

Yoga, Dhrupad et Intériorité

Du jeudi 27 juillet au mardi 1er août 2006

Armelle Denolle

et Ustad Sayeeduddin Dagar

A travers la pratique du Yoga et du Dhrupad, la vibration sonore, manifestation la plus subtile du monde sensible, nous mène vers la plénitude et le silence, vers une intériorité réelle.

La pratique du Yoga, enseignée par Armelle Denolle, comprendra de la relaxation profonde, une étude détaillée de la respiration, des postures, du pranayama et de la méditation.

Le chant Dhrupad, inspiré des Védas, est l'une des principales évolutions de la musique sacrée Hindoustani. Il s'exprime selon différents ragas (modes musicaux associés aux heures du jour et de la nuit) destinés à explorer des sentiments et atmosphères intérieures. Le Dhrupad brûle toujours du feu divin.

Ustad Sayeeduddin Dagar, de la 19ème génération de la fameuse dynastie de musiciens Dagar, est l'un des très grands du Dhrupad actuel. L'expression poétique profonde et pure de sa voix, sa chaleur et son expérience humaines, sa délicatesse nous apaisent et nous recentrent. Sayeedji donne de nombreux concerts en Inde, en Europe. C'est un enseignant hors pair.

Lieu, hébergement, repas

Vézelay, au cœur de la Bourgogne et aux portes du Morvan. Haut lieu de l'histoire, de l'architecture et de la spiritualité. Le Centre Jean-Christophe est situé sur les remparts sud, dans un parc, à quelques minutes à pied du cœur du village.

Les stagiaires sont hébergés soit sur place, soit à proximité, selon leur choix et le niveau de confort désiré (voir plus loin). Les repas, essentiellement végétariens, sont préparés avec des produits frais, si possible biologiques et provenant de producteurs locaux. *Précisions sur demande.*

Accès

Par le train...

Départ de Paris (Bercy ou Gare de Lyon), à destination de Sermizelles-Vézelay (9 km de Vézelay). Trajet moyen 3h, avec ou sans changement. Transfert en taxi ou par les organisateurs sur demande préalable selon possibilités. Liaison plus coûteuse par TGV Paris-Montbard et correspondance autocar jusqu'à Vézelay le matin (retour fin de journée).

En automobile...

De Paris, 225 km, trajet 2h30 à 3h, par N6, A5 ou A6. Quitter l'A6 à Auxerre Nord, direction Avallon par N6, quitter la N6 après Sermizelles pour Vézelay.

Accueil

A partir de 16h le jeudi 27/7, début des cours vers 17h, fin du séminaire après le déjeuner mardi 1/8.

Effets à prévoir

Serviettes de toilette, tapis de yoga (couverture épaisse), chaussures de marche, pull, sangle si vous en avez. Coussin pour l'assise méditative et le Dhrupad.

Concert de DHRUPAD

Dimanche 30 juillet à 21h

Basilique de Vézelay

Ustad H. Sayeeduddin DAGAR

accompagné par ses deux fils

Nafeesuddin et Aneesuddin DAGAR

et Pandit Mohan Shyam Sharma au pakhawaj

Visites, découverte de Vézelay

Chemin de lumière et de métamorphoses

Lorant Hecquet, libraire et conférencier, guidera nos pas dans Vézelay et ses alentours, par un cheminement symbolique dévoilant progressivement certains aspects du site et de la basilique. Des promenades autour de Vézelay seront proposées au lever du soleil ou en soirée, en fonction du temps et des circonstances.

Concert et visites compris dans le coût du stage.

Places disponibles pour votre entourage (participation).

Renseignements & inscriptions

Association Convergences

c/o Librairie L'Or des Etoiles

29 rue St Etienne 89450 VEZELAY

Téléphone : 03 86 33 30 06

convergences.vezelay@ordeseitoiles.fr

Autres renseignements sur Vézelay auprès de l'office de tourisme au 03 86 33 23 69, vezelay.otsi@wanadoo.fr

Bulletin d'inscription

Nombre de places limité à 25, réserver rapidement !

Nom
Prénom.....
Adresse.....
Code postal.....
Tél. domicile.....
Tél. bureau.....
Mobile.....
Email.....

Une confirmation vous sera adressée.

Séminaire

- Ci-joint l'acompte : 180 €
Règlement du solde à l'arrivée sur place
- Je m'inscris pour une durée partiellejour(s).
Participation 90 € la journée, acompte 50%

Hébergement

Je verse un acompte (séparé) pour l'hébergement :

- Centre Jean Christophe
- La Table ronde
Cet acompte ne sera pas encaissé avant le stage, règlement complet sur place auprès de l'association ou de l'hébergeur selon le cas.

Transport

- Je dispose d'une voiture au départ de
et peux prendre.....passagers
- J'aimerais profiter d'une voiture
- J'arrive par le train le..... à.....

Je note qu'en cas d'annulation de ma part après le 5 juillet 2006, les acomptes versés ne seront pas remboursés.

Date et signature

Modalités Pratiques

Tarifs

Coût pédagogique

Comprend adhésion à l'association, concert et visites.

27 juillet / 1er août : 360 €

Participation partielle (selon disponibilités) : 90 €
par jour (acompte 50% de la totalité).

Couples : réduction 10%, déduite du solde à régler sur place. Réduction sur présentation d'un justificatif, pour étudiant ou demandeur d'emploi.
Règlement fractionné sur demande.

Règlements à l'ordre de l'association Convergences.

L'adhésion à l'association Convergences permet de bénéficier d'avantages réservés aux adhérents, comme la fourniture des repas pour ce stage, de tarifs réduits pour concerts, conférences, stages... Remise permanente de 5% et offres spéciales dans les librairies L'Or des Etoiles et l'Ame Enchantée à Vézelay sur livres, disques, objets, encens....

Programme à consulter sur www.or-des-etoiles.com

Hébergement

Acompte de 50% à verser à l'inscription

- **Centre Jean-Christophe**, confort simple, 10 ch. à 1 lit d'1 personne, cabines de douches, draps non fournis, **15€ la nuit.**
- **La Table Ronde**, en chambres doubles, confort supérieur : **25€ /personne/nuit.**
- Liste d'hébergements à réserver par vos propres moyens sur demande.

Repas

Forfait **petit déjeuner, déjeuner, dîner :**

27€ / personne/jour, 135€ pour 5 jours.

Prise partielle des repas : prévenir à l'avance.

Vézelay été 2006

Yoga, Dhrupad et intériorité

Séminaire

du jeudi 27 juillet au mardi 1^{er} août

Armelle DENOLLE

Ustad Sayeeduddin DAGAR

Organisation
Association Convergences-Vézelay