

# KARMA YOGA

## Le yoga de l'action

### 6 et 7 juillet 2024

### A Rosult

*Les Yoga-sūtra présentent l'action juste, la loi de cause à effet et le lien entre l'action et la souffrance qui peut en résulter. Les 5 causes de souffrance sont l'ignorance, l'égo, le désir, le rejet et la peur de mourir. L'auteur Patanjali, propose viveka (le discernement) pour dépasser ces sources de souffrance et réaliser ce que nous sommes vraiment.*

*La sagesse de la Bhagavad Gītā enseigne que chaque individu a un rôle à jouer dans ce monde en fonction de sa nature innée et de son environnement. Elle incite à agir en conscience sans s'attacher aux résultats et culmine dans « l'action dans la non action », en vue de la réalisation de soi.*

*Nous explorerons les liens entre l'action, les conditionnements et la souffrance, au travers des textes traditionnels, de séances de yoga, d'ateliers et d'échanges*



**Stage animé par Ludovic Borrel formateur IFY.**

**Lieu : salle des Arts Martiaux rue du Capitaine Deken à Rosult.**

**Horaires : 9h 12h et 14h 18h.**

**Tarif : 140 € pour le week end ou 80 € pour la journée du 6 ou 7 juillet.**

**Repas : 17 € le déjeuner.**

**Inscription et renseignements auprès d'Odile Debruille 06 80 85 91 13.**