

DR. LISE QUEGUINER

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 Śrī 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.



SERGE LELANDAIS - BHAKTARAJ

Bhaktaraj est un « autodidacte » du yoga. Il a commencé par plus de 15 ans de pratique personnelle, redécouvrant les asana – les postures de hatha yoga – et les respirations yogiques dans sa chambre. En 1969, il rencontre Swāmi Chidananda, disciple de Swāmi Sivananda de Rishikesh, qui lui donnera un enseignement particulier. Puis il découvre le vedānta au Centre védantique Rāmākriṣṇa avec Swāmi Ritajananda qui l'initiera en août 1969 et lui donnera le nom de Bhaktaraj. Avec Śrī Mahesh il a approfondi la connaissance expérimentale de la pratique et avec Lilian Silburn, il s'est laissé guider sur la voie tantrique approfondie avec les travaux d'André Padoux. Il est enseignant et poète.

L'UNIVERSITÉ DE L'HOMME

À l'image des quatre yogas — le yoga du service (*karma yoga*), de l'amour (*bhakti yoga*), de la connaissance (*jñāna yoga*) et de la méditation (*rāja yoga*) — qui invitent chacun à éveiller les potentialités présentes en lui, l'Université de l'Homme propose des formations visant à développer l'excellence de la personnalité humaine, pour le bien de chacun et celui de l'humanité tout entière.

*“La connaissance mène à l'unité
comme l'ignorance conduit à la diversité”*
Śrī Rāmākriṣṇa

*“Y a-t-il quelque chose qu'il faille davantage enseigner
que l'unité de l'univers et la foi en soi-même ?”*
Swāmi Vivekānanda



MODALITÉS D'INSCRIPTION

Tarifs de la formation

pension complète en €					externe en €		
Soutien	Base	Jeune ¹	Camping ²	Vans ³	Soutien	Base	Jeune ¹
560	490	350	315	315	280	245	175

- 1- tarif Jeune : 18-25 ans
- 2- camping : du 1er mai au 31 juillet
- 3- accès sanitaires camping inclus

Interne : pension complète ; chambres à 2 ou 3 lits avec sanitaires à l'étage (draps et serviettes fournis)

Externe : déjeuner compris, repas du soir en supplément 14€

Accueil la veille au soir à partir de 17h

Fin le dimanche à 16h

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) :
 - plus de 2 semaines avant le début de la formation, une somme forfaitaire de 20€ pour frais administratifs sera conservée, le reste vous sera retourné,
 - moins de 2 semaines avant le début de la formation, 20% du montant de l'inscription sera conservé par le CVR.
- Toute formation démarrée puis interrompue du fait du participant ne donne droit à aucun remboursement.
- Tous les dossiers d'annulation sont régularisés dans le mois qui suit votre annulation.

VENIR AU CVR

Entrée et parking au
1 bd Romain Rolland



Situé à 30km de Paris (Est)

Accessible en :

- RER E direction Gretz-Tournan en descendant emprunter la passerelle "Sortie rue d'Alsace"
- TGV gare Marne-la-Vallée
- VOITURE autoroute A4

CENTRE VÉDANTIQUE RĀMAKRISHNA
Tél. 01 64 07 03 11 - contact@centre-vedantique.fr
www.centre-vedantique.fr



APPROFONDISSEMENT DU YOGA VÉDIQUE



2026

20-26 juillet (7j)

avec

Dr. Lise Queguiner

Serge Lelandais - Bhaktaraj



APPROFONDISSEMENT DU YOGA VÉDIQUE

Comment l'étude de morceaux choisis de l'Évangile de Śrī Rāmākriṣṇa peut-elle nous aider à réaliser notre incarnation humaine, notre incarnation spirituelle et divinisée ?

Cette étude de l'Évangile de Śrī Rāmākriṣṇa nous permettra de mettre en évidence que nous pouvons découvrir plusieurs niveaux de lecture en relation avec les cinq niveaux de la parole. Et comment le *bija* et *parabija* (les sons racines, les phonèmes de l'alphabet sanskrit) sont des clefs libératrices des refoulements ou voiles posés sur notre nature spirituelle et divine.

Les *mahāvākya* du *vedānta* auront aussi une place importante. Des pratiques posturales du yoga seront proposées dans le cœur vibrant du *mantra* de la famille spirituelle avec *Om Namoh Bhagavate Rāmākriṣṇaya*.

PROGRAMME INDICATIF

des activités quotidiennes

6h Méditation, chants	16h30 Pause thé
8h00 Petit déjeuner	18h Méditation silencieuse, chants
8h30 <i>Karma yoga</i> *	19h30 Dîner
12h00 Déjeuner	20h00 <i>Karma yoga</i> *
12h30 <i>Karma yoga</i> *	

* Les temps de *karma yoga* sont nécessaires au fonctionnement de l'*ashram* (vaisselle, épluches, nettoyage...)



Ce séminaire est ouvert à toutes et à tous.
N'oubliez pas vos tapis, coussins, etc.

BULLETIN D'INSCRIPTION

À renvoyer à : CVR, 64 bd Victor Hugo
77220 Gretz-Armainvilliers

Approfondissement du yoga védique
20-26 juillet 2026

Merci de remplir en majuscules

Mme M.

NOM

Prénom

Adresse

CP Ville

Pays Téléphone

Mail

Tarifs de la formation

pension complète en €					externe en €		
Soutien	Base	Jeune ¹	Camping ²	Vans ³	Soutien	Base	Jeune ¹
560	490	350	315	315	280	245	175

1- tarif Jeune : 18-25 ans

2- camping : du 01/05 au 31/07

3- accès sanitaires camping inclus

J'entoure le tarif que je choisis

Je règle :

en chèque à l'ordre du CVR : je joins la totalité de mon règlement en 1 ou chèques soit €

en espèces

par CB ou par virement, en ligne sur le site du CVR en utilisant ce QR-code



J'accepte les modalités d'inscriptions détaillées au dos

J'accepte les règles de vie de l'*ashram*, disponibles sur centre-vedantique.fr > Le Centre > L'*ashram* de Gretz

Swamiji Atmarupananda interviendra selon ses disponibilités du moment lors des journées, ce qui pourra entraîner des modifications du programme

Lundi 20	Mardi 21	Mercredi 22	Judi 23	Vendredi 24	Samedi 25	Dimanche 26
Processus d'incarnation inconsciente	Être en incarnation Décorporalisation	Être incarné consciemment Incarnation humaine	Incarnation spirituelle de l'amour divin	Incarnation divinisée au cœur de tous les Actes	Incarnation divine Sri Ramakrishna comme avatar	
9h - 10h30						
Conférence d'introduction Swami Atmarupananda	Incarnation humaine et spirituelle Bhaktaraj	Processus d'évolution dans les incarnations par les énergies des déesses Bhaktaraj	Les expériences spirituelles de Sri Ramakrishna donnent réalités aux divinités Bhaktaraj	Les expériences de Swami Vivekananda au Cachemire Lise	La voie de la dévotion enseignée par Sri Ramakrishna et Sarada Devi Lise et le groupe	Nettoyages et rangements
11h - 12h						
Yogasana classique dans l'harmonie de l'intelligence du corps Lise	Application pratique dans les pratiques du yogasana Bhaktaraj et Lise	Techniques d'éveil dans les pratiques du dhyānayogasana Yoga Nidra Bhaktaraj	Sophrologie couleurs et numérologie Marie-Ange	Mise en application dans le yogasana Lise et Bhaktaraj	Vivre la libération de l'amour divin au cœur du yogasana Bhaktaraj et Lise	10h30 à 12h Suivi de la Puja dans la chapelle
15h - 16h30						
Structures des fonctions conscientes et inconscientes Hanuman	Incarnation divinisée et divine Bhaktaraj	La levée des refoulements s'accomplit par les énergies des déesses Bhaktaraj	Les énergies des déesses président à la reconnaissance des refoulements et de leurs levées Bhaktaraj	Le nombre d'or dans les formes des asana comme ouverture à l'harmonie fractale : microcosme / macrocosme Rama et Sita	Lecture de chants produisant les états de samādhi en Sri Ramakrishna Lise	
17h - 19h						
Dialogues du conscient et de l'inconscient dans le yogasana Hanuman	Les organes des sens subtils révélés dans les pratiques du yogasana Lise	Se rendre apte à entendre les niveaux de parole dans le yogasana Le corps parle par les sensations Bhaktaraj	Théorie et pratique des méditations guidées de Swami Veetamohananda Christine	Déploiement du nombre d'or dans la pratique posturale par l'harmonie, la beauté, l'amour, l'intelligence de la Vie Sita	Synthèse et partage Retours sur le séminaire	Nettoyage de la salle

