

# Yoga à Auroville

avec Martine et Christian Pilastre



**du 5 au 17 Janvier 2025**

## Du voyage en orient au voyage en soi

Nous envisageons ce séjour à la fois comme une retraite de Yoga où nous irons à la rencontre de qui nous sommes en profondeur, portés par un cadre exceptionnel, un environnement privilégié, climat tropical, alimentation végétarienne savoureuse et excursions dans l'Inde profonde.

Mais surtout nous vous emmenons à la rencontre d'une expérience unique : la ville de l'Aurore, nommée en hommage au grand yogi Sri Aurobindo, dont tout le fonctionnement s'inspire de ses enseignements : le Yoga Intégral ou Yoga des cellules : comment faire descendre la Conscience en chacun de nous. Cette ville a été fondée en février 1968 dans le sud de l'Inde par Mirra Alfassa, une Française de Pondichéry, surnommée "la Mère", disciple proche de Sri Aurobindo. Le but de cette ville expérimentale est de permettre à des personnes de tous les pays de vivre ensemble en paix autour des valeurs du partage, de l'écologie, de l'évolution spirituelle loin de tout dogme ou religion.

Nous serons logés au cœur d'Auroville, dans le centre d'accueil de Vérité, à quelques minutes du Matrimandir en vélo. Dans l'écrin de verdure d'une jungle entretenue, chaque logement est une petite maison indépendante, pour une ou deux personnes.

En dehors des temps de Yoga, de chant ou de méditation, de la découverte d'Auroville, de ses habitants et de son centre, le Matrimandir, nous partirons à la rencontre des traditions millénaires de l'Inde, visite de Pondicherry, des temples de Chidambaram et Tiruvanmalai à l'architecture complexe ornés de sculptures des nombreux dieux et déesses du panthéon hindou, au sein duquel nous tenterons de vous introduire.

Nous avons à cœur de vous proposer d'expérimenter de vraies vacances, loin de votre environnement habituel, avec promenades, bains de mer ou en piscine, temps libre, exploration extérieure et intérieure.

Pour en savoir un peu plus sur Auroville, voir [le reportage de France24](#)

### PROGRAMME GENERAL :

- 2 séances de yoga par jour
- Mandala : faire le point avec nous-même par le recentrage graphique. Aucune expérience artistique préalable n'est requise.
- Méditation
- Aller à la rencontre de l'Inde en explorant la ville et la région.



## INFORMATIONS PRATIQUES :

- Prix de la retraite, incluant deux séances de yoga par jour, le logement pendant 12 jours en chambre double avec petit-déjeuner et dîner, plusieurs excursions dans la région, l'utilisation d'une bicyclette (le moyen de transport le plus pratique et agréable), l'accès à toutes les activités d'Auroville : 1480 €.
- En chambre individuelle : 1750 €
- En cas d'inscription avant le 1er Septembre, réduction de 15 % (ou de 10 % pour les couples)
- Réduction de 10% pour les couples
- Le billet d'avion pour Chennai (environ 1000 € depuis Nantes ou 800 € depuis Paris), le visa, ainsi que le transfert en taxi jusque à l'hôtel (environ 15€/personne) est à votre charge, ainsi que les repas de midi (environ 5€). Nous pouvons vous réserver le taxi entre l'aéroport et l'hôtel, à votre demande. Compter entre 2 et 3 h de route en fonction de la circulation.
- Renseignements : [christianpilastre@orange.fr](mailto:christianpilastre@orange.fr) Christian et Martine 02 51 97 27 40
- Inscriptions : envoyez vos coordonnées postales et mail ainsi que 20% du prix de la retraite à : Martine et Christian Pilastre Le Vieux Salydieu 85320 Bessay  
Par chèque ou virement Bancaire  
Possibilité de régler en plusieurs fois
- Début de la rencontre : Lundi 6 Janvier à 10 h . Arrivée sur place Dimanche 5 Janvier à partir de 14 h
- Fin de la rencontre : Vendredi 17 Janvier à 11 h



**Christian et Martine** ont été formés au yoga en Inde dans la lignée de Swami Sivananda, et du Kriya Yoga par Swami Ganeshananda (Ganesh Baba) et Sri Shibendu Lahiri. En France ils ont reçu les enseignements de Xuyen de Saintes, et de Marie pré pour la pratique du Mandala.

**Martine** est infirmière de formation. Elle partage son enthousiasme pour la santé globale en animant des ateliers de yoga, de chant, de danse et des formations au massage.

**Christian** a commencé à enseigner le Yoga en Vendée en 1980. Il se spécialise ensuite dans la création et la pratique du Mandala.

Depuis plus de 30 ans, ils accueillent en Vendée, au [Centre Tripoura](#), des stages et retraites dédiés au développement personnel et à la croissance de l'Être.



***« La terre a besoin d'un endroit où les hommes puissent vivre à l'abri de toutes les rivalités nationales, de toutes les conventions sociales, de toutes les moralités contradictoires et de toutes les religions antagonistes ; un endroit où, libérés de tous ces esclavages du passé, les êtres humains pourront se consacrer totalement à la découverte et à la mise en pratique de la Conscience Divine qui veut se manifester. Auroville veut être cet endroit, et s'offre à tous ceux qui aspirent à vivre la vérité de demain. »***      ***La Mère***



**Exemple de chambre double**

**Tisanerie en libre accès**



**Virement bancaire à l'ordre de Martine et Christian Pilastre**

**Titulaire : M. PILASTRE CHRISTIAN OU MME PILASTRE MAHE MARTINE**

**Adresse : LE VIEUX SALIDIEU 85320 BESSAY**

**Domiciliation : LUCON Code Banque : 14706 Code Guichet : 00146 Numéro de compte : 49773909001 Clé RIB : 81**

**IBAN ( International Bank Account Number ) : FR76 1470 6001 4649 7739 0900 181**  
**Code BIC ( Bank Identification Code ) - Code SWIFT : AGRIFRPP847**