

# CONFERENCE, STAGE ET CONSULATATION AYURVEDA EN GUYANE

(Médecine traditionnelle Indienne)  
Avec Yves Eckert dit Yves Nagendra



**Yves Nagendra a suivi de nombreuses formations depuis 25 ans :**

Différents massages, médecine chinoise, Yoga-thérapie, un développement individuel et spirituel, psychothérapie transpersonnelle...

Il rencontre notamment en Inde et au Népal plusieurs médecins ayurvédiques et yogis, avec lesquels il apprend les pratiques holistiques ayurvédiques.

Pendant 10 ans, il collabore avec Christian Chauvel, médecin ayurvédique remarquable.

Après 15 ans d'enseignement en France et aux Etats-Unis, il met à votre disposition ses connaissances et son expérience qu'il aime à partager de manière chaleureuse et Amicale, en toute simplicité.

## Cours de Nagas yoga

Lieu : Salle polyvalente du Centre socioculturel de Matoury

Date : Jeudi 2 décembre, lundi 6 décembre, lundi 13 décembre et Jeudi 16 décembre de 18h30 à 19h30

Prix : 5 € (Gratuit pour les membres de l'association Yogayurveda)

Enfin un Yoga fait pour les occidentaux et donc adapté à nos besoins. Si le Nâgas Yoga utilise les postures et respirations, il est aussi un art de vivre dans le présent. Bien entendu, quelques postures gymniques ne changent pas la vie, elles améliorent la santé, permettent de se déstresser, de se recentrer et ainsi d'accomplir l'action juste et efficace. Le Nâgas Yoga propose plus : changer d'attitude dans la vie de tous les jours, ne plus se laisser prendre par le stress de la vie moderne, se mieux connaître, maîtriser les émotions perturbatrices pour goûter de plus en plus au bonheur à chaque instant de la vie. Apprendre à s'aimer, à construire une relation riche et harmonieuse, basée sur la compréhension et la communication, sans culpabilité, nous permet de réintégrer l'énergie de vie et de renouer avec la source de joie et d'amour.

## Conférence sur l'Ayurveda

Lieu : Salle polyvalente du Centre socioculturel de Matoury

Date : Vendredi 3/12/2010 et Jeudi 9/12/2010 de 18h30 à 20h30

Prix : Gratuit

En sanskrit, " Ayur " signifie la vie, et " Veda " la science ou la connaissance. Créée par les Rishis, les Sages de l'Inde classique, l'"Ayurveda " peut donc se traduire littéralement par " Connaissance de la vie ou de la longévité ".

La particularité de l'Ayurveda est celle d'une médecine holistique. Mais bien plus qu'un système de santé, c'est un art de vivre complet qui prend en compte tous les aspects de l'être humain. C'est un moyen de comprendre sa vraie nature en profondeur.

L'Ayurveda propose des outils pratiques et concrets, ancrés dans le quotidien, tels que le régime alimentaire, la détoxification et différentes techniques de purification, le yoga et les exercices respiratoires, la méditation, l'utilisation de remèdes à base de plantes ou de minéraux, le massage ainsi que d'autres méthodes de guérison holistiques.

## Week-end yoga et ayurveda

Lieu : Matoury

Date : Du Samedi 4/12 à 14h00 au Dimanche 5/12/2010 à 18h00

Prix : 100 €

Prévoir son repas de midi

L'ayurvêda et le yoga vous accompagne pour adopter un régime et un comportement de vie qui vous connecte à vos racines et à votre culture traditionnelle.

Ce Stage utilise des outils pratiques et concrets, ancrés dans le quotidien, tels que la compréhension du régime alimentaire adéquat à sa constitution, différentes techniques de purification, le yoga et les exercices respiratoires, la méditation et l'automassage pour instaurer un équilibre entre l'esprit, le corps et les émotions.

## Consultation individuelle sur rendez-vous

Durée : 1h30

Prix : 60 €

L'ayurvéda est un art de vivre qui contient beaucoup d'indications sur la manière d'atteindre santé, longévité, bonheur, paix et amour dans la vie. L'ayurvéda est la connaissance de la santé de l'être humain, et est applicable à tous les êtres quelles que soient leurs origines.

## Santé Globale dans l'Ayurveda

Lieu : Matoury

Date : Du 10/12 à 9h00 au 12/12/2010 à 18h00

Prix : 300 €

Prévoir son repas de midi

Ce stage correspond à ceux et celles qui veulent vraiment prendre leur santé en main, tant sur le plan physique, énergétique, que sur le plan émotionnel grâce à des pratiques ayurvédiques individualisées et des consultations individuelles en début et à la fin du stage.

Durant le stage, nous utiliserons ces pratiques et enseignements :

- Connaissance des lois de bases dans l'Ayurvéda
- Le yoga et les pratiques internes de guérisons, médiations, pratiques
- Nettoyage de l'organisme par la nourriture (diététique ayurvédique adaptée à chacun), yoga, purifications, les plantes, les huiles
- Le massage et les pratiques manuelles
- La pratique de maîtrise des émotions (Nâgas thérapie).

## Nagasprâna

Lieu : Matoury

Date : Du samedi 18/04 à 9h00 au Dimanche 19/04/2010 à 12h00

Prix : 230 €

Prévoir son repas de midi

Notre capacité à être un canal pur de l'Energie de Vie est révélée lors des différentes initiations qui comportent : bilan énergétique et équilibrage des chakras, recentrage des corps subtils, harmonisation du mental et des émotions, dépollution du système énergétique, pratique à distance individuelle et collective.

Chaque Initiation est accompagnée d'une étude et d'un enseignement pratiques du fonctionnement des chakras en relation avec le mécanisme des émotions, cause des perturbations dans le corps physique, énergétique et mental.

**Contact/Réservation : 06.94.42.94.82**

**E-mail : yannickitier@hotmail.fr**

