

Prénom .....

M<sup>me</sup>, M<sup>lle</sup>, M. ....

Adresse .....

Portable .....

Tél. fixe .....

E-mail .....

Date : .....

Signature : .....

Je souhaite recevoir un devis pour l'envoi des ouvrages de Martyn Neal (voir sur le site) :

 En quête de soi  Yoga Sûtra  Sentimental  Only the feeling remains

## Stages de Chant Védique avec Martyn Neal



**Lieu et coût** pour chaque stage | Centre de Yoga Narbonne (non-résidentiel) - 300€/stage - Nombre de places limitées

**Le chant des textes sacrés de l'Inde que Krishnamâcharya et Desikachar nous ont transmis**

La qualité d'attention induite par la pratique du chant védique m'a été démontrée depuis une quarantaine d'années. Tant sur le plan personnel que dans le cadre de mon enseignement, j'ai pu vérifier qu'il s'agissait d'un outil majeur dans la préparation mentale à l'état méditatif tel que le yoga le définit.

Mon envie de partager mes connaissances et expérience n'a pas faibli depuis le début et c'est avec beaucoup de joie que j'aborde chaque stage, pour vous faire découvrir de nouveaux textes, et revisiter des textes connus pleins d'inspiration. Nous pourrions aussi nous amuser et nous émuir avec des chants d'autres cultures et nations.

Vous aurez l'occasion aussi de demander tel ou tel texte que vous aimez et, pour ceux qui le désirent, la possibilité de faire vérifier des chants connus. La pédagogie spécifique permet de réunir débutants et adeptes avancés. L'ambiance est détendue et studieuse, sans se prendre trop au sérieux !

**Dates** | du mercredi 21 février (14h) au dimanche 25 février (12h)  
du mercredi 8 mai (14h) au dimanche 12 mai (12h)  
du mercredi 17 juillet (14h) au dimanche 21 juillet (12h)  
du mercredi 30 octobre (14h) au dimanche 3 novembre (12h)

**Sommes-nous au clair avec ce qu'implique la pratique du yoga au jour le jour ?**

Patanjali énumère cinq préceptes constituant une éthique de vie au quotidien que Desikachar présentait en tant que « comportements envers nous-mêmes », en écho avec les yama, « comportements envers les autres ». Or, si ces derniers correspondent aux mesures de notre avancement sur le chemin du yoga, les niyama forment le cœur de la pratique elle-même. Celle qui sert de décrassage et d'allègement afin d'entretenir notre santé. Elle nous simplifie la vie et contribue à l'éveil de la spiritualité. Une vie simple, empreinte de spiritualité, devrait être à l'image de notre personnalité, de nos choix et de nos engagements.

**Nous revisiterons ensemble ces cinq préceptes :**

- l'hygiène externe et interne ;
- le contentement de ce que l'on a et ce que l'on n'a pas ;
- l'effort régénérateur ;
- le regard sur soi sans complaisance ni dénigrement ;
- l'humilité confiante face aux futures retombées de nos actes.

Outre les pratiques, le chant et les ateliers autour du thème, nous partagerons avec vous le fruit de nos décennies d'étude auprès de Desikachar couplé avec nos propres découvertes dans l'enseignement. Nous avons, au cours de nombreux stages en co-animation, établi une vraie connivence et éprouvons un grand plaisir à unir ainsi nos forces.

Le Prieuré de Marcevol est une seconde maison... Vue exceptionnelle sur le Canigou, une chapelle à belle résonance pour le chant, la sympathie des personnes responsables du lieu et les repas goûteux élaborés essentiellement avec des produits locaux, bio et de saison, souvent sortis du potager du Prieuré, en font un régal partagé par tous ! L'hébergement est simple, chaleureux et propre, mais sans chambres individuelles.

**Acomptes à l'inscription :** 2 chèques de 60€ (voir détails sur le bulletin d'inscription)  
Les soldes seront à régler avant le 30 juin.  
**Attention :** le nombre de places est limité.

**\*Autres hébergements :**  
Sous tente, avec 3 repas par jour et utilisation des sanitaires - 250€.  
Externe, avec 3 repas par jour - 225€.



# Stage d'été

## Une éthique de vie - niyama

Santé - Simplicité - Spiritualité avec Laurence Maman et Martyn Neal

**Dates** | Du lundi 29 juillet (18h) au samedi 3 août (14h) 2024  
**Lieu et Coût** | Prieuré de Marcevol (Pyrénées Orientales) - Enseignement 390€.  
**Hébergement** | Pension complète en chambres de 2 à 4 lits : 300€\*



Laurence Maman



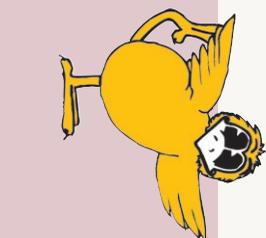
# Martyn Neal



## Stages Post Formation 2024

**Centre de Yoga**  
23 bd Gambetta - 11100 Narbonne - France  
Tél. 04 68 32 66 74  
martyn@yoga-neal.fr  
www.yoga-neal.fr

Si vous ne souhaitez plus recevoir ces informations annuelles,  
ou les recevoir désormais en PDF,  
envoyez un message au mail ci-dessus



- ❑ **POST FORMATION** : Je m'inscris pour
  - ❑ 16/17 mars
  - ❑ 30 mars/1<sup>er</sup> avril
  - ❑ 18/20 mai
  - ❑ 15/16 juin
  - ❑ 21/22 septembre
  - ❑ 26/28 octobre
  - ❑ 7/8 décembre
- et je joins l'acompte de 50€ par stage (ordre : Martyn Neal)

- ❑ **STAGE D'ÉTÉ** : Je m'inscris pour le stage **Une éthique de vie - niyama** - 29 juillet au 3 août et je joins 2 chèques de 60€ (Ordres : 1<sup>er</sup> - Martyn Neal - 2<sup>e</sup> - Prieuré de Marcevol)

- ❑ **CHANT VÉDIQUE** :
- Je m'inscris pour le stage : ❑ 21/25 février ❑ 8/12 mai ❑ 17/21 juillet ❑ 30 octobre /3 novembre et je joins 1 chèque de 50€ par stage (ordre : Martyn Neal)

Pour une inscription à plusieurs stages : regrouper l'acompte de M. Neal sur un seul chèque



avec Martyn Neal

## Post Formation

Tous les stages se déroulent au Centre de Yoga, Narbonne Nombre de places limité. (stages non résidentiels)

### → la pratique

L'objectif est de vous proposer des pratiques qui vont nourrir votre propre recherche et également vous donner le plaisir d'être guidé.

### → les textes

yoga sūtra, taittirīya upanishad, yoga rahasya, bhagavad gītā  
Je puiserai dans ces textes, sources inépuisables de réflexion sur l'être humain dans sa démarche du yoga, pour approfondir les thèmes proposés.

### → la pédagogie

Il s'agit d'aborder minutieusement les techniques, leurs adaptations et leurs rôles dans la pratique personnelle aussi bien que dans l'enseignement et d'aider les enseignants qui rencontrent des difficultés dans leurs cours.

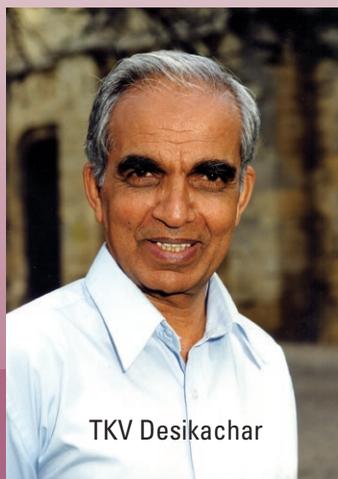
### Il s'agit d'un

→ enseignement structuré autour des thèmes proposés, mais ouvert aux orientations formulées par les participants

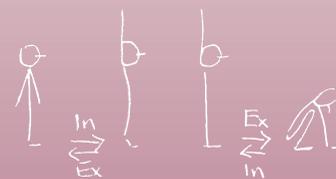
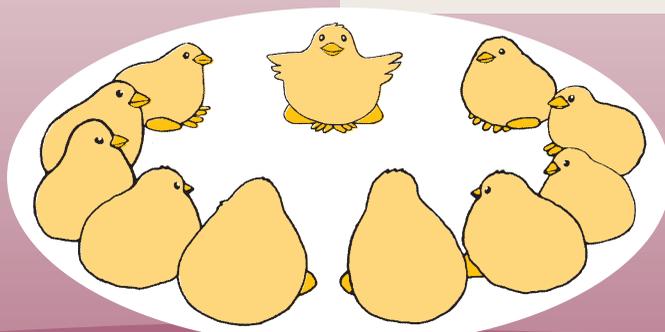
→ accompagnement pour les enseignants

→ ressourcement au travers de pratiques guidées et d'ateliers

→ temps pour se retrouver entre amis et faire de nouvelles connaissances



TKV Desikachar



Enseignement basé sur le respect de la personne, l'adaptation des techniques en fonction de chacun (viniyoga), le cours individuel et le Yoga Sūtra de Patanjali dans la lignée de Krishnamâcharya et TKV Desikachar

Voici le programme de mes stages en 2024.  
Certains thèmes sont repris en raison de la forte demande pour les dates initialement proposées. Je sortirai mon programme pour 2025 à l'automne.

Meilleurs vœux pour 2024  
Martyn Neal

Martyn Neal est membre du Collège des Formateurs de l'Institut Français de Yoga et formateur dans la lignée de l'enseignement de Krishnamâcharya et de TKV Desikachar. Son école de formation est reconnue par l'Union Européenne du Yoga.

Sa rencontre avec le yoga date de 1972 et il obtient le diplôme du Friends of Yoga Society en Angleterre. Il commence à enseigner dans le sud de la France à Narbonne en 1977.

Il devient élève de TKV Desikachar en 1983 et poursuit avec lui l'étude du Yoga par des séjours réguliers à Chennai, Inde, jusqu'au mois de janvier 2014. Desikachar est décédé le 8 août 2016.

Ils ont enregistré ensemble du chant védique, un poème de Krishnamâcharya et ont co-écrit un livre «En Quête de Soi», sur les fondamentaux du Yoga de cette lignée, paru en anglais sous le titre «What are we Seeking?».

Il a réalisé un double CD de chant du Yoga Sūtra pour aider les élèves dans l'apprentissage et l'approfondissement de la récitation du texte de référence de Patanjali. Il a participé à des ouvrages collectifs sur le yoga, la méditation, mantra...

Martyn Neal, formateur indépendant, est enregistré auprès du Préfet de Région en tant qu'organisme de formation.

