

Mini stage d'été 2021 : De la dualité à l'unité : La voie du Milieu

Vendredi 6 août 20h15 à 22h15

Samedi 7 août de 17 à 19h et

Dimanche 8 août 16h à 19h



Nous avons pour habitude d'être dans le tiraillement... tiraillement du monde extérieur, tiraillement de nos pensées... Comment éviter que les choses deviennent récurrentes, automatiques, inconscientes ?

Lors de ce stage nous aborderons deux axes : celui de la dualité extérieure liés aux organes des sens, aux événements extérieurs.

Et celui de la dualité intérieure : les paires d'opposés qui sont des oppositions puissantes au niveau de notre intériorité.

Pour nous conduire vers cette Unité : nous seront portés par des souffles des postures et des mantras, mais la méditation et le yoga Nidra seront le socle pour qu'à l'intérieur de soi s'opère une forme d'alchimie : trouver cet espace et réconcilier les paires d'opposés en soi.

Une invitation à mettre en pratique à la maison...

Inscrivez-vous directement sur votre compte en ligne :

<https://yomali.delisou.be/login.php>

Prix du stage : 65 euros