

## Les animatrices :

### Gisèle Siguier Sauné :

Philosophe, DEA d'anthropologie religieuse, a suivi des cours d'exégèse biblique au Centre Sèvres (facultés jésuites de Paris). Elle enseigne la philosophie indienne et l'hindouisme dans différentes Écoles Françaises de Yoga et à l'Institut Catholique de Paris ainsi qu'au Collège des Bernardins (Paris). Elle anime également des ateliers de lecture biblique.

### Valérie de Saint- Maur :

Chanteuse lyrique et artiste florale elle découvre dans le yoga une pratique complémentaire d'ouverture au Souffle et au Silence ainsi qu'une voie d'unification. Elle se forme à son enseignement à l'EFY auprès de P. Tomatis et P. Brun. Elle est membre de la FNEY.

**Nombre maximum de participants : 16**

**Lieu :** Château de Magny 58170 Millay  
**Site :** <http://magnyenmorvan.fr>

**Prix :** 677 euro. Soit 317 € pour l'hébergement (pension complète avec excellente nourriture végétarienne, en chambres à deux ou trois lits, possibilité chambre individuelle si impératif) ; et 360€ (180€ x 2) pour l'enseignement.

## Stage Yoga et Textes

### Entrer dans le silence

### *Pourquoi ? Comment ?*

Avec

Valérie de Saint Maur et

Gisèle Siguier-Sauné

Au Château de Magny

En Morvan

Février 2019

Du vendredi 22 (15h)

au mercredi 27 (15h)

## Modalités de règlement et d'inscription

L'inscription au stage sera effective à réception de deux chèques de 180 euro chacun joints au coupon-réponse :

- l'un à l'ordre de Valérie de Saint Maur
- l'autre à l'ordre de Gisèle Siguier-Sauné.

Un des deux chèques sera déposé en banque pour acompte lorsque le stage sera complet ; l'autre sera encaissé après le stage.

Le solde vous sera demandé à la fin de la semaine pour votre hébergement.

### Règle de désistement :

Moins de vingt jours avant le début du stage, l'acompte reste acquis sauf si vous vous trouvez un remplaçant.

Vous recevrez un courrier de confirmation de votre inscription.

### Contacts :

[giselesiguiersaune@orange.fr](mailto:giselesiguiersaune@orange.fr)

[contact@magnyenmorvan.fr](mailto:contact@magnyenmorvan.fr)

ou 06 30 91 29 61 (Gisèle Siguier-Sauné)

ou 06 63 43 28 63 (Valérie de Saint Maur)

## Le thème

\* La pratique posturale du yoga, l'assise, la marche en pleine nature, l'attention aux gestes simples du quotidien comme ceux du repas, rythmeront nos journées. Nous y goûterons par tous nos sens différentes nuances de silence et nous oserons ensemble, dans un cadre sécurisant et souple, la confrontation avec les émotions et réactions qu'il soulève. Nous tenterons ainsi d'in-CORP-orer le silence pour cheminer vers l'expérience de la méditation.

\* Ne nous trompons pas de silence : entre le silence du mutisme et celui fécond et créateur, est la parole. Nous expliciterons ce rapport entre silence et parole en prenant appui sur des textes de traditions biblique et indienne. Afin d'entrer pleinement dans l'expérience du silence, nous réserverons la parole aux seuls temps de conférences et d'échanges qui s'en suivront. Les portables et tablettes seront également tenus au silence.

## Le lieu

Dans le Parc Naturel du Morvan, une propriété accueillante et très calme au cœur d'un beau parc arboré à l'anglaise, avec un jardin potager, deux étangs (où l'on peut se baigner) et une chapelle.

Coupon réponse à renvoyer à :

Gisèle SIGUIER-SAUNE  
8 Allée Armande Béjart 92190 MEUDON

Nom, Prénom.....

Adresse.....

.....

Téléphone.....

Courriel.....

M'inscris au stage à Magny en Morvan du 22 au 27 février 2019 et règle la somme de deux fois **180 euro**.

L'hébergement sera réglé sur place.

J'ai bien noté la règle de désistement .

Date :

Signature :

Coupon réponse à renvoyer à :

Valérie de Saint Maur  
Château de Magny en Morvan  
Magny - 58170 MILLAY

Nom, Prénom.....

Adresse.....

.....

Téléphone.....

Courriel.....

M'inscris au stage à Magny en Morvan du 22 au 27 février 2019 et règle la somme de deux fois **180 euro**.

L'hébergement sera réglé sur place.

J'ai bien noté la règle de désistement .

Date :

Signature :