



**STAGE DE YOGA**  
du 25 au 27 août 2023

**L'être humain,  
le yoga  
et la joie**

animé par Marie-Claire Grange  
enseignante IFY

Imelda Jarry

## L'être humain, le yoga et la joie

Le yoga affirme que la joie est inhérente à l'être humain, sans éluder pour autant nos difficultés de vivre. Sa démarche consiste à dévoiler *ānanda*, énergie de joie profonde que notre mental, identifié aux aléas de nos existences, ne sait plus reconnaître. Et pourtant ! Il suffit d'observer : chaque fois que nous sommes heureux, c'est la nature essentielle de notre être qui affleure... nous vivons alors de profondes retrouvailles. Pratiques, temps de méditation, regards sur les textes et échanges nous permettront de partager sur ce thème au cours de ces 3 journées de stage.

**Tarif stage** : 220 €, hors repas et hébergement.

### Inscriptions

Merci d'imprimer et de remplir le coupon d'inscription ci-joint pour réserver vos repas et/ou hébergements. N'oubliez pas de joindre vos acomptes et d'envoyer le tout à :

**Marie-Claire Grange 1712 route d'Espargillière 19380 Forgès**

Tarifs hébergement à la ferme en pension complète ou autre formule : voir barème ci-joint. En cas d'annulation moins de 7 jours avant le stage, les acomptes ne seront pas remboursés.