

# CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

*activités*

juillet - décembre 2017



Méditations - Mantra  
Philosophie védantique  
Célébrations

Conférences et programmes culturels  
Université de l'Homme



Qu'IL nous illumine

# 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 >>

<< fêtes

MÉDITATIONS

émission >>

pratiques >>

L'instant Yoga

D'ART ET D'ASTROLOGIE

Après le bain

<< jeunesse

ENTRETIENS

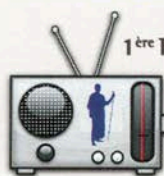
LECTURE DES ENTRETIENS DES SRI RAMAKRISHNA

Les enfants du Gospel

15mn avec...

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<sup>ère</sup> RADIO VÉDANTIQUE

**RGG**

[www.rggweb.fr](http://www.rggweb.fr)



# CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

## ÉDITORIAL

Deux grandes forces agissent à travers la nature. L'une est la diversité et l'autre l'activité.

Dans la société, cette diversité a créé les différences de races, de castes, de couleurs, etc. Les différences engendrent les privilèges. L'existence humaine est un combat entre ces deux forces opposées. La création d'inégalités et la force contraire.

Le monde est fait de diversité. Les différences humaines sont toujours là. En d'autres termes, selon la différence du degré d'intelligence et de pouvoir chez les individus, il y a forcément une différence dans l'activité. Mais les problèmes surgissent lorsque les privilégiés monopolisent toutes les bonnes choses de la vie, livrant les autres à la famine et à la mort. Ce combat entre les deux forces donne naissance au racisme, à la ségrégation (système des castes, couleur de peau, etc.)

La spiritualité est la seule solution pour vaincre les inégalités. Le Bouddha nous en a donné la preuve. Mais comment ? Une prière védique vient du cœur de l'être et efface toutes les différences :

« Seigneur !

Vous êtes l'infini courage ; donnez-moi du courage,

Vous êtes l'infinie force ;  
donnez-moi de la force,

Vous êtes l'infinie volonté ;  
donnez-moi de la volonté.

Cette force, cette joie et ces promesses d'une vie meilleure est un état au-delà du plaisir et de la peine, du gain et de la perte.

SWAMI VEETAMOHANANDA  
PRÉSIDENT DU CENTRE VÉDANTIQUE RAMAKRISHNA

## Sommaire

Présentation	5
Calendrier général	10
Célébrations	11
Méditations-mantra	14
Conférences	17
UNIVERSITÉ DE L'HOMME	19
Yoga Védanta	23
Formations ESPRIT	24
Formations CORPS	30
Formations ART	41
Infos pratiques	48
Inscription formations	51





## 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 la 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.





## 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.

## 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 : c'est ici que se trouve la chapelle, où l'on médite et prie ; sous la chapelle, la « salle Sarada Devi » et une salle pour les activités ayurvédiques ; à côté de la chapelle, un salon où l'on se retrouve en général le soir pour des lectures ou des échanges ; dans le hall, derrière le comptoir d'accueil, une librairie, et, après le hall, sur la droite, la cuisine et la salle à manger, depuis laquelle 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 cette prairie se dresse un kiosque au toit octogonal couronné du croissant 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 ».

À droite de ce kiosque, on peut longer un bois, empli de chants d'oiseaux, et finalement aboutir à 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.

Revenant sur nos pas, nous serons arrêtés, devant Sarada Mandir (le bâtiment de deux étages à gauche du kiosque) par le jardin de fleurs, reflet du ciel et d'un travail habile. Une serre se trouve juste à côté, dans laquelle sont préparées et protégées les fleurs offertes aux cultes.



dans 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 fauflent les petits poissons rouges comme enchantés par la flûte de Krishna qui veille, penché sur l'eau. Un autre accès au potager, à droite duquel se trouvent les ruches et leurs abeilles, 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.



Le troisième portail du potager débouche sur « Brahmananda Bhavan », qui est le bâtiment d'hébergement pour nos visiteurs, et qui longe le boulevard Victor Hugo. Avant de finir notre promenade, on peut, en longeant le mur du potager sur la droite, aller voir le verger.

Et maintenant que la promenade est achevée, à chacun désormais de choisir son chemin !





## WEEK-END TYPE

Voici les principaux horaires. Il est recommandé de vérifier sur notre site si toutes les activités ont lieu, et d'envoyer un email pour s'inscrire au repas. Toutes les activités sont libres, une participation de 12 € est demandée pour les repas.

### SAMEDI - JOURNÉE YOGA VÉDANTA

Ouverture des portes	05h45
Méditation, chants, lectures	06h00
Petit déjeuner	08h00
<b>Hatha-yoga</b>	09h00
<b>Méditation pour la paix et l'harmonie</b>	10h30
Déjeuner	12h00
<b>Karma yoga</b>	12h30
<b>Hatha-yoga</b>	15h00
Thé	16h30
<b>Cours de philosophie védantique</b>	17h00
Office du soir-arati, avec chants	18h00
Dîner	19h00
Programme du soir	20h00 Lecture du 2 <sup>ème</sup> chapitre de la <i>Bhagavad Gita</i> suivie des <i>Entretiens de Ramakrishna</i>
Fermeture des portes	21h30

### DIMANCHE - JOURNÉE DÉCOUVERTE

Ouverture des portes	05h45
Méditation, chants, lectures	06h00
Petit déjeuner	08h00
<b>Méditation guidée</b>	10h30
Déjeuner	12h15
<b>Conférence, discussion ou spectacle</b>	14h30
Thé	16h00
Office du soir-arati, avec chants	18h00
Dîner	19h00
Questions-réponses avec Swami Veetamohananda	20h00
Fermeture des portes	21h30

## CALENDRIER DES CÉLÉBRATIONS, ACTIVITÉS ET FORMATIONS

Juillet 2017	3-9 juillet	<i>Yoga du chant</i>	Université de l'Homme	p.46
	12 juillet	<i>Ayurveda alimentation</i>	Université de l'Homme	p.34
	12-16 juillet	<i>Cordes en joie</i>	Université de l'Homme	p.41
	24-30 juillet	<i>Yoga védique</i>	Université de l'Homme	p.37
	30 juillet	<i>Guru Purnima</i>	Célébration	p.11
Août 2017	31 juillet-20 août	<i>Initiation aux rites védiques II</i>	Université de l'Homme	p.24
	2 août	<i>Ayurveda alimentation</i>	Université de l'Homme	p.34
	28 août - 3 sept.	<i>Yoga kriya védique, II</i>	Université de l'Homme	p.25
Septembre 2017	20 septembre	<i>Ayurveda alimentation</i>	Université de l'Homme	p.34
	21 septembre	<i>Méditation, Paris</i>	Méditation	p.15
	21-23 septembre	<i>Sanskrit</i>	Université de l'Homme	p.28
	24 septembre	<i>Durga Puja</i>	Célébration	p.11
	24 septembre	<i>Ayurveda cours théorique</i>	Université de l'Homme	p.33
	30 sept. 1er oct.	<i>Yoga du chant</i>	Université de l'Homme	p.46
Octobre 2017	4 octobre	<i>Ayurveda alimentation</i>	Université de l'Homme	p.34
	8 octobre	<i>Ayurveda cours théorique</i>	Université de l'Homme	p.33
	19 octobre	<i>Méditation, Paris</i>	Méditation	p.15
	20 octobre	<i>Kali Puja</i>	Célébration	p.11
	21-22 octobre	<i>Yoga du chant</i>	Université de l'Homme	p.46
	26-29 octobre	<i>Herboristerie et massages ayur-védiques session 1</i>	Université de l'Homme	p.33
	30 oct. 5 nov.	<i>Yoga nidra védique, niveau 1</i>	Université de l'Homme	p.38
Novembre 2017	4-5 novembre	<i>Cordes en joie</i>	Université de l'Homme	p.42
	5 novembre	<i>Ayurveda cours théorique</i>	Université de l'Homme	p.33
	8 novembre	<i>Ayurveda alimentation</i>	Université de l'Homme	p.34
	16 novembre	<i>Méditation, Paris</i>	Méditation	p.15
	519 novembre	<i>Ayurveda cours théorique</i>	Université de l'Homme	p.33
	23-25 novembre	<i>Sanskrit</i>	Université de l'Homme	p.28
	25-26 novembre	<i>Yoga du chant</i>	Université de l'Homme	p.46
Décembre 2017	6 décembre	<i>Ayurveda alimentation</i>	Université de l'Homme	p.34
	9 décembre	<i>Fête de Sarada Devi</i>	Célébration	p.11
	16-17 décembre	<i>Yoga du chant</i>	Université de l'Homme	p.46
	21 décembre	<i>Méditation, Paris</i>	Méditation	p.15
	24 - 25 déc.	<i>Noël</i>	Célébration	p.14
	30 - 31 déc.	<i>Passage de la nouvelle année et Kali Puja</i>	Célébration	p.15
	1 <sup>er</sup> janvier 2018	<i>Jour de Kalpataru</i>	Célébration	p.15

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 : 14,00 €, s'inscrire à l'avance par mail : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

## GURU PURNIMA

**Dimanche 30 juillet 2017 à 10h30 – Durée 1h30**

Le culte est célébré par Swami Veetamohananda  
Repas végétarien convivial à 12h30 et 19h30. Entrée libre  
10h30: Puja et méditation guidée 12h00: Déjeuner



## FÊTE DE KRISHNA

**Lundi 14 août (week-end spécial, voir page suivante)**

Culte dédié à Sri Krishna, l'homme divin de la Bhagavad Gita.  
De 6h00 à 7h30 lecture des 9 premiers chapitres de la Bhagavad Gita. De 16h30 à 18h lecture des chapitres 10 à 18. A 19h Puja (durée 1h30) animée par des chants spirituels

## DURGA PUJA

**Dimanche 24 septembre à 10h30 – Durée 1h30**

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



## KALI PUJA

**Vendredi 20 octobre – Durée 1h30**

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



## SARADA DEVI PUJA

**Samedi 9 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 2017 ( voir page 14)**

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.

## PASSAGE DE LA NOUVELLE ANNÉE ET KALPATARU

**30 décembre 2017 au 1er janvier 2018 - programme spécial ( voir page 15)**

# CÉLÉBRATION DE L'ANNIVERSAIRE DE KRISHNA



du 12 au 15 août

1/ JAPA YAJNA 12-14 août  
3 jours de répétition du mantra  
comme sacrifice

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय  
*om̐ namo bhagavate vāsudevāya*

2/ SRI KRISHNA JANMASHTAMI journée du 14 août



6h00 à 7h30  
*lecture des 9 premiers chapitres de la Bhagavad Gita*  
10h30 à 12h : *Puja*  
16h30 à 18h : *lecture des chapitres 10 à 18*  
18h : *Arati*  
19h à 20h30 : *Puja - Culte dédié à Sri Krishna animé par des chants spirituels*  
20h30 : *Dîner - Repas de fête*



3/ PROGRAMME CULTUREL 15 août de 14h30 à 16 h00

Chants, danse et musique



**Séjour /personne**

**120 €** du 12 au 15 août - accueil : la veille à partir de 17h Repas à 19h00  
réservation par mail : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

## SRI KRISHNA

La puissante personnalité de Sri Krishna capta les vibrations upanishadiques de vérité et de beauté, de bonté et d'amour. Krishna, l'instructeur de la *Bhagavad Gita*, a influencé la pensée et la vie de nombreuses personnes, si profondément que cela reste sans égal. Il a pénétré la religion et la philosophie, le mysticisme et la poésie, la peinture et la sculpture et aussi la musique et la danse. Il a été et continue d'être « l'éternel magicien, joueur de flûte ». Son intelligence et sa personnalité séduisent toutes sortes de personnes, à tous les niveaux.

Nous lisons dans le *Mahabharata* et dans le *Bhagavata* qu'il fut un chef et un maître, un citoyen et un sage d'une rare élévation de pensée. Son enfance à Brindavan, entourée des soins affectueux de ses parents adoptifs et parmi de simples vachers est une longue histoire de douceur et de tendresse qui montre l'unité de l'homme avec la Nature et le monde animal. Né avec une grande capacité de sympathie et de compréhension, un goût pour l'humour et le rire, il grandit montrant une personnalité généreuse et parfaitement humaine, ayant toujours le sourire serein qui faisait partie de l'expression de son visage ; un sourire avec lequel il avait l'habitude d'affronter les doutes et les désespoirs, les passions et les haines du cœur humain.

Respecté par les Sages et aimé de tous, craint des méchants et recherché par les bons, rempli d'une tendre sollicitude pour le sort des femmes et des masses et respectant ceux qui le méritaient, Sri Krishna devint un héros exceptionnel, à la fois humain et divin. Il façonna l'esprit de son pays, à la fois par une activité incessante et par un calme détachement. Krishna fut entraîné dans la politique de son époque pour aider les vertueux en jouant le rôle d'un conseiller, d'un ambassadeur et toujours de l'ami des justes, des vertueux et des gens de condition modeste. Enfin, il fut le conducteur non armé du char d'Arjuna à la bataille de Kurukshetra. Là, il nous a transmis le legs impérissable de sa sagesse qu'il communiqua à Arjuna saisi d'une grande affliction. La Gita, le chant céleste, a apporté au monde la figure la plus fascinante et immortelle du Seigneur. Cette personnalité et cette harmonie ont depuis lors contribué à forger le caractère et à encourager des millions de gens engagés dans la grande bataille de la vie. Sri Krishna est le Maître par excellence. Ses enseignements nous aident à vivre de la façon la plus élevée et à travailler de notre mieux. Il nous a montré par des préceptes et des exemples que nous pouvons être enthousiastes sans être attachés et actifs sans être agités. Et ainsi, il devint le Maître de la vraie spiritualité et de la réalisation de la bonté avec efficacité. C'est un Maître d'une intelligence claire, d'un cœur à toute épreuve et à la main ferme. Il a montré un caractère qui associe la force et la douceur, l'intrépidité et l'amour, la grandeur et l'humilité. Dans les grandes épreuves de la vie, si l'on étudie son chant céleste, on se transforme mentalement et on répète ce qu'a dit Arjuna. La richesse et tous les aspects de sa personnalité en ont fait non seulement un foyer de calme philosophie et de sobriété, mais aussi un mythe et une légende, riches et variés.

La fascination de sa personnalité montre l'unité qui existe entre lui-même et nous tous. À travers lui, on a pu faire la synthèse entre les traditions classiques et romantiques, entre la philosophie et les religions, dans leurs aspirations. Avec Sri Krishna commence la révolution d'une existence paisible, avec la paix de toutes parts.

SWAMI VEETAMOHANANDA

# NOËL au Centre védantique

## 24 décembre : Veillée de NOËL

### 19h00 L'adoration de Jésus

Puja, Swami Veetamohananda  
Lecture de la nativité  
Service du Seigneur par Hans Waller

### 20h00 Dîner / Repas de fête

*inscription pour le dîner - par email*  
[contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

### 21h00 Lectures et chants

Bhagavad Gita 2<sup>ème</sup> chapitre  
Lecture du Sermon sur la montagne  
Remise des cadeaux



## 25 décembre : Jour de NOËL

10h30 Puja

12h00 Déjeuner

14h30 Programme culturel

*musique et chants*

16h30 Thé

18h00 Arati

19h00 Dîner



### Séjour /personne

40 € en pension complète  
accueil le 24 à partir de 16h

réservation par mail : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

# Passage de la nouvelle année et Kalpataru

samedi 30 décembre 2017 - lundi 1<sup>er</sup> janvier 2018

## 30 décembre

21h Récitation du nom du Seigneur dans la chapelle pendant 24h



## 31 décembre

Récitation du nom du Seigneur dans la chapelle jusqu'à 21h

- 18h00 Arati
- 19h00 Dîner
- 20h00 Récitation du nom du Seigneur dans la chapelle tous ensemble.
- 22h00 Kali Puja
- 23h30 Méditation silencieuse pour le passage à la nouvelle année.
- 00h15 Distribution du prasad

## 1<sup>er</sup> janvier

Jour du Kalpataru

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.

- 10h30 Méditation - Puja
- 12h00 Déjeuner
- 14h30 Programme culturel



### Séjour /personne

**80 €** du 30 décembre à partir de 17 h au 1er janvier  
réservation par mail : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

## 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.

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*, *Prières du jour*, *Trésors de réflexions* aux éditions Gandharva Gana et *Vivekachudamani, commentaires et traduction*, aux éditions CVR. On peut retrouver chroniques et conférences de Swami Veetamohananda sur Radio Gandharva Gana - [www.rgweb.fr](http://www.rgweb.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](http://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 20h00 à 21h00**

Sauf journée exceptionnelle,  
vérifier sur le site : [www.centre-vedantique.fr](http://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 19h00 à 20h00**

**Le mercredi et le samedi de 10h30 à 12h**

Sauf journée exceptionnelle,  
vérifier sur le site : [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
ou par téléphone 01 64 07 03 11

*Entrée libre*

## Méditations à Paris

**Forum 104** [www.forum104.org](http://www.forum104.org)

104 Rue Vaugirard 75006 Paris

**Un jeudi par mois de 18h30 à 20h**

*21 sept., 19 oct., 16 nov., 21 déc., Entrée libre*



\* Swami VEETAMOHANANDA

## Cycle « *les aphorismes de Patanjali* »



**les dimanches à 14 h 30** - *Entrée libre*  
août 6,20,27 - octobre 1,8,29 - novembre 19  
décembre 3, 10.



La pratique est le cœur 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 ne peut se satisfaire de théories, de spéculations ou de faits de seconde main. 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 de 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.

Le yoga est commun au Samkhya et au Védanta et Patanjali est la personnalité la plus éminente faisant autorité sur le Yoga.

Nous connaissons ses trois grandes œuvres :

1. Un brillant commentaire sur le *Traité de grammaire sanscrite* de Panini.
2. *Charaka* - une étude sur la médecine.
3. les *Yogas Sutras* ou *Aphorismes sur le Yoga*

Ces trois œuvres 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.

( écouter les conférences sur radio Gandharva Gana [www.rggweb.fr](http://www.rggweb.fr))

**\* Dimanche 3 septembre 2017 à 14 h 30 - Entrée libre**  
**Introduction au Yoga kriya védique**

## Cycle « l'art comme élément du dialogue interreligieux »

**\* Florian WESTPHAL et les participants du séminaire - Concert**

**\* Dimanche 9 juillet 2017 à 13h30**

*Entrée libre*

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

Chants orthodoxes, maronites, catholiques, protestants, soufis et védantiques.



**\* Christian FRIEDRICH**

**\* Dimanche 22 octobre 2017 à 14h30 - Entrée libre**  
**« L'humanisme de Yehudi Menuhim »**

## Cycle « textes classiques »

**\* Yves BAUDRON**

**\* Dimanche 15 octobre 2017 à 14h30 - Entrée libre**  
**L'homme parfait selon la Bhagavad Gita**

**\* Dimanche 26 novembre 2017 à 14 h 30 - Entrée libre**  
**Titre à venir (voir site )**

## Autres conférences

**Frère Benoît BILLOT**

**\* Dimanche 17 décembre 2017 à 14 h 30 - Entrée libre**  
**Titre à venir (voir site )**



# 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 une série de formations qui constituent ce que Swami Vivekananda et, à sa suite, les précédents Swamis du Centre Védantique souhaitaient : une Université de l'Homme total.

Dans l'Université de l'Homme chacun des séminaires mène à une profonde transformation dans laquelle l'Être, le Soi brille et éveille chacun à sa Réalité d'infini.

C'est dans cette lumière et ce souffle créatif que s'établissent alors toutes les activités, de la méditation au karma yoga, ainsi que les relations humaines.

Cette expérience unique permet ensuite de rayonner ensuite chacun dans sa vie cette lumière de l'Infini pour construire un monde nouveau : c'est en se transformant soi-même que l'on transforme le monde.

L'université de l'Homme est le creuset de formation de l'homme idéal, l'homme total.

# Formation de « MAÎTRISE EN YOGA »

## à partir de janvier 2018

Pour toutes celles et ceux qui désirent s'engager pleinement dans le yoga, le Centre Védantique Ramakrishna propose, dans le cadre de l'Université de l'Homme, une formation de « maîtrise en yoga ».

Yoga est ici pris au sens propre et originel : union. Union du corps et de l'esprit, union de la théorie et de la pratique, union avec soi-même, union avec les autres, union avec la nature, union des traditions occidentales et orientales, union avec la source universelle.

Cette formation s'inspire de Vivekananda pour qui le yogi est celui qui exprime l'excellence dans toutes les dimensions de sa personnalité.

Les cours de hatha yoga, yoga nidra, kriya yoga, enseignés selon la tradition védique, seront associés à des cours de philosophies védique et occidentale, et à des cours de sanskrit.

Les pratiques seront éclairées par des enseignements sur le corps, à travers les connaissances d'anatomie et de physiologie occidentales et la science ayurvédique. Il sera également proposé une approche théorique et pratique de la cuisine ayurvédique, multiculturelle et de la diététique.

La pratique musicale et des mantra contribuera à travailler l'unité avec soi-même, avec les autres et avec notre source.

Des enseignements sur le travail au jardin (permaculture, horticulture, apiculture...) permettront de vivre l'union avec la nature et de comprendre que nous lui sommes reliés.

L'immersion dans la vie d'un ashram, la vie en communauté seront un enseignement supplémentaire et quotidien : pratique régulière de la méditation, vie en commun avec les professeurs, participation aux tâches de chaque jour, dans un esprit méditatif et de service.

**Cette formation est destinée aux 18-30 ans, pour une durée de quatre ans.**

**Elle est gratuite, le logement (chambre individuelle) et la nourriture sont intégralement pris en charge.**

**Les étudiant-e-s suivront l'ensemble des formations de l'Université de l'Homme et bénéficieront d'un programme complémentaire spécifique.**

**Cette formation demande un engagement sincère.**

### CURSUS

Apiculture

Ayurveda

Hatha yoga

Horticulture

Kriya yoga védique

Permaculture

Philosophie occidentale

Philosophie védique

Physiologie

Sanskrit

Yoga du chant

Yoga nidra védique

## LES FORMATIONS du 2<sup>ème</sup> semestre 2017

- ESPRIT**      INITIATION AUX RITES VÉDIQUES session II *p.24*  
                    YOGA KRIYA VÉDIQUE niveau II *p.25*  
                    SANSKRIT *p.28*
- CORPS**        JOURNÉES YOGA VÉDANTA *p.23*  
                    AYURVEDA *p.30*  
                    YOGA VÉDIQUE module II *p.37*  
                    YOGA NIDRA VÉDIQUE niveau I *p.38*
- ART**            CORDES EN JOIE *p.41*  
                    YOGA DU CHANT *p.43*

# JOURNÉES YOGA VÉDANTA



## MERCREDI

•10h30

### Méditation pour la paix et l'harmonie

avec Swami Veetamohananda

•12h

### déjeuner

(12€ - reservation par email)

•13h00-14h30

### Karma yoga, aide aux tâches de l'ashram

•15h à 16h30

### Cours de yoga

Cours donnés par des professeurs diplômés de différentes fédérations qui fréquentent le Centre Védantique Ramakrishna

•17 h - 18h30

### Méditation guidée,

avec Swami Veetamohananda

## SAMEDI

•9h à 10h

### Cours de yoga

Cours donnés par des professeurs diplômés de différentes fédérations qui fréquentent le Centre Védantique Ramakrishna

•10h30

### Méditation pour la paix et l'harmonie

avec Swami Veetamohananda

•12h

### déjeuner

(12€ - reservation par email)

•13h00-14h30

### Karma yoga, aide aux tâches de l'ashram

•15h à 16h30

### Cours de yoga

Cours donnés par des professeurs diplômés de différentes fédérations qui fréquentent le Centre Védantique Ramakrishna

•17 - 18 h

### Cours théorique

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

du 31 juillet au 20 août 2017

## INITIATION AUX PRIÈRES ET RITES VÉDIQUES

*Formation en 3 sessions*

### session II

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 II**

**720 € /personne** en pension complète

*Bulletin d'inscription p.51*

*programme complet en téléchargement sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)*



du 28 août au 3 septembre 2017

## YOGA KRIYA VÉDIQUE niveau II

**Swami VEETAMOHANANDA**

*président du Centre Védantique Ramakrishna (voir biographie p.12)*

**et Martine TEXIER**

*Formatrice de l'école de Yoga d'Evian, membre de la FIDHY (voir biographie p.36)*



Les formations en yoga kriya védique se déroulent en 2 sessions, chaque session est l'occasion d'approfondir l'expérience des états de conscience élevés ou états de yoga dans la pratique.

Vous pouvez suivre plusieurs fois une même session, pour bénéficier de la profonde transformation intérieure qui en résulte. L'enseignement de chaque session est renouvelé et adapté au groupe.

### 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.

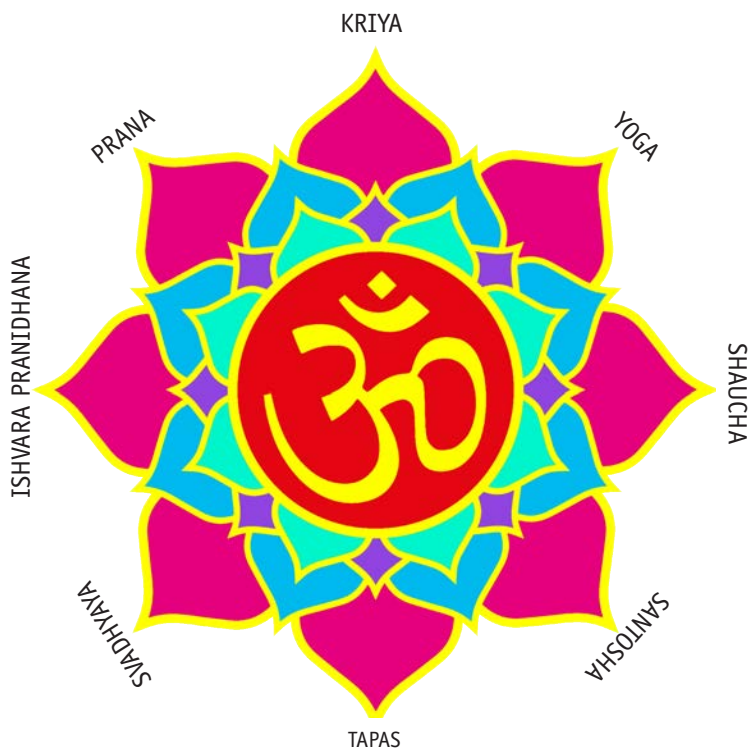
Un processus d'élévation de conscience en passant par l'expérience  
des 5 éléments,

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.*



**Prix de la formation /personne**

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

Accueil : la veille à partir de 17h

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

*certificat de présence remis en fin de formation*

*Bulletin d'inscription p.51  
programme complet en téléchargement sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)*

# Sanskrit

21 - 23 septembre 2017  
23 - 25 novembre 2017

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).*

*Paru aux éditions CVR : Bhagavad Gita, 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 bib-

liothèques 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<sup>e</sup> 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 19h00 - Fin : samedi à 16h00

*Bulletin d'inscription p.51*

# ayurveda

## Herboristerie et massages ayurvédiques



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 University* de Chennai, elle a été formée par différents médecins (Vaidya) et praticiens en Ayurveda en Inde.

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

### LA FORMATION SE DÉROULE SUR 3 SESSIONS (voir p.32)

*il est nécessaire de connaître les grands principes de l'ayurveda, c'est pourquoi nous vous proposons des cours théoriques (voir p.33)*



- Formation aux massages Shiro Abhyanga et Shirodhara qui traitent les problèmes psychologiques et psychosomatiques.
- Formation aux massages Ramia et Karshana pour l'élimination de la rétention d'eau, des toxines etc.
- Formation aux massages Marma et Dosha pour traiter les problèmes articulaires et pour débloquer le canal d'énergie (colonne vertébrale)
- Formation aux massages Prakrutiet et Vikruti prévention pour maintenir un bon état de santé
- Préparation des produits nécessaires aux différents massages  
( huiles, pochons, etc.)
- Préparation des produits nécessaires aux Shiro Abhyanga et Shirodhara
- Préparation des produits nécessaires aux Ramia et Karshana
- Préparation des produits nécessaires aux Marma et Dosha
- Préparation des produits nécessaires aux Prakrutiet et Vikruti

Il est nécessaire de prendre conscience que l'ayurvèda 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.



À propos du Shirodhara, quels en sont les bienfaits ?

*Le véritable Shirodhara vous aide à rééquilibrer votre vie en réveillant vos sens et en stimulant l'esprit :*

*Le Shirodhara a pour effet de clarifier, de calmer l'esprit et d'améliorer les fonctions cognitives, il aide aussi à se sentir à la fois revigoré et en paix.*

*Contrairement à la plupart des soins ayurvédiques, qui ont un effet sur l'enveloppe physique et sur l'énergie du corps subtil, le Shirodhara a un effet purifiant sur le plan mental*

*et procure un état d'esprit calme. Le Shirodhara élimine la fatigue, le manque de vitalité, améliore la mémoire et restitue l'équilibre des doshas (Vata, Pitta, Kapha).*

Un certificat sera remis à la fin de la troisième session pour les personnes ayant suivi la formation dans son intégralité.



**du 26 au 29 octobre 2017**

**SESSION 1** *Formation théorique et pratique (4 jours)*

Initiation à l'ABHYANGA (massages), ses bienfaits, la relation entre tridosha (les trois humeurs biologiques appelées Vata, Pita et Kapha correspondant aux éléments air, feu et eau) et Panchamahabutha (les cinq grands éléments : l'Esprit, l'Air, le Feu, l'Eau et la Terre).



L'Abhyanga est la voie la plus directe pour harmoniser, revitaliser et mieux diffuser l'énergie (Prana) dans tout le corps et rééquilibrer les centres et points énergétiques (Chakras et Marmas).

Le Prana est une énergie vitale et subtile qui est nécessaire pour maintenir l'équilibre de notre santé.



**Prix de la formation /personne**

**400 €** en pension complète / **240 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h00 - Fin : dimanche à 16h00

*certificat remis en fin de formation*

*Bulletin d'inscription p.51*

### ***Dates des prochaines formations***

SESSION 2 Formation théorique et pratique (4 jours) - du 01 au 04 mars 2018

SESSION 3 Formation théorique et pratique (4 jours) - du 26 au 29 avril 2018







## Nourriture sattvique et ayurveda

initiation sur une journée /1 mercredi par mois

12 juillet / 2 août / 20 septembre / 4 octobre  
/ 8 novembre / 6 décembre 2017



### 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.

### 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

*Bulletin d'inscription p.51*

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

## Formation de « MAÎTRE EN AYURVEDA »

sur 4 ans, à partir de 2018



*Dhanvantari est un avatar de Vishnu, selon la tradition hindoue. Il apparaît dans les textes sacrés comme le médecin des dieux, et le dieu de la médecine ayurvédique*

Dans le cadre de l'Université de l'Homme, il est proposé une formation de Maître en Ayurveda sur 4 ans.

À travers un programme détaillé, cette formation présente les principaux aspects de la science ayurvédique allant du diagnostic à la pratique, en insistant sur l'herboristerie et la nutrition.

Pour aborder de façon complète la science ayurvédique du corps et de l'esprit, la psychologie ayurvédique sera étudiée en détail.

Cette formation, intégrée dans l'Université de l'Homme, sera complétée par les éléments du cursus de la formation de Maître en Yoga (voir p.21)

S'adressant aux praticiens de santé ainsi qu'à toute personne motivée, cette formation permet d'acquérir les connaissances fondamentales et l'expérience clinique indispensable pour devenir Maître en ayurveda.

renseignements : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)



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 Ayurvéda, 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 Ayurvéda, 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.

24 - 30 juillet 2017

Approfondissement de l'enseignement du Yoga Védanta

## Yoga védique, module 2

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*

Le 1er Module présenté en Juillet 2016 du yoga védique nous a permis de comprendre, de connaître et de maîtriser la notion d'espace du corps.

Nous avons expérimenté comment notre corps est un objet mais aussi un instrument de géolocalisation permettant la disposition et distribution des objets dans notre environnement. Nous avons réalisé l'importance de l'axe orienté du corps qui offre cette disposition spéciale des directions cardinales et sub-cardinales. Les Amanayas : directions Est/Ouest - Nord/Sud - Nord/Est - ect... Nous avons ainsi défini les raisons pour lesquelles le yogin pratique face au soleil levant : Le yogin oriente toute sa pratique face à l'Est par le fait qu'il s'inscrit dans la dynamique de la lumière du soleil. Nous avons défini des « Asanas balises » afin de concentrer les énergies d'action des Yama/ Niyama jusque dans la vie quotidienne. Le yogin est fondamentalement un être de lumière orientée sur l'axe de la pureté et de la pratique : Saucha (la pureté) et Tapas (l'austérité) sur l'axe Est/Ouest.

Du 24 au 30 Juillet 2017 nous vous proposons le 2ème Module du Yoga Védique :

Le Yoga Védique Module 2 intègre une compréhension, une connaissance, une maîtrise, une expérience et une réalisation du Temps.

En accord avec Swami Veetamohananda nous développerons ensemble Samyama dans les Yama/ Niyama. C'est-à-dire comment la continuité de la concentration et de la méditation peuvent conduire et aboutir à une connaissance expérimentale vécue des Yama/Niyama selon une orientation dynamique vers le Nord. Cette orientation révèle toute l'importance de l'axe Nord/Sud correspondant au Contentement et à la Connaissance de soi.

**Prix de la formation /personne****385 €** en pension complète / **210 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h00 - Fin : dimanche à 16h00

*Bulletin d'inscription p.51**programme complet en téléchargement sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)*

**30 octobre au 5 novembre 2017**

**YOGA NIDRA SELON LA TRADITION VÉDIQUE niveau I**

**Swami VEETAMOHANANDA**

**et Martine TEXIER**

*Formatrice école de Yoga d'Evian, membre de la FIDHY (voir biographie p.36)*



**Les formations en yoga nidra védique se déroulent en 3 sessions, chaque session est l'occasion d'approfondir encore plus, d'élever la conscience, de stabiliser le mental pour maintenir la connexion avec la pure conscience.**

**Vous pouvez suivre plusieurs fois une même session puisque le but est la transformation intérieure qui permet ensuite la transmission. L'enseignement de chaque session est renouvelé et adapté au groupe.**

**YOGA NIDRA VÉDIQUE**

Le yoga nidra, selon Swami Veetamohananda, c'est faire l'expérience d'un état dans lequel nous ne sommes plus conscient des indriyas et de tous les «ismes», pour être l'égo connecté uniquement à la Pure Conscience.

**YOGA VEDIQUE**

La conception du yoga commence au temps védique. Les Rishis ou scientifiques spirituels étaient unifiés avec la Nature. Ils ont réalisé cette Réalité, l'Infini, par expérience directe.

En dirigeant la conscience individuelle vers les forces cosmiques, la conscience devient alors la pure Conscience même.

C'est grâce à cette identification avec l'infini, que les Rishis ont pu ressentir comment s'exprime cette force du Soi cosmique. Ils ont communiqué leur expérience directe : comment se relier avec la Source, le Soi, c'est le Yoga (= union).

**YOGA NIDRA**

Nidra, dans le domaine du yoga, signifie la maîtrise des organes des sens ou mise en sommeil des organes des sens. Seule l'âme, ou le soi, est active avec la conscience.

### Première étape : la purification

Le corps et le mental, les organes sont là, mais ne sont pas actifs. C'est pourquoi avant de commencer le Yoga Nidra, il est proposé une sorte de purification par une prière ou invocation, par exemple : « Que mon âme ou le soi soit purifié par la Lumière du Suprême. Que je reste dans la lumière du Suprême. »

### Deuxième étape : la concentration Dharana sur la Pure Conscience

La pratique de concentration peut se faire sur la Lumière en visualisant une flamme. La conscience reste sur la flamme et vous l'intériorisez. La flamme entre dans le cœur et devient stable. A partir de cette stabilité, vous commencez à donner de l'expansion à votre conscience. Cette flamme, c'est le Soi.

Vous pouvez visualiser que « chaque cellule et molécule de votre corps rayonne comme cette flamme dans la Lumière infinie »

Vous pouvez ensuite développer que « vous êtes comme le Soleil levant, plein de luminosité et plein de beauté infinie ». Et dans le ciel bleu de l'infini, vous pouvez lui donner cette expansion sans limite. Vous pouvez alors élever la conscience jusqu'à l'infini.

Vous pouvez, avec la pratique, être capable de rester dans cet état de pure conscience.

Ici dans le Yoga Nidra, les organes des sens sont en sommeil alors que dans la vie de tous les jours, les organes sont actifs et apportent de l'agitation. Dans l'état de Yoga Nidra, cette agitation n'est pas là du tout.

C'est ainsi que vous intensifiez petit à petit cet état de Pure Conscience.

C'est exactement ce que Patanjali conseille. Quand vous êtes capable de rester continuellement dans cet état stable, il brûle toutes les impressions du passé, les samskaras. Si vous brûlez une semence, elle ne possède plus la possibilité de repousser.

Le premier effort à faire dans le Yoga Nidra, est de maîtriser les tendances et les organes des sens. Puis lorsque vous êtes capable d'arriver à cet état de Pure Conscience, c'est Dharana : la conscience devient stable, non perturbée et aucune force ne peut l'affecter.

C'est cet état qui vous soutient. Dans le mot Dharana, il y a Dharayati « qui donne le support ». Dans cet état, vous êtes soutenu par cette Pure Conscience.



*Vishnu en Yoga Nidra*

### Troisième étape : la vibration du mantra.

Il s'agit de faire vibrer différents mantras dans chaque partie du corps lors de la rotation de conscience, ce qui permet de rester dans cet état de pure Conscience. Le corps passe de la densité à la vibration de cette pure Conscience.

### Quatrième étape : la visualisation

Tout est prêt pour que la visualisation ou l'évocation se déroule en restant dans cette expérience d'expansion de conscience et de connexion avec le Suprême.

La visualisation propose de faire l'expérience d'une ou plusieurs des 7 qualités de l'infini : (Harmonie d'énergie pure, luminosité, beauté, amour pur, intelligence, connaissance, félicité), par des chemins très variés et d'une richesse infinie, ce qui va donner des thèmes de Yoga Nidra Védiques comme l'ambiance lunaire, le nectar d'immortalité, l'harmonie et la paix, la joie, le soleil cosmique ...

L'expérience de Yoga Nidra Védique durant toute la semaine, ajoutée aux pratiques de l'ashram, (méditations, répétition de mantras, expériences de silence, pujas...) permettent d'explorer des états de pure Conscience et conduisent à une profonde transformation.

**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. Martine est formatrice à 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 l'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 de la formation /personne

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

Accueil : la veille à partir de 17h

Repas à 19h00 - Fin : dimanche à 16h00

*certificat de présence remis en fin de formation*

*Bulletin d'inscription p.51  
programme complet en téléchargement sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)*



du 12 au 16 juillet

**CORDES EN JOIE ET JOIE EN DIEU**  
*(Initiation collective au violoncelle)*

Isabelle ISHVARI



Pour découvrir concrètement la joie et la paix offertes par la musique, ces séminaires vous proposent de vous initier à la pratique du violoncelle, instrument qui a la particularité de solliciter le musicien dans sa globalité : le violoncelliste doit combiner tout à la fois l'équilibre corporel

du danseur, la vigilance et l'habileté de l'artisan, la précision du peintre et la mémoire du comédien.

Cette expérience musicale est ouverte à tous, aucune connaissance musicale n'est pré-requise. *Instruments fournis*, inscriptions limitées



*Bulletin d'inscription p.51  
 programme complet sur [www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)*

**Prix de la formation /personne**

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

Accueil : à partir de 13h00

Fin : dimanche à 16h00

4 et 5 novembre

## WEEK-END (*initiation au violoncelle*)

*Instruments fournis, inscriptions limitées*



### Prix de la formation /personne

**110 €** en pension complète / **70 €** en externe

Accueil : la veille à partir de 16 h

Fin : dimanche à 16h00



### 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.*

*Bulletin d'inscription p.51*

3 au 9 JUILLET 2017

## Yoga du chant

## « Le chant comme expression du dialogue interreligieux »

La musique porte souvent témoignage d'une spiritualité qui dépasse les frontières de la théologie.

Pourquoi sommes-nous nombreux à être sensibles à des musiques de confessions qui ne sont pas les nôtres ?

Ayant passé 25 ans de ma vie à chanter toutes les émotions humaines dans l'opéra et la musique sacrée, je propose cette approche par le chant de spiritualités qui pourraient parfois nous sembler éloignées.

Il s'agit d'une démarche et d'une expérience, je vous invite, ne serait-ce qu'un instant, à chanter comme un catholique, un protestant, un orthodoxe, un maronite, un musulman soufi, un hindou.

Je vous invite à vous laisser porter par le "bhava" de ces chants toujours inspirés et inspirants.

### La formation est ouverte à tous.

Chaque matin, nous pratiquerons la technique vocale et les chants correspondant au thème du jour.

Puis, chaque après-midi, on abordera une spiritualité différente. Le chœur du CVR en chantera une œuvre musicale courte et représentative. Nous bénéficierons de la présence pendant une heure d'une personnalité de cette confession, qui se prêtera au dialogue avec les stagiaires, afin de nous faire entrer dans la sensibilité spirituelle qui porte ces chants.

### animé par Florian WESTPHAL

*artiste lyrique, chef de chœur*



### Vedanta, Swami VEETAMOHANANDA

*Président du Centre védantique Ramakrishna,  
Président de la Fédération védique de France*



### Orthodoxie, Mrg BENOÎT

*Évêque de Pau, Église catholique orthodoxe de France*



### Catholicisme, Frère Benoît BILLOT

*Moine bénédictin, auteur, fondateur de la Maison de Tobie*



### Protestantisme, Pasteur Frédéric FOURNIER

*Pasteur de l'Église protestante Unie de France  
Paroisse luthérienne Saint-Marc de Massy*



### Soufisme, Soraya AYOUC

*Chargée d'enseignement Université Paris Diderot  
Rattachée au GSRL : Groupe Sociétés, religions et laïcités.*



### Chrétiens maronites, Céline KECHICHI

*Chant maronite, auteur du film « Femmes de Lumières »*

### Prix de la formation /personne

**385 €** en pension complète

*programme détaillé sur le site  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
ou auprès du Centre*

*inscription p.51*

## YOGA DU CHANT

### Art et Spiritualité formation week-end

-30 sept, 1<sup>er</sup> octobre  
-21, 22 octobre  
-25, 26 novembre  
-16, 17 décembre



Les Séminaires « Yoga du Chant » et le Chœur du CVR débute 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

L'année sera consacrée 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* » a été donnée en prélude aux fêtes de Noël de 2016. 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.



Bienvenue à tous !

## YOGA DU CHANT



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.



*Bulletin d'inscription p.51  
[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)*

**Prix de la formation sur 2 jours /personne**  
**110 €** en pension complète  
Accueil : la veille à partir de 17h  
Repas à 19h00 - Fin : dimanche à 16h00

## COURS PARTICULIERS DE CHANT

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

*Ils se prennent librement, de façon occasionnell 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*

### 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 doubles ; certaines sont équipées de sanitaires privatifs
- Deux salles polyvalentes
- une salle de méditation/chapelle
- une boutique (librairie, CD, vidéos, encens)
- 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](http://www.centre-vedantique.fr)

### NOUS CONTACTER

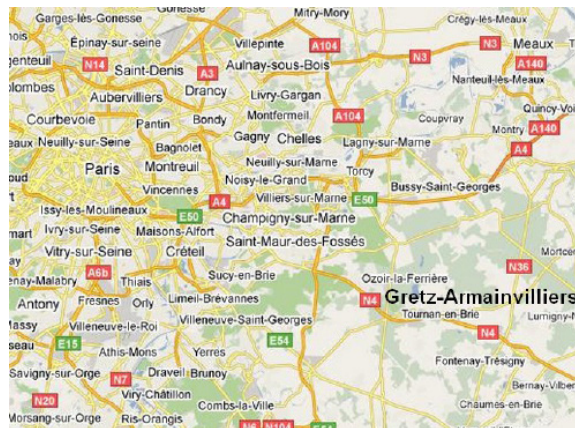
Adresse : C.V.R. 64 boulevard Victor Hugo - 77220 Gretz France  
E-mail : [contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)  
Téléphone : + 33 (0)1 64 07 03 11

## 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.

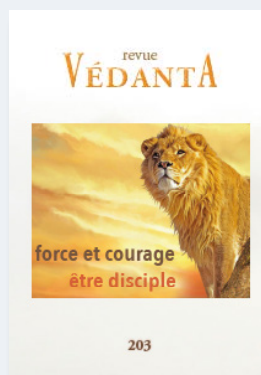
**Venir en voiture :** Au départ de Paris, prendre l'autoroute A4 (direction Metz-Nancy) sur une vingtaine de km jusqu'à la sortie Gretz/Tournan (D471). Sur cette route, prendre au 2° feu (après une dizaine de km) la direction « Gretz centre » (ignorer au 1° feu cette direction). Le Centre Védantique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

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.



# 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](http://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 2017
  - 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](http://www.centre-vedantique.fr)
- adresse : **Centre védantique Ramakrishna 64, bd Victor Hugo 77220 Gretz Armainvilliers**

# 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
<b>INITIATION AUX RITES VÉDIQUES</b> p.24	720 € /interne (sur RV)		<input type="checkbox"/>	
<b>YOGA KRIYA VÉDIQUE</b> p.25	385 € /interne 210 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SANSKRIT</b> p.28				
21-23 septembre	165 € /interne 90 € externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23-25 novembre	165 € /interne 90 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>MASSAGE &amp; HERBORISTERIE</b> p.30	SESSION 1 <input type="checkbox"/> 240 €		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>COURS THÉORIQUES</b> p.33	60 € /jour 24 sept <input type="checkbox"/> 8 oct <input type="checkbox"/> 22 oct. 5 nov <input type="checkbox"/>			
	19 nov <input type="checkbox"/>			
<b>NOURRITURE SATTVIQUE ET AYURVEDA</b> p.34	60 € /jour 12 juillet <input type="checkbox"/> 2 août <input type="checkbox"/> 20 sept <input type="checkbox"/>			
	4 oct <input type="checkbox"/> 8 nov <input type="checkbox"/> 6 déc <input type="checkbox"/>			
<b>YOGA VÉDIQUE MODULE 2</b> p.36	385 € /interne 210 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>YOGA NIDRA NIVEAU I</b> p.38	385 € /interne 210 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>CORDES EN JOIE</b> p.41	<b>STAGE ÉTÉ</b> 220 € /interne 150 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>CORDES EN JOIE</b>	<b>WEEK-END</b> 110 € /interne 70 € /externe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>YOGA DU CHANT</b> p.46				
30 sept.-1er oct.	110 € <input type="checkbox"/>	16-17 déc.	110 € <input type="checkbox"/>	
21-22 oct.	110 € <input type="checkbox"/>	<b>3-9 juillet</b>	<b>385 € <input type="checkbox"/></b>	

## 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**



[www.centre-vedantique.fr](http://www.centre-vedantique.fr)  
[contact@centre-vedantique.fr](mailto:contact@centre-vedantique.fr)

64 bd Victor Hugo - 77220 Gretz -Armainvilliers  
01 64 07 03 11