

## ACCUEIL A PARTIR DE 9H

GYMNASE MASSERAN  
6, rue Masseran 75007 Paris  
Métro : Duroc ou St François Xavier

Pour accéder au gymnase,  
appuyez sur le bouton digicode  
(ouverture automatique du portail)  
et dirigez-vous vers la porte  
la plus à droite du bâtiment.

**Nous serons heureux de vous accueillir**  
**à l'entrée de la salle pour procéder**  
**à votre enregistrement**  
**sur notre liste de participants.**



## LIEU DE LA PRATIQUE

GYMNASE MASSERAN  
6, rue Masseran 75007 Paris  
Métro : Duroc ou St François Xavier



## PARTICIPATION AUX FRAIS

60 € pour les adhérents à l'association  
78 € pour les non adhérents

## HORAIRES

De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

## REPAS

Le pique-nique n'est pas autorisé à l'intérieur  
des locaux ni sur la terrasse. Restauration rapide  
dans les cafés et brasseries des alentours.

## PRATIQUE

Apporter : tapis de yoga, coussin ou support pour  
s'asseoir, bloc-notes et stylo. Marie-Paule demande  
d'apporter une **Pierre** et une **Pomme** à cette séance.

LES DIMANCHES  
De l'Association Yoga,  
Les Amis d'André Van Lysebeth



Dimanche 15 OCTOBRE 2017

Marie-Paule RUAULT

«L'énergie dans tous ses états;  
Prâna l'énergie du yoga »

[www.yogavanlysebeth.com](http://www.yogavanlysebeth.com)  
[yogalesamisavl@laposte.net](mailto:yogalesamisavl@laposte.net)

## Marie-Paule RUAULT

Ingénieur de formation puis professeur de Sciences Physiques, Marie Paule découvre le yoga à la fin des années 70. Sa rencontre avec André Van LYSEBETH en 1980, grâce à la revue YOGA, est déterminante : Elle a rencontré son maître.

Elle assiste régulièrement aux stages d'été dirigés par André et Denise VAN LYSEBETH dont elle assume par la suite le secrétariat.

Diplômée de l'Institut de Bruxelles, elle anime de nombreux stages internationaux.

« Marie-Paule est membre de l'Association depuis sa création et fait partie de l'équipe des enseignants à l'école Van LYSEBETH. Elle y transmet le Prânayâma. »



## PROGRAMME

**DIMANCHE 15 OCTOBRE 2017**  
De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

En hommage à mon maître André Van Lysebeth

### **Le Prâna dans tous ses états**

Il est parfois difficile d'admettre que je ne suis que  
**« de l'énergie complexifiée qui a pris forme »** et que cette même énergie différemment complexifiée a pris une autre forme ....et une autre dénomination.

### **Mais fondamentalement TOUT EST ENERGIE.**

Pour mieux comprendre nous allons remonter .....avant le Big-bang, et suivre l'évolution et ses sauts structurels ressemblants étrangement aux sauts quantiques de la physique actuelle. Il y a en effet des convergences passionnantes entre les textes millénaires orientaux et la physique contemporaine. André nous avait dit, lors d'un stage, qu'au fronton de certains temples égyptiens était inscrit ceci :

### **« TOUT VIBRE, TOUT EST VIBRATION ».**

Or toute vibration est le véhicule transporteur d'énergie. On revient donc à dire que TOUT EST ENERGIE. Et c'est pour cela que le PRÂNAYAMA, c'est à dire les techniques de maîtrise du Prâna , l'énergie du Yoga, sont si fondamentales.

Nous pratiquerons donc de manière très précise quelques prânayama fondamentaux et nous verrons comment associer les techniques du prânayama à certaines postures de yoga , décuplant ainsi leurs effets bénéfiques.

## FICHE D'INSCRIPTION

**Avec Marie-Paule RUAULT**

**DIMANCHE 15 OCTOBRE 2017**

A découper et renvoyer avec votre chèque à :  
Association « Yoga, les amis d'AVL »  
17, rue Cler 75007 PARIS  
Tél : 01 48 22 53 17 — Mobile : 06 84 34 70 64

Nom .....  
Prénom .....  
Adresse .....  
Code postal .....  
Ville .....  
Pays .....  
Email .....  
Téléphone .....

- Je suis adhérent : 60 €
- Je ne suis pas adhérent : 78 €
- Je souhaite un reçu comptable
- Je souhaite une attestation de suivi de post-formation

Pour les virements étrangers  
Code IBAN FR85 2004 1000 0105 6655 4A02 055  
BIC PSSTFRPPPAR  
La Banque postale-centre de Paris  
75900 PARIS CEDEX 15 France  
Date et signature :