



Librairie
L'autre Rive



Dédicace

Mathieu

Un barbare en yoga

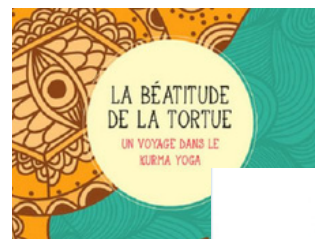
Vendredi 2 mai
de 17h00 à 18h00

À la librairie L'Autre Rive

Mathieu enseigne le yoga depuis les années 80. Il a co-fondé la Maison du yoga à Paris en 1983 et a dirigé la revue Infos Yoga. Il forme des enseignants au yoga nidra et au kurma yoga.

Voici une histoire d'amour, tissée entre Mathieu et l'Inde, entre Mathieu et le yoga. Un lien qui remonte à l'enfance, lorsque son père, l'un des premiers enseignants de yoga en France, l'initie à cette discipline, bien avant qu'elle ne devienne populaire. Mais pour toucher l'essence de cette tradition, il faut partir à la source. L'Inde l'appelle. Sur place, il rencontre des maîtres, médite, s'imprègne des mandalas fascinants du temple de Rameshwaram, s'initie aux mystères du yoga et de la spiritualité indienne.

Récit initiatique, pèlerinage intérieur, quête spirituelle et voyage au coeur d'un héritage millénaire, cette aventure étonnante et bigarrée se déploie comme une fresque, à la fois érudite et vivante, inspirante et pleine d'humour et de sagesse.



MATHIEU
**Dormir pour
s'éveiller :**
le Yoga nidra
traditionnel

