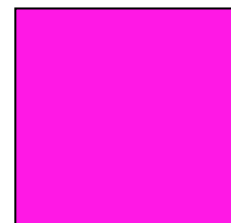
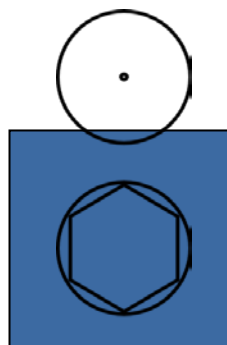
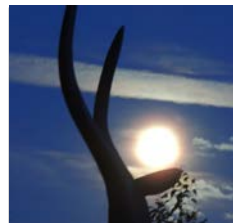
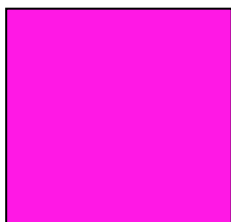




INSTITUT
FRANÇAIS
de VARMA
Y O G A



INSTITUT
FRANÇAIS
de VARMA
Y O G A



Intervenants

Cyrus Fay

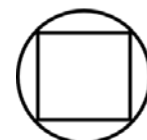
Disciple de Shri Mahesh,
Fondateur de l'Institut Français de Varma Yoga
Élève de Jacques Donnars pour la sophrologie, et de Taisen Deshimaru pour
la méditation zazen.
Pratique le Varma Yoga basé sur la circulation des souffles vitaux.
Auteur du livre «Yoga et vitalité» aux éditions de la Martinière.

Laurent Montels

Chirurgien-dentiste et médecin acupuncteur, il s'investit depuis l'adolescence
dans l'apprentissage de la méditation qu'il considère comme la plus holistique
des médecines. Il enseigne cette discipline depuis les années 80 et découvre
le Vastu en 1996. Il réside alors en Inde pendant 10 années auprès d'un maître
Vastu pour se former à cet art millénaire. Fondateur du centre Anjali et de
l'Institut français de Vastu. Auteur des livres Yoga et Méditation (Ed. Altess)
et Vastu Shastra – la médecine de l'habitat (Ed. Anjali).

Joyce Villaume Lebon

Thérapeute, Medium, Formatrice et Directrice d'Ayurvêda & Consciences,
Après un gouroukul d'un an et demi, elle complète sur une dizaine d'années
son cursus par des enseignements privés de spécialistes universitaires en
Inde (Gujarat Ayurved University / Bharati Vidyapeeth Pune) et des visites
en hôpital ayurvédique (Mysore, Jamnagar, Pune...). Spécialité : Kaya Chikitsa,
psychologie ayurvédique, travail sur l'inconscient. Elle étudie aussi le sanskrit
auprès de Vasundhara Filliozat et du Pr Mishra Gopabandhu.



Stage de Yoga en Corrèze

du 5 au 11 août 2022

L'Ayurveda, le Yoga et le Vastu

animé par
Cyrus Fay, Laurent Montels et
Joyce Villaume Lebon

IFVY
146, boulevard de Grenelle - 75015 Paris
06 63 49 45 93
cyrus.fay@ifvy.fr
sites: www.ifvy.fr www.stageyoga.net

«L' Ayurveda, le Yoga et le Vastu »

Stage animé par :

Cyrus Fay, Laurent Montels et Joyce Villaume Lebon

Le Vastu, ancêtre du Feng Shui, est un art millénaire traitant de l'implantation d'un bâtiment, son orientation, son accès, son équilibre énergétique, en harmonie avec son environnement. Laurent Montels considère le Vastu, comme une « médecine énergétique de l'habitat »

Un bâtiment a une âme, le Vastu prend en compte ses différentes parties et applique un principe de symétrie et d'alignements directionnels : le Purusha Yantra qui représente la géométrie de l'univers manifesté au sein de ce bâtiment.

L'espace est la trame vibratoire de l'univers dans lequel s'exprime les souffles-énergie qui structurent la matière. Les souffles vitaux modèlent la posture, lui donnent sens. Ils impulsent la forme finale à la posture. A chaque posture correspond un diagramme postural, reliant les lignes de souffles-énergies (les 5 prana vayu) aux points vitaux (marmas, carrefour d'énergie).

Il existe trois types de dosha responsables de la santé. «Dosha» signifie désordre ou défaut dont l'origine est due aux turbulences de la vie. Leur correction nous permet de vivre en harmonie. Le Vastu recherche les éléments défectueux d'un bâtiment en fonction de la géométrie sacrée du Purusha Yantra. Des corrections vont rétablir des énergies harmonisées et positives. Nous tisserons les liens entre ces 3 disciplines: L'Ayurveda, le Yoga et le Vastu pour nous relier à notre nature profonde.



Programme Quotidien

- Séances de yoga
- Méditations
- Nidra
- Pranavidya
- Krya
- Etude du vastu
- Enseignement des doshas, conseils et règles alimentaires

Renseignements pratiques

Lieu du Stage : Meyrignac l'Eglise, proche de Tulle



Le Centre Ida-Dhara, Immergé dans la nature, Meyrignac l'Eglise est le plus petit hameau de Corrèze situé sur le parc naturel du Plateau de Millevaches.

Le stage se déroulera au Centre Ida-Dhara dans une grange rénovée datant du 17^e siècle bâtie par la confrérie de l'Ordre de Malte sur la route de Compostelle.

L'hébergement est situé à proximité dans un gîte d'accueil comprenant des chalets composés de 2 chambres, 1 cuisine, 1 séjour et 2 salles d'eau.

Le Domaine des Monédières établi au bord d'un lac, dispose d'un restaurant, un spa et deux piscines.

Pour régaler nos sens : une savoureuse nourriture végétarienne bio et locale.



Dates et Horaires

Du vendredi 5 août à 15 h au jeudi 11 août à 14 h 30.

Accueil des participants le 1er jour du stage à partir de 14 h.

Frais de Participation

Participation au stage : 460 € (réduction 20% pour la 2^e personne inscrite)

Frais d'Hébergement (à préciser dans le bulletin d'inscription)

Au Domaine des Monédières situé à Meyrignac l'Eglise
460 € (chambre à 2) en pension complète.

Supplément chambre individuelle 60 € pour les 6 jours

Possibilité de camper sur place : 310 € en pension complète

Inscriptions:

IFVY, 146 boulevard de Grenelle

75015 Paris

06 63 49 45 93

cyrus.fay@ifvy.fr

sites : www.stageyoga.net www.ifvy.fr



INSTITUT
FRANÇAIS
de VARMA
Y O G A