

Le voyage intérieur

Aude Bourdin, thérapeute et www.atelier.yoga, association Loi de 1901
Invitent

Kheireddine Badawi et Aya Annika Skattum

à Poitiers du 22 au 24 mars 2019

*« Est, Ouest, Sud, ou Nord, il n'y a pas de différence.
Peu importe votre destination, assurez-vous seulement de faire de chaque voyage
un voyage intérieur.*

Si vous voyagez intérieurement, vous parcourez le monde entier et au-delà ».
Shams de Tabriz



Photo Rim Sanhoury

Vendredi 22 mars à 19h : Conférence par Kheireddine Badawi

&

Samedi 23 et dimanche 24 mars :

Initiation et pratique de La Danse Derviche Tourneur par

Aya Annika Skattum

« Le divin se révèle à l'âme humaine spontanément. Rien ne peut l'y contraindre. La tâche de l'homme est simplement de se préparer à cette révélation et d'être prêt à l'accueillir. Ce travail s'appelle dans le soufisme « le polissage ». Il s'agit de guérir son âme de ses blessures et de la libérer de ses voiles. L'âme est ainsi apaisée et polie comme un miroir ou comme un diamant. Elle découvre sa vraie nature spirituelle et entre dans la vie de l'amour et de la joie ». Kheireddine Badawi

Initiation et pratique de La Danse Derviche Tourneur, voie d'accomplissement de soi

Le stage est ouvert à toute personne qui a une quête sincère, indépendamment de sa voie.

Nous explorerons ensemble la concentration et la détente, le souffle, la coordination et le rythme, la méditation, la vibration et l'énergie vitale, les danses soufies, le Dhikr, les Noms Divins et la Danse des Derviches Tourneurs.

« La Danse Derviche Tourneur est une pratique soufie, universelle par sa forme et par son essence. La beauté de ce qui se laisse voir ouvre nos cœurs et invite au voyage vers la beauté infinie ; du visible à l'invisible, de l'extérieur à l'intérieur ; pour se rencontrer, s'aimer et s'abandonner. En entrant dans le flux créateur, en expérimentant l'unité corps-esprit-âme, en s'accordant au cercle, la rencontre avec soi se fait et de cette rencontre, naît le mouvement. » Aya Annika Skattum

Aya Annika Skattum

Thérapeute psychocorporel, art-thérapeute, danse thérapeute et derviche tourneur, elle est riche de 20 ans d'expérience professionnelle en groupe et en individuel, de nombreux voyages, pèlerinages, retraites et formations et de son engagement auprès d'une Cheikha Soufie. D'origine norvégienne, elle a grandi en Afrique et a vécu plus de 20 ans en France.

Conseils pratiques :

- Pour la cohésion du groupe et afin de soutenir le chemin vers l'Unique, il est demandé à chaque personne d'être présente les deux jours, du début à la fin, et d'honorer le groupe par sa ponctualité.
- Certaines pratiques, telle que la Danse Derviche Tourneur et des exercices de respiration, sont inadaptées aux personnes à problèmes cardio-vasculaires ou qui viennent de subir une opération.
- Les repas de midi seront pris collectivement et seront composés de ce que chacun apporte. Merci de venir avec votre contribution dès le matin ; végétarien, léger et sans alcool.
- Merci d'apporter votre coussin de méditation, tapis de yoga et châle/couverture.
- Il est conseillé de porter un pantalon agréable pour des mouvements au sol et un haut agréable et joli.
- Vous pouvez apporter, si vous en avez, des chaussons de danse avec semelle en cuir et une jupe longue et ample.

Horaires :

Vendredi 22 mars de 19h à 21h

Samedi 23 mars de 10h à 18h & Dimanche 24 mars de 10h à 16h

Tarifs :

Conférence vendredi 22 mars : participation libre et en conscience

Stage samedi 23 et dimanche 24 mars : 120€ (100€ pour les adhérents de l'association

Atelier Yoga)

Adresse : Maison de quartier SEVE, 11 bd St Just, 86000 Poitiers

Renseignements : Aude Bourdin / 06 74 14 61 68 / istraeki@hotmail.fr

Inscription obligatoire pour le stage: par mail istraeki@hotmail.fr

suiivi de votre chèque d'arrhes de 60€, à l'ordre de Aude Bourdin,

à envoyer à Aude Bourdin, 19 rue de la Berlonnière 86280 Saint Benoît.