

# ETUDE INTEGRALE du YOGA SŪTRA de Patañjali

À PARTIR DU 13 AVRIL 2025

Avec Dr N. Chandrasekaran

Médecin allopathique (MBBS), Yogathérapeute  
et formateur international  
Dr NC a dirigé le pôle Yogathérapie du  
Krisnamacharya Yoga Mandiram à Chennai  
pendant 10 ans auprès de TKV Desikachar.  
Créateur du centre de pratique et d'étude, le  
Yoga Vaidya Śālā, il est auteur de livres sur la  
pratique de la Yoga et de la Yogathérapie



## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

MARIE-FRANCOISE GARCIA

- ▶ +33 (0)6 07 24 17 53
- ▶ [formation.yoga@free.fr](mailto:formation.yoga@free.fr)

## ORGANISATION DE L'ETUDE

- ▶ L'étude complète du texte (4 chapitres) est divisée en 4 modules.
- ▶ Chaque module se compose de 20 sessions.
- ▶ **Une session correspond à une vidéo** consultable pendant 3 mois. Vous pouvez ainsi écouter les enseignements quand et autant de fois que vous le souhaitez
- ▶ les enseignements sont en anglais traduits en français
- ▶ Entre chaque session, le Dr NC répondra à vos questions par mail
- ▶ Il y aura une pause de 3 ou 4 semaines entre 2 modules : Cette méthode traditionnelle permet l'assimilation des principes abordés lors du module et à préparer les étudiants au module suivant.
- ▶ Pendant les voyages et autres engagements internationaux du Dr N C, les cours seront suspendus. un compte rendu sera envoyé à tous les étudiants après chaque session.

### TARIFS

comprenant l'envoi des vidéos, la traduction des cours  
et la traduction si nécessaire des échanges mails avec le Dr NC  
**250 € PAR MODULE (soient 1 chapitre en 20 cours),  
900 € POUR LES 4 MODULES**

### LE YOGA SŪTRA

Le *Yoga Sūtra* est un guide pratique, complet et exhaustif. Il nous enseigne les **principes** et les **pratiques**, sans ambiguïté.

Du fait de son style énigmatique, ce texte doit être explicité par un enseignant expérimenté et pratiquant pour atteindre **une clarté absolue** sur tous les principes, avant d'entreprendre les pratiques.

Les cours **du Dr Nc** sont conçus pour progresser vers cet objectif par le biais des trois étapes suivantes:

**Śravanam** – Ecouter, attentivement et intensément

**Grahanam** - Saisir ce qui est entendu

**Mananam** - Réflexion sur ce qui est gardé en mémoire

Une fois cette **clarté** atteinte, la pratique des autres étapes du Yoga et le fait de cheminer spirituellement deviennent plus naturels et plus faciles.

**UN CERTIFICAT DE FIN DE STAGE**  
sera remis en fin de chaque module

**CEFEDYL**

**65 rue Hénon, 69004LYON**  
**siret: 830 469 565 00014**  
organisme de formation,  
n° activité : 84691517769

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom .....

Prénom .....

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

Tél : .....Email : .....

Date et lieu de naissance : .....

Profession : .....

▶ **Je choisis : (cocher la case) :**

1 module: 20 cours vidéos 250 €

les 4 modules: 900 €

▶ **Je règle par chèque , à l'ordre de CEFEDYL, 65 rue Hénon,  
69004 LYON**

Ou

▶ **Je fais un virement : libellé « nom prénom yss moduleX »  
FR76 1807 9692 2103 1284 9174 027 / CCDFFRPPXXX**

Signature:



*Pranāms à nos Gurus*