

Méditation

Prabhasvâra Yoga YOGA DE LA CLAIRE LUMIÈRE

TOUS LES JEUDIS SOIR A 19H30
29 rue du Calvaire - 44000 NANTES




**Chaque humain à la réelle possibilité d'expérimenter
le bonheur d'être et la clarté de l'esprit au sein de sa vie ordinaire**

La méditation est un art universel dont la forme change parfois au gré des époques et des lieux où elle est pratiquée. Le Yoga de la Claire Lumière(*) (*Prabhâsvara Yoga*) est inspiré des l'une de plus précieuses méthodes et fut enseigné par *Naropa*, pandit indien du XIème siècle.

Le Yoga de la Claire-Lumière intègre dans ses pratiques l'utilisation de postures, de respirations, de mantras chantés et bien-sûr de méditations visant à **acquérir une expérience aisée et ouverte de la méditation**. C'est un **parcours tantrique** dans le plein sens du terme : au lieu de rejeter quoique ce soit, tout notre être est accueilli avec ses défauts, ses qualités, ses craintes et ses espoirs dans une démarche progressive et non-conventionnelle.

Trouver joie, amour et conscience éclairée sont le propos de cet atelier

 le bonheur de l'état ordinaire!	ATELIER DE MEDITATION 2014-2015 Prabhâsvara Yoga (Yoga de la Claire-Lumière) – Amrit Yog Association – ABONNEMENT ANNUEL (hebdomadaire de septembre à juin 2015)	
1 PERSONNE 1 AN	420 € <input type="checkbox"/>	Je suis aussi intéressé(e) par ces activités, Stages d'entraînement <input type="checkbox"/> Sadhana de Vajrasattva <input type="checkbox"/> Kundalini Yoga <input type="checkbox"/> Bains de Gong <input type="checkbox"/>
ETUDIANT, CHOMEUR, RSA 1 AN	390 € <input type="checkbox"/>	
1 PERSONNE 1 TRIMESTRE (voir dates sur le site)	180 € <input type="checkbox"/>	
1 COURS	20 € <input type="checkbox"/>	
COTISATION ANNUELLE A.Y.A.	15 € <input type="checkbox"/>	
Nom & prénom : <input type="text"/>	SIGNATURE : <input type="text"/>	
Adresse : <input type="text"/>		
Tél : <input type="text"/>		
Email : <input type="text"/>		
● Ci-joint un chèque de _____ € correspondant à l'option choisie ci-dessus, <input type="checkbox"/>		
● Ci-joint un chèque de 15 € (cotisation adhérent A.Y.T.) <input type="checkbox"/>		
Chèques à l'ordre de : AMRIT YOG ASSOCIATION - 14 rue Dobrée 44100 NANTES		

(*) *Claire-Lumière*: expression traditionnelle évoquant la conscience-même en son activité spontanée d'auto-connaissance. Elle est continuellement disponible. Les piliers de son expérience sont la concentration en un point (*Dharan*), la méditation (*Dhyân*), et l'état naturel de l'esprit (*Samâdhî*).