

## Retraite non-duelle avec Joan Ruvinsky



### Eastman, Québec 2 au 6 août 2012

Absorbée par l'essentiel, bien que totalement engagée dans la vie quotidienne, la conscience se déploie à travers soi, en soi et en tant que soi. L'apparente séparation de soi avec le monde extérieur se dissout.

Grâce à de nombreux exercices issus de la tradition yoguïque dont le pranayama, l'assise dans la quiétude, la pratique du yoga du ressenti corporel, nous explorons les multiples visages de l'Être. Quatre rencontres quotidiennes en groupe alternent avec des périodes de temps libre consacrées à la contemplation et l'être avec soi-même. L'entrée dans l'écoute en profondeur est le plus beau cadeau que le silence puisse nous donner. Chaque jour, des périodes d'échange facilitent l'approfondissement de la compréhension qui se fait jour à mesure qu'avance la retraite.

Renseignements et inscriptions: Charles-Alexandre Mercure

450-770-0720 ou charlymerc@hotmail.com

Retraite de 4 jours 715 \$ CDN incluant l'hébergement en occupation double ou triple et repas végétariens. 915 \$ CDN en occupation simple.

Prochaine retraite:

Highland Mills, NY  
(en anglais)  
13 au 20 octobre 2012

Après treize ans de recherche intérieure, Joan Ruvinsky fait la connaissance de Jean Klein en 1989. Ne s'étant jamais considéré comme un enseignant, Klein élimine la nécessité d'être étudiant, de suivre une voie, une méthode, un objectif. En profonde affinité dans cet enseignement de sagesse non duelle, Joan partage le Yoga du ressenti corporel et les entretiens dans son centre Pathless Yoga-La voie sans voie à Montréal et lors de retraites et d'ateliers qu'elle donne dans d'autres provinces canadiennes et États américains.

Depuis l'époque où ils travaillaient ensemble avec Jean Klein, Joan a gardé une amitié avec Richard Miller et Éric Baret. Elle est diplômée de Yoga intégral, ainsi que de Integrative Yoga Therapy, et de Yoga Alliance E-RYT500. Elle donne des séminaires au sujet du Yoga du ressenti corporel, de l'histoire et de la philosophie de yoga, ainsi que *Le Yogasutra* de Patañjali, le *Vijñana Bhairava*, et iRest Yoga Nidra, en français et en anglais.

