



Stage avec Jacques Vigne à Champéry "Méditation et action"

Du 21 août 2020

au 25 août 2020

Heure : De 10h le vendredi à 16h le mardi

Lieu: Chalet Ganesha à Champéry en Valais

[Plus d'infos](#)

Stages | Voyages

L'application de la méditation en particulier non-duelle à la vie quotidienne.

L'action n'est pas un obstacle à la vie spirituelle, mais un terrain d'entraînement, une sorte de pâte à pain qu'on doit faire lever grâce au ferment de la méditation. Celle-ci consiste beaucoup à comprendre et dépasser l'ego, et les épines irritatives des difficultés quotidiennes nous donnent un bon terrain d'entraînement. On peut être concentré sur le karma yoga qui consiste à faire son travail sans en convoiter le fruit, comme l'enseigne la Bhagavad Gita, on peut travailler sur les émotions opposées aux impulsions perturbatrices comme le recommande Patanjali,

on peut être très proche des sensations comme dans le vipassana, on peut laisser se dissiper les pulsions comme brume au soleil ainsi que le recommande l'approche non-duelle

du védânta, du dzogchen et du zen. A chaque fois, il y a des types de compréhensions et de méditations quelque peu différentes que nous expliquera Jacques. Il aura fait en août 15 mois de tournée en changeant en moyenne de place tous les trois jours, plus son travail social pour l'Inde et un peu d'écriture, il nous donnera ses méthodes qui l'aident à être à la fois bien actif et suffisamment paisible à l'intérieur. Jacques qui voyage beaucoup dans le monde nous parlera du yoga dans le monde arabe et en Chine.

Une pratique de yoga sera donnée tous les matins pour préparer le corps à la méditation.

Le coût inclus l'hébergement, les repas végétariens de qualité, les enseignements et la pratique.

Organisation

Ce stage sera d'une durée de 5 jours, débutera le **vendredi 21 août** avec l'accueil à **10h** et se terminera le **mardi 25 août à 16h**.

Lieu

Chalet Ganesha, ancienne ferme d'alpage rénovée dans un environnement paisible face au dents du midi. Situé à Champéry.

Intervenants

Jacques Vigne – Psychiatre vivant en Inde, il a publié plusieurs livres dont le Mariage intérieur, Guérir de l'anxiété, la Faim du vide...

Carole Dalmas – Professeur de yoga de l'énergie – ma recherche s'oriente sur l'éveil de nos capacités en veille et sur la pratique au quotidien pour une meilleure vitalité et harmonie.

Coût du stage

- **CHF 930.-** pour 4 nuits en chambre double avec la pension complète
- **CHF 1050.-** pour 4 nuits en chambre individuelle avec la pension complète
- **CHF 850.-** pour 4 nuits en dortoir avec la pension complète

Le tarif comprend l'hébergement, les repas végétariens de qualité, les enseignements et la pratique.

Tenue à prévoir

Vêtissez-vous d'habits confortables et d'un châle chaud pour vous couvrir, de votre tapis et coussin.

Hébergement et repas

Le Chalet d'un grand confort et aménagé selon les principes du Feng Shui.

Les repas seront végétariens et de très bonne qualité.

Contact

Terre du yoga – terreduyoga@gmail.com – T 021 566 16 55 – www.terreduyoga.com

Inscription

Il y a peu de places dans chaque stage, nous vous conseillons de vous inscrire dès que possible.

Pour confirmer merci d'effectuer un versement de Sfr 460.- sur le compte suivant et de régler le solde une semaine avant le début du stage :

Carole Dalmas^{SEP} 1800 Vevey

N° compte : 10-782427-3

IBAN : CH65 0900 0000 1078 2427 3

Merci de noter qu'en cas d'annulation, ces arrhes seront retenus.

[< PRÉCÉDENT](#)

[SUIVANT >](#)

ADRESSE

Avenue de Corsier 6
1800 Vevey



NOUS CONTACTER

Téléphone : +41 21 566 1655

Portable : +41 76 252 3480

Email : terreduyoga@gmail.com

NEWSLETTER