liste complète des ateliers, se reporter au programme détaillé disponible sur les sites internet des organisateurs.

### **Vendredi** Thème général : *Yoga et contemplation deux approches différentes ou convergentes ?*

- *Yoga dans la voie du Bouddha* avec L. Denys
- *Yantra Yoga de Vairochana* avec L. Evangelisti
- *Kurma Yoga et Yoga Nidra* avec Mathieu
- *Les origines du Yoga*, vidéo de Tara Michaël

#### **Soirée**

- *Danse de la Shakti* avec Aurore Gauer
- *Concert de chant Dhrupad* avec Arnaud Didierjean

### **Samedi** Thème général : *Quels est le sens et l'utilité de la transmission traditionnelle dans la pratique du yoga et de la contemplation ?*

- *Hatha Yoga* avec Khristophe Lanier
- *Nidra Yoga* avec André Riehl
- *Kundalini Yoga* avec Poumi Lescaut
- *Natha Yoga* avec Christian Tikhomirow
- *Yoga du son* avec Arnaud Didierjean
- *Yoga du Cachemire* avec Eric Baret
- *Mandala d'Inde du sud*, projection de Mathieu

#### **Soirée**

- *Chants et danses sacrés* avec Poumi Lescaut et musiciens

### **Dimanche** Thème général : *Que pouvons-nous attendre du yoga et de la contemplation et que peuvent-ils réellement nous apporter, tant sur le plan physique que spirituel ?*

- *Kriya Yoga de Babaji* avec Sita Siddhananda
- *Nangpé Yoga* avec Lama Lhündroup
- *Nada Yoga* avec Éveline Grieder

## Intervenants

- Lama Denys Rinpoché
- Laura Evangelisti
- Lama Lhündroup
- Eric Baret
- Arnaud Didierjean
- Aurore Gauer
- Éveline Griede
- Khristophe Lanier
- Poumi Lescaut
- Mathieu
- Tara Michaël
- André Riehl
- Sita Siddhananda
- Christian Tikhomirow

Voir biographies sur le programme détaillé

