



STAGE DE YOGA TIBETAIN DE NAROPA & de MEDITATION DE PLEINE CONSCIENCE *par le Vénérable Lama Tharchin Rinpoché*

INSCRIPTION

Le yoga tibétain de Naropa est principalement basé sur le souffle et la respiration. Rinpoché offre différentes techniques qui pourront être refaites à la maison. Le yoga de Naropa permet de se libérer graduellement de la souffrance, d'atteindre l'Eveil, il procure également bien-être, santé et longévité. La méditation permet de comprendre le fonctionnement de l'esprit, de le stabiliser afin de le maîtriser et de faire en sorte qu'il trouve la sérénité, la plénitude et la joie. La méditation de la pleine conscience est un moyen de gérer les émotions perturbatrices.

LIEU : DOJO - 93 MONTREUIL - Métro Robespierre

DATE : Dimanche 30 Novembre 2014 de 10 h à 17 h

COUT : 40 € par personne

Chacun apportera un repas froid et pourra déjeuner sur place.

Les séances non utilisées ne sont pas remboursables.

Les recettes sont intégralement destinées à la construction d'un monastère tibétain et d'une école en Inde.

<http://france.himalaya.tm.free.fr>

INSCRIPTION au STAGE DE YOGA TIBETAIN A RENVOYER

Nom/prénom :

Adresse :

Tél : Mail :

Règlement par Chèque à l'ordre de CDKRP le

Signature :



FORMULAIRE ET REGLEMENT A RENVOYER:

CDKRP – 19 RUE ERIDAN – 91100 VILLABE