

Laurence Maman

Centre CAY (Connaissance et Adaptation du Yoga)



Affilié à l'Institut Français de Yoga



Membre de l'Union Européenne de Yoga

REVISITER LA PRATIQUE ET L'ENSEIGNEMENT DU YOGA

Pour les pratiquants et les professeurs

Stage résidentiel

Près de Pont Saint Esprit

du lundi 26 (17h) au vendredi 30 octobre 2026 (après déjeuner)

Même si, on le sait, le yoga a pour objectif un changement de regard, libérateur, c'est quotidiennement à partir du **corps** que se développe sa pratique. Ce corps qui vit, bouge, respire, s'éprouve, est composite – comme l'exprime la théorie des cinq *koṣa* de la *Taittirīya upaniṣad* –, ou encore lieu de nouage entre réel, symbolique et imaginaire – selon les catégories de la psychanalyse lacanienne.

Un maître-mot, en yoga, est **viveka**, le discernement. La pratique doit permettre de développer cette qualité, ce qui commence par l'affinement de la manière dont postures, respiration, méditation, sont concrètement mis en œuvre dans des séances bien construites et ajustées. Il en résulte des chances de gagner en subtilité et efficacité. Sont concernés les pratiquants eux-mêmes, et leurs élèves s'ils enseignent.

Lors de ce stage, je vous proposerai donc de revisiter, sous divers angles, la pratique du yoga et son enseignement.

Il s'agira ici :

- De **pratiquer** postures, *prāṇāyāma*, chant, assises méditatives ;
- De revoir la **finalité et la structure des pratiques** ;
- D'éclairer la pratique, aspect central de la démarche du yoga, par des **textes** (*Yogasūtra*, *Bhagavad gītā*, *Upaniṣad*...) mais aussi des **concepts psychanalytiques**.
- De permettre aux enseignants un travail de **supervision**.

Renseignements pratiques :

Revisiter la pratique et l'enseignement du yoga

Dates : du lundi 26 (17 h) au vendredi 30 octobre 2026 (14h).

Lieu : près de Pont Saint Esprit (Gard)
Chez Anna et Philippe Boulieu, Chemin du Brugas,
30130 Saint Paulet de Caisson.
Tél. : 06 77 65 13 86.

(Informations sur le lieu : <http://annaboulieu.wixsite.com/souffleharmonie>)

Dans l'ambiance très chaleureuse d'une maison provençale, nourriture savoureuse, piscine découverte.

Hébergement de référence en chambres de deux personnes.

A 15 minutes de Bollène (autoroute) ; gare de Bollène-la-Croisière ou de Pont-Saint-Esprit.

Coût : Enseignement : 320 € pour une inscription avant le 15 septembre 2026 ; 360 € pour une inscription plus tardive.

Hébergement en pension complète : 360 € ; 50€ de supplément pour chambre individuelle (en nombre limité). Merci de contacter Anna Boulieu pour préciser les modalités de règlement.

Renseignements et inscriptions :

Laurence Maman
65bis rue du Maréchal Foch, 78000 Versailles
+33 (0)6 07 02 42 77
Email : laubmam@gmail.com

Laurence Maman est formateur de professeurs de yoga. Elle a exercé la médecine pendant des décennies et est maintenant orientée par la psychanalyse.

Elève de TKV Desikachar à partir de 1977, elle s'est également formée depuis de nombreuses années, au chant (chant védique et technique vocale, répertoires médiévaux, baroques, classiques, jazz, en particulier auprès de Dominique Vellard, Brigitte Lesne, Christophe Lizère, Régine Orlik, Olga Pitarch, Isabelle Poulenard, Bernadette Mercier). Elle est titulaire d'un master de psychanalyse à l'université Paris 8 et y prépare une thèse sur le thème : « L'Inde et le Yoga sous le regard de la psychanalyse ». Elle est membre de l'Association de la Cause freudienne en Île de France.

Elle peut être amenée à solliciter l'intervention d'autres professeurs ou spécialistes.

Elle intervient également en province et à l'étranger à l'invitation d'associations ou de particuliers et, à Versailles, en travail individuel.

Le centre **CAY (Connaissance et Adaptation du Yoga)**, fondé par Laurence Maman, est membre de **l'Institut Français de Yoga** (anciennement Fédération Viniyoga France) et de **l'Union Européenne de Yoga**. Laurence s'investit depuis 1983, au sein du collège des formateurs de l'IFY.

Le CAY a formé de nombreuses promotions de professeurs de yoga, avec l'aide d'un petit groupe de collaboratrices.