

Dans toutes les traditions spirituelles, le cœur est le lieu le plus sacré qui soit. La vie est un pèlerinage invitant l'être humain à se rapprocher de la Source Sacrée cachée dans son propre cœur.

Ne cherchons plus à être comblés par l'extérieur, mais retournons-nous vers cet océan d'amour qui habite dans nos profondeurs.

Choisissons d'aller à la rencontre de notre nature profonde qui est amour.

Réapproprions-nous la capacité fondamentale de notre cœur qui est d'aimer, donner et rayonner.

Rituel de reliance au sanctuaire du cœur, postures de yoga, voyage intérieur à valeur méditative, mudras (gestuelle sacrée des mains), pranayama (exercices simples de respirations), chants de mantras, ouverture à la vibration sacrée du cœur dans le silence ...

Laissons les trésors de la tradition de l'Inde nous conduire dans ce temple du cœur, si proche, si intime et accessible à tout instant !

**Le bhakti yoga, ou yoga du cœur, de l'amour et de la dévotion, est une invitation à aller à la rencontre du Divin présent au fond de notre être au-delà de tout dogme religieux. Dans la Bhagavad-Gita, Krishna, archétype divin, exprime ceci : « Je me tiens dans le cœur de chaque être. ».**

### **Renseignements pratiques**

Jour & horaires : 9 jeudis de 18h30 à 21h30.

Dates : 24 septembre, 22 octobre, 19 novembre, 17 décembre, 14 janvier, 11 février, 11 mars, 08 avril & 06 mai.

Participation financière : 270 € (pouvant être réglés en plusieurs mensualités, tous les chèques étant remis ensemble dès la première séance).

Séance découverte : 30 € (déductibles de la cotisation annuelle).

Les places étant limitées, pensez à réserver votre place par le versement d'un acompte de 30 €, non-remboursable en cas de désistement de votre part.

Inscription impérative avant le 17 septembre.

La cécité de Patricia l'a orientée très tôt vers la dimension intérieure de l'être.

Elle s'est formée au yoga et pratique la méditation avec mantras selon différentes traditions depuis quinze ans. Elle a publié deux livres chez Edilivre : Le chemin du cœur sous le nom de Patricia Elena Pareja et Pèlerinage intérieur – Une âme en chemin vers la lumière sous le nom d'Elena Montoya.

### **Bulletin d'inscription**

(à renvoyer avant le 17 septembre)

Nom & prénom :

Adresse :

Tél. :

e-mail :

Je verse 30 € pour réserver ma place pour l'atelier Bhakti yoga : une invitation au Divin. Cet acompte ne me sera pas remboursé en cas de désistement de ma part.

Date et signature :

**ATELIERS YOGA, REVE EVEILLE ET MANTRAS**

**BHAKTI YOGA**  
**Une invitation au divin**

Avec Patricia PAREJA

**9 jeudis de septembre 2020 à mai 2021**  
**De 18h30 à 21h30**

**Association A la rencontre de soi**  
**16 rue Jonnart 62500 Saint Omer**  
**Tél. : 03 21 93 79 58**  
**[Patricia.pareja@orange.fr](mailto:Patricia.pareja@orange.fr)**  
**[www.alarencontredesoi.Fr](http://www.alarencontredesoi.Fr)**