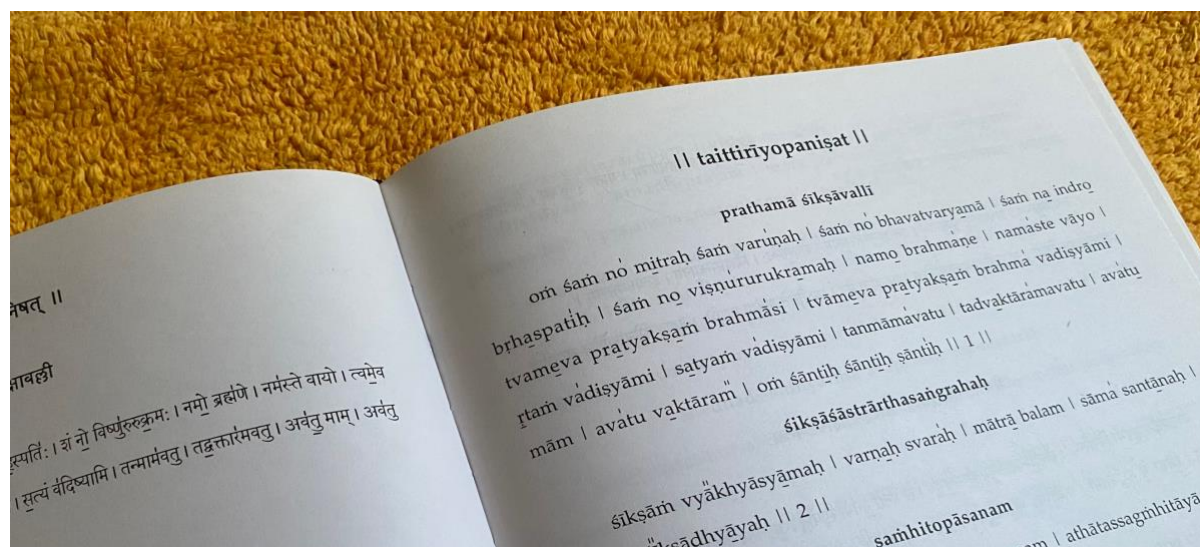


La Taittirīa Upaniṣad



La taittirīa Upaniṣad est une très belle Upaniṣad qui aborde des concepts significatifs liés au yoga tels que la réflexion sur soi *svādhāya*, la relation aux autres, notre devoir *dharma*...

Je vous propose d'explorer cette Upaniṣad qui invite à la réflexion. Nous pourrons ainsi en chanter des passages, réfléchir en cherchant des liens avec le yoga sūtra et l'illustrer avec des pratiques.

Chant, discussions et pratiques alterneront.

Voici 5 dates pour 5 ateliers. Chaque atelier formera une session à part entière.

Dates :

Samedi 19 septembre 2026

Samedi 28 novembre 2025

Samedi 9 janvier 2027

Samedi 28 mars 2027

Samedi 12 juin 2027 (date à confirmer)

Lieu : Conflans Ste Honorine, 16 rue Pasteur

Horaires :

9h30 à 17h avec une pause déjeuner à l'extérieur entre 12h30 et 14h (nombreux restaurants aux alentours).

Tarif : **100 €** la journée.

Renseignements et inscriptions par e-mail. Les inscriptions sont ouvertes dès à présent.