



# LA JOIE

avec Laurence MAMAN

26 - 27 avril 2025 LAVAL

## LES DATES :

### Samedi 26 avril :

Accueil à 13h30

14h00 - 18h00 enseignement

### Dimanche 27 avril :

9h30 - 12h30 enseignement

12h30 - 14h00 pause déjeuner

14h00 - 17h00 enseignement

*Prévoir un tapis et une tenue souple*

## LE LIEU :

Les studios du Britais

15 rue du Britais

53000 LAVAL

## NOUS CONTACTER :

✉ [viniyoga.go@gmail.com](mailto:viniyoga.go@gmail.com)

☎ 06 36 84 98 91  
06 28 21 74 97

🌐 [www.viniyoga-go.com](http://www.viniyoga-go.com)



VINIYOGA GRAND OUEST  
Association déclarée Loi 1901  
N° W532002218



# La joie !

Dans ce monde complexe et pas vraiment gai, est-ce naïf, insultant, irréaliste, déplacé, que de parler de la joie ? Mais l'angoisse n'empêche pas la joie.

Selon le dictionnaire français, la joie est une émotion vive, agréable, limitée dans le temps ; (un moment de) profonde satisfaction.

Le premier mot sanskrit auquel on pense est ānanda, sentiment de joie hors du temps (même s'il est limité dans le temps), supplantant nos alternances d'aise et de malaise. Il accompagne des moments de grande présence, de vision plus claire. Si la joie peut nous venir de circonstances extérieures, c'est d'abord parce que nous lui ouvrons la voie.

Si nous acceptons que la joie est fugace mais nous indique un moment d'accomplissement et nous transforme de son éclat, laissons-lui des chances de surgir à tout instant.

Lors de ce week-end, nous repérerons comment la joie est abordée dans le yoga et d'autres textes indiens tels que la Taittirīya upaniṣad. Et nous la chercherons dans la pratique, les rencontres, l'extension du domaine de nos découvertes... sans oublier le chant, voie royale.

« La joie s'accroît à mesure qu'elle se communique. »

(Mocharrafoddin Saadi - Le Gulistan, ou Le jardin des roses - XIII<sup>e</sup> siècle)

Laurence Maman

Laurence Maman a eu la chance d'être élève de TKV Desikachar. Depuis de nombreuses années, elle enseigne le yoga et forme des professeurs dans le cadre de l'Institut Français de Yoga. Elle a parallèlement exercé la médecine, chante et s'intéresse activement à la psychanalyse.

Retrouvez toutes les informations sur le site internet :

[www.laurence-maman.fr](http://www.laurence-maman.fr)

## Bulletin d'inscription

Prénom : .....

Nom : .....

Adresse : .....

CP : ..... Ville: .....

Tél : .....

E-mail : .....

### COÛT DU STAGE :

- Cotisation possible pour adhésion : 10 € (Saison 2024/25)
- Tarif adhérent : 130 €
- Tarif non adhérent : 140 €

NB : une réduction de 10 € sera accordée à toute inscription enregistrée avant le 15/03/25

Le paiement sera à effectuer avant le 15/04/2025

De préférence, en ligne sur **Hello Asso** et sur le site **www.viniyoga-go.com** ou avec le QR code suivant :



ou

Par chèque bancaire, merci de faire 2 chèques séparés un pour le stage, l'autre pour la cotisation à l'ordre de : VGO à renvoyer

Chez Dorothee Darius  
3 rue creuse 53200 DAON

Le chèque sera encaissé après le stage.

