

# Yoga et Chant Védique

## Sūrya

Samedi 25 et Dimanche 26 Mars 2023



Nicole Bosch

## Thème

Le **Chant Védique** est la récitation chantée des Védas en observant des règles précises, de façon à assurer la préservation des enseignements sans en altérer le sens. Les Védas, considérés en Inde comme la source sacrée de toute connaissance, ont ainsi été transmis au cours des siècles oralement, de maître à disciple.

La langue des Védas est le **Sanskrit**, langue ancienne de l'Inde, d'une grande richesse phonétique.

Réciter en sanskrit implique d'apprendre à prononcer toutes les lettres de son alphabet. La différence de son est parfois subtile entre certaines lettres mais le sens d'un mot peut être totalement transformé.

La **prononciation** est donc la première des règles du chant védique.

En sanskrit le chant védique s'appelle "**adhyayanam**", ce qui veut dire : "aller au plus profond de soi".

La tradition indienne dit que le monde est fait de sons, nous-mêmes sommes faits de sons, le son (śabda) voulant dire vibration.

Cela explique pourquoi le chant a le pouvoir de pénétrer très profondément en nous et d'induire des changements à tous niveaux, physique, mental, spirituel.

Le rôle du sanskrit est primordial : s'il est correctement prononcé, chaque son de l'alphabet sanskrit a un pouvoir vibratoire particulier donc un effet unique.

Symbole de la clarté qui dissipe les ténèbres, le Soleil est vénéré dans les Védas sous de multiples noms, le plus connu étant **Sūrya**.

Il est dit dans la **Sūrya Upaniṣad** :

"Du Soleil sont nés tous les êtres vivants, le Soleil les maintient en vie, dans le Soleil ils disparaissent. Ce qu'est le Soleil, cela je suis."

Ce week-end permettra d'aborder divers chants consacrés au Soleil :

le plus célèbre sans doute, **Sūryanamaskāra mantraḥ**,

des extraits de la **Sūrya Upaniṣad**,

des extraits de la **Mahānārāyaṇa Upaniṣad** (considérée comme la quatrième partie de la **Taittirīya Upaniṣad**).

Au cours du stage alterneront **chant** et **étude théorique** des textes, échanges, pratiques de **yoga** accompagnées du chant de **mantra** et pratiques **méditatives**.

**Ce stage s'adresse à des personnes ayant déjà pratiqué ou pratiquant le yoga mais nul besoin par contre d'avoir déjà pratiqué le chant védique.**

**C'est une formation certifiante au sein de la VFF.**

## Professeur

Nicole enseigne le yoga selon l'école de **Krishnamacharya et Desikachar**.

Elle est professeur de Yoga depuis l'année 2000 (formée par Bernard Bouanchaud). Elle a ensuite suivi une formation de professeur de Chant Védique à Chennai au **Krishnamacharya Yoga Mandiram** (diplôme en 2011, renouvellement en 2016) et continue de s'y rendre tous les ans, si possible, afin de poursuivre l'étude du yoga et du chant.

Elle se consacre maintenant essentiellement à la transmission du Chant Védique ainsi que du yoga avec mantra, en cours de groupe et cours individuels.

Pour plus de détails sur son parcours : <http://www.yogashraddha.fr/Parcours.html>



email : [nicole.bosch@free.fr](mailto:nicole.bosch@free.fr)  
internet : <http://www.yogashraddha.fr/>  
tél. : 06 70 65 39 26 / 05 61 61 23 14

## Informations pratiques

**Lieu :** Couleurs Brazil  
20 rue du Borrégo  
75020 PARIS

**Horaires :** Samedi 25 mars 2023 : 9h30 - 13h00 et 14h00 - 17h30,  
Dimanche 26 mars 2023 : 9h00 - 13h00 et 14h00 - 17h00.

**Tarif :** Enseignement : 200 €  
Logement et repas non inclus

**Inscription :** sur le site de la Viniyoga Fondation  
<https://viniyoga-fondation.assoconnect.com/collect/description/251862-y-yoga-et-chant-vedique-nicole-bosch>