

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

www.centre-vedantique.fr



activités de JUILLET À DÉCEMBRE 2016

Méditations

Cours de philosophie védantique

Hatha yoga

Université de l'Homme

Esprit

Corps

Art

Éditions

Célébrations

RADIO GANDHARVA GANA

Diffuse 24h/24 des méditations, des mantras, des prières, des entretiens avec des personnalités du monde spirituel, des conférences, des cours de philosophie védantique, de la musique interreligieuse et des paroles de sagesse.

LEÇON DES CHOSES << chronique

La pensée du jour

LE MOT CLÉ

enseignements >>

CELEBRATIONS << fêtes

MÉDITATIONS

émissions >>

D'ART ET D'ASTROLOGIE

pratiques >>

L'instant Yoga

Après le bain << jeunesse

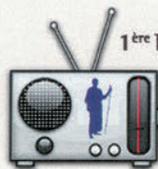
ENTRETIENS 15mn avec...

LECTURE DES ENTRETIENS DES SRI RAMAKRISHNA

Les enfants du Gopel

Le Védanta enseigne la présence de la divinité en tout: la nature de l'homme et de l'univers entier est divine. Ainsi le but de la vie humaine est de découvrir et de manifester cette réalité, les différentes traditions dans le monde constituant autant de chemins pour y parvenir. L'unité dans la diversité est le thème immortel du Védanta.

RADIO GANDHARVA GANA



1^{ère} RADIO VÉDANTIQUE

RGG

www.rggweb.fr

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

ÉDITORIAL

Le problème fondamental de notre époque est un problème d'éthique. L'intégrité d'une nation dépend de l'intégrité de chaque membre en tant qu'individu.

Quel est le secret du développement moral et spirituel en l'homme ? C'est la foi qu'il a en lui-même.

La foi est notre remède et le secret de notre force. La faiblesse dégrade, alors que la force soulève et élève. Comment faire naître cette foi en soi-même ?

En rendant l'homme conscient de sa divinité potentielle.

« Enseignez-vous, vous-mêmes, enseignez à quiconque sa nature véritable ; invoquez l'âme dormante et voyez comment elle s'éveille. Les pouvoirs viendront, la gloire viendra, la bonté viendra, la pureté viendra, et tout ce qui est excellent viendra quand l'âme dormante s'éveillera à une activité consciente », disait Swami Vivekananda.

SWAMI VEETAMOHANANDA
PRÉSIDENT DU CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA



Sommaire

Présentation du Centre Védantique Ramakrishna	5
Les éditions du CVR	10
Calendrier des célébrations, activités et séminaires	11
Les célébrations	12
Méditations	14
L'UNIVERSITÉ DE L'HOMME	16
ESPRIT	
Sat chit Ananda	18
Sanskrit	20
Science et spiritualité niveau 2	22
Yoga kriya védique, niveau I	24
CORPS	
Ayurvéda	27
Yoga nidra niveau I	32
Yoga védanta	34
Yoga védique au coeur	36
<i>des directions de l'espace</i>	
ART	
Cordes en joie et joie en Dieu	39
Yoga du chant	40
ÉVÉNEMENTS	
Rencontre interreligieuse	44
Infos pratiques	45
Inscription formations	47





HISTORIQUE

Le CENTRE VÉDANTIQUE est affilié à la Mission Ramakrishna à Belur Math (dans l'État indien du Bengale), fondée par Swami Vivekananda (1863-1902).

Tout au long des siècles, l'Inde a produit de nombreux grands saints parmi lesquels Sri Ramakrishna (1836-1886). Ses expériences de la Réalité unique lui ont permis de vérifier qu'à travers la variété des religions et des voies spirituelles, c'est cette même et unique Réalité qui se manifeste. Ainsi, la vie de Ramakrishna exprime au plus haut degré l'universalité du phénomène spirituel.

Après la mort de Sri Ramakrishna, seize de ses disciples intimes formèrent, selon ses propres instructions, une petite communauté monastique, qui devait se transformer en l'Ordre de Ramakrishna. Le plus éminent d'entre eux était Swami Vivekananda, qui présenta le Védanta, philosophie de l'hindouisme, à travers le monde.

La philosophie du Védanta enseigne la présence de la divinité en chaque être : la nature réelle de l'homme et celle de tout l'univers sont divines ; l'homme et l'univers sont une seule et même réalité. Le but de la vie humaine est de déployer et de manifester cette nature divine afin d'épanouir toutes nos potentialités et d'atteindre l'efficacité en tous domaines. Les différentes religions dans le monde constituent autant de chemins pour arriver à cette réalisation. En reconnaissant l'unité dans la diversité, le Védanta affirme que chacun a la puissance de réaliser la vérité dans cette vie même.

La réalisation pratique des principes théoriques du Védanta est appelée Yoga. Comme les tempéraments humains sont variés, il y a divers yogas.



L'on peut citer entre autres :

- le Jnana-Yoga, la connaissance de soi et du Soi
- le Bhakti-Yoga, la dévotion ou l'amour pur
- le Karma-Yoga, le secret du travail efficace
- le Raja-Yoga, la concentration

Ce fut en 1936 que le mouvement Ramakrishna prit naissance en France. Inspirés par l'intérêt pour les livres de Romain Rolland, lauréat du Prix Nobel, sur Sri Ramakrishna et Swami Vivekananda, un certain nombre de Français se réunirent à la Sorbonne pour la commémoration du centenaire de Sri Ramakrishna.



Swami Siddheswarananda fut invité à venir depuis l'Inde enseigner le Védanta en France. Arrivé en 1937, il attira de nombreux amis à la suite de ses conférences dans les universités de Montpellier, de Toulouse puis de la Sorbonne. En 1948, grâce à la générosité d'amis français, le Swami eut la possibilité d'acquérir la propriété de Gretz pour y faire vivre un ashram, devenu depuis le Centre Védantique Ramakrishna.

Swami Ritajananda (de 1961 à 1994) et Swami Veetamohananda (depuis 1994), eux-mêmes moines de l'Ordre de Ramakrishna et venus d'Inde également, ont succédé à Swami Siddheswarananda.

LA VIE AU CENTRE VÉDANTIQUE

Le Centre Védantique est un ashram c'est-à-dire une communauté spirituelle rassemblée autour d'un moine que ses pairs ont désigné pour son expérience dans la méditation et le conseil spirituel.

Les tâches quotidiennes permettent l'accueil des visiteurs (entretien des bâtiments et du parc, travaux ménagers, etc.) et sont essentiellement assurées par les bénévoles qui résident au Centre et n'ont pas d'autre engagement que celui de servir leur idéal, leur prochain et l'ashram.

Comme le Centre est un ashram, les grandes fêtes religieuses hindoues y sont célébrées ; et comme le Centre est védantique, l'anniversaire de la naissance des grands maîtres spirituels (Bouddha, Jésus, etc.) y est aussi fêté. Pour la même raison, les autres traditions religieuses du monde y sont étudiées en même temps que les Écritures indiennes.



Nos visiteurs viennent de tous horizons et pour des motifs divers. Ils viennent de Paris ou sa région comme de province ; d'Europe comme d'Afrique, des Amériques ou d'Asie. Ils viennent pour les cérémonies et fêtes ou pour les conférences, pour voir le Swami ou pour la vie communautaire, pour le caractère hindou du Centre ou pour sa vocation interreligieuse. La vie de l'ashram est rythmée par les activités spirituelles, le travail quotidien et les repas.

WEEK-END TYPE

Voici les principaux horaires. Il est recommandé de téléphoner pour vérifier si toutes les activités ont lieu, et pour s'inscrire au repas. Toutes les activités sont libres, une participation aux frais est demandée pour les repas.

SAMEDI - JOURNÉE YOGA VÉDANTA

Ouverture des portes	05h30
Méditation, chants, lectures	06h00
Petit déjeuner	08h00
Méditation pour la paix et l'harmonie	10h30
Déjeuner	12h00
Karma yoga	13h00
Hatha-yoga	15h00
Thé	16h30
Cours de philosophie védantique	17h00
Office du soir-arati, avec chants	18h30
Dîner	19h30
Programme du soir	20h30 Lecture du 2 ^{ème} chapitre de la <i>Bhagavad Gita</i> suivie des <i>Entretiens de Ramakrishna</i>
Fermeture des portes	21h30

DIMANCHE - JOURNÉE DÉCOUVETE

Ouverture des portes	05h30
Méditation, chants, lectures	06h00
Petit déjeuner	08h00
Méditation guidée	10h30
Déjeuner	12h15
Conférence, discussion ou spectacle	14h30
Thé	16h00
Office du soir-arati, avec chants	18h30
Dîner	19h30
Questions-réponses avec Swami Veetamohananda	20h30
Fermeture des portes	21h30



LA NOURRITURE AU CENTRE

Fruit de l'énergie solaire stimulée par l'Infini, la nourriture donne joie et énergie au corps et à l'esprit. La cuisine et les repas peuvent être aussi prière ou méditation. Nos repas sont sans viande ni poisson ni alcool, mais un mélange de saveurs des mondes oriental et occidental. Nos potager et verger fournissent une part de nos légumes et fruits, nos vaches le lait et les laitages, nos ruches le miel. Chaque repas est accompagné de tisanes biologiques.

LE PARC

Les deux accès de la propriété mènent au « Château », bâtiment dans lequel les visiteurs ont rendez-vous avec les principales activités du Centre. Ils auront pu voir en passant, sur leur droite, la salle de conférences.

Depuis le hall du « Château », on aperçoit l'une des parcelles réservées à la pâture des vaches, qui couvrent la plus grande partie des quinze hectares de la propriété. Au fond de ce terrain se dresse un kiosque au toit octogonal couronné du trident de Shiva. Les vitraux de sa rotonde illustrent deux aphorismes : « quand je sais que je suis tout, c'est la connaissance » « quand je sais que je suis rien, c'est l'amour ».

Plus loin à droite de ce kiosque, sont les ruches. Sans doute par réflexe, les visiteurs ne s'y attardent pas, entraînés plutôt vers le bois empli de chants d'oiseaux. Longeant ce bois, on débouche sur la plus grande prairie pour les vaches et ceux qui les accompagnent trouvent là un endroit idéal pour contempler le ciel étoilé ou le soleil couleur d'or à son lever. Des chevreuils, aussi, se sont habitués à venir trouver refuge ici.



Poursuivant la promenade, devant Sarada Mandir (un bâtiment de deux étages à gauche du kiosque) se trouve une serre dans laquelle sont préparées ou protégées les fleurs offertes aux cultes. En s'engageant sur le chemin qui longe la serre, on arrive devant un hangar qui sert d'atelier, puis on débouche sur le verger.

Pour revenir au « Château », on passe devant Brahmananda Bhavan, un troisième

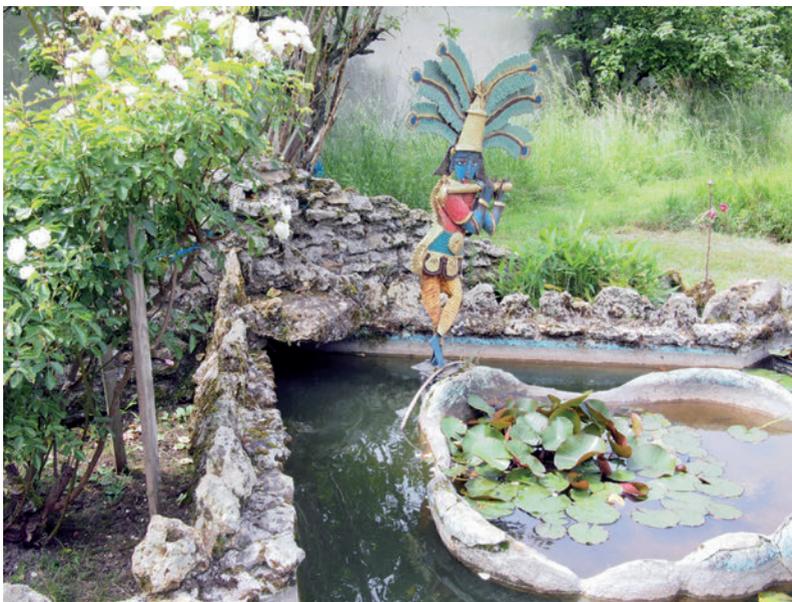
bâtiment, qui est le premier que l'on voit si l'on accède à la propriété par le boulevard Victor Hugo : c'est le bâtiment d'hébergement des invités.

Pour que la promenade soit complète, il faut encore visiter le potager, clos de murs en meulière, centré sur un puits, quadrillé d'allées et agrémenté d'un bassin où des lotus reposent tandis que se faufilent les petits

poissons rouges comme enchantés par la flûte de Krishna qui veille, penché sur l'eau. Un des accès au potager permet d'aller saluer à l'étable ses paisibles occupantes, les vaches, et les toutes vives occupantes estivales, les hirondelles. Par chance, il y aura peut-être un veau ou une génisse, qui font toujours la joie des enfants, de même qu'ils apprécient toujours d'assister à la traite.



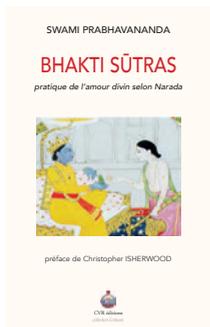
Maintenant la promenade est achevée : à chacun désormais de choisir son chemin !



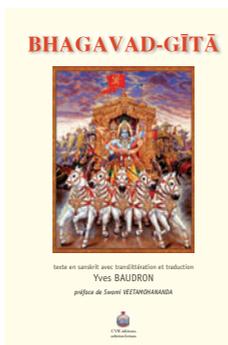


CVR éditions dernières parutions

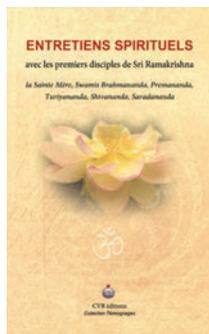
en vente au Centre ou sur www.centre-vedantique.fr



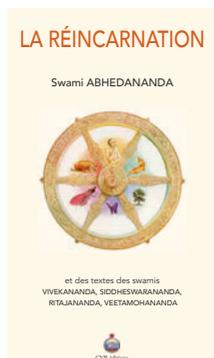
11 X 18 cm, 246p. 11€50



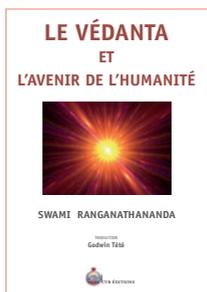
14 X 21 cm, 290p. 16€20



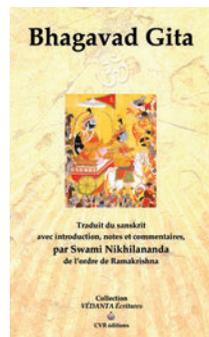
14 X 22,5 cm, 287p. 15€30



13,5 X 21,5 cm, 178 p. 12€50



13 X 20 cm, 120 p. 6€90



13,5 X 21,5 cm, 353 p. 16€50

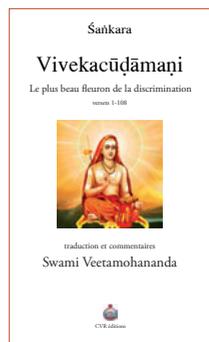
Livres de Swami VEETAMOHANANDA



11 X 18 cm, 183p. 14€20
titre doré à l'or fin



11 X 18 cm, 191p. 14€20
titre doré à l'or fin



13,5 X 21,5 cm, 265p. 14€80

éditions Gandharva Gana - www.gandharvagana.com

CVR éditions
www.centre-vedantique.fr

Juillet 2016	2 et 3 juillet	<i>Rencontre interreligieuse</i>	Gretz	
	17 juillet	<i>Guru Purnima</i>	Gretz	p.12
	20-24 juillet	<i>Cordes en joie violoncelle</i>	Isabelle Ishvari	p.39
	25-31 juillet	<i>Yamas Nyamas séminaire yoga védanta</i>	Bhaktaraj-Lise Queguiner Swami Veetamohananda	p.36
Août 2016	2 -21 août	<i>Initiation aux rites védiques</i>	Swami Veetamohananda	p.17
	15-21 août	<i>Stage nourriture sattvique et ayurvédique</i>	Dr Rajalakshmi Chellappan	p.27
	22-28 août	<i>Sat chit ananda</i>	Swami Veetamohananda Martine Tèxier	p.18
	25 août	<i>Fête de Sri Krishna</i>	Gretz	p.12
	29 août -3 sept.	<i>Stage Yoga du Chant - Ananda</i>	Florian Westphal- Gretz	p.40
Septembre 2016	8 sept. 18h30	<i>Méditation, Forum 104, Paris</i>	Swami Veetamohananda	p.15
	15 - 17 sept.	<i>Formation Sanskrit</i>	Yves Baudron- Gretz	p.20
	24 - 25 sept.	<i>WE Yoga du Chant</i>	Florian Westphal- Gretz	p.40
Octobre 2016	2, 16 et 30 oct.	<i>Pharmacie et massages ayur- védiques - Niveau supérieur</i>	Dr Rajalakshmi Chellappan	p.27
	7 oct. 18h30	<i>Durga Puja</i>	Gretz	p.12
	13 octobre	<i>Méditation, Forum 104, Paris</i>	Swami Veetamohananda	
	9 et 23 octobre	<i>pharmacie et massages ayurvédiques - Niveau 1</i>	Dr Rajalakshmi Chellappan	p.27
	19 au 22 octobre	<i>Science et spiritualité - Niv 2</i>	Swami Veetamohananda et Andreas Freund	p.26
	20 au 23 octobre	<i>Stage Yoga du Chant</i>	Florian Westphal- Gretz	p.40
	23 octobre	<i>pharmacie et massages ayurvédiques - Niveau 1</i>	Dr Rajalakshmi Chellappan	p.27
	24 - 30 oct.	<i>Yoga nidra - Niveau I</i>	Swami Veetamohananda Martine Tèxier	p.32
	29 octobre	<i>Kali Puja</i>	Gretz	p.15
	31 oct. 6 nov.	<i>Yoga Kriya Védique - Niveau 1</i>	Swami Veetamohananda et Martine Tèxier	p.24
Novembre 2016	10 novembre	<i>Méditation, Forum 104, Paris</i>	Swami Veetamohananda	p.15
	11-13 novembre	<i>WE Yoga du Chant</i>	Florian Westphal- Gretz	p.40
	20 et 27 nov.	<i>pharmacie et massages ayurvédiques - Niveau 1</i>	Dr Rajalakshmi Chellappan	p.27
Décembre 2016	1er déc. 18h30	<i>Méditation, Forum 104, Paris</i>	Swami Veetamohananda	p.15
	17-18 déc.	<i>WE Yoga du Chant</i>	Florian Westphal- Gretz	p.40
	18 décembre	<i>Fête de Sarada Devi</i>	Grtez	p.12
	24 - 25 déc.	<i>Noël</i>	Gretz	p.12
	31 décembre	<i>Feu Homa</i>	Gretz	P.13
Janvier 2016	1 ^{er} janvier	<i>Kalpataru</i>	Gretz	p.12

LES CÉLÉBRATIONS AU CENTRE

Les cultes sont célébrés par Swami Veetamohananda, sauf précision contraire. Ils sont suivis d'un repas végétarien convivial à 12h30 ou 20h30. L'entrée est libre ; une participation aux frais est demandée si l'on s'inscrit pour le repas : 15 €, s'inscrire à l'avance au +33 (0)1 64 07 03 11 ou par mail : contact@centre-vedantique.fr

FEU HOMA

3 juillet 2016 10h30 – durée 1h30

Le feu est le principal élément du cosmos par lequel la vie s'exprime. En célébrant le feu, c'est l'Infini qui est adoré afin que la vie de chacun devienne une vie équilibrée et harmonieuse.



FÊTE DE KRISHNA

jeudi 25 août - 19 h 00 - durée 1h30

Culte dédié à Sri Krishna, l'homme divin de la *Bhagavad Gita*. De 6h30 à 7h30 lecture des 6 premiers chapitres de la Bhagavad Gita. De 11h à 12h lecture des chapitres 7 à 12. A 18h lecture des chapitres 13 à 18. A 19h Puja (durée 1h30) animée par des chants spirituels



DURGA PUJA

vendredi 7 octobre - 10h30- durée 1h30

Culte dédié à Durga. La célébration est animée par des chants spirituels.

KALI PUJA

Samedi 29 octobre - 19h 00 - durée 1h30

Culte dédié à Kali. La célébration est animée par des chants spirituels.



SARADA DEVI PUJA

18 décembre à 10h30 – durée 1h30

Culte dédié à Sarada Devi, épouse de Sri Ramakrishna. La célébration est animée par des chants spirituels.



VEILLÉE DE NOËL

24 décembre 2016 à 19h – Durée 1h00

Noël est célébré avec un pasteur chrétien et le Swami.

La soirée commence avec un culte rendu à Jésus et la lecture de l'évangile de la Nativité selon saint Luc. Noël est aussi le jour où Swami Vivekananda et tous ses frères disciples ont prononcé leurs vœux monastiques.

KALPATARU

1^{er} janvier 2017 à partir de 10h30

Puja à 10h30 – Durée 1h30. Programme culturel à 14h30

Kalpataru est l'arbre qui exauce tous les vœux. Le jour de nouvel an est très auspiceux pour les aspirants spirituels désireux de pratiquer l'action juste.

SWAMI VIVEKANANDA PUJA

22 janvier 2017 à 6h30 et à 10h30

Durée 1h00 à 1h30

Culte dédié à Swami Vivekananda. La célébration est animée par des chants spirituels.

SWAMI BRAHMANANDA PUJA

29 janvier 2017 à 10h30 – durée 1h30

Culte dédié à Swami Brahmananda, disciple de Ramakrishna et premier président de l'Ordre. La célébration est animée par des chants spirituels.

SHIVA RATRI

25 février 2017 à 19h – durée 1h30

Culte dédié à Shiva. La célébration est animée par des chants spirituels.

RAMAKRISHNA PUJA

5 mars 2017 à 10h30 – durée 1h30 Culte dédié à

Sri Ramakrishna, l'Infini qui s'exprime comme la force purificatrice et la force unificatrice. La célébration est animée par des chants spirituels.



Les méditations et les pratiques spirituelles sont conduites par Swami Veetamohananda

Swami VEETAMOHANANDA est moine de l'Ordre de Ramakrishna depuis 1971. Il a suivi, pendant sa formation en Inde, la discipline très stricte des yogas (karma yoga, bhakti yoga, raja yoga et jnana yoga), de l'étude du sanskrit, du chant et de la musique classique indienne qui s'expriment particulièrement dans les mantras chantés et les chants dévotionnels.

Il dirige le Centre Védantique Ramakrishna en France depuis 1994. Sa principale tâche est d'être un conseiller spirituel. Elle s'accomplit à travers des entretiens particuliers, des conférences ou des séminaires publics, et des méditations guidées ou des chants de mantras. Cet enseignement est basé sur le Védanta, tel qu'il a été revivifié par Ramakrishna et Vivekananda. La majeure partie de ses activités a lieu à l'ashram même, mais il est régulièrement invité en France, comme en Europe ou au-delà, pour donner des conférences ou des méditations guidées.



Depuis son arrivée en Europe, il participe au dialogue interreligieux monastique (DIM), fréquente de nombreux monastères (notamment bénédictins) et organise, à l'ashram de Gretz, des rencontres interreligieuses. À ce titre, il est souvent sollicité pour présenter, dans des articles ou des livres collectifs, comme dans des forums, le point de vue du Védanta et des quatre yogas : yoga de la dévotion, yoga du service, yoga de la concentration et yoga de la connaissance. Il est également Président de la Fédération védique de France.

Swami Veetamohananda est aussi l'auteur de plusieurs livres audio dont *L'Évolution personnelle selon la Bhagavad Gita*, avec Michael Lonsdale, et *Upasana la méditation*, ainsi que *Pensées inspirantes* et *Prières inspirantes* aux éditions Gandharva Gana et *Vivekachudamani, commentaires et traduction*, aux éditions CVR. Sa chronique « Trésor du jour » est diffusée quotidiennement sur la radio du même nom et dont il est le fondateur (www.rggweb.fr).

Méditation guidée

De toutes les disciplines du yoga, la méditation est celle qui apporte le plus directement et le plus efficacement le renouveau et la transformation intérieurs. Par l' introspection et la concentration, elle permet de découvrir les causes réelles mais inconscientes de nos difficultés. Nous libérant ainsi du stress, de l'anxiété et de la peur, elle nous ouvre à la concentration qui rend possible l'efficacité de nos efforts, l'intelligence pure et l'estime correcte de soi, en un mot : le courage d'être. Cette méditation est dite guidée parce que des indications de concentration y sont données par le Swami, en plus du chant de mantras.

Le mercredi de 17h à 18h30

Le dimanche de 10h30 à 12h00

Sauf journée exceptionnelle,
vérifier sur le site : www.centre-vedantique.fr
ou par téléphone 01 64 07 03 11

Entrée libre



Chants méditatifs (mantra yoga)

Mantra signifie l'expression harmonieuse de l'Infini. Par la répétition de ces syllabes particulières (ou mantra), notre conscience se lie avec l'Infini ou la Réalité, élevant ainsi notre niveau de conscience et équilibrant en nous l'harmonie d'énergie pure. Dès lors l'intelligence, la connaissance et la félicité pures étant intensifiées, cette harmonie se révèle comme bonté et beauté de la personnalité et de tout ce qui existe, contribuant ainsi à développer le dynamisme intérieur au service de la paix.

Le vendredi de 20h30 à 21h30

Sauf journée exceptionnelle,
vérifier sur le site : www.centre-vedantique.fr
ou par téléphone 01 64 07 03 11

Entrée libre

Méditation pour la paix et l'harmonie

Cette méditation est pratiquée pour intensifier le dynamisme, l'harmonie et la paix en nous de telle sorte qu'on puisse les transmettre à notre famille, à la société et au monde.

Le mardi de 19h15 à 20h30

Le mercredi et le samedi de 10h30 à 12h

Sauf journée exceptionnelle,
vérifier sur le site : www.centre-vedantique.fr
ou par téléphone 01 64 07 03 11

Entrée libre

Méditations à Paris

Forum 104 www.forum104.org

104 Rue Vaugirard 75006 Paris

Un jeudi par mois de 18h30 à 20h

8 sept., 13 oct., 10 nov., 1^{er} déc. 2016
12 janv., 2 fév., 2 mars, 13 avril, 4 mai, 1^{er} juin.
2017

Entrée libre



UNIVERSITÉ DE L'HOMME

Les enseignements de Ramakrishna et de Vivekananda sont un appel à la créativité : un de leurs buts vise à développer toutes les potentialités de l'humanité.

La science, l'art, la technique, comme aussi bien les tâches quotidiennes, tout doit être éveillé par ce souffle de l'esprit, en chacun de nous, de telle sorte que tous nous développons l'excellence de notre personnalité, pour notre bénéfice et celui de l'humanité.

Pour aller dans le sens de ces enseignements, le Centre Védantique Ramakrishna propose à partir de cette année, une série de formations qui constitueront ce que Swami Vivekananda et, à sa suite, les précédents Swamis du Centre Védantique souhaitaient : une Université de l'Homme total.

LES FORMATIONS

- ESPRIT** RITES ET PRIÈRES VÉDIQUES, *p.17*
SAT CHIT ANANDA, *p.18*
SANSKRIT, *p.20*
SCIENCE ET SPIRITUALITÉ, Niveau II *p.22*
YOGA KRIYA VÉDIQUE, Niveau I *p.24*
- CORPS** AYURVEDA, *p.27*
YOGA NIDRA Niveau I, *p.32*
YOGA VEDANTA, *p.34*
- ART** CORDES EN JOIE ET JOIE EN DIEU *p.39*
YOGA DU CHANT, *p.40*



INITIATION AUX PRIÈRES ET RITES VÉDIQUES

Formation en 3 sessions

SESSION 1 du 3 au 21 août 2016

avec Swami VEETAMOHANANDA

président du Centre Védantique Ramakrishna

(voir biographie p.14)



PRARTHANA – La prière.

La prière est une façon de vivre.

Par la prière nous allumons une lumière dans notre conscience. Cette lumière divine nous révèle notre stupide orgueil, notre avidité égoïste, nos peurs et nos espérances.

La prière est un moyen puissant de développer une personnalité complète et intégrée : l'harmonie du corps, du mental et de l'esprit.

La sincérité du cœur et la vivacité soulagent toutes nos angoisses.

Contenu de la formation :

Initiation au sanskrit par l'apprentissage des mantras et des prières védiques (prières universelles)

Initiation aux textes védiques :

Rig Veda, Samaveda, Atharvaveda, Yajurveda, etc.

Apprendre les rituels : Pujas, etc.

Apprendre le Feu Homa (sacrifice védique)

Prix de la formation SESSION I

720 € /personne en pension complète



du 22 au 28 août 2016

SAT CHIT ANANDA *Existence-Conscience-Félicité absolue* *Comment vivre notre Réalité de SAT-CHIT-ANANDA en Yoga et dans la vie ?*

avec **Swami VEETAMOHANANDA**

président du Centre Védantique Ramakrishna

(voir biographie p.14)

et **Martine TEXIER**

formatrice pédagogique de l'école d'évian et
de l'école EVE «yoga maternité naissance»



SAT CHIT ANANDA *Existence-Conscience-Félicité absolue*

L'accomplissement de la vie est possible en réalisant l'Unité du soi individuel avec sa source, c'est-à-dire l'existence –la conscience-la félicité absolue.

C'est cette unité (yoga) qui dissipe toutes les formes de souffrances, de peurs, de problèmes et les difficultés de la vie quotidienne.

Les thèmes suivants seront développés durant les 5 jours du séminaire :

1 La matère et la vie

2 La vie et le mental

3 Le mental et la connaissance

4 La méditation sous différentes formes

5 Les chants mystiques pour unir le soi individuel avec le Suprême qui est Félicité

Les pratiques de yoga seront inspirées par cet enseignement.



Martine Texier élève de Roger Clerc a suivi le cursus de l'école de yoga d'Évian dès sa création avec Yves Mangeart comme directeur. Yves et Martine ont créé en 2003 une École de formation «Yoga Maternité Naissance» : E.V.E. à Evian. Depuis janvier 2011, Martine est directrice de l'école d'Évian et de l'académie ainsi que de l'école EVE : «Yoga Maternité Naissance».

Depuis plus de 30 ans, elle est animée par la joie de la transmission et par une recherche renouvelée pour rendre les outils du yoga encore plus performants et plus adaptés au monde d'aujourd'hui. Son enseignement est un partage qui vient du plus profond de son Être et qui s'appuie sur une pédagogie en évolution. Dans son école d'Évian, qui forme des enseignants, Martine Texier enseigne le yoga de l'énergie en lien avec les traditions et le yoga Nidra. Elle est l'auteure de plusieurs ouvrages: *Yoga, mudrâs et chakras*, *Attente sacrée : yoga, maternité, naissance* - 3e édition, *«l'Accouchement, naissance : un chemin initiatique»* (éditions Le Souffle d'Or)

Prix du de la formation /personne

385 € en pension complète / **210 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h30. - Fin : dimanche à 16h00

Bulletin d'inscription p.47

programme complet en téléchargement sur www.centre-vedantique.fr

SANSKRIT

du 15 au 17 septembre

Yves BAUDRON



Professeur de sanskrit depuis 15 ans et responsable du cours de sanskrit et de philosophie indienne (environ 30 élèves).

Membre permanent de plusieurs groupes de dialogue interreligieux.

Traductions de textes classiques (métaphysique de l'advaita-védanta).

Aux éditions CVR : Bhagavad Gita

à paraître : Ashtavakra Gita

POURQUOI APPRENDRE LE SANSKRIT ?

Pour tous ceux qui veulent comprendre les sources de notre culture, pour tous ceux qui se passionnent d'étymologie, l'intérêt est évident. Pour qui veut accéder aux richesses des grandes bibliothèques sanskrites, à la culture indienne, la maîtrise de cette langue est obligatoire.

On peut dire également que cette langue est une véritable cure de jeunesse pour les facultés intellectuelles. Son étude implique, en effet, de développer simultanément les capacités de mémoire, d'analyse et de synthèse. Et plus qu'aucune autre, elle permet de structurer la pensée.

Les indiens appellent cette langue "la langue des dieux". Comment faut-il comprendre cette affirmation ? Au-delà de l'explication mythologique, l'une des caractéristiques de cette langue est l'exceptionnelle richesse de son catalogue sonore. Un son est une énergie vibratoire. L'étude de ces énergies sonores et leurs associations est le fondement de la science des mantras, transmise oralement en Inde. Dans le cosmos, tout est énergie vibratoire, dans des fréquences et des densités variées à l'infini. Pour un indien, celui qui maîtrise l'univers sonore maîtrise la création entière. Il est à remarquer que les deux traditions, chrétienne et indienne, placent l'origine de la création dans un son primordial, le Verbe créateur. En Inde, ce verbe est le son "Om" que les yogis entendent en méditation et un mantra n'est rien d'autre que l'une des modifications, variées à l'infini, de la Vérité ultime.

LE SANSKRIT EST-IL OU NON UNE LANGUE MORTE ?

Il est souvent demandé : "le sanskrit est bien une langue morte, n'est-ce pas ?" La réponse est non. En tout cas pas dans le sens où nous l'entendons pour le grec ancien et le latin. Jusqu'en 1850 environ, l'essentiel des recherches humaines, en Inde, dans quelque secteur d'activité que ce soit, était consigné en sanskrit. D'où la richesse des grandes bibliothèques sanskrites. Dans un pays comprenant plus de cinquante langues vernaculaires, le sanskrit était par excellence la

langue véhiculaire des personnes instruites. L'anglais, c'est vrai, a progressivement remplacé le sanskrit dans ce rôle. Mais aujourd'hui, le sanskrit reste l'une des 15 langues officielles de l'Inde. Dans plusieurs états, son enseignement est obligatoire dans le cycle primaire et la première partie du cycle secondaire jusqu'à l'obtention d'une maîtrise qui se soutient à un niveau comparable à celui de notre brevet élémentaire des collèges. Pour tous les lycéens qui se destinent à des études littéraires, le sanskrit est obligatoire car lui seul ouvre les sources de la culture indienne. Le sanskrit reste, bien sûr, la langue culturelle des différentes traditions religieuses. Conscientes de ce fait, la plupart des écoles tenues en Inde par des jésuites chrétiens offrent un enseignement de sanskrit. Cette langue est également parlée comme une langue vivante dans les quatre grands campus universitaires monastiques fondées par Shankara aux quatre points cardinaux de l'Inde, Badrinatha au Nord, Dvaraka à l'Ouest, Puri à l'Est (avec aussi Kanchipuram) et Sringeri au Sud. Ces villes sont comparables aujourd'hui à Oxford et Cambridge en Angleterre.

L'ENSEIGNEMENT



Créé en 1995, cet enseignement est ouvert à toute personne intéressée : aucun pré-requis, aucune sélection ne sont de mise – seule compte la motivation. Par rapport à d'autres formations, son originalité réside dans l'esprit qui l'anime. Ainsi qu'il en a toujours été dans les écoles traditionnelles indiennes, cette étude est considérée comme un yoga à part entière, c'est-à-dire un moyen de perfectionnement et d'élévation de l'esprit. De même que les différentes activités du Centre ont pour finalité de présenter la parfaite actualité au XXI^e siècle de l'enseignement plusieurs fois millénaire des Upanishads, de la même façon le cours de sanskrit est orienté vers l'accès et la compréhension des textes classiques de l'advaita-védanta, compréhension intégrée

dans la vie moderne de chaque jour.

Le cursus se compose de plusieurs parties, initiation, étude grammaticale, méthodologie d'analyse et de synthèse. Les élèves, suivis individuellement, travaillent par correspondance ou au Centre, selon leur rythme personnel. Une fois par trimestre, un séminaire de trois jours est proposé durant lequel un temps est réservé à la prononciation, à la déclamation védique ainsi qu'à la pratique du chant traditionnel.

Prix de la formation /personne

165 € en pension complète / **90 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h30 - Fin : samedi à 16h00

Bulletin d'inscription p.47

du 19 au 22 octobre 2016

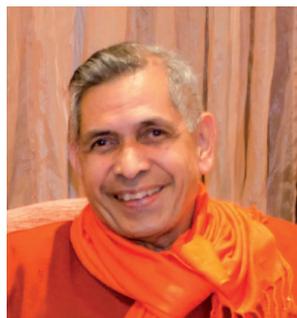
SCIENCE ET SPIRITUALITÉ

Conscience quantique et sagesse védique

niveau II

Swami VEETAMOHANANDA

(voir biographie p.14)

et Andreas K. FREUND

*Après des études de physique à l'école polytechnique de Munich et l'obtention d'une thèse d'État dans le domaine de la structure atomique et moléculaire de la matière, **ANDREAS K. FREUND** a travaillé pendant quarante ans dans deux grandes institutions scientifiques européennes à Grenoble. Passionné par la communication vers le grand public, il a été responsable des relations publiques pendant quatre années. Formé en psychologie, en communication et en yoga, il s'intéresse particulièrement à la conciliation entre science et spiritualité et à ce que les traditions ancestrales, en particulier védiques, peuvent apporter à notre monde moderne dans un bouleversement profond qui se manifeste par des crises de toute nature.*

Science et Spiritualité

Atelier Niveau 2

Lors de ce deuxième atelier sur le thème Science et Spiritualité nous irons plus loin dans la compréhension de la relation étroite qui existe entre les approches scientifique et spirituelle de la réalité. Nous verrons comment tout au long de notre histoire les concepts et visions védiques millénaires se sont réalisés dans les découvertes scientifiques et matérialisés dans les prouesses technologiques modernes, en particulier quantiques. Mais si nous n'entendons pas le message philosophique associé qui s'adresse à notre conscience et nous enseigne comment utiliser cette technologie, nous risquons d'en devenir les esclaves.

Il est vrai aussi que la science d'aujourd'hui, en particulier la physique, s'interroge sur la conscience, sur le lien qui existe entre la masse et l'énergie, l'esprit et la matière,

le sujet et l'objet. Le Vedanta a toujours reconnu cette unité comme base de toute existence et comme le but de tout savoir. "C'est à travers la multiplicité et la dualité que l'unité ultime peut être atteinte. La religion n'est rien d'autre, c'est le but de toute science", a dit Swami Vivekananda. "La science ne peut être créée que par ceux qui sont complètement imprégnés par l'aspiration vers la vérité... La source de ce sentiment provient de la sphère religieuse. La science sans religion est boiteuse, la religion sans science est aveugle", a dit Albert Einstein. But et début de toute religion et toute science sont les mêmes : l'unité ultime.

Cette véritable synergie science-spiritualité est en pleine émergence de nos jours. En apprenant à nous servir conjointement de ces deux outils complémentaires nous élargissons notre horizon de perception. Notre esprit s'ouvre vers une vision plus globale et cohérente du monde et de nous-mêmes afin de devenir les cocréateurs conscients dans nos vies. Ainsi nous élevons notre niveau de conscience pour accéder au sens derrière les apparences tout en restant présent à la réalité manifestée dans le monde matériel.

Lors de cet atelier les explications des termes lumière, énergie, force, champ, synchronicité, intrication, etc., sont amplement illustrées à l'exemple des dernières découvertes scientifiques : cosmologiques à l'échelle galactique et quantiques dans le monde atomique voir subatomique. Elles alternent avec l'enseignement de la tradition védique mettant en évidence les points communs.

Les méditations et pratiques psychocorporelles sont spécifiquement conçues pour expérimenter les phénomènes qui échappent à la pensée ordinaire. Un modèle de l'interaction dynamique esprit-matière facilite la compréhension. Le format hors du commun et la mise en œuvre de l'intelligence collective font de cet atelier un espace unique de découverte.

Aucune connaissance spécifique n'est requise. Toutefois il est recommandé d'avoir participé à l'atelier niveau 1.

Une tenue vestimentaire souple et confortable est recommandée.

Prix de la formation /personne

220 € en pension complète / **120 €** en externe

Accueil la veille à partir de 17h

Fin : samedi à 18h00

certificat remis en fin de formation

*Bulletin d'inscription p.47
programme complet en téléchargement sur www.centre-vedantique.fr*

du 31 octobre au 6 novembre 2016

YOGA KRIYA VÉDIQUE niveau I

La formation se déroulera sur 3 niveaux

niveau II - 10 au 16 avril 2017

niveau III - automne 2017

Swami VEETAMOHANANDA

président du Centre Védantique Ramakrishna (voir biographie p.14)

et Martine TEXIER

Formatrice de l'école de Yoga d'Evian, membre de la FIDHY (voir biographie p.23)



YOGA

Quand l'âme individuelle est unie avec le Soi infini, elle fait l'expérience de la félicité.

En réalité, toute la création est l'expression de cette félicité infinie. Le yoga (union) avec la félicité infinie est le salut, libre de toute peur, quelle qu'elle soit.

Le véritable yogi doit renouveler les méthodes du yoga pour le bien-être de l'humanité. Le renouvellement, la redécouverte et la restauration de l'éternelle connaissance est la mission d'un véritable yogi.

Les grands instructeurs font cette communication du Soi avec la plus grande sincérité en fonction des besoins et du tempérament des individus.

C'est ainsi que se perpétuent les anciennes méthodes yogiques.

KRIYA

TAPAS

Régularité (discipline personnelle) *shausa, santosha*

Nourriture (subtile) sattvique

Répétition du mantra/méditation – pourquoi et comment ?

Régulation de l'énergie pranique - harmonisation des 5 pranas ;

Prana, Apana, Vyana, Udana, Samana. Pourquoi et comment ?

SVADHYAYA

Observation des modifications dans le mental avant et après la méditation

L'effet des mantras sur le psycho physique et la capacité de concentration

ISVARA PRANIDHANA

Être dans l'état de pure conscience

Faire les activités avec le cœur et avec l'attention pure

HATHA YOGA

Pour l'intégration dans la personnalité avec trois phases :
la purification, l'élévation de conscience et la divinisation.

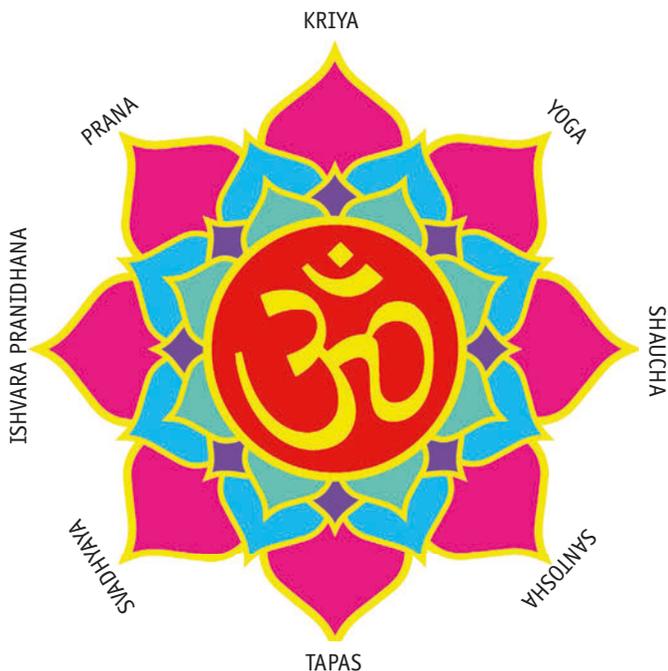
La purification : grâce à la pratique de mantras spécifiques pour chaque asana.

Un processus d'élévation de conscience en passant par l'expérience des 5 éléments, Terre, eau, feu, air, espace, purifiés par les mantras.

- 1- Le corps dense : élément Terre : état de conscience ordinaire
- 2- La fluidité, la liquéfaction : élément eau avec la pratique d'enchaînements, le corps coule d'une posture à l'autre
- 3- Le corps en vibration et lumineux : élément feu
- 4- La légèreté, élément air
- 5- L'expansion de conscience : élément espace, il n'y a plus de limite corporelle.

Au-delà des 5 éléments, c'est l'expérience de la divinisation.

Les pratiques de yoga seront basées sur le vécu des asanas selon les YS II 46-47-48 de Patanjali.



*Bulletin d'inscription p.47
programme complet en téléchargement sur
www.centre-vedantique.fr*

Prix de la formation /personne

385 € en pension complète / **210 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h30. - Fin : dimanche à 16h00

certificat de présence remis en fin de formation



GANDHARVA GANA

Produire et diffuser pour Lui

www.gandharvagana.com / contact@gandharvagana.com

En écoute sur Radio Gandharva Gana
www.rggweb.fr



COLLECTION «LE COURAGE D'ÊTRE»

Swami Veetamohananda



« Le courage d'être est une collection de 7 CD en cours de réalisation et de production dirigée par le Swami Veetamohananda. Elle favorise la pratique spirituelle dans la vie de tous les jours en la rendant accessible à tous par un enseignement simple et universel.

« Pour vivre courageusement dans le monde d'aujourd'hui, nous devons développer la pureté du coeur, l'intelligence pure, et la connaissance. Ces aspects infinis ne s'expriment dans notre personnalité que par la pratique constante dans notre vie quotidienne. » Swami Veetamohananda



UPASANA - LA MÉDITATION 18€

Méditation guidée pour l'évolution personnelle - 1^{er} volet

Ce CD comprend des étapes guidées vers la réalisation, la répétition de mantras sacrés inspirés des pratiques très anciennes du Vedanta ainsi que des exercices de visualisation aidant à la concentration. Il nous guide doucement vers une méditation profonde et nous sommes alors plongés intégralement dans l'absolu. Nous en ressortons déstressés et complètement ressourcés

« La pratique de la méditation apporte le renouveau de soi et la transformation de la personnalité. Cette discipline aide à la découverte des causes réelles de nos difficultés, en retrouvant leurs racines dans les profondeurs de l'inconscient. Elle élimine le stress, l'anxiété et la peur et participe à la destruction de la racine causale de toutes nos souffrances. La méditation développe l'efficacité dans le travail, la véritable intelligence (ou l'intelligence supérieure), la concentration, l'estime correcte de soi, en un mot le courage d'être. » Swami Veetamohananda



MANTRA YOGA 18€

Chants méditatifs - 2^{ème} volet

Swami Veetamohananda nous propose de l'accompagner dans la récitation des formules sanscrites les plus sacrées de l'Inde du sud. Le Swami se révèle être un très grand joueur d'harmonium dont les mélodies nous enveloppent et nous invitent tout naturellement à répéter avec lui les Mantras. En s'asseyant les yeux clos pour la durée de la méditation, la pratique de ce CD est un bon moyen pour se purifier et nous procurer une joie intense.

« Mantra signifie l'expression de l'Infini dans un état harmonieux. Par la répétition de ces syllabes particulières (ou mantra) notre conscience se lie avec l'Infini ou la Réalité. Une fois notre conscience connectée, la vibration de l'Infini se manifeste dans chaque cellule et molécule de notre corps. Cet effet procure une élévation de notre niveau de conscience et ainsi l'harmonie d'énergie pure s'équilibre en nous. Dès lors nous intensifions notre intelligence pure, la connaissance et la félicité. Cette harmonie est la bonté et la beauté de la personnalité. La vibration du mantra élimine tous les aspects négatifs en nous, développe notre dynamisme intérieur et la paix. » Swami Veetamohananda



L'ÉVOLUTION PERSONNELLE SELON LA BHAGAVAD GITA 25€ (Double C.D)

Livre audio - 3^{ème} volet

Chanté en sanskrit par S; Veetamohananda et Lu en français par M. Lonsdale. Ce livre audio regroupe un ensemble de versets choisis par Swami Veetamohananda autour de 5 thèmes : L'homme idéal, La dextérité dans l'action - karma yoga, La voie de l'amour - bhakti yoga, Méthodes de concentration - raja yoga, Le chemin de la connaissance - jnana yoga.



Michael Lonsdale

« La Bhagavad Gita est l'expression des principes de vie. Son enseignement est libre de toutes formes de cultes et de credo, éveillez-vous à votre Conscience suprême, établissez-vous dans votre nature divine. Accomplissez vos devoirs spontanément et avec simplicité. Que votre amour soit pur et inspiré. Que votre intellect soit sans tache et lumineux. Devenez un être total. La vie dans le monde est une véritable guerre. Rien ne peut être accompli dans ce monde sans combats. Aucune guerre ne peut être gagnée sans évolution personnelle. Reliez-vous à la Réalité cosmique par le Yoga. C'est l'essence même de la Bhagavad Gita. » Swami Veetamohananda

Bon de commande

A retourner à: Gandharva Gana, 6 avenue des frenes 77220 Gretz

Nom.....
Prénom.....
Adresse.....
Code postal..... Ville.....

Titre	Prix
.....
.....
.....
Frais de port : 1,55€ par CD
Total

Signature

Règlement par chèque à l'ordre de Gandharva Gana



ayurveda

Herboristerie et massages ayurvédiques

niveau supérieur	2, 16, 30 oct. 2016 *
niveau 1	9 et 23 octobre 20 et 27 novembre
niveau 2	12 et 26 mars 9 et 23 avril 2017
niveau 3	14 et 28 mai 4 et 11 juin 2017



Vaidya Rajalakshmi CHELLAPPAN est originaire de Chennai (anciennement Madras).

Elle est Ayurvedacharya (maître d'Ayurveda).

Après de longues études universitaires (7ans) au *M.G.R Medical Univerisity* de Chennai, elle a été formée par différents médecins (Vaidya) et praticiens en Ayurvéda en Inde.

Consultante dans plusieurs laboratoires ayurvédiques, elle est à l'origine de nombreuses préparations pharmaceutiques ayurvédiques.

PROGRAMME DE LA FORMATION

Il est nécessaire de prendre conscience que l'ayurvéda est une philosophie avant toute chose et doit être assimilée comme un art de vivre.

La base du massage ayurvédique repose sur le concept des marmas, qui sont les points clé de l'énergie vitale. Tous les organes vitaux leur sont reliés.

Traditionnellement, l'huile de base pour ce massage ayurvédique est celle de sésame, employée tiède ou chauffée modérément selon les régions, ou d'autres huiles végétales comme celle de coco (usage hivernal) ou des laits végétaux.

Pour une meilleure harmonie, les massages ayurvédiques doivent être accompagnés d'une hygiène de vie adaptée, de méditation, de la connaissance et de la maîtrise du *prana* par *pranayama* et d'une alimentation de base végétarienne.

Avant de commencer la formation, Vaidya Rajalakshmi CHELLAPPAN effectuera un bilan ayurvédique complet de chaque étudiant.

L'objectif d'un bilan ayurvédique est dans un premier temps de déterminer votre constitution natale, puis l'état de déséquilibre, afin d'en trouver les causes et de vous proposer des traitements : massages, exercices de respiration (*pranayama*), relaxation, yoga, aromathérapie etc.





NIVEAU 1

Formation théorique

Pour bien comprendre le massage ayurvédique il est important de comprendre les bases de l'Ayurvéda

- Anatomie et physiologie en Ayurvéda
- *Tridosha*

Ces trois énergies vitales président chaque processus biologique et psychologique de tous les organismes vivants

- *Panchmahabhuta* - La théorie des cinq éléments, tout

dans la création physique est composé de ces cinq éléments. Le premier élément l'Éther, le plus vaste, le suivant est l'Air, puis le Feu, l'Eau et la Terre

- Définition de la Santé

NIVEAU 2 (4 séances)

• 1ère séance : Formation aux massages Shiro Abhyanga et Shirodhara qui traitent les problèmes psychologiques et psychosomatiques.

• 2ème séance : Formation aux massages Ramia et Karshana pour l'élimination de la rétention d'eau, des toxines etc.

• 3ème séance : Formation aux massages Marma et Dosha pour traiter les problèmes articulaires et pour débloquer le canal d'énergie (colonne vertébrale)

• 4ème séance : Formation aux massages Prakrutiet et Vikruti prévention pour maintenir un bon état de santé

NIVEAU 3 (4 séances)

Préparation des produits nécessaires aux différents massages (huiles, pochons, etc.)

• 1ère séance : Préparation des produits nécessaires aux Shiro Abhyanga et Shirodhara

• 2ème séance : Préparation des produits nécessaires aux Ramia et Karshana

• 3ème séance : Préparation des produits nécessaires aux Marma et Dosha

• 4ème séance : Préparation des produits nécessaires aux Prakrutiet et Vikruti



NIVEAU supérieur (3 séances)

* Pour les personnes ayant suivi la formation 2015-2016

- 1ère séance : Rasayana (rajeunissement)
- 2ème séance : Shodhana (purification du corps)
- 3ème séance : Kayakalpa (longévité)

Bulletin d'inscription p.47

Prix de la formation niveau supérieur/personne
180 € pour 3 séances de 10h00 à 16h00
(déjeuner inclus)

Prix de la formation/personne
240 € pour 4 séances (par niveau)
de 10h00 à 16h00 (déjeuner inclus)
certificat remis en fin de formation



STAGE D'ÉTÉ
15 au 21 août 2016

Nourriture sattvique et ayurveda

DE L'IMPORTANCE DE LA NOURRITURE SATTVIQUE - AYURVEDA

Visva prani meri atma hai
Tous les êtres humains sont mon atman
Ahimsa paramo pharana
La non-violence est le devoir suprême

Pour développer une alimentation yogique, nous devons consulter la science de l'Ayurvéda. L'Ayurvéda traite des énergies de la nourriture. Il ne précise pas de régime alimentaire standard pour tous car, comme chacun de nous est unique, notre alimentation doit refléter les besoins de notre composition physique et de notre nature particulière.

L'Ayurvéda redonne au corps l'équilibre et l'harmonie, le maintient en bonne santé et dans un état de paix.

Selon le yoga et l'Ayurveda, les aliments sont, comme les qualités de l'être humain, associés aux trois gunas, les trois qualités de la nature : rajasique, tamasique et sattvique qui est l'équilibre.

Le chapitre 17 de la Bhagavad Gîtâ décrit les 3 qualités associées à la nourriture :

« Les tamasiques préfèrent les aliments préparés longtemps à l'avance, fades, malodorants, rassis, faits de restes et impurs » (17-10)

« Les rajasiques recherchent la nourriture amère, aigre, salée, très chaude, piquante, sèche et échauffante, qui produit la douleur, le chagrin et la maladie » (17-9)

« Les sattviques aiment la nourriture qui augmente la durée de la vie, l'énergie, la force, la santé, le bien-être, la gaieté, celle qui est succulente, onctueuse, substantielle et délicieuse » (17-8)

Ainsi, nous devons rechercher une nourriture sattvique, c'est-à-dire pure, harmonieuse, équilibrée, paisible. Non seulement, elle nourrit le corps physique, mais elle est bénéfique pour le mental, l'intellect, les émotions, l'esprit, par l'intermédiaire du prana qu'elle contient.

Une alimentation sattvique restaure l'équilibre de l'être à tous les niveaux et nous relie à l'univers. De plus, si le choix des aliments est important, il est tout aussi important de porter toute notre attention à la façon dont nous faisons la cuisine et dont nous mangeons. Toute notre attitude doit être sattvique, inspirée par la non-violence et la paix.

Bulletin d'inscription p.47
programme complet en téléchargement sur
www.centre-vedantique.fr

Prix de la formation /personne

550 € en pension complète / 375 € en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h30. - Fin : dimanche à 16h00

Nourriture sattvique et ayurveda

initiation sur une journée /1 mercredi par mois

2016 : 7 sept. / 5 oct. / 16 nov. / 7 déc. /
2017 : 8 mars / 5 avril / 10 mai / 7 juin



LA SCIENCE DES SIX GOÛTS

L'analyse des aliments en termes de vitamines, oligo éléments et autres composants n'existe pas en diététique ayurvédique. Elle est remplacée par la science des six goûts (doux, acide, salé, piquant, amer et astringent), très subtile, dans laquelle chaque aliment naturel possède une saveur, une énergie (chauffante ou rafraîchissante) et une action postdigestive qui déterminent son effet sur le corps mais aussi sur la conscience. La nourriture devient ainsi un outil de guérison puissant.

PROGRAMME

9h30-12h	théorie
12h00	déjeuner
14h00-17h00	pratique
17h00-18h30	méditation guidée avec Swami Veetamohananda
18h30-19h00	mise en place des plats
19h30	dîner

**Prix de la journée d'initiation
de 9h30 à 19h00
60 € la journée (déjeuner inclus)
(possibilité de rester dîner 12 €)**



BILAN AYURVÉDIQUE ET SUIVI INDIVIDUEL

avec

VAIDYA RAJALAKSHMI CHELLAPPAN

Tous les mardis au Centre védantique

Uniquement sur rendez-vous

Téléphone : 01 64 07 03 11 le matin entre 9h et 11h (demandez Naren)

Email : contact@centre-vedantique.fr

BILAN AYURVÉDIQUE : 45mn ~ 1h 70€

- ◇ Questionnaire / observations / conseils et règles générales en Ayurveda, détoxination, bilan constitution et déséquilibre.
- ◇ Nutrition végétarienne, utilisation de plantes et épices adaptées à la constitution énergétique.
- ◇ Analyse traditionnelle des trois Doshas (Vata, Pitta, Kapha). Détermination de votre Prakriti (constitution natale), puis l'état de Vikriti (déséquilibre).

La détoxination, le régime alimentaire (végétarien) et l'hygiène de vie sont les outils utilisés avec des compléments alimentaires, plantes et épices pour ramener les Doshas à l'équilibre et agir en prévention de la maladie.

La pratique régulière des massages adaptés à votre constitution, de la relaxation et de la méditation sont les conseils prodigués selon une étude sérieuse de votre typologie.

ENTRETIEN DE SUIVI INDIVIDUEL : 45mn ~ 1h 70€

Après un minimum de 2 semaines

- Évaluation des améliorations, affinement du programme, conseils plus détaillés et personnalisés.
- Adaptation en fonction des saisons: hygiène de vie, nutrition, plantes, psychologie.

IMPORTANT

Après un entretien ayurvédique, Vaidya Rajalakshmi Chellappan, passe de nombreuses heures dans l'analyse et l'étude de cas du patient. Cela prend beaucoup de temps et demande beaucoup d'énergie, c'est la raison pour laquelle nous demandons aux personnes qui souhaitent faire un bilan en Ayurveda, d'être réellement motivées dans leur démarche. Votre santé est entre vos mains, l'efficacité des thérapies ayurvédiques dépend de votre engagement et de votre motivation.



du 24 au 30 octobre

YOGA NIDRA SELON LA TRADITION VÉDIQUE

NIVEAU I



avec Swami VEETAMOHANANDA

*président du Centre Védantique Ramakrishna
(voir biographie p.14)*



et Martine TEXIER

*Formatrice école de Yoga d'Évian, membre
de la FIDHY (voir biographie p.23)*

* Le Yoga nidra c'est faire l'expérience d'un état dans lequel nous ne sommes plus conscients des indriyas et de tous les «ismes» pour être l'égo connecté à la Pure conscience.

* Le mantra vedique est efficace pour entrer dans l'état de Pure conscience.
Par exemple : la conscience est dirigée vers les organes de l'ouïe et la faculté d'entendre. L'organe externe devient alors intériorisé.

C'est comment l'on rentre dans le yoga nidra. Il faut faire en sorte que l'esprit soit apaisé.

Pourquoi l'esprit aurait-il des pensées dont nous ne voudrions pas ?
Sommes-nous les esclaves de nos esprits ?

Laissons l'esprit courir et regardons-le seulement comme des témoins.
Renforçons notre volonté pour aller sur le bon chemin. Par la puissance de l'amour, la conscience s'élèvera et le subconscient n'aura plus aucun pouvoir sur elle.

Contrôler les passions est ce qui est important de résoudre.

Empêcher les organes des sens – indriyas – d’aller vers les objets des sens, les guider de façon juste, c’est le thème central du Yoga Nidra.

Toutes les immenses possibilités de réalisation de soi pour les êtres, dépendent de la pratique du Yoga Nidra avec tout le sérieux possible.



Vishnu en Yoga Nidra

La formation YOGA NIDRA selon la tradition védique

NIVEAU II du 13 au 19 février 2017

NIVEAU III du 29 mai au dimanche 4 juin 2017

Prix de la formation /personne

385 € en pension complète / **210 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h30 - Fin : dimanche à 16h00

certificat de présence remis en fin de formation

Bulletin d’inscription p.47

programme complet en téléchargement sur www.centre-vedantique.fr



YOGA VÉDANTA

Tous les samedis de septembre à juin *ouvert à tous - entrée libre*



La pratique est le coeur du yoga. Le yogi est, en premier lieu, un pratiquant, un philosophe, un théologien et aussi un psychologue, au sens général. Son approche stricte peut être comparée à celle du scientifique dans son laboratoire.

Il analyse pour atteindre la Réalité. Il considère que le critère souverain de réalisation de la Réalité transcendante ne peut être que son expérience personnelle directe. L'expérience directe est une possibilité ouverte à tous. Tout ce qui est demandé, c'est une dévotion rigoureuse à l'application pratique du yoga.

Le yoga est une réaction spontanée à nos besoins spirituels inconscients. Il peut stimuler le subconscient pour ses besoins spirituels et mener à la réalisation et à l'accomplissement. On dit aussi qu'il crée un besoin spirituel dynamique qui motive toutes les activités humaines en vue de la réalisation de la Réalité ultime.

Le système du Yoga de Patanjali, est l'aspect pratique de la philosophie Samkhya. C'est aussi la philosophie de la psychologie et de l'expérimentation. Il demande, comme toute science, une méthode pratique d'analyse et une synthèse de l'univers physique et métaphysique.

Le yoga se retrouve, d'une façon ou d'une autre, dans tous les systèmes philosophiques de l'Inde. Chaque forme de connaissance est le résultat de trois processus :

1. Une expérimentation soigneuse
2. Une observation précise et critique
3. La formation d'une théorie par les processus d'induction et de déduction.

Ces trois oeuvres ont une interrelation. L'étude de la grammaire aide à purifier le mental et la parole, celle de la médecine enseigne à purifier le corps et les

Aphorismes sur le Yoga purifient l'âme. Patanjali a certainement travaillé dans ces trois domaines avec un dessein précis. Nous le savons, un corps sain, un mental sain, une parole saine, donnent une personnalité individuelle bien formée, parfaitement intégrée.

Si vous souhaitez y parvenir vous devez suivre les principes suivants :

Pratiquer les TAPAS :

Régularité dans la discipline personnelle

Nourriture (subtile) sattvique

Mantras et méditation

L'harmonisation des 5 pranas : Prana, Apana, Vyana, Udana, Samana.



10h30

**MÉDITATION POUR LA PAIX ET L'HARMONIE
AVEC SWAMI VEETAMOHANANDA**

12h

DÉJEUNER

(12€ - reservation par email)

13h30-14h30

KARMA YOGA

15h à 16h30

HATHA YOGA

*Cours donnés par des professeurs diplômés
de différentes fédérations*

sur le *niyama tapas* de Patanjali

17h à 18h00

COURS THÉORIQUE

SUR LE YOGA KRIYA VÉDIQUE

*Cours donnés par Swami Veetamohananda
ou par l'un des professeurs*


Approfondissement de l'enseignement du Yoga Védanta
**Yoga védique, Yama/Niyama/Asana/Pranayama
 au cœur des directions de l'espace (Amnyas)**
avec Swami VEETAMOHANANDA
président du Centre Védantique Ramakrishna

**avec BHAKTARAJ (Serge Lelandais)
 et le Dr. Lise QUEGUINER**
Professeurs de Yoga
Conférenciers invités de l'Université de l'Homme

Comment les Yamas et Niyamas peuvent-ils être divinisés par les Pratiques du Yoga Védique et l'énergie dynamique des Pranayamas ?

Le terme divinisé signifie que les Yamas et Niyamas peuvent retrouver leurs aspects originel et original.

Originel au sens de traditionnel universel et original de propre à chacun.

Pour le yogin, l'asana premier est son tapis orienté sur le plan horizontal. Les pratiques du corps permettront de réorienter la verticalisation à la fois les organes d'action, de sensation, de perception en leur domaine initial. Ainsi, le yogin érige le corps selon sa mise en coïncidence axiale à la fois terrestre, solaire, universelle et cosmique. Les diverses techniques de pranayama délivrent alors leurs substrats d'énergies vibratoires d'éveil. Il s'en suit la purification des mémoires d'action, d'apprentissage, du personnage historique, des mémoires structurelles de notre humanité et des mémoires ancestrales de la création en apaisant définitivement le mental.

Tous les moyens d'actions, de sensations, de perceptions, des mémoires et du mental deviennent divinisés au sens d'être l'expression même de la Lumière de l'Intelligence, de

l'amour pur, de la beauté, de la luminosité et de l'harmonie infinie. Par la divinisation la connaissance et la joie demeure dans toutes les expressions de la Vie dans le vivant de l'Homme Total.

Au fil des journées de ce séminaire vous seront offerts des rituels issus de Puja. En collaboration étroite avec Swamiji nous avons élaboré une Puja du Yoga Védique qui devient ainsi l'axe à partir duquel le pratiquant peut se déployer dans toutes les directions (amnyas) de l'espace. Cette Puja du Yoga Védique sanctifie à la fois l'espace de la pratique, le corps, les organes des sens, le mental du pratiquant et l'offrande de la pratique dans les 10 directions. A la fin de notre séminaire, chacun aura la possibilité de mettre en œuvre cette Puja du Yoga Védique dans sa pratique personnelle comme un rituel d'offrandes à la Mère divine et au Suprême Brahman absolu.

Les Yamas et Niyamas divinisés nous donnent au cœur des Asanas et des Pranayamas cette connexion et résonance à la vibration de la Pure Conscience. Nos pratiques deviennent orientées par les énergies des bijas mantras associées avec la Présence des divinités spirituelles. La révélation de ces énergies divines président aux actions, sensations, perceptions, mémoires et au mental paisible capable par sa propre nature de refléter la Luminosité de l'Harmonie de la conscience de l'Homme Total.

BHAKTARAJ est un « autodidacte » du yoga... Il a commencé par plus de 15 ans de pratique personnelle, redécouvrant les asanas, les postures de Hatha-Yoga et les respirations yogiques dans sa chambre. En 1969, il rencontre Swami Chidananda, disciple de Swami Sivananda de Rishikesh, qui lui donnera un enseignement particulier. Puis il découvre le Védanta au Centre Védantique Ramakrishna avec Swami Ritajananda qui l'initiera en août 69 et lui donnera le nom de Bhaktaraj. Avec Sri Mahesh il a approfondi la connaissance expérimentale de la pratique et avec Lilian Silburn, il se laissera guider sur la voie tantrique approfondie avec les travaux d'André Padoux. Il est enseignant et poète.

Dr. Lise QUEGUINER est médecin généraliste, diplômée du C.H.U de Rouen. Elle pratique le yoga depuis les années 80. Elle a suivi une spécialisation de médecine Ayurvédique à l'Université de Bénarès, dirigée par le professeur Singh, prolongée par une formation en massage Ayurvédique. Elle a suivi la formation de professeur à la Fédération française de Hatha-Yoga Paris sous la direction de Sri Mahesh. Elle suit un véritable travail spirituel auprès de Bhaktaraj avec notamment une grande ouverture à la psyché humaine et aux philosophies indiennes vécues par la « pratique » yogique.

Prix de la formation /personne

385 € en pension complète / **210 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

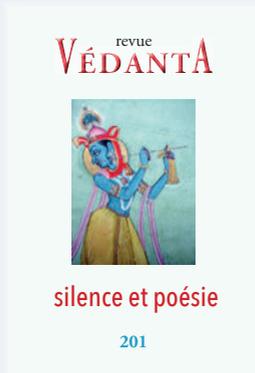
Repas à 19h30. - Fin : dimanche à 16h00

Bulletin d'inscription p.47

programme complet en téléchargement sur www.centre-vedantique.fr

Abonnez-vous à la revue Védanta

éditée par le Centre védantique Ramakrishna
depuis plus de 50 ans - 4 numéros/an



Pour s'abonner

- remplir le formulaire sur le site internet www.centre-vedantique.fr et payer en ligne,
- ou compléter et retourner le bon de commande ci-dessous

NOM _____ PRÉNOM _____

Adresse N° Rue (Bd, Av,...) _____

Code Postal _____ Ville _____

Pays _____ téléphone (facultatif)

adresse mail _____

- Je désire m'abonner à la revue Védanta pour l'année 2016
- ci-joint un chèque de 15 € à l'ordre du CVR -virement pour les pays étrangers ou carte visa sur le site www.centre-vedantique.fr
- adresse : **Centre védantique Ramakrishna 64, bd Victor Hugo 77220 Gretz Armainvilliers**



du 20 au 24 juillet

CORDES EN JOIE ET JOIE EN DIEU

Initiation collective au violoncelle

Isabelle ISHVARI

Instruments fournis

Faites vibrer le corps et l'esprit par la découverte du violoncelle, rythmée par les méditations de l'ashram.



Venez vivre les joies et les émotions inoubliables au sein d'un septuor de violoncelles par l'accompagnement très facile et adapté de mélodies inspirantes.

Aucune connaissance préalable n'est demandée.

Niveau débutant, 1 et 2 degré.

Concert en fin de séminaire



Isabelle ISHVARI

Issue de trois générations de musiciens, Isabelle a été soliste de l'orchestre de Douai durant 15 ans et a travaillé avec les grands noms du monde musical (Georges Prêtre, Frederic Lodéon, Fontanarosa, ...). Elle enseigne actuellement au Conservatoire de Région de Douai et joue au sein du Sinfonietta de Douai et du Valenciana Orchestra.

Prix de la formation /personne

220 € en pension complète / **150 €** en externe

Accueil : 13h30 Fin : dimanche à 16h00



YOGA DU CHANT

Art et Spiritualité



Les Séminaires « Yoga du Chant » et le Chœur du CVR débutent leur deuxième année d'existence.

Ils attirent des participants réguliers, et occasionnels. Ils sont motivés par le pur plaisir du chant, irrigué par l'ouverture spirituelle.

Bienvenue à tous !

On y chante selon un enseignement et des pratiques musicales qui se sont affirmées originales, créatives, et inédites.

Il s'agit d'une pratique nouvelle, ancrée d'une part dans une connaissance



approfondie de la musique occidentale que je pratique professionnellement depuis plus de vingt ans en tant que soliste d'opéra et chef de chœur.

Elle est ancrée d'autre part dans la connaissance intime des yogas, auxquels Swami Veetamohananda a dédié sa vie entière en tant que moine de l'Ordre de Ramakrishna.

C'est une rencontre unique, entre nos pratiques vocales et les yogas hindous.

Ces séminaires s'adressent à toute personne désireuse de développer ses connaissances et sa pratique vocale, sans distinction d'âge et de niveau, dans un esprit d'ouverture spirituelle, le plus souvent au croisement du christianisme et du védanta.

En effet, on y chante aussi bien les chants védantiques, que les œuvres sacrées classiques (Bach, Mozart...) et le chant grégorien.

Cette ouverture est rendue possible, tout d'abord par la connaissance des mécanismes vocaux fondamentaux, rendue expérimentalement accessible à tous, par la réflexologie.

Ces mécanismes vocaux de base sont les mêmes, partout, pour tous, et pour tous les styles musicaux qu'on choisira d'aborder dans un deuxième temps.

Les principes de technique vocale et d'interprétation de la musique sont mis en perspective et enrichis par les différents yogas : *hatha yoga, prana yoga, jnana yoga, bhakti yoga, mantra yoga.*

Les *mantras*, dans le respect de leur action initiatique, sont pratiqués sous la direction de Swami Veetamohananda, moine de l'ordre de Ramakrishna et président du CVR.

Les journées s'articulent ainsi :

MATIN

- Chants méditatifs, avec Swami Veetamohananda.
- Hatha Yoga, avec Danielle Héliot.
- Prana yoga.
- Intériorisation du son, bols chantants.
- Vocalises.
- Mantra japa, avec Swami Veetamohananda.



APRÈS-MIDI

- Chants classiques, chants grégoriens.
- Chants védantiques.
- Méditation



Le premier trimestre sera consacré d'une part à la « Musique protestante », et d'autre part aux « Chants de l'Arati ».

Le protestantisme a donné naissance à une très riche tradition musicale, représentée par Bach, Händel ou Mendelssohn. Luther a souhaité rendre accessible à tous les

fidèles le chant choral dans le rituel de la messe.

Cela explique l'existence d'un important répertoire facilement chantable par tous.

Nous chanterons les chorals les plus célèbres. La cantate 140 de Bach, dite du « *Veilleur* » sera donnée en prélude aux fêtes de Noël le 18 décembre.

D'autre part, Swami Veetamohananda viendra nous expliquer et nous sensibiliser au sens profond des textes sanskrits et de la place singulière des chants dans le rituel de l'Arati, sur un plan initiatique.

L'année 2016-2017 se conclura par un stage sur « *Le chant comme expression du dialogue inter-religieux* », la semaine suivant le colloque inter-religieux des 1^{er} et 2 juillet 2017 au CVR.





Diplômé du Conservatoire National Supérieur de Musique et de Danse de Paris en chant et en écriture au terme d'une formation complète et polyvalente incluant direction de chœur, mise en scène, piano, jazz et percussion. Florian WESTPHAL se produit depuis 20 ans sur les scènes lyriques françaises et internationales dans les rôles de basse du répertoire d'Opéra et d'Oratorio.. Parallèlement il anime des Séminaires de Technique Vocale tout public.

Florian WESTPHAL vit sa carrière de musicien comme l'élément constitutif d'une recherche spirituelle ouverte à toutes les religions.

FORMATIONS 2016

-24, 25 septembre

-12, 13 novembre

-17, 18 décembre.

Concert de Noël : *Cantate 140 de Bach* chantée le dimanche à 13h30

FORMATIONS 2017

-21, 22 janvier

-25, 26 février

-25, 26 mars

-29, 30 avril

-13, 14 mai

-10, 11 juin

Prix de la formation sur 2 jours /personne

110 € en pension complète

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h30 - Fin : dimanche à 16h00

Bulletin d'inscription p.47
www.centre-vedantique.fr

FORMATIONS LONGUES

29 août au 3 septembre 2016 *

Ananda, chants méditatifs

Prix de la formation /personne

330 € en pension complète

180 € en externe

20 au 23 octobre 2016 *

« *La Musique protestante* »,

le choral, le texte, le rituel, *la Cantate 140* de Bach. Conférence du pasteur Frédéric Fournier.

Prix de la formation /personne

165 € en pension complète

3 au 8 juillet 2017

« *La musique comme expression du dialogue interreligieux* ».

En lien avec la rencontre interreligieuse des 1^{er} et 2 juillet 2017 au CVR.

Prix de la formation /personne

330 € en pension complète

Possibilité d'assister à la rencontre interreligieuse : arrivée le vendredi soir + 80 €

* *programme détaillé et inscription sur le site ou auprès du Centre*

www.centre-vedantique.fr

COURS PARTICULIERS DE CHANT

Les lundis et mercredis

Le rendez-vous se prend avec Naren directement au CVR
Tel : 0164070311 (le matin) - contact@centrevédantique.fr

Ils se prennent librement, de façon occasionnelle, ou régulière

CONTENU

- Etat général de la voix. Hygiène vocale. Physiologie de l'appareil vocal.

- Prana yoga, travail sur le souffle. Préparation au formant des voyelles. Préparation du corps au son, par visualisations. Sensibilisation aux vibrations corporelles.

- Réflexologie.
« Sortir » la voix, découvrir la couleur vocale première. Exploration des quatre registres vocaux. L'abaissement volontaire du larynx, du souffle, du centre de gravité. La voix de tête, la voix de poitrine. Les résonateurs faciaux. La typologie vocale : couleur, tessiture et caractère. Les six points d'attention du geste vocal.

- Le choix du geste vocal. Notion de phrasé.

- Le charisme. La présence, ici et maintenant.

- Les trois espaces intérieurs du son. Sensibilisation aux harmoniques. Son, vibration, énergie. Bols tibétains, diapason.

- La transformation artistique des émotions. Le chant dévotionnel, le chant extatique. Le mantra.

- Méditation et créativité. Ouverture à l'improvisation. Les différents répertoires de musique vocale. Choix de répertoire personnalisé.

Durée : 1h.
Tarif : 80 €

FORMULE SPECIALE DÉBUTANTS Bilan Vocal Général

- C'est une formule particulière. Le bilan se fait sur la valeur d'une demi-journée. Prévoir au moins 2H. Tarif : 120 €

*les cours ont lieu
au Centre védantique*

Rencontre interreligieuse

2 et 3 juillet 2016

Samedi de 9h à 21h30 et dimanche de 9h à 18h

QUE POUVONS-NOUS FAIRE POUR LE MONDE ?

INTERVENANTS

Père Pierre-François de BÉTHUNE

Frère Benoît BILLOT

Père Christian DELORME

Pasteur Frédéric FOURNIER

Rabbin Gabriel HAGAÏ

Dr Norman MALIK

Samina MALIK

Sœur Chên Giac NGHIEM

Cheikha NUR ARTIRAN

Sœur Marie PINLOU

Sœur Solange RAULT

Père Michel SAULNIER

Ven. Gosar TULKU RINPOCHE

Swami VEETAMOHANANDA



à 30 km de Paris dans une propriété de 15 hectares
au

CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

64 bd Victor Hugo

77220 GRETZ-ARMAINVILLIERS

facilement accessible :

RER E (gare Haussman St-Lazare - gare du Nord)

TGV (gare Marne-la-Vallée)

plan et renseignements pratiques au verso

programme dispo sur :

www.centre-vedantique.fr rubrique *événements*

AU PROGRAMME

- 3 sessions autour des thèmes :
 - 1/ Quelles sont les pratiques spirituelles ou religieuses qui sont importantes ?
 - 2/ Comment appliquer ces pratiques dans la vie quotidienne ?
 - 3/ L'Homme et la Nature

• Célébration eucharistique

• Célébration du Feu Homa

• Conférences par :

Cheikha Nur Artiran, Sufi Master de la Mevlevi Sufi Order (Turquie)

Père Pierre-François de Béthune, ancien secrétaire général du DIM, Clerland (Belgique)

Père Christian Delorme, prêtre de l'archidiocèse de Lyon

Dr Norman et Samina Malik, Société Islamique de Lahore Ahmadiyya (USA)

Ven. Gosar Tulku Rinpoche, Rabten Choeling, Mont Pellerin (Suisse)

- Concert de Naren & Sarada



ENTRÉE LIBRE - Ouvert à tous

Repas sur place 15 € (7,5 € enfants -13 ans)

(pique-nique non autorisé)

HÉBERGEMENT ET ÉQUIPEMENTS

Le Centre Védantique Ramakrishna accueille depuis 1948, les aspirants spirituels de toutes les origines, qui souhaitent effectuer une retraite dans un cadre propice au recueillement et à la méditation.

Des groupes extérieurs au Centre ont la possibilité d'organiser des séminaires dans nos locaux.

L'hébergement et les équipements sont composés de :

- vingt chambres : simples, doubles, à 3 et 4 lits dont 2 chambres PMR
certaines sont équipées de sanitaires privatifs
- une salle de conférence polyvalente
- une salle de méditation/chapelle
- une bibliothèque d'ouvrages spirituels (en français et en anglais)
- un salon de trente places
- une boutique (librairie, CD, vidéos, encens, objets, etc.)



LE FONCTIONNEMENT DU CENTRE

Depuis toujours, des personnes, de tous âges et de toutes origines géographiques, culturelles et religieuses, libres d'obligations familiales, souhaitent partager la vie communautaire d'un centre spirituel pour se concentrer sur leur idéal. C'est le cas de nos résidents, qui sont tous bénévoles.

Le Centre assure son fonctionnement par le travail bénévole de ses membres, les participations aux frais d'hébergement et les dons.

MIEUX NOUS CONNAÎTRE

Afin de mieux connaître notre Centre et pour compléter cette brochure, vous pouvez consulter notre site internet www.centre-vedantique.fr

NOUS CONTACTER

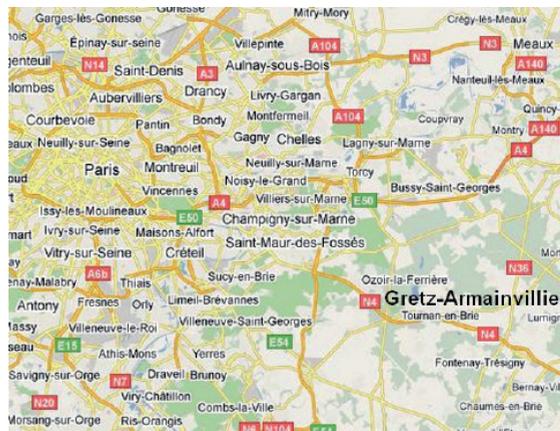
Adresse : C.V.R. 64 boulevard Victor Hugo - 77220 Gretz France
E-mail : contact@centre-vedantique.fr
Téléphone : + 33 (0)1 64 07 03 11

SE RENDRE À L'ASHRAM

Venir en RER : Par la Ligne E, depuis Paris, au départ de la Gare Hausmann-Saint-Lazare ou de la station Magenta-Gare du Nord, prendre la direction de Tournan. En descendant à Gretz-Armainvilliers, emprunter la passerelle « sortie rue d'Alsace ». Une fois sur la rue d'Alsace, se diriger pendant 50 mètres vers la droite à travers le parking jusqu'au Boulevard Romain Rolland. Le Centre se trouve au numéro 1 de ce Boulevard, à environ 10 mn à pied de la gare.

Gretz-Armainvilliers est situé en Seine-et-Marne dans la Brie boisée à une trentaine de kilomètres au Sud-Est de Paris, soit une quarantaine de minutes par le RER E ou en voiture.

Venir en voiture : Au départ de Paris, prendre l'autoroute A4 (direction Metz-Nancy) sur une vingtaine de km jusqu'à la sortie Gretz/Tournan (D471). Sur cette route, prendre au 2° feu (après une dizaine de km) la direction « Gretz centre » (ignorer au 1° feu cette direction). Le Centre Védantique se trouve sur la gauche, après l'entrée de la ville, au 64 Boulevard Victor Hugo.



Bulletin d'inscription

à renvoyer à CVR

64 bd Victor Hugo - 77220 Gretz-Armainvilliers

NOM _____ PRÉNOM _____

Adresse N° Rue (Bd, Av,...) _____

Code Postal _____ Ville _____

Pays _____ téléphone _____

adresse E-mail _____

			interne	externe
PRIÈRES ET RITES VÉDIQUES p.17	720 € /interne		<input type="checkbox"/>	
SAT CHIT ANANDA p.18	385 € /interne 210 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SANSKRIT p.20	165 € /interne 90 € externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SCIENCE ET SPIRITUALITÉ p.22	220 € /interne 120 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
YOGA KRIYA VEDIQUE NIVEAU I p.24	385 € /interne 210 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
YOGA NIDRA NIVEAU I p.34	385 € /interne 210 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
YOGA VEDANTA p.34	385 € /interne 210 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
STAGE NOURRITURE SATTVIQUE p.29	550 € /interne 375 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MASSAGE & HERBORISTERIE p.27	Niveau I <input type="checkbox"/> 240 € - Niveau supérieur <input type="checkbox"/> 180 €			
CORDES EN JOIE VIOLONCELLE p.39	250 € /interne 110 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
YOGA DU CHANT p.40				
formations WE		Formations longues	interne	externe
24-25 septembre 110 € <input type="checkbox"/>		29 août - 3 sept. 385 € <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12-13 novembre 110 € <input type="checkbox"/>		20 - 23 oct. 165 € <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
17-18 décembre 110 € <input type="checkbox"/>				

En pension complète: chambres à 2 ou 3 lits avec sanitaires à l'étage (3 repas, draps et serviettes fournis) ; chambres individuelles selon disponibilité 20% en sus. *En externe* : petit déjeuner, et déjeuner compris

MODALITÉS D'INSCRIPTION AUX FORMATIONS

Le prix de la formation se trouve dans son descriptif. En pension complète, draps et serviettes sont fournis. Pour obtenir un reçu, joindre à votre inscription une enveloppe timbrée.

Annulation En cas d'annulation de la formation de notre part, l'intégralité de la somme versée vous sera remboursée.

En cas d'annulation écrite de votre part (annulation impossible par téléphone) : 2 semaines avant le début de la formation, une somme forfaitaire de 20 € pour les frais administratifs sera conservée, le reste vous sera retourné. Moins de 2 semaines avant le début de la formation, l'acompte sera conservé par le Centre Védantique Ramakrishna. Toute formation démarrée puis interrompue du fait du participant ne donne droit à aucun remboursement.

Tous les dossiers d'annulation seront régularisés dans le mois qui suit votre annulation.

Je joins par séminaire 50% d'acompte

Nombre de formations

Total _____ €
chèque à l'ordre du CVR



Centre Védantique Ramakrishna

64, bd Victor Hugo 77220 Gretz

tél : 01 64 07 03 11

contact@centre-vedantique.fr

www.centre-vedantique.fr