



## Stage de HaTha YOGA Avec Walter Thirak Ruta

du Jeudi 29 mai 2025  
au Dimanche 1 juin 2025  
Sous la Yourte

### D'abord l'offrande : émerveillement, étonnement et beauté!

Que recherchons-nous :  
La réalisation de notre potentiel personnel ?  
Le chercher n'est pas un voyage de l'ego,  
C'est une aventure pour réveiller sa propre puissance.

Umberto Eco écrit que le vrai héros est toujours un héros  
par erreur, son rêve serait d'être un honnête lâche  
comme tout le monde.

Il n'y a rien de plus important que de se réaliser !  
En cela, vous devenez un signal, vous devenez un  
panneau indicateur, transparent à la transcendance. ...

Ainsi vous trouverez, vivrez et deviendrez la réalisation de  
votre mythe personnel.

« La clé de l'étonnement  
c'est un état de préparation et d'ouverture »  
Joseph Campbell



« Vous pouvez recevoir des instructions et des  
conseils des autres,  
mais vous devez trouver votre propre chemin.  
Joseph Campbel

La **pratique du yoga** rythmera nos journées, favorisant le  
niveau d'énergie pour étudier et partager des espaces.  
La pratique du matin aura pour objectif de favoriser la  
progression de certaines techniques de hatha yoga.  
Celle de l'après-midi sera davantage destinée à intégrer  
le travail effectué le matin ou les jours précédents.  
Les lignes directrices seront les textes classiques du hatha  
yoga et les enseignements du Yogi silencieux de Madras.

*D'abord l'offrande*, cela peut ressembler à une invitation à ne pas être  
présomptueux, à être reconnaissant à ceux qui nous garantissent une  
nourriture physique, intellectuelle et spirituelle. C'est vrai, mais ce  
premier niveau est la base d'une bonne éducation.  
Il existe un autre niveau de gratitude qui correspond à ceux qui nous  
ont nourris, qu'ils soient parents, professeurs ou guides, non  
seulement l'équivalent de ce que nous avons reçu, mais une valeur de  
plus qui correspond au fruit de la transformation opérée sur nous-  
mêmes grâce à cette nourriture.

« [...] L'obéissance aveugle cache, nie, cache et détruit tout ce  
qui nous rend humains. [...] Je pense que la désobéissance est  
une vertu et l'obéissance aveugle un péché. [...] ».

Guillermo del Toro

### HORAIRES

JEUDI 9h 12h30 - 15h 18h30  
VENDREDI-SAMEDI 8h 11h30 - 15h 18h30  
DIMANCHE 8h 11h30- 13h30 16h30

Le midi Auberge Espagnole

### TARIFS

250€

50€ d'acompte à verser pour valider  
votre inscription.

Les places sont limitées

Brigitte Guyon

14 rue Saint Antoine  
Saint Julien Les Morey  
70120 La ROCHE MOREY

Mail : [brigitte.guyon2@wanadoo.fr](mailto:brigitte.guyon2@wanadoo.fr)

Tél : 06 07 66 53 56



Inscription :

Nom .....

Prénom .....

Portable .....

E-mail .....

Adresse .....

Je joins un chèque de 50€ d'acompte  
À l'adresse ci dessus

Fait à \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_  
signature